

# Гиперактивный ребенок

## Что делать родителям?

В настоящее время все чаще говорят о гиперактивности детей. Многие люди не до конца понимают, что означает это 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.

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.** Ребенку трудно высидеть занятие, слушать воспитателя, 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.

Важно вовремя заподозрить и диагностировать это нарушение, чем потом пожинать плоды непонимания своего чада.

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.

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».



Нередко 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.

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.



## **Положительные качества гиперактивных детей**

Несмотря на все неприятные поведенческие особенности детей с гипердинамическим синдромом, они имеют и **много положительных качеств**, развитию которых родители должны уделить особое внимание.

✓ 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.

✓ Ребенок с СДВГ очень гибкий, изворотливый, и может найти выход там, где другие не заметят, **решить задачу необычным способом**. Интеллект детей с СДВГ никак не нарушен. Очень часто они имеют высокие художественные и интеллектуальные способности.

Психологи отмечают, что если у ребенка имеются признаки гиперактивности, то следует начать их устранение, чем раньше, тем лучше. Такой подход помогает избежать трудностей, возникающих из-за поведенческих нарушений ребенка, стрессов и разочарований со стороны его родителей и окружающих людей, да и самого малыша. Поэтому при установленном диагнозе СДВГ не следует пренебрегать помощью врача – специалиста и психолога, чтобы не потерять время.