Дети с моторчиком.

Здоровый ребенок – это обязательно источник шума и определенного беспокойства. Но если и того, и другого от сына или дочери больше, чем от целой компании детей, то часто все не просто так. Возможно, это проявление синдрома гиперактивности и дефицита внимания (СДВГ).

Как часто у детей отмечают гиперактивность, что это такое?

СДВГ в нашей стране страдает около двух миллионов детей. Нет, они вовсе не обязательно плохо воспитаны, и с умственными способностями у них все в порядке. От остальных сверстников они отличаются тем, что хуже концентрируют внимание и не умеют контролировать свою двигательную активность. Такое состояние нервной системы и называют гиперактивностью.

Каковы причины гиперактивности?

Основной механизм развития СДВГ включает в себя дефицит определенных химических субстанций в специфических областях головного мозга, который может возникать без видимых причин. Важную, но не определяющую роль могут играть как наследственная предрасположенность, так и тяжело протекающая беременность, затянувшиеся или скоротечные роды.

Можно ли ещё в младенчестве заподозрить, что у ребенка впоследствии разовьется гиперактивность?

Заподозрить, что малыш имеет признаки гипервозбудимости, можно самостоятельно. Такой младенец плохо спит, много плачет – причем крик у него монотонный, на одной ноте, вяло сосет грудь. На его переносице часто можно обнаружить просвечивающую через тонкую кожицу венку – признак повышенного внутричерепного давления, которое способствует развитию гипервозбудимости. Пальчики такого младенца сжаты в кулачки, ручки и скрючены. Кожа часто имеет мраморный оттенок. Когда ребенок становится взрослее, он начинает отличаться от своих сверстников тем, что он хуже слушается родителей, безобразничает, норовит всегда оказаться там, где шумнее, ярче, веселее. А главное, он ведет себя одинаково во всех ситуациях: и дома, и в детском саду, и в совершенно незнакомых местах.

Как проявляется гипервозбудимость у дошкольников и как в школьном возрасте?

Справиться ни силой, ни уговорами с гипервозбудимым ребенком невозможно – ответом будет глухое упрямство, агрессия. Хотя агрессивные реакции у них скоротечны. Такие дети легко и охотно идут на контакт. Из игр предпочитают те, которые лишены сложных правил, не нужно много запоминать, а нужно больше и активнее двигаться. Гипервозбудимым школьникам свойственны повышенная двигательная активность, импульсивность, неустойчивость настроения и бурные, но очень быстро проходящие эмоциональные реакции, невнимательность, нарушения координации движений и неизменные затруднения в учебе.

В редкие минуты покоя ребенок ведет себя абсолютно адекватно. Зато все остальное время постоянно и двигается без особой цели, хватает и бросает предметы, раскачивает ногами, размахивает руками. Могут быть также тик, гримасничанье, дрожание пальцев рук, иногда дети начинают безостановочно болтать, причем содержание их речи, если у взрослых хватает сил прислушиваться, постоянно перескакивает с одного предмета на другой.

Какие особенности эмоций присущи таким детям?

Вроде все было нормально, и вдруг он уже обижен. А вслед за этим – неожиданная смена настроения на веселье со смехом и радостным визгом. Такие «выкрутасы» ведут к конфликтам в семье, да и в школе тоже.

Почему у таких детей часто бывают конфликты со сверстниками?

С их языков слетают всякие необдуманные и обидные слова – ребенок скажет, а потом только подумает. Получается, что они обижают других, сами не замечая этого.

Почему гиперактивные дети – плохие ученики?

Плохая успеваемость объясняется тем, что гиперактивному школьнику трудно организовать себя, поэтому он вечно что-то не успевает и отвлекается на постороннее. А учителя часто уверены, что ученик специально не слушает их объяснений – из вредности. Кроме того, у гиперактивного ученика со временем развиваются склонность к беспричинному беспокойству, повышенная утомляемость, а также расстройства сна, всевозможные невротические привычки вроде ковыряния пальцем в носу или обкусывания ногтей. Из-за нарушения координации ему трудно красиво выводить в тетради буквы. Все это и создает плохую репутацию в школе.

Как вести себя с гиперактивным ребенком дома?

Дома нужно создать спокойную атмосферу. Пусть дома будет тихо: никто не повышает голос, не включает громко телевизор и магнитофон, не хлопает дверьми. Когда школьник делает уроки, следует убрать подальше все, что отвлекает – игрушки, любимый велосипед, зеркало. В комнате, где живет ребенок, не должно быть ярких красок, лучше подобрать для обоев и мебели спокойные тона. Игрушки выбирайте «неагрессивные». Добейтесь, чтобы у школьника был строгий распорядок дня, и нельзя экономить на сне. Противопоказаны компьютерные игры.

Что требовать от школы, если ребенок – гиперактивный?

Если есть возможность выбирать для ребенка школу, отдайте предпочтение той, где в классе будет не больше пятнадцати учеников и где урок длится не более тридцати пяти минут, а каждый ученик будет сидеть за отдельной партой. Лучше, если в школе будет уделяться максимальное внимание занятиям физкультурой.

Как себя вести, если синдром гиперактивности заподозрен у младенца?

Гипервозбудимость у младенца отнюдь не всегда обязательно приводит впоследствии к развитию синдрома гиперактивности. Лечение следует начинать, если у ребенка явные трудности с послушанием, не складываются взаимоотношения с другими детьми, если он не понимает, что совершает опасные поступки. Методы лечения предельно разнообразны, однако начинать следует с психокоррекционных воздействий. Далее может быть подключена лекарственная терапия. Главное – обязательно проконсультироваться со специалистом, детским невропатологом или психиатором.

Как лечить гиперактивность?

Существует немало способов лечения таких детей с СДВГ, родители совместно со специалистами должны выбрать наиболее подходящий вариант для ребенка. Следует понимать, что для каждого маленького пациента такое лечение строго индивидуально.

Процесс лечения детей и подростков с СДВГ состоит из трех основных этапов:

- оценка исходного состояния. В процессе первичной оценки состояния врач определяет наиболее серьезные симптомы и степень выраженности всех нарушений.

- стратегия лечения. Врач разрабатывает тактику лечения на основе определения ведущих симптомов и выбирает оптимальные методы лечения.

- динамическая оценка выраженности симптомов и коррекция лечения. Важным принципом лечения СДВГ является контроль выраженности проявлений заболевания в разных сферах жизни (таких как обучение, взаимоотношения в семье, сверстниками) и разной обстановке (дома, в школе, местах досуга).

В настоящее время для лечения СДВГ применяется комплекс методов:

Модификация поведения (включая обучение и терапию) – методы, доступные для неспециалистов в области медицины.

Медикаментозное лечение – методы врачебной помощи.

Комбинированное лечение (медикаментозные и немедикаментозные методы) – требует объединения усилий врачей, медицинских психологов, психотерапевтов, членов семьи и учителей.

У большинства пациентов наилучшие результаты достигаются при комбинированном лечении. При этом базовым уровнем служит медикаментозное лечение, а психологическая, психотерапевтическая и педагогическая коррекция образуют последующие уровни, которые постепенно присоединяясь, дополняют базовую лекарственную терапию. В арсенале медиков сегодня есть современные лекарственные средства, которые стимулируют психическое развитие ребенка, оказывают благотворное влияние на его поведение и речевые функции. Но все-таки очень важна выработка правильного отношения к гипервозбудимому ребенку родителей и учителей. Оно обеспечит ему чувство душевного комфорта. Ни в коем случае нельзя делать из школьника изгоя детского коллектива.

Задания:

1. Отметьте для себя, наблюдаются ли такие симптомы СДВГ у вашего ребенка. Какие меры вы предпримите.
2. Считаете ли вы эту болезнь – болезнью 21 века? Если да, то с чем это связано?
3. Соответствуют ли условия в вашей школе для гиперактивного ребенка? Ваши предложения.