

КОНСУЛЬТАЦИЯ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ  
**«Гиперактивные дети»**

Подготовила: педагог-психолог  
Жданова С.А.

# ЧТО ТАКОЕ ГИПЕРАКТИВНОСТЬ?

Это сложное слово состоит из двух простых слов: "Гипер..." , указывающее на превышение нормы, и "активный", означающее "действенный, деятельный".

Большинство исследователей отмечают три основных блока проявления гиперактивности:

- дефицит внимания;
- импульсивность;
- повышенная двигательная активность.

Часто гиперактивности сопутствуют проблемы во взаимоотношениях с окружающими, трудности в обучении, низкая самооценка. При этом уровень интеллектуального развития у детей не зависит от степени гиперактивности и может превышать показатели возрастной нормы. Первые проявления гиперактивности наблюдаются в возрасте до 7 лет и чаще встречаются у мальчиков, чем у девочек, большая часть гиперактивных детей - светловолосые и голубоглазые. Гиперактивность - это медицинский диагноз, который имеет право ставить только невролог или детский психиатр, после специальной медицинской диагностики.

# ПРИЧИНЫ ГИПЕРАКТИВНОСТИ

## Врожденные

### *Генетическая*

### *Здоровье матери*

Гиперактивные дети часто рождаются у матерей, страдающих аллергическими заболеваниями, например сенной лихорадкой, астмой, экземой или мигренью.

- ⦿ родовые или пренатальные травмы
- ⦿ гиперактивность ребенка является последствием курения будущей матери, приема лекарств (особенно в первый триместр беременности), перенесенные ею инфекции, сильные стрессы или травмы.

## Приобретенные

### *Травматические*

Серьезные травмы головы могут нарушить деятельность мозга в любом возрасте, прием лекарств

### *Психологические*

- ⦿ конфликты взрослых в присутствии детей, система воспитания «без границ»

### *Окружающая среда*

- ⦿ наличие свинца и нитратов в водопроводной воде, выхлопные газы, пестициды и другие химикаты в окружающей среде могут привести к гиперактивности.

# ХАРАКТЕРИСТИКА ГИПЕРАКТИВНОГО РЕБЕНКА

1. Непоследователен, ему трудно долго удерживать внимание.
2. Не слушает, когда к нему обращаются.
3. С большим энтузиазмом берется за задание, но так и не заканчивает его.
4. Испытывает трудности в организации.
5. Часто теряет вещи.
6. Избегает скучных и требующих умственных усилий заданий.
7. Часто бывает забывчив.
8. Постоянно ерзает.
9. Проявляет признаки беспокойства (барабанит пальцами, двигается в кресле, бегают, забирается куда-либо).
10. Спит намного меньше, чем другие дети, даже во младенчестве.
11. Очень говорлив.
12. Начинает отвечать, не дослушав вопроса

13. Не способен дождаться своей очереди, часто вмешивается, прерывает.
14. Плохо сосредоточивает внимание.
15. Не может дожидаться вознаграждения (если между действием и вознаграждением есть пауза).
16. Не может контролировать и регулировать свои действия. Поведение слабо управляемо правилами.
17. При выполнении заданий ведет себя по-разному и показывает очень разные результаты. (На некоторых занятиях ребенок спокоен).

# РЕКОМЕНДАЦИИ РОДИТЕЛЯМ

- Записаться на прием к неврологу или детскому психиатру (если возникли подозрения), если диагноз подтвердился то:
- Поддерживайте дома четкий распорядок дня;
- Избегайте по возможности большого скопления людей;
- Старайтесь реже говорить "нет" и "нельзя" - лучше попробуйте переключить его внимание;
- Давайте ребёнку только одно задание на определенный отрезок времени, чтобы он мог его завершить;
- Оберегайте ребёнка от утомления
- Массаж
- Плавание, танцы
- Лепка из пластилина.
- Физические упражнения: длительные прогулки, бег трусцой, лыжи, езда на велосипеде.
- Занятия в спортивной секции должны быть 3-4 раза в неделю. Нежелательно: любые виды спортивной борьбы. Необходимо отдавать предпочтение легкоатлетическим видам спорта.
- Физические наказания порождают агрессию
- Поощряйте сильные стороны ребенка. Помогите ребенку стать знатоком и виртуозом в каком-либо деле (музыка, шахматы и т.д.)
- Поощрение. Можно использовать балльную или знаковую систему. Чаще хвалите ребенка.