## «Гиперактивный ребенок»

**Гиперакти́вность** — состояние, при котором активность и возбудимость человека превышает норму. В случае, если подобное поведение является проблемой для других, гиперактивность трактуется как психическое расстройство. Гиперактивность чаще встречается у детей и подростков, чем у взрослых людей, так как вызывается эмоциями.

**Гиперактивным** детям часто свойственна импульсивность, которая проявляется в том, что ребенок часто что-то делает не подумав, на занятиях он не может дождаться своей очереди, постоянно перебивает других, часто отвечает невпопад на задаваемый вопрос, поскольку не выслушивает его до конца. Во время игр со сверстниками часто не следует правилам, из-за чего возни кают конфликтные ситуации с участниками игр. Гиперактивные дети из-за своей импульсивности склонны к травматизации, поскольку не думают о последствиях своих поступков.

# Причины гиперактивности

Существует много мнений о причинах возникновения гиперактивности. Многие исследователи отмечают, что количество таких детей растет с каждым годом. Изучение таких особенностей развития идет полным ходом. На сегодняшний день среди причин возникновения выделяют:

**-- генетические** (наследственная предрасположенность);

-- **биологические**;

-- **социально–психологические** (микроклимат в семье, алкоголизм родителей, условия проживания, неправильная линия воспитания).

Чтобы с большой долей точности сделать заключение о том, подвержен ребёнок гиперактивности или нет, **специалисты предлагают обратить внимание на ряд признаков**. Итак, ребёнок гиперактивен, если:

– не способен долго сосредотачиваться даже на интересном для него занятии;

– прекрасно слышит, когда к нему обращаются, но не реагирует на обращение;

– слишком часто теряет вещи;

– избегает «скучных» заданий, а также тех, для решения которых необходимы умственные усилия;

– с явным энтузиазмом берется за задание, но почти никогда не заканчивает его;

– постоянно имеет трудности в организации учебной, игровой или иной деятельности;

– не может спокойно усидеть на месте;

– очень говорлив, даже болтлив;

– хронически имеет незаконченные задания и проекты;

– зачастую забывает важную информацию;

– постоянно проявляет беспокойство;

– мало спит, даже в младенчестве;

– имеет устойчивую черту характера не подчиняться правилам, как в учёбе, так и в игре, и в домашних делах;

– имеет привычку отвечать ещё до того, как ему зададут вопрос;

– не способен дожидаться своей очереди;

– находится в непрерывном движении;

– часто вмешивается в чужие разговоры, прерывает и перебивает собеседника;

– подвержен частым и резким сменам настроения;

– стремится сразу, здесь и сейчас, получить поощрение за какой-либо свой успех;

– имеет сильно разнящийся уровень выполнения заданий по различным учебным предметам.

В случае если родители обнаруживают за своим ребёнком хотя бы треть из перечисленных выше признаков, весьма велика вероятность того, что они имеют дело с детской гиперактивностью. В этом случае настойчиво рекомендуем обратиться к специалистам. Чтобы не бить тревогу раньше времени, родителям лучше сначала обсудить ситуацию с педагогами и психологами и, если опасения подтвердятся, обращаться к врачу-невропатологу.

**Несколько правил для родителей**

Наконец, родителям необходимо запомнить несколько правил, которых они должны придерживаться в своём общении с гиперактивным ребёнком: хвалить ребёнка при каждом его успехе; избегать частого повторения слов "нет" и "нельзя", говорить сдержанно и спокойно; следить за соблюдением ребёнком чёткого распорядка дня; оберегать ребенка от переутомления, так как при нём гиперактивность усиливается; всячески поощрять те виды деятельности, что подразумевают концентрацию внимания; стараться ограничивать общение ребенка во время игр одним другом или партнёром, при этом избегать беспокойных приятелей и мест скопления большого количества людей; ежедневно гулять на свежем воздухе и заниматься спортом с ребёнком, чтобы направлять активность ребёнка в позитивное русло.

**Источник: www.mamashkam.ru**