МАУ ДО «Сорокинский центр развития ребёнка – детский сад № 1»

**Беседа с родителями**

**«Гиперактивность.**

 **Как с этим бороться»**

Воспитатель: Татьяна Викторовна Шепелева

с. Б. - Сорокино

«Детская гиперактивность – это вовсе не приговор, но и не стоит рассматривать ее как невинную шалость. Родители, вы обязаны помочь ему своей любовью, вниманием, терпением и лаской.»

Признаки гиперактивности у детей.

Детская гиперактивность – модный недуг нашего времени. Чуть ли не каждому второму ребенку ставят диагноз «гиперактивный ребенок».

Чем отличается гиперактивный ребенок от просто активного? И когда нужно беспокоиться о детской гиперактивности? Какие признаки гиперактивности у детей существуют? Сегодня об этом.

Высокая моторная (двигательная) активность характерна для большинства детей раннего и дошкольного возраста. По сути любой ребенок – это сгусток энергии. Родителям кажется, что «у них шило в одном месте», это «энерджайзер» или «вечный двигатель». «Шилопопое создание» как я это называю))

Другое дело, если двигательная активность носит патологический характер. Вот тогда и говорят о детской гиперактивности.

Диагноз «детская гиперактивность» устанавливается врачом на основании бесед с родителями и описании различных поведенческих особенностей Вашего ребенка. Никаких дополнительных медицинских, лабораторных или психологических тестов обычно не проводится.

Детская гиперактивность развивается и констатируется в возрасте 3 - 7 лет. Диагностируется у ребенка, если признаки гиперактивности у детей: сниженного внимания, беспокойной двигательной активности и непредсказуемого поведения – проявляются в течение 6 месяцев и более.

Разовые признаки гиперактивности у детей или проявляющиеся в течение недели-месяца могут свидетельствовать, например, о сильных эмоциональных стрессах в жизни ребенка, приближающемся возрастном кризисе или плохом самочувствии.

Если же признаки гиперактивности у детей устойчивы на протяжении длительного времени, не поддаются коррекции ласковым обращением к ребенку, то есть повод обратиться к специалисту: педиатру, детскому психологу или неврологу.

Для работы с такими детьми существуют специальные центры медико-социальной и психолого-педагогической помощи.

Признаки гиперактивности у детей могут привлечь внимание родителей с первых месяцев жизни ребенка: гиперактивный ребенок меньше и хуже спит, много беспокоится и плачет, во время бодрствования излишне подвижен и возбужден, своей избыточной активностью может наносить себе нелепые «ранения», имеет сложности с засыпанием, чувствителен к внешним раздражителям (шуму, свету, темноте, духоте и т.д.).

На эти признаки гиперактивности у детей нужно обратить внимания, но излишних опасений у молодых мамочек вызывать не должны. Многие дети беспокойны от рождения. Эти трудности иногда снимаются купанием в успокаивающих травах, легким массажем и ласковым отношением.

В дошкольном возрасте признаки гиперактивности у детей нужно диагностировать по следующим моментам:

Беспокойные движения в кистях и стопах. Сидя на стуле, корчится, извивается.

Не может спокойно сидеть на месте, когда этого от него требуют.

Легко отвлекается на посторонние стимулы.

С трудом дожидается своей очереди во время игр и в различных ситуациях в коллективе (занятия, экскурсии, праздники).

На вопросы часто отвечает, не задумываясь, не выслушав их до конца.

При выполнении предложенных заданий испытывает сложности (не связанные с негативным поведением или недостаточностью понимания).

С трудом сохраняет внимание при выполнении заданий или во время игр.

Часто переходит от одного незавершенного действия к другому.

Не может играть тихо, спокойно.

Болтливый.

Часто мешает другим, пристает к окружающим (например, вмешивается в игры других детей).

Часто складывается впечатление, что ребенок не слушает обращенную к нему речь.

Часто теряет вещи, необходимые в детском саду, школе, дома, на улице.

Иногда совершает опасные действия, не задумываясь о последствиях, но приключений или острых ощущений специально не ищет (например, выбегает на улицу, не оглядываясь по сторонам).

Если из предложенных признаков гиперактивности у детей Вы ответили утвердительно 8 раз и более, то можно диагностировать детскую гиперактивность.

Гиперактивный ребенок раздражает и неудобен родителям тем, что он недисциплинирован, беспокоен, навязчив по отношению к людям (пристает к знакомым и незнакомым). Часто отвлекается и не воспринимает замечания к своему поведению.

Интеллектуально гиперактивный ребенок совершенно сохранен, т.е. умственные функции у него не нарушены. Однако трудности сосредоточения на заданиях, сложности понимания их, организации своей деятельности, неряшливость при оформлении – все это создает основу школьной неуспеваемости.

Кроме того, из-за трудностей контроля собственного поведения, непредсказуемого поведения и вообще своеобразия личности гиперактивный ребенок может испытывать трудности адаптации к детскому коллективу.

Признаки гиперактивности у детей наиболее ярко начинают проявляться в 4-5-летнем возрасте. В школьном возрасте гиперактивному ребенку приходится достаточно сложно, в связи с тем, что требования к вниманию в школе достаточно жесткие. К подростковому возрасту, детская гиперактивность значительно снижается или исчезает.

Итак, детская гиперактивность развивается на фоне чуть повышенной активности зон головного мозга, когда процессы возбуждения преобладают над процессами торможения. Признаки гиперактивности у детей помогут определиться, присутствует ли гиперактивность у Вашего ребенка?.

Гиперактивность у ребенка станет угасать, если создать для него определенные условия: спокойную психологическую семейную обстановку и правильный режим дня, непременно включающий в себя прогулки на свежем воздухе. И поскольку гиперактивность у ребенка в большей степени имеет психологическую природу, то помочь своему ребенку в первую очередь смогут именно они. Особенно придется потрудиться эмоциональным, импульсивным и плохо организованным родителям, которые все время куда-то спешат, постоянно везде опаздывают, и при этом обвиняют детей в медлительности и своих опозданиях. Родители должны взять себя в руки, набраться терпения и выдержки, постараться, как можно меньше нервничать и четко следовать своим планам, меняя их только в крайних случаях. Ведь личный пример – лучший пример для подражания и лучший способ воспитания!

С беседой ознакомлены: