Что такое гиперактивность?

 В переводе с латинского активный значит деятельностный, деятельный, а с греческого «гипер» указывает на превышение нормы.

Гиперактивность у детей проявляется несвойственными для нормального, соответствующего возрасту развития ребенка невнимательностью, отвлекаемостью, импульсивностью. По данным специалистов, чуть ли не половина детей страдает так называемой гиперактивностью. Во всем мире количество таких детей неуклонно возрастает. Гиперактивный ребенок испытывает трудности сам, а также и его окружение: родители, одноклассники, учителя. Такому ребенку нужна своевременная помощь, иначе в дальнейшем может сформироваться асоциальная или даже психопатическая личность. Известно, что среди малолетних правонарушителей значительный процент составляют гиперактивные дети.

 С точки зрения психологии под гиперактивностью принято понимать черезчур беспокойную физическую и умственную активность на уроке, 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 уже в раннем детстве. В дальнейшем его эмоциональная неустойчивость и агрессивность часто приводят к конфликтам в семье и школе.

 Наиболее ярко гиперактивность проявляется у детей в старшем дошкольном и младшем школьном возрасте. В этот период осуществляется переход к ведущей учебной деятельности и в связи с этим увеличиваются интеллектуальные нагрузки : от детей требуется умение концентрировать внимание на более длительном отрезке времени, доводить начатое дело до конца, добиваться определенного результата. Именно в условиях длительной и систематической деятельности гиперактивность заявляет о себе очень убедительно. Родители вдруг обнаруживают многочисленные негативные последствия неусидчивости, неорганизованности, чрезмерной подвижности своего ребенка и, обеспокоенные этим, ищут контактов с психологом.

 Психологи выделяют следующие признаки гиперактивности:

1. Беспокойные движения в кистях и стопах. Сидя на стуле, такой ребенок корчится, извивается.
2. Не может спокойно сидеть на месте, когда этого от него требует.
3. Легко отвлекается на посторонние стимулы.
4. С трудом дожидается своей очереди во время игр и в различных ситуациях в коллективе( на занятиях, во время экскурсий и т.д.)
5. На вопросы часто отвечает не задумываясь, не выслушав их до конца
6. При выполнении предложенных заданий испытывает сложности( не связанные с негативным поведением или недостаточным понимания)
7. С трудом сохраняет внимание на выполнении заданий или во время игр.
8. Часто переходит от одного незавершенного действия к другому.
9. Не может играть тихо, спокойно.
10. Болтливый.
11. Часто мешает другим, пристает к окружающим (например, вмешивается в игры других детей).
12. Часто складывается впечатление, что ребенок не слушает обращенную к нему речь.
13. Часто теряет вещи, необходимые в школе, дома, на улице.
14. Иногда совершает опасные действия, на задумываясь о последствиях, но приключений или острых ощущений специально не ищет( например, выбегает на улицу, не оглядываясь по сторонам).

По данным психологов, гиперактивность среди детей **от 7 до 11 лет** в среднем составляет 16,5%, среди мальчиков-22%, среди девочек-10%.

**Причины:**

- большая ранимость мозга плода мужского пола по отношению к различным видам патологии беременности и родов, при которых страдает развивающийся мозг;

- наследственность;

- возможно над девочками больше довлеют нормы социольного поведения, с детства внушающие послушание( «ты же девочка»).

 В качестве разрядки девочка может просто пореветь, тогда как мальчик в аналогичной ситуации, скорее, « станет бегать по потолку».

*Проблемы детей, имеющих нарушения поведения, и связанные с ними трудности обучения в настоящее время особенно актуальны.*

 *Постоянно возбужденные, невнимательные, непоседливые и крикливые, такие дети постоянно приковывают к себе внимание учителя, которому необходимо следить, чтобы они сидели спокойно, выполняли задания, не мешали одноклассникам. Эти школьники на уроке постоянно заняты своими делами, их трудно удержать на месте, заставить выслушать задание и тем более выполнить до конца.* ***Учителя они не слышат, все теряют, все******забывают.***

Еще несколько лет назад гиперактивных детей было 1-2 в классе, а сейчас около- 20-30%. И этот процент постоянно растет.

При всех существующих проблемах поведения интеллектуальные

**функции у этих детей не нарушены,** и они могут успешно осваивать программу общеобразовательной школы при условии соответствия требований школьной среды возможностям ребенка.

Однако, сама система обучения, особенно на первых этапах пребывания ребенка в школе является для них психотравмирующей и приводящей к возникновению у этих детей дезадаптивных состояний.

 **Коррекция в семье.**

 Нужно помочь ребенку овладеть элементарными действиями самоконтроля. Необходимо *избегать* двух крайностей:

* с одной стороны избегание чрезмерной жалости и вседозволенности;
* с другой стороны постановки завышенных требований, которые он не в состоянии выполнить, в сочетании с излишней жестокостью и наказаниями.

**Советы:**

-Помните, что с ребенком **необходимо договариваться, а не** **пытаться сломить его!**

Положительные изменения наступят не так скоро. Улучшение состояния ребенка **зависит не только от специального лечения и коррекции, но и от спокойного и последовательного отношения к ребенку.**

**-Помните, что** синдром дефицита внимания и гиперактивности- это **патология**, требующая своевременной **диагностики** и **комплексной коррекции: п**сихологической, медицинской, педагогической. Успешная реабилитация возможна при условии, если она проводится в возрасте 5-10 лет.

* + Обязательно поддерживайте ваших детей, помогайте им, хвалите даже небольшие успехи и достижения.
	+ Не бойтесь показать свою любовь к ребенку. Это только укрепит их уверенность преодолевать трудности жизни.