

Консультация для родителей

АКТИВНОСТЬ И ГИПЕРАКТИВНОСТЬ: ГДЕ ГРАНЬ ?

✓ Активный ребенок

Дети — разные по причине своих индивидуальных особенностей, но флегматичные и малоподвижные больше исключение, чем правило. Мир вокруг нас наполнен громкими детскими голосами, а площадки во дворе похожи на сверхскоростные муравейники. Дети полны энергии, они спешат везде успеть, и это никому не кажется странным.

Активность ребенка направлена во вне. Любой его шаг является встречей с чем-то новым. Он подчиняется процессу познания, поэтому должен испробовать новую горку первым, быстрее всех добежать до дорожки, быстро гнать на велосипеде. В статичном положении ребенок может проявлять вербальную активность, задавая вопросы или напевая песни.

Активность ребенка всегда произвольна, то есть подчиняется его воле. Он знает, почему идет, бежит, что ему интересно. Он по понятным ему причинам неожиданно останавливается, меняет направление, и только замечания взрослых заставляют его задуматься над тем или иным поступком. Процессы возбуждения и торможения в его нервной системе вполне уравновешены.

Плохое самочувствие или усталость проявляются в снижении активности, вялости и раздражительности, но это единичные случаи.

Если это описание подходит вашему малышу, то он просто активный ребенок.

✓ Гиперактивный ребенок

Гиперактивный ребенок очень схож с активным: так же спешит, все время в движении, интересуется всем, громко разговаривает. Но схожесть их только внешняя. Главное отличие — процессы возбуждения у него преобладают над процессами торможения. Другими словами, начать движение ребенку очень легко, любой внешний раздражитель моментально вызовет возбуждение. А остановиться гиперактивному ребенку чрезвычайно сложно. Его поведение не совсем произвольное. Действия подчинены импульсам, и он действительно иногда не знает, почему сделал то или другое. При этом замечания взрослых или опасность не могут моментально затормозить его. Процесс торможения начинается сложно и не сразу. Его движение часто бесцельно, он не умеет подчинить себя выполнению определенных задач и контролировать свое поведение.

Гиперактивный ребенок — заложник своей нервной системы. У него от природы очень высокая потребность в движении. Если невозможно двигаться, то ребенок будет шевелить руками, ногами, головой, выполнять монотонные движения, тереть вещи, но не может просто сидеть. Слово «спокойно» для него сродни наказанию, так как в нем огромное количество энергии, которая должна найти выход. Заставляя его постоянно сдерживать себя, вы рискуете через некоторое время получить «взрыв».

Кроме того, при такой активности ребенку бывает трудно сосредоточиться. Его возбуждение постоянно срабатывает, и он отвлекается буквально на все: где-то что-то стукнуло, пролетела муха, раздался звонок или шум. Вследствие этого ребенку трудно дается процесс обучения, он не запоминает важную информацию, делает ошибки.

Гиперактивные дети устают в большей степени от необходимости контролировать себя, вести себя спокойно. Ничто не вредит им так, как отсутствие возможности двигаться. Именно это может вызвать новые процессы возбуждения, которые проявляются в капризах, упрямстве, эмоциональных взрывах.

Еще один момент — у гиперактивных детей во всех ситуациях наблюдается стабильность поведения. Если ребенок дома «гиперактивный», а у бабушки, в гостях или в садике ведет себя по-другому, то скорее всего, причина тут совсем не в гиперактивности.

Признаки гиперактивности:

- Постоянное движение, часто бесцельное и суетливое
- Несогласованность движений: дети часто «не вписываются» в дверные проемы, ряды парт и так

далее

- Невозможность долго концентрировать внимание, неспособность доводить дело до конца
- Частые ошибки при написании слов и в решении заданий, связанные с невнимательностью
- Сложность понимания правил игры или алгоритма действий
- Потребность в большом пространстве: рисунок ребенка часто заходит за край листа. В школе он занимает большую часть парты, дома, играя — всю свободную поверхность
- В приоритете — шумные подвижные игры
- Неспособность контролировать силу голоса и темп речи. В диалоге ребенок перебивает других, глотает слова, теряет нить рассказа
- Гиперактивный ребенок часто находится в центре конфликтов, но возникают они по причине его импульсивности, а не агрессивности
- Проблемы со сном: беспокойство, частое пробуждение
- Отсутствие чувства опасности.

О гиперактивности можно судить, если вы замечаете у ребенка большинство этих признаков не менее полугода.

Не следует приписывать гиперактивному ребенку все негативные черты: упрямство, капризы, строптивость и агрессивность. Он подвержен этим особенностям не более других детей. Это — сверхподвижный невнимательный ребенок, и других постоянных характеристик здесь нет. Что касается агрессивных, капризных, демонстративных детей, то таким при определенных обстоятельствах может стать любой ребенок.