Автор: admin
12.03.2011 16:02 - Обновлено 01.11.2014 07:57

У ребенка дефицит внимания: как быть?

Сейчас начали все чаще ставить такой диагноз, и первое, о чем бы я попросила родителей – не спешить соглашаться. Как раз прошлым летом занималась с мальчиком, у которого два специалиста подряд зафиксировали ЭТО, а я месяц искала и не нашла. Другое заблуждение состоит в том, что, раз дефицит внимания, то обязательно присутствует гиперактивность.

А это совсем не так, и чаще у девочек, чем у мальчиков. Ты говоришь, а она не слышит… Заметьте, прошу, самые опытные специалисты до сих пор не решили, что это: болезнь или дар, поскольку деточка может находиться в своем мире и решать внутренние важные задачи. Или испытывать скуку в связи с особой одаренностью и, не имея возможности реализовать ее, находиться в стрессовом состоянии, вызванном семейными обстоятельствами: болезнью близких, потерей родителей и др.

Поэтому для постановки диагноза требуется полгода обязательного медицинского наблюдения. По мнению ряда авторитетных специалистов, оно должно производиться на основе клинического осмотра ребенка педиатром и невропатологом с обязательным присутствием психолога.

При этом считается необходимым исследовать вербальный и невербальный интеллект маленького пациента, чтобы оценить специфические индивидуальные качества каждого отдельного ребенка, видеомоторную координацию, способности, уровень эмоционального развития, состояние мозга, центральной нервной системы и т.д.

Кроме того, нужно учитывать мнение психологов, которые считают, что и здоровые дети могут проявлять признаки дефицита внимания. Они вообще различают понятия «внимание» и «внимательность». Внимание – это не что иное, как сосредоточенность психики человека (да и всех высших позвоночных животных), направленная на конкретный предмет, который значим «здесь и сейчас». Оно существует в трех видах:

1 – непроизвольное, возникающее непреднамеренно как ориентировочная реакция, присущее всем людям и преобладающее у детей до пяти – семи лет;

2 – произвольное, наоборот, требует целенаправленных волевых усилий. И складывается из объема, распределенности и устойчивости внимания, его переключаемости, наличия внутреннего плана действий;

3 – постпроизвольное, сдвигающее мотивацию на цель и обеспечивающее изменение действий без значительных волевых усилий.

Предыстория появления термина «дефицит внимания» довольно любопытна, хотя проблема была зафиксирована более 100 лет назад и формулировалась в разное время как «гиперкинетический хронический мозговой синдром», «минимальное повреждение (дисфункция) мозга», «легкая детская энцефалопатия». Совершенно прав был Б.Д. Шмидт, выступивший в 1975 г. против этого на том основании, что для родителей он просто убийственен. Но термин «дефицит внимания» появился лишь через пять лет в США.

Внимательность же – сложившееся качество личности. Но как его формировать? Во всяком случае, никак не окриками типа «Не отвлекайся!», «Куда уставился!» и т.д. А вот возбуждение интереса к предложенной деятельности (не доводя ребенка до переутомления, разумеется), а также тонкими подсказками вроде: «Давай, только ты закончишь раскрашивать в альбоме листики на дереве, мы с тобой поиграем в интересную игру»; «Посмотри, тебе осталось написать совсем немного»! И т.п. Только непременно все высказывания должны быть в доброжелательной форме.

Хороши также словесные игры, начиная с тех, что попроще («Если отбросить первую букву в слове «спорт», что получится»?), постепенно усложняя такими, где потребуется поменять сначала одну, а потом две буквы в слове, чтобы получить другое – из кошки мышку и др. Речевые упражнения хорошо дополнять внесением двигательных элементов. Так, можно предложить, слушая разные цифры, называемые кем-то из старших, хлопать в ладоши или подпрыгивать, когда прозвучит: «Пять».

Про игру «Да» и «нет» не говорить, белое и черное не называть всем хорошо известно, так что достаточно о ней напомнить как об инструменте развития внимания. Игра «Что изменилось?» тоже довольно популярна: на стол выкладываются 3 – 7 предметов (из игрушек, потом посуды или цветных карточек с изображением животных, растений и

т.д.), ребенку предлагается их запомнить, а потом отвернуться (или выйти из комнаты, как удобнее) и спросить, какой вещи не стало. Вариант: предметы меняются местами, тогда и вопрос звучит иначе.

Из самых известных игровых упражнений для развития внимания стоит назвать «Съедобное – несъедобное»: когда водящий бросает мяч игроку, называя любую вещь, а тот его ловит, то в том случае она съедобна. Только заметила, что малышам больше нравится, когда они садятся на пол, а мяч катается. Можно, кстати, и без ведущего обойтись: если участник не ошибся в выборе, он получает право назвать следующий предмет.

* * *

В общем, игровая база обширна, и требуется лишь внимательность самих взрослых для кропотливых и продуманных действий по развитию детского внимания. А каков же прогноз, когда дефицит внимания все же действительно имеет место?

1. Симптомы могут исчезнуть без последствий и, став подростком, человек» перерастает свою проблему;
2. Симптомы могут остаться, но при этом нет признаков развития психопатологии (примерно 50 процентов);
3. Развиваются тяжелые осложнения во взрослом возрасте, включая личностные или антисоциальные изменения, алкоголизм и т.д. В этом случае человека могут преследовать несчастные случаи, разводы, смены места работы и т.д. И такой прогноз случается в случае сочетания дефицита внимания с гиперактивностью.

Автор - **Валентина Пономарева**

Источник