

## **ГІПЕРАКТИВНІ ДІТИ**

Продовжуємо давати відповіді на запитання щодо порушень психофізичного розвитку дошкільнят, які хвилюють батьків та педагогів („ДВ”, 2010, №№ 1, 8). Сьогодні поговоримо про таку актуальну і небезпечну проблему, як дитяча гіперактивність. Дуже часто її відрізнити від нормальної вікової активності малюків. Як це зробити і коли варто бити на сполох пояснює **Юлія Рібцун** (Інститут спеціальної педагогіки НАПН України).

### **Чи можна виявити ранню гіперактивність?**

Навіть з перших днів життя у немовляти з ранньою гіперактивністю може бути підвищений м'язів тонус і немотивоване блювання. Малюки щосили намагаються звільнитися від підгузок і важко вгамовуються, якщо їм одягають незручний одяг. Гіперактивні діти продовж усього першого року життя погано й мало сплять, особливо вночі. Вони важко засинають, прокидаються від найменшої дії зовнішніх подразників: світла, шуму, холоду тощо. Тож. Якщо ви помітили такі прояви, зверніться до невропатолога чи дільничного педіатра.

### **Коли виникає гіперактивність?**

#### **Причини виникнення гіперактивності**

- Гени – гіперактивність більше властива хлопчикам, причому переважна більшість таких дітей світловолосі й блакитноокі.
- Здоров'я батьків – часто гіперактивні діти народжуються у матерів з алергійними захворюваннями, астмою, екземою чи мігренню.
- Дефіцит в організмі дитини жирних кислот і поживних елементів (особливо Zn, Mg, вітаміну B-12) – симптомами є постійне відчуття спраги, сухість шкіри, сухе волосся, часті позови до сечовипускання, випадки алергійних захворювань.
- Неправильне харчування – наявність у раціоні дитини великої кількості шоколаду, цукру, молочних продуктів, білого хлібу, помідорів, апельсинів, яєць.

- Неправильне виховання – вседозволеність, непослідовність поведінки дорослих (заохочення і покарання з боку різних дорослих за один і той самий вчинок).

### *Чи існують критерії визначення гіперактивних дітей?*

Як зазначають у своїх дослідженнях Ю. І. Барашнев, О. Д. Білоусова, М. М. Заваденко, В. Р. Кучма, О. І. Політика та ін., гіперактивними можна вважати дітей, у яких після трьох років наявні такі стійкі **симптоми**:

- інтенсивний фізичний і розумовий розвиток;
- підвищена збудливість і спрямованість на постійний рух;
- незграбність чи часта травматизація;
- поганий сон та апетит;
- постійна спрага;
- сухість шкіри та волосся;
- часті отити, респіраторні захворювання, екзема, гастрит;
- затримка мовленнєвого розвитку чи надмірна балакучість;
- недоречні відповіді на запитання;
- нездатність дослухати запитання чи прохання дорослих до кінця;
- часті прояви агресії;
- прагнення до небезпечних вчинків без усвідомлення їхніх наслідків;
- неуважність (не можуть надовго сконцентруватися, часто гублять або забувають іграшки та особисті речі);
- практична нездатність довести справу до кінця;
- непосидючість навіть протягом короткотривалого часу;
- нетерплячість та неспроможність дотримуватися правил;
- низька самооцінка.

### *Як відрізняється рухова активність гіперактивних дітей від інших однолітків?*

Навіть лікарі не завжди можуть відразу відповісти, чи дійсно рухова активність непосидючої гіперактивної дитини вище, ніж у звичайних дітей, чи вона

взагалі носить інший характер. Пропонуємо невеличкий порівняльний аналіз активних та гіперактивних дітей.

Діти	
активні	гіперактивні
Порушення сну й кишкові розлади скоріше виняток, ніж правило	Часті кишкові розлади та алергії, неспокійний сон
Швидкий темп мовлення, багато запитань	Швидкий темп мовлення, пропускання слів, багато питань, відсутнє бажання почути відповідь
Рівень розвитку моторних функцій відповідає віку	Наявність диспраксії (незграбності)
Переважають рухливі ігри	Постійний неконтрольований рух
Вибіркова активність (наприклад, дитина непосидюча вдома і спокійна у гостях)	Постійна некерована активність
Агресивність відсутня або незначна	Постійна агресивність, конфліктність

### *Як навчати та виховувати дітей із гіперактивністю?*

Насамперед слід запастися терпінням. Потрібно обов'язково стежити за дотриманням режиму дня. Для гіперактивних дітей дуже корисними є водні процедури (зранку – душ, увечері – холодні ванни для ніг); максимально довге перебування на свіжому повітрі, тривалі прогулянки, щоб дитина навіть трохи стомлювалася. У спілкуванні з гіперактивною дитиною потрібно завжди зберігати спокійний тон. Слід пам'ятати, що гіперактивні діти дуже чутливі до негативних стимулів, і слова з часткою „не” (типу „не можна”, „не займай”) лише викликають у них агресію, тому їм не варто забороняти щось, а чітко й логічно роз'яснювати, чому не слід робити того чи нішого в кожній конкретній ситуації і загальні правила поведінки. Час перегляду телепрограм доцільно зводити до мінімуму. Коли ж дитина вже нервує, виявляє агресію чи просто надто активна, варто пригорнути її до себе, заспокоїти теплими, добрими словами.

Якщо до шкільного віку у дитини залишаються тривожні симптоми (психофізичні, поведінкові, мовленнєві тощо), невропатолог уточнить, з якими фахівцями варто проконсультуватися (психолог, вчитель-логопед, сурдопедагог),

призначить зробити енцефалограму (ЕЕГ), щоб зрозуміти, наскільки сформований ритм кори головного мозку.

Ю. В. РІБЦУН