

Гиперактивный и активный: различия

Нередко когда родители говорят о своем ребенке, что он гиперактивный, они вкладывают в это слово положительный смысл. Но большинство людей попросту путает два различных понятия – активный и гиперактивный. Действительно хорошо, когда ребенок любознательный, проявляет интерес к окружающему миру, тянется к новым знаниям. Но гиперактивность и синдром дефицита внимания, которые зачастую взаимосвязаны, относятся к неврологически-поведенческим расстройствам. Они наиболее болезненно дают о себе знать после пяти лет, что, несомненно, негативно сказывается на ребенке, мешая ему развиваться наравне с остальными детьми.

Активные дети могут быть подвижными дома, на спортивной площадке с друзьями, в садике, но придя в любое для них новое место, например, в гости или на прием к врачу, они сразу же успокаиваются и начинают вести себя как настоящие тихони. С гиперактивными же детьми все по-другому независимо от обстоятельств, места и людей, которые их окружают: они всегда ведут себя одинаково и просто не могут усидеть на месте. Активного ребенка можно увлечь обычной игрой, например, шашками или собиранием пазла, у гиперактивного же не хватает усидчивости. В любом случае все очень индивидуально, поэтому лишь исходя из наблюдений можно давать рекомендации родителям. Гиперактивных детей сложнее испугать, у них занижен болевой порог, они ничего не боятся, совершенно не думая о своей безопасности. Из всего вышесказанного следует, что если малыш любит подвижные игры, ему нравится узнавать что-то новое, и это любопытство не мешает ему в учебе и в социальных взаимоотношениях, то не следует называть его гиперактивным. Ребенок просто нормально развивается для своего возраста. Если же малыш не может усидеть на месте, дослушать сказку до конца или же закончить задание, постоянно требует к себе внимания или же закатывает истерики, то это гиперактивный ребенок. Что делать родителям? Советы психолога смогут помочь в этом нелегком вопросе.

Советы родителям гиперактивного ребенка

Гиперактивный ребенок: что делать родителям? Советы психолога, которым необходимо следовать, читайте ниже. Важно внимательно подойти к технике безопасности, убрать все небезопасные и острые предметы, выходя из комнаты, отключать бытовые приборы, так как и обычные дети, часто что-то ломают, или же падают и ударяются, а с гиперактивными это случается вдвое или же втрое чаще.

Если что-то важное должен усвоить гиперактивный ребенок, советы психолога родителям будут полезны. Необходимо убедиться, что он слушает. Недостаточно просто окликнуть его – нужно установить контакт, убрать из поля зрения игрушки, выключить телевизор или компьютер. И только убедившись, что чадо вас действительно слушает, можно с ним начинать беседу.

Необходимо установить в семье правила, которым ребенок бы неуклонно следовал. И очень важно, чтобы они всегда выполнялись каждый день без исключения, независимо от обстоятельств. О них важно постоянно напоминать ребенку, повторять, что какие-то задания нужно выполнять всегда, а что-то делать категорически запрещено. Очень важным нюансом является режим. Малыша нужно приучать выполнять все по времени, причем исключений нельзя делать даже в выходной день. К примеру, всегда вставать в одно время, завтракать, делать уроки, идти на прогулку. Возможно, это и слишком строго, но наиболее действенно. Именно это правило поможет в дальнейшем ребенку адаптироваться к школе и усваивать новый материал. Эти детки очень восприимчивы к настроению, поэтому очень важно, чтобы те эмоции, которые они получали, были положительными. Необходимо хвалить их даже за малейшие достижения. Пусть чувствуют, что его родители гордятся им. Следует поддерживать чадо в нелегкие для него моменты, чаще говорить о любви к нему, обнимать.

Можно организовать систему поощрений, например, если всю неделю он вел себя хорошо, то на выходных он получает небольшой презент или же вылазку на природу, поход кино, музей. Пусть родители придумают совместные игры, которые увлекут малыша. Безусловно, времени, терпения и изобретательности понадобится немало, но результат не заставит себя ждать. Важно в целом следить за атмосферой в семье, чтобы все конфликты проходили мимо малыша, и особенно нельзя, чтобы он в них участвовал. Если же ребенок плохо себя вел, то можно и наказать, но несильно, а от рукоприкладства вовсе лучше отказаться. У гиперактивного ребенка никогда не иссякает энергия, поэтому постоянно необходимо создавать ему условия, чтобы он куда-то ее девал. Малышу следует больше гулять на воздухе, ходить в спортивную секцию, играть. Но здесь также есть важный нюанс: ребенок должен быть уставшим, но не слишком переутомленным. Запрещая что-то ребенку, крайне важно предоставить ему альтернативу, при этом спокойным тоном объяснив, почему его действия неправильны.

Нельзя вести свое чадо в места, где преобладает большие скопления людей: его психика и без того излишне чуткая и слабая, а толпа может привести к перевозбуждению нервной системы, поэтому следует избегать массовых мероприятий, супермаркетов в часы ажиотажа. А вот прогулки на свежем воздухе, вылазки на природу благотворно действуют на малыша. Играть такому ребенку лучше только с одним другом. Неплохо будет, если родители заведут дневник наблюдений, в котором смогут отмечать все изменения и реакции на окружающий мир, происходящие с гиперактивным ребенком. После этот дневник можно показать педагогу (ему будет значительно легче составить общую картину). Гиперактивный ребенок: что делать родителям? Советы психолога, перечисленные выше, помогут решить множество проблем.

Источник: Арцишевская И. Л. Работа психолога с гиперактивными детьми в детском саду. М.: Книголюб, 2003.