

## ГИПЕРАКТИВНЫЙ РЕБЕНОК



### ЧТО ТАКОЕ ГИПЕРАКТИВНОСТЬ?

Как правило, любящие мамы и папы говорят о гиперактивных детях: «юла», «непоседа», «живчик», другие родители называют их: «непослушный», «несносный», «неуправляемый». И, действительно, гиперактивность – это невнимательность, отвлекаемость, импульсивность, повышенная двигательная активность. Гиперактивности обычно сопутствуют проблемы во взаимоотношениях с окружающими, трудности в обучении, низкая самооценка; при этом уровень интеллектуального развития детей не зависит от степени гиперактивности и даже может превышать показатели возрастной нормы.

### ПРИЧИНЫ ГИПЕРАКТИВНОСТИ

- Инфекционные заболевания, перенесенные детьми в раннем возрасте.
- Стрессы, тяжелый физический труд мамы во время вынашивания плода.
- Прием матерью наркотиков, алкоголя.
- Травмы головы, возникающие во время родов.
- Тяжелые или преждевременные роды.
- Скучный или неправильный рацион питания крохи.
- Болезнь может передаваться на генетическом уровне.

- Конфликты внутри семьи и авторитарный стиль воспитания.

### КАК УЗНАТЬ ГИПЕРАКТИВНОГО РЕБЕНКА?

- Невнимательность, проблемы с концентрацией. Дети часто испытывают трудности при восприятии информации на слух, легко отвлекаются, бывают неорганизованными, «отрешенными», забывают о поручениях, заданиях и просьбах, теряют вещи и т.д.
- Импульсивность. Дети нетерпеливы, перебивают других учеников и учителей, тяжело переносят разочарования, испытывают потребность сразу получить желаемое и не реагируют, когда взрослый уговаривает подождать.
- Гиперактивность. Дети постоянно находятся в движении, прыгают, бегают, что-то теребят в руках, раскачиваются на стуле. Им трудно спокойно усидеть во время уроков или выполнения домашних заданий.

### Критерии гиперактивности (СХЕМА НАБЛЮДЕНИЯ ЗА РЕБЕНКОМ)

#### *Дефицит активного внимания*

1. Непоследователен, ему трудно долго удерживать внимание.
2. Не слушает, когда к нему обращаются.

3. С большим энтузиазмом берется за задание, но так и не заканчивает его.

4. Испытывает трудности в организации.

5. Часто теряет вещи.

6. Избегает скучных и требующих умственных усилий заданий.

7. Часто бывает забывчив.

#### ***Двигательная расторможенность***

1. Постоянно ерзает.

2. Проявляет признаки беспокойства (барабанит пальцами, двигается в кресле, бегают, забирается куда-либо).

3. Спит намного меньше, чем другие дети, даже в младенчестве.

4. Очень говорлив.

#### ***Импульсивность***

1. Начинает отвечать, не дослушав вопроса.

2. Не способен дождаться своей очереди, часто вмешивается, прерывает разговор.

3. Плохо сосредотачивает внимание.

4. Не может дождаться вознаграждения (если между действием и вознаграждением есть пауза).

5. Не может контролировать и регулировать свои действия. Поведение слабоуправляемое правилами.

6. При выполнении заданий ведет себя по-разному и показывает очень разные результаты: на некоторых занятиях спокоен, на других – нет, на одних занятиях успешен, на других – нет.

**Если у ребенка проявляются хотя бы шесть из перечисленных выше признаков, можно предположить (но не поставить диагноз!), что ребенок гиперактивен.**

**ОТВЕТСТВЕННОСТЬ ЗА ПОСТАНОВКУ ДИАГНОЗА ДОЛЖЕН ВЗЯТЬ НА СЕБЯ ТОЛЬКО ВРАЧ!**

#### ***Советы родителям гиперактивного ребенка***

Бесконечные замечания и одергивания ребенка приведут не к послушанию, а к обострению поведенческих проявлений гиперактивности. Поэтому родителям необходимо:

1. Научиться сдерживать бесконечный поток замечаний;

2. Строить распорядок дня так, чтобы не перегружать ребенка и четко соблюдать распорядок дня (ребенок должен ложиться в строго определенное время);

3. Оградить ребенка от длительного просмотра телевизора, особенно перед сном;

4. Перед сном предложить спокойное занятие;

5. Нельзя требовать от ребенка одновременно быть внимательным, неподвижно сидеть и не перебивать взрослого;

6. Не осуждать ребенка за его подвижность;

7. Обращать внимание ребенка на то, что он делает, помогая концентрировать внимание;

8. Внимательно выслушивать ребенка;

9. Самим демонстрировать модель неагрессивного поведения;

10. Поощрять ребенка сразу же, не откладывая на будущее;

11. Ребенку необходима уверенность в безусловной родительской любви;

12. Оставаться спокойным, проявлять терпение.

#### **Как помочь гиперактивному ребенку:**

Помощь гиперактивному ребенку должна оказываться в тесном сотрудничестве воспитателя, родителей и психолога. Добиться того, чтобы гиперактивный ребенок стал послушным и покладистым, не удавалось еще никому, но научиться жить в мире и сотрудничать с ним вполне посильная задача для взрослых.