

Гіперактивна дитина що робити: СИМПТОМИ, ЛІКУВАННЯ, ВИХОВАННЯ

Таке поняття як синдром гіперактивності відомий всім батькам, у яких ростуть маленькі діти. Останнім часом зустрічається все більша й більша кількість діточок, у яких діагностується дане порушення роботи центральної нервової системи. Статистичні дані лікарів — педіатрів та педагогів — психологів свідчать про те, що гіперактивність зустрічається приблизно у 39% всіх діточок дошкільного віку, і приблизно у 57% всіх дітей шкільного віку.

Синдром гіперактивності має достатньо велику кількість проявів. Отже, гіперактивна дитина — симптоми:

· Дефіцит уваги.

Дитина, що страждає синдромом гіперактивності, не може тривалий час концентрувати свою увагу на якому — небудь одному занятті, будь то малювання, гра або навіть перегляд телевізійних передач. Саме через дефіцит уваги дітки з синдромом гіперактивності часто відчують труднощі з навчанням.

· Зайва імпульсивність дитини.

Зрозуміло, практично всі дітки — і спокійні, і не дуже — час від часу дозволяють собі бурхливі прояви емоцій. Однак діти із синдромом гіперактивності особливо часто втрачають контроль над своїми емоціями, часто лякаючи імпульсивністю навіть своїх звиклих до всього батьків.

· Підвищена рухова активність дитини.

Діток з синдромом гіперактивності будь-який фахівець без особливих зусиль визначить навіть у величезному натовпі дітлахів. Такі дітки не просто рухливі, вони просто понад активні. Малюка практично неможливо побачити в спокійному стані — він постійно знаходиться в русі. Або він бігає, або стрибає, або пританцьовує на місці, якщо вже його і змусили посидіти. Все в цій дитині видає цю саму гіперактивність — постійно знаходяться в русі кисті рук, бігаючі оченята, вираз обличчя, міміка.

Час прояви у дитини синдрому гіперактивності

Існує помилкова думка про те, що перші прояви ознак синдрому гіперактивності у малюка можна виявити не раніше, ніж маляті виповниться два роки. Однак і лікарі, і батьки діток, що страждають синдромом гіперактивності, в один голос стверджують зворотне.

Перші прояви синдрому гіперактивності можна виявити вже вперше дні після появи крихти на світло. Такі новонароджені крихти дуже мало сплять, при цьому їх сон поверхневий і неспокійний, вони дуже багато і досить сильно плачуть, а під час неспання вони дуже рухливі і нагадують такі собі кульки ртуті. У міру зростання малюк нагадує своїм батькам стихійне лихо — вони буквально «вистрибують» з колясок, ліжечок, намагаються вибратися з манежів. Перекинуті чашки, розбитий посуд, виламані з боковінок ліжка пружини, перекинуті квіткові горщики і обірвані штори — неприємності сиплються на такого крихітку, немов з казкового рогу достатку. Вже підросла малюк, як говорилося раніше, ні хвилини не може посидіти на одному місці, дослухати до кінця казки або дати мамі постригти нігті. Пересувається дитина тільки бігом, ніж примушує свою маму чимало побігати за ним. Деякі батьки вважають, що подібна активність дитини є всього лише наслідком високого запасу енергії в організмі малюка. Чи так це насправді? І якщо дійсно гіперактивні діти, як боротися з цим?

Норма або патологія?

Лікарі — невропатологи та дитячі психологи вважають, що синдром гіперактивності є досить серйозною патологією. Якщо у вас гіперактивна дитина, лікування необхідно починати якомога раніше. Підвищена енергійність дитини при синдромі гіперактивності свідчить про порушення нормального функціонування центральної нервової системи. Якщо батьки помітили якісь відхилення, їм необхідно турбуватися проблемою: «Гіперактивна дитина: що робити?» В іншому випадку, якщо батьки не надали належного значення цій особливості розвитку їхньої дитини і не звернулися вчасно за консультацією та медичною допомогою, а обмежилися лише покаранням дитини з метою приструнити його, по мірі росту дитини проблема тільки посилюватиметься.

У дитини виникнути серйозні проблеми спочатку в дитячому садку, а після і в школі. Специфіка навчання так чи інакше вимагає посидючості та уваги. А дитина із синдромом гіперактивності не

тільки не зможе сам сприймати і запам'ятовувати інформацію, а ще буде постійно крутитися і крутитися, відволікаючи тим самим всіх інших дітей. Через це в таких дітей дуже часто спостерігаються систематичні конфлікти з викладачами, та й батьки найчастіше вислуховують масу невтішних відгуків про поведінку їх чада. І це не дивно, адже заняття з гіперактивними дітьми вимагають певних навичок, якими у звичайній школі володіють далеко не всі педагоги.

Також в школі дитині з гіперактивністю значно ускладнює життя зайва імпульсивність, властива даному захворюванню. Дитина надмірно різкий у вчинках, судженнях, висловлюваннях своїх думок, він спочатку, піддавшись першому пориву, щось говорить чи робить, а тільки потім думає. І через цієї особливості свого темпераменту гіперактивна дитина в школі стикається з масою проблем — стосунки з однокласниками виявляються безнадійно зіпсованими, щоденник рясніє зауваженнями вчителів, немов новорічна ялинка гірляндами, а батьки в школу ходять з не меншою періодичністю, ніж на роботу.

Причини виникнення синдрому гіперактивності

Зрозуміло, що синдром гіперактивності, як і будь-яке інше захворювання, не виникає без причини, на порожньому місці. Провокуючими факторами можуть стати:

- Ускладнений перебіг вагітності.

У тому випадку, якщо майбутня мама страждала від сильних токсикозів, як першої, так і другої половини вагітності, від схильності до підвищеного тиску, якщо у дитини була діагностована внутрішньоутробна асфіксія, в майбутньому ризик виникнення синдрому гіперактивності зростає як мінімум в три рази.

- Спосіб життя вагітної жінки.

На нормальний розвиток центральної нервової системи дуже негативно впливають такі токсичні речовини, як наркотичні засоби, алкоголь, нікотин, лакофарбові речовини, важкі метали, та інші.

Майбутня мама повинна відмовитися від усіх згубних звичок, а в тому випадку, якщо її робота безпосередньо пов'язана з контактом з токсичними речовинами, вона повинна написати заяву з проханням про її перекладі на легку працю. Подібна можливість гарантується вагітній жінці трудовим кодексом.

- Ускладнений перебіг родового процесу.

Тривалі, зтяжні пологи, або навпаки, стрімкі, використання таких способів допомоги при пологах, як щипці, також підвищує шанси розвитку у дитини синдрому гіперактивності.

Основою такого розладу нервової системи, як гіперактивність, є мінімальна мозкова дисфункція, яка, власне кажучи, і є причиною складнощів з навчанням у таких дітей. Пропонуємо батькам, які не мають відповідного медичної освіти, просто прийняти за аксіому наступні факти:

- Мінімальні мозкові дисфункції дестабілізують нормальне функціонування центральної нервової системи.

- Порушення, викликані мінімальними мозковими дисфункціями, вимагають медичного лікування — самотійно вони нікуди не зникнуть.

На жаль, дуже часто батьки не хочуть витратити час на лікування, помилково вважаючи, що з віком проблема синдрому гіперактивності зникне в міру дорослішання. Проте єдине поява порушення, яке пройде до підліткового віку, це підвищена рухова активність. Зате імпульсивність і дефіцит уваги, навпаки, в значній мірі і досить швидко прогресують, роблячи процес навчання вкрай скрутним. Причому найбільшу складність дитина відчуває з листом і промовою. Заняття з гіперактивними дітьми повинні проводитися в індивідуальному порядку.

Особливості спілкування з гіперактивними дітьми

Незважаючи на всю свою любов до дитини, батьки гіперактивних діток дуже часто в спілкуванні з ними втрачають останнім терпіння і зриваються. Деякі мами і тата просто — напроосто махають на свою дитину рукою, з тяжким зітханням відзначаючи, що толку їх нього все одно не вийде. Інші ж

батьки, навпаки, намагаються дисциплінувати дитину найсуворішими методами, достатньо жорстко припиняючи найменші спроби непокори.

Не можна сказати однозначно, яка тактика поведінки батьків є більш правильною — все залежить від конкретного випадку і кожного конкретно взятої дитини. Для когось «їжаківі рукавиці» — єдиний спосіб утримати дитину в рамках, а для когось кожне грубе слово є справжньою психологічною травмою. Уважно спостерігайте за реакцією вашої дитини на зауваження — і ви дуже швидко зрозумієте, що для крохи потрібно.

Якщо ж вам, незважаючи на всі ваші зусилля, так і не вдалося підібрати ключик до вашого малюка, зверніться за професійною допомогою до дитячого психолога. Багато батьків соромляться візиту до даного фахівця, плутаючи його з психіатром. Однак це зовсім різні спрямованості, і візит до психолога не є свідченням того, що ваша дитина страждає якими — або розладами психіки. До речі, гіперактивні діти в дитячому садку найчастіше автоматично потрапляють під спостереження психолога.

До речі кажучи, якщо у вас гіперактивна дитина, як лікувати його, повинен вирішувати тільки лікар. Багато батьків купують в аптеці седативні заспокійливі ліки і починають давати їх дитині. Пам'ятайте про те, що неправильно підібраний фармакологічний препарат може в значній мірі погіршити перебіг захворювання.

Але найголовніше, що необхідно усвідомити батькам гіперактивних дітей, це той факт, що дитина такий бурхливий і активний ні в якому разі не тому, що хоче дошкулити їм. Всі його витівки є наслідком особливостей роботи його нервової системи, найчастіше вони не підконтрольні самому малюкові. А ось емоційні сплески батьків, чий нерви вже на межі, ніякого позитивного результату не принесуть, зате погіршити ситуацію можуть значно.

Незважаючи на те, що кожна дитина, що страждає синдромом гіперактивності, потребує індивідуального підходу, особливості їх психології дозволяють дати деякі загальні для всіх дітей рекомендації, що полегшують виховання гіперактивної дитини:

· Постановка завдання.

Особливості розвитку діток із синдромом гіперактивності такі, що логічне й абстрактне мислення у них розвинені набагато гірше. Саме тому такій дитині необхідно ставити тільки чітко позначену задачу. Пропозиції повинні бути максимально короткими, не несучими ніякої зайвої смислового навантаження. Намагайтеся уникати довгих речень.

· Послідовність вказівок.

Вкрай не рекомендується давати дитині з синдромом гіперактивності відразу кілька завдань, наприклад: «збери іграшки, помий руки і йди обідати». Сприйняти всю інформацію одразу дитині буде досить складно і, швидше за все, він не виконає жодного доручення, відвернувшись на що — небудь інше. Набагато розумніше давати ці вказівки крихітці в логічній послідовності.

· Окреслює часові рамки.

У таких дітей дуже туманне уявлення про почуття часу, тому самі стежте за часом, відведеним на виконання кожного вашого доручення. До речі кажучи, якщо ви хочете забрати малюка з вулиці, погодувати, вкласти спати — завжди попереджайте його хвилин за п'ять до цього вашого дії. І це стосується не тільки дітвори з синдромом підвищеної гіперактивності, але і всіх інших.

· Правильно кажете "ні".

Власного кажучи, як раз слово «ні» вживати і не можна. Забороняючи небудь малюку, будуйте свої пропозиції таким чином, щоб у ньому не було присутнє заперечення. Наприклад, якщо ви хочете, щоб дитина не бігав по траві, не варто говорити йому: «Не бігай по траві!». Набагато більший ефект матиме наступна фраза: «Йди на доріжку». І, зрозуміло, у всіх, навіть конфліктних, ситуаціях батьки повинні зберігати спокій.

· Як заспокоїти гіперактивну дитину

Якщо ваш малюк надмірно перезбудився, постарайтеся змінити обстановку на більш спокійну, наприклад, поведіть дитину в іншу кімнату, запропонуйте йому водички, спокійно поговоріть з ним на будь-яку сторонню тему.

Закінчуючи розмову про дитячу гіперактивність, хотілося б ще раз нагадати батькам про те, що вони не самотні — поруч з вами є і кваліфіковані лікарі — неврологи, які точно знають, як лікувати гіперактивність у дітей. Правильно підібраний комплексний курс терапії може в значній мірі поліпшити стан дитини. Крім лікарів неврологів, ви можете звернутися за допомогою до дитячих психологів, які підкажуть вам, як виховувати гіперактивну дитину. І пам'ятайте — ваше маля нітрохи не гірше інших діток, просто він особливий.

Удачі вам і терпіння!