

## **Рекомендации родителям по воспитанию гиперактивного ребенка.**

### **1. Изменение поведения взрослого и его отношения к ребенку.**

- проявляйте достаточно твердости и последовательности в воспитании;
- помните, что поступки ребенка не всегда бывают умышленными;
- контролируйте поведение ребенка, не навязывая ему жестких правил;
- избегайте слов «нет», «нельзя», заменяйте их другими словами, действиями.
- стройте взаимоотношения с ребенком на взаимопонимании и доверии;
- избегайте, с одной стороны, излишней мягкости, а с другой – излишней жесткости по отношению к ребенку;
- повторяйте свою просьбу спокойно одними и теми же словами много раз;
- не настаивайте на том, чтобы ребенок обязательно принес извинения за проступок;
- выслушивайте то, что хочет сказать ребенок;
- для подкрепления словесных инструкций используйте зрительную стимуляцию.

### **2. Изменение психологического микроклимата в семье.**

- уделяйте ребенку достаточно внимания;
- проводите досуг всей семьей;
- не допускайте ссор в присутствии ребенка.

### **3. Организация режима дня и места для занятий.**

- установите твердый распорядок дня для ребенка и для всех членов семьи;
- снижайте влияние отвлекающих факторов при выполнении ребенком задания;
- оградите ребенка от длительного времяпровождения за компьютером и телевизором;
- по возможности избегайте больших скоплений людей;
- помните, что переутомление приводит к снижению самоконтроля и нарастанию гиперактивности.