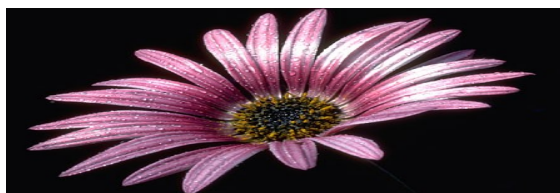


Практические рекомендации родителям

- * Малыш не виноват, что он такой "живчик", поэтому бесполезно его ругать, наказывать, устраивать унижительные молчаливые бойкоты.
- * Научить ребенка управлять собой - ваша первоочередная задача. Контролировать свои эмоции ему помогут "агрессивные" игры.
- * В воспитании необходимо избегать двух крайностей – проявления чрезмерной мягкости и предъявления ему повышенных требований.
- * Ребенка нужно хвалить в каждом случае, когда ему удалось довести начатое дело до конца.
- * Необходимо оберегать детей от переутомления, связанного с избыточным количеством впечатлений (телевизор, компьютер), избегать мест с повышенным скоплением людей
- * Движение - это жизнь", недостаток физической активности может стать причиной повышенной возбудимости

- ◆ Иногда нарушения поведения могут оказаться реакцией ребенка на психическую травму
- ◆ Обдумывая рацион ребенка, отдавайте предпочтение правильному питанию, в котором не будет недостатка витаминов и микроэлементов : поменьше жареного, острого, соленого, копченого, побольше вареного, тушеного и свежих овощей и фруктов .
- ◆ Подготовьте своему непоседе "поле для маневров": активные виды спорта для него - просто панацея.
- ◆ Приучайте малыша к пассивным играм. Мы читаем, а еще рисуем, лепим.
- ◆ Научите малыша расслабляться.



не забывайте говорить ребенку, как сильно вы его любите.

Гиперактивный ребенок.



Зими́на Анна Серге́евна, психолог

"Найди 5 отличий"

Активный ребенок -

- ⇒ Большую часть дня "не сидит на месте", предпочитает подвижные игры пассивным (пазлы, конструкторы), но если его заинтересовать - может и книжку с мамой почитать, и тот же пазл собрать.
- ⇒ Быстро и много говорит, задает бесконечное количество вопросов.
- ⇒ Для него нарушение сна и пищеварения (кишечные расстройства) - скорее исключение.
- ⇒ Он активный не везде. К примеру, беспокойный и непоседливый дома, но спокойный - в садике, в гостях у малознакомых людей.
- ⇒ Он неагрессивный. То есть случайно или в пылу конфликта может и наподдать "коллеге по песочнице", но сам редко провоцирует скандал.

Гиперактивный ребенок-

- ⇒ Он находится в постоянном движении и просто не может себя контролировать, то есть даже если он устал, он продолжает двигаться, а выбившись из сил окончательно, плачет и истерит.
- ⇒ Быстро и много говорит, глотает слова, перебивает, не дослушивает. Задает миллион вопросов, но редко выслушивает ответы на них.
- ⇒ Его невозможно уложить спать, а если спит, то урывками, беспокойно. У него часто кишечные расстройства. Для гиперактивных деток всевозможные аллергии не редкость.
- ⇒ Ребенок - неуправляемый, при этом он абсолютно не реагирует на запреты и ограничения. И в любых условиях (дом, магазин, детсад, детская площадка, школа) ведет себя одинаково активно.
- ⇒ Часто провоцирует конфликты. Не контролирует свою агрессию - дерется, кусается, толкается, причем пускает в ход подручные средства: палки, камни...



СДВГ -синдром дефицита внимания с гиперактивностью определяется тремя основными критериями (симптомокомплексами).

Это **невнимательность, гиперактивность и импульсивность.**