

Консультативный центр
МБДОУ «Детский сад № 113 «Детствоград»

**«СИНДРОМ ДЕФИЦИТА
ВНИМАНИЯ
И ГИПЕРАКТИВНОСТИ У
РЕБЕНКА»**

Синдром дефицита внимания и гиперактивности у ребенка или СДВГ – это самая распространенная причина нарушения поведения и проблем в учебе у детей дошкольного возраста и школьников.

Синдром дефицита внимания и гиперактивности у ребенка – расстройство развития, проявляющееся в нарушении поведения. Ребенок с СДВГ непоседливый, проявляет «бестолковую» активность, не может усидеть на занятиях в школе или детском саду, не станет заниматься тем, что ему неинтересно. Он перебивает старших, играет на уроках, занимается своими делами, может залезть под парту. При этом ребенок правильно воспринимает окружающее. Он слышит и понимает все указания старших, однако не может выполнять их инструкции из-за импульсивности. Несмотря на то, что ребенок понял задание, он не может довести начатое до конца, не в состоянии планировать и предвидеть последствия своих поступков. С этим связан высокий риск получить бытовую травму, потеряться.

Неврологи рассматривают синдром дефицита внимания и гиперактивности у ребенка, как неврологическое заболевание. Его проявления не являются результатом неправильного воспитания, запущенности или вседозволенности, они следствие особой работы мозга. Ребенок с СДВГ одинаково проявляет гиперактивность и невнимательность дома, в детском саду, в гостях у незнакомых людей. Не бывает ситуаций, в которых бы малыш вел себя спокойно. Этим он отличается от обычного активного ребенка.

Синдром дефицита внимания и гиперактивности у ребенка, симптомы можно распознать в более раннем возрасте.

- Рано начинают держать голову, сидеть, ползать, ходить.
- Испытывают проблемы с засыпанием, спят меньше нормы.
- Если утомляются, не занимаются спокойным видом деятельности, не засыпают самостоятельно, а впадают в истерику.
- Очень чувствительны к громким звукам, яркому свету, незнакомым людям, смене обстановки. Эти факторы вызывают у них громкий плач.
- Выбрасывают игрушки, еще до того, как успели их рассмотреть.

Подобные признаки могут указывать на склонность к СДВГ, но они присутствуют и у многих беспокойных детей до 3-х лет. СДВГ накладывает отпечаток и на функционирование организма. Ребенок часто испытывает проблемы с пищеварением. Поносы – результат чрезмерной стимуляции кишечника вегетативной нервной системой. Аллергические реакции и кожные высыпания появляются чаще, чем у сверстников.

Основные симптомы

1. Нарушение внимания

- Ребенок с трудом концентрирует внимание на одном предмете или занятии. Он не обращает внимания на детали, не в силах отличить главное от второстепенного. Ребенок пытается заниматься всеми делами одновременно: раскрашивает все детали не доводя до конца, читает текст, перескакивая через строчку. Это происходит, из-за того, что он не умеет планировать. При совместном выполнении заданий объясняйте: «Сначала сделаем одно, затем другое».
- Ребенок под любым предлогом пытается избежать рутинных дел, уроков, творчества. Это может быть тихий протест, когда ребенок убегает и прячется, или истерика с криком и слезами.
- Выражена цикличность внимания. Дошкольник может заниматься одним делом 3-5 минут, ребенок младшего школьного возраста до 10 минут. Затем на протяжении такого же периода нервная система восстанавливает ресурс. Часто в это время складывается впечатление, что ребенок не слышит речь, обращенную к нему. Затем цикл повторяется.
- Внимание может быть сосредоточено, только если оставаться с ребенком один на один. Ребенок более внимательный и послушный, если в комнате тишина и отсутствуют раздражители, игрушки, другие люди.

2. Гиперактивность

- Ребенок совершает большое количество нецелесообразных движений, большую часть которых он не замечает. Отличительный признак двигательной активности при СДВГ – ее бесцельность. Это может быть вращение кистями и стопами, бег, прыжки, постукивание по столу или по полу. Ребенок бегает, а не ходит. Карабкается на мебель. Ломает игрушки.
- Разговаривает слишком громко и быстро. Он отвечает, не дослушав вопроса. Выкрикивает ответ, перебивая отвечающего. Говорит неоконченными фразами, перескакивая с одной мысли на другую. Глотает окончания слов и предложений. Постоянно переспрашивает. Его высказывания часто необдуманные, они провоцируют и обзывают других.
- Мимика очень выразительная. Лицо выражает эмоции, которые быстро появляются и исчезают - гнев, удивление, радость. Иногда кривляется без видимой причины.

Установлено, что у детей с СДВГ двигательная активность стимулирует структуры мозга, отвечающие за мышление и самоконтроль. То есть, пока ребенок бегает, стучит и разбирает предметы, его мозг совершенствуется. В коре устанавливаются новые нейронные связи, которые в дальнейшем улучшат работу нервной системы и избавят ребенка от проявлений болезни.

3. Импульсивность

- Руководствуется исключительно своими желаниями и выполняет их незамедлительно. Действует по первому побуждению, не обдумывая последствий и не планируя. Для ребенка не существует ситуаций, в которых он должен сидеть спокойно. На занятиях в детском саду или в

школе он вскакивает и бежит к окну, в коридор, шумит, выкрикивает с места. Забирает у сверстников понравившуюся вещь.

- **Не может выполнять инструкции**, особенно состоящие из нескольких пунктов. У ребенка постоянно появляются новые желания (импульсы), которые мешают довести до конца начатое дело (сделать домашнее задание, собрать игрушки).
- **Не способен ждать или терпеть**. Он должен немедленно получить или сделать то, что ему хочется. Если этого не происходит, он скандалит, переключается на другие дела или выполняет бесцельные действия. Это ярко заметно на занятиях или при ожидании своей очереди.
- **Перепады настроения случаются каждые несколько минут**. Ребенок переходит от смеха к плачу. Вспыльчивость особенно характерна детям с СДВГ. Рассердившись, ребенок царапает предметы, может завязать драку или испортить вещи обидчика. Он сделает это сразу, не обдумывая и не вынашивая плана мести.
- **Ребенок не чувствует опасности**. Он может совершать поступки, опасные для здоровья и жизни: взобраться на высоту, гулять по заброшенным зданиям, выходить на тонкий лед, потому что ему захотелось это сделать. Это свойство приводит к высокому уровню травм у детей с СДВГ. Проявления болезни связаны с тем, что нервная система ребенка с СДВГ слишком уязвима. Она не в состоянии осилить большой объем информации, поступающей из внешнего мира. Излишняя активность и недостаток внимания – попытка защититься от непосильной нагрузки на НС.

Дополнительные симптомы

- **Трудности в обучении при нормальном уровне интеллекта**. Ребенок может испытывать трудности с письмом и чтением. При этом он не воспринимает отдельные буквы и звуки или полностью не владеет этим навыком. Неспособность к изучению арифметики может быть самостоятельным нарушением или сопровождать проблемы с чтением и письмом.
- **Нарушения в общении**. Ребенок с СДВГ может проявлять навязчивость по отношению к сверстникам и незнакомым взрослым. Он может быть слишком эмоциональным или даже агрессивным, что осложняет общение и установление дружеских контактов.
- **Отставание в эмоциональном развитии**. Ребенок ведет себя излишне капризно и эмоционально. Он не терпит критики, неудач, ведет себя неуравновешенно, «по детски». Установлена закономерность, что при СДВГ происходит отставание на 30% в эмоциональном развитии. Например, 10-тилетний ребенок ведет себя как 7-милетний, хотя интеллектуально развит не хуже сверстников.
- **Негативная самооценка**. Ребенок слышит за день огромное количество замечаний. Если при этом его еще и сравнивают со сверстниками: «Посмотри как хорошо себя ведет Маша!» это усугубляет ситуацию. Критика и претензии убеждают ребенка, что он хуже других, плохой,

глупый, непоседливый. Это делает ребенка несчастным, отстраненным, агрессивным, прививает ненависть к окружающим.

Проявления синдрома дефицита внимания связаны с тем, что нервная система ребенка слишком уязвима. Она не в состоянии осилить большой объем информации, поступающей из внешнего мира. Излишняя активность и недостаток внимания – попытка защититься от непосильной нагрузки на НС.

Положительные качества детей с СДВГ

- Активны, деятельны;
- Легко считывают настроение собеседника;
- Готовы на самопожертвование ради людей, которые им нравятся;
- Не злопамятны, не способны затаить обиду;
- Бесстрашны, им не свойственны большинство детских страхов.