

"Гиперактивный ребенок".

Гиперактивность представляет собой совокупность симптомов, связанных с чрезмерной психической и моторной активностью. Диагноз гиперактивности обычно ставится, когда родители жалуются, что ребенок слишком подвижен, непоседлив и плохо себя ведет, его руки и ноги в постоянном движении, он ерзает на стуле, не успокаивается ни на минуту и не способен концентрировать внимание на чем-то одном. Однако не существует точного определения данного состояния или особого теста, который бы однозначно подтверждал диагноз гиперактивности (двигательной расторможенности). Начало заболевания начинается младенчестве или в возрасте двух-трех лет. Подобное состояние часто сопровождается нарушениями сна. Когда ребенок сильно устает, гиперактивность усугубляется.



Причины:

В возникновении гиперактивности, по мнению большинства специалистов, важнейшую роль играют те факторы, которые сказываются на развитии головного мозга в период беременности, родов и младенчества. Это могут быть инфекции, травмы, преждевременные или трудные роды. Иногда можно говорить о гиперактивности как наследственной черте. Неблагоприятно протекающая беременность. Токсикоз, заболевание внутренних органов матери во время беременности, нервные стрессы. Влияет на центральную нервную систему плода нехватка витаминов и аминокислот. Неблагоприятно воздействуют на ребенка применение женщиной лекарственных препаратов во время беременности, таких как снотворные, гормональные препараты, транквилизаторы. Неблагоприятные роды. Патология родов. Инфекция и токсикация первых лет жизни ребенка.

Три «западни», которые подстерегают родителей, при воспитании гиперактивного ребенка.

№	Содержание	Пути преодоления
1	Недостаток эмоционального внимания, часто подменяемого	Больше общаться с ребенком, вникать в его проблемы, играть

	медицинским уходом	вместе с ним в его детские игры, беседовать «по душам»
2	Недостаток твердости в воспитании и отсутствие надлежащего контроля за поведением ребенка	Составить список запретов и четко следовать ему. Составить список: что должны проконтролировать родители (сегодня, завтра, через неделю)
3	Неумение воспитывать в детях навыки управления гневом	Работу с гневом родители могут осуществлять, используя «лестницу гнева»

Рекомендации для родителей и педагогов по воспитанию детей с синдромом дефицита внимания с гиперактивностью.

1. в своих отношениях с ребенком поддерживайте позитивную установку. Хвалите его в каждом случае, когда он этого заслуживает, подчеркиваете успехи. Это помогает укрепить уверенность ребенка в собственных силах.
2. избегайте повторения слов «нет» и «нельзя».
3. говорите сдержанно, спокойно, мягко.
4. давайте ребенку только одно задание на определенный отрезок времени, чтобы он мог его завершить.
5. для подкрепления устных инструкций используйте зрительную стимуляцию.
6. поощряйте ребенка за все виды деятельности, требующие концентрации внимания (например, работа с кубиками, раскрашивание, чтение).
7. поддерживайте дома четкий распорядок дня. Время приема пищи, выполнения домашних заданий и сна ежедневно должно соответствовать этому распорядку.
8. избегайте по возможности скопления людей. Пребывание в крупных магазинах, на рынках и т.п. оказывает на ребенка чрезмерное стимулирующее действие.
9. во время игр ограничивайте ребенка лишь одним партнером. Избегайте беспокойных, шумных приятелей.
10. оберегайте ребенка от утомления, поскольку оно приводит к снижению самоконтроля и нарастанию гиперактивности.
11. давайте ребенку возможность расходовать избыточную энергию. Полезна ежедневная физическая активность на свежем воздухе – прогулки, бег, спортивные занятия (гимнастика, плавание и др.).

12. помните о том, что присущая детям с синдромом дефицита внимания гиперактивность хотя и неизбежна, но может удерживаться под разумным контролем с помощью перечисленных мер.

Литература:

Лютова Е.К. , Моница Г.Б., «Шпаргалка для взрослых» СПб – 2007.

Политика О.И. «Дети с синдромом дефицита внимания» СПб – 2009.

Составил: педагог – психолог Мусина Э.Ф.