



Дети с синдромом дефицита внимания и гиперактивностью.

Не всегда легко справиться с крутящимся «волчком» ребенком, который не успокаивается и не затихает ни на минуту.

Он быстро утомляется, раздражается, начинает капризничать, ему трудно самому успокоиться.

Потому малышу нужно помочь, научив его управлять своей активностью и своими эмоциями.

Тактильный контакт невероятно важен. А для непоседы особенно. Его нужно обнимать не меньше восьми раз в день, брать на руки, усаживать на колени, устраивать шуточную возню со щекотанием, обниманием и целованием. Такой контакт только по обоюдному согласию.

Засыпая, не может успокоиться сам. Помогите ему! Придумайте спокойное занятие, ориентированное на сон.

Невозможность усидеть хотя бы на минуту на одном месте, неумение дослушать, довести дело до конца.

Сбивчивая речь – следствие перевозбуждения.

Причина такого поведения, заключается в страхе остаться одному. Отыщите реальную причину беспокойства и постарайтесь устранить.

Находясь с ребенком, озвучивайте все чувства и эмоции, которые им овладевают.

Попытайтесь воспринимать плохое поведение как просьбу о помощи и постарайтесь выяснить причину. Возможно, он не выспался. Любите его всегда. Не ругайте и не кричите, он не виноват в том, что ему сложно овладеть собственными эмоциями.

Нужно исключить из меню, все острое, соленое, жареное и сладкое.

Используйте минимум «нельзя».

Режим дня очень важен. Сон, прогулки и прием пищи должны происходить всегда в одно и то же время и не нарушать привычный ход событий.

Приучайте доводить любое дело до конца.

Обязательно хвалите и поощряйте.

А главное! Любите ребенка!