

Гиперактивность –

это диагноз, а не характеристика поведения.

Совершенно неверно про подвижного ребенка сказать, что он гиперактивен.

Активен – да, но «гипер» – нет!

Диагноз имеет нейробиологическую природу, т.е. зависит не от «злой воли» или «плохого воспитания» ребенка, а от особенностей развития его нервной системы.

Вправе поставить такой диагноз только врач-невролог или психиатр.

Родители, учителя, психологи могут лишь предположить его наличие.

У всех здоровых детей время от времени могут быть проявления гиперактивности.

Но диагноз ставят тогда, когда симптомы сохраняются более полугода.

Найти помощь и поддержку в решении проблем, возникших в Вашей семье, Вы сможете, обратившись в Центр «Гармония»



НАШ АДРЕС:

г. Углич, ул.Зины Золотовой, д.42

ТЕЛЕФОН:

8 (48532) 5-05-11, 4-13-21

E-MAIL:

garmoniy.uglich@mail.ru

САЙТ:

www.garmoniya.edu-uglich.ru

Составитель: Замяткина И.М.

Дизайн и компьютерная вёрстка: Замяткина И.М.



ГИПЕРАКТИВНЫЙ РЕБЁНОК



Советы родителям

Углич,
2011

Синдром ГРДВ включает в себя три составляющие: нарушение внимания, гиперактивность, импульсивность.

Типичные симптомы ГРДВ:

- ▶ При выполнении уроков или домашних поручений: ребенку трудно сохранять внимание долгое время; он невнимателен к деталям; ему трудно самому организовать выполнение задания, сложно довести его до конца; легко отвлекается на посторонние вещи; перестает делать то, что нужно; делает много ошибок; старается избегать таких дел капризами, игнорированием, недовольством.
- ▶ В общении: кажется, что он не слышит, что ему говорят; часто не дослушивает вопрос, а сразу начинает отвечать, мешает другим, вмешиваясь в их дела, перебивает разговор. Про него можно сказать «болтливый».
- ▶ В двигательной активности: его стопы и кисти постоянно в движении; где бы он ни находился. Он ведет себя так, как будто к нему прикрепили мотор; не может посидеть спокойно в тех случаях, когда это необходимо; без цели бегают, крутятся, пытается куда-то залезть, не обращая внимания на замечания.
- ▶ В разных жизненных ситуациях: часто теряет свои вещи; тихая и спокойная игра непродолжительна; про него можно сказать «забывчивый»; с трудом дожидается своей очереди; ему трудно соблюдать любые правила.

Что делать?

- ▶ Найти возможности, чтобы ребенок мог **удовлетворить потребность в движении**. Утро начинайте с зарядки, гуляйте вволю и активно: не одергивайте ребенка, если ему хочется залезть на дерево, попрыгать. Научите детей подвижным играм – в салочки, догонялки – и сами поиграйте с ними. Дома организуйте шведскую стенку. Не забывайте о физкульт-минутках каждые 15-20 минут, если ребенок занимается за столом. Включите веселую музыку и вместе потанцуйте. Отдайте ребенка в спортивную секцию, постарайтесь приобрести коньки, лыжи, велосипед и заинтересовать ребенка этими занятиями. Никогда не ругайте ребенка, если ему хочется побегать.
- ▶ **Поддерживайте детскую самооценку**. Вместе с ребенком определите его сильные черты, интересы и способности. Помогите ребенку проявить их.
- ▶ **Общайтесь сдержанно, спокойно и мягко**. Ваши громкий крик и ругань только ухудшают ситуацию. Общайтесь с ребенком «на одном уровне».
- ▶ Дисциплина – это важно! **Выработайте правила и режим**, которых должен придерживаться ребенок.
- ▶ Научите ребенка **распределять свое время и силы**. Давайте ему только одно задание в один промежуток времени и не отвлекайте его посторонними вопросами и замечаниями.

ПОМНИТЕ!

Если вовремя не помочь ребенку, ситуация лишь ухудшится, и в этом преимущественная часть ответственности будет лежать именно на родителях.

Обратиться к врачу по поводу данной проблемы могут только родители, а без медицинской помощи в ситуации ГРДВ не обойтись.