

**Очень непросто бывает утихомирить
неуёмного ребёнка, если он
причисляется к гиперактивным детям.**

Понятие «гиперактивность» родители часто слышат, но применять его к детям нужно, хорошо разобравшись, ведь подлинный синдром гиперактивности отмечается всего у 3-5% детей и требует серьёзного лечения у психотерапевта или невролога. Не стоит путать гиперактивность с энергичностью и живостью. В первом случае возбудимость и активность малыша превышают все мыслимые пределы, и ребёнок не может их контролировать. Даже когда ребёнок рад был бы отдохнуть или поспать, что-то внутри не даёт ему покоя и он не может успокоиться. Гиперактивные дети всё время в движении: они куда-то бегут, что-то исследуют. Такие дети требуют особого внимания к себе, они часто рассеяны и неловки.

Родителям гиперактивного малыша бывает нелегко, ведь реакции таких детей непредсказуемы. На безобидное предложение «иди кушать», ребёнок может затопать ногами и раскричаться, а затем потребовать утешения. В общении с другими детьми у таких малышей тоже складывается не всё гладко, гиперактивность может помешать ребёнку в дальнейшем, например, обучению в

В чём же причины гиперактивности детей?

Считается, что основной причиной являются нарушения в работе нервной системы. Но иногда, чрезмерная возбудимость вызывается скрытыми страхами или эмоциональным потрясением, беспокойством. А порой дети бывают излишне активны и никак не могут успокоиться только потому, что просто переутомились. Перед тем как поставить малышу диагноз «гиперактивность», специалисты оценивают как ведёт себя кроха, как разговаривает, соответствующее ли у него развитие, ведь проблемой гиперактивности может оказаться серьёзная неврологическая или психическая болезнь.



Как же помочь ребёнку?

Несмотря на то, что стоит за повышенной активностью малыша – медицинский диагноз или же просто особенности характера, важно направлять его безграничную энергию в правильное русло. Проводите каждый день с ребёнком занятия трёх уровней:

- физического
- интеллектуального
- эмоционального.

1. Физический уровень – спорт

Подберите ребёнку (вместе с врачом) определённые упражнения и каждый день проводите с ним зарядку, ходите в бассейн или игровую площадку.

школе.

2. Интеллектуальный уровень – обучение.

Непоседам трудно долго усидеть на одном месте, поэтому родителям нужно чередовать виды обучающих занятий:

- *решать задачи*
- *головоломки*
- *загадки*
- *читать книжки и обсуждать их*
- *придумывать и иллюстрировать сказки и т.п.*



3. Эмоциональный уровень – игра.



Играйте на музыкальных инструментах и танцуйте, устраивайте кукольный или пальчиковый театр или просто перебрасывайтесь подушками.

Гиперактивным малышам очень важно правильное питание. Старайтесь кормить ребёнка в одно и то же время и следите, чтобы он достаточно получал овощей и фруктов. А ещё обязательно каждый день гуляйте на свежем воздухе. Ну а если малыш плохо спит по ночам, пусть доктор подскажет вам мягкие успокаивающие средства. Окружайте своих детей лаской и заботой.

Воспитатель: Бронетко М.А

ГКУ СО КК
«Приморско – Ахтарский
СРЦН»

Гиперактивный ребёнок – что делать?



Подростковый возраст – трудный, кризисный. В общем ясно, а в частности? В частности выясняется, что трудный он в первую очередь для самих подростков.. Подростки находятся в двойственном положении. Они еще не взрослые, но уже не дети. Ведущей деятельностью подростков является общение со сверстниками. В коллективе одноклассников, в компании друзей, дворовых приятелей, они все больше и больше говорят о взрослой жизни. Они хотят во всем походить на взрослых юношей и девушек, особенно ярко это выражается во внешности. Естественно меняется их поведение, связанное с переоценкой ценностей. Взрослые всю жизнь учили их быть вежливыми, честными, порядочными людьми. Однако сейчас они понимают, что взрослые сами несовершенны. Поэтому они так бурно реагируют на любую фальшь со стороны взрослых людей. Подростки – это правдоискатели. И чтобы найти подход к подростку, чтобы сделать отношения с подростком доверительными, требуется учитывать массу деталей. Главное для родителей – это выйти на уровень сотрудничества с подростком, хотя многие из родителей к этому не готовы. Важно отдавать себе отчет в том, что ребенок взрослеет, и этот процесс не остановить и не изменить. Нужно помочь ребенку стать взрослым. Сделать этот процесс наименее болезненным для него. Особенностью подросткового возраста является увлеченность. Они с охотой берутся за одно дело и не доводят его до конца, тут же находя себе замену, и опять бросают. Этот жизненный поиск, поиск интересного дела не что иное, как желание добиться в успеха. Быть хоть немного лучше в

какая у вас семья. Мы очень часто относимся к своим детям отчужденно безразлично. С работы мы несем домой свои проблемы, обсуждаем несправедливых начальников или глупых сослуживцев. Порой мы сами забываем или не хотим спросить у ребенка, как он себя чувствует, что его беспокоит. А если и спрашиваем, то часто не готовы услышать правду, начинаем осуждать его. Многие родители вообще отказываются доверять ребенку, провоцируя при этом ложь. Некоторые родители часто прикрикивают на своего ребенка, а потом начинают удивляться его ответной реакции, да еще с удвоенной силой. Почему? Потому что накопилось. Подумайте, какие эмоции накапливает ваш ребенок больше, положительные или отрицательные? Потому что разрядка рано или поздно обязательно случится. Подумайте, часто ли вы говорите своему ребенку, что он не такой, каким ему нужно быть, что другие лучше. И если часто – то ребенок психологически отдаляется от вас, так как каждому из нас хочется признания, уважения и любви. Ребенок будет искать ее в компании друзей больше, чем рядом с вами. Задумайтесь, чего вы хотели от родителей, будучи в подростковом возрасте, возможно вы найдете сами для себя хороший совет по поводу общения с ребенком – подростком.

- В подростковом возрасте дети начинают оценивать жизнь своих родителей.
- Обсуждают поведение, поступки, внешний вид мам и пап.
- И постоянно сравнивают.
- Результат этого сопоставления скажется на

ваших отношениях с сыном или дочерью. Он может быть для вас как приятным, так и неприятным.



Совет 1Если не хотите ударить в грязь лицом, начинайте готовиться к этой оценке как можно раньше. Главное в ваших взаимоотношениях с ребенком – взаимопонимание. Чтобы его установить, вы должны проявлять инициативу и не таить обид. **Совет 2**Поддерживайте уверенность детей в себе, в своих силах, в том, что даже при определенных недостатках (которые есть у каждого) у них есть свои неоспоримые достоинства. Стратегия родителей – сформировать у ребенка позицию уверенности: «все зависит от меня, во мне причина неудач или успехов. Я могу добиться многого и все изменить, если изменю себя». **Совет 3**Удивляйте – запомнится! Тот, кто производит неожиданное и сильное впечатление, становится интересным и авторитетным. Жизнь родителей, их привычки, взгляды оказывают гораздо большее влияние на ребенка, чем долгие нравоучительные беседы.

чем-то, чем другие. Станет ли подросток трудным, во многом зависит от того,

Совет 4 Вы хотите, чтобы ваш ребенок был крепким и здоровым? Тогда научитесь сами и научите его основам знаний о своем организме, о способах сохранения и укрепления здоровья. Только физические упражнения, в том числе и на уроках физкультуры, могут смягчить вред от многочасового сидения за партой. Так что не спешите освобождать ребенка от физкультуры. И совершенно необходимо, чтобы ребенок понимал: счастья без здоровья не бывает. **Совет 5** Берегите здоровье ребенка и свое, научитесь вместе с ним заниматься спортом, выезжать на отдых, ходить в походы. Какой восторг испытывает ребенок от обычной сосиски, зажаренной на костре, от раскрошившегося кусочка черного хлеба, который нашелся в пакете после возвращения из леса, где вы вместе собирали грибы. А день, проведенный в гараже вместе с отцом за ремонтом автомобиля, покажется мальчишке праздником более важным, чем катание в парке на самом «крутом» аттракционе. Только не пропустите момент, пока это ребенку интересно. **Совет 6** Сколько времени в неделю вы проводите со своими детьми? -1,5 часа в неделю?! Обязательно подумайте, чем будет заниматься ваш ребенок в часы, свободные от учебы и приготовления уроков. Подросток должен твердо знать: времени на безделье и скуку у него нет. **Совет 7** Желание взрослых избежать разговоров с детьми на некоторые темы приучает их к мысли, что эти темы запретны. Уклончивая или искаженная

тревогу.

Совет 8 Не оберегайте подростков излишне от семейных проблем, как психологических (даже если произошло несчастье, чья-то болезнь или уход из жизни, – это закаляет душу и делает ее более чуткой), так и материальных (это учит находить выход). Подростку необходимы положительные и отрицательные эмоции. Для успешного развития ребенка полезно изредка отказывать ему в чем-то, ограничивать его желания, тем самым подготавливая к преодолению подобных ситуаций в будущем. Умение справляться с неприятностями помогает подростку сформироваться как личности. Роль взрослого человека состоит в том, чтобы помочь ребенку стать взрослым, научить его противостоять действительности, а не убежать от нее. **Совет 9** Если вы уже успели наделать ошибок в воспитании, вам будет труднее, чем в начале пути. Но если в своем воспитаннике вы выявите хотя бы капельку хорошего и будете затем опираться на это хорошее в процессе воспитания, то получите ключ к его душе и достигнете хороших результатов. **Совет 10** Если вы поняли, что были не правы, пренебрегали мнением сына или дочери в каких-либо важных для них вопросах, не бойтесь признаться в этом сначала себе, а потом и ребенку. И постарайтесь не повторять этой ошибки снова. Доверие потерять легко, а восстанавливать его долго и трудно.

ГКУ СО КК «Приморско – Ахтарский СРЦН»

Трудный подросток



Детская зависть.

В дошкольном возрасте при стремлении к реализации желания на главную роль в игре, на победу в спортивных соревнованиях и в других аналогичных ситуациях у детей может появиться зависть. Она вызывается тем, что у дошкольников на первый план

информация вызывает у детей необоснованную

Механизмы зарождения детской лжи.



В дошкольном возрасте дети хотят самоутвердиться и чаще всего оно реализует себя в форме лжи. Другими словами, нереализованное желание, которое ребенок хочет, чтобы признали, может привести к нежелательным формам поведения, когда ребенок начинает нарочито придумывать неправду. В неоднозначных ситуациях происходит столкновение импульсивных желаний детей («Я хочу прямо сейчас!») и требований взрослого («Ты должен это сделать сейчас!»), и тогда ребенок нарушает правила, начинает изобретать

Воспитатель: Бронетко М. А.

пытаются снизить уровень притязания Грубо изобличенная ложь, возникающая как средство реализации неосуществленных притязаний на признание, не приведет к положительным результатам. Ребенка, уличая его во лжи: «Ты лжец!»



Советы родителям:

Взрослый должен суметь оказать ребенку доверие и выразить уверенность в том, что он не будет впредь унижать себя ложью. В воспитании ребенка акцент должен делаться не на снижении желания, которое должно признаться, а на придании правильного направления развитию этой потребности. Задачей психолога в таких ситуациях

выходят внешние социальные отношения и социальная иерархия — «кто главнее». Психологи утверждают, что дети 5-7 лет открыто выражают желание на лидерство.



Механизм зарождения детской зависти.

Когда происходит распределение роли в играх, часть детей предлагает главную роль другому безоговорочно, часть детей заявляет свое право на главную роль. Ребенок, пользуясь правом распределять роли, выбирает другого, но при этом пытается заручиться обещанием, что тот, в свою очередь, выберет его.

Опыт взаимоотношений детей друг с другом

ГКУ СО КК «Приморско – Ахтарский СРЦН»

Как избежать появления лжи и зависти в детском

способы искажения истины. Ложь как искажение истины появляется тогда, когда ребенок начинает понимать необходимость подчиняться определенным правилам, провозглашаемым взрослым. Такие ситуации становятся для ребенка ситуациями двойной мотивации. Одновременно ребенок хочет быть признанным взрослым, и в то же время не исполнять правил. Ребенок, нарушивший правило часто прибегает ко лжи. Ложь может возникнуть как побочное следствие развития потребности в признании, потому что волевая сфера ребенка недостаточно развита для последовательного выполнения поступков, ведущих к признанию. Ложь возникает как компенсация недостаточности волевого поведения. Борьба с таким отрицательным явлением, как ложь, часто сводится к тому, что взрослые (пользу); присутствие заинтересованных взрослых при распределении ролей (у ребенка появляется ожидание, что взрослый поможет удовлетворить его претензию); сюжет игры может давать преимущества. Присутствие заинтересованных взрослых при

является поиск мотивов, которые способствуют образованию желаний ребенка. Далее работа будет направлена на то, чтобы в содержание детских желаний входило осознанное преодоление негативных ситуаций в случаях отказа взрослых на его желание. Ложь начинает развиваться, когда у ребенка не сформировалась потребность в правдивом отношении к другим людям, когда черствость не стала качеством, повышающим значимость ребенка в глазах других людей. Это качество не может появиться из неоткуда. Это пример взрослых, который ребенок видит каждый день и впитывает как губка. Поэтому, если вы уличили своего ребенка во лжи, я предлагаю вам задуматься о своих семейных отношениях и [обращению к психологу](#), чтобы разрешить неоднозначности всей ситуации.

поведении.



распределении ролей (у ребенка
появляется ожидание, что взрослый

Воспитатель: Бронетко М.А.