

# Советы для родителей

г.Артемовский  
2016г.

## **Правила поведения родителей с гиперактивным ребенком:**

1. Поддерживать дома четкий распорядок дня;
2. Выслушивать то, что хочет сказать ребенок (в противном случае он не услышит вас);
3. Автоматически одними и теми же словами повторять многократно свою просьбу (нейтральным тоном);
4. Отвлекать ребенка в случае капризов: предложить на выбор другую возможную в данный момент деятельность; задать неожиданный вопрос; отреагировать неожиданным для ребенка образом (пошутить, повторить его действия);
5. Сфотографировать ребенка или подвести его к зеркалу в тот момент, когда он капризничает;
6. Оставить в комнате одного (если это безопасно для его здоровья);
7. Не запрещать действие ребенка в категоричной форме;
8. Не читать нотаций (ребенок все равно их не слышит);
9. Не приказывать, а просить (но не заискивать);

10. Не настаивать на том, чтобы ребенок во что бы то ни стало принес извинения
11. Избегайте повторений слов «нет» и «нельзя».
12. Давайте ребенку только одно задание на определенный отрезок времени, чтобы он мог его завершить.
13. Поощряйте ребенка за все виды деятельности, требующие концентрации внимания (например, работа с кубиками, конструктором, настольными играми, раскрашивание)
14. Давайте ребенку возможность расходовать избыточную энергию. Полезна ежедневная физическая активность на свежем воздухе — прогулки, бег, спортивные занятия (гимнастика, плавание, теннис, но не борьба или бокс, т.к. эти виды спорта травматичны ).

