**Гипервозбудимый и гиперактивный ребенок**

Нередко родителей тревожит появление у детей несобранности, излишней активности, напротив, замкнутости, робости, а часто агрессивности, плаксивости. Уравновешенный, радостный ребенок вдруг становится конфликтным и беспокойным. Все это признаки внутреннего психоэмоционального напряжения, возбуждения и чрезмерной активности нервной деятельности, следствие какой-то «детской» проблемы, в которой взрослые еще не разобрались.

Для таких детей характерны следующие признаки:

1. Ребенок постоянно в движении, не может спокойно сидеть.

2. При малейшем разочаровании кидается на пол, стучит ногами и кричит.

3. Без причины бьет себя по голове, громко плачет и кусает себя за запястья.

4. Без причины может отчаянно плакать по несколько часов днем и ночью.

5. Отказывается есть, бросает тарелку на пол, чтобы она разбилась.

6. Наотрез отрицает свои проступки, рассказывает лживые истории.

7. Не признает ничьей собственности, берет, что ему захочется.

8. Развитие речи протекает либо нормально, либо с различными нарушениями. Некоторые говорят громко и безудержно, другие сдержанны в общении или не говорят вообще.

9. При выполнении точных движений обнаруживаются нарушения, которые являются следствием минимального повреждения мозга.

10. Приступы судорог не являются чем-то необычным.

11. Характерно учащенное дыхание.

12. Ритм сна нарушен, ребенок не может вечером заснуть, другие просыпаются ночью от кошмаров.

13. Могут отмечаться чрезмерные мастурбации.

14. Делают стереотипные движения пальцами перед лицом, чтобы получить особый световой эффект.

15. Дети любят играть с водой, кажется что попытка плюнуть или сделать нечто подобное имеет для них какое-то значение.

16. Дети школьного возраста настолько ловко и умело все разрушают, что в их действиях видится преднамеренность.

17. Для таких детей характерны ложь и обман.

18. Интеллектуальным способностям детей не всегда наносится ущерб, но постепенно развиваются нарушения.

19. С такими детьми возникают проблемы, имеющие в некоторых случаях криминальную направленность.

20. Иногда интеллектуальные способности нормальны, а нравственное развитие в фазе инфантильности.

**Самое правильное – научить его помогать самому себе, то есть познакомить с методами саморегуляции. Ребенок многое может сам, а родители должны понять и успокоить его. Для этого следует обратить внимание на следующее:**

1. Ребенку необходимо спокойное окружение, защита от всех чрезмерных внешних раздражителей. При оказании помощи ребенку родители и другие члены семьи своими действиями должны подтверждать любовь к ребенку.

2. Следует укреплять в ребенке силы симпатии и агрессии, которые раньше проявлялись редко и были неуправляемыми. Единственным аргументом при общении с такими детьми может быть только любовь. (Одна из самых больших радостей для малыша – возможность принести вещи, которые нужны для того или иного дела).

3. Необходимо использовать его двигательную энергию и физические силы для общего дела. Так ребенок может выразить переполняющую его симпатию и участливость.

4. Учить воспринимать дистанцию общения с другими людьми и проявлять сдержанность в эмоциях и делах.

5. У страдающего гипервозбудимостью ребенка, от которой зависит развитие интеллекта, способность к суждению и формированию понятий можно укреплять с помощью простых терапевтических упражнений:

Ребенок должен научиться распознавать в зеркально отраженных формах их первоначальный вид. Малышу предлагают идти вперед, топая ногами и считая свои шаги, затем просят его остановиться и сделать в обратном направлении столько же шагов.

Принцип зеркальности можно использовать в языковых упражнениях, предлагая ребенку произносить слова и небольшие фразы сначала так, как это принято, а затем в обратной последовательности.

Игра «Возьми себя в руки» (для детей с 5 лет).

Ребенку говорят: "Как только ты почувствуешь, что забеспокоился, хочется кого-то стукнуть, что-то крикнуть, есть очень простой способ доказать себе свою силу: обхвати ладонями локти и сильно прижми руки к груди – это поза выдержанного человека".