

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
центр развития ребенка - "Детский сад № 11"

Индивидуальная консультация для родителей,
имеющих детей дошкольного возраста
«Гиперактивный ребенок»

подготовила:
старший воспитатель
Лалаян Л.А.

апрель 2019

Гиперактивность представляет собой совокупность симптомов, связанных с чрезмерной психической и моторной активностью.

Диагноз «гиперактивность» обычно ставится, когда родители жалуются, что ребенок слишком подвижен, непоседлив и плохо себя ведет, его руки и ноги в постоянном движении, он ерзает на стуле, не успокаивается ни на минуту и не способен концентрировать внимание на чем-то одном. Однако не существует точного определения данного состояния или особого теста, который бы однозначно подтверждал диагноз гиперактивности (двигательной расторможенности). Начало заболевания начинается в младенчестве или в возрасте двух-трех лет. Подобное состояние часто сопровождается нарушениями сна. Когда ребенок сильно устает, гиперактивность усугубляется.

В последнее время встречается все большее и большее количество детишек, у которых диагностируется данное нарушение работы центральной нервной системы. Статистические данные врачей-педиатров свидетельствуют о том, что гиперактивность встречается примерно у 39% всех детишек дошкольного возраста, и примерно у 57% всех детей школьного возраста.

Синдром гиперактивности имеет достаточно большое количество проявлений. Итак, гиперактивный ребенок—симптомы:

- Дефицит внимания
Ребенок, страдающий синдромом гиперактивности, не может длительное время концентрировать свое внимание на каком-либо одном занятии, будь то рисование, игра или даже просмотр телевизионных передач. Именно из-за дефицита внимания детки с синдромом гиперактивности зачастую испытывают затруднения с обучением.
- Излишняя импульсивность ребенка
Конечно, практически все детки время от времени позволяют себе бурные проявления эмоций. Однако дети с синдромом гиперактивности особенно часто теряют контроль над своими эмоциями, зачастую пугая импульсивностью даже своих привыкших ко всему родителей.
- Повышенная двигательная активность ребенка
Детей с синдромом гиперактивности можно определить без особого труда. Такие детки не просто подвижны, они просто сверх активны. Малыша практически невозможно увидеть в спокойном состоянии— он постоянно находится в движении. Бегает, прыгает, не может усидеть на месте. Все в этом ребенке выдает эту самую гиперактивность— постоянно находящиеся в движении кисти рук, бегающие глазки, выражение лица, мимика.

Диагностика синдрома гиперактивности у детей:

Заподозрив у ребенка в любом возрасте такие нарушения, родителям обязательно нужно обратиться к врачу-невропатологу для проведения обследования, так как иногда у ребенка причиной гиперактивного поведения является другое, более тяжелое заболевание. Синдром дефицита внимания у детей с гиперактивностью диагностируется в 3 этапа:

- Сбор субъективной информации
Врач собирает подробный семейный анамнез и расспрашивает родителей об особенностях течения беременности, родах и заболеваниях, перенесенных ребенком, а также просит взрослых дать малышу характеристику.
- Проведение психологического обследования
Ребёнок делает специальные тесты, по результатам которых врач измеряет параметры внимательности. В таких исследованиях на наличие гиперактивности могут участвовать дети, начиная с 5-6-летнего возраста.
- Проведение аппаратного обследования
Чтобы диагностировать синдром гиперактивности у детей, проводится электроэнцефалографическое исследование или исследование с применением магнитно-резонансной томографии для регистрации электрических потенциалов мозга и выявления соответствующих изменений. Процедуры абсолютно безболезненны и безопасны.

Норма или патология?

Детские психологи и невропатологи считают, что синдром гиперактивности является достаточно серьезной патологией. Если у вас гиперактивный ребенок, лечение необходимо

начинать как можно раньше. Повышенная энергичность ребенка при синдроме гиперактивности свидетельствует о нарушении нормального функционирования центральной нервной системы.

Если родители заметили какие-либо отклонения, им необходимо озаботиться проблемой. В противном случае, если родители не придали должного значения этой особенности развития, а ограничились лишь наказанием с целью приструнить его, то по мере роста ребенка проблема может только усугубляться.

У ребенка возникнуть серьезные проблемы сначала в детском саду, а после и в школе. Специфика обучения так или иначе требует усидчивости и внимания.

Ребенок с синдромом гиперактивности не сможет сам воспринимать и запоминать информацию, а еще будет постоянно отвлекать всех остальных детей. Из-за этого у таких детей очень часто наблюдаются систематические конфликты с преподавателями, а родители выслушивают массу неприятной информации об их поведении. И это неудивительно, ведь занятия с гиперактивными детьми требуют определенных навыков.

Ребенок не может сконцентрировать внимание на занятиях в школе, с неохотой выполняет домашнюю работу. Нередко из-за своей импульсивности и эмоциональности такие дети плохо адаптируются в коллективе, им сложно найти общий язык с одноклассниками. Также в школе ребенку с гиперактивностью значительно осложняет жизнь излишняя импульсивность. Ребенок излишне резок в поступках, суждениях, выражениях своих мыслей, он сначала говорит или делает, а только потом думает.

Причины возникновения гиперактивности.

В возникновении гиперактивности, по мнению большинства специалистов, важнейшую роль играют те факторы, которые сказываются на развитии головного мозга в период беременности, родов и младенчества.

Это могут быть инфекции, травмы, преждевременные или трудные роды. Иногда можно говорить о гиперактивности как наследственной черте. Неблагоприятно протекающая беременность. Токсикоз, заболевание внутренних органов матери во время беременности, нервные стрессы. Влияет на центральную нервную систему плода нехватка витаминов и аминокислот.

Неблагоприятно воздействуют на ребенка применение женщиной лекарственных препаратов во время беременности, таких как снотворные, гормональные препараты, транквилизаторы. Неблагоприятные роды. Патология родов. Инфекция и токсикация первых лет жизни ребенка.

Гиперактивные дети нуждаются в строгом режиме, и вся их деятельность должна носить максимально регулярный характер. Чтобы такие дети охотно занимались и добивались успеха там, где прежде терпели только неудачу, им нужна частая похвала, ободрение и особое внимание. Очень важно научить членов семьи правильно обращаться с гиперактивным ребенком.

В режиме гиперактивного ребенка обязательными должны быть:

- утренняя зарядка;
- длительные прогулки и подвижные игры на воздухе. Физические упражнения ребенка и подвижные игры позволят снять излишнюю мышечную и нервную активность. Если малыш плохо спит, лучше вечером также играть в активные игры;
- активные игры, которые одновременно развивают мышление;
- массаж. Он уменьшает частоту пульса, понижает возбудимость нервной системы.

Хорошо бы отдать ребенка в спортивную секцию. Показаны такие виды спорта, где ребенок учится соблюдать правила, контролировать себя, взаимодействовать с другими игроками. Это командные игры. Такие как, хоккей, футбол, баскетбол.

У гиперактивных детей может проявиться выраженная способность к определенному роду занятий. Например, музыка, спорт или шахматы. Следует развивать это увлечение.

Сохранившиеся признаки гиперактивности и импульсивности следует учитывать при профессиональной ориентации. Однако обычно прогноз у гиперактивных детей благоприятный. По мере роста и взросления симптомы гиперактивности ослабевают.

Гиперактивный ребенок зачастую сложен в общении. Родители такого ребенка должны помнить, что малыш не виноват. Строгое воспитание не подходит гиперактивным детям. Нельзя

кричать на ребенка, сурово наказывать, подавлять. Общение должно быть мягким, спокойным, без эмоциональных всплесков как положительных, так и отрицательных. Не стоит перезагружать ребенка дополнительными занятиями. Но и нельзя позволять все такому ребенку, иначе он быстро начнет манипулировать родителями. Стоит поощрять ребенка даже за незначительные достижения. Следите, чтобы ребенок не переутомлялся.

Полезные советы родителям гиперактивных детей, предложенных доктором Д. Реншоу.

1. Проявляйте последовательность в соблюдении установленных правил и в применении мер наказания.
2. Следите за своей речью, говорите медленно, спокойным тоном.
3. Чувство гнева и возмущения - это нормальное явление, но оно поддается контролю и совсем не означает, что вы не любите своего ребёнка.
4. Старайтесь, по возможности, держать свои эмоции в охлаждённом состоянии, укрепляя нервы для того, чтобы выдержать ожидаемые эксцессы.
5. Обращайте внимание и реагируйте на любые проявления позитивного поведения детей, как бы незначительны они ни были. Кто ищет хорошее, тот обязательно его находит.
6. Избегайте непрерывного отрицательного реагирования. Старайтесь реже говорить: «Нет», «Прекрати», «Нельзя».
7. Отличайте формы поведения, которые вам не нравятся, от личностных качеств своего ребёнка. Например, советую говорить так: «Я тебя люблю, но мне не нравится, что ты растаскиваешь грязь по всему дому».
8. Предлагайте ребёнку очень чёткое расписание повседневных дел. Составьте распорядок дня, в котором определите время утреннего подъёма, еды, игры, просмотра телевизора, для занятий, работы по дому и отхода ко сну. Следуя этому расписанию, проявляйте гибкость и упорство, так как ребёнок всё равно будет его нарушать. Постепенно такая организация жизни будет действовать на него успокаивающе. Он обретёт уверенность и сможет в дальнейшем многое делать самостоятельно.
9. Учите ребёнка выполнять новые или сложные задания, используя для этого сочетание практических действий с коротким, ясным объяснением в спокойном тоне. Повторяйте эти уроки, пока он не научится выполнять их так, как надо. Для закрепления различных навыков и умений ребёнку с повышенной активностью требуется больше времени, чем здоровым детям. Проявляйте терпение, не раздражайтесь, повторяйте обучение снова и снова.
10. Постарайтесь выделить для ребёнка комнату или её часть, которая будет его собственной, особой территорией. Избегайте при этом ярких цветов и сложных композиций в её оформлении. Поставьте рабочий стол так, чтобы ребёнок видел перед собой гладкую пустую стену, на которой ничего его не отвлекает. Простота, ясные, спокойные цвета и порядок помогают сконцентрировать внимание. Ребёнок, у которого повышена активность, не в состоянии сам отфильтровывать внешние возбудители, сделать так, чтобы ничто постороннее не мешало ему заниматься делом.
11. Предлагайте ребёнку не больше одного дела одновременно; давайте ему только одну-единственную игрушку; прежде чем он займётся раскрашиванием, уберите со стола всё лишнее; когда ребёнок садится делать уроки, выключайте радио и телевизор.
12. Определите для ребёнка круг обязанностей, которые имеют существенное значение для его развития. Задания должны быть в пределах его возможностей, а исполнение обязанностей следует держать под постоянным наблюдением и контролем. Советую отмечать и хвалить усилия ребёнка, даже если результаты далеки от совершенства.
13. Старайтесь расшифровывать сигналы, предупреждающие о возможности взрыва в поведении ребёнка. Спокойно вмешивайтесь в ситуацию, чтобы избежать неприятностей. Постарайтесь отвлечь его и спокойно обсудить возникшую конфликтную ситуацию. В этих случаях полезно увести ребёнка на несколько минут из зоны конфликта в «священную рощу» - его комнату.

14. Ограничивайте число товарищей по играм одним, самое большее двумя детьми одновременно из-за того, что ребёнок слишком легко возбуждается. Лучше всего приглашать детей к себе в дом, так как здесь вы можете обеспечить контроль за ситуацией и влиять на направление игры или занятий. Объясните маленьким гостям правила, действующие в вашем доме.
15. Старайтесь не проявлять к ребёнку излишней жалостливости, не надоедайте ему расспросами, не обнаруживайте своих страхов за него, но не допускайте и всепрощения. Помните, что его нервная система находится в особом состоянии, но она поддаётся улучшению и управлению.
16. Помните названия и дозы лекарств, которые выписаны ребёнку. Давайте их регулярно. Следите за их воздействием на ребёнка и сообщайте об этом лечащему врачу.

Часто гиперактивные дети талантливы. Признаки гиперактивности наблюдались у множества известных людей, например, у Томаса Эдисона, Линкольна, Сальвадора Дали, Моцарта, Пикассо, Диснея, Эйнштейна, Бернарда Шоу, Ньютона, Пушкина, Александра Македонского, Достоевского.