

Консультация

<http://www.newsko.ru/news/nk-2818132.html>

Синдром непоседы

С каждым годом гиперактивных детей становится больше. Одни считают, что это болезнь цивилизации, другие связывают чрезмерную непоседливость детей с недостаточным вниманием родителей.

О том, как решать проблемы воспитания рассказала детский и подростковый психолог, психотерапевт Оксана Богомягкова.

Что такое гиперактивность у детей?

- Синдром дефицита внимания и гиперактивности (СДВГ) широко распространён и является объектом исследования специалистов. По статистике в России таких детей до 18 %, при этом мальчиков с СДВГ в девять раз больше, чем девочек.

Гиперактивные дети с раннего детства как бы бросают вызов окружающему миру. Они не похожи на других, их поведение резко выходит за рамки привычного для детей их возраста. Такого ребёнка можно сразу выделить из группы других детей по характерной позе, поведению «бойцовского петушка», готового броситься в драку.

Такой ребёнок не может сконцентрироваться на каком-либо занятии, его внимание перескакивает с одного предмета на другой. Дети с СДВГ, не достигнув результата, часто бросают занятие. Они чрезвычайно подвижны, бегают, крутятся, пытаются куда-то забраться. Дошкольники и младшие школьники могут испытывать сложности, когда застёгивают пуговицы и завязывают шнурки, а также во время конструирования, лепки и рисования.

Можно отметить неловкость, неуклюжесть: ребёнок как бы не «вписывается» в пространство, натывается на углы, часто идёт напролом, не обращая внимания на препятствия.

Непоследовательность и непредсказуемость в поведении делают их нежелательными членами детского коллектива. Как правило, у них нарушены отношения со сверстниками и взрослыми.

С чем связано развитие СДВГ?

- Существует достоверная связь заболевания с органическими поражениями головного мозга, возникающими во время беременности и родов, а также в первые годы жизни.

К факторам риска внутриутробного развития можно отнести токсикоз матери во время беременности, обострение у неё хронических заболеваний или инфекционные заболевания, принятие больших доз алкоголя и курение во время беременности, травмы в области живота, иммунологическая несовместимость по резус-фактору, попытки прервать беременность или угроза выкидыша.

На ещё не родившегося ребёнка влияют также стрессы и психотравмы, испытываемые матерью, нежелание иметь ребёнка. Отрицательно сказаться на созревании мозга могут любые заболевания в младенчестве, сопровождающиеся высокой температурой и приёмом сильнодействующих лекарств.

Важна и внутрисемейная ситуация: отсутствие одного или двух родителей, частые конфликты, различные подходы к воспитанию ребёнка у родителей, продолжительная разлука с ними, тяжёлое заболевание, алкоголизм или наркомания у родственников. Гиперактивные дети имеют огромный дефицит физического и эмоционального контакта с матерью и отцом. Из-за их отсутствия чаще всего и возникают тревожность, неуверенность, возбудимость, негативизм, а они, в свою очередь, отражаются на умении ребёнка контролировать себя, сдерживаться, быть внимательным.

К какому врачу обращаться при подозрении на СДВГ?

- Внимательные родители могут заметить признаки гиперактивности: непоседлив, невнимателен, избегает выполнения просьб, теряет вещи. В таких случаях стоит обратиться к неврологу и детскому психологу. Но надо понимать: добиться исчезновения этих симптомов в короткие сроки (за несколько месяцев и даже лет) невозможно.

В воспитании ребёнка с гиперактивностью необходимо избегать двух крайностей: проявления чрезмерной мягкости, с одной стороны, а с другой – постановки перед ним повышенных требований, которые он не в состоянии выполнить.

Ребёнка необходимо поощрять за целенаправленную, сосредоточенную деятельность, хвалить в каждом случае, когда ему удалось довести начатое дело до конца.

Распорядок дня, список дел, записки с напоминаниями прививают ребёнку навыки планирования и организации собственной деятельности. Лучше, если его жизнь будет строиться по стереотипному распорядку, чтобы он в определённое время питался, делал уроки, играл, выполнял доступную для него работу по дому, смотрел

телевизор.

Обстановка дома должна быть доброжелательной и спокойной.

Необходимо оберегать гиперактивных детей от переутомления от избыточного количества впечатлений и раздражителей. Во время игр со сверстниками лучше ограничивать ребёнка лишь одним партнёром и избегать беспокойных, шумных компаний. Для выплеска лишней энергии и сил запишите его в спортивную секцию.

Не пытайтесь переделать ребёнка, «вылечить» гиперактивность. СДВГ можно только понять, принять и «направить в мирное русло». С возрастом ребёнок научится с ней управляться и это придаст ему продуктивность в деятельности, возможность достигать многого в короткие сроки.