

## О гиперактивности и гиперактивности детей



Гиперактивность у детей - это сочетание симптомов, связанных с чрезмерной психической и моторной активностью. Четкие границы этого синдрома трудно провести, но, как правило, он диагностируется у детей, которые отличаются импульсивностью и невнимательностью. Такие дети часто отвлекаются. Их легко обрадовать или огорчить. Часто для них характерна агрессивность. Вследствие этих личных особенностей гиперактивным детям трудно концентрироваться на конкретных задачах.

Причиной гиперактивности может быть и патология беременности мамы, сложные роды и тому подобное. Этот диагноз ставится, когда родители и учителя жалуются, что ребенок чрезмерно подвижный, непоседливый и плохо себя ведет или учится, ни на минуту не может концентрировать свое внимание на чем-то одном. Однако не существует точного определения данного состояния или особого теста, который бы одновременно подтверждал диагноз гиперактивности. Подавляющее число родителей отмечают, что начало такого поведения закладывается еще в раннем возрасте. Подобное состояние сопровождается нарушением сна. Когда ребенок сильно устает, гиперактивность углубляется.

Чаще всего, гиперактивность проявляется у детей в переходном возрасте. В последние годы гиперактивных детей стало больше.

Часто педагоги жалуются родителям на гиперактивность ребенка, ссылаясь на то, что видят непослушного ученика лишь несколько часов в день, следовательно, его воспитанием должны заниматься дома, Родители, в свою очередь, считают, что воспитывать такого ребенка должны учителя.

### **Что же делать родителям гиперактивного ребенка?**

Психологи советуют как можно больше нагружать его утром. Стоит составить распорядок и в соответствии с ним давать ребенку четкие и конкретные задачи. Лучшим выходом лишней энергии для такого ребенка может быть физическая нагрузка, в частности, плавание и бег. На занятиях гиперактивному ребенку стоит давать конкретные задачи, целесообразно - индивидуальные. Также надо требовать, чтобы ребенок выполнял задание до конца.

Беспомощность детей - вина родителей. Желание родителей окружить ребенка повышенным вниманием, защитить его даже при отсутствии реальной угрозы, удерживать его при себе зачастую приводит к лишению ребенка возможности самостоятельно преодолевать трудности.

В результате гиперопеки ребенок теряет способность к мобилизации своей энергии, а в тяжелых ситуациях ждет помощи взрослых, прежде всего родителей. Явление гиперопеки чаще всего встречается в семьях, где растет один ребенок. Повышенная опека домашних, особенно старшего поколения, порождает детские страхи. Наиболее ярко они проявляются в первом классе, особенно, если ребенок не посещал детский сад, а воспитывался дома, в отличие от детей, посещавших детский сад. Дети, которые воспитывались в детском саду, лучше адаптируются к школьной жизни и самостоятельной жизни в целом.



**«ГИПЕРОПЕКА»**

- Ребенок лишен самостоятельности, следует советам взрослых
- Родители диктуют каждый шаг ребенку и контролируют во всем
- Возносят ребенка до небес, «готовят» вундеркинда
- Ребенок загружен до предела, хочет оправдать надежды родителей
- Растет безвольным, трудности в общении

Проблема гиперопеки приобретает все большую актуальность в настоящем, так как большинство молодых семей в силу тяжелого финансового положения могут позволить себе только одного ребенка. При этом родители,

как правило, заняты зарабатыванием денег и не могут уделять ребенку достаточно внимания. А вот бабушки с дедушками в это время пытаются наверстать упущенное со своими детьми. С появлением второго ребенка в семье внимание взрослых равномерно распределяется на обоих детей, поэтому проявления гиперопеки менее вероятны.

Часто, пытаясь уберечь ребенка от перегрузки, родители старших дошкольников и младших школьников пытаются делать за них задачи, полученные в саду или в школе. Результат - ребенок не способен справиться самостоятельно с задачей в саду или в школе.

Повышенное внимание со стороны дедушек и бабушек, родителей, приводит к тому, что в коллективе такой ребенок требует постоянного внимания педагога, а при его отсутствии он чувствует себя несчастным, не успевает вместе с другими выполнять задания. Впоследствии у старшеклассников гиперопека превращается в невозможность выполнять упражнения самостоятельно и приводит к инфантильности (детскости).

Бороться с последствиями гиперопеки можно, постепенно приучая ребенка к самостоятельности. Если же у ребенка есть трудности в общении, дома можно устраивать ролевые игры с его участием, а также моделировать и обыгрывать с ней различные жизненные ситуации. Не стоит пренебрегать и помощью детского психолога.

## Какую линию воспитания выбрать?



Проблемы воспитания детей в семье - это вечная, но до сих пор нерешенная до конца тема. Рождаясь в семье, это вопрос занимает умы ученых - педагогов, психологов, вызывая споры и разногласия. Бытовые баталии перерастают в научные конференции. Строгость или мягкость? Авторитаризм или попустительство? А дети продолжают теряться в догадках - как же все-таки себя вести, чтобы быть хорошим в глазах родителей, и что же ждать в следующий момент от этих непонятных взрослых? Посмотрим, чем могут помочь в решении подобных проблем достижения науки. В педагогике принято выделять четыре типа воспитания детей: диктат, гиперопека, невмешательство и сотрудничество. Каждый из них имеет свои результаты, свои последствия, когда речь идет о формировании личности ребенка.

### Диктат



Это систематическое подавление одними членами семьи (главным образом взрослыми или подражающими им детьми) инициативы и чувства собственного достоинства у других его членов. Результатом приверженности родителей подобной педагогической тактике чаще всего является развитие у ребенка сильной реакции сопротивления, если по характеру он склонен к лидерству. Или итогом такого воспитательного процесса оказывается повышенная тревожность, мнительность, склонность к страхам и неуверенность в себе, если зерна диктата легли на грунт ранимой, неустойчивой личности ребенка. Гиперопека - это система отношений в семье, при которой родители, обеспечивая своим трудом удовлетворение всех потребностей ребенка, ограждают его от каких-либо забот, усилий и трудностей, принимая их на себя. Результат в этом случае легко предсказуем - формируется эмоционально незрелая, капризная, эгоцентрическая, требовательная личность, приспособленная к жизни. С другой стороны, гиперопека может способствовать развитию ипохондрических тенденций в ребенке. Дерганый с детства чрезмерной заботой, ребенок сам начинает чувствовать себя бессильным в любой ситуации, требующей от него действия или принятия решения. Бывает и наоборот, что при переходе к подростковому возрасту, ребенок испытывает потребность избавиться от излишней опеки, что в итоге приводит к бунту, ярких проявлений эмансипации, и протестного поведения.

## Невмешательство



Это система взаимоотношений в семье, строящаяся на признании целесообразности независимого существования взрослых и детей. Ребенок предоставлен сам себе. Родители, которые опираются на этот стиль воспитания, считают, что он способствует развитию самостоятельности, ответственности, способствует накоплению опыта. Делая ошибки, ребенок вынужден сам их анализировать и исправлять. Но этот метод грешит вероятностью развития в ребенке эмоциональной отчужденности, в том числе и от родителей. Недоласканный в детстве, не получивший нужной доли родительской заботы, такой ребенок чувствует себя очень одиноким, недоверчивым, часто излишне подозрительным. Ему трудно доверить какое-то дело другим людям. Он все пытается сделать сам.

## Сотрудничество



Это способ построения отношений в семье, основным принципом которого становится объединение семьи общими целями и задачами, общей деятельностью, взаимной поддержкой во всех сферах, в том числе и в эмоциональной. Отправная точка в воспитании в данном случае - слово «мы». Ребенок имеет достаточно самостоятельности, но рядом всегда находится взрослый, готовый вовремя прийти на помощь, поддержать, растолковать, успокоить. Членов таких семей объединяют общие ценности, семейные традиции, спонтанные праздники, эмоциональная потребность друг в друге, совместная деятельность.

Сотрудничество признается как наиболее эффективный все большим количеством психологов и педагогов. Но на практике, в обычных семьях, как

правило, сталкиваются разные стили воспитания, создавая в семье напряженность и неблагоприятно влияя на развитие ребенка. Почему же так происходит?

### **В чем причины родительских разногласий?**

Причин возникновения в семье разногласий в воспитании ребенка может быть множество. Прежде всего, виной тому могут быть различия в воспитательном опыте родителей, вынесенном им еще из собственного детства: некоторые родители полностью копируют ту модель воспитания, которая была принята в их семье. Другие, наоборот, будучи несогласными с родительскими мерами воспитания, которые применялись к ним в детстве, пытаются найти другой путь по отношению к собственному ребенку и выйти за рамки принятой в их семье воспитания. Очень часто таким способом действуют родители, на которых в детстве сильно давили. Пытаясь компенсировать собственные страдания, такие родители позволяют своим детям слишком много, потому что выросли у таких родителей, их дети не знают ни запретов, ни ограничений, что часто приводит к развитию безответственности и эгоистичности.

Другим серьезным препятствием к выбору оптимального **стиля воспитания** могут выступать различия в характерах родителей. В то время как педантичный, обращающий внимание на мелочи, склонный впасть в гнев отец требует беспрекословного послушания и моментального исполнения приказов, более мягкая по характеру мама, наоборот, потакает всем слабостям и капризам ребенка. Чем опасна такая ситуация? Она может решиться двояко: либо привести к повышению уровня тревожности у ребенка за счет постоянного напряженного ожидания и неопределенности - накажут его за этот поступок или похвалят, или к развитию хитрости и склонности к манипулированию: ребенок может научиться играть на этом различии между матерью и отцом. Так, каждый раз после столкновений с отцом, он может приходить в слезах и с жалобами к матери и выпрашивать у нее в качестве утешительного приза подарка, сладости и просто знаки внимания. Мать, соглашаясь в этой ситуации, что «папа плохой», подрывает тем самым авторитет отца в глазах ребенка. Отца такое положение вещей злит еще больше, и внутрисемейный конфликт углубляется. Почему? Отец, наблюдая заговор матери с ребенком, чувствует себя ненужным. Кстати, как правило, под маской подобного «деспота» скрывается ранимая натура с заниженной самооценкой, которая требует внимания и понимания не менее ребенка. Корни подобного поведения взрослого идут в желание уберечь своих детей от ошибок, тяжелых переживаний. Перенесшие в детстве унижения, насмешки и неудачи, родители хотят видеть своих детей сильными, прочными личностями и поэтому воспитывают своих детей в «спартанских» условиях. Не обученные в детстве любить, не имеющие надежной поддержки, они не знают, что становление сильной личности

возможно только тогда, когда есть ощущение, что тебя понимают и одобряют близкие тебе люди.

### **Тест для родителей: «Ваш стиль воспитания»**

1. Как вы считаете, должен ли ребенок делиться с вами своими мыслями и чувствами?

- А. Обязательно. Он должен рассказывать обо всем, что с ним происходит.*
- Б. Должен рассказывать только то, чем сам захочет поделиться.*
- В. Ребенок должен оставлять свои мысли и переживания при себе.*

2. Что вы сделаете, если узнаете, что ваш ребенок взял без спроса чужую игрушку?

- А. Отругаете его при других детях, заставите вернуть игрушку и извиниться.*
- Б. Поговорите с ребенком «по душам» и предоставите ему право самому принять правильное решение.*
- В. Предоставите возможность детям самим разбираться в своих проблемах.*

3. Какой будет ваша реакция, если ребенок хорошо и быстро выполнит ваше поручение?

- А. Примете как должное и скажете: «Всегда бы так».*
- Б. Похвалите и расскажете родным и знакомым о том, какой он у вас молодец.*
- В. Порадуетесь.*

4. Как вы отреагируете на сквернословие ребенка?

- А. Строго накажете.*
- Б. Постараетесь довести до его понимания, что в вашей семье, да и вообще среди порядочных людей это не принято.*
- В. Не станете придавать этому значение, если это не выходит за разумные пределы.*

5. Дети спокойно играют. У вас появилось немного свободного времени. Что вы предпочитаете сделать?

- А. Включитесь в игру: поможете, подскажете, сделаете замечание.*
- Б. Понаблюдаете за тем, как дети играют и общаются.*
- В. Займетесь своими делами.*

6. Вы пришли за ребенком в детский сад, надеясь, что он быстро оденется, и вы успеете зайти на почту, но он под разными предлогами отвлекается от сборов, «тянет время». Что вы предпримете?

- А. Разозлитесь и отругаете ребёнка*
- Б. Расскажете ему о своих планах, попросите одеваться быстрее.*
- В. Попытаетесь сами быстренько его одеть.*

7. Какова ваша стратегия воспитания?

- А. Ребенок неразумен и неопытен, взрослые должны воспитать и научить его.*
- Б. В процессе воспитания должно осуществляться сотрудничество взрослого с ребенком.*

*В. Решающую роль в развитии ребенка играет наследственность, его уже не переделать, поэтому главная задача родителей – следить, чтобы он был здоров, сыт и не совершал неприемлемых поступков.*

8. Ваш ребенок «прилип» к телевизору вместо того, чтобы укладываться спать. Как вы поступите в этой ситуации?

- А. Без слов выключите телевизор и уложите ребенка спать.*
- Б. Объясните, как для него важен сон и попросите его через 10 минут быть в кровати.*
- В. Позвольте ему лечь попозже, но поднимете с утра в обычное время.*

9. Ребенок не хочет выполнять просьбу или поручение. Что вы предпримете?

*А. Заставите его выполнить ваше поручение,*

*Б. Постараетесь обыграть свое поручение в интересной для ребенка форме.*

*В. Ничего не станете предпринимать. Сами все сделаете.*

10. Как вы отреагируете, если узнаете, что ребенок вам солгал?

*А. Постараетесь вывести его на чистую воду и пристыдить.*

*Б. Попробуете разобраться, что его побудило солгать.*

*В. Расстроитесь.*

### **Обработка результата:**

Теперь подсчитайте, каких ответов больше – А, Б или В. Преобладающий вариант ответа укажет на характерный для вас стиль воспитания.

А – авторитарный (диктат)

Б – демократичный (сотрудничество)

В – либеральный (невмешательство)

### ***Авторитарный стиль***

Родители, предпочитающие авторитарный стиль, не считаются с мнением ребенка.

Часто применяют угрозы, ставят условия, то есть заботятся, прежде всего, о себе, а не о ребенке, нужды которого отрицаются. Авторитарные родители считают себя вправе применять физические наказания, кричать на детей, при авторитарном стиле родители требуют от ребенка беспрекословного подчинения их воле и авторитету, четкого выполнения приказов. Они контролируют все сферы жизни ребенка, ограничивая его самостоятельность и принимая за него все решения.

Дети в таких семьях обычно замыкаются в себе, их связь с родителями нарушается, происходит отчуждение. Они чувствуют себя незначительными и нежеланными. Этот стиль порождает у одних детей подозрительность, неуверенность в себе, нерешительность, пассивность и робость, у других – враждебность, агрессивность и раздражительность. Дети из таких семей редко относятся к людям с доверием, испытывают трудности в общении и часто сами жестоки.

### ***Демократичный, авторитетный стиль***

При демократичном стиле воспитания родители всегда открыты к диалогу, готовы выслушать мнение ребенка и согласиться с ним, если он предлагает разумное решение, а также, если дело касается его личного выбора – друзей, профессии, занятий, хобби. Такие родители дают ребенку уверенность в себе, поддержку и заботу, они очень чувствительны к нуждам ребенка. Ребенок ощущает родительскую любовь и заботу. Родители помогают только тогда, когда это действительно необходимо. Сторонники демократичного, авторитетного стиля семейного воспитания поощряют личную ответственность и самостоятельность своих детей, учитывают их интересы и желания, возрастные возможности, доверяют им.

Контроль, основанный на разумной заботе, способствует тому, что дети прислушиваются к объяснениям и просьбам родителей. Благодаря этому между ними складываются теплые, дружеские отношения. Демократичный стиль воспитания способствует развитию у детей доброжелательности, самостоятельности, активности, инициативности, решительности ответственности.

### ***Попустительский, либеральный стиль***

Родители, предпочитающие либеральный стиль, склонны самоустраняться с воспитания ребенка, они считают, что воспитывать и обучать ребенка должны люди, имеющие специальное образование, то есть педагоги и воспитатели.

При либеральном, попустительском стиле воспитания ребенок предоставлен самому себе. Практикуется вседозволенность, ему предоставляют полную свободу и не требуют ответственности за то, что он делает, говорит.

Родители играют роль добрых взрослых. В семье наблюдаются отчужденные

слабые эмоциональные связи, безразличие к делам и чувствам другого. Дети в таких семьях вырастают эгоистичными, конфликтными, агрессивными, непослушными, слабовольными, уверенными в себе, импульсивными. Такие дети пытаются быть либо неформальными лидерами, либо вовлекаются в асоциальное, зависимое поведение, К сожалению, это приводит к большим трагедиям, но уже в более взрослом возрасте.

**Если у Вас возникают проблемы с воспитанием ваших детей, и Вы не знаете, как поступить, всегда можно обратиться за помощью к специалистам образовательного учреждения.**

