

«Кто такие «гиперактивные» дети?»

В последнее время очень часто можно услышать термин «гиперактивный ребенок». Какой он? Каковы причины гиперактивности ребенка? Что делать в данной ситуации? Я решила разобраться в этой проблеме.

Педиатрия как наука, изучающая здоровье детей – особой возрастной категории – сформировалась сравнительно недавно. Для взрослых исследователей стало откровением то, что детское поведение, особенности психики, речь обладают собственными законами. Чрезмерно подвижные дети были описаны в середине 19 века, а в 60-х годах 20 века врачи определили это состояние как патологическое – ненормальное и назвали его ММД – минимальной мозговой дисфункцией, что говорило о минимальном расстройстве функций мозга. Гиперактивность как самостоятельное заболевание выделили в 80-е годы, с тех пор оно появилось в Международной классификации болезни под названием «синдром дефицита внимания с гиперактивностью», или СДВГ.

Главное отличие здорового ребенка от ребенка гиперактивного состоит в том, что первые являются вполне управляемыми детьми, периоды бурной активности у них носят кратковременный характер, гнев или агрессию такого малыша можно предотвратить или быстро купировать, он поддается уговорам, у него вполне развиты навыки самоконтроля.

Диагноз «синдром дефицита внимания с гиперактивностью» ставится обычно с учетом трех основных критериев: невнимательность, гиперактивность, импульсивность.

Если разбирать детально, то понятие «невнимательность» включает в себя:

- неспособность концентрировать внимание на деталях,
- отсутствие слухового восприятия,
- неумение доводить начатое дело до конца,
- проблемы с организацией собственной деятельности,
- отказ от занятий, требующих продолжительного интеллектуального напряжения,
- забывчивость,
- частые потери вещей, игрушек и т. д.

Далее остановимся на явлении гиперактивности, для неё характерны следующие признаки:

- суетливость ребенка,
- неумение заниматься каким-либо определенным делом,

- бесцельность двигательной активности ребенка, что называется движением ради движения,
- отказ от спокойных игр,
- чрезмерная разговорчивость.

И наконец импульсивность:

- ребенок торопится ответить на вопрос, не задумываясь, не дослушав его до конца,
- не умеет сдерживаться и дожидаться своей очереди, выкрикивает, перебивает, вступает в конфликты.

Если 6 из перечисленных признаков характеризуют поведение ребенка, то можно предположить, что он гиперактивен, но в любом случае, не стоит брать на себя ответственность в постановке диагноза, за консультацией лучше обратиться к специалисту в медицинское учреждение.

Причины развития гиперактивности:

1. Наследственность - одна из возможных причин. Ученые-генетики продолжают работу над определением гена, ответственного за передачу данного заболевания.

2. Беременность и роды. Токсикоз, гипертония, аллергия, астма, прием сильнодействующих лекарственных средств и другие факторы могут оказать негативное влияние на развитие эмбриона, спровоцировать внутриутробную гипоксию плода, в результате чего и происходит поражение мозга. Имеет значение и возраст родителей на момент рождения ребенка. Отмечено, что наибольшему риску подвергаются дети, чьи матери перешли тридцатилетний рубеж, либо не достигли 18 лет.

3. Травмы и заболевания в первые годы жизни. Первые двенадцать лет жизни идет интенсивное формирование головного мозга, любые травмы, полученные в этот период, могут привести к тяжелым последствиям. Не менее опасны для детей первых лет жизни и заболевания, сопровождающиеся высокой температурой.

4. Питание. Специалисты, исследующие проблему детской гиперактивности, все больше склоняются к тому, что в некоторых случаях она обусловлена нарушением режима питания. Содержащиеся во многих продуктах вещества (пищевые красители, усилители вкуса, консерванты, ароматизаторы) нарушают нейрохимические процессы мозга, что нередко приводит к химическому дисбалансу, следствием чего и становится гиперактивность.

5. Окружающая среда, социум. Одним из решающих факторов в развитии гиперактивности является обстановка, в которой растет и развивается ребенок. Педагоги и врачи подтверждают, что дети из так называемых неблагополучных семей (не только семьи, ведущие асоциальный образ жизни, но и семьи, в которых отсутствует взаимопонимание между родителями, частые конфликты, ссоры) отличаются от своих сверстников повышенной нервной возбудимостью, эмоциональной нестабильностью, отсутствием навыков самоконтроля.

Как помочь гиперактивному ребенку.

Рекомендации родителям и воспитателям.

Подход к подобным малышам очень трудно найти. При взаимодействии с ними от взрослых требуется немалая выдержка и терпение, ведь традиционные способы влияния здесь малоэффективны. Такие дети сами страдают от своей «неуправляемости» и нуждаются в помощи, но помочь им сейчас можете только вы, и помощь не будет единовременным актом, это долгая упорная работа, в том числе и над собой. Родителям, по возможности необходимо устранить из жизни ребенка те вредоносные факторы, о которых речь шла выше «Причины гиперактивности детей»: поговорить с другими членами семьи и выработать единую линию воспитания, сглаживайте конфликтные ситуации, свидетелем которых может быть ребенок, систематизируйте питание ребенка, поддерживайте контакт с педагогами детского сада, который посещает ваш ребенок.

Отношения с такими детьми должны строиться на доверии и взаимопонимании. Сдерживайте свои отрицательные эмоции, гнев, раздражение, не повышайте голоса на ребенка и откажитесь от физических наказаний. Откажитесь от нотаций и выговоров, ведь зачастую ребенок вас просто не слышит. Нельзя впадать и в другую крайность – вседозволенность. Отсутствие границ пугает ребенка, делает его беззащитным.

Необходимо ограничить время просмотра телевизора, прослушивания бурной музыки, исключить компьютерные игры, заменив их настольными, избегать посещения многолюдных мест и зрелищ, отдавать предпочтение прогулкам на свежем воздухе.

Ограничивать двигательную активность ребенка не стоит, так как ему необходимо избавляться от излишков энергии, но при этом нужно следить, чтобы он не переутомился.

Родителям так же необходимо придерживаться распорядка дня, к которому он привык в детском саду, это так же даст успокаивающий эффект.

Родителям необходимо обратиться к специалистам, которые назначат соответствующее лечение и дадут полезные рекомендации по стабилизации состояния ребенка.

Педагогами и психологами для коррекции тех или иных нарушений в развитии ребенка применяется очень действенный способ – это игротерапия, т. е. лечение игрой.

Правильно подобранные игры помогут лучше понять ребенка, выявить и сгладит то, что его волнует на данный момент, узнать об особенностях его развития и мировосприятия, конечно же, укрепить доверительные отношения. Развивая в игре те или иные качества малыша, вы облегчите его адаптацию в социуме, поможете обрести уверенность в себе и в окружающем мире.

Включать гиперактивных детей в коллективную деятельность, в том числе игры, целесообразно поэтапно: начинать с индивидуальной работы, затем привлекать к участию в деятельности в малых подгруппах и только после этого переходить к

фронтальным видам работы, прежде всего к играм с чёткими правилами, способствующим развитию внимания.

Тренировку отклоняющихся от нормы особенностей поведения тоже следует проводить поэтапно. На первых порах надо подбирать упражнения и игры, которые способствуют развитию одной особенности, например, только внимания или только умения контролировать свои импульсивные действия и двигательную активность.

Поработав с одной особенностью и получив результаты, можно подбирать игры на выработку двух функций. Как уже отмечалось, начинать лучше с индивидуальных форм работы, чтобы ребёнок мог хорошо усвоить требования педагога, а затем постепенно вовлекать его в коллективные игры. При этом надо увлечь ребёнка, сделать так, чтобы ему было интересно. Когда же у него появится опыт участия в играх и упражнениях, направленных на одновременное развитие двух слабых функций (внимание и контроль двигательной активности и др., можно переходить к более сложным формам работы по отработке в одной игре всех трёх функций.

Каждый педагог по своему усмотрению может расширить этот перечень, используя игры, как для индивидуальной, так и для групповой работы (в зависимости от этапа и целей занятий).

Родители гиперактивных детей часто испытывают немалые трудности в их воспитании. Далёко не каждому из них по душе поведение ребёнка в общественных местах и дома, но многочисленные окрики и запреты не приводят к желаемому результату. Родители гиперактивного ребёнка нередко с опасением относятся к детскому саду. Они уже заранее переживают: вот сейчас выйдет воспитатель и начнёт «распекать» их чадо. Услышав первые замечания педагога, мамы и папы либо начинают отчаянно защищаться, либо стоят с поникнувшей головой, будто ругают их самих. После такой «прелюдии» они, как правило, встречают выбегающего к ним навстречу ребёнка упреками и нотациями. Педагог, присутствующий при этой «тёплой» встрече, тоже очень неловко себя чувствует и даже сожалеет о том, что стал причиной ссоры.

На самом деле научиться избегать подобных ситуаций можно. Для этого, прежде всего, следует убедить родителей в том, что их ребёнок такой, какой он есть. И в этом никто не виноват: ни он сам, ни они. И никаких оснований, для того чтобы испытать чувство вины, у мамы и папы нет.

Уверенность родителей в том, что окружающие не отвергают их ребёнка, а принимают его, поможет и им самим лучше понять и принять сына или дочь. Если воспитатель встретит родителей не жалобами, а позитивной информацией, то на смену напряжённому состоянию придёт чувство гордости, радости. И, увидев бегущего к ним ребёнка, родители встретят его не упреками, а нежностью и улыбкой.

Гиперактивному ребёнку требуется постоянная психологическая поддержка. Как и другие дети, он хочет быть успешным в делах, за которые берётся, однако чаще всего ему это не удаётся. Поэтому родителям следует продумывать все поручения, которые они дают ребёнку, и помнить: ребёнок делает только то, что ему интересно, и занимается этим до тех пор, пока ему не надоест. Как только ребёнок устанет, его следует переключить на другой вид деятельности. Если ребёнок будет очень стараться, но случайно что-то сделает не так, то можно и простить. Необходимо

хвалить и поощрять его за проделанную работу, гиперактивные дети очень чутко реагируют на похвалу. Радуйтесь вместе с ребенком его успехам, даже самым малым, дайте ему понять, что вы замечаете его старания и усилия, гордитесь им. Пусть он чувствует себя успешным!

Список литературы:

1. Кузнецова Е. А. Игры для гиперактивных детей. - Ростов-на-Дону: Феникс, 2011
2. Сиротюк А. Л. Синдром дефицита внимания с гиперактивностью. Диагностика, коррекция и практические рекомендации родителям и педагогам. - М: Сфера, 2005