

# *«О гиперактивности и гиперопеке детей»*

**Консультация для родителей**



Гиперактивность у детей - это сочетание симптомов, связанных с чрезмерной психической и моторной активностью. Четкие границы этого синдрома трудно провести, но, как правило, он диагностируется у детей, которые отличаются импульсивностью и невнимательностью.

В настоящее время синдром гиперактивности является очень распространенным поведенческим и эмоциональным нарушением у детей. Такие дети сразу заметны на фоне окружающих: ребенок ни минуты не сидит на месте, постоянно находится в

движении, никогда не доводит начатое дело до конца, бросает одно и тут же принимается за другое. Симптомы наблюдаются у 3-5% детского населения. Дети с признаками гиперактивности постоянно находятся в движении, когда к ним обращаешься, кажется, что они не слышат или не обращают внимание. Такие дети из-за неусидчивости плохо воспринимают материал, слабо обучаются.

Гиперактивные дети весьма любопытны, но их любопытство - явление сиюминутное, поэтому они редко улавливают суть. Любознательность им не свойственна, они совершенно не задают вопросов «почему?» и «для чего?». Даже если и задают, то ответ выслушать забывают.

Характерными чертами в поведении являются неусидчивость, невнимательность, рассеянность, негативизм, частые смены настроения, упрямство, вспыльчивость и агрессивность. Такие дети часто оказываются в центре разворачивающихся событий, так как они самые шумные.

Не смотря на постоянное движение, в котором ребенок находится, у него имеются некоторые нарушения координации. Для таких детей характерна неуклюжесть, неловкость в движении, они постоянно роняют предметы, часто падают, ломают игрушки.

Родители очень часто недовольны их недисциплинированностью, неаккуратностью, навязчивостью, беспокойностью и эмоциональной неустойчивостью. Родители обращают внимание на то, что наказания и замечания не дают должных результатов, сложившаяся ситуация лишь ухудшается.

Диагноз гиперактивности имеет право поставить только врач. В зависимости от особенностей ребенка врач может порекомендовать либо медикаментозное лечение, либо сбалансированное питание, либо витаминотерапию. Однако для эффективности лечения необходим комплексный подход, так как это поможет привить ребенку социальные навыки и адаптировать его к окружающим условиям.

**Основными ошибками** при воспитании гиперактивного ребенка являются:

- недостаток эмоционального внимания, которое пытаются заменить медицинским уходом;
- недостаток твердости и контроля в воспитании;
- неумение воспитывать в детях навыки управления гневом.

В. Окландер при взаимодействии с гиперактивными детьми рекомендует использовать два основных приема: сглаживание напряжения и следование за интересами ребенка.

Снять напряжение ребенку помогают занятия с глиной, крупой, песком, водой, рисование с помощью пальцев. Кроме того, взрослый может следовать за интересами ребенка, наблюдая, что его увлекает в данный момент, что притягивает его интерес. Например, если ребенок подходит к окну, взрослый делает это вместе с ним и пытается определить, на каком предмете остановился взгляд ребенка, и старается удержать внимание малыша на этом предмете, подробно описывая детали предмета.

Если между взрослым и ребенком налажен эмоциональный контакт, гиперактивный ребенок проявляет гиперактивность в гораздо меньшей степени.

Гиперактивные дети не всегда воспринимают границы дозволенного, поэтому родителям необходимо обращать особое внимание на ограничения и запреты. Их следует делать спокойным, но вместе с тем уверенным тоном, обязательно предоставляя ребенку альтернативные способы удовлетворения его потребностей. Например: «Выливать воду на пол нельзя, но если ты хочешь купать куклу, давай мы посадим ее в миску».

Родителям необходимо подобрать эффективную стратегию взаимодействия с ребенком. При наблюдении за ребенком, активно включаясь в совместные игровые действия, можно лучше понять потребности своего ребенка и принимать его таким, какой он есть.

Родители должны понять, что ребенок ни в чем не виноват и, что бесконечные замечания и одергивания ребенка приведут не к послушанию, а к обострению поведенческих проявлений. Поэтому нужно научиться сдерживать бесконечный поток замечаний. Необходимо строить распорядок дня так, чтобы не перегружать ребенка, и четко соблюдать этот распорядок дня.

В целях безопасности нужно установить определенные запреты. Они должны быть четко и кратко сформулированы. Запрет для детей раннего возраста может состоять из

2-3 слов, например «горячо, уютно». Для детей дошкольного возраста запрет должен содержать не более 10 слов.

Гиперактивные дети не могут долго ждать. Поэтому все поощрения, обещанные ребенку взрослыми, надо предоставлять им сразу.

Ребенку трудно контролировать свое поведение, поэтому нельзя требовать от него одновременно быть внимательным, неподвижно сидеть и не перебивать взрослого. Гиперактивные дети не всегда адекватно воспринимают родительскую любовь, поэтому им в большей степени, чем другим, необходима уверенность в безусловной родительской любви и принятии.

Следить за своей речью, стараться говорить спокойным голосом. Гнев, возмущение плохо поддаются контролю. Выражая недовольство, не манипулировать чувствами ребенка и не унижать его.

Также воспитывая гиперактивного ребенка нужно не переусердствовать с воспитанием. Так как в последнее время очень часто мы сталкиваемся с гиперопекаемыми родителями. Которые хотят дать особому ребенку как можно больше любви и заботы, но тем самым только вредят ему.

Гиперопека всегда приводит к беспомощности детей. Желание родителей окружить ребенка повышенным вниманием, защитить его, удерживать его при себе часто приводит к лишению ребенка возможности самостоятельно преодолевать трудности в жизни.

В результате гиперопеки ребенок теряет способность к реализации своей энергии, он не знает, как действовать самостоятельно. Гиперопека тормозит, искажает развитие детей, мешает им полноценно развиваться как самостоятельной личности. При повышенной опеке детям передается избыточное беспокойство и тревожность родителей. Так же у детей формируются такие качества как несамостоятельность, неуверенность, зависимость. Детям нелегко заводить дружеские отношения. Помните, что даже сильная любовь к ребенку может принести вред. Внимательно выбирайте способы взаимодействия с детьми и давайте им столько любви и заботы сколько они от вас требуют.



