

Министерство труда и социального развития
Новосибирской области
Государственное автономное учреждение
Новосибирской области
«Центр социальной помощи семье и детям «Семья»



«Гиперактивный ребёнок в семье»



Методическое пособие

Новосибирск 2021

Синдром дефицита внимания и гиперактивности.

К нашему большому сожалению, сейчас входит в моду при любом, с точки зрения взрослого человека, неоптимальном поведении ребенка, будь то неусидчивость, перепады настроения, нежелание слушаться, низкая успеваемость в школе, тащить его к психологу или еще хуже к психиатру. На данный момент более миллиона детей по всему миру получили диагноз какого-либо психического «расстройства», существование которого не может подтвердить ни один диагностический анализ. СДВГ (синдром дефицита внимания и гиперактивности), по мнению психиатров – поведенческое расстройство развития, вызванное неправильной работой нервной системы, проявляется в трудности концентрации внимания, гиперактивности и плохо управляемой импульсивности. Как написал невролог Сидни Уолкер в книге «Трюк с гиперактивностью»: «назначение психотропных препаратов для лечения несуществующего заболевания – это трагедия, поскольку «подавляя симптомы у детей, мы просто позволяем лежащей в их основе проблеме продолжать существовать и во многих случаях даже усугубляться».

Согласно словам доктора Уильяма Кэри, заслуженного педиатра детской больницы Филадельфии: «в существующем на сегодняшний день определении СДВГ, которое позволяет поставить ребенку этот диагноз при наличии у него определенного количества причиняющих беспокойство особенностей поведения и других критериев, не учитывается тот факт, что эти особенности

поведения, вероятно, являются нормальными свойственными детям чертами». Доктор Мэри Энн Блок помогла тысячам детей отвыкнуть от психотропных препаратов без риска для здоровья, и вот что она говорит: «Многие врачи не проводят медицинского обследования, прежде чем назначать психиатрические препараты... Детей приводят к врачу, но врач не обследует их, он не пытается найти никаких проблем со здоровьем или проблем в обучении, он просто ставит ребенку диагноз СДВГ и назначает препарат. Это не то, чему меня учили в медицинской школе. Меня учили, что необходимо проводить обследование состояния организма и составлять полную историю болезни». Повесить на ребенка ярлык «душевнобольного», не имея надлежащих медицинских доказательств, значит, по сути, совершить преступление по отношению к нему; назначить ему психотропные препараты для лечения, фактически значит отравить ребенка. Очень часто детям просто требуется достаточный сон, хорошее питание и очень активная деятельность. Доктор Уолкер написал, что дети с диагнозом СДВГ и другими подобными диагнозами могут страдать от следующих неблагоприятных состояний: «ранняя стадия диабета, порок сердца, глисты, вирусные или микробные инфекции, генетические расстройства, аллергии, отравление ртутью или марганцем, слабые формы эпилептических припадков и сотни, да сотни, других легких, тяжелых и даже угрожающих жизни проблем медицинского характера. И, тем не менее, всем этим детям поставили психиатрический диагноз».



Основные признаки СДВГ

1. Невнимательность

Ребенок плохо концентрируется, не может удерживать внимание на деталях, из-за чего возникают ошибки и промахи при выполнении заданий. Внешние раздражители легко отвлекают малыша от интересного занятия. Ему трудно довести начатое до логического конца. Ребенок отказывается от выполнения заданий, ему трудно самостоятельно планировать игру, учебу, общение со сверстниками. Они очень забывчивы, рассеяны, часто теряют свои вещи.

2. Импульсивность

Проявление нетерпения, малыш часто забегает вперед, не дослушав рассказ до конца, перебивает, задает вопросы не в тему. Тяжело усваивает правила поведения в общественных местах, вмешивается в разговоры взрослых, мешает другим детям играть, ему трудно даются ожидание.

3. Гиперактивность

Такие дети постоянно находятся в движении, не могут усидеть на месте, во время выполнения заданий они постоянно встают, отвлекаются, задают вопросы. Их характерна суетливость, раздражительность, двигательная активность. Они не любят спокойные игры, рисование, лепку, другие творческие занятия.

Обучение им дается с большим трудом, они рассеяны, забывчивы, не умеют концентрироваться.

Когда малыш оказывается среди сверстников, к его поведению предъявляются определенные требования. Задача каждого родителя научить ребенка правилам поведения и общения.

Как общаться с гиперактивным ребенком.

Советы для родителей.



Старайтесь по возможности сдерживать свои бурные аффекты, особенно если вы огорчены или недовольны поведением ребенка.

Эмоционально поддерживайте детей во всех попытках конструктивного, позитивного поведения, какими бы незначительными они ни были. Воспитывайте в себе интерес к тому, чтобы глубже познать и понять ребенка. **Избегайте категоричных слов и выражений,** жестких оценок, упреков, угроз, которые могут создать напряженную обстановку и вызвать

конфликт в семье. Старайтесь реже говорить “нет”, “нельзя”, “прекрати” – лучше попробуйте переключить внимание малыша, а если удастся, сделайте это легко, с юмором. **Следите за своей речью**, старайтесь говорить спокойным голосом. Гнев, возмущение плохо поддаются контролю. Выражая недовольство, не манипулируйте чувствами ребенка и не унижайте его. Если есть возможность, постарайтесь выделить для ребенка комнату или ее часть для занятий, игр, уединения (то есть его собственную “территорию”). В оформлении желательно избегать ярких цветов, сложных композиций. На столе и в ближайшем окружении ребенка не должно быть отвлекающих предметов. Гиперактивный ребенок сам не в состоянии сделать так, чтобы ничто постороннее его не отвлекало. Организация всей жизни должна действовать на ребенка успокаивающе. Для этого вместе с ним составьте распорядок дня, следуя которому, проявляйте одновременно гибкость и упорство. Определите для ребенка круг обязанностей, а их исполнение держите под постоянным наблюдением и контролем, но не слишком жестко. Чаще отмечайте и хвалите его усилия, даже если результаты далеки от идеала. И не забывайте, что самая важная для детей деятельность – игра, поскольку она близка и понятна ребенку. Использование же эмоциональных воздействий, содержащихся в интонациях голоса, мимике, жестах, форме реагирования взрослого на свои действия и действия ребенка, доставит обоим участникам огромное удовольствие.

Не опускайте рук. Любите вашего норовистого ребенка, помогите ему быть успешным. Помните, что “Норовистые дети похожи на

розы – им нужен особый уход. И иногда поранишься о шипы, чтобы увидеть их красоту” (Мэри Ш. Курчинка). **Когда становится совсем тяжело**, вспомните, что к подростковому возрасту, а у некоторых детей и раньше, гиперактивность проходит. 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. Важно, чтобы ребенок подошел к этому возрасту без груза отрицательных эмоций и комплексов неполноценности. Так что, если у Вас гиперактивный ребенок, помогите ему, все в Ваших руках!

Составитель: Н.А. Эмец, учитель-дефектолог

ГАО НСО «Центр социальной помощи семье и детям «Семья».