**Особенности общения с гиперактивными детьми**

Если у вас гиперактивный ребенок, как лечить его, должен решать только врач. Многие родители приобретают в аптеке седативные успокаивающие лекарства и начинают давать их ребенку. Помните о том, что неправильно подобранный фармакологический препарат может в значительной степени усугубить течение заболевания.Но самое главное, что необходимо осознать родителям гиперактивных детей, это тот факт, что ребенок такой бурный и активный ни в коем случае не потому, что хочет досадить им. Все его выходки являются следствием особенностей работы его нервной системы, зачастую они неподконтрольны самому малышу. А вот эмоциональные всплески родителей, чьи нервы уже на пределе, никакого положительного результата не принесут, зато усугубить ситуацию могут значительно.

**Характерные черты поведения гиперактивного ребенка:**

·         спит меньше, чем другие дети, часто отказывается от дневного сна;

·         имеет [**неровный аппетит**](http://malutka.net/plokhoi-appetit-u-rebenka) и в целом [**ест плохо**](http://malutka.net/rebenok-plokho-est);

·         очень подвижный и все время неспокойный;

·         не любит «тихие игры», требующие сосредоточенности, — кубики, конструкторы, пазлы и тому подобное;

·         слишком разговорчивый (даже болтливый), склонен перебивать и не дослушивать до конца вопрос;

·         сталкивается с проблемами в самоорганизации;

·         теряет или забывает вещи;

·         не выполняет данные обещания;

·         испытывает проблемы с концентрацией, отвлекается на мелочи и не доводит начатое до конца;

·         избегает действий, связанных с усидчивостью и умственными усилиями.

Несмотря на то, что каждый ребенок, страдающий синдромом гиперактивности, нуждается в индивидуальном подходе, особенности их психологии позволяют дать некоторые общие для всех детей **рекомендации, облегчающие воспитание гиперактивного ребенка:**

·         **Постановка задачи**. Особенности развития деток с синдромом гиперактивности таковы, что логическое и абстрактное мышление у них развиты намного хуже. Именно поэтому такому ребенку необходимо ставить только четко обозначенную задачу. Предложения должны быть максимально краткими, не несущими никакой излишней смысловой нагрузки. Старайтесь избегать длинных предложений.

·         **Последовательность указаний**. Крайне не рекомендуется давать ребенку с синдромом гиперактивности сразу несколько заданий, например: «собери игрушки, вымой руки и иди обедать». Воспринять всю информацию сразу ребенку будет довольно сложно и, скорее всего, он не выполнит ни одного поручения, отвлекшись на что – нибудь другое. Гораздо разумнее давать эти указания крохе в логической последовательности.

·         **Очерчивайте временные рамки**. У таких детей очень смутное представление о чувстве времени, поэтому сами следите за временем, отведенным на выполнение каждого вашего поручения. Кстати говоря, если вы хотите забрать малыша с улицы, покормить, уложить спать – всегда предупреждайте его минут за пять до этого вашего действия. И это касается не только детишек с синдромом повышенной гиперактивности, но и всех остальных.

·         **Правильно говорите “нет”.** Собственного говоря, как раз слово «нет» употреблять и нельзя. Запрещая что-либо малышу, стройте свои предложения таким образом, чтобы в нем не присутствовало отрицание. Например, если вы хотите, чтобы ребенок не бегал по траве, не стоит говорить ему: « Не бегай по траве!». Гораздо больший эффект возымеет следующая фраза: «Иди на дорожку». И, разумеется, во всех, даже конфликтных, ситуациях родители должны сохранять спокойствие.

·         **Как успокоить гиперактивного ребенка** Если ваш малыш чрезмерно перевозбудился, постарайтесь сменить обстановку на более спокойную, например, уведите ребенка в другую комнату, предложите ему водички, спокойно поговорите с ним на любую отвлеченную тему.

**Чего не стоит делать маме гиперактивного ребенка!!!**

1.      Чрезмерно увлекаться различными методиками раннего развития и загружать малыша интеллектуальными задачами и сложными физическими упражнениями. Есть опасность, что этим вы отобьете у малыша охоту чем-либо заниматься в дальнейшем.

2.      Пытаться усмирить его повышенной требовательностью и лишать заслуженной похвалы, если ребенку все же удалось немного упорядочить свои действия и он собрал все игрушки, увлеченно помогал вам лепить пельмени или ни с кем не рассорился во дворе.

3.      Срываться на ребенке, если он своими шалостями окончательно вывел вас из терпения. Всегда напоминайте себе, что вас злит не малыш, а его поступки. Гнев — это ваше поражение, в гневе вы фактически беспомощны, хотя и опасны для своего ребенка. Если конфликтная ситуация произошла в общественном месте, не дайте себе «завестись» из-за недовольства окружающих. Хладнокровие сохранит вашу способность быстро реагировать, маневрировать и переключать активность ребенка.

4.      Подавлять природную подвижность и живость ребенка. Если вы не уверены, что справитесь со своим чадом «мирным путем», на первых порах избегайте ситуаций, требующих от ребенка бездействия или ограничивающих свободу действия и перемещения: ·         долгих телефонных разговоров — вы всё сможете обсудить вечером или когда с малышом будет кто-нибудь из домашних;

·         длительных поездок в общественном транспорте — такси (возможно, на часть маршрута) хоть и обойдется дороже, однако и вы и малыш сбережете силы и хорошее настроение;

·         очередей — по возможности договаривайтесь о предварительной записи на прием или время от времени покидайте помещение, чтобы где-нибудь пройтись и развлечь ребенка;

·         долговременных походов по магазинам или на рынок — поручайте основную часть покупок домашним или доверьте присмотр за ребенком близким при условии, что малыш спокойно переносит ваше отсутствие в течение 2-3 часов.

Шарипова М.Б.