

ЕСЛИ РЕБЕНОК ГИПЕРАКТИВЕН

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

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

Основные **признаки**, помогающие распознать гиперактивность ребенка:

- ✓ Ребенок обладает повышенной беспричинной двигательной активностью. Он все время крутится, прыгает, бегает, везде лезет, даже если знает, что нельзя. 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 ждать, капризничает, нервничает.
- ✓ Имеет проблемы при контакте со сверстниками. Вмешивается в чужие игры, пристает 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.

Причины:

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

Назначать лечение может только врач!

Особенности общения с такими детьми

Гиперактивному ребенку 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, спортивные танцы. Необходимо и дома устроить спортивный уголок, чтобы ребенку было, где выплеснуть энергию.

Если из-за поведения ребенка возникает конфликт, нельзя постоянно обвинять его.

Занятия должны быть короткими, но эффективными, чтобы ребенок не потерял внимание.

При наказании гиперактивного ребенка не стоит выбирать те, которые не дают ему двигаться: ставить в угол, сажать на специальный стул.

Положительные качества гиперактивных детей

- Гиперактивный ребенок обладает креативным творческим мышлением. Он может выдавать массу интересных идей, а если хватит терпения, то и заниматься творчеством. Такой ребенок легко отвлекается, но имеет своеобразный взгляд на окружающий мир.

- Гиперактивные дети обычно энтузиасты. Они не бывают скучными. Интересуются многими вещами и являются, как правило, яркими личностями.

- Такие дети энергичны и деятельны, но часто непредсказуемы.
- Если у них есть мотив, то они выполняют все быстрее, чем обычные дети.
- Интеллект детей никак не нарушен. Очень часто они имеют высокие художественные и интеллектуальные способности.

Советует психолог:

- Обеспечьте ребенку спокойную, стабильную, нераздражающую обстановку. Это поможет снизить накопление и выброс сильных эмоций.
- У него должны сформироваться необходимые рефлексы, которые помогут четко соблюдать распорядок дня. Например, лечь спать после того, как мама прочтет сказку или споет песенку.
- Для сброса лишней двигательной активности необходимо организовать ребенку занятия в спортивных секциях.
- Не заставляйте гиперактивного ребенка долго заниматься утомительной работой, сидеть на одном месте. Периодически позволяйте активные действия для выхода лишней энергии.