

Гиперактивный ребенок с синдромом дефицита внимания



«Гипер» - от греческого «Hyper» - над, сверху - указывает на **превышение нормы**

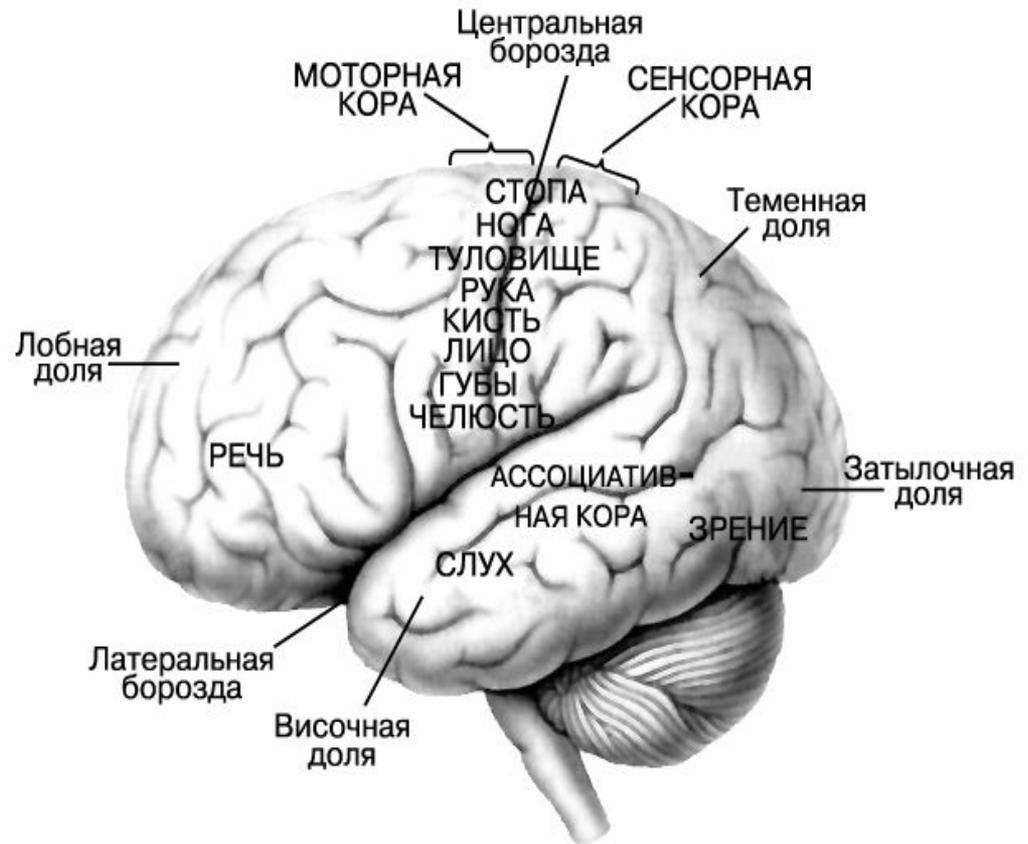
Гиперактивность – это не норма, но еще и не патология, это пограничное состояние между здоровьем и нездоровьем

Степени гиперактивности

- Физическая расторможенность
- Физическая расторможенность и импульсивность
- Физическая расторможенность, импульсивность и дефицит внимания + слабая воля



Психофизиологическая основа
гиперактивного поведения у детей
незрелость,
несовершенство,
нарушения или расстройства работы
мозга (по типу малых мозговых
дисфункций)



Причины незревания мозга

- ❑ **Наследственный фактор** (в 6 раз чаще у мальчиков, чем у девочек);
- ❑ **Психотравмы мамы в первый триместр беременности** (очень важна 5 неделя);
- ❑ **Употребление алкоголя, лекарственных препаратов и курение** (особенно в первый триместр беременности);
- ❑ **Частое УЗИ во время беременности** (ультразвук влияет на участки мозга – звук очень высокой силы, как 3 работающих самолета стоящие рядом). Дети рождаются с недостаточным слуховым развитием;
- ❑ **Рождение ребенка: кесарево сечение** (у 82% детей встречается гиперактивность, леворукость, настырное упрямое поведение)
- ❑ **Психотравма ребенка после рождения** – разлука с матерью (на первом месяце – на 3 дня, на первом году – неделя, с 1 года до 3 лет – более 70 дней);
- ❑ **Инфекции головного мозга.**

Признаки гиперактивного ребенка



- Высокая вертлявость: голова, туловище, особенно конечности (ходит и подпрыгивает, неадекватные взмахивающие движения до 3 лет)
- Сидит поджав ноги (на одной или двух). Ноги обездвижены, чтобы сосредоточиться
- Высокая болтливость (перескакивает с одной мысли на другую)
- Стремиться всегда быть первым (неадекватная бурная реакция)
- Не слышит обращённую к нему речь
- Постоянно теряет вещи (платки, носки, ручки и т.д.)



- Любит осваивать вертикальное пространство (сверху – вниз)
- Сезонная агрессивность (обострение ноябрь – октябрь, февраль – март)
- Очень редко бывает послушным. Складывается впечатление, что он специально нарушает дисциплину (от 5 до 7 лет склонен к воровству)
- Часто проявляет в поведении действия опасные для жизни
- Не завершает действия до конца

Признаки гиперактивного ребенка

- Очень нуждается в сладкой пище (если нет, то увеличивает агрессию)
- Кратковременное косоглазие и временное ослепление (это отдых мозга на 20-30 сек)
- опережает в развитии мышление, речь, восприятие. Отстает – внимание, воображение
- Любимый цвет – красный. Рисунок многопредметный, небрежный, незаконченный.
- У гиперактивного ребенка все 64 хромосомы активны



Психофизиологический механизм гиперактивности ребенка максимально приближен к состоянию стресса (нарушение мешполушарного взаимодействия)

Стресс:

- Тормозит развитие мозга ребенка;
- Нервная активность сосредотачивается в основном в симпатической нервной системе, правом полушарии и стволе мозга. Остальные области мозга, особенно левого полушария, могут быть частично заблокированы;
- Выделяются особые химические вещества (энкефалины), которые разрушают клетки мозга, особенно лимбической системы, непосредственно участвующей в обучении и запоминании;
- Адреналин активизирует организм на борьбу и бегство, что проявляется в гиперактивности и неусидчивости детей;
- Рефлекс периферического зрения (внешние мышцы глаз становятся сильнее, а внутренние слабеют и растягиваются). Слежение за пальцем глазами происходит скачками и вызывает боль. Такой ребенок будет испытывать трудности во время чтения и понимания прочитанного
- Рефлекс защиты ахиллова сухожилия (сокращение икроножной и камбаловидной мышц, вынуждая человека «ходить на полусогнутых»)
- Это переносит центр тяжести тела на носки и напрягает спину и шею (желание постоянно двигаться, ерзать, заминание ног и рук).



Одним из основных условий для
успешной элиминации
стрессового состояния является
развитие мозолистого тела,
укрепляющего и объединяющего
головной мозг

Как помочь гиперактивному ребенку

- Снижение агрессивности: упражнения растяжки, гимнастика, плавание (т.к. преобладает сила мышц – сгибателей)
- Глазодвигательные упражнения
- Дыхательные упражнения – вдох в 3 раза длиннее чем выдох
- Работа над саморегуляцией (успокаивающие и возбуждающие упражнения)
- Массаж и самомассаж
- Слушание спокойной классической музыки (релаксация)
- Регуляция ритма
- Развитие мелкой моторики рук
- Научить удерживать цель – метод синестезии или функциональные упражнения (нарисуй смех мамы, хруст соленого огурца и т.д.)

Литература

