

# Гиперактивность как психологический диагноз

## ***Особенности гиперактивного ребенка***

Гиперактивный ребенок независимо от ситуации и в любых условиях; дома, в гостях, в кабинете врача, на улице будет вести себя одинаково: бегать, бесцельно двигаться, не задерживаясь надолго на любом, самом интересном предмете. И на него не подействуют ни бесконечные просьбы, ни уговоры, ни даже подкуп. Он просто не может остановиться.

Синдром дефицита внимания с гиперактивностью (СДВГ) это точное определение, характеризующее гиперактивного ребенка, появилось в 1987 г.

Проявление такого синдрома определяется тремя основными критериями (симптомокомплексами). Это невнимательность, гиперактивность и импульсивность.

**Понятие «невнимательность» в данном случае складывается из следующих признаков:**

- Обычно ребенок не способен удерживать внимание на деталях, из-за чего при выполнении любых заданий в детском саду допускает ошибки.
- Не в состоянии вслушиваться в обращенную к нему речь, из-за чего складывается впечатление, что он вообще игнорирует слова и замечания окружающих.
- Не умеет доводить выполняемую работу до конца. Часто кажется, что таким образом ребенок высказывает протест, потому что ему не нравится эта работа. Но дело в другом: ребенок просто не в состоянии усвоить правила работы, предлагаемые ему инструкцией, и придерживаться их.
- Ребенок испытывает огромные трудности в процессе организации собственной деятельности, избегает заданий, которые требуют длительного умственного напряжения.
- Он часто теряет свои вещи, предметы, необходимые в детском саду, никогда не может найти свою шапку, ручку, хотя предварительно мама все собрала и сложила в одном месте; легко отвлекается на посторонние стимулы, постоянно все забывает.

**Понятие «гиперактивность» включает в себя следующие признаки:**

- Ребенок суетлив, никогда не сидит спокойно; часто беспричинно двигает кистями рук, стопами, постоянно оборачивается; не в состоянии долго усидеть на месте, без разрешения вскакивает, ходит по группе и т.п.

- Двигательная активность ребенка, как правило, не имеет определенной цели: он бегает, крутится, карабкается, пытается куда-то залезть, хотя порой это бывает далеко не безопасно.

- Ребенок не может играть в тихие игры, отдыхать, сидеть тихо и спокойно, заниматься чем-то определенным, всегда нацелен на движение, часто бывает болтливым.

**Понятие «импульсивность» включает в себя следующие признаки:**

- Ребенок часто отвечает на вопросы, не задумываясь, не дослушав их до конца, порой просто выкрикивает ответы; с трудом дожидается своей очереди независимо от ситуации и обстановки, обычно мешает другим, вмешивается в разговоры, игры, пристает к окружающим.

Гиперактивные дети имеют также ряд особенностей эмоциональной сферы. Они не способны долго хранить обиду или вынашивать план мести, не склонны к запланированной, целенаправленной агрессии. Обиды они забывают быстро, вчерашний обидчик (или обиженный им) сегодня их лучший друг. Но в запале драки, когда окончательно отказывают и без того слабые механизмы торможения, такие дети могут быть безотчетно жестоки.

При общении с гиперактивными детьми надо учитывать, что все их чувства достаточно поверхностны, лишены объема и глубины. Поэтому если гиперактивный ребенок не корректирует свое поведение из-за недомогания матери, усталости отца или неприятностей, постигших приятеля, то он вовсе не бесчувственный эгоист. Скорее всего, он просто не заметил всего вышеперечисленного, потому что познание и оценка чувств и состояния окружающих людей сложная аналитическая работа, требующая концентрации внимания на них и большого напряжения.

Отношения со сверстниками у гиперактивных детей могут складываться по-разному, в зависимости от степени проявления синдрома. Почти всегда такие дети очень общительны, легко знакомятся как с ровесниками, так и со взрослыми. У гиперактивного дошкольника почти всегда много приятелей, однако, несмотря на общительность, ему редко удается выстроить длительные и глубокие дружеские отношения, потому что настоящая дружба требует «учета» чувств, мнений и настроений другого человека. А это ребенку дается с трудом, и, когда он подрастает, иногда начинаются жалобы: «А почему они со мной не играют?!».

Гиперактивный ребенок любит шумные, подвижные игры. Конечно, побегать любят все здоровые дети, но, подрастая, они все больше времени уделяют тихим, сложным, ролевым играм или играм «с правилами». Гиперактивный ребенок не любит (а иногда, в тяжелых случаях, попросту не может) играть в такие игры. Разумеется, вовсе не у каждого ребенка с диагнозом «гипердинамический синдром» имеются вышеперечисленные

особенности поведения. Все это может быть выражено слабее или сильнее, а что-то может вовсе отсутствовать.

## ***Каковы же причины гиперактивности детей?***

Наследственность. По данным некоторых специалистов, у 57% родителей, чьи дети страдают этим заболеванием, в детстве отмечались такие же симптомы. Ученые-генетики пытаются найти ответ на вопрос о том, какой ген несет ответственность за столь тяжелые испытания. По одной из теорий, считается, что гиперактивность связана с органическим поражением головного мозга, которое может возникнуть во время беременности, родов, а также в первые дни жизни ребенка.

Большую опасность в данном случае вызывает внутриутробная гипоксия (кислородное голодание плода), к которой особенно чувствителен развивающийся мозг. Замечено, что если ребенок в утробе ведет себя очень буйно, то это может быть признаком будущей гиперактивности, что и понятно: обычно будущие младенцы шумят, когда им не хватает кислорода. На языке медицины это называется «хроническая внутриутробная гипоксия».

При исследовании поведенческих проблем у дошкольников было выявлено, что среди девочек реже встречается «вечный двигатель», как правило, заболевание у них проявляется в виде нарушения внимания, поэтому они хуже учатся и с трудом контактируют в коллективе.

## ***Коррекция гиперактивности***

В домашней программе коррекции детей с синдромом дефицита внимания и гиперактивности должен преобладать поведенческий аспект:

### **1. Изменение поведения взрослого и его отношения к ребенку:**

- проявляйте достаточно твердости и последовательности в воспитании;
- контролируйте поведение ребенка, не навязывая ему жестких правил;
- не давайте ребенку категорических указаний, избегайте слов «нет», «нельзя»;
- стройте взаимоотношения с ребенком на взаимопонимании и доверии;

- реагируйте на действия ребенка неожиданным способом (*шутите, повторите действия ребенка, сфотографируйте его, оставьте в комнате одного и т. д.*);
- повторяйте свою просьбу одними и теми же словами много раз;
- не настаивайте на том, чтобы ребенок обязательно принес извинения за проступок;
- выслушайте то, что хочет сказать ребенок.

## **2. Изменение психологического микроклимата в семье:**

- уделяйте ребенку достаточно внимания;
- проводите досуг всей семьей;
- не допускайте ссор в присутствии ребенка.

## **3. Организация режима дня и места для занятий:**

- установите твердый распорядок дня для ребенка и всех членов семьи;
- чаще показывайте ребенку, как лучше выполнить задание, не отвлекаясь;
- снижайте влияние отвлекающих факторов во время выполнения ребенком задания;
- избегайте по возможности больших скоплений людей;
- помните, что переутомление способствует снижению самоконтроля и нарастанию гиперактивности.

## **4. Специальная поведенческая программа:**

- придумайте гибкую систему вознаграждений за хорошо выполненное задание и наказание за плохое поведение.
- не прибегайте к физическому наказанию
- чаще хвалите ребенка, т. к. он чувствителен к поощрениям
- составьте список обязанностей ребенка и постепенно расширяйте его, предварительно обсудив их с ребенком
- воспитывайте в детях навыки управления гневом и агрессией
- не старайтесь предотвратить последствия забывчивости ребенка
- не разрешайте откладывать выполнение заданий на другое время

Помните, что словесные убеждения, призывы, беседы редко оказываются результативными, т. к. гиперактивный ребенок еще не готов к такой форме работы.