



Признаки

Основные признаки, помогающие распознать гиперактивность ребенка:

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

Родители гиперактивных детей сталкиваются с трудностями с ранних лет. Ребенок не слушается родителей, необходимо все время его контролировать, постоянно находится рядом.

Подробнее о признаках этого синдрома вы можете узнать, посмотрев видео:

Иногда вызывающее поведение может быть обусловлено возрастными изменениями, к примеру часто двухлетние малыши перестают слушаться родителей, а трехлетки закатывают истерики по любому поводу.

Причины

Основными причинами, которые могут вызвать 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):

1. Гипердинамический синдром без дефицита внимания.
2. Синдром дефицита внимания присутствует, однако без гиперактивности (обычно бывает у детей женского пола – это девочки спокойные, рассеянные, тихони).
3. 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.

Также различают простую форму заболевания и осложненную. При осложненной форме СДВГ к симптомам добавляются другие признаки: нервный тик, заикание, энурез, головные боли.

Лечение

К лечению СДВГ необходимо подходит комплексно. Применяют некоторые процедуры, медикаменты, диеты, но основной упор делается на психологическую коррекцию и правильный подход в воспитании гиперактивного ребенка.

Назначать лекарственные препараты может только врач! Прием лекарств проводится под наблюдение специалиста. Кроме того возможно применение процедур, связанных со стимуляцией мозга слабыми импульсами электрического тока.

Важно и питание ребенка. Так при несбалансированной диете метаболизм детей нарушается, что может провоцировать раздражительность и капризность. Растущий организм требует белок, витамины и минералы. В рационе должны присутствовать продукты с высоким уровнем Омега3-жиров, оказывающие полезное действие на ЦНС. А вот количество сладостей и углеводов лучше уменьшить. Лучше давать ребенку ягоды и фрукты. Можно оставить в рационе немного черного шоколада.

Обязательна при лечении психологическая коррекция поведения ребенка. Психолог помогает ребенку лучше разобраться в своих действиях, а также даст советы родителям по построению отношений с таким ребенком и методам его воспитания и обучения.

Большая часть детей «перерастает» это заболевание, если у них не было осложнений и оказано своевременное лечение. В некоторых случаях СДВГ переходит и во взрослую жизнь, особенно при неказании своевременной адекватной помощи ребенку.

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.

Что делать родителям, воспитателям и учителям

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.

Отдавая ребенка в детский сад, необходимо заранее выбрать подходящий, где есть группы с возможностью играть, дети активно двигаются, выполняют задания и отвечают по желанию. Поговорите с воспитателем об особенностях малыша.

Если из-за поведения ребенка возникает конфликт в саду, то лучше забрать его оттуда. Нельзя обвинять кроху, что в этом виноват он, скажите, что просто ему не подошла эта группа.

Учеба в школе также имеет свои сложности. Обсудите, что делать учителю, чтобы не травмировать гиперактивного ребенка, помочь ему адаптироваться в классе. При выполнении домашних заданий следует подготовиться заранее, не отвлекаться. Занятия должны быть короткими, но эффективными, чтобы ребенок не потерял внимание.

Важно делать уроки регулярно, в одно и то же время. Необходимо понаблюдать за ребенком и определить наиболее подходящее время: после еды или после физической нагрузки. При наказании гиперактивного ребенка не стоит выбирать те, которые не дают ему двигаться: ставить в угол, сажать на специальный стул.

В данной ситуации вам также будут полезны материалы: почему ребенок нервный и агрессивный, как наказывать за плохое поведение. И обратите внимание, причины “непослушания” в разном возрасте могут быть разными – в 2, в 3, и в 4 года происходят значительные изменения в развитии ребенка и он может стать более капризным.

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.

Конкретные способы общения и взаимодействия с такими детьми приводятся в следующем видео:

Советы психологов

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.

Психологи отмечают, что правильно организованный распорядок дня, благоприятная обстановка в семье помогает ребенку в лечении СДВГ. Кроме того советы психолога такие:

1. Обеспечьте ребенку спокойную, стабильную, нераздражающую обстановку. Это поможет снизить накопление и выброс сильных эмоций.
2. У него должны сформироваться необходимые рефлексии, которые помогут четко соблюдать распорядок дня. Например, лечь спать после того, как мама прочтет сказку или споет песенку.
3. Для сброса лишней двигательной активности необходимо организовать ребенку занятия в спортивных секциях.

4. Не заставляйте гиперактивного ребенка долго заниматься утомительной работой, сидеть на одном месте. Периодически позволяйте активные действия для выхода лишней энергии.
- 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.

Итак, 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»