

Синдром дефицита внимания и гиперактивности

Уважаемые родители!

Сегодня вы узнаете о синдроме дефицита внимания и гиперактивности.

Чем характеризуется и как его определить.

**Трудных детей не бывает.
Это мы делаем их трудными.**

Т.П. Хризман

Что такое синдром дефицита внимания и гиперактивности (СДВГ)?

СДВГ - это одна из форм проявления минимальной мозговой дисфункции (ММД), то есть очень легкая недостаточность мозга, которая проявляется в дефиците определенных структур и в нарушении созревания более высших структур мозговой деятельности.

На психофизическом уровне развития гиперактивность можно сравнить со строящимся зданием. Причем связано оно с индивидуальным созреванием ребенка. Каждый новый построенный этаж выполняет функции всего мозга.

Первый уровень (нижний этаж) обеспечивает, прежде всего, энергетику и чисто телесные функции – статику, напряжение мышц, дыхание, пищеварение, иммунитет, сердцебиение, эндокринную систему. Здесь формируются базовые инстинкты выживания. При недоразвитии этих структур ребенок не понимает, чего хочет, почему плохо и т.д. Созревание идет от зачатия до 2-3 лет.

Далее формируется второй этаж (от 3 до 7-8 лет) который обеспечивает связь нашего организма с внешним миром через органы чувств. Он отвечает за прием, переработку и хранение информации (зрительной, слуховой, вестибулярной и кинестетической, вкус и запах, а также всех когнитивных процессов: память, внимание, речь и т.д.). Если этот уровень нарушен, то ребенок не понимает, почему не может что-либо, «не видит», «не слышит».

Третий этаж формируется (от 8 до 12-15 лет) и он является руководителем нашего произвольного поведения, словестного мышления. Это центр контроля реализации программ, социального поведения.

В основе СДВГ лежит нарушение коры и подкорковых структур и характеризуется триадой признаков: гиперактивность, дефицит внимания, импульсивность.

Ребенок с СДВГ неугомонный, невнимательный, непослушный, импульсивный, доставляет множество хлопот.

Гиперактивность, или чрезмерная двигательная расторможенность, является проявлением утомления. Утомление у ребенка идет не так, как у взрослого, который контролирует это состояние и вовремя отдыхает. У ребенка она проявляется в виде перевозбуждения и слабом контроле своих действий.

Дефицит активного внимания – неспособность удерживать внимание на чем-либо в течении определенного отрезка времени. Это произвольное внимание. Для него нужна мотивация, понимание необходимости сосредоточиться.

Импульсивность – неспособность затормозить свои непосредственные побуждения. Такие дети часто действуют, не подумав, не умеют подчиниться правилам, ждать. У них часто меняется настроение.

К подростковому возрасту повышенная двигательная активность в большинстве случаев исчезает, а импульсивность и дефицит внимания сохраняются. По статистике у 70% подростков и у 50% взрослых.

Характерной чертой умственной деятельности гиперактивных детей является цикличность. При этом мозг ребенка продуктивно работает 5-15 минут в зависимости от возраста ребенка, а затем 3-7 минут накапливает энергию для следующего цикла. В этот момент ребенок «выпадает» из общего ритма работы и не слышит педагога, не может совершить какое-либо действие и не помнит об этом. Чтобы оставаться в сознании, таким детям нужно постоянно держать свой вестибулярный аппарат в активности – вертеть головой, двигаться, крутиться. Если голова и тело ребенка будут неподвижны, то у такого ребенка снижается уровень активности мозга. Если в семье равные, спокойные отношения, то гиперактивность может не проявляться. Но попадая в школу, где много внешних раздражителей, ребенок начинает демонстрировать весь набор признаков СДВГ.

У детей с гиперактивностью наблюдается слабая моторная координация, характеризующаяся неловкими беспорядочными движениями. Для них характерна постоянная внешняя болтовня, которая бывает при несформированности внутренней речи, контролирующей социальное поведение.

Среди таких детей могут быть и одаренные, обладающие неординарными способностями. Гиперактивные дети могут иметь хороший общий интеллект, но развивать его в полной мере мешают нарушения развития.

Дефицит внимания может быть установлен при наличии 6 из описанных ниже симптомов. Ребенок имеет дефицит внимания, если он:

- не обращает внимания на детали и допускает ошибки в работе;
- с трудом поддерживает внимание в работе и игре;
- не слушает, что ему говорят;
- не в состоянии следовать инструкциям;
- не может организовать игру или деятельность;
- имеет сложности в выполнении заданий, требующих длительной концентрации внимания;
- часто теряет вещи;
- часто и легко отвлекается;
- бывает забывчив.

Гиперактивность определяется при наличии 5 из перечисленных симптомов.

Ребенок гиперактивен, если он:

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

Ребенок импульсивен (т.е. не способен остановиться и подумать, прежде чем заговорить или совершить действия), если онб

- отвечает на вопрос, не слушая его;
- не может дождаться своей очереди;
- вмешивается в разговор и игры других.

Литература

Синдром дефицита внимания с гиперактивностью. А.Л. Сиротюк. - М., 2003.