

# ГИПЕРАКТИВНОСТЬ И ПРИЧИНЫ ЕЁ ВОЗНИКНОВЕНИЯ У ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

**Гиперактивность** – это не поведенческая проблема, не результат плохого воспитания, а медицинский и психологический диагноз, который может быть поставлен специалистами, по результатам специальной диагностики и наблюдением за ребенком.

Гиперактивный ребенок (по Г. Вейсу) обладает следующими нарушениями:

- ✓ неуместная избыточная активность;
- ✓ дефекты концентрации внимания;
- ✓ импульсивность в социальном поведении и интеллектуальной деятельности;
- ✓ проблемы во взаимоотношениях с окружающими;
- ✓ нарушения поведения;
- ✓ трудности обучения;
- ✓ слабая успеваемость,
- ✓ низкая самооценка.

При этом общий уровень интеллектуального развития таких детей соответствует норме.





Гиперактивность проявляется избыточной двигательной активностью, беспокойством, суетливостью, многочисленными постоянными движениями, которых ребенок часто вовсе не замечает.

Для гиперактивных детей характерна чрезмерная болтливость, неспособность усидеть на месте, меньшая – по норме – продолжительность сна.

В двигательной сфере обычно обнаружатся нарушения координации, несформированность мелкой моторики (неумение завязывать шнурки, застегивать пуговицы, использовать ножницы и иголку; несформированность почерка). Современные исследования показали: двигательная активность гиперактивных детей по сравнению с другими выше (даже во сне). Так же гиперактивные дети страдают дефицитом внимания. Это проявляется в трудностях его удерживания, в снижении избирательности и в выраженной отвлекаемости с частыми переключениями с одного занятия на другое. Для них характерна непоследовательность в поведении, забывчивость, неумение слушать и сосредоточиться, частая потеря личных вещей.

К тому же они старательно избегают задания, требующих длительных умственных усилий.


Гиперактивный ребенок часто действует, не подумав, перебивая других, может без разрешения встать и выйти из группы. Кроме того, он не умеет регулировать свои действия и подчиняться правилам, не умеет ждать, часто повышает голос, эмоционально лабилен (часто меняется настроение).

Внешние проявления гиперактивности с возрастом могут меняться.

Если в раннем детстве отмечается незрелость двигательных и психических функций, то в подростковом возрасте проявляются нарушения адаптационных механизмов, а это может стать причиной правонарушений и преступлений.

У гиперактивных детей часто развивается тяга к алкоголю и наркотическим веществам. Гиперактивность считается патологией и представляет собой серьезную социальную проблему. К подростковому возрасту повышенная двигательная активность в большинстве случаев исчезает, но импульсивность и дефицит внимания сохраняется.





Гиперактивность у детей способствует возникновению трудностей в освоении чтения письма, счета. Наблюдается задержка в психическом развитии на 1.5–2 года. Недостаточно развита внутренняя речь, которая должна контролировать социальное поведение. У них слабая психоэмоциональная устойчивость при неудачах, низкая самооценка, упрямство, лживость, вспыльчивость, агрессивность. Из-за непонимания со стороны окружающих у детей формируется агрессивная модель поведения, выгодная для них, а поэтому трудно исправимая. Характерная черта умственной деятельности гиперактивных детей – цикличность: продуктивно они могут работать 5–15 минут. А затем 3–7 минут мозг отдыхает, накапливает энергию для следующего цикла. В момент адаптации необходимо двигаться, крутиться и постоянно вертеть головой.

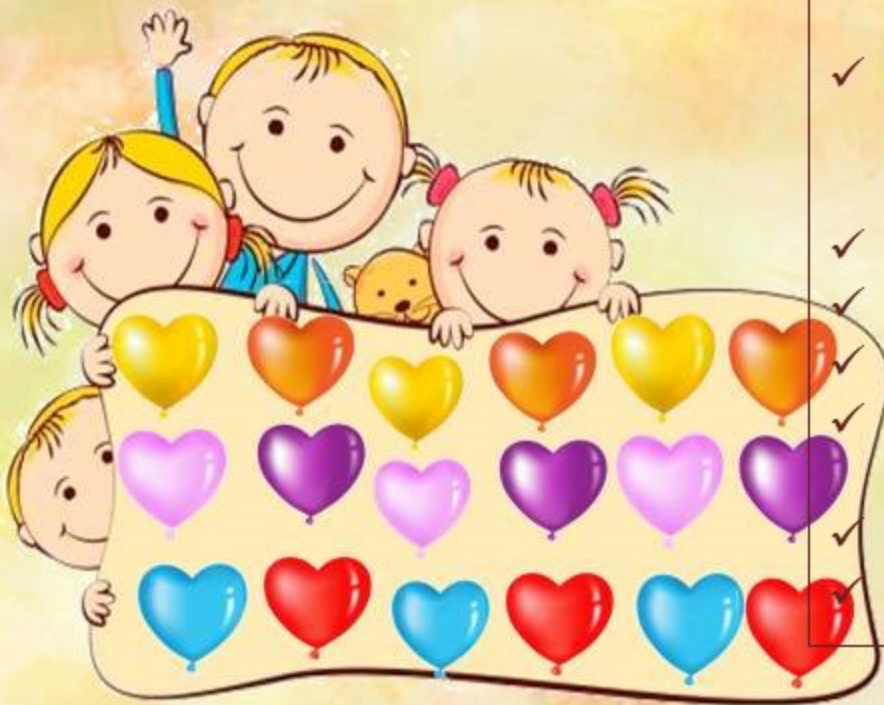




## Причины возникновения гиперактивности

Причины возникновения гиперактивности окончательно не выяснены, несмотря на значительное число исследований в данном направлении. На современном этапе доминируют три группы причин развития:

- ✓ повреждение центральной нервной системы во время беременности и родов;
- ✓ генетические факторы;
- ✓ негативное действие внутрисемейных отношений.
- ✓ Причинами раннего повреждения центральной нервной системы во время беременности и родов служат:
  - ✓ недостаточное питание матери;
  - ✓ отравление свинцом;
  - ✓ внутриматочные дефекты;
  - ✓ наркотическое или алкогольное отравление;
  - ✓ кислородная недостаточность;
  - ✓ недоношенность плода.





Дети с синдромом гиперактивности имеют достаточно высокие компенсаторные механизмы.

Для их включения должны соблюдаться определенные условия:

- ✓ обеспечение эмоционального нейтрального воспитания без интеллектуальных перегрузок;
- ✓ соблюдение режима дня и достаточное время для сна;
- ✓ соответствующая медикаментозная поддержка;
- ✓ разработка индивидуальной помощи ребенку со стороны невролога, психолога, воспитателей и родителей.
- ✓ Проблему гиперактивности невозможно решить волевыми усилиями, активными указаниями и убеждениями.
- ✓ Гиперактивный ребенок имеет нейрофизиологические проблемы, справится, с которыми он самостоятельно не может. Дисциплинарные меры воздействия в виде постоянных наказаний, замечаний, нотаций не приведут к улучшению поведения ребенка, а скорее ухудшает его.



## Психолого-педагогические рекомендации педагогам и родителям по снижению гиперактивности

1. Поступки гиперактивного ребенка не умышленны; не следует давать ему реактивные указания, следует избегать слов “НЕТ”, “НЕЛЬЗЯ”, строить взаимоотношения на понимании и доверии; реагировать на действия ребенка неожиданным приемом (шуткой). Повторять свою просьбу автоматически одними и теми же словами много раз; не настаивать на том, чтобы ребенок обязательно принес извинения за проступок; выслушать то, что он хочет сказать.
2. В семье необходимо изменить психологический микроклимат, т.е. уделять ребенку достаточно эмоционального внимания, проводить досуг вместе, не допускать ссор в присутствии ребенка.
3. Ребенку, как и всем членам семьи необходим четкий режим дня и место для занятий. Как можно чаще показывать ребенку, как, не отвлекаясь, лучше выполнить задание; ограждать его от длительных занятий на компьютере и просмотра телевизионных передач; избегать по возможности большого скопления людей, так как переутомление способствует снижению самоконтроля и нарастанию гиперактивности.



4. Ребенку необходима специальная поведенческая программа, т.е. продуманная гибкая система вознаграждений, поощрений за хорошо выполненное задание и наказание – только не физическое! – за плохое поведение.
5. Разумнее, чтобы ребенок спокойно посидел в течение определенного времени (5-10 минут) в специальном месте, но не лишился прогулки или еды. Порог чувствительности к отрицательным стимулам у гиперактивных детей очень низок, они не воспринимают выговоры и наказания, однако чувствительны к поощрениям. Необходимо чтобы вслед за понесенным наказанием ребенок получал необходимое эмоциональное подкрепления, знаки приятия и поощрения.
6. Гиперактивный ребенок должен, всегда находится перед глазами педагога.
7. Необходимо проводить занятия с включением нескольких физкультминуток, использовать на занятиях элемент игры или соревнования.
8. Предоставлять ребенку возможность обращаться за помощью в случае любого затруднения.
9. Направлять энергию ребенка в полезное русло (вымыть доску, полить цветы).
10. Избегать завышенных или заниженных требований.
11. Создавать ситуации, в которых гиперактивный ребенок может показать свои сильные стороны.





**Упражнения, направленные на развитие произвольности и самоконтроля**

“Черепаша”.

“Кричалки-шепталки-молчалки”.

“Говори”.

“Царевна Несмеяна”.

**Упражнения на снижения импульсивности и агрессивности**

“Крик в пустыни”.

“Два барана”.

“Рубка дров”.

**Упражнения, направленные на развитие концентрации внимания**

“Кто летает?”.

“Чужие колени”.

“Сантики-фантики-лимпопо”.

“Считалочки-бормоталочки”.

