

# Консультация для педагогов. Рекомендации родителям

## «Гиперактивный ребёнок»

**Описание материала:** Предлагаю вам рекомендации для родителей гиперактивных детей. Данный материал будет полезен воспитателям при подготовке к родительским собраниям, консультациям, как информация в родительских уголках.

### **Задачи:**

1. Предоставить родителям теоретическую информацию об особенностях гиперактивных детей;
2. Предложить методы и приемы взаимодействия с гиперактивными детьми;
3. Показать важность и необходимость комплексного подхода к воспитанию, обучению и коррекции поведения детей. Только в том случае, когда мы все – и педагоги, и родители, и медики, и психологи, - совместными усилиями помогаем ребенку, наша помощь будет по – настоящему эффективной.

Каждый ребенок — индивидуальность. А что это такое? Как ее развивать? И как понять ребенка, как учесть ее, эту индивидуальность, если ребенок не сидит на месте, быстро раздражается, вертится, постоянно что-то роняет, проливает и одновременно с этим привязывает соседского кота к стулу? Для того, чтобы сделать легче поиск удачных приемов воспитания и обучения, мы поговорим сегодня о некоторых категориях детей, с которыми часто бывает трудно ладить. Итак, если вашему ребенку трудно усидеть на месте, если он суетится, много двигается, неуклюж и часто роняет вещи, если он невнимательный и легко отвлекается, если поведение ребенка слабоуправляемое, то, возможно, ваш ребенок — гиперактивный.

## **Гиперактивность**

(англ. hyperactive child syndrome; attention-deficit hyperactivity disorder) синдром дефицита внимания с гиперактивностью (С. д. в. г.), гипердинамический синдром. Гиперактивность проявляется несвойственными для нормального ребенка невнимательностью, отвлекаемостью, импульсивностью.

Гиперактивность – это не поведенческая проблема, не результат плохого воспитания, а медицинский и психологический диагноз, который может быть поставлен специалистами по результатам специальной диагностики и наблюдением за ребенком.

Если ребенок живой, подвижный и непоседливый – это не всегда свидетельствует о его гиперактивности. Вполне нормально, если он не может усидеть долго за столом, неугомонен перед сном, непослушен в магазине игрушек и бегаем, не останавливаясь, после длительного переезда. Главное отличие активного ребенка от гиперактивного заключается именно в том, что последний будет бегать, бесцельно двигаться, не задерживаясь надолго на любом, самом интересном предмете, независимо от ситуации, будь то дома, в гостях или кабинете врача. На него не действуют ни бесконечные просьбы, ни уговоры, ни подкуп. У него не работает механизм самоконтроля, в отличие от его сверстников, даже самых избалованных.

Гиперактивность – это болезнь, которую необходимо лечить.

Авторы психологического словаря относят к внешним проявлениям гиперактивности невнимательность, отвлекаемость, импульсивность, повышенную двигательную активность... Первые признаки гиперактивности наблюдаются в возрасте до 7 лет и чаще встречаются у мальчиков, чем у девочек.

Характерная черта умственной деятельности гиперактивных детей – цикличность:

продуктивно они могут работать 5–15 минут. А затем 3–7 минут мозг отдыхает, накапливает энергию для следующего цикла. В момент адаптации необходимо двигаться, крутиться и постоянно вертеть головой. Для этого чтобы сохранить концентрацию внимания, он применяет адаптивную стратегию: активизирует центры равновесия при помощи двигательной активности.

Существуют различные мнения о причинах возникновения гиперактивности: это могут быть генетические факторы, особенности строения и функционирования головного мозга, родовые травмы, инфекционные заболевания, перенесенные ребенком в первые месяцы жизни. Наличие гиперактивности определяет специалист — врач после проведения специальной диагностики. При необходимости назначается медикаментозное лечение.

Внешние проявления гиперактивности с возрастом могут меняться. Если в раннем детстве отмечается незрелость двигательных и психических функций, то в подростковом возрасте проявляются нарушения адаптационных механизмов, а это может стать причиной правонарушений и преступлений. У гиперактивных детей часто развивается тяга к алкоголю и наркотическим веществам. Гиперактивность считается патологией и представляет собой серьезную социальную проблему. К подростковому возрасту повышенная двигательная активность в большинстве случаев исчезает, но импульсивность и дефицит внимания сохраняется.

Гиперактивность у детей способствует возникновению трудностей в освоении чтения письма, счета. Наблюдается задержка в психическом развитии на 1.5–2 года. Недостаточно развита внутренняя речь, которая должна контролировать социальное поведение. У них слабая психоэмоциональная устойчивость при неудачах, низкая самооценка, упрямство, лживость, вспыльчивость, агрессивность. Из-за непонимания со стороны окружающих у детей формируется агрессивная модель поведения, выгодная для них, а поэтому трудноисправимая.

Дети с синдромом гиперактивности имеют достаточно высокие компенсаторные механизмы. Для их включения должны соблюдаться **определенные условия:**

- обеспечение эмоционального нейтрального воспитания без интеллектуальных перегрузок;
- соблюдение режима дня и достаточное время для сна;
- соответствующая медикаментозная поддержка;
- разработка индивидуальной помощи ребенку со стороны невролога, психолога, воспитателей и родителей.

Как выявить гиперактивного ребенка?

Основные проявления гиперактивности можно разделить на 3 блока: дефицит активного внимания, двигательная расторможенность и импульсивность.

Американские психологи Бейкер и Алворд предлагают следующие критерии выявления гиперактивности у ребенка.

### **Критерии гиперактивности:**

#### **Дефицит активного внимания:**

1. непоседлив; не последователен;
2. не может долго удерживать внимание, не может сосредоточиться;
3. невнимателен к деталям;
4. при выполнении задания допускает большое количество ошибок в результате небрежности;
5. плохо слушает, когда к нему обращаются;
6. с большим энтузиазмом берется за задание, но так и не заканчивает его;
7. испытывает трудности в организации;
8. избегает заданий, требующих долгих умственных усилий;

9. легко отвлекается;
10. часто сменяет деятельность;
11. часто бывает забывчив;
12. легко теряет вещи.

#### **Двигательная расторможенность:**

1. постоянно ерзает;
2. проявляет признаки беспокойства (барабанит пальцами, двигается в кресле, теребит пальцами волосы, одежду и т.д.);
3. часто совершает резкие движения;
4. очень говорлив;
5. быстрая речь.

#### **Импульсивность:**

1. начинает отвечать, не дослушав вопрос;
2. не способен дождаться своей очереди, часто вмешивается, прерывает;
3. не может дождаться вознаграждения (если между действиями и вознаграждением есть пауза);
4. при выполнении заданий ведет себя по-разному и показывает очень разные результаты (на некоторых занятиях ребенок спокоен, на других - нет, но одних уроках он успешен, на других - нет);
5. спит намного меньше, чем другие дети, даже в младенчестве.

#### **Правила поведения родителей с гиперактивным ребенком:**

- поддерживать дома четкий распорядок дня;
- выслушивать то, что хочет сказать ребенок (в противном случае он не услышит вас);
- автоматически одними и теми же словами повторять многократно свою просьбу (нейтральным тоном);
- отвлекать ребенка в случае капризов: предложить на выбор другую возможную в данный момент деятельность; задать неожиданный вопрос; отреагировать неожиданным для ребенка образом (пошутить, повторить его действия);
- сфотографировать ребенка или подвести его к зеркалу в тот момент, когда он капризничает;
- оставить в комнате одного (если это безопасно для его здоровья);
- не запрещать действие ребенка в категоричной форме;
- не читать нотаций (ребенок все равно их не слышит);
- не приказывать, а просить (но не заискивать);
- не настаивать на том, чтобы ребенок во что бы то ни стало принес извинения.
- Работать с ребенком в начале дня, а не вечером.
- Делить работу на короткие периоды. Использовать физкультминутки.
- Снизить требования к аккуратности в начале работы.
- Сидеть рядом с ребенком во время занятий. Использовать тактильный контакт.
- Договариваться с ребенком о тех или иных действиях заранее.
- Поощрять сразу же, не откладывая на будущее.
- Предоставлять возможность выбора.
- Оставаться спокойным. Нет хладнокровия — нет преимущества!

#### **Ограничения:**

1. Не позволяйте ребенку засиживаться перед телевизором. В некоторых семьях принято оставлять постоянно работающий телевизор, даже если его никто не смотрит в данный момент, в этом случае нервная система ребенка сильно перегружается от постоянного шумового и светового фона. Старайтесь, чтобы телевизор в комнате, где находится малыш, был выключен.
2. Не разрешайте ребенку играть в компьютерные игры.
3. Гиперактивный ребенок перевозбуждается от большого скопления людей. По возможности избегайте людных мест (крупные магазины, рынки, театры) – они оказывают на нервную систему ребенка чрезмерно сильное действие.
4. Гиперактивного ребенка нужно отдавать в сад как можно позже, когда он уже научится более-менее контролировать своё поведение. И обязательно предупредите воспитателей о его особенностях.

### **Как играть с таким ребенком?**

Подбирая игры, особенно подвижные, необходимо учитывать особенности детей: дефицит внимания, двигательная активность, импульсивность, быструю утомляемость, неумение длительное время подчиняться групповым правилам. В игре трудно дождаться своей очереди и считаться с интересами других. Желательно использовать игры с четкими правилами, способствующие развитию внимания.

- «Найди отличие». Ребенок рисует несложную картинку (котик, домик) и передает ее взрослому, а сам отворачивается. Взрослый дорисовывает несколько деталей и возвращает картинку. Ребенок должен заметить, что изменилось в рисунке. Затем взрослый и ребенок меняются местами.
- «Ласковые лапки». 6-7 мелких предметов различной фактуры: кусочек меха, кисточка, бусы, вата. Все выкладывается на стол. Ребенку предлагается оголить руку по локоть; родитель объясняет, что по руке будет ходить «зверек» и касаться ласковыми лапками. Надо с закрытыми глазами угадать, какой «зверек» прикасается к руке, — отгадать предмет. Прикосновения должны быть поглаживающими, приятными. Вариант игры: «зверек» будет прикасаться к щеке, колену, ладони.
- «Кричалки-шепталки-молчалки» 3 силуэта ладони: красный, желтый, синий. Это сигналы. Когда взрослый поднимает красную руку — «кричалку», можно бегать, кричать, сильно шуметь; желтая ладонь — «шепталка» — можно тихо передвигаться и шептаться; на сигнал «молчалка» — синяя ладонь — дети должны замереть на одном месте или лечь на пол и не шевелиться. Заканчивать игру следует молчалками.
- «Час тишины и час можно».
- «Давайте поздороваемся»: 1 хлопок — здороваемся за руку, 2 хлопка – плечиками, 3 хлопка — спинками.
- «Ловим комаров».

### **Упражнения, направленные на развитие произвольности и самоконтроля:**

- «Черепашка».
- «Кричалки-шепталки-молчалки».
- «Говори».
- «Царевна Несмеяна».

### **Упражнения на снижения импульсивности и агрессивности:**

- «Крик в пустыне».

«Два барана».

«Рубка дров».

**Упражнения, направленные на развитие концентрации внимания:**

«Кто летает?».

«Чужие колени».

«Сантики-фантики-лимпопо».

«Считалочки-бормоталочки».

**Литература.**

1. Арцишевская И.Л. Работа с гиперактивными детьми в детском саду. – М.: Книголюб, 2011 г.
2. Выготский Л.С. Педагогическая психология/ под ре. В.В. Давыдова. – М.: АСТ: Астрель: Люкс, 2005 г.
3. Лютова Е.К., Моница Г.Б. Шпаргалка для родителей. Психокоррекционная работа с гиперактивными, агрессивными, тревожными и аутичными детьми. – М.: Речь, 2010 г.
4. Широкова Г.А. Справочник дошкольного психолога. Изд. 6-е. Рн/Д: Феникс, 2008 г.
5. Работа с родителями: практические рекомендации и консультации по воспитанию детей 2–7 лет/ авт. сост. Е.В. Шитова. – В.: Учитель, 2009г.

