

Консультация для родителей «Гиперактивный ребенок. Какой он?»

Подготовила педагог- психолог
Чернова Ирина Александровна

Все дети разные, но все они нуждаются в нашей любви, заботе, ласке. Нередко ребёнок не может долго сидеть на одном месте, он суетлив, чрезмерно говорлив, капризен, раздражает своим поведением. Такие дети вне зависимости от ситуации, в гостях, дома, на улице бесцельно двигаются, бегают, недолго задерживают внимание на предметах. На невнимательного ребенка не действуют наказания, уговоры и просьбы. Ребёнок с такой психоактивной конституцией скорее всего относится к категории гиперактивных детей. Первая часть этого сложного слова «гипер» (от греч. *hyper* — над, сверх) означает «превышающий какую-либо норму, сверх чего-то». Гиперактивность встречается у большого количества детей и серьезно мешает их адаптации в обществе. По данным различных исследований, ей страдают от 2,2 до 18 % малышей. По сравнению с девочками у мальчиков в 4-5 раз чаще наблюдается гиперактивность в сочетании с синдромом дефицита внимания.

Чтобы понять, что делать с гиперактивным ребенком, и какое лечение выбрать, необходимо сначала выяснить истинную **причину проблемы**. Среди учёных нет единого мнения о причинах возникновения гиперактивности.

- Одни связывают гиперактивное поведение с наличием у детей, так называемых минимальных мозговых дисфункций, т.е. врожденного неравномерного развития отдельных мозговых функций.
- Другие объясняют явление гиперактивности последствиями ранних органических поражений головного мозга, вызванных патологией беременности, осложнениями при родах, употреблением алкоголя, курением родителей и т.п.
- Третья категория ученых утверждают, что в настоящее время гиперактивность детей не всегда связана с патологией. Они объясняют некоторые особенности нервной системы таких детей следствием неудовлетворительного воспитания и жизненных условий, в которых находятся дети, и считают, что это только фон, облегчающий

формирование гиперактивности как способа реагирования детей на неблагоприятные условия.

Симптомы:

Наиболее ярко гиперактивность проявляется у детей в старшем дошкольном и младшем школьном возрасте. В этот период происходит переход к ведущей (учебной) деятельности, в связи с чем увеличиваются интеллектуальные нагрузки: от детей требуются умения концентрировать внимание на более длительном отрезке времени, доводить начатое дело до конца, добиваться определенного результата. Именно в условиях длительной и систематической деятельности гиперактивность заявляет о себе очень убедительно. Родители вдруг обнаруживают многочисленные негативные последствия неусидчивости, неорганизованности, чрезмерной подвижности своего ребенка и, обеспокоены этим.

Признаки, которые выступают диагностическими симптомами гиперактивных детей:

- Двигательное беспокойство. Сидя на стуле, ребёнок вертится, ёрзает, не может спокойно сидеть на месте, когда этого от него требуют.
- Легко отвлекается на посторонние стимулы.
- С трудом дожидается своей очереди во время игр и в различных ситуациях в коллективе (на занятиях, во время экскурсий и праздников).
- На вопросы часто отвечает не задумываясь, не дослушав до конца.
- С трудом сохраняет внимание при выполнении заданий или во время игр.
- Часто переходит от одного незавершённого действия к другому.
- Не может играть тихо, спокойно.
- Болтлив.
- Нередко мешает другим, пристаёт к окружающим (например, вмешивается в игры других детей).
- Создаёт впечатление, что не слушает обращенную к нему речь.
- Часто теряет вещи.
- Иногда совершает опасные действия, не задумываясь о последствиях (например, выбегает на проезжую часть, не оглядываясь по сторонам).

Все эти признаки можно сгруппировать по следующим направлениям:

1. Чрезмерная двигательная активность.
2. Импульсивность.
3. Дефицит активного внимания (отвлекаемость — невнимательность).

Рекомендации родителям:

Самое важное и порой самое трудное — изменение отношения родственников и прежде всего родителей к ребёнку, с тем, чтобы лучше его понять и снять излишнее напряжение, формирующееся вокруг него. Самое главное для родителей — быть последовательными в воспитании и терпеливыми!

При воспитании гиперактивного ребёнка родители (и другие близкие) должны избегать двух крайностей:

1. проявления чрезмерной жалости и вседозволенности;
2. завышенных требований, которые он не в состоянии выполнить, в сочетании с излишней пунктуальностью, жесткостью и наказаниями.

А также:

- Старайтесь по возможности сдерживать свои бурные аффекты (кратковременные сильные нервные возбуждения), особенно если вы огорчены или не довольны поведением ребёнка.
- Избегайте категоричных слов и выражений, жёстких оценок, упрёков, угроз, которые могут создать напряжённую обстановку и вызвать конфликт в семье.
- Эмоционально поддерживайте детей во всех попытках конструктивного, позитивного поведения, какими бы незначительными они ни были.
- **Организация всей жизни должна действовать на ребёнка успокаивающе.** Если есть возможность, постарайтесь выделить для ребёнка комнату или её часть для занятий, игр, уединения (т. е. его собственную территорию.) В оформлении желательно избегать ярких цветов, сложных композиций. На столе не должно быть отвлекающих предметов.
Для этого вместе с ним составьте распорядок дня, следуя которому проявляйте одновременно гибкость и упорство.
- Определите для ребёнка круг обязанностей, а их исполнение держите под постоянным наблюдением, но не слишком жёстко.
- Чаще отмечайте и хвалите его усилия, даже если результаты далеки от совершенства.

Всегда надо помнить, что процесс улучшения состояния ребёнка занимает длительное время, а результат виден не сразу.

Принимайте и любите своих детей такими, какие они есть, и ваши дети не замедлят порадовать Вас!