

## ГИПЕРАКТИВНЫЙ РЕБЕНОК

По данным специалистов, чуть ли не половина детей страдает так называемой гиперактивностью. Не только в нашей стране, но и во всем мире количество таких детей неуклонно возрастает. Если ребенок гиперактивен, то трудности испытывают не только он сам, но и его окружение: родители, одноклассники, учителя... такому ребенку необходима своевременная помощь, иначе в дальнейшем может сформироваться асоциальная или даже психопатическая личность: известно, что среди малолетних правонарушителей значительный процент составляют гиперактивные дети.

Помощь гиперактивному ребенку это очень сложный процесс и много подводных камней на пути к полному восстановлению.

Что же такое гиперактивность? Как мы, взрослые, должны скорректировать свое поведение, чтобы помочь процессу социализации гиперактивного ребенка?

Под гиперактивностью принято понимать чересчур беспокойную физическую и умственную активность у детей, когда возбуждение преобладает над торможением. Врачи полагают, что гиперактивность является следствием очень незначительного поражения мозга, которое не определяется диагностическими тестами. Говоря научным языком, мы имеем дело с минимальной мозговой дисфункцией. Признаки гиперактивности проявляются у ребенка уже в раннем детстве. В дальнейшем его эмоциональная неустойчивость и агрессивность часто приводят к конфликтам в семье и школе.

У кого чаще наблюдается гиперактивное поведение: мальчиков или девочек?

**У мальчиков.** Возможно над девочками больше довлеют нормы социального поведения, с детства внушающие им послушание. В качестве разрядки девочка может просто пореветь, тогда как мальчик в аналогичной ситуации скорее станет "бегать по потолку".

Как проявляется гиперактивность?

- Гиперактивный ребенок очень неорганизован.
- Он ни секунды не может усидеть на одном месте.
- Такие дети все время с кем-то конфликтуют.
- Нарушения в поведении у них постоянны в любом окружении.
- Детей спокойных такой "маленький вулканчик" просто отталкивает или пугает.
- В обществе незнакомых людей гиперактивному ребенку любым способом непременно надо привлечь к себе внимание.
- Ему требуется быстрая смена обстановки, подвижные игры.

Помимо большой физической активности, доставляющей столько неудобств окружающим, у гиперактивных детей нарушается внимание. Ребенок не может надолго сконцентрироваться во время работы в классе и дома. Он быстро "отключается", а когда сосредотачивается вновь, то часть информации уже пропущена. Ребенку становится непонятно, неинтересно, пропадает желание учиться. В результате возникает неуспеваемость: новые пробелы добавляются к старым и растут, как снежный ком. Познавательный интерес у них не формируется.

Мышление у гиперактивных детей, в основном, конкретное и беспорядочное. Они бывают многоречивы. Способность к абстрактному мышлению, которое требуется для решения математических задач, у них развита слабо.

Сложности с учебой, столь характерные для гиперактивных детей обусловлены особенностями их восприятия, что не всегда понимается окружающими. Такому ребенку часто приписывают "недостаток интеллекта", его "ужасное" поведение объясняют "неправильным воспитанием". Это не удивительно - грань здесь очень тонка. Определить, что ребенок страдает гиперактивностью может только специалист - психоневролог или даже нейропсихолог.

Такой ребенок наверняка нуждается с специальной помощи, чтобы вписаться в окружающее общество, не чувствовать себя изгоем. Кто и как может ему помочь?

Самое главное - искреннее желание помочь ребенку со стороны родителей. Чтобы добиться лучшего понимания и более терпимого отношения между членами семьи, можно провести семейное обсуждение. Нужно постараться, чтобы обстановка дома была спокойной. Очень важно правильно организовать режим дня. У ребенка должен быть безопасный для окружающих выход его гиперактивности. Хороши занятия спортом, за исключением борьбы, провоцирующей агрессивность - ее у гиперактивных детей вполне достаточно. Не следует также устраивать соревнований. Когда ребенок соревнуется с кем-то, пытаясь доказать, что он лучше, он волнуется и возбуждается. А вот этого гиперактивным детям как раз не нужно, их нервная система возбуждена и без того.

Педагоги, со своей стороны, также могут помочь ребенку реализовать его гиперактивность. Когда во время урока ребенку хочется походить, подвигаться, учителю следует найти ему "дело": "Помоги мне раздать тетради", "Сотри с доски", "Принеси "... Ребенок с удовольствием это сделает. В противном случае, у него будет постоянно падать раздаточный материал, он полезет под стол, не один раз толкнет соседа... И все от того, что он устал сидеть на одном месте. Желательно чтобы взрослый вовремя заметил момент, когда ребенок "отключился", чтобы потом повторить с ним материал.

Можно возразить, что в группе, в классе таких ребят может быть несколько и что тогда делать педагогу?

Да, это так... В мире с этой проблемой столкнулись уже давно. В некоторых странах для гиперактивных детей существуют отдельные классы, где количество детей не превышает пятнадцати человек, а продолжительность урока сокращается до тридцати минут. В таком классе легче и ребенку и учителю. В обычных российских школах таких условий

пока нет. И все же от желания учителя помочь гиперактивному ребенку зависит очень многое... Со своей стороны, родители могут пригласить репетитора и "подтянуть" ребенка за время летних каникул.

А часто ли родители обращаются к специалистам-психологам?

Очень часто родители просто не знают, к кому обратиться. Иногда боятся пойти к специалисту, особенно к психоневрологу, опасаясь "испортить" ребенку медицинскую карту, где это может отразиться. И все-таки это делать необходимо.

Само по себе состояние ребенка не изменится. Нужно помочь ему социально адаптироваться, не потеряв при этом внутреннего комфорта, не допустив депрессии.

Каков общий прогноз этого заболевания?

В первую очередь, прогноз определяется ранней постановкой диагноза и назначением лечения, успех которого зависит от неукоснительного выполнения всех рекомендаций специалистов. По наблюдениям большинства врачей и психологов, общая двигательная активность с возрастом уменьшается, а выявленные невротические изменения постепенно нивелируются. В мозгу у ребенка появляются связи, которых не было или они были нарушены. Годом пятнадцати этот процесс завершается. Так что, если у вас гиперактивный ребенок, помогите ему, все в ваших руках.