**Консультация для родителей воспитанников с ОВЗ «Как эффективно взаимодействовать с детьми с синдромом дефицита внимания и гиперактивности (СДВГ)»**

**Педагог – психолог**

 **Муниципального дошкольного**

 **образовательного учреждения**

 **Чердаклинского детского сада №5 «Рябинка»**

 **Налиткина Татьяна Ивановна**

Уважаемые родители!

Одной из главных проблем современного общества и семьи как его составляющей является ухудшение здоровья детей в результате неблагоприятного воздействия социально-экономических, экологических и школьных факторов. По данным различных специалистов большое количество детей имеет отклонения в физическом и психическом развитии, одно из значительных мест среди которых занимает синдром дефицита внимания и гиперактивности (СДВГ).

В настоящее время из-за проявлений СДВГ многие дети приходят в школу недостаточно готовыми к обучению, поэтому данная проблема достаточно актуальна для детей, их родителей и педагогов, работающих с ними. Зачастую это происходит из-за функциональной незрелости, как правило, приводящей к школьной дезадаптации, сочетающейся с поведенческими и тревожными расстройствами, задержками в формировании языка и речи, а также школьных навыков. Как уже сказано выше, одной из причин, приводящих таким нарушениям, является наличие у ребёнка недиагностированного и нелеченного СДВГ.

В нашем детском саду в рамках работы групп компенсирующей направленности (для детей с ТНР и ЗПР) проводится диагностика признаков СДВГ у детей, и определяются пути коррекции СДВГ педагогом-психологом и воспитателями МДОУ. Коррекционно - развивающая работа педагога-психолога с детьми с синдромом дефицита внимания и гиперактивности ведется в соответствии с разработанной педагогом-психологом Программой нейропсихологической коррекции детей с синдромом дефицита внимания и гиперактивности. На занятиях используются такие методы нейропсихологической коррекции как растяжки, дыхательные упражнения, глазодвигатель­ные упражнения, упражнения для языка и мышц челюсти, перекрестные (реципрокные) телесные упражнения, упраж­нения для развития мелкой моторики рук, упражнения для релаксации и визуализации, функциональные упражнения, упражнения для развития коммуникативной и когнитивной сферы, упражнения с правилами. Но этого недостаточно без поддержки родителей. Поэтому я предлагаю вам дома использовать следующие воспитательные методы и способы взаимодействия с гиперактивными и невнимательными детьми.

В вашей домашней программе коррекции детей с синдромом дефицита внимания и гиперактивности должен преобладать поведенческий аспект. Что это означает?

Это означает, что взрослые члены семьи во-первых, должны изменить свое поведение и отношение к ребенку. Каким образом? Проявляйте достаточно твердости и последовательности в воспитании; помните, что чрезмерная болтливость, подвижность и недисциплинированность не являются умышленными.

Поведение ребенка необходимо контролировать, но не навязывайте ему жестких правил: не давайте ребенку категорических указаний, избегайте слов «нет» и «нельзя»; стройте взаимоотношения с ребенком на взаимопонимании и доверии; избегайте, с одной стороны, чрезмерной мягкости, с другой — завышенных требований к ребенку.

 Хорошим методом воздействия на вашего ребенка является реакция на его действия неожиданным способом (можно пошутить, повторить действия ребенка, сфотографировать его, оставить в комнате одного и т. д.).

Свою просьбу повторяйте одними и теми же словами много раз, так как из-за невнимательности, а не по злому умыслу, ребенок может вас не услышать.

Не настаивайте на том, чтобы ребенок обязательно принес извинения за проступок; выслушивайте то, что хочет сказать ребенок; для подкрепления устных инструкций используйте зрительную стимуляцию, т. е продемонстрируйте наглядно, что вы от него хотите.

Во-вторых, необходимо изменение психологического микроклимата в семье: уделяйте ребенку достаточно внимания, проводите досуг всей семьей; не допускайте ссор в присутствии ребенка.

В-третьих, необходима четкая организация режима дня ребенка и места для его занятий. Установите твердый распорядок дня для ребенка и всех членов семьи; чаще показывайте ребенку, как лучше выполнить задание, не отвлекаясь. Снижайте влияние отвлекающих факторов во время выполнения ребенком задания. Оградите гиперактивных детей от длительных занятий на компьютере и просмотра телевизионных передач. Избегайте по возможности больших скоплений людей. Все это способствует переутомлению. Помните, что переутомление приводит к снижению самоконтроля и нарастанию гиперактивности. Организуйте поддерживающие группы, состоящие из
родителей, имеющих детей с аналогичными проблемами.

В-четвертых, в семье может быть специальная поведенческая программа: придуманная вами вместе с детьми гибкая система вознаграждений за хорошо выполненное задание и наказаний за плохое поведение.
Можно использовать балльную или знаковую систему, за­вести дневник самоконтроля. Но ни в коем случае не прибегайте к физическому наказанию! Если есть необходимость в наказании, то лучше использовать спокойное сидение в определенном месте после совершения проступка. И конечно чаще хвалите ребенка. К отрицательным стимулам дети малочувствительны, поэтому гиперактивные дети не воспринимают выговоры и наказания. А вот к поощрениям, наоборот, чувствительны. Поэтому с помощью поощрения вы скорее сформируете необходимые способы поведения у ребенка, нежели постоянными замечаниями, окриками и выговорами. Для воспитания ответственности составьте список обязанностей ребенка и повесьте его на стену, подпишите соглашение на определенные виды работ, которые будет выполнять ребенок.

Воспитывайте в детях навыки управления гневом и
агрессией.

Не старайтесь предотвратить последствия забывчиво­сти ребенка, не исправляйте за него его ошибки, чтобы он прочувствовал, какие бывают последствия от того, что забыл что-то сделать.

Постепенно расширяйте ребенку его обязанности, конечно, предварительно их с ним обсудив; не разрешайте откладывать выполнение задания на другое время.

Не давайте ребенку поручений, не соответствующих его
уровню развития, возрасту и способностям. Помогайте ребенку приступить к выполнению задания, так как это самый трудный этап.

Не давайте одновременно несколько указаний. Зада­ние, которое дается ребенку с нарушенным вниманием, не должно иметь сложную конструкцию и состоять из нескольких частей.

Объясните гиперактивному ребенку о его проблемах и
научите с ними справляться.

Помните, что словесные средства: убеждения, призывы, беседы - редко оказываются результативными, так как гипер­активный ребенок еще не готов к такой форме работы.

Помните, что для ребенка с синдромом дефицита вни­мания и гиперактивности наиболее действенными будут средства убеждения «через тело»: лишение удовольствия, лакомства, привилегий; запрет на приятную деятельность, телефонные разговоры; прием «выключенного времени» (изоляция, угол, ска­мья штрафников, домашний арест, досрочное отправление в постель); чернильная точка на запястье ребенка («черная метка»), которая может быть обменена на 10-минутное сидение на «скамейке штрафников»; холдинг, или простое удержание в «железных объятиях»; внеочередное дежурство по кухне и т.д.

Не спешите вмешиваться в действия гиперактивного ребенка директивными указаниями, запретами, выгово­рами и помощью. Если ребенок забросил свою вещь и не может ее найти,
то не стоит бросаться ему на помощь. Пусть ищет. В следующий раз он более ответственно будет относиться к своим вещам.

Помните, что вслед за понесенным наказанием необхо­димо положительное эмоциональное подкрепление, знаки «при­нятия». В коррекции поведения ребенка большую роль иг­рает методика «позитивной модели», заключающаяся в постоянном поощрении желательного поведения ребенка и игнорировании нежелательного. Необходимым условием успеха является понимание роди­телями проблем своего ребенка.

Очень эффективным способом корректировки СДВГ является ритмирование правого полушария – занятия ритмикой, хореографией, лыжами, теннисом). Активизировать работу стволовых отделов мозга помогают плавание, ныряние, прыжки на батуте, дыхательная гимнастика. Развитию межполушарного взаимодействия способствуют восточные единоборства, кинезологические упражнения, вязание. Снимают импульсивность и гиперактивность упражнения с водой, песком и глиной; контрастный душ, обливания. Все это ребенку могут обеспечить родители.

Помните, что невозможно добиться исчезновения ги­перактивности, импульсивности и невнимательности за не­сколько месяцев и даже за несколько лет. Признаки гиперактивности исчезают по мере взросления, а импульсив­ность и дефицит внимания могут сохраняться и во взрос­лой жизни.

 Успешная реабилитация возможна при условии, если она проводится совместно педагогами и родителями в возрасте не позднее пяти-десяти лет. Давайте вместе поможем нашим детям преодолеть их трудности!