**Как помочь ребенку с повышенной двигательной**

**активностью и нарушением внимания.**

**Памятка для родителей.**

 Если Ваш ребенок находится в непрестанном движении, излишне возбужден, невнимателен, а порой агрессивен, Вам необходимо обратиться за консультацией к врачу-неврологу. Эти внешние проявления часто являются результатом микроорганических поражений головного мозга, которые приводят к минимальной мозговой дисфункции.

 Не стоит надеяться, что с взрослением проблемы исчезнут сами по себе.

 Известно, что расторможенность и отвлекаемость детей поддаются коррекции с помощью лекарственной терапии в сочетании с семейной психотерапией, направленной на гармонизацию отношений в семье с учетом особенностей ребенка.

 Вам следует взглянуть на свой образ жизни и взаимоотношения в семье с точки зрения потребностей ребенка. Определите , что именно в поведении ребенка Вас особенно настораживает, обсудите и взвесьте это в семье и с психологом. Тогда поведение ребенка станет более понятным, да и собственное поведение оцените более объективно.

 Будьте в курсе всех мероприятий по оказанию помощи Вашему ребенку и в тесном контакте с теми, кто их проводит: педиатром, психологом, логопедом, воспитателем. Только в этом случае помощь будет эффективной .

 Необходимо , чтобы и Ваш ребенок знал о своих трудностях и способах справляться с ним.

 Постарайтесь в общении с ребенком придерживаться следующих правил:

* Прежде чем поручить ребенку что-то сделать, тщательно взвесьте, сможет ли он с этим справиться. Не ожидайте, что поручение или свою обязанность ребенок сразу выполнит очень хорошо.
* Установите твердый распорядок дня, обязательный не только для ребенка , но и для всех членов семьи. Напоминайте об этом распорядке своему ребенку почаще.
* Придумайте гибкую систему вознаграждений за хорошо выполненное задание. Это может быть словесное поощрение. Это может быть поцелуй или разрешение пригласить поиграть друга, разрешить смотреть телевизор дольше обычного, поиграть с родителями в какую-либо игру и т. д.
* Если в семье есть другие дети, поощряйте и их за хорошо выполненную работу.
* Почаще показывайте ребенку, как лучше выполнять то или иное задание, не отвлекаясь.
* Убедитесь, что ребенок видит связи между поступками и их последствиями. Например, ребенок должен понимать, что забыв покормить собаку, он оставляет ее голодной.
* Не старайтесь предотвратить последствия забывчивости ребенка. Не подбирайте за ним вещи, игрушки.
* Не следует давать ребенку только директивные указания: «Ты должен сделать то-то и то-то». Лучше говорить с ним в более мягкой форме: «После того, как ты подготовишься ко сну, можешь посмотреть телевизор».
* Разрешите ребенку принимать участие в разговоре – обсуждение круга его обязанностей.
* Покажите ребенку несколько раз, как нужно выполнять его новую обязанность, прежде чем разрешить ее выполнять самому.
* Объясните ребенку, что обязанности, не выполненные в срок, придется выполнять в другое время, предназначенное для отдыха и развлечений.
* Постарайтесь снизить влияние отвлекающих факторов во время выполнения ребенком задания. Выключите телевизор, не приглашайте друзей.
* Предусмотрите еженедельную уборку ребенком своей комнаты, мытье игрушек.
* Обеспечьте такую атмосферу в доме, когда работают все вместе, поддерживая порядок в доме.
* Помогайте ребенку приступать к выполнению задания, так как начало для него самое трудное.
* Не давайте ребенку поручений, не соответствующих уровню его развития, способностям.
* Помните, что медикаментозное лечение само по себе недостаточно для достижения успеха. Необходимым условием успеха является психологическая и педагогическая коррекция, позволяющая изменить поведение и повысить самооценку ребенку.

Желаю успеха!