

## Гиперактивность у детей: симптомы и способы решения проблемы

*Петрова Елена Владимировна*

*Приамурский государственный университет имени Шолом-Алейхема*

*Студент*

### Аннотация

В статье раскрываются теоретические аспекты изучения в психологии синдрома дефицита внимания и гиперактивности у детей. Также определена актуальность данной проблемы, дается характеристика гиперактивного ребенка, изучены симптомы ребенка с гиперактивностью. Разработаны рекомендации по устранению проблем с гиперреактивностью.

**Ключевые слова:** синдром дефицита внимания, гиперактивность, нарушение психического развития у детей, психологические нарушения.

### Hyperactivity in children: symptoms and solutions

*Petrova Elena Vladimirovna*

*Sholom-Aleichem Priamursky State University*

*Student*

### Abstract

The article reveals the theoretical aspects of the study of attention deficit hyperactivity disorder in children in psychology. The relevance of this problem is also determined, the characteristics of a hyperactive child are given, the symptoms of a child with ADHD are studied. Recommendations have been developed to eliminate problems with hyperreactivity.

**Keywords:** attention deficit disorder, hyperactivity, mental development disorder in children, psychological disorders.

В жизни люди часто сталкиваются с проблемой чрезмерной активности, невнимательности, отрицательного поведения детей. В народе уже давно укоренилось понятие «гиперактивный». Что же это такое и как относиться к такому ребёнку.

Проблема стала актуальной в современном мире. Это оправдано. Большой поток информации, ритм жизни диктует свои правила. Часто дети не справляются. Всегда ли отрицательные моменты в гиперактивности правильны. Отвечая на этот вопрос, можно сказать следующее: гиперактивность или по-другому синдром дефицита внимания и гиперактивности встречается довольно часто. Синдром дефицита внимания и гиперактивности по официально действующей в Российской Федерации Международной Классификации Болезней 10 пересмотра относится к группе

психических расстройств, точнее к Гиперкинетическим расстройствам, которые кодируются шифром F90 [2].

Цель данного исследования – теоретически изучить проблему гиперактивности у детей, подробно рассмотреть симптомы гиперактивности и разработать рекомендации по устранению проблем с детской гиперреактивностью.

Согласно Е. Л. Григоренко, Т. М. Марютиной [2] синдром дефицита внимания с гиперактивностью это хроническое расстройство поведения в детском возрасте, среди клинических проявлений которого называются двигательное беспокойство, импульсивность, невозможность сконцентрироваться. Синдром дефицита внимания с гиперактивностью представляет собой наиболее распространенную форму хронических нейроповеденческих расстройств детского возраста.

Симптомами синдрома дефицита внимания и гиперактивности принято считать:

- Невнимательность – удержание целенаправленного внимания дается им тяжело. Это проявляется и в учебной деятельности, и в досуговых занятиях со сверстниками. Часто такой ребёнок не слушает до конца правила игры или урока, делая поспешные выводы. Отвлекается, не слушает других, когда к нему обращаются [4].

- Гиперактивность – повышенная двигательная активность, которую как раз часто путают все: и родители, и педагоги. Не умение сидеть на одном месте, нарушать правила урока и занятий. Именно на основании этого симптома все говорят, что ребенок «гиперактивный» и поэтому он требует особого обучения и внимания.

- Импульсивность - часто не задумывается над словами. Такой ребёнок говорит то, что придет в голову. Не размышляет, ему сложно выслушать собеседника до конца. Не дожидается своей очереди, говорит не в свое время. На занятиях вскакивает с места, в классе нарушает дисциплину, «ерзает на стуле» перебивает других и др [1].

Чтобы понять, гиперактивный ли ребёнок, следует помнить, что чаще всего симптомы проявляются ближе в школе. Именно тогда, когда меняется распорядок дня и от ребёнка требуется ежедневная активность, внимательность, деятельность. Однако данные признаки должны проявляться и ранее. Их проявление должно быть системно более шести месяцев подряд. Процент таких действительных «гиперактивных детей» составляет около 3-7% детей. Чаще он встречается у мальчиков.

Однако невнимательность и неорганизованность в первые дни учебного процесса могут встречаться у 20-50 % детей. И это не значит, что ребёнок «гиперактивный». Вполне возможно, что так он говорит о каких-то своих проблемах и пытается обратить ваше внимание. Кроме того, адаптация первоклассников – главная тема обсуждений на первых педагогических советах школы. И длится она у кого – то полгода, у кого – то и целый год. Поэтому не нужно делать поспешных выводов и вешать ярлыки ребёнку [4].

Но что же делать, если ребенок гиперактивный?

Во- первых самое главное качество – это принятие. Необходимо не только принимать, но и понимать проблему. Как родителям, так и педагогам стоит наладить настоящее сотрудничество и взаимодействие. Часто эти недопонимания оправданы. Ребёнок может вести себя довольно лучше дома, а в школе показывать отрицательные черты. И не всегда активный и «ерзающий» на стуле будет гиперактивным. Им может стать и спокойный ребёнок. Он может просто отвлекаться и смотреть в окно. Конечно, это проще заметить педагогам.

В играх дома проще наблюдать родителям. Совместная работы взрослых поможет в понимании и принятии.

Чтобы наладить контакт с гиперактивным ребенком, необходимо следовать рекомендациям:

- Личное внимание – педагоги могут ежедневно узнавать новости у ребёнка. Можно взять за правило здороваться лично. Родителям уделять отдельное внимание, чаще общаться.

- Отказ от критики- подчёркивание положительного. Необходимо обращать внимание на положительные стороны ребенка, чаще говорить о них. И поощрять его за добрые поступки.

- Невербальные проявления – осторожные касания, поддержки и прочее усилят особенное внимание и поведение к нему. Наладят контакт.

- Увлечённость – такие дети очень идейные. С ними следует проводить уроки увлекательно, с картинками, презентациями, вопросами, дискуссией. Дома устраивать побольше интересных дел, если это домашние задания - красочность и яркость – основные критерии.

- Положительный пример - пусть он равняется на учеников в классе, дома это может быть родитель, актер или олимпийский чемпион, который нравится ребёнку.

- Объем задания частями - учитель может уменьшить задания, тем самым наладить больший контакт и интерес. Дома можно делать не все сразу, давая материал блоками, лучше с картинками, которые он хорошо усвоит.

Подводя итоги, можно сказать следующее: синдром дефицита внимания и гиперактивности – это не приговор. Нужно поменять угол зрения и относиться к этому с пониманием. Принятие себя, своего ребёнка, доброжелательная обстановка в семье и школе, распорядок дня, помощь в организации учебных занятий, внимательное отношение, поддержка успехов, сотрудничеству между взрослыми – прямой путь к совершенствованию и устранению проблем с гиперреактивностью. Кроме того, такие дети очень талантливы и могут проявлять себя в совершенно разных сферах.

### **Библиографический список**

1. Альтхерр П. Гиперактивные дети. Коррекция психомоторного развития. М.:Академия, 2009. 160 с.
2. Бадалян Л. О. Синдромы дефицита внимания у детей // Обозрение

психиатрии и медицинской психологии им. В. М. Бехтерева. СПб.: Питер, 2010. №3. 95 с.

3. Заваденко Н. Н. Факторы риска для формирования дефицита внимания и гиперактивности у детей. М.: Экмо-Пресс, 2009. 104 с.
4. Шевченко Ю. С. Коррекция поведения детей с гиперактивностью и психопатоподобным синдромом. СПб.: Речь, 2007. 158 с.