



ЕСЛИ РЕБЕНОК  
ОЧЕНЬ АКТИВНЫЙ

# ЧТО ЭТО ТАКОЕ?

Среди педагогов и родителей все еще бытует мнение, что гиперактивность - это всего лишь поведенческая проблема или просто «**распущенность**» ребенка или результат неумелого воспитания. Причем чуть ли не каждого ребенка, проявляющего излишнюю подвижность и неусидчивость, взрослые причисляют к разряду гиперактивных детей. Такая поспешность в выводах не всегда оправдана

Суть синдрома дефицита внимания с гиперактивностью (СДВГ) состоит в том, что дети не могут сосредоточиться на выполнении задания, допускают досадные ошибки из-за невнимательности, не слушают объяснений. Зачастую такое отсутствие концентрации совмещается с избыточной подвижностью (ребенок не может усидеть на месте и нескольких минут), называемой гиперактивностью.

При этом интеллектуальные способности ребенка могут быть довольно неплохими – ребенок может, сосредоточившись на короткое время, решить сложное задание, но затем утрачивает внимание и следующее, уже более легкое, завершить у него не получится.

# СИМПТОМАТИКА

НЕВНИМАТЕЛЬНОСТЬ	ГИПЕРАКТИВНОСТЬ	ИМПУЛЬСИВНОСТЬ
Невозможность сконцентрировать внимание на слушании объяснений или выполнении заданий.	Нетерпеливость.	Ребенок нетерпелив (выкрикивает ответ еще до того, как прозвучит вопрос).
Забывчивость.	Большое количество движений, подвижность. Даже когда ребенок сидит, он качает ногой или шевелит кистями.	Не могут ждать, хотят, чтобы их желания выполнялись «здесь и сейчас».
Повышенная отвлекаемость.	Чрезмерная общительность.	Перебивают.
Многочисленные ошибки из-за невнимательности.	Эти дети все время в движении.	
Такие дети часто теряют и забывают вещи.		

# ОТЛИЧИЕ ОТ ИЗБАЛОВАННОСТИ

Родителям следует помнить, что каждый малыш имеет определенный тип темперамента, который и определяет его подвижность и другие особенности поведения. Поэтому ребенок может быть активным и подвижным при встрече со знакомыми, при покупке игрушек или во время игр с родителями. Это нормально и не говорит о наличии проблем. Но если он постоянно бегает и суетится, то речь может идти о гиперактивности.

Каждый ребенок время от времени может быть невнимательным, чрезмерно возбужденным, но это еще не говорит о наличии у него СДВГ – симптоматика должна наблюдаться минимум полгода. Чаще всего синдром проявляет себя в возрасте до 7 лет, постепенно приводя к конфликтам в семье и сложностям в общении со сверстниками.

# СОВЕТЫ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

Гиперактивность у детей и синдром дефицита внимания – серьезное испытание для родителей, которые очень устают от озорного, на их взгляд, поведения ребенка. Рекомендуется родителям придерживаться следующих несложных правил:

1. Вместо постоянной критики – позитив. Дети с СДВГ очень чувствительны, тем более что им часто приходится слушать высказывания с частицей «не»: «не кричи», «не бегай». Вместо этого замечания следует делать в позитивном ключе. Не «не бегай», а «давай вместе поиграем в настольную игру».
2. Похвала – лучшая мотивация. Ребенка можно и нужно хвалить даже за самые незначительные успехи. Или хотя бы за старание.
3. Общение не менее важно. Необходимо расспрашивать малыша о том, как прошел его день, чем он занимался, что нового узнал. Интерес родителей для ребенка очень важен.
4. Составление расписания. Дошкольник будет чувствовать себя гораздо спокойнее, если у него будут определенные дела, которые необходимо выполнить в конкретное время. Это в дальнейшем поможет и в школе, грамотный режим труда и отдыха позволит ребенку передохнуть после занятий и только потом приступать к домашним урокам.
5. Когда малыш нервничает или взволнован, нужно помочь ему успокоиться при помощи спокойных игр, классической музыки, водных процедур.