**Подвижный или гиперактивный?**

В последнее время педагоги стали чаще выделять детей, чья двигательная активность отличается от обычных представлений о просто подвижном ребёнке. Подавляющее количество детей дошкольного возраста отличаются своей эмоциональностью, импульсивностью, подвижностью и непосредственностью, однако, как правило, они прислушиваются к взрослым и выполняют их указания.

Более затруднительный процесс – установление контакта с гиперактивным ребенком. Он неуловим, находится в постоянном движении, принимается за дело, не дослушав инструкцию до конца, внимание такого воспитанника рассеяно, а взгляд сложно поймать.

В детском коллективе такого ребенка сложно не заметить: вска­кивает со своего места, не понимает, чего хочет от них воспитатель, не может выполнить задания до конца, получает больше всех замечаний (да и в целом «отрицательного» внимания), он мешает другим детям и обычно попадает в число «изгоев». Претендуя на лидерство, гиперактивному ребенку сложно подчинять своё поведение правилам, уступать другим и тем самым он вызывает многочисленные конфликты в группе.

Что такое гиперактивность? «Гипер...» (от греч. hyper ***—*** «над», «сверху») — составная часть сложных слов, указывающая на превышение нормы. Слово «активный» пришло в русский язык из латинского «activus» и означает «действенный, деятельный».

Авторы психологического словаря относят к внешним проявлениям

гиперактивности *невнимательность, отвлекаемость, импульсивность, повышенную двигательную активность*. Часто гиперактивности сопутствуют проблемы во взаимоотношениях с окружающими, трудности в обучении, низкая самооценка. Стоит отметить, что при всех сложностях, уровень интеллектуального развития у детей не зависит от степени гиперактивности и может превышать возрастную норму.

Гиперактивное поведение начинает появляться в боль­шинстве случаев после 4-х лет и продолжается до под­росткового возраста. Однако наиболее сложный период жизни гиперактивных детей связан с поступлением в школу. Несмотря на то, что после семи лет дети становятся более усидчивыми, проблемы про­должаются, и на первый план выступает так называемый «дефицит внимания».

Существуют различные мнения о причинах возникновения гиперактивности:

* генетические факторы;
* особенности строения и функционирования головного мозга;
* родовые травмы;
* инфекционные заболевания, перенесенные ребенком в первые месяцы жизни.

В течение нескольких десятилетий в разных странах (в том числе и в России), проводились биохимические исследования работы мозга детей с гиперактивностью. Ученые выявили снижение метаболической активности в лобных и средних долях мозга, т.е. в тех областях, которые отвечают за самоконтроль и саморегуляцию. Это важно помнить. Фраза «может, но не хочет!», которую часто можно услышать от взрослых, к гиперактивным детям не относится! Не следует обвиняться ребенка в отсутствии волевых усилий. Он хочет, старается, но не может! Все проблемы, связанные с его воспитанием и обучением, являются следствием измененной биохимической активности мозговых структур.

В отечественной медицине детям с недостаточной зрело­стью отдельных зон головного мозга ставят диагноз «мини­мальная мозговая дисфункция» (ММД). Наличие ММД определяет врач-невролог после проведения диагностики. При необходимости могут назначить медикаментозное лечение.

Подход к лечению гиперактивного ребенка и его адаптации в коллективе должен быть комплексным. Как отмечает Ю. С. Шевченко, специалист по работе с гиперактивными детьми и кандидат медицинских наук, «ни одна таблетка не может научить человека, как надо себя вести. Неадекватное же поведение, возникшее в детстве, способно зафиксироваться и привычно воспроизводиться».

**Итак, какую помощь вы можете оказать ребенку?**

1. Прийти на консультацию к психологу, где могут порекомендовать отвес­ти ребенка на консультацию к врачу-неврологу для постанов­ки точного диагноза и разграничения СДВГ с рядом состоя­ний и заболеваний, при которых наблюдаются сходные внеш­ние проявления

2. Во-вторых, при взаимодействии с гиперак­тивным ребенком важно понимать, что он не «вредный» и не «плохой», просто ему труднее, чем другим детям сдерживать свою двигательную активность, он в этом не виноват. В общении с гиперактив­ным ребенком взрослые должны стараться соблюдать сле­дующие правила:

* не «замечайте» мелкие шалости, сдерживайте раздраже­ние и не кричите на ребенка, так как от шума возбужде­ние усиливается;
* при необходимости применяйте позитивный физический контакт: возьмите ребенка за руку, погладьте по голове, прижмите к себе;
* во время занятий посадите за первую парту, чтобы умень­шить отвлекающие моменты;
* в середине занятия дайте возможность подвигаться: попро­сите что-нибудь поднять, принести, предложите протереть доску и т.п.;
* хвалите за каждые проявления сдержанности, самоконт­роля, открыто проявляйте свой восторг, если он довел ка­кое-то дело до конца.

Успехов Вам!

Психолог

Ежкова Юлия Анатольевна