



«ТРУДНЫЕ ДЕТИ»,
НО
КТО ОНИ
«ТРУДНЫЕ ДЕТИ»?





- Вашему ребенку трудно спокойно сидеть или концентрировать внимание?
- Ребенку с СДВГ трудно долго оставаться сосредоточенным (дефицит внимания).
- Сложно, контролировать свои побуждения (гиперактивность).
- Ребенок, у которого есть одна из этих проблем или обе, ежедневно борется с ними и старается хорошо себя вести.
- В СДВГ нет ничьей вины. Но если оставить все как есть, СДВГ может понизить его самооценку и ограничить его успехи. Воспитывать ребенка с СДВГ нелегко, ВАС может сердить и расстраивать поведение и плохая учеба вашего ребенка.
- У ВАС может сложиться впечатление, что ВЫ-плохой родитель. Эти чувства вполне понятны, но не оправданы.
- СДВГ- это заболевание и оно не следствие плохого воспитания.
- СДВГ можно эффективно лечить и понимая состояние вашего ребенка, вы можете помочь ему.



ЧАСТО ЛИ ВСТРЕЧАЕТСЯ СДВГ?



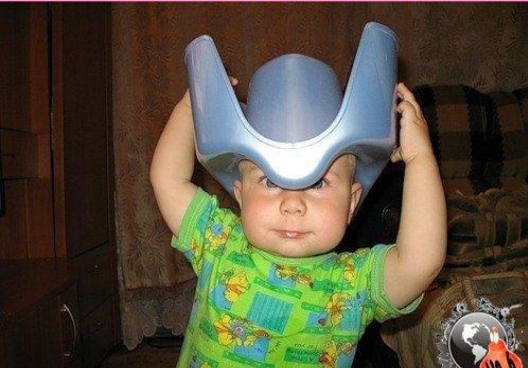
По данным психиатрической ассоциации СДВГ является распространенным расстройством, которое встречается примерно у 3 -7 % детей школьного возраста.



ЧТО ТАКОЕ СДВГ У ДЕТЕЙ

(СИНДРОМ ДЕФИЦИТА ВНИМАНИЯ С ГИПЕРАКТИВНОСТЬЮ)

- ✓ Дети с СДВГ испытывают трудности в концентрации внимания и в связи с этим не всегда могут справиться с учебными заданиями.
- ✓ Они делают ошибки по невнимательности, не обращают внимания и не слушают объяснения, иногда они могут проявлять чрезмерную подвижность, вертеться, вставать, совершать много ненужных движений, вместо того, чтобы сидеть спокойно и сосредоточиться на учебе или других занятиях.
- ✓ Такое поведение бывает неприемлемым в классе и создает проблемы, как в школе, так и дома.
- ✓ Такие дети обычно имеют низкую успеваемость и часто считаются озорными, непослушными, терроризирующими семью и сверстников в школе.
- ✓ При этом они сами страдают от низкой самооценки, им трудно заводить друзей и дружить с другими детьми.



На самом деле, причиной вышеуказанного поведения является **недостаток определенных веществ биологических активных веществ (ДОФАМИНА И НОРАДРЕНАЛИНА)** в некоторых отделах головного мозга.



Что происходит в мозгу?

Мозг контролирует тело, мысли и чувства.
Он делает это при помощи нейромедиаторов.

Эти химические вещества помогают мозгу посылать и
получать сигналы.

При СДВГ уровень этих веществ часто меняется.
Это приводит к тому, что симптомы СДВГ
то появляются, то исчезают.



Когда сигналы не получены?

При СДВГ в определенных частях мозга может не хватать некоторых химических веществ. Поэтому некоторые сигналы не передаются нервными клетками. Сигналы, которые "говорят" человеку контролировать поведение или концентрировать внимание, не проходят. В результате могут появиться характерные для СДВГ симптомы.

При **низком уровне** химических веществ в мозгу сигналы **не могут преодолеть** расстояние между нервными клетками.

При **нормальном уровне** химических веществ в мозгу сигналы **могут преодолеть** расстояние между нервными клетками.



Влияние на функции мозга

Каждая часть мозга контролирует определенные поведенческие и мыслительные процессы.

В зависимости от того, какой участок мозга затронут, у ребенка может проявляться больше признаков дефицита внимания или гиперактивности.



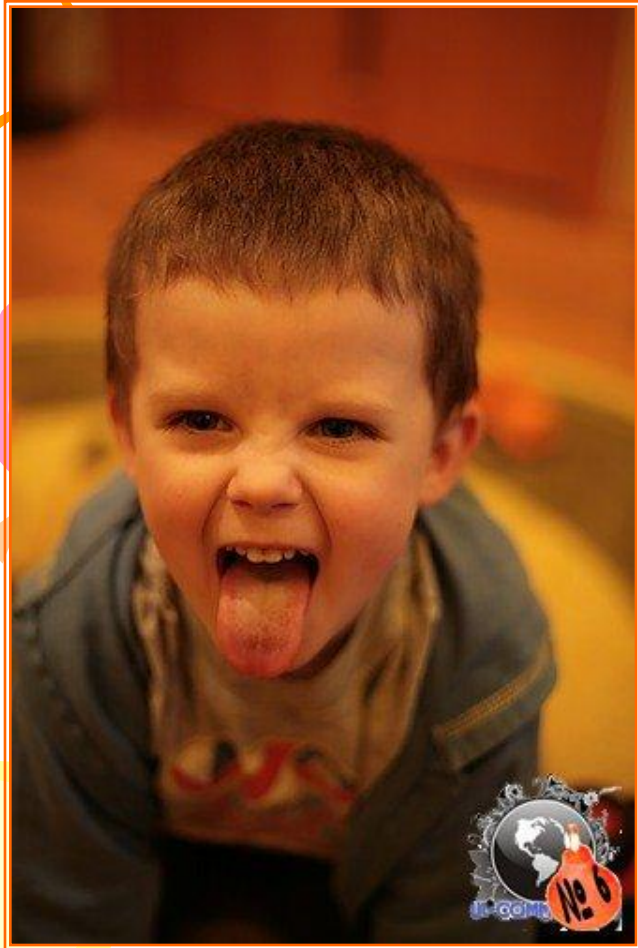
ОСОБЕННОСТИ ПОВЕДЕНИЯ ДЕТЕЙ С СДВГ, ОТ ПОВЕДЕНИЯ ДРУГИХ ДЕТЕЙ:

3 категории.

1. СИМТОМЫ НЕВНИМАТЕЛЬНОСТИ:

Такие дети легко отвлекаются, забывчивы, с трудом сосредотачивают свое внимание, у них возникают проблемы с выполнением заданий, организацией и соблюдением инструкций. Складывается впечатление, что они не слушают, когда им что-то говорят, они часто делают ошибки из-за невнимательности, теряют школьные принадлежности и прочие вещи.





2. СИМТОМЫ ГИПЕРАКТИВНОСТИ:

Дети кажутся нетерпеливыми
избыточно общительными,
суетливыми, не могут долго усидеть на
месте в классе, они стремятся
сорваться с места в самое
неподходящее время. Говоря образно,
они все время в движении.

3. СИМТОМЫ ИМПУЛЬСИВНОСТИ:

Очень часто на занятиях дети с СДВГ выкрикивают ответы до того как учитель закончит свой вопрос, постоянно перебивают когда говорят другие, им трудно дождаться своей очереди.

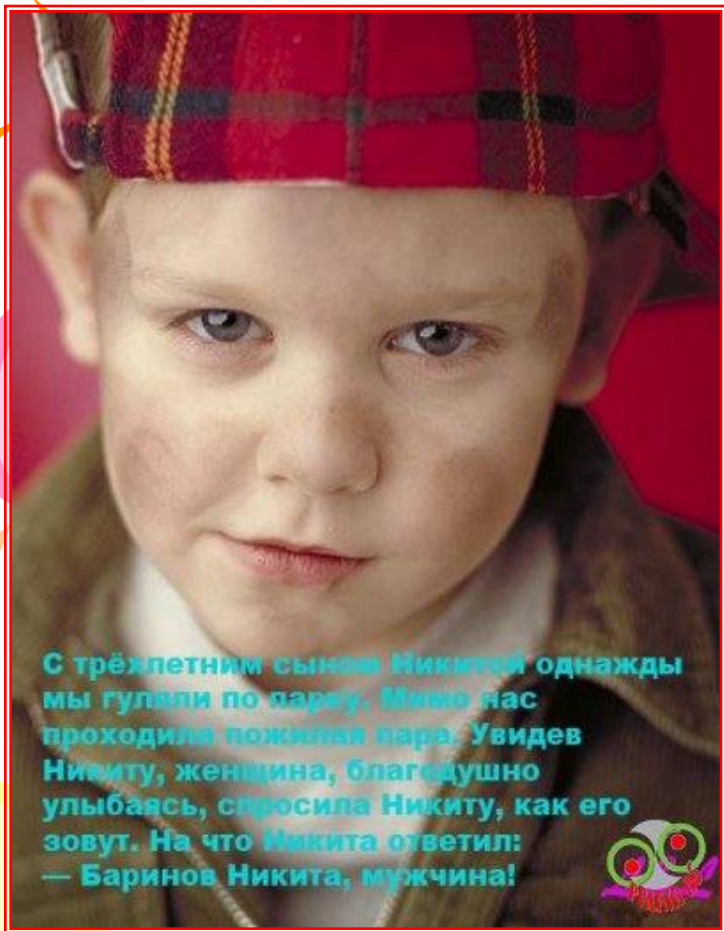


© brenda acuncius photography

BUGAGA

№ 6

КАК ВЫЯВЛЯЮТ СДВГ



С трёхлетним сыном Никитой однажды мы гуляли по парку. Мимо нас проходила пожилая пара. Увидев Никиту, женщина, благодушно улыбаясь, спросила Никиту, как его зовут. На что Никита ответил: — Баринов Никита, мужчина!

Все дети могут быть и невнимательными или гиперактивным, но что отличает детей с СДВГ?

СДВГ выявляется, если поведение ребенка отличается от поведения других детей того же возраста и уровня развития, в течение достаточно длительного времени и как минимум 6 месяцев.



ПРИЧИНЫ СДВГ

Симптомы СДВГ могут быть обусловлены комплексом факторов.

СДВГ имеет тенденцию передаваться по наследству.

Есть основания предполагать, что употребление алкоголя и курение во время беременности, преждевременные роды, недоношенность, могут увеличивать вероятность развития у ребенка СДВГ.

Травмы головного мозга и инфекционные заболевания мозга в раннем детстве создают предрасположенность к развитию СДВГ.



Любой ребенок может испытывать депрессию, страхи или учебные трудности.

Депрессия

Ребенок, страдающий депрессией, большую часть времени грустит. У него может быть низкая самооценка, и он может проявлять мало интереса к жизни.

Страхи

Это нормально, если ребенок чего-то боится. Но чрезмерный страх может сделать ребенка пугливым и ранимым. Его могут преследовать тревожные мысли. Депрессия и страхи ребенка могут быть связаны с СДВГ, а могут быть вызваны другими причинами.



ПРОХОДИТ ЛИ СДВГ СО ТЕЧЕНИЕМ ВРЕМЕНИ?

СДВГ в юношеском возрасте, может проявляться отсутствием рационального планирования своего времени, плохой памятью, низкой академической успеваемостью и как следствие, низким уровнем достижений в профессиональной сфере.

**Я ОЧЕНЬ УСТАЮ от того КАК ВЕДЕТ
СЕБЯ МОЙ РЕБЕНОК.**

Это МОЯ ВИНА,

Поведение ребенка при СДВГ может быть крайне невыносимым, оно часто заставляет родителей испытывать вину и стыд.

Наличие у ребенка СДВГ не означает, что ВЫ его плохо воспитали. СДВГ - это заболевание, требующее надлежащей диагностики и правильного лечения.

КАК ЛЕЧИТЬ СДВГ?

Наиболее оптимальным является комбинированное лечение, заключающее в сочетании лекарственной терапии и психологической коррекции.

Медикаментозное лечение. Лекарства часто помогают управлять уровнем химических веществ в мозгу ребенка с СДВГ. Некоторые лекарства помогают такому ребенку оставаться сосредоточенным.





ЧТО МОГУТ СДЕЛАТЬ РОДИТЕЛИ?

Если вашему ребенку назначат лекарства, вам необходимо: Знать о лекарствах, которые принимает ваш ребенок.

Следите за любыми побочными эффектами.
Скажите врачу обо всем, что вы замечаете

Что может сделать ребенок !

Вот несколько советов ребенку:

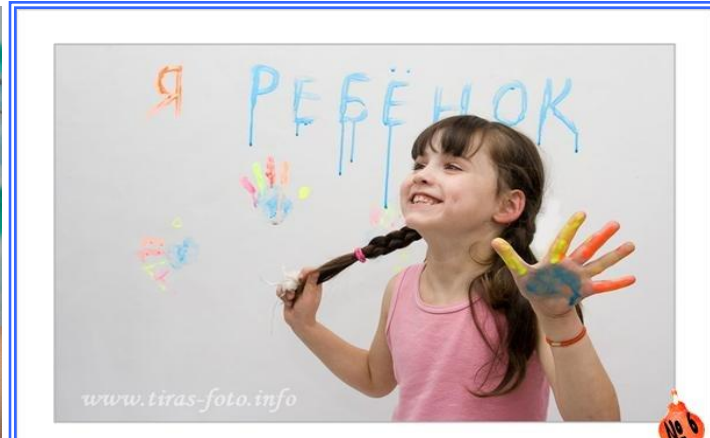
- ✓ Что ты чувствуешь после приема лекарства?
- ✓ Расскажи о своих ощущениях родителям и врачу. Вот лекарство – таблетка.
- ✓ Если ты не можешь проглотить целую таблетку, спроси у родителей, как облегчить тебе прием лекарства.
- ✓ Знай, когда тебе надо принимать таблетку.
- ✓ Напоминай об этом своим родителям. Если кто-то дразнит тебя за то, что принимаешь лекарство, расскажи родителям или учителю.
Они могут помочь тебе в том, что сказать этому человеку.



У МОЕГО РЕБЕНКА ДИАГНОЗ СДВГ! ЧЕМ Я МОГУ ПОМОЧЬ СВОЕМУ РЕБЕНКУ, ЕСЛИ ОН СТРАДАЕТ СДВГ?

Вооружитесь знаниями и правильным пониманием СДВГ.

Существует достаточно много источников, из которых Вы можете почерпнуть полезную информацию. **Образование** – первый шаг Изучение СДВГ. Вы можете начать с того, что поверите в то, что ваш ребенок не ленив или глуп.



КАК ВЕСТИ СЕБЯ ДОМА, ЕСЛИ У МОЕГО РЕБЕНКА СДВГ.



1. ВЫРАБАТЫВАЙТЕ ПОЗИТИВНОЕ ОТНОШЕНИЕ.

Дети с СДВГ болезненно реагируют на критику, вместо того чтобы критиковать поведение или говорить ребенку, что он не должен делать, обратите свои замечания в более позитивную сторону и скажите ребенку, что ЕМУ СЛЕДУЕТ ДЕЛАТЬ.

2. НЕ СКУПИТЕСЬ НА ПОХВАЛУ.

Дети расцветают, когда их хвалят. Помогите своему ребенку не волноваться.

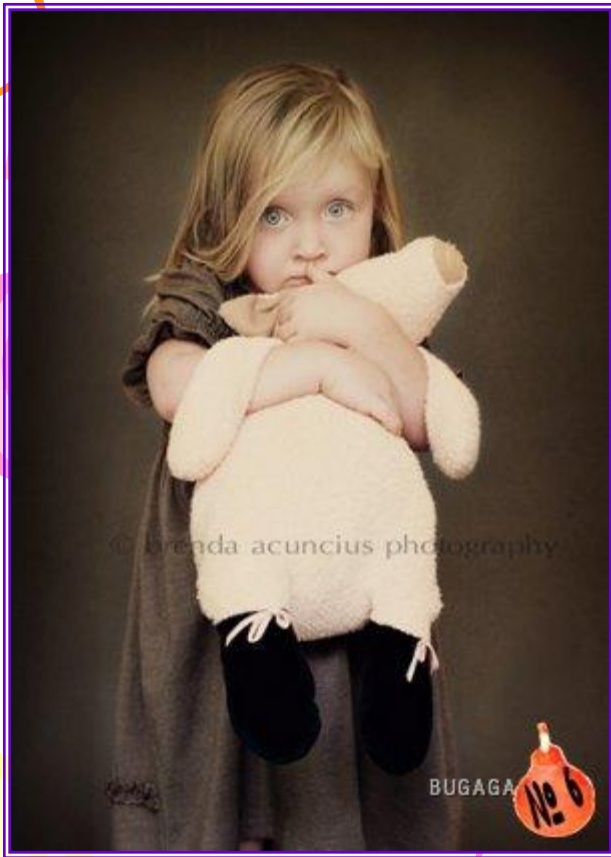
3. СОСТАВЬТЕ ДЛЯ РЕБЕНКА ПРОСТЫЕ И ЯСНЫЕ ПРАВИЛА.

Детям нужен определенный распорядок. Помогите ребенку не откладывать дела, которые обязательно надо сделать. Учите ребенка планировать свой день.



4. БОЛЬШЕ ОБЩАЙТЕСЬ.

Разговаривайте со своим ребенком, обсуждайте с ним разные темы.



**5. ОГРАНИЧИВАТЕ КОЛИЧЕСТВО
ОТВЛЕКАЮЩИХ ФАКТОРОВ И
КОНТРОЛИРУТЕ РАБОТУ РЕБЕНКА.**

**6. ПРАВИЛЬНО РЕАГИРУЙТЕ НА
НЕПРАВИЛЬНОЕ ПОВЕДЕНИЕ.**

ОТДЫХАЙТЕ САМИ!!!!!!!



**ЕСЛИ ВЫ ЧУВСТВУЕТЕ, ЧТО НЕ СПРАВЛЯЕТЕСЬ,
ПОГОВОРИТЕ СО СПЕЦИАЛИСТОМ.**

СДВГ – это семейная история

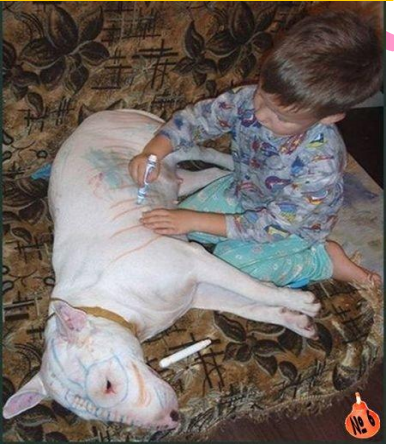
✓ Если у вас есть ребенок с СДВГ, вы можете чувствовать вину, тревогу и усталость. Старайтесь больше отдыхать

✓ Вы и ваш супруг.
Легко обвинять друг друга. Найти решения нелегко, но пытайтесь ежедневно разговаривать.

✓ Приложите все усилия, чтобы проводить время с другими вашими детьми.

✓ Профессиональные консультации могут помочь вам управлять своим психологическим состоянием. Они помогут укрепить ваш брак и решать семейные конфликты.

✓ Есть перспектива в будущем по мере взросления вашего ребенка симптомы СДВГ у него, вероятно, изменятся. Есть много счастливых и преуспевающих взрослых с СДВГ





Учеба с СДВГ

За редким исключением, умственные способности ребенка с СДВГ не нарушены. Чтобы облегчить ему учебу, действуйте заодно с его учителем. Создайте для ребенка дома аккуратное и спокойное рабочее место.

Изменение поведения

Ребенок с СДВГ часто плохо себя ведет и не обращает внимания на окружающих. Но вы можете показать вашему ребенку иные способы реакции на происходящее. Этот процесс требует времени и тренировки. Здесь могут помочь занятия с психологом.



Закрепление успеха

Положительная обратная реакция помогает закрепить позитивное поведение.

Учите ребенка навыкам самоконтроля после того, как он принял лекарство. Старайтесь придерживаться заведенного порядка.

Готовьте вашего ребенка к любому изменению в этом порядке.

Помогайте ребенку оставаться сосредоточенным.

