

Синдром дефицита внимания И гиперактивность



МКУ «Центр диагностики и консультирования»

Определение понятия и проблемы

Синдром дефицита внимания и гиперактивности (СДВГ)— неврологическо-поведенческое расстройство развития, начинающееся в детском возрасте. Проявляется такими симптомами, как трудности концентрации внимания, гиперактивность и плохо управляемая импульсивность.

Внимание — это направленность психической деятельности на какой либо предмет, ситуацию или социальные отношения. Внимание - основа познавательной и учебной деятельности.

Гиперактивность — состояние, при котором активность и возбудимость человека превышает норму.

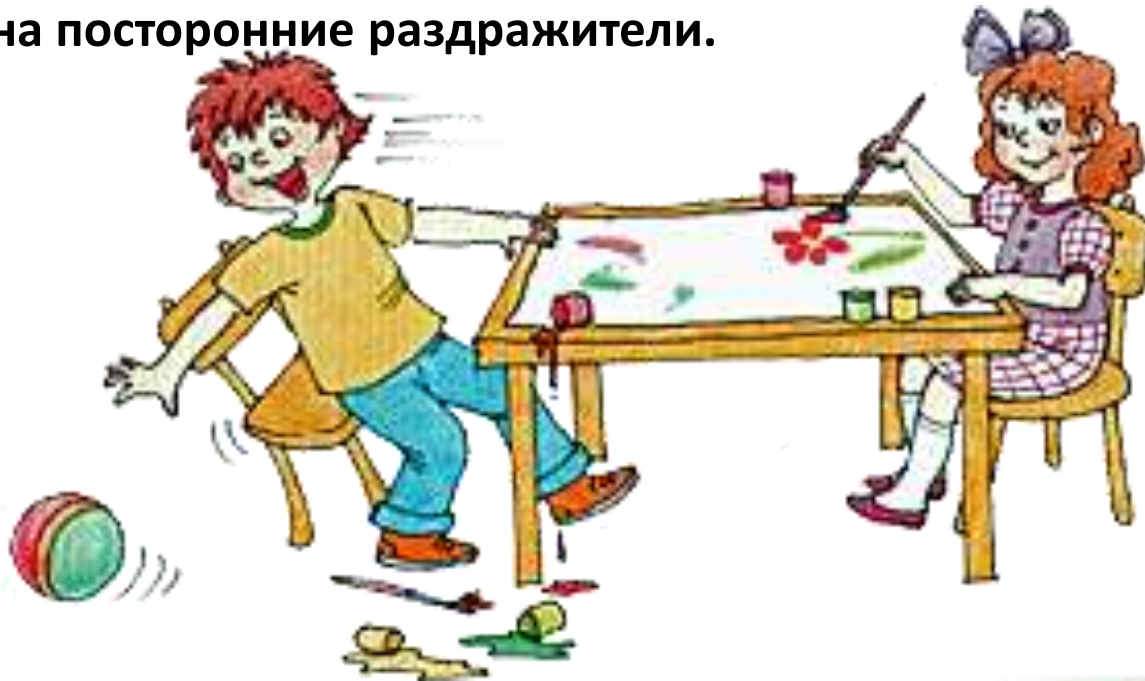
Гиперактивность у детей проявляется несвойственными для нормального, соответствующего возрасту развитию ребенка невнимательностью, отвлекаемостью, импульсивностью.



Диагностические критерии СДВГ

Из перечисленных ниже признаков хотя бы шесть должны сохраняться не менее 6 месяцев:

- 1** Неспособность сосредоточиться на деталях.
- 2** Ошибки по невнимательности.
- 3** Неспособность вслушиваться в обращенную речь.
- 4** Неспособность доводить задания до конца.
- 5** Низкие организаторские способности.
- 6** Отрицательное отношение к заданиям, требующим умственного напряжения.
- 7** Потери необходимых предметов при выполнении задания.
- 8** Отвлекаемость на посторонние раздражители.
- 9** Забывчивость.



Признаки гиперактивности и импульсивности

Для диагностики гиперактивности необходимо наличие по крайней мере 5 из перечисленных ниже симптомов.

Ребенок гиперактивен, если он:

- совершает суетливые движения руками и ногами;
- часто вскакивает со своего места;
- гиперподвижен в ситуациях, когда это неприемлемо;
- не может играть в "тихие" игры;
- всегда находится в движении;
- очень много говорит.



Признаки импульсивности



Под **импульсивным** мы понимаем ребёнка, который не способен остановиться и подумать, прежде чем заговорить или совершить действие.

Ребенок импульсивен, если:

- отвечает на вопрос, не выслушав его;
- не может дождаться своей очереди;
- вмешивается в разговоры и игры других.
- делает что либо не подумав о том, какие будут последствия.

Такому человеку трудно задержаться и подумать хотя бы на один шаг вперёд. Интересный вопрос "Что будет, если я сделаю это?" если и всплывает в голове человека с СДВГ, то только на короткое время. И здесь нужна постепенная тренировка умения предвидеть результаты своей деятельности, начиная с детского возраста.

Импульсивность — черта характера, выражающаяся в склонности действовать без **достаточного сознательного контроля**, под влиянием внешних обстоятельств или в силу эмоциональных переживаний.

Вторичные проблемы у ребенка с СДВГ

- ✓ проблемы с успеваемостью и поведением в школе;
- ✓ повышенный риск возникновения антисоциального поведения и криминальных действий, принадлежность к антисоциальным группировкам – как в детстве, так и в подростковом и зрелом возрасте;
- ✓ проблемы в межличностных отношениях, социальная изоляция – как в детстве, так и в зрелом возрасте;
- ✓ проблемы с психическим здоровьем – значительно повышен риск многих психических расстройств у детей и взрослых с СДВГ, в частности таких как злоупотребление/зависимость от психоактивных веществ, тревожные расстройства, расстройства настроения, личности и др.
- ✓ склонность к рискованному поведению – как следствие, люди с СДВГ, в частности в подростковом и зрелом возрасте, гораздо чаще становятся «продюсерами» и жертвами несчастных случаев, дорожно-транспортных происшествий, у них повышен риск незапланированной подростковой беременности, заражения венерическими заболеваниями и т. п.



Распространенные мифы об СДВГ

✓ **СДВГ** – это в действительности не расстройство, а искусственно созданная проблема, которая не требует никаких терапевтических вмешательств.

✓ **СДВГ** является следствием плохого воспитания, виной родителей.

✓ **СДВГ** является проявлением врожденного «злого» (ленивого, эгоистического и т. п.) характера ребенка, который невозможно изменить.

✓ **Дети с СДВГ** вырастут «психопатами» и преступниками.

✓ **СДВГ** – исключительно детское расстройство и ребенок его «перерастает».

✓ **СДВГ** встречается в основном у мальчиков.



Этиология и возможные причины СДВГ

СДВГ — это комплексное хроническое расстройство мозговых функций, которое проявляется в различных областях функционирования и поведения.

Нарушения, вызывающие СДВГ:

1. Недостаточное энергоснабжение мозга
2. Архаичность и незрелость связей в мозгу
3. Личностная зрелость ребёнка
4. Органические поражения мозга
5. Черепно-мозговые травмы и нейроинфекции
6. Пренатальные и перинатальные факторы
7. Семейные факторы
8. Генетические причины
9. Пищевой фактор



Симптоматика СДВГ

Недостаточная зрелость лобной коры приводит к расстройствам разных исполнительных функций, связанных с организацией и регулированием собственного поведения:

- импульс-контроля;
- планирования, прогнозирования и организации поведения с учетом отдаленных последствий и в соответствии с целями;
- эмоциональной саморегуляции, контроля внимания и анализа информации, регулирования двигательной активности, процессов возбуждения/ торможения.

Необходимо понять, что многие проявления плохого поведения обусловлены теми нарушенными биохимическими процессами, которые происходят у детей с СДВГ в мозгу.



Диагностика и терапия СДВГ



СДВГ – это пожизненное расстройство!

- Партнерские отношения между родителями и специалистами.
- Психологическое просвещение родителей
- Индивидуальная терапевтическая программа
- Два основных метода коррекции:
медикаментозное и обучение родителей и педагогов методам руководства поведением

Добиться того, чтобы гиперактивный ребенок стал послушным

и покладистым, еще не удавалось никому, а научиться жить в мире и сотрудничать с ним — вполне посильная задача.

Основные факторы успешности ребенка с СДВГ в школе

1. Вера учителя в ученика, хорошие взаимоотношения между ними.
2. Предсказуемость, организованность и структурированность среды.
3. Сотрудничество и эффективная коммуникация между родителями и учителями.
4. Эффективное командное сотрудничество между специалистами школы, учителями, администрацией и родителями.
5. Интерактивные, творческие, интересные методы преподавания.
6. Развитие способностей ребенка, раскрытие его сильных сторон, принятие во внимание компетенций, присущих детям с СДВГ.
7. Применение эффективных методов управления поведением ребенка в школе.
8. Поощрение сотрудничества между учениками, командности, взаимопомощи.
9. Гибкость учителя, его готовность и желание находить соответствующий педагогический подход и стиль преподавания, который отвечает особенностям каждого ребенка.
10. Помощь ребенку в развитии навыков самоорганизации и «умения учиться».
11. Информированность учителя относительно специфики СДВГ.
12. Уменьшение объема домашнего задания.
13. Уменьшение объема письменных заданий на уроках; предоставление детям с СДВГ большего времени на выполнение задания.
14. Поддержка со стороны школьной администрации.

Цели учителей в работе с детьми с СДВГ и их родителями :

- ✓ Способствовать социальному развитию ребенка, его успешной интеграции в коллектив ровесников.
- ✓ Способствовать успешному обучению ребенка, развитию у него мотивации к учебе и «умения учиться».
- ✓ Способствовать уменьшению проблемного поведения и развитию самоконтроля у ребенка.
- ✓ Способствовать развитию у ребенка положительной самооценки, веры в себя, раскрытию его способностей и т. д.



Основы коррекционной работы при СДВГ



Дети с СДВГ испытывают широкий спектр поведенческих, когнитивных и коммуникативных затруднений, нарушающих их повседневное функционирование и самочувствие.

Дети с СДВГ любопытны, но не любознательны.

Они всё смотрят, слушают, трогают и пробуют, но беспорядочные сенсорные и моторные акты не складываются в необходимые действия. Знания, представления и умозаключения таких детей поверхностны. Понимание предметов и явлений также

поверхностное, представления о социальных и межличностных отношениях довольно упрощенные.

Формируется невнимательность. Внимательный человек глубже понимает то, что происходит вокруг и глубже чувствует и переживает свой личный опыт. Внимательность надо развивать с раннего детства, а не надеяться на то, что ребёнок перерастёт и с возрастом всё пройдёт.

В работе с ребёнком, имеющим серьёзные нарушения внимания, обязательно нужно наличие у него положительной мотивации. Такая мотивация может возникнуть, если в классе хороший и понимающий учитель, если родители действительно заинтересованы в том, чтобы помочь своему ребёнку. Обязательно нужна совместная работа родителей и учителей, построенная на эмоциональной заинтересованности родителей.

Ребёнок может удерживать внимание достаточно долго, если задание или игра интересная и доставляет ему удовольствие. Если ребёнок увлётся и у него хорошо получается, он будет сидеть над этой игрой часами.

Школьная программа психологической коррекции

Учитель должен иметь всю информацию об особенностях развития детей с СДВГ, о заболевании СДВГ.

Ребёнок с СДВГ требует индивидуального подхода.

Ученик с СДВГ должен сидеть на первой парте перед доской и учителем.



Урок строится по чётко распланированному порядку.

Задания пишутся на доске.

Для каждого задания существуют временные рамки выполнения.

Большие задания дробятся на более чёткие и мелкие.



При выполнении задания следует ориентироваться на одну способность ребёнка и тренировать только её. Например, только внимательность без усидчивости или только усидчивость и спокойствие без сосредоточения его внимания на каком-либо задании.

Не следует подавлять физическую активность ребёнка, нужно её задействовать.

Например, просить ребёнка помогать учителю - раздавать тетрадки, поливать цветы, писать на доске... но при этом не акцентировать внимания на аккуратности и поощрять его, хвалить.

Необходимо помогать ребёнку переключать деятельность с одного вида на другой, подготавливать его к смене заданий. Искать методы индивидуального мотивирования.

Система запретов обязательно должна сопровождаться альтернативными вариантами.

Импульсивность и агрессия могут снижаться от положительного эмоционального и тактильного воздействия.

СДВГ: методы организации деятельности

Организация пространства

Внешняя среда

Чёткая организация. Отсутствие посторонних раздражителей. Концентрация внимания ребёнка на определённых составляющих среды.

Домашняя среда

Устойчивость домашней среды. Большое свободное пространство. Отсутствие перемещений предметов и мебели в квартире.

Организация рабочего места

Тихая и спокойная обстановка. Отсутствие внешних раздражителей, шумов.



Организация времени

Определённый последовательный режим дня.

Упорядоченность действий = привычка хорошего поведения.

Наиболее продуктивное время – начало дня и начало урока.

Интересное необычное оформление распорядка действий.

Например, в картинках.

Заранее обговоренные правила поведения

Озвучить правила поведения, выполнения задания. Записать их. Попросить ребёнка повторить их всему классу или записать их на доске.

Объяснить ребенку, что за выполнение установленных правил он получит поощрение. За невыполнение правил наиболее целесообразным будет лишать ребенка определенных преимуществ или же возможности заняться тем, что ему интересно.

Краткость инструкций

Все инструкции, предъявляемые гиперактивному ребенку, должны быть четкими и краткими, не более 10 слов.

В противном случае ребенок эту инструкцию не поймет, не запомнит, не будет ей следовать.

Давая инструкцию, нужно также учитывать неумение ребенка выслушивать до конца, неумение длительное время подчиняться групповым правилам, быструю утомляемость.

Алгоритмичная организация учебной деятельности

Системность подачи информации создает системно организованную память, облегчает поиск необходимой информации, развивает мышление. Такая подача информации снижает нагрузку на внимание и систематизацию материала при запоминании. Формулировки, иллюстрации, оформления не должны содержать ничего лишнего и отвлекающего.

Список полезной литературы:

