

**Котенева Нина Викторовна**

воспитатель

**Поливанова Мария Анатольевна**

педагог-психолог

**Рябова Елена Валерьевна**

воспитатель

МБДОУ «Д/С №52 «Ласточка»

Старооскольского городского округа

г. Старый Оскол, Белгородская область

## **ГИПЕРАКТИВНОСТЬ У ДЕТЕЙ: ЛЕЧЕНИЕ ИЛИ ПРАВИЛЬНОЕ ВОСПИТАНИЕ?**

*Аннотация: в данной статье авторами описаны симптомы и специфические черты характера гиперактивных детей, а также даны рекомендации родителям. Исследователи приходят к выводу об уменьшении такой проблемы, как гиперактивность, к 13–15 годам, однако подчеркивают важность тренировки концентрации внимания, его устойчивости и интенсивности с раннего детства.*

**Ключевые слова:** гиперактивность, СДВГ, дефицит внимания, дети.

В настоящее время все большему количеству детей ставят диагноз «Синдром дефицита внимания с гиперактивностью» (СДВГ), в общей систематике нарушений психического развития у детей принимается как относительно новая (по обозначению), распространенная, используемая при описании поведенческих особенностей форма отклонений. Среди клинических проявлений СДВГ отмечаются: двигательное беспокойство, невозможность усидеть на месте, легкая отвлекаемость, импульсивность поведения и мыслей, неспособность учиться на опыте и на сделанных ошибках, недостаток внимания, невозможность сконцентрироваться, легкая переключаемость с одного задания на другое без доведения

начатого до конца, болтливость, рассеянность и т. д. Центральным для заключения СДВГ считается расстройство внимания. В эмоциональной сфере обращают внимание на неуравновешенность, вспыльчивость, сниженная самооценка.

Симптомы СДВГ – это, прежде всего, проблема биологическая. Проблема, требующая комплексного медицинского, педагогического и психологического сопровождения, как самого ребенка, так и его семьи. Подчеркиваем, СДВГ не является следствием плохого воспитания, но правильно организованное воспитание играет исключительно важную роль в помощи таким детям. Как синдром, как заболевание дефицит внимания и гиперактивность необходимо, можно и нужно лечить. В тоже время, понимая состояние своего ребенка, родители могут и обязаны помочь ему! Родители гиперактивных детей, как правило, рассматривая поведение таких детей как непослушание. Усиливают дисциплинарные способы воздействия, увеличивают рабочие нагрузки, строго наказывают за малейший проступок, вводят непреклонную систему запретов. Другие, устав от бесконечной борьбы со своим чадом, махнув на все рукой, стараются не обращать внимания на его поведение или, «опустив руки», предоставляют ребенку полную свободу действий, тем самым лишая его необходимой для него поддержки взрослых.

Родители должны понять, что ребенок ни в коей мере не виноват, что он такой, и что дисциплинарные меры воздействия в виде постоянных наказаний, замечаний, окриков, нотаций не приведут к улучшению поведения ребенка, а в большинстве случаев даже ухудшат его. Более того, они могут способствовать формированию и закреплению отрицательных качеств ребенка, а также негативного отношения к учебному процессу в принципе

Гиперактивные дети не злы и не злопаметны. Как правило, они готовы сотрудничать с другими людьми, но они не умеют этого делать. Не надо их ломать, надо идти от их особенностей и давать им шанс проявить себя. Только в этом случае отношения с другими детьми и продуктивная деятельность может наладиться.

В системе поощрений приходится учитывать особенности гиперактивного ребенка. Он не умеет долго ждать, поэтому поощрения должны носить моментальный характер и повторяться каждые 15–20 минут. Можно практиковать систему выдачи жетонов. Жетоны в дальнейшем обмениваются на то, что ребенку интересно. Все инструкции, предъявляемые гиперактивному ребенку, должны быть четкими и краткими, состоящими не более чем из 10 слов. В противном случае ребенок эту инструкцию не поймет, не запомнит и не будет ей следовать. Давая инструкцию, нужно также учитывать неумение ребенка выслушивать до конца, неумение длительное время подчиняться групповым правилам, быструю утомляемость.

Вместо того, чтобы подавлять чрезмерную активность, экспансию, агрессивность, лучше переводить все эти качества ребенка с СДВГ в разумное и полезное русло. Гиперактивный ребенок должен заниматься спортом, только не травматичным. Склонность к травматизму и без того у таких детей очень большая. Это связано с тем, что они совершают опасные для себя действия, не задумываясь о последствиях. Для маленьких детей подходит ритмика, для детей постарше танцы, теннис, бег, лыжи, плавание. Подвижные игры или тренировки вообще организуют все движения ребенка, включая мелкую моторику. Регулярные занятия физкультурой не только тренируют, но и дисциплинируют ребенка.

Часто гиперактивный ребенок выбирает шумные игры. Это естественно, ведь ему трудно сдерживать себя и трудно оставаться на одном месте.

Учитывая все это, вполне логично подбирать для него подвижные игры по правилам. Через подвижные игры по правилам можно не только развивать определенные качества, но также приучать гиперактивного ребенка к дисциплине, к подчинению своей деятельности определенной цели.

Вся жизнь гиперактивного ребенка должна подчиняться определенному режиму дня. Режим важен для всех детей, но для гиперактивного ребенка он важен вдвое. Остатки регуляторных механизмов могут работать только в условиях максимальной упорядоченности. Выработка социальных и культурных навыков

(«правильных привычек») происходит только тогда, когда все необходимое делается в одно и то же время, изо дня в день. Оберегайте ребёнка от переутомления, поскольку оно приводит к снижению самоконтроля и нарастанию двигательной подвижности.

Внешняя среда ребенка с СДВГ должна быть очень хорошо организована. Все лишние раздражители удаляются из поля зрения. Уменьшая количество раздражителей в комнате, мы, таким образом, увеличиваем интенсивность воздействия предметов действительно необходимых. В таком, особым образом организованном пространстве, ребенок с СДВГ может лучше сконцентрировать свое внимание на актуальных предметах (часы, календарь, градусник за окном и пр.) глубже понять их природу. При положительном исходе, ребенок может действительно чем-то заинтересоваться, захотеть делать, испытывать удовлетворение от проделанной работы или игры, не отвлекаясь на посторонние предметы. Это же является условием, основанием для развития его самостоятельности.

Гиперактивность не является ключевой проблемой, по мере созревания головного мозга, примерно к 13–15 годам гиперактивность значительно уменьшается или исчезает совсем. Могут остаться только суетливые движения или неспособность зафиксироваться в одном положении на долгое время, а вот такие качества, как не внимательность и рассеянность могут остаться на долгие годы. Концентрацию внимания, его устойчивость и интенсивность, а также память и способность предвидеть результаты своей деятельности надо начинать тренировать с детства, не откладывая в долгий ящик. Помните! Ваше спокойствие – лучший пример для ребёнка.

### ***Список литературы***

1. Арцишевская И.Л. Работа психолога с гиперактивными детьми в детском саду. – М., 2003.
2. Брязгунов И.П. Непоседливый ребенок, или все о гиперактивных детях / И.П. Брязгунов, Е.В. Касатикова. – М.: Издательство Института психотерапии, 2001.

3. Никишина В.Б. Синдром дефицита внимания и гиперактивности у детей /  
В.Б. Никишина, Е.А. Петраш. – М., 2010.