

Нейропсихология гиперактивного поведения с дефицитом внимания

Синдрому дефицита внимания и гиперактивности часто сопутствуют запаздывание процессов созревания высших психических функций и, следовательно, специфические трудности обучения. У детей с **СДВГ** проявляются трудности планирования и организации сложных видов деятельности. Большинству из них свойственна слабая психоэмоциональная устойчивость при неудачах, низкая самооценка, упрямство, лживость, вспыльчивость, агрессивность. Кроме того, у них возникает неуверенность в себе и проблемы в коммуникациях. Подросткам с СДВГ свойственно отрицание авторитетов, незрелое и безответственное поведение, нарушение семейных и общественных правил. Они не могут поддерживать определенную поведенческую реакцию на протяжении длительного времени. Для них характерно деструктивное, оппозиционно-вызывающее, а иногда и разрушительное поведение.



Гиперактивный ребенок

Любовь, терпение и труд – вот три кита, на которых должно основываться воспитание «живчика».

Гиперактивность — это сверх повышенная активность, склонность моментально отвлекаться, неумение концентрироваться на каком-то одном занятии длительное время. Все это сопровождается возбуждением нервной системы. Исследования показывают, что гиперактивность отмечается примерно у 20 % детей школьного возраста, причем у мальчиков - в четыре раза чаще, чем у девочек. Гиперактивность чаще всего выступает вкупе с **дефицитом внимания и импульсивностью**.



Причины гиперактивности

- ✚ Токсикозы во время беременности
- ✚ Асфиксия средней и тяжелой степени
- ✚ Всевозможные интоксикации
- ✚ Инфекционные болезни нервной системы (менингит, энцефалит)
- ✚ Немаловажную роль играет и генетический фактор

Признаки гиперактивности

- ✚ Непоследователен, ему трудно долго удерживать внимание.
- ✚ Не слушает, когда к нему обращаются.
- ✚ С большим энтузиазмом берется за задание, но так и не заканчивает его.
- ✚ Испытывает трудности в организации.

Симптомы гиперактивности

- ✚ Часто теряет вещи.
- ✚ Избегает скучных и требующих умственных усилий заданий.
- ✚ Часто бывает забывчив.
- ✚ Постоянно ерзает.
- ✚ Проявляет признаки беспокойства (барабанит пальцами, двигается в кресле, бегает, забирается куда-либо)
- ✚ Спит намного меньше, чем другие дети, даже в младенчестве.
- ✚ Очень говорлив.
- ✚ Начинает отвечать, не дослушав вопроса.
- ✚ Не способен дождаться своей очереди, часто вмешивается, прерывает разговор.
- ✚ Плохо сосредотачивает внимание.
- ✚ При выполнении заданий ведет себя поразному и показывает очень разные результаты: на некоторых занятиях спокоен, на других – нет, на одних занятиях успешен, на других – нет.



Рекомендации родителям:

- ✚ Если у ребенка проявляются хотя бы шесть из перечисленных выше признаков, можно предположить (но не поставить диагноз!), что ребенок гиперактивен. Ответственность за постановку диагноза должен взять на себя только врач.
- ✚ Ребенку необходима консультация психолога или психотерапевта.
- ✚ Вызывающее поведение ребенка зачастую – способ привлечь к себе внимание. Проводите с ребенком больше времени: играйте с ним, читайте, учите, как правильно общаться с другими людьми, учите его основам нравственности.
- ✚ Говорите сдержанно, спокойно и мягко.
- ✚ Избегайте частого немотивированного повторения слов «НЕТ» и «НЕЛЬЗЯ».
- ✚ Поддерживайте дома четкий распорядок дня. Дети чувствуют себя в большей безопасности, если имеют дело с многократным повторяющимися действиями. Они более восприимчивы и лучше реагируют, когда регулярно едят, спят и играют, учатся.
- ✚ Давайте ребенку возможность расходовать избыточную энергию. Полезно ежедневная физическая активность на свежем воздухе: длительные прогулки, бег, спортивные занятия.
- ✚ Очень полезны пальчиковые игры, вязание крючком, собирание пазлов, рисование, штриховка, лепка, бисероплетение.
- ✚ Давайте ребенку только одно задание на определенный отрезок времени, чтобы он не был перегружен слишком большим количеством распоряжений.
- ✚ Оберегайте ребенка от утомления, поскольку оно приводит к снижению самоконтроля и нарастанию гиперактивности.
- ✚ Старайтесь, чтобы ребенок высыпался. Недостаток сна ведёт к ещё большему ухудшению внимания и самоконтроля.
- ✚ Ограничьте общение с компьютером и телевизором до минимума!
- ✚ Проявляйте достаточно твердости и последовательности в воспитании.
- ✚ Помните! Спокойствие – лучший пример для ребенка! И не забывайте говорить ребенку, как сильно Вы его любите!

Необычность поведения Вашего ребёнка – не результат дурного характера или неподходящего темперамента и не упрямство, которое непременно нужно сломить, а вполне вероятно, специфические особенности психики, обусловленные определенными нарушениями деятельности нервной системы ребенка.

ГБУЗ РМ «Детская поликлиника №2»
Составитель: Князева А.О.
Рецензент: Акамова О.В.

- Во время игр ограничивайте ребенка лишь одним партнером.
- Помните, что переутомление способствует снижению самоконтроля и нарастанию гиперактивности, когда ребенок утомлен, не настаивайте на срочном выполнении дела, дайте ему возможность отдохнуть.
- Придумайте гибкую систему вознаграждений за хорошо выполненное задание и наказаний за плохое поведение. Можно использовать балльную или знаковую систему, завести дневник самоконтроля.
- Не прибегайте к физическому наказанию! Если есть необходимость прибегнуть к наказанию, то целесообразно использовать спокойное сидение в определенном месте после совершения поступка.
- Чаще хвалите ребенка. Порог чувствительности к отрицательным стимулам очень низок, поэтому гиперактивные дети не воспринимают выговоры и наказания, однако чувствительны к поощрениям.
- Составьте список обязанностей ребенка и повесьте его на стену, подпишите соглашения на определенные виды работ; постепенно расширяйте обязанности, предварительно обсудив их с ребенком.
- Не давайте ребенку поручений, не соответствующих его уровню развития, возрасту и способностям
 - Оградите гиперактивных детей от длительных занятий на компьютере и просмотра телефона, телевизионных передач.
 - Избегайте, по возможности, больших скоплений людей

Рекомендации родителям детей с синдромом дефицита внимания и гиперактивностью

Синдром дефицита внимания и гиперактивности (СДВГ) характеризуется двумя компонентами: невнимательностью и гиперактивностью



Прежде всего, помните, гиперактивность ребенка в данном случае – не поведенческая проблема, и не результат плохого воспитания, а медицинский и нейропсихологический диагноз, гиперактивный ребенок имеет нейрофизиологические проблемы, справиться с которыми самостоятельно не может. Поэтому проблему нельзя решить волевыми усилиями, авторитарными указаниями или убеждением: наказания, замечания, окрики не приведут к улучшению поведения такого ребенка, а скорее ухудшат его

Рекомендации для родителей гиперактивных детей



Изменение поведения взрослого и его отношения к ребенку:

- проявляйте достаточно твердости и последовательности в воспитании;
- помните, что поступки ребенка не являются умышленными;
- контролируйте поведение ребенка, не навязывая ему жестких правил;
- не давайте ребенку реактивных указаний, избегайте слов «нет» и «нельзя»;
- стройте взаимоотношения с ребенком на взаимопонимании и доверии;
- избегайте с одной стороны чрезмерной мягкости, а с другой – завышенных требований к ребенку;
- реагируйте на действия ребенка неожиданным способом (пошутите, повторите действия ребенка, сфотографируйте его, оставьте в комнате одного и т.д.);
- повторяйте свою просьбу автоматически одними и теми же словами много раз;
- не настаивайте на том, чтобы ребенок обязательно принес извинения за проступок;
- выслушивайте то, что хочет сказать ребенок;
- для подкрепления устных инструкций используйте зрительную стимуляцию.

