

СИНДРОМ ДЕФИЦИТА ВНИМАНИЯ С ГИПЕРАКТИВНОСТЬЮ У ДЕТЕЙ (СДВГ)



СДВГ – это целый комплекс хронических нарушений поведения в детском возрасте, связанных с недостаточностью механизмов внимания и тормозящего контроля.

Необычность поведения у детей с СДВГ – это специфическая особенность психики, обусловленная как физиологическими (нарушения в определенных структурах мозга, наследственность, патология беременности и родов, инфекции и интоксикации первых лет жизни), так и психосоциальными факторами

В чём причина СДВГ?

На современном этапе среди возможных **причин** возникновения СДВГ выделяют следующие:

- ❖ Перинатальная патология (токсикозы, иммунологическая несовместимость по резус-фактору, угроза выкидыша, обострение хронических заболеваний у матери, инфекционные заболевания матери, травмы в области живота, принятие больших доз алкоголя и курение);
- ❖ Генетический фактор (семейная предрасположенность, особенно по линии отца);
- ❖ Осложнения при родах (преждевременные, скоротечные или затяжные, стимуляция родовой деятельности, неправильное положение плода, асфиксии, внутренние кровоизлияния);
- ❖ Органические поражения головного мозга (черепно-мозговая травма, нейроинфекции);
- ❖ Психосоциальные факторы, действующие на ребенка до его рождения (стрессы и психотравмы, испытываемые матерью во время беременности, нежелание иметь данного ребенка, возраст родителей);
- ❖ Социальные факторы (непоследовательность, отсутствие системы воспитательных воздействий);
- ❖ Заболевания, нарушающие деятельность мозга (астма, частые пневмонии, сердечная недостаточность);

- ❖ Особенности нейрофизиологии и нейроанатомии (ММД-минимальная мозговая дисфункция, недостаточная зрелость отдельных зон головного мозга) недостаток определенных химических веществ (дофамина и норадреналина) в некоторых отделах головного мозга;
- ❖ Влияние неблагоприятных факторов внешней среды (предполагается, что поступление свинца в организм детей даже в незначительном количестве может вызывать подобные нарушения).

Чем отличается поведение детей при СДВГ?

В поведении таких детей выделяют **основные симптомы**:

Гиперактивность

Дети чрезмерно подвижны, бегают, крутятся, суетятся, не могут долго сидеть на месте.

Избыточная моторная активность бывает бесцельной, не соответствующей требованиям конкретной обстановки.



Импульсивность

Дети часто действуют, не подумав; на занятиях и в играх они с трудом дожидаются своей очереди, перебивают других, не выслушав до конца обращенные к ним вопросы.

Они не в состоянии отложить получение удовольствия. Если они что-то хотят, то они должны получить это в тот же момент, не поддаваясь на разнообразные уговоры.



Нарушение внимания

Дети легко отвлекаются, забывчивы, не способны сосредоточиться и сохранить внимание более нескольких минут. У них возникают проблемы с выполнением заданий, особенно неоднократно повторяющихся, кажущихся им скучными, трудными, не приносящими удовлетворения и не подкрепляемые поощрениями, требующие организации и соблюдения инструкций.

Складывается впечатление, что они не слушают, когда им что-то говорят.

Дополнительные признаки проявления СДВГ:

1. Нарушения координации

Нарушения тонких движений (мелкой моторной координации), нарушение равновесия и зрительно-пространственной координации.

2. Эмоциональные нарушения

Может наблюдаться запаздывание эмоционального развития, вспыльчивость, неуравновешенность, нетерпимость к неудачам, несамостоятельность; при появлении упадка сил – нервность, плаксивость.

3. Нарушение межличностных отношений

Осложнены взаимоотношения со сверстниками (стремятся руководить другими). Дети с гиперактивностью все время ищут товарищей, напарников для игр и занятий, но быстро их теряют из-за своих особенностей: невнимательности во время игр, отвлекаемости, импульсивности, частого желания заняться чем-то другим. Во взаимоотношениях со взрослыми дети с СДВГ отличаются своей «невоспитуемостью»: на них не действуют обычные наказания и поощрения, и часто ни ласка, ни похвала не стимулируют хорошее поведение. Такие дети становятся очень «трудными» практически для всех окружающих взрослых. Они часто являются эпицентром домашних ссор и конфликтов.

4. Поведенческие расстройства

Возможно сочетание чрезмерной двигательной активности и деструктивного поведения. Так, например, дети могут мешать педагогам, отвлекать других детей и провоцировать их неправильное поведение во время занятий. Поведенческие расстройства при СДВГ наблюдаются часто, но не всегда.

5. Другие особенности

У детей с СДВГ чаще встречается энурез, они хуже засыпают, а утром часто бывают сонливы, могут появиться тики: подергивание мышц лица, длительное сопение или подергивание головой, а иногда при сильных тиках могут возникать внезапные выкрикивания, что нарушает социальную адаптацию ребенка.

В целом возникновение симптомов заболевания относят к началу посещения детского сада (3 года), а пик к 5 годам с ухудшением к началу школьного обучения. Подобная закономерность объясняется неспособностью центральной нервной системы ребенка справиться с новыми требованиями, которые предъявляются ему в условиях увеличения психических и физических нагрузок.

Как родителям воспитывать детей с СДВГ



- ✓ В своих отношениях с ребенком поддерживайте **позитивную** установку. **Хвалите** его в каждом случае, когда он этого заслужил, **подчеркивайте успехи**. Это поможет укрепить уверенность ребенка в собственных силах.
- ✓ Когда Вы отдаете распоряжения, Вы можете формулировать их следующим образом: «Мне нужна твоя помощь. Пожалуйста, убери обувь от двери». Ключевым моментом в данной ситуации является **просьба о помощи**.
- ✓ Избегайте повторений слов «нет» и «нельзя».
- ✓ Говорите сдержанно, **спокойно** и мягко.
- ✓ Давайте ребенку только **одно задание** на определенный отрезок времени, чтобы он не был перегружен слишком большим количеством распоряжений.
- ✓ Для подкрепления устных инструкций используйте **зрительную** стимуляцию.
- ✓ Поощряйте ребенка за все виды деятельности, требующие **концентрации внимания** (например, работа с кубиками, раскрашивание, чтение).
- ✓ Поддерживайте дома четкий **распорядок дня**. Время приема пищи, выполнения домашних заданий и сна должно соответствовать этому распорядку. Дети чувствуют себя в большей безопасности, если имеют дело с многократно повторяющимися действиями, они более восприимчивы и лучше реагируют, когда регулярно едят, спят и играют.
- ✓ Избегайте по возможности **скопления людей**. Пребывание в крупных магазинах, на рынках, в ресторанах и т.п. оказывает на ребенка чрезмерно стимулирующее воздействие.
- ✓ Во время игр ограничивайте ребенка лишь **одним партнером**. Избегайте беспокойных, шумных приятелей.
- ✓ Оберегайте ребенка от **утомления**, поскольку оно приводит к снижению самоконтроля и нарастанию гиперактивности.
- ✓ Давайте ребенку **расходовать** избыточную **энергию**. Полезна ежедневная физическая активность на свежем воздухе: длительные прогулки, бег, спортивные занятия.
- ✓ **Помните! Присущая детям гиперактивность может удерживаться под разумным контролем.**