

Гиперактивный ребёнок: что делать родителям



С понятием гиперактивности детей мы сталкиваемся все чаще. Однако кто такие эти гиперактивные дети, как понять, что у ребенка имеются признаки такого состояния и как вообще реагировать на происходящее, знают далеко не все родители. Причин такого состояния малыша может быть множество, и чаще всего, оно развивается из-за

недостаточного внимания к нему родителей. Хотя, нельзя исключать и врожденные причины появления гиперактивности.

ЧТО ТАКОЕ ГИПЕРАКТИВНЫЙ РЕБЕНОК

Когда речь заходит о детской гиперактивности, следует понимать, что этот термин означает нарушение нервной системы малыша, а значит это заболевания и оно должно подвергаться лечению.

Иногда гиперактивность появляется сразу при рождении ребенка. Это состояние не считается заразным, скорее оно имеет генетическую природу и возникает вследствие некоторых негативных факторов (например, родовая травма и прочее).

Часто гиперактивность у детей является признаком того, что малышам не хватает внимания. Стараясь привлечь на себя внимание взрослых, они вытворяют порой самые необычные вещи, могут быть чересчур импульсивными, неусидчивыми, и редко задумываются о результатах своего поведения. Таким детям сложно концентрировать внимание, они хуже запоминают различную информацию, позднее начинают читать и имеют определенные сложности в учебе.

ПОЧЕМУ ДЕТИ БЫВАЮТ ГИПЕРАКТИВНЫМИ

Если ваш ребенок представляет собой сгусток энергии и заставить его сидеть на месте вам не представляется возможным, значит, вероятнее всего, у него имеется синдром недостатка внимания и гиперактивности.

С одной стороны, это не так уж и плохо, психологи утверждают, что гораздо страшнее, когда ребенок совершенно не проявляет

активности и его обычное состояние – спокойствие. Например, практически все дошкольники в детском саду и на игровой площадке ведут себя резво и бойко. Однако, если гиперактивность вашего малыша вызывает некоторые проблемы в школе, мешает ему учиться, строить отношения со сверстниками, то возникает необходимость посетить педиатра и невропатолога.

Причиной того, что у ребенка проявляется гиперактивность, может стать нездоровый образ жизни матери во время беременности (табак, алкоголь, наркотики), ее нестабильное эмоциональное состояние, чрезмерные переживания в этот период.

Также повышенное содержание сахара в крови матери имеет негативное влияние на формирование синдрома гиперактивности у ребенка.

В группу риска попадают дети, в роду которых уже встречались случаи гиперактивности или других нарушений психического здоровья. Экологический фактор также имеет свое влияние на формирование нервной системы малыша: токсические вещества вредны как ребенку в период внутриутробного развития, так и после рождения. Кроме того, преждевременные роды тоже негативно сказываются на состоянии крохи, когда его нервная система еще далека от совершенства и продолжает претерпевать изменения.



Подведем итог. К причинам развития синдрома гиперактивности у детей относят:

- * вредные привычки беременной женщины;
- * чрезмерное потребление сладостей и повышенный уровень глюкозы в крови;
- * токсины и токсические вещества (экологический фактор);
- * генетическая предрасположенность;
- * преждевременные роды, незрелый плод.

Исследования мозга показали, что при синдроме гиперактивности в детском возрасте мозг созревает по обычной модели, но с задержкой, в среднем, около 3 лет. Задержка развития наиболее ярко проявляется в участках головного мозга, участвующих в процессах мышления, внимания и планирования.

Более поздние исследования показали, что внешний слой мозга имеет замедленное созревание в целом. А его структура, отвечающая правильному обмену данными между двумя половинами мозга показывает аномальный характер роста. Эти задержки и нарушения могут лежать в основе развития синдрома гиперактивности у детей.

ПРИЗНАКИ ГИПЕРАКТИВНОГО РЕБЕНКА

Невнимательность, неусидчивость, излишняя подвижность и импульсивность являются основными симптомами психического нарушения у ребенка. Многие родители скажут, что это вполне нормальное поведение для всех детей дошкольного возраста, и будут правы. В норме, действительно, все эти признаки присущи и вполне здоровым детям.

Для постановки соответствующего диагноза, ребенок должен иметь симптомы заболевания в течение полугода и более, причем они должны быть выражены более четко, чем для детей без нарушений психики того же возраста.

К симптомам гиперактивности можно отнести следующие:

1. Невнимательность ребенка. Как правило, гиперактивным детям сложно сконцентрироваться на чем-то. Они легко отвлекаются, забывают уточняющие детали,



часто переключаются с одного вида деятельности на другую. Им скучно заниматься одним делом в течение определенного периода времени, они с трудом воспринимают какую-либо информацию на слух, не могут действовать по определенным инструкциям. Из-за невнимательности они часто теряют вещи.

2. Ребенок слишком подвижный, непоседливый. Ему сложно сидеть на одном месте, он постоянно находится в движении. Выполнение спокойных заданий, требующих усидчивости и кропотливости им дается очень сложно, равно, как и участие в тихих играх.

3. Импульсивность ребенка. Такие дети очень нетерпеливы, несдержанны, часто проявляют свои эмоции, руководствуясь не умом, а сиюминутным порывом, в более старшем возрасте они могут

позволять себе неуместные замечания, не осознавая результатов своей деятельности. Дети постоянно перебивают чужие разговоры, бестактно вклиниваются в диалоги и деятельность других людей и сверстников.

ОСОБЕННОСТИ ВОСПИТАНИЯ ГИПЕРАКТИВНОГО РЕБЕНКА: СОВЕТЫ РОДИТЕЛЯМ

Как бы банально не звучало, но гиперактивные дети нуждаются в повышенном внимании к себе, понимании со стороны родителей, воспитателей в детских дошкольных заведениях и педагогов в школе. От этого зависит и эмоционально-психическое состояние ребенка, и его успехи в обучении и усвоении нового материала. Основным требованием, предъявляемым к родителям гиперактивных детей является проявление любви и заботы о малыше. Дети должны слышать, что их любят и ценят. Существуют некоторые рекомендации или педагогические правила, рекомендуемые психологами и специалистами по воспитанию гиперактивных малышей для облегчения состояния как их самих, так и их родственников. Их не так много, поэтому любой родитель в состоянии запомнить их и применять на практике. Рассмотрим их.

1. С ребенком важно установить контакт, обращаясь к нему с какой-либо просьбой, необходимо смотреть ему в глаза, а не обращаться «к стене». Если слова малышу не достаточно, родитель должен прикоснуться, повернуть ребенка к себе. Нужно убрать все, что может помешать контакту (игрушки, музыка, телевизор и т.д.).

2. Закон постоянства правил. Существуют правила поведения и они всегда постоянны. Эти правила должны быть понятными для ребенка, конкретными и выполнимыми.

3. Порядок и безопасность. Для гиперактивных детей то правила чрезвычайно важно. Родители должны сделать все, чтобы максимально обезопасить малыша.

4. Режим во всем. Чем чаще с гиперактивным ребенком повторять привычных ему распорядок действий, тем лучше это будет сказываться на его состоянии. Даже если это выходной, необходимо стараться придерживаться режима дня, это поможет ему лучше адаптироваться в обществе.

5. Родители довольно часто ругают своих детей, настолько часто, что иногда совсем перестают замечать какие-либо детские успехи. Между тем, для гиперактивных детей (да и для обычных тоже) очень важно, чтобы родители хвалили их за какие-то, хоть и

незначительные, успехи. Особенно важен олимпийский принцип для гиперактивных детей – не победа, а участие.

6. Задача родителей найти у ребенка те особенности, в которых он проявляется наилучшим образом и развивать эти способности (танцы, гимнастика, рисование, лепка, пение и так далее).

7. Избыток энергии нужно уметь направлять в нужное русло.

Подводя итоги, следует сказать, что очень важным аспектом в воспитании гиперактивных детей является позиция родителей. От того, насколько они открыты для общения с ребенком, насколько внимательны к его проблемам и интересам, зависит, как справится малыш с нарушением своей психики, насколько легко ему будет учиться в школе и адаптироваться в социуме.



Источник: <https://ur-l.ru/nNiZc>