

## Мой ребенок гиперактивный. Как помочь ему в учебе?

### Признаки гиперактивности у ребенка

Поставить ребенку диагноз «гиперактивность» можно только в том случае, если в период не менее 6 месяцев у него постоянно наблюдаются, хотя бы шесть из ниже перечисленных признаков:

1. Если ребенок, сидя на стуле, без конца ерзает и вертится, и наблюдаются беспокойные неосознательные движения кистей и стоп.
2. Часто встает в классе на уроках или в другие моменты, когда следует оставаться на месте.
3. Проявляет бесцельную двигательную активность в те моменты, когда это неприемлемо – пытается куда-то залезть, что-то достать, крутится, куда-то торопится.
4. Не может играть в тихие спокойные игры и заниматься в одиночестве и тишине
5. Ведет себя так, как будто у него мотор, как у Карлсона, и его невозможно остановить.
6. Ребенок очень болтлив.
7. Отвечает на вопросы, не задумываясь, и потому часто невпопад.
8. С трудом может дождаться своей очереди в любых ситуациях.
9. Часто назойлив, вмешивается в разговоры и игры других.

Оптимальным возрастом для постановки диагноза считается период 4-5 лет, когда уже можно говорить о расстройстве внимания. **Сам диагноз могут поставить только специалисты – невролог и психиатр.**

Работа с таким ребенком должна строиться с учетом его сильных и слабых сторон. При организации занятий с непоседами имеет значение все, что окружает ребенка. Когда ребенок занимается дома, его ничто не должно отвлекать. Лучше, если это будет либо отдельная комната, либо какая-то отгороженная часть комнаты. При этом стоит выключить радио, телевизор, стараться не разговаривать громко, чтобы не отвлекать ребенка от занятий.

Стол, за которым занимается гиперактивный ребенок, не должен быть ничем завален. На столе могут быть только книги или учебник, которыми он пользуется, тетрадь, ручка, карандаш, т.е. только то, что ему необходимо для конкретной работы.

Во время занятий «собирается» все внимание ребенка. Это может быть взгляд, слово, фраза, например: «Начинаем работать, будь внимателен», и только после этого что-то объяснять.

Несмотря на высокий уровень интеллектуального развития, гиперактивным детям иногда приходится два-три раза объяснять одно и то же задание, два-три раза давать инструкцию. Это происходит не потому, что ребенок неспособный, непонятливый, а потому что он выхватывает только часть фразы, часть инструкции. **Именно поэтому любая инструкция, которая дается гиперактивному ребенку, должна быть однозначна, проста, должна быть**

**короткой, и в ней не должно быть ни одного непонятого слова.  
Сложные, многоступенчатые задания лучше разделить на части.**

### **"Выстраивание отношений с гиперактивным ребенком"**

1. Уважайте друг друга. Взаимное уважение означает, что и дети, и взрослые откровенно и без страха или осуждения могут выражать свои убеждения и чувства, зная, что они будут приняты. Принять ребенка - значит показать, что взрослому понятны его чувства, даже если он не разделяет его убеждений.
2. Воспитывая гиперактивного ребенка, придерживайтесь всей семьей единых взглядов и не противоречьте друг другу.
3. Время от времени пересматривайте ваши требования к ребенку.
4. Поговорите с ребенком о ваших требованиях к его поведению. Объясните, почему они важны.
5. Спросите мнение ребенка о ваших требованиях к его поведению.
6. Совместно составьте список "семейных правил"
7. Повторяйте правила и поощряйте их выполнение. Меняйте некоторые правила по мере взросления ребенка.
8. Заранее договоритесь о наказании, если ребенок нарушит "семейные правила". Будьте готовы к тому, чтобы сдержать слово.
9. Выслушайте мнение ребенка о наказаниях.
10. Выясните причины плохого поведения ребенка. Возможно, они связаны с эмоциональными или психологическими проблемами или с каким-либо заболеванием.
11. Хотя бы раз в неделю проводите всей семьей вечер за совместным занятием. Заранее подумайте и договоритесь, что вы хотели бы сделать вместе.
12. Время от времени проводите с ребенком вместе целый день.

**Не опускайте рук!** Любите вашего норовистого ребенка, помогите ему быть успешным, преодолеть школьные трудности. Помните, что "Норовистые дети похожи на розы – им нужен особый уход. И иногда поранишься о шипы, чтобы увидеть их красоту" (Мэри Ш. Курчинка).