

## «Воспитывать или лечить?»

— Мой ребенок страшный непоседа... И от этого откровенно устала вся семья. Скажите, гиперактивность — это возрастная особенность, которую он, как говорят, может перерасти, или все же это диагноз и требуется лечение?..

Отвечает педагог-психолог Анастасия Жук.

Сегодня гиперактивными чаще всего называют подвижных и активных детей. На самом деле синдром дефицита внимания и гиперактивности, с медицинской точки зрения, — это диагноз, который связан с минимальной мозговой дисфункцией и нарушениями функции центральной нервной системы. Установить его может только врач-невролог.

Практически все дети в дошкольном и младшем школьном возрасте активные и подвижные, но даже на их фоне гиперактивные дети очень выделяются. Например, они не могут длительное время концентрировать внимание на выполнении задания. Даже просмотр мультфильмов дается им с трудом. Они чрезмерно импульсивны и чаще других свои эмоции выплескивают на окружающих. Такие дети рассеяны и забывчивы, но выделяются повышенной активностью. Им трудно усидеть на месте, но, даже сидя, они все равно двигаются, используя кисти рук, ноги, глаза, меняют мимику.

Заподозрить проблему гиперактивности у своего ребенка можно уже на ранних этапах его развития. Такие малыши постоянно выпутываются из пеленок, выбираются из колясок, манежей, часто падают, везде влезают, все разбрасывают. Они плохо спят, сон чаще поверхностный, могут плакать всю ночь без причин. Их не интересуют игры, в которых надо думать, строить.

Если вы заметили один-два признака, возможно, это возрастные особенности поведения ребенка. Но если отметили все перечисленные признаки — это повод для обращения к специалистам.

Заподозрив гиперактивность у своего малыша, постарайтесь организовать четкий режим дня для всех членов семьи. Больше гуляйте на улице. Обязательно выслушивайте все, что хочет вам сказать ребенок. Не используйте в качестве наказания метод, где ребенку необходимо сдерживать свои движения. Придумайте систему вознаграждений за хорошо сделанную работу (задание) и наказаний за проступки. Отдайте ребенка в спортивную секцию.

Привлекайте ребенка к занятиям, которые требуют концентрации внимания (рисование, лепка, конструирование). Помните: задания

должны быть короткими по времени выполнения. Уберите все отвлекающие внимание предметы.

Несмотря на все сложности в воспитании, у детей с синдромом гиперактивности и дефицитом внимания есть немало положительных качеств. Они обладают творческим мышлением — могут выдвигать самые невероятные идеи. Такие дети — энтузиасты, яркие личности, с ними не бывает скучно. Они способны найти выход, которого другие даже не заметят, или решить задачу необычным способом. Гиперактивные дети чаще имеют высокие интеллектуальные способности.

Вам просто нужно помочь такому ребенку раскрыть все свои возможности. И, поверьте, вы еще будете гордиться своим непоседой!

Желаю удачи в воспитании ваших малышей!