|  |  |
| --- | --- |
| **Консультация для родителей**  **«Гиперактивный ребёнок.**  **Как ему помочь?»**  **https://sad-zolushka.edusite.ru/images/p162_dev.jpg**        Ребёнок, если он здоров и выспался, активен и подвижен. Мир постоянно дарит ему яркие новые впечатления и желание ребенка - все это многообразие увидеть и потрогать. Детям свойственно особенное чувство времени: они каждый день переживают столько событий, сколько взрослому хватит на месяц. Отсюда - особый ритм восприятия и быстрота реакций.       Но у некоторых детей двигательная активность и скорость переключения внимания достигают такой выраженности, что мешают развитию, нарушают общение и обучение. Те состояния, в которых чрезмерная двигательная активность ребенка является главным признаком неблагополучия, получили название **гиперактивности (**возможен вариант с наличием дефицитавнимания).       Точная диагностика этого состояния не так проста. На сегодняшний день не существует «линейки», применив которую, врач может  с точностью определить, когда он имеет дело с гиперактивностью, а когда - с особенностями характера или недостатками воспитания.       Что же в особенностях поведения ребенка может насторожить родителей**,** натолкнуть их на мысль о необходимости консультации у врача-невролога? **Основной разграничительный критерий** между «нормативной» высокой активностью и состоянием гиперактивности качественный: нарушены ли у ребенка общение и обучение?       У детей с синдромом гиперактивности повышенная активность проявляется чрезвычайно ярко, настолько, что нарушает его деятельность. Ребенок ни минуты не сидит спокойно, постоянно суетится, отвлекается, его действия недостаточно целенаправленны, ему очень трудно выполнить несколько последовательных действий, необходимых для достижения какой-то цели.    Поступки таких детей часто носят импульсивный характер (сначала сделают, потом подумают), могут быть безрассудными, иногда даже опасными для них самих (у них как бы недоразвит инстинкт самосохранения).       У таких детей страдает объем и концентрация внимания, они не могут сосредоточиться, легко отвлекаются, непроизвольно переключая свое внимание на любой посторонний звук, на любое движение.        Гиперактивные дети нередко бывают раздражительными, вспыльчивыми, эмоционально возбудимыми и неустойчивыми. Они могут быть общительными, но в тог же время бестактными - не учитывают реальной ситуации, настроения и состояния своего собеседника. Одни дети очень привязчивы, другие крайне независимы.  **Когда можно заметить первые проявления гиперактивности?**Нередко -с первых дней жизни ребенка: такие дети часто имеют повышенный мышечный тонус, чрезмерно чувствительны ко всем раздражителям (свету, шуму), плохо спят, во время бодрствования подвижны и возбуждены. Одни дети с гиперактивностью начинают стоять, ходить и бегать очень рано, другие развиваются в нормативные сроки.  В возрасте 2- 4 лет не всегда можно определить, кто из детей будет гиперак­тивным, а кто – просто активным и общи­тельным ребенком. У гиперактивного ребенка, напро­тив, отчетливой становится неспособ­ность сосредоточенно заниматься чем-либо, он не может спокойно слушать сказку, его игры носят преимуществен­но хаотический характер, ему трудно усидеть спокойно даже у телевизора. Осо­бенно ярко нарушения поведения ребен­ка видны в ситуациях, требующих орга­низованного поведения: например, на занятиях и праздничных мероприятиях в детском саду.  С первых дней школьного обучения не­способность длительное время сосредота­чивать внимание и контролировать свое поведение становится наиболее выражен­ной.  Практика показывает, что у большин­ства детей, страдающих синдромом ги­перактивности, к подростковому возрасту двигательная расторможенность значительно умень­шается или исчезает совсем.   Принимать решение о постановке диагноза может только специалист - **врач-невролог**. В случае, если диагноз гиперактивности у ребенка установлен и не подлежит сомнению, у родителей возникает вопрос: нужно ли применять **медицинские препараты**  или достаточно только воспитательных мер для коррекции его поведения?  При слове «лечение» многие родители представляют себе различные варианты препаратов, последовательные курсы которых решат все проблемы ребенка. Это не так: если родители не будут создавать условия, в которых гиперактивность может «сгладиться», лекарства могут оказаться бесполезными. Не стоит и полностью отвергать медикаментозное лечение. Во многих случаях оно просто необходимо.  **Какую воспитательную стратегию** нужно выбирать **родителям** гиперактивного ребенка**?** Дети с гиперактивностью остро нуждаются в четкой организации своей жизни: такая организация должна не подавлять активность ребенка, а помочь ему управлять этой активностью на пользу себе и окружающим.  Структурирование жизни гиперактивного ребенка требует от родителей твердости и последовательности. Такие дети нуждаются в четких границах, определяющих допустимое поведение. Нельзя «идти у них на поводу» - это приведет только к усилению хаоса. В то же время нельзя требовать того, что им не под силу - это закономерно приведет к непослушанию, протесту, а самое неприятное - к отношению ребенка к самому себе как плохому, непослушному.  **Правила,** предлагаемые гиперактивному ребенку**, должны быть простыми**, ясными, четкими.. Если что-то «нельзя», то запрет должен соблюдаться всегда**,** а не зависеть от настойчивости ребенка или маминого настроения. Ребенку необходим четкий режим дня - это способствует налаживанию внутреннего ритма, однако, для этого он должен быть постоянным, а не осуществляться от случая к случаю.  Следует избегать чрезмерного перенапряжения ребенка. Обязательно должно отводиться время на отдых после игры, особенно связанной с повышенной физической активностью. Перед сном обстановка должна быть спокойной. Беспорядок - очень характерная черта жизненного пространства гиперактивного ребенка. Он так быстро переключается с одной деятельности на другую, что времени и внимания для того, чтобы положить взятую вещь на место, просто не оказывается. Родителям рекомендуется убирать игрушки вместе с ребенком, при этом поручения должны быть небольшими по объему.  Желательно свести к минимуму резкие звуки**,** шум, не стоит жить на фоне включенного телевизора или радио, громко или напряженно выяснять отношения при ребенке. Маленьким детям с гиперактивностью необходимо ограничивать сильные впечатления, будь то цирк, гости, длительные походы по магазинам, при этом любое мероприятие желательно ограничить по времени, вписать в привычный режим дня.  **Необходимо поощрять каждый, даже самый незначительный успех ребенка**, вся­кую его попытку изменить свое поведение и достичь цели. Поощрением могут быть одобрительные слова, признание дости­жений, ласка. Занятия с ребенком необходимо стро­ить так, чтобы его деятельность оказы­валась успешной, а поставленная цель - достигнутой.  **Как тренировать внимание гиперак­тивного ребенка?** Родителям предлагается простраивать взаимодействие таким образом, чтобы ребенок понимал последова­тельность необходимых действий, видел цель, к которой надо стремиться. Резуль­тат должен быть достижим во время это­го взаимодействия, а не откладываться до следу­ющего раза. Если ребенок не выдержи­вает больше 5-7 минут сосредоточенных действий - поставьте цель проще, что­бы она была достигнута. И не забудьте порадоваться вместе полу­ченному результату. А вот ограничивать подвижность ребенка во время занятий не стоит: он может делать что-то стоя, сидя на полу, во время ходьбы в пространстве, при условии, что его внимание находится в поле производимого действия.  Уважаемые родители, помогите ребенку справить­ся со своей импульсивностью - и радо­ваться результатам, гордиться ими вы будете вместе. Помните, что гиперактивность - это не болезнь, а особенность нервной системы ребенка, которая требует от родителей определенной стратегии поведения.  Материал подготовила  учитель – дефектолог  **Малышева Елена Игоревна**.   |  | | --- | |  | |