

## Гиперактивный ребенок

Ученые доказали, что гиперактивность является диагнозом. На протяжении долгого времени данный диагноз считался лишь особенностью поведения ребенка, но совсем недавно было доказано, что это является психическим отклонением, которое нельзя исправить простыми педагогическими методиками. И если в семье есть гиперактивный ребенок, что делать родителям? Советы психолога помогут в этом разобраться.

Что интересно, в 1970 году были проведены исследования, которые показали: в основе данного заболевания лежат физиологические и генетические причины, и сам синдром относится не только к педагогике и психологии, но и связан с медициной. Основные причины возникновения Недостаток необходимых гормонов в организме ребенка. Перенесенные заболевания и травмы. Болезни матери во время беременности. Любые болезни, которые перенес ребенок еще младенцем. Они могли повлиять на работу мозга. И вне зависимости от того, что медицина достигла больших успехов в данном вопросе, и существуют фармакологические методы лечения и психолого-педагогические, все же детская гиперактивность считается неизлечимым синдромом, которую можно скорректировать в подростковом возрасте. Исходя из этого, постараемся сделать выводы и дать рекомендации: гиперактивные дети, что делать родителям?

Советы психолога смогут помочь адаптироваться малышу к социуму и в дальнейшем стать всесторонне развитой личностью. Болезнь в зрелом возрасте На самом деле многие взрослые люди страдают от данного заболевания, но чаще всего их попросту считают чересчур импульсивными, активными и взбалмошными. Данный синдром возникает в детстве, он еще не до конца исследован, поэтому не доказано, что оно остается и в более зрелом возрасте. Как распознать гиперактивного ребенка С первыми признаками родители могут столкнуться сразу: детки плохо спят, много плачут, в течение дня очень раздражительны, могут реагировать на любой шум и смену обстановки. Гиперактивный ребенок в год уже начинает проявлять себя, например, в речевой задержке, неловких движениях из-за нарушенной моторики. Тем не менее он постоянно активен, пытается идти, двигаться, он суетлив и подвижен. Его настроение также постоянно меняется: в один момент ребенок веселый и радостный, а в следующую минуту он может резко закапризничать. Итак, перед вами гиперактивный ребенок (1 год). Что делать родителям? Таким детям придется уделять намного больше внимания, и для достижения результатов необходимо приложить усилия.

Критичный возраст Когда дело доходит до подготовительных занятий, ребенку также сложно сосредоточиться на одном задании: он не может усидеть на месте, довести до конца хотя бы одно дело или же сделать упражнение внимательно и сосредоточенно. Малыш делает все спустя рукава, чтобы закончить работу и приступить к чему-то новому. Разумные советы родителям гиперактивного ребенка может дать только специалист,

также как и распознать гиперактивность. Но прежде чем обратиться к профессионалу, мать и отец должны понаблюдать за своим чадом, определить, насколько чрезмерная активность и импульсивность мешает ему в обучении и построении взаимоотношений со своими сверстниками. Какие ситуации настораживают? Основные симптомы Невнимательность. Ребенку всегда сложно сосредоточиться на задании или игре. Родителям постоянно приходится напоминать о будничных делах, ведь ребенок попросту забывает о них, а еще постоянно ломает или теряет свои вещи. Кроме того, нарушено внимание: малыш никогда никого не слушает, даже когда речь обращена непосредственно к нему. Если он самостоятельно делает задание, то зачастую не может правильно организовать свою работу, постоянно отвлекаясь и не доводя задание до конца. Импульсивность. На уроках ребенок, не дождавшись своей очереди, выкрикивает с места. Ему сложно соблюдать установленные правила, он постоянно вмешивается в разговор и т. д. Гиперактивность. Ребенку сложно усидеть на месте, он постоянно ерзает на стуле, много болтает, постоянно бегаёт даже там, где нельзя этого делать. Малыш не может спокойно играть или отдыхать, он все время задает множество вопросов, но не может запомнить даже один ответ. Многие поступки и действия ребенка совершенно необдуманны, он часто ломает предметы, или же бьет посуду. Даже во время сна он не спокоен - постоянно просыпается, ворочается, иногда кричит во сне. Гиперактивный и активный: различия Нередко когда родители говорят о своем ребенке, что он гиперактивный, они вкладывают в это слово положительный смысл. Но большинство людей попросту путает два различных понятия – активный и гиперактивный. Действительно хорошо, когда ребенок любознательный, проявляет интерес к окружающему миру, тянется к новым знаниям. Но гиперактивность и синдром дефицита внимания, которые зачастую взаимосвязаны, относятся к неврологически-поведенческим расстройствам. Они наиболее болезненно дают о себе знать после пяти лет, что, несомненно, негативно сказывается на ребенке, мешая ему развиваться наравне с остальными детьми.

Активные дети могут быть подвижными дома, на спортивной площадке с друзьями, в садике, но придя в любое для них новое место, например, в гости или на прием к врачу, они сразу же успокаиваются и начинают вести себя как настоящие тихони. С гиперактивными же детьми все по-другому независимо от обстоятельств, места и людей, которые их окружают: они всегда ведут себя одинаково и просто не могут усидеть на месте. Активного ребенка можно увлечь обычной игрой, например, шашками или собиранием пазла, у гиперактивного же не хватает усидчивости. В любом случае все очень индивидуально, поэтому лишь исходя из наблюдений можно давать рекомендации родителям. Гиперактивных детей сложнее испугать, у них занижен болевой порог, они ничего не боятся, совершенно не думая о своей безопасности. Из всего вышесказанного следует, что если малыш любит подвижные игры, ему нравится узнавать что-то новое, и это любопытство не мешает ему в учебе и в социальных взаимоотношениях, то не следует

называть его гиперактивным. Ребенок просто нормально развивается для своего возраста. Если же малыш не может усидеть на месте, дослушать сказку до конца или же закончить задание, постоянно требует к себе внимания или же закатывает истерики, то это гиперактивный ребенок. Что делать родителям? Советы психолога смогут помочь в этом нелегком вопросе. Обучение в школе Если до начала занятий в школе родителей не особо волнует подобная черта характера, то с началом обучения видя множество проблем, с которыми сталкивается их чадо, они начинают сильно беспокоиться. Этим детям сложно понять, как можно себя вести, а как нет. Ребенок не знает, где находится допустимая грань, им сложно наладить взаимоотношения с другими детьми и учителем, да и просто спокойно усвоить урок. Поэтому в адаптационный период необходимы рекомендации родителям гиперактивных детей, так как этот возраст является наиболее критическим. Можно отвести ребенка к психологу. Если у вас гиперактивный ребенок, рекомендации специалистов нужно соблюдать буквально во всем. Важно помнить, что гиперактивность и дефицит внимания зачастую идут в комплексе с другими серьезными проблемами.

Советы родителям гиперактивного ребенка Гиперактивный ребенок: что делать родителям? Советы психолога, которым необходимо следовать, читайте ниже. Важно внимательно подойти к технике безопасности, убрать все небезопасные и острые предметы, выходя из комнаты, отключать бытовые приборы, так как и обычные дети часто что-то ломают, или же падают и ударяются, а с гиперактивными это случается вдвое или же втрое чаще. Если что-то важное должен усвоить гиперактивный ребенок, советы психолога родителям будут полезны. Необходимо убедиться, что он слушает. Недостаточно просто окликнуть его – нужно установить контакт, убрать из поля зрения игрушки, выключить телевизор или компьютер. И только убедившись, что чадо вас действительно слушает, можно с ним начинать беседу.

Необходимо установить в семье правила, которым ребенок бы неуклонно следовал. И очень важно, чтобы они всегда выполнялись каждый день без исключения, независимо от обстоятельств. О них важно постоянно напоминать ребенку, повторять, что какие-то задания нужно выполнять всегда, а что-то делать категорически запрещено. Очень важным нюансом является режим. Малыша нужно приучать выполнять все по времени, причем исключений нельзя делать даже в выходной день. К примеру, всегда вставать в одно время, завтракать, делать уроки, идти на прогулку. Возможно, это и слишком строго, но наиболее действенно. Именно это правило поможет в дальнейшем ребенку адаптироваться к школе и усваивать новый материал. Эти детки очень восприимчивы к настроению, поэтому очень важно, чтобы те эмоции, которые они получали, были положительными. Необходимо хвалить их даже за малейшие достижения. Пусть чувствуют, что его родители гордятся им. Следует поддерживать чадо в нелегкие для него моменты, чаще говорит о любви к нему, обнимать. Можно организовать систему поощрений, например, если всю неделю он вел себя хорошо, то на

выходных он получает небольшой презент или же вылазку на природу, поход кино, музей. Пусть родители придумают совместные игры, которые увлекут малыша. Безусловно, времени, терпения и изобретательности понадобится немало, но результат не заставит себя ждать. Важно в целом следить за атмосферой в семье, чтобы все конфликты проходили мимо малыша, и особенно нельзя, чтобы он в них участвовал. Если же ребенок плохо себя вел, то можно и наказать, но несильно, а от рукоприкладства вовсе лучше отказаться. У гиперактивного ребенка никогда не иссякает энергия, поэтому постоянно необходимо создавать ему условия, чтобы он куда-то ее девал. Малышу следует больше гулять на воздухе, ходить в спортивную секцию, играть. Но здесь также есть важный нюанс: ребенок должен быть уставшим, но не слишком переутомленным. Запрещая что-то ребенку, крайне важно предоставить ему альтернативу, при этом спокойным тоном объяснив, почему его действия неправильны.

Нельзя вести свое чадо в места, где преобладает большие скопления людей: его психика и без того излишне чуткая и слабая, а толпа может привести к перевозбуждению нервной системы, поэтому следует избегать массовых мероприятий, супермаркетов в часы ажиотажа. А вот прогулки на свежем воздухе, вылазки на природу благотворно действуют на малыша. Играть такому ребенку лучше только с одним другом. Неплохо будет, если родители заведут дневник наблюдений, в котором смогут отмечать все изменения и реакции на окружающий мир, происходящие с гиперактивным ребенком. После этот дневник можно показать педагогу (ему будет значительно легче составить общую картину). Гиперактивный ребенок: что делать родителям? Советы психолога, перечисленные выше, помогут решить множество проблем.