

Что такое гиперактивный ребёнок? (Синдром дефицита внимания)

Активный ребенок:

Большую часть дня не сидит на месте, предпочитает подвижные игры пассивным, но если его заинтересовать. Может почитать, пособирать пазлы;
Быстро и много говорит, задает бесконечное множество вопросов;
Для него нарушение сна и пищеварения - скорее исключение;
Он активен везде. Например, беспокойный и непоседливый дома, но спокойный- в садике, в гостях у малознакомых людей;
Он неагрессивный, может дать сдачи, но сам редко провоцирует скандал.

Гиперактивный ребенок:

Он находится в постоянном движении и просто не может себя контролировать, то есть даже если он устал, он продолжает двигаться, а, выбившись из сил, плачет, устраивает истерику;
Быстро и много говорит, глотая слова, перебивает, задает многочисленные вопросы, но не дослушивает ответы на них;
Его невозможно уложить спать, а если спит, то урывками, беспокойно, у него часто кишечные расстройства. Для гиперактивных детей не редки всевозможные аллергии.
Ребенок неуправляемый, при этом он абсолютно не реагирует на запреты и ограничения. И в любых случаях ведет себя одинаково активно (дом, магазин)
Часто провоцирует конфликты, не контролирует свою агрессию - дерется, кусается, толкается.

Какие симптомы указывают на гиперактивность:

Дефицит внимания;
Гиперактивность;
Импульсивность.

Ребенок имеет дефицит внимания, если он:

1. Не обращает внимания на детали, допускает ошибки в работе;
2. С трудом удерживает внимание в работе и в игре;
3. Не слушает, что ему говорят, и не в состоянии следовать инструкциям;
4. Не может организовать игру или деятельность;
5. Имеет сложности в выполнении заданий, требующих длительной концентрации внимания;
6. Часто теряет вещи;
7. Часто отвлекается;
8. Бывает забывчив.

Для диагностики дефицита внимания необходимо наличие 5 симптомов.

Ребенок гиперактивен, если он:

1. Совершает суетливые движения руками, ногами;
2. Часто вскакивает со своего места;
3. Гиперподвижен в ситуациях, когда в этом нет необходимости;
4. Не может играть в тихие игры;
5. Всегда находится в движении;
6. Очень много говорит.

Ребенок импульсивен, то есть не способен остановиться и подумать, прежде чем заговорить или совершить действие, если он:

1. Отвечает на вопрос, не выслушав его;
2. Не может дождаться своей очереди;
3. Вмешивается в разговоры и игры других.

Причины гиперактивности:

- Органическое поражение головного мозга;
- Патология беременности;
- Генетический фактор;
- Дисфункция активизирующих систем ЦНС;
- Пищевые факторы (питание с большим содержанием углеводов приводит к ухудшению показателей внимания).
- Социальные факторы (вседозволенность, отсутствие системы воспитания)
- Психические отклонения родителей;
- Асоциальное поведение родителей

Гиперактивность-это сочетание двигательного беспокойства, неусидчивости, недостаточной целенаправленности поступков, эмоциональной неустойчивости, то есть целый комплекс нарушений. При чем, гиперактивных мальчиков больше, чем девочек из-за большей ранимости плодов мужского пола к различным патологиям беременности, большая степень функциональной асимметрии полушарий головного мозга.

Как помочь:

- Спокойная психологичекая обстановка
- Четкий распорядок дня
- Научить управлять собой, выплескивать энергию
- Избегать двух крайностей - мягкости и повышенных требований
- Свести к минимуму количество запретов
- Хвалить, учить правильно распределять силы
- Оберегать от переутомления, связанного с избыточными впечатлениями от ТВ, ПК, магазины.
- Чередовать нагрузку и отдых
- Учить расслабляться – йога, арттерапия, сказкотерапия.

В учебной деятельности:

- Дозировать задание, контролировать выполнение
- Распоряжения давать кратко, четко не более 10 слов
- Предложить вести дневник успехов
- Пальчиковая гимнастика
- Рисование при помощи ног