

Внимание - в дефиците



Обычно проявление синдрома дефицита внимания и гиперактивности (СДВГ) у детей возникает в возрасте 2-3 лет. Однако в большинстве случаев родители обращаются к врачу, когда ребенок уже начинает ходить в школу и у него обнаруживаются проблемы с учебной деятельностью, которые являются следствием гиперактивности.

Что нужно знать родителям об этой проблеме?

Лежит в основе этого синдрома, как рассказывает врач-невролог Рязанской областной детской клинической больницы им. Н. Дмитриевой **РОГОЖИНА Наталья Ивановна**, рассеянность, повышенная двигательная активность, а также неспособность ребенка сконцентрироваться. Обычно таких детей называют гиперактивными.

Подозрительные симптомы

У ребенка симптомы гиперактивного поведения проявляются следующим образом:

- неусидчивость, беспокойство, суетливость;
- импульсивность, плаксивость, эмоциональная нестабильность;
- игнорирование всех правил и норм поведения;
- выраженное наличие проблем со сном;
- задержка речевого развития и т.д.

Каждый такой симптом является поводом для обращения к врачу, который расскажет вам, как успокоить гиперактивного ребенка, бороться с СДВГ и помогать адаптироваться малышу в обществе.

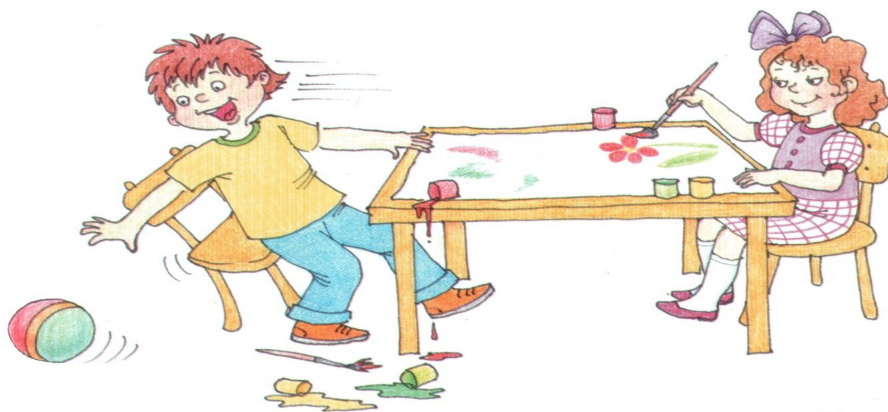
Как распознать гиперактивность ?

Невролог собирает подробный семейный анамнез , спрашивает обо всех особенностях течения беременности , о родах и о заболеваниях , перенесенных малышом , а также просит взрослых дать малышу характеристику .

Ребенок проходит и специальные тесты , по результатам которых специалист определяет параметры внимательности . В таких исследованиях на наличие гиперактивности могут участвовать дети начиная с 5-6 летнего возраста.

Чтобы определить синдром гиперактивности , проводится так называемое электроэнцефалографическое исследование. Оно и безопасно , и безболезненно. Наличие синдрома , а также необходимость лечения такого гиперактивного ребенка в дальнейшем невролог определяет по совокупности полученных результатов.

Назначить курс лечения может только врач. Гиперактивный ребенок в детском саду автоматически подпадает под наблюдение детского психолога. Трудно дать конкретные рекомендации , какую работу с малышом проводить , так как все зависит от особенностей проявления СДВГ . Постарайтесь присмотреться , как ваш ребенок реагирует на замечания , чтобы суметь найти решение проблемы.



Правила для родителей и малыша

Работа с детьми с синдромом ДВГ должна проводиться индивидуально в каждом конкретном случае. Однако специфика психологии таких малышей позволяет дать общие **рекомендации**, облегчающие воспитание.

1. Соблюдайте распорядок дня.
2. Придерживайтесь позитивной модели общения . Ребенка следует похвалить каждый раз , когда он это заслужил, при этом отмечая даже незначительный успех. Отношения малыша с взрослыми должны основываться на доверии , а не на страхе.
3. Определите рамки и критерии поведения. Вседозволенность однозначно не принесет пользы , потому разграничьте, что нельзя и что можно малышу. Придумайте знаковую или балльную систему вознаграждения.
4. Свои запреты необходимо формулировать корректно. При общении с малышом , который страдает СДВГ , стройте предложения таким образом , чтобы там отсутствовало отрицание и слово «нет» . Если вы что-то запрещаете ребенку, обязательно объясните , в чем причина этого , и предложите альтернативу.
5. Следует создать малышу комфортные условия. Помните, что вызывающее поведение ребенка , у которого обнаружена гиперактивность, является его способом привлечения

внимания. Уделяйте малышу больше времени , играйте с ним , учите правилам общения и поведения.

6. Если ваш ребенок перевозбужден, попробуйте сменить обстановку на более спокойную – например , предложите ему воды или уведите в другую комнату. Если малыш расстроен , обнимите его , погладьте по голове, - это дает положительный результат , так как для детей с СДВГ физический контакт очень значим.

7. Весьма хорошим средством для терапии детской гиперактивности является применение успокоительной ванны перед сном . В состав набора для ее приготовления обычно входит экстракт шишек хмеля, хвойных деревьев. Необходимо проконсультироваться с врачом перед выбором такого вида лечения. На ночь прочитайте малышу любимую сказку или вместе просмотрите иллюстрированную книгу. Массаж и легкая музыка также способны помочь малышу быстрее уснуть .





Как узнать, что ваш ребенок - гиперактивный?

Чтобы узнать, гиперактивен ли ваш ребенок, понаблюдайте за ним по таким критериям:

ДЕФИЦИТ АКТИВНОГО ВНИМАНИЯ:

1. Ребенку трудно долго удерживать внимание.
2. Не слушает, когда к нему обращаются.
3. Не заканчивает занятие, за которое берется
4. Часто теряет вещи.
5. Часто бывает забывчив.

ДВИГАТЕЛЬНАЯ РАСТОРМОЖЕННОСТЬ

1. Постоянно ерзает.
2. Проявляет признаки беспокойства (барабанит пальцами, двигается в кресле, бегает, забирается куда-либо).
3. Спит намного меньше, чем другие дети, даже во младенчестве.
4. Очень говорлив.

ИМПУЛЬСИВНОСТЬ:

1. Начинает отвечать, не дослушав вопроса.
2. Не способен дождаться своей очереди, часто вмешивается, прерывает.
3. Плохо сосредоточивает внимание.
4. Не может контролировать и регулировать свои действия.
5. Поведение слабо управляемо правилами



Если в возрасте до 7 лет проявляются хотя бы шесть из перечисленных признаков, вы можете предположить (но не поставить диагноз!), что ваш ребенок гиперактивен.