

1.

#самоизоляция – не повод останавливать развитие!

Поговорим про внимание, а точнее... его отсутствие.

В настоящее время многие дети испытывают сложности в том, чтобы быть внимательными, у некоторых преобладает суетливость, «излишняя» активность, у других, наоборот, наблюдается очень быстрая утомляемость над уравниванием. Чаще всего эти особенности развития диагностируются в возрасте 5-6 лет, врачом-неврологом. До 6ти лет данный диагноз не ставится! Даже при наличии признаков, его неправомерно ставить раньше, ввиду возрастных особенностей развития детей. Развитие ребёнка – процесс неравномерный и скачкообразный, а значит, ребёнок может компенсировать недостатки развития внимания и произвольности и войти в возрастную норму.

МУ Центр «Доверие» предлагает дистанционные занятия и методическую копилку домашних занятий по развитию качеств внимания и произвольного поведения детей:

- ✓ для детей от 6 до 9 лет, которым поставлен диагноз «СДВГ» (синдром дефицита внимания и гиперактивности) или «ДВ без Г» (дефицит внимания без гиперактивности),
- ✓ для детей от 6 до 9 лет с возрастной нормой внимания и произвольности, родители которых заинтересованы в развитии своего ребёнка или хотят «качественней» подготовить ребёнка к школе (что особенно актуально в настоящее время, при #самоизоляции, в связи с обеднением опыта детей и взрослых).

Педагог-психолог высшей категории, к.псих.н., О.С. Ковальская

Информация по программе коррекции синдрома дефицита внимания и гиперактивности у детей 6 – 9 лет

Часть 1. Что такое Синдром Дефицита Внимания и Гиперактивности (здесь про СДВГ и «ДВ без Г» (дефицит внимания без гиперактивности)?)

Дефицит внимания - это неспособность удерживать внимание на чем-либо, что необходимо усвоить в течение определенного отрезка времени.

Гиперактивность - это чрезмерная активность, слабый контроль побуждений.

Нарушение внимания **может проявляться в виде:** отвлекаемости, рассеянности, гиперподвижности, инертности, сужения объёма внимания, неустойчивости внимания совместно со снижением способности к концентрации внимания.

СДВГ сопутствуют запаздывание процессов созревания высших психических функций и, как следствие, специфические **трудности обучения**. Соответствующая коррекционная работа может уменьшить вероятность перерастания неуспехов в обучении в хроническую неуспеваемость.

Проявления СДВГ с возрастом могут меняться. Если в раннем детстве отмечается незрелость двигательных и психических функций, то в подростковом возрасте проявляются нарушения адаптационных механизмов, что может стать причиной правонарушений. Известно, что у гиперактивных детей рано (чаще в подростковом возрасте) развивается тяга к алкоголю и наркотическим веществам. В связи с этим данная особенность развития представляет серьезную социальную проблему. Для профилактики подростковой преступности, алкоголизма, наркомании необходимо своевременно выявлять и корректировать развитие детей с СДВГ.

Педагог-психолог высшей категории, к.псих.н. О.С. Ковальская

3.

Информация по программе коррекции синдрома дефицита внимания и гиперактивности у детей 6 – 9 лет

Часть 2. Как определить, нужна ли помощь специалиста (для коррекции СДВГ)?

Сиротюк А.Л. предлагает следующие критерии (по международной классификации болезней DSM-IV).

Признаки дефицита внимания (должно наблюдаться от 6-ти признаков в течение минимум последних 6-ти месяцев, учитываются признаки, проявляющиеся значительно):

- ☞ Часто неспособен удерживать внимание на деталях; из-за небрежности, легкомыслия допускает ошибки в школьных заданиях и других видах деятельности.
- ☞ Обычно с трудом сохраняет внимание при выполнении заданий или во время игры.
- ☞ Часто складывается впечатление, что ребенок не слушает обращенную к нему речь.
- ☞ Часто оказывается не в состоянии придерживаться предлагаемых инструкций и справиться до конца с выполнением уроков или домашней работы (что никак не связано с негативным или протестным поведением, неспособностью понять задание).
- ☞ Часто испытывает сложности в организации самостоятельного выполнения заданий и других видов деятельности.
- ☞ Обычно избегает, выражает недовольство и сопротивляется выполнению заданий, которые требуют длительного сохранения внимания.
- ☞ Часто теряет вещи (например, игрушки, школьные принадлежности, карандаши, книги, рабочие инструменты).
- ☞ Легко отвлекается.
- ☞ Часто проявляет забывчивость в повседневных ситуациях.

Признаки гиперактивности и импульсивности (должно наблюдаться от 6-ти признаков в течение минимум последних 6-ти месяцев, учитываются признаки, проявляющиеся значительно):

- ☞ Часто наблюдаются беспокойные движения в кистях и стопах; сидя на стуле, крутится, вертится.
- ☞ Часто встает со своего места во время уроков или в других ситуациях, когда нужно оставаться на месте.
- ☞ Часто проявляет бесцельную двигательную активность: бегают, крутится, пытается куда-то залезть, причем в таких ситуациях, когда это неприемлемо.
- ☞ Обычно не может тихо, спокойно играть или заниматься чем-либо на досуге.
- ☞ Часто ведет себя так, «как будто к нему прикрепили мотор».
- ☞ Часто бывает болтливым.
- ☞ Часто отвечает на вопросы, не задумываясь, не выслушав их до конца.
- ☞ Обычно с трудом дожидается своей очереди в различных ситуациях.
- ☞ Часто мешает другим, пристает к окружающим (например, вмешивается в беседы или игры).






При этом некоторые симптомы импульсивности, гиперактивности и невнимательности начинают вызывать беспокойство окружающих в возрасте ребенка до 7 лет.

Проблемы, обусловленные вышеперечисленными симптомами, возникают в двух или более видах окружающей обстановки (например, в школе и дома).

Информация по программе коррекции синдрома дефицита внимания и гиперактивности у детей 6 – 9 лет

Часть 3.

1. Условия, соблюдение которых необходимо для компенсации СДВГ:

-  **обеспечение** родителями и учителями эмоционально-спокойного развития и обучения ребёнка;
-  **соблюдение** режима дня (в том числе режима труда), достаточное время для сна, прогулки на свежем воздухе, достаточная физическая активность;
-  **обучение с учетом** индивидуальных особенностей ребёнка (без интеллектуальных перегрузок);
-  **разработка индивидуальной помощи** ребёнку со стороны невролога (в том числе соответствующая медикаментозная поддержка), школьного психолога, педагога и родителей;
-  **своевременная** нейропсихологическая **коррекция** (в МУ Центр «Доверие» проводятся индивидуальные и групповые занятия по программе коррекции синдрома дефицита внимания и гиперактивности у детей 6 – 9 лет).

2. Критерии компенсации СДВГ (как понять, что происходит развитие внимания и саморегуляции).

- ✓ поведение ребёнка стало более уравновешенным, спокойным;
- ✓ ребёнок стал более внимательным;
- ✓ ребёнок чаще стал улавливать и отслеживать в информации существенное, отделять существенное от второстепенного;
- ✓ снизилась частота перепадов настроения;
- ✓ ребёнок может завершить начатое дело;

- ✓ ребёнок делает меньше ошибок при выполнении учебных заданий как в школе, там и дома;
- ✓ ребёнок стал меньше отвлекаться на второстепенные стимулы, когда чем-то занят (игрой, общением, деятельностью);
- ✓ ребёнок стал более собранным (и менее суетливым);
- ✓ ребёнок стал более самостоятельным (Вы стали реже напоминать ему о привычных и бытовых делах (собрать портфель, прибрать одежду, почистить зубы и др.))

Если внимательно присмотреться, понаблюдать, то можно заметить, что есть индивидуальные для каждой семьи критерии, по которым родители замечают положительные изменения в ребёнке.

Педагог-психолог высшей категории, к.псх.н. О.С. Ковальская