

# ГІПЕРАКТИВНА ДИТИНА



## ЩО РОБИТИ?

IKENGURU.COM.UA

## ЧИ МОЖУТЬ БАТЬКИ ПЕРЕВІРИТИ НАЯВНІСТЬ СИМПТОМІВ ГІПЕРАКТИВНОСТІ В ДИТИНИ?

Спробуйте поспостерігати уважно за дитиною і відповісти на ці запитання:

- Ваша дитина перебуває в постійному русі й просто не може себе контролювати, тобто, навіть якщо стомиться, продовжує рухатися, а знесилившись остаточно, плаче та кричить?
- Швидко й багато говорить, ковтає слова, перебиває, не дослухавши; ставить мільйон запитань, але рідко вислуховує відповіді на них?
- Дитину неможливо вкласти в ліжку, а якщо вона спить, то неспокійно?
- Дитина некерована, абсолютно не реагує на заборони й обмеження. Повсюди (удома, в магазині, дитсадку, на дитячому майданчику) поводитьсь однаково активно?
- Часто провокує конфлікти? Не контролює агресію: б'ється, кусається, штовхається, використовуючи підручні засоби (палиці, камені)?

IKENGURU.COM.UA

## ЧОГО СЛІД ДОТРИМУВАТИСЯ БАТЬКАМ, ЩОБ ДИТИНА ПОЗБУЛАСЯ ЗАЙВОЇ АКТИВНОСТІ:

1 **✓** Створіть малюку певні умови життя. Це спокійний психологічний мікроклімат в сім'ї, чіткий режим (з обов'язковими прогулянками на свіжому повітрі).

2 **✓** Налаштуйтеся на особистісні зміни. Якщо ви самі дуже емоційні та неврівноважені, постійно скрізь запізнюєтеся, квапитеся, настав час починати працювати над собою.

3 **✓** Пам'ятайте: дитина не винна, що вона така жвава, тому не слід її карати, влаштовувати принизливі бойкоти. Це викличе лише зниження її самооцінки, почуття провини в тому, що вона «неправильна», не може догодити мамі з татом.

IKENGURU.COM.UA

## ЧОГО СЛІД ДОТРИМУВАТИСЯ БАТЬКАМ, ЩОБ ДИТИНА ПОЗБУЛАСЯ ЗАЙВОЇ АКТИВНОСТІ:

1 **✓** Негативні емоції є в кожного, у тому числі й у вашої дитини. Їй просто необхідно викинути енергію назовні, тож навчіть її це робити. Тільки зазначте табу: «Хочеш бити — бий, але не по живих істотах. Можна вдарити палицею по землі, кинути каміння туди, де немає людей, стуснути щось ногами».

2 **✓** Уникайте крайнощів: прояву надмірної м'якості й висунення завищених вимог до дитини. Не можна допускати всюдозволеності: дітям слід чітко роз'яснити правила поведінки в різних ситуаціях. Проте кількість заборон та обмежень треба звести до розумного мінімуму.

3 **✓** Дитину потрібно хвалити щоразу, як їй вдалося довести розпочату справу до кінця. На прикладі простих справ потрібно навчити правильно розподіляти власні сили.

IKENGURU.COM.UA

## ЧОГО НЕ СЛІД РОБИТИ:

- ✗ Потурати злості, плачу, капризам. Намагайтеся відволікати увагу дитини, виявляючи при цьому теплоту й доброзичливість.
- ✗ Нехтувати дисципліною. Привчайте дитину з першого разу слухатися дорослого, який висловлює вимоги зі спокійною інтонацією.
- ✗ Забувати про свої обцянки (приємні й неприємні). Завжди виконуйте їх, і тим самим ви закріпите місце слова, тобто розвиватимете в дитини другу сигнальну систему, на якій будується весь подальший процес навчання.
- ✗ Читати нотації (дитина все одно їх не чує).

**І головне: не забувайте говорити дитині, як сильно ви її любите. Намагайтеся побудувати довірчі стосунки в родині, стати дитині справжнім другом!**

IKENGURU.COM.UA

## КОРИСНА ЛІТЕРАТУРА

Якщо ви хочете більш детально ознайомитися з особливостями ГРДУ, знайти відповіді на запитання, що лишилися у вас, пропонуємо прочитати ці книжки.



IKENGURU.COM.UA