Синдром гиперактивности

Кто из родителей хотя бы раз с тревогой не всматривался в своего ребенка – «какой-то он не такой как все». В основе «трудного» поведения часто лежит заболевание, которое называется «синдром гиперактивности с дефицитом внимания «СДВГ».

Его причина – мозговая дисфункция, вызванная, в свою очередь, наследственностью, родовыми травмами и т.д.

СДВГ (синдром гиперактивности) – органическое поражение мозга. Призывать ребенка сосредоточиться или надеяться, что рассосется, нельзя - заболевание лечится под наблюдением невролога или психиатра, часто медикаментозно. Самолечение или пуск на самотек приводят к неврозам и психопатоподобным расстройствам.

Признаки синдрома гиперактивности с дефицитом внимания:

- Такой ребенок - стихийное бедствие в масштабах квартиры. Насторожитесь, если замечаете следующее:
- малыш не сидит на месте более пяти минут, совершает много лишних суетливых движений;
- действия ребенка бесцельны, импульсивны;
- высокая возбудимость сочетается с нарушением внимания;
- патологически повышенная двигательная активность - главный признак заболевания. Ребенок постоянно на что-то натыкается, вечно что-то роняет, запинается и падает на ровном месте. Такие дети с трудом адаптируются в коллективе.

Когда появляются первые признаки синдрома?

До 2 - 3 лет: беспокойный, прерывистый сон, повышенная чувствительность к свету и шуму, во время бодрствования дети подвижны и возбудимы;

3 - 4 года - гиперактивные дети неспособны сосредоточенно заниматься: не могут слушать сказки, играть в игры, требующие внимания. Их поступки хаотичны и бесконтрольны.

5 - 7 лет - сложности с обучением. Такие дети редко доводят дело до конца, их трудно научить читать и писать. Часто они надолго «прилипают» к телевизору, но уже через 5 минут не могут вспомнить, что смотрели.

Такого ребенка необходимо своевременно обследовать у невролога, его следует поддержать медикаментозно – такую терапию должен назначить грамотный специалист, т.к. у гиперактивных детей может затормозиться становление всех процессов, в т.ч. и психических; гиперактивность сопровождается нарушением внимания, страдает и произвольная деятельность.

У таких детей возможно сочетание чрезмерной двигательной активности и деструктивного поведения. Так, в школе они постоянно мешают учителям и

провоцируют неправильное поведение одноклассников. Дефекты концентрации внимания являются причиной плохого выполнения заданий на уроках. Из-за импульсивности дети с СДВГ склонны к травматизации, т.е. нередко совершают опасные действия, о последствиях которых не задумываются.

Проблемы во взаимоотношениях с окружающими, в т.ч. с родителями, братьями и сестрами, педагогами, одноклассниками, постоянно встречаются у детей с СДВГ.

В коллективе ребенок с СДВГ служит источником постоянного беспокойства: шумит, не задумываясь берет чужие вещи, мешает окружающим, отвлекая их. Все это приводит к конфликтам, и он становится нежеланным и отвергаемым. Сталкиваясь с подобным отношением, дети с СДВГ часто сознательно выбирают для себя роль классного шута, надеясь наладить отношения со сверстниками. Но общаться с ними обычно готовы лишь дети более младшего возраста или сверстники, имеющие аналогичные проблемы.

Большинство детей с СДВГ имеют хороший общий уровень интеллектуального развития, о чем свидетельствуют результаты специальных исследований. Тем не менее, во время школьных занятий им сложно справляться с предлагаемыми заданиями. В основе трудностей формирования навыков письма и чтения при СДВГ наряду с нарушением внимания лежат недостаточность координации движений, зрительного восприятия и речевого развития.

К подростковому возрасту гиперактивность у детей значительно уменьшается или падает, однако нарушения внимания продолжают в той или иной степени сохраняться вплоть до взрослого возраста. У ряда подростков нарастают нарушения поведения, агрессивность, трудности во взаимоотношениях в семье и школе, ухудшается успеваемость. У них наблюдаются безответственное поведение, нарушение семейных и общественных правил, значительные трудности в выборе и освоении профессии, нередко возникает тяга к употреблению алкоголя и наркотиков.

В связи с этим усилия родителей и специалистов должны быть направлены на своевременное выявление и коррекцию СДВГ.

Рекомендации для родителей по воспитанию детей с синдромом дефицита внимания и гиперактивностью.

1. В своих отношениях с ребенком поддерживайте позитивную установку. Хвалите его в каждом случае, когда он этого заслужил, подчеркивайте успехи. Это помогает укрепить уверенность ребенка в собственных силах.
2. Избегайте повторения слов «нет» и «нельзя».
3. Говорите сдержанно, спокойно, мягко.
4. Давайте ребенку только одно задание на определенный отрезок времени, чтобы он мог его завершить.
5. Для подкрепления устных инструкций используйте зрительную стимуляцию.
6. Поощряйте ребенка за все виды деятельности, требующие концентрации внимания (например, работа с кубиками, раскрашивание, чтение).

7. Поддерживайте дома четкий распорядок дня. Время приема пищи, выполнения домашних заданий и сна ежедневно должно соответствовать этому распорядку.
8. Избегайте по возможности скоплений людей. Пребывание в крупных магазинах, на рынках, в ресторанах и т.п. оказывает на ребенка чрезмерное стимулирующее действие.
9. Во время игр ограничивайте ребенка лишь одним партнером. Избегайте беспокойных, шумных приятелей.
10. Оберегайте ребенка от утомления, поскольку оно приводит к снижению самоконтроля и нарастанию гиперактивности.
11. Давайте ребенку возможности расходовать избыточную энергию. Полезна ежедневная физическая активность на свежем воздухе - длительные прогулки, бег, спортивные занятия.
12. Помните о том, что гиперактивность, присущая детям с синдромом дефицита внимания, хотя и неизбежна, но может удерживаться под разумным контролем с помощью перечисленных мер.