

ГИПЕРАКТИВНЫЕ ДЕТИ

Советует Доктор Нонна - академик Российской академии естественных наук, академик Нью-Йоркской академии технологических и общественных наук, создатель продукции "Доктор Нонна"



Фото: Ангелина Воробьева

Психологи выделяют следующие признаки, которые являются диагностическими симптомами гиперактивных детей

1. Беспокойные движения в кистях и стопах. Сидя на стуле, корчит-ся, извивается.
2. Не может спокойно сидеть на месте, когда этого от него требуют.
3. Легко отвлекается на посторонние стимулы.
4. С трудом дожидается своей очереди во время игр и в различных ситуациях в коллективе (на занятиях, во время экскурсий и праздников).
5. На вопросы часто отвечает, не задумываясь, не выслушав их до конца.
6. При выполнении предложенных заданий испытывает сложности (не связанные с негативным поведением или недостаточностью понимания).
7. С трудом сохраняет внимание при выполнении заданий или во время игр.
8. Часто переходит от одного незавершенного действия к другому.
9. Не может играть тихо, спокойно.
10. Болтливый.
11. Часто мешает другим, пристает к окружающим (например, вмешивается в игры других детей).
12. Часто складывается впечатление, что ребенок не слушает обращенную к нему речь.
13. Часто теряет вещи, необходимые в детском саду, школе, дома, на улице.
14. Иногда совершает опасные действия, не задумываясь о последствиях, но приключений или острых ощущений специально не ищет (например, выбегает на улицу, не оглядываясь по сторонам).

Все эти признаки можно сгруппировать по следующим направлениям:

- чрезмерная двигательная активность;
- импульсивность;
- отвлекаемость-невнимательность.

Диагноз считается правомочным, если наличествуют по меньшей мере восемь из всех симптомов.

Коррекция в семье

При воспитании гиперактивного ребенка мать (и другие близкие) должна избегать двух крайностей:

- с одной стороны, проявления чрезмерной жалости и вседозволенности;
- с другой - постановки завышенных требований, которые он не в состоянии выполнить, в сочетании с излишней пунктуальностью, жесткостью и санкциями (наказаниями).

Советы родителям гиперактивных детей

1. Принимайте ребенка таким, каков он есть. Пытаться заставить непоседу чинно себя вести - все равно, что пытаться научить воробья ходить. Двигательная активность - его естественная потребность. И если малыша этого лишит, то замедлится его развитие.
2. Не старайтесь руководить ребенком с помощью крика и силы.
3. Наблюдая за своим ребенком, вы убедитесь: он сеет вокруг хаос не из любви к разрушениям. Просто ему интересно узнать, с каким звуком падает книжка, слетая с полки, испытать свою силу, ломая пластмассовую машинку, почувствовать, как крошится яичная скорлупа под его крепкими пальчиками.

4. Для того чтобы от своего крохи чего-то добиться, запаситесь спокойствием и терпением. "Мы идем спать, потому что на дворе темно, ночь, все дети, кошечки, собачки пошли спать. И ты должен идти спать". Повторите эту фразу десять раз на разный лад, покажите малышу темную улицу за окном, "заснувшую" лампу, телевизор, морскую свинку. И он поймет, что есть такое правило: когда темно и все спят, ему тоже надо ложиться в постель.
5. Помните: гиперактивные дети легко возбудимы. Поэтому истеричные нотки в вашем голосе: "Положи немедленно, кому сказала, такой-сякой!" - лишь подхлестнут их активность. Лучше сказать: "Это нож, он острый, поэтому маленьким детям нож брать нельзя - им можно больно пораниться".
6. Будьте готовы к тому, что увлеченный бурной деятельностью ребенок не сразу услышит ваши слова.
7. От "запретного" занятия старайтесь отвлекать ребенка не менее интересным, но более безопасным делом. Из кубиков, кстати, получаются красивые пирамидки, из подушек - отличный домик для зайчика.
8. Непоседы - малыши с легковозбудимой нервной системой. Им особенно необходимы спокойные игры. Не забывайте читать детям книжки и обсуждать их.
9. Внимательно относитесь к режиму дня: психика ребенка нуждается в полноценном отдыхе. Регулярные, изо дня в день повторяющиеся ритуалы дают ему ощущение надежности и спокойствия.
10. Постарайтесь, чтобы малыш как можно меньше смотрел телевизор.
11. Попробуйте научить вашего непоседу заранее анализировать (насколько это может ребенок), какие "акробатические этюды" ему "по плечу", а какие для него опасны.
12. Смириться с разбитыми коленками. Этого не избежать, если ребенок в свое время научился не ходить, а бегать. Не нужно при каждом падении громко вскрикивать и бросаться на помощь.

Существуют серьезные доказательства, что ведущей причиной возникновения гиперактивности является пищевая аллергия. Ведь технологически обработанные продукты меняют свои свойства и содержат многочисленные химические пищевые добавки: консерванты, ароматизаторы, красители и др.

Можно полагать, что воздействие пищевых аллергенов вносит свой вклад в изменение поведения ребенка.

Важно указать, что некоторые биологически активные вещества, такие как комплекс витаминов группы В, цинк, хром, таурин, 5-гидрокситриптофан, лецитин, пробиотики и ряд других оказывают существенную питательную поддержку мозгу и уменьшают проявления гиперактивности.



Нонна Кухина

Наша компания выпускает целый ряд препаратов способных оказать существенную помощь в дополнение к конвенциональным средствам в снижении детской гиперактивности.

Я хочу предложить вам следующую программу применения наших препаратов:

1. Ванны с "Квартетом солей". Во время ванны старайтесь играть с ребенком. Попробуйте сосредоточить ребенка на счете. Например, положите в ванну несколько детских игрушек и вынимая их по одной считайте сколько осталось.
2. Массаж "Динамическим кремом". Массаж обязательно должна делать мама.
3. Мойте голову ребенку "Ежедневным шампунем" Dr.Nona
4. Накладывайте "Грязевую маску для усталых ног" ребенку до колена 2 раза в неделю на 15 минут. Это воздействует на точки рефлексологии. Вашему ребенку это будет приятно и он успокоится.

Если у Вас гиперактивный ребенок, не отчаивайтесь, мы Вам поможем.

Более подробную программу снижения гиперактивности Ваших детей вы сможете узнать позвонив по телефону бесплатной горячей линии.



Dr. Nona
INTERNATIONAL LTD.