

Гиперактивный ребенок, какой он?

В настоящее время все чаще говорят о гиперактивности детей. Многие не до конца понимают, что означает этот термин, и применяют его ко всем подвижным и активным детям.

Однако гиперактивность – это не просто повышенная активность малыша, это нарушение поведенческих реакций ребенка, связанных с нарушением работы мозга.

Какой он гиперактивный ребенок? Что делать родителям такого ребенка? Ведь им предстоит столкнуться с массой проблем, научиться корректировать поведение своего чада, помочь ему адаптироваться в школе, а это обычно очень непросто.

Что такое гиперактивность?

Сам термин «гиперактивность» означает сильно повышенную активность и возбудимость человека. Гиперактивность наиболее часто встречается у детей, так как они хуже контролируют свои эмоции.

При гиперактивности обычно не уравновешена нервная система. У ребенка возникают поведенческие расстройства, требующие коррекции. В современном мире все больше детей страдают этим расстройством.

Обычно гиперактивный ребенок имеет такие нарушения:

- *Не может длительно концентрировать внимание на каком-либо действии. Это особенно часто приносит проблемы в школе.*

Ведь ребенку трудно высидеть урок, слушать учителя, выполнять задания. Такие дети забывчивы, рассеяны. Даже надолго усидеть перед телевизором проблематично для таких детей.

- *Повышенная эмоциональность и импульсивность.*

Гиперактивные дети часто не могут контролировать свои эмоции, выплескивая их на окружающих, совершают неожиданные импульсивные действия.

- *Двигательная активность сверх меры.*

Многие дети особенно в дошкольном и начальном школьном возрасте бывают довольно подвижны. Однако гиперактивные дети выделяются даже на их фоне. Они не могут усидеть на месте, буквально приплясывают, если их усадили. В движении находятся их кисти рук, ноги, бегают глазки, меняется мимика.

Если у ребенка имеется одно или два и приведенных выше нарушений, то, скорее всего, это просто возрастные особенности поведения. С возрастом ребенок научится лучше контролировать свои эмоции, его поведение выровняется. Однако если у малыша все перечисленные нарушения, то это повод проконсультироваться со специалистом.

Считается, что наиболее ярко синдром гипердинамической активности проявляется в дошкольном (4-5 лет) и начальном школьном возрасте (6-8 лет). Ребенок попадает в детский коллектив и не выдерживает современного темпа обучения.

Сразу проявляются все признаки его гиперактивности: с ребенком не справляется воспитатель или учитель, он не усваивает программу обучения и прочие проблемы его поведенческих нарушений.

Что делать родителям, если они заподозрили в ребенке синдром гиперактивности?

Очень часто гиперактивность путают с нормальным поведением ребенка, ведь большинство детей в возрасте 3-7 лет довольно активны и импульсивны, трудно контролируют эмоции. Если ребенок неусидчивый, часто отвлекается, то говорят, что он гиперактивный. Однако для детей младших классов недостаток концентрации внимания и



невозможность долго усидеть на месте обычно является нормой. Поэтому гипердинамический синдром бывает непросто диагностировать.

Если родители заподозрили у своего ребенка СДВГ, то необходимо обратиться за консультацией к детскому неврологу. Врач назначит соответствующее обследование, которое необходимо пройти. Ведь под симптомами гипердинамического синдрома могут скрываться и более серьезные патологии.

Основные признаки, помогающие распознать гиперактивность ребенка:

- Ребенок обладает повышенной беспричинной двигательной активностью. Он все время крутится, прыгает, бегаёт, везде лезет, даже если знает, что нельзя. У него отсутствует процесс торможения в ЦНС. Он просто не может себя сдерживать.
- Не может усидеть на месте, если его усадить, то он крутится, встает, ерзает, не может сидеть спокойно.
- При разговоре часто перебивает собеседника, не выслушивает вопрос до конца, говорит не по теме, не задумывается.
- Не может тихо сидеть. Даже играя, он шумит, пищит, делает неосознанные движения.
- Не может выстоять очередь, капризничает, нервничает.
- Имеет проблемы при контакте со сверстниками. Вмешивается в чужие игры, пристаёт к детям, не умеет дружить.
- Не считается с чувствами и потребностями других людей.
- Ребенок очень эмоционален, не имеет возможности контролировать ни положительные, ни отрицательные эмоции. Часто устраивает скандалы и истерики.
- Сон ребенка беспокойный, днем часто вообще не спит. Во сне ворочается, сворачивается калачиком.
- Быстро теряет интерес к занятиям, перескакивая с одного на другое и не доводя до конца.
- Ребенок рассеянный и невнимательный, не может сконцентрировать внимание, часто делает из-за этого ошибки.

Основными причинами, которые могут вызывать нарушение функций нервной системы ребенка, а, следовательно, и синдром гиперактивности, специалисты считают следующие ситуации:

- Наследственность (генетическая предрасположенность)
- Повреждения клеток мозга во внутриутробном периоде или во время родовой деятельности.
- Это могут быть гипоксия плода, инфекции, родовые травмы.
- Нарушения, вызванные в результате неблагоприятной обстановки в семье, ненормальными условиями обитания, неправильного воспитательного процесса, заболеваниями и травмами после рождения.

По статистически данным гиперактивностью чаще страдают дети мужского пола. На пять мальчиков только одной девочке ставят такой диагноз.

Классификация синдрома дефицита внимания с гиперактивностью

Выделяют такие разновидности синдрома дефицита внимания и гиперактивности (СДВГ):

Гипердинамический синдром без дефицита внимания.

Синдром дефицита внимания присутствует, однако без гиперактивности (обычно бывает у детей женского пола – это девочки спокойные, рассеянные, тихони).

Сочетание синдрома дефицита внимания и гипердинамичности.

СДВГ может быть первичным, возникшим во внутриутробном периоде, и вторичным (приобретенным), полученным после рождения в результате травмы или заболевания.

Особенности общения с такими детьми.

Воспитывать гиперактивного ребенка бывает не просто. Даже при сильной любви к своему чаду, родители не всегда могут выдерживать все его проделки, часто срываются и кричат. А бывает, что вообще перестают заниматься его воспитанием, решив «что вырастет, то вырастет».

Не редко родители пытаются привить такому малышу строгую дисциплину, жестоко пресекая все его выходки и непослушание. Ребенка наказывают за малейшую провинность. Однако такое воспитание только усугубляет проблемы поведения ребенка. Он становится более замкнутым, неуверенным, непослушным.

Перегибать в отношении детей с СДВГ нельзя, чтобы к уже имеющимся нарушениям не добавились новые проблемы (заикание, недержание мочи и прочие). К каждому ребенку с СДВГ необходимо найти свой подход, учитывая его неврологические особенности.

Ребенку с гипердинамическим синдромом требуется много родительского внимания. Необходимо стараться его выслушивать, помогать выполнять задания, развивать его усидчивость и взаимодействие с окружающим миром. Ему нужны похвалы и награды, одобрение и поддержка, больше родительской любви. Родители прежде, чем наказать ребенка, должны учесть, что он вполне нормальный по интеллекту, но у него проблемы с регулированием своей моторной деятельности. Поэтому он не специально совершает то, что ему запретили, а просто не может себя остановить.

Необходимо правильно организовать режим дня. Придумать свои ритуалы. Больше гулять на улице. Желательно записать ребенка на спортивную секцию. Хорошо подойдут плавание, гимнастика, бег, верховая езда, спортивные танцы. Необходимо и дома устроить спортивный уголок, чтобы ребенку было, где выплеснуть энергию.

Устранить проблемы, связанные с гиперактивностью у детей вполне выполнимая задача. Главное давать ребенку возможность выплеснуть лишнюю энергию, заинтересовывать учебным процессом, развивать творческие способности, а главное учитывать особенности ребенка при оценке его действий.

Мультфильмы для профилактики гиперактивности.

Следующие мультфильмы помогут вашему ребенку больше понять о своем состоянии, обсуждая сюжет и героев со своим ребенком вы сможете помочь ему бороться с этой проблемой.

И так список мультфильмов:

- «Непоседа, Мякиш и Нетак»
- «Маша больше не лентяйка»
- «Вот какой рассеянный»
- «Крылья, ноги, и хвосты»
- «Петя Пяточкин»
- «Обезьянки»
- «Непослушный медвежонок»
- «Нехочуха»
- «Осьминожки»
- «Непослушный котенок»
- «Непоседа»

