Государственное учреждение образования

«Рогачевский районный центр коррекционно-развивающего обучения и реабилитации»

 ***«Отличие активных детей от гиперактивных детей»***

Оказывается, есть большая разница между просто активностью и навязчивой перевозбудимостью. Итак…

**Активный ребенок:**

- Большую часть дня "не сидит на месте", предпочитает подвижные игры пассивным (пазлы, конструкторы), но если его заинтересовать - может и книжку с мамой почитать, и тот же пазл собрать.

- Быстро и много говорит, задает бесконечное количество вопросов.

- Для него нарушение сна и пищеварения (кишечные расстройства) - скорее исключение.

- Он активный не везде. К примеру, беспокойный и непоседливый дома, но спокойный - в садике, в гостях у малознакомых людей.

- Он неагрессивный. То есть случайно или в пылу конфликта может и наподдать "коллеге по песочнице", 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 окончательно, плачет и истерит.

- Быстро и много говорит, глотает слова, перебивает, не дослушивает. Задает миллион вопросов, но редко выслушивает ответы на них.

- Его невозможно уложить спать, а если спит, то урывками, беспокойно. У него часто кишечные расстройства. Для гиперактивных деток всевозможные аллергии не редкость.

- Ребенок - неуправляемый, при этом он абсолютно не реагирует на запреты и ограничения. И в любых условиях (дом, магазин, детсад, детская площадка) ведет себя одинаково активно.

- Часто провоцирует конфликты. Не контролирует свою агрессию - дерется, кусается, толкается, причем пускает в ход подручные средства: палки, камни…

**Как определить, является ли Ваш ребенок гиперактивным**

 Чтобы определить, есть ли у Вашего ребенка особенности, характерные для детей с гиперактивностью, ознакомьтесь с системой критериев, по которым она определяется.

**1. При невнимании:**
– имеет незаконченные проекты;
– отличается нарушением устойчивого внимания (не может долго сосредотачиваться на интересном занятии);
– слышит, когда к нему обращаются. Но не реагирует на обращение;
– с энтузиазмом берется за задание, но не заканчивает его;
– имеет трудности в организации (игры, учебы, занятий);
– часто теряет вещи;
– избегает скучных задач и таких, которые требуют умственных усилий;
– часто бывает забывчив.

**2. Сверхактивность:**
– ерзает, не может усидеть на месте;
– проявляет беспокойство (барабанит пальцами, постоянно двигается, даже сидя);
– мало спит, даже в младенчестве;
– находится в постоянном движении (с «мотором»);
– очень говорлив.

**3. Импульсивность:**
– отвечает до того, как его спросят;
– не способен дождаться своей очереди;
– часто вмешивается, прерывает;
– резкие смены настроения;
– не может отложить вознаграждение (сразу и сейчас же);
– не подчиняется правилам (поведения, игры);
– имеет разный уровень выполнения заданий (на одних занятиях спокоен, на других – нет).

**Как помочь гиперактивному ребенку**

 Установите причину гиперактивности, проконсультируйтесь со специалистами.

 Если врач-невропатолог назначает курс лекарств, массаж, особый режим, необходимо строго соблюдать его рекомендации.

 Сообщите педагогам, воспитателям о проблемах ребенка, чтобы они учитывали особенности его поведения, дозировали нагрузку.

 Всегда убирайте опасные предметы из поля зрения малыша (острые, бьющиеся предметы, лекарства, бытовую химию и т.д.).

 Вокруг ребенка должна быть спокойная обстановка. Любое разногласие в семье усиливает отрицательные проявления.

 Важна единая линия поведения родителей, согласованность их воспитательных воздействий.

 С таким ребенком необходимо общаться мягко, спокойно, т.к. он, будучи очень чувствительным и восприимчивым к настроению и состоянию близких людей, «заражается» эмоциями, как положительными, так и отрицательными.

 Не превышайте нагрузки, не стоит усиленно заниматься с ребенком, чтобы он был таким, как другие сверстники. Бывает, что такие дети обладают неординарными способностями, и родители, желая их развить, отдают ребенка сразу в несколько секций, «перескакивают» через возрастные группы. Этого делать не следует, т.к. переутомление ведет к ухудшению поведения, к капризам.

 Не допускайте перевозбуждения. Важно строго соблюдать режим до мелочей. Обязателен дневной отдых, ранний отход ко сну на ночь, подвижные игры и прогулки должны сменяться спокойными играми, прием пищи в одно и тоже время и т.д. Друзей не должно быть слишком много.

 Старайтесь делать меньше замечаний, лучше отвлеките ребенка. Количество запретов должно быть разумным, адекватным возрасту.

 Чаще хвалите за то, что получается. Хвалите не слишком эмоционально во избежание перевозбуждения.

* Когда просите что-то сделать, старайтесь, чтобы речь не была длинной, не содержала сразу несколько указаний. («Пойди на кухню и принеси оттуда веник, потом подмети в коридоре» –

неправильно, ребенок выполнит лишь половину просьбы.) Разговаривая, смотрите ребенку в глаза.

 Не заставляйте ребенка долгое время спокойно сидеть. Если Вы читаете сказку, дайте ему в руки мягкую игрушку, малыш может встать, походить, задать вопрос. Следите за ним, если вопросов становится слишком много и не по теме, ребенок ушел в другой угол комнаты, значит, он уже устал.

 Приобщайте ребенка к подвижным и спортивным играм, в которых можно разрядиться от вьющей ключом энергии. Ребенок должен понять цель игры и учиться подчиняться правилам, учиться планировать игру. Желательно занять каким-то видом спорта, доступного по возрасту и темпераменту.

 Освойте элементы массажа, направленные на расслабление и регулярно проводите его. Поможет сосредоточиться легкое поглаживание по руке, по плечу в процессе чтения или другого занятия.

 Прежде чем отреагировать на неприятный поступок ребенка, сосчитайте до 10 или сделайте несколько глубоких вдохов, постарайтесь успокоиться и не терять хладнокровие. Помните, что агрессия и бурные эмоции порождают те же чувства и у малыша.

 Повремените с оформлением такого ребенка в детский сад.

 Гасите конфликт, в котором замешан Ваш ребенок, уже в самом начале, не ждите бурной развязки.

 Гиперактивный ребенок - особый, являясь очень чувствительным, он остро реагирует на замечания, запреты, нотации. Иногда ему кажется, что родители его совсем не любят, поэтому такой малыш очень нуждается в любви и понимании. Причем в любви безусловной, когда ребенка любят не только за хорошее поведение, послушание, аккуратность, но и просто за то, что он есть!

 Когда становится совсем тяжело, вспомните, что к подростковому возрасту, а у некоторых детей и раньше, гиперактивность проходит. Важно, чтобы ребенок подошел к этому возрасту без груза отрицательных эмоций и комплексов неполноценности.

**Составитель:**

**педагог-психолог ЦКРОиР**

**Т.А. Хотименко**

Использованы источники Интернет-ресурсов