Что такое гиперактивность?

С первого взгляда тяжело понять, гиперактивный ребёнок или просто активный. Только специалист по определённым симптомам сможет определить состояние вашего малыша. Одни говорят, что гиперактивность – это болезнь, другие считают, что такой уж характер у ребёнка. Где же всё-таки правда? Что такое гиперактивность? Какой ваш малыш? Что с активностью крохи делать в этом случае? Что такое детская гиперактивность? Дети не могут быть похожими друг на друга: один активный, другой спокойный – все они индивидуальны. Многие мамы рассуждают: мол, если у них малыш слишком подвижный, значит, он гиперактивный. Однако это не совсем так. *Гиперактивность* – это перевозбуждённое поведение человека, которое сопровождается слишком большой активностью. гиперактивность - это такое состояние характерно для него всегда, даже ночью. Сидеть на одном месте он не может, ходить медленно - тоже.

Всё делается очень быстро и не всегда обдуманно. При этом никогда не знаешь, чего ждать от гиперактивного человека в следующую минуту. Все решения он принимает спонтанно. Считается, что такому ребёнку уделяют недостаточно внимания. Поэтому он и придумывает новые шалости. Гиперактивность – это СДВГ, синдром дефицита внимания. Она ярко начинает выражаться в возрасте двух лет, а к школьному возрасту обороты набираются, и тогда малыш становится неуправляемым: перестаёт полностью соблюдать дисциплину, проявляет свою агрессию, грубит взрослым. Для таких детей нет авторитета. Чем отличаются детская активность и гиперактивность? Активные дети – очень шустрые, это непоседы, которые постоянно хотят знать всё. Они познают мир благодаря своей неусидчивости. Но при этом они прислушиваются ко взрослым, их можно увлечь на некоторое время интересным занятием. Например, лепкой, аппликацией или складыванием пазлов. Всё зависит от интересов ребёнка. Чрезмерные эмоции у них проявляются редко. Если активных деток ничего не беспокоит, они не голодные и не больные, тогда слышен только их смех. Подвижность зачастую проявляется только дома - в гостях или на прогулке малыш ведёт себя по-другому, скромнее и тише. Активный ребёнок не конфликтует с детками, но если его обидят, сдачи даст, не задумываясь. Сам он не провоцирует скандалов. Физическая активность сопровождается жизнерадостностью, энтузиазмом, энергичностью, послушанием. За день ребёнок устаёт сильно, поэтому спит ночью очень хорошо. физическая активность гиперактивных детей возможно тоже увлечь, но не более чем на 10 минут. Спокойного состояния у них не бывает. Малыш демонстрирует своё поведение абсолютно везде, не знает, что такое застенчивость. Говорит быстро, перескакивая с темы на тему. Задаёт очень много вопросов. Не дожидаясь ответа, спрашивает дальше. В речи заметно, что не договаривает окончаний, настолько быстро хочет что-то сказать. Спит в постоянном беспокойстве, крутится, падает с кровати, возможны ночные кошмары. Эмоции и поведение неуправляемы и неконтролируемы. Физическая активность перерастает быстро в агрессивность. В компании гиперактивные дети довольно часто конфликтуют со всеми. Гиперактивность у детей: симптомы Ваш ребёнок не может сидеть спокойно на одном месте? Не надо сразу бегать по врачам и думать, что у него детская гиперактивность.

Сначала обратите внимание на особенности активности вашего малыша:

- беспокойность и импульсивность;

-невнимательность;

- агрессия, нервозность и бесконечные истерики;

- проблемы в общении со сверстниками и взрослыми людьми;

-невосприимчивость к обучению;

- неуклюжесть, неумение дело доводить до конца;

-недисциплинированность.

 Все вышеперечисленные признаки и характеризуют гиперактивность. Симптомы, которые вы обнаружили, должны вас насторожить. Возможно, стоит применить какие-то меры для улучшения поведения вашего чада. Ведь агрессию гиперактивные дети проявляют слишком часто и выраженно. гиперактивность у детей симптомы Любые родители устанут воевать с таким поведением. Эти малыши быстро теряют контакт с друзьями, в итоге с ними дружить никто не хочет, и даже взрослые стараются избегать общения с такими личностями. Если они получили задание, никогда не смогут его выполнить полностью, так как чересчур перевозбуждены, невнимательны и могут забыть о порученной им серьёзной работе. Обратите внимание на гиперактивность у детей. Симптомы у них могут отличаться. Ведь, как уже говорилось, каждый ребёнок индивидуален. Питание гиперактивных детей Всем известно, что питание каждого ребёнка должно быть полноценным и сбалансированным, а главное - полезным. Если обычным деткам родители позволяют съесть шоколадку или конфетку, то из рациона гиперактивных такой продукт нужно исключить. В конце зимы - начале весны необходимо давать комплекс витаминов для улучшения памяти и мозговой деятельности. Как только начнут появляться на огородах и на деревьях первые овощи и фрукты, обязательно включите их в ежедневное меню. И вообще, они постоянно должны присутствовать на вашем столе.

 Педагог-психолог Ирниденко Л.В.