## СДВГ или «гиперактивность»?

Что такое гиперактивность? **“Гипер...”** — (от греч. Hyper — над, сверху) — составная часть сложных слов, указывающая на превышение нормы. Слово “активный” пришло в русский язык из латинского “a tivus” и означает “действенный, деятельный”.

Авторы психологического словаря относят к внешним проявлениям гиперактивности невнимательность, отвлекаемость, импульсивность, повышенную двигательную активность. Часто гиперактивности сопутствуют проблемы во взаимоотношениях с окружающими, трудности в обучении, низкая самооценка. При этом уровень интеллектуального развития у детей не зависит от степени гиперактивности и может превышать показатели возрастной нормы.

Первые проявления гиперактивности наблюдаются в возрасте до 7 лет и чаще встречаются у мальчиков, чем у девочек. Существуют различные мнения о причинах возникновения гиперактивности: это могут быть генетические факторы, особенности строения и функционирования головного мозга, родовые травмы, инфекционные заболевания, перенесѐнные ребѐнком в первые месяцы жизни, и т. д.

Как правило, в основе синдрома гиперактивности лежит минимальная мозговая дисфункция (ММД), наличие которой определяет врач-невропатолог после проведения специальной диагностики. При необходимости назначается медикаментозное лечение.

## СДВГ –синдром дефицита внимания с гиперактивностью

- Это поведенческое расстройство детства
- СДВГ - это полиморфный клинический синдром, главным проявлением которого является нарушение способности ребенка контролировать и регулировать свое поведение, что выливается в двигательную гиперактивность, нарушения внимания и импульсивность. На слове «полиморфный» хочется сделать особое ударение, поскольку в действительности нет двух одинаковых детей с СДВГ, у этого синдрома много лиц и широкий спектр возможных проявлений. Это психиатрическое расстройство - его причиной, вопреки распространенным мифам, являются особенности строения и функционирования головного мозга, а не плохое воспитание, аллергия и т. п. Настоящая причина состоит либо в генетических факторах (в преобладающей части случаев), либо в перинатальном поражении центральной нервной системы.
- СДВГ - крайнее проявление спектра «активного» темперамента, при котором гиперактивность, импульсивность и нарушения внимания выражены настолько сильно, что значительно затрудняют обучение, социальную адаптацию и в целом психологическое развитие ребенка.

## СДВГ характеризуется триадой симптомов:

- Невнимательность: повышенная отвлекаемость, снижение концентрации внимания, невозможность длительного выполнения неинтересного задания, дефицит избирательного внимания
- Гиперактивность: повышенная двигательная (моторная) активность, трудность неподвижно сидеть во время занятий, активность носит бесцельный характер
- Импульсивность: невозможность контроля за своими импульсами, когнитивная импульсивность, поведенческая импульсивность

## Портрет гиперактивного ребенка

Наверное, в каждой группе детского сада, в каждом классе встречаются дети, которым трудно долго сидеть на одном месте, молчать, подчиняться инструкциям. Они создают дополнительные трудности в работе воспитателям и учителям, потому что очень подвижны, вспыльчивы, раздражительны и безответственны.

- Гиперактивные дети часто задевают и роняют различные предметы, толкают сверстников, создавая конфликтные ситуации.
- Они часто обижаются, но о своих обидах быстро забывают.
- Известный американский психолог В. Оклендер так характеризует этих детей: «Гиперактивному ребенку трудно сидеть, он суетлив, много двигается, вертится на месте, иногда чрезмерно говорлив, может раздражать манерой своего поведения. Часто у него плохая координация или недостаточный мышечный контроль. Он неуклюж, роняет или ломает вещи, проливает молоко. Такому ребенку трудно концентрировать свое внимание, он легко отвлекается, часто задает множество вопросов, но редко дожидается ответов» (1997, с. 228). Вероятно, каждому воспитателю и учителю знаком этот портрет.

# Шпаргалка для взрослых, или Правила работы с гиперактивными детьми.

1. Работать с ребенком в начале дня, а не вечером.
2. Уменьшить рабочую нагрузку ребенка.
3. Делить работу на более короткие, но более частые периоды. Использовать физкультминутки.
4. Быть драматичным, экспрессивным педагогом.
5. Снизить требования к аккуратности в начале работы, чтобы сформировать чувство успеха.
6. Посадить ребенка во время занятий рядом с взрослым.
7. Использовать тактильный контакт (элементы массажа)
8. Договариваться с ребенком о тех или иных действиях заранее.
9. Давать короткие, четкие и конкретные инструкции.
10. Использовать гибкую систему поощрений и наказаний
11. Поощрять ребенка сразу же, не откладывая на будущее
12. Предоставлять ребенку возможность выбора.
13. Оставаться спокойным. Нет хладнокровия — нет преимущества