

ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ от психолога

(дети с высокой двигательной активностью, повышенной отвлекаемостью)

Для вашего ребенка характерна крайняя отвлекаемость, неспособность длительно фокусировать внимание на чем-то одном, не очень интересном, несобранность, «витание в облаках». Родителям приходится несколько раз повторять одно и то же, а ребенок так и не слышит. Такому ребенку трудно усидеть на месте, он все время находится в движении, как будто бы к нему приделан моторчик, стремится куда-то, часто без всякого страха и «нулевым» инстинктом сохранения. Импульсивность проявляется крайней нетерпеливостью, ребенок постоянно вмешивается в разговор, игру других детей, говорит без умолку, не может сидеть и играть тихо, не способен стоять в очередях.

К врачам стоит обращаться тогда, когда педагоги и родители не справляются сами с этой проблемой. Средний возраст обращения за медицинской помощью — около 4 лет. Именно в этом возрасте особенно важно обратиться к врачам-специалистам для того, чтобы уточнить степень выраженности проблем и возможно пойти в школу чуть позже, после 7 лет.

Проблемное поведение детей с высокой двигательной активностью обусловлено функциональной незрелостью/недостаточностью определенных зон мозга. **Они умные, но не могут сдерживать ответные реакции** на внешние и внутренние стимулы: отвлекаются на посторонние предметы, если неинтересно, могут встать и ходить по классу, ведут себя «как клоуны», могут импульсивно ударить без учета последствий и чаще в ситуации провокации других детей.

Важно не рассчитывать на их сознание, что ребенок сам поймет «что хорошо и что плохо», **надо КОНТРОЛИРОВАТЬ их поведение и ФОРМИРОВАТЬ ВНЕШНЕЕ ОКРУЖЕНИЕ ПОСТОЯННО!!!** Есть такое выражение: «У бурной реки должны быть хорошие берега». С этими детьми особенно важно заниматься: отдавать в спортивные секции, творческие студии.

Поведение детей с высокой двигательной активностью и эффективность их обучения часто определяются «энергетическим» состоянием ребенка: в ситуациях, когда ребенок устал, он становится более не управляемым.

Важно следить за режимом, чтобы ребенок высыпался и достаточно время бывал на свежем воздухе. Общение с компьютером в этом случае должно быть сведено к минимуму.

Дети с высокой двигательной активностью имеют «качели настроения». Им часто бывает «скучно», они особенно нуждаются в новых впечатлениях и не умеют «откладывать удовольствия на потом». Важно это понимать и использовать в воспитании и обучении различные приемы поощрения, причем незамедлительные.

Их надо хвалить чаще, чем ругать... особенно родителям.

С ними тяжело. Такие дети нетерпеливы и избегают ситуаций напряжения: им проще отказаться, чем начинать что-то делать. Они «врожденные оппозиционеры»: у них всегда сначала «нет». Они умеют добиваться своего. Отстаивая свои позиции, они способны потерять контроль над своими эмоциями, и тогда необходим «тайм-аут» — время, чтобы успокоиться (2 минуты x возраст ребенка) и только затем следует продолжить разговор. Противоречивое и непоследовательное воспитание, равно как желание сделать за ребенка, могут усиливать оппозиционное поведение.

ПОМОГИТЕ своему ребенку, ПРИМИТЕ его таким, какой он есть, СОХРАНИТЕ ВЕРУ в него. Они добрые, отзывчивые, очень творческие, у них в жизни будет много поступков.