СВДГ: 8 мифов и заблуждений

Вы знаете, что такое СДВГ? Давайте обсудим это в комментариях, мне важно знать ваши мысли по этому поводу.

Часть 1

Вокруг СДВГ (синдрома дефицита внимания и гиперактивности) и его причин, диагностики и лечения существует множество заблуждений. Давайте в них разбираться.

1. «Мой дошкольник ещё слишком мал, чтобы иметь СДВГ»

Многие родители думают, что СДВГ – проблема исключительно детей школьного возраста. Но на самом деле симптомы СДВГ могут проявляться (и его можно диагностировать) у детей дошкольного возраста. Но в то же время даже врачам может быть затруднительно отличить нормальное поведение маленького ребёнка от признаков СДВГ. Импульсивность, возбудимость, гиперактивность могут быть как нормой, так и симптомом. Для постановки диагноза педиатры оценивают выраженность этих симптомов. Синдром дефицита внимания и гиперактивность – такой диагноз ставится, когда его проявления значительно мешают жизни, самооценки и развитию ребёнка в целом.

2. «Он просто ленивый»

Так часто говорят про детей, которые борются с СДВГ. Ребёнок, которому невероятно трудно высидеть до конца урока или длительное время корпеть над написанием длинного эссе, может показаться ленивым или недостаточно мотивированным. Но это не так, всё это является действительно реальной проблемой. Все дети хотят добиться успеха и получить похвалу за хорошую работу.

3. «Он – сущее наказание, а она мечтательница, и это нормально. Они просто не позволяют детям быть детьми»

Всем известно, что дети импульсивны, активны, не всегда внимательны, порой даже слишком. У детей с СДВГ это проявляется в разы сильнее, что может быть очень трудным для их родителей и учителей. Их гиперактивность или невнимательность – это реальная проблема. Проявления СДВГ по-настоящему мешают их успеваемости в школе, таким детям трудно следовать правилам, заведённым в семье, им трудно поддерживать дружеские отношения, позитивно взаимодействовать с членами семьи, избегать травм и так далее.

4. «Лечение способно навсегда излечить СДВГ. Цель – как можно быстрее «уйти» с лекарств»

Синдром дефицита внимания и гиперактивности – хроническое состояние, которое чаще всего никуда не уходит, но меняют свою форму. Многие старшие подростки и взрослые с СДВГ могут организовать свою жизнь и используют методы, позволяющие отказаться от лекарств, однако часто продолжают использовать различные техники лечения и поддержки на протяжении всей жизни. Истинная цель – научиться жить и функционировать: в детстве, в подростковом возрасте и во взрослой жизни.

Часть 2

5. «А на видео-играх он может фокусироваться часами. Нет у него никакого СДВГ!»

По большей части СДВГ создаёт трудности с задачами, требующими концентрации длительный период времени, а не с деятельностью, которая является интересной или стимулирующей. Поэтому школьные уроки детям с СДВГ даются трудней, нежели увлекательные видео-игры. Часто диагноз СДВГ ставят именно в школьные годы, так как симптомы ярче проявляют себя в ежедневной школьной рутине. Проблемы с обучением, конечно, могут быть связаны и с самой школой, но нередко это всё же проявления СДВГ. Другие проблемы у ребёнка с СДВГ могут быть связаны с социальным взаимодействием, с постоянством обмена социальной и эмоциональной информацией, занятиями спортом, где требуется длительная концентрация, дополнительными занятиям, где нужно долгое время сидеть, слушать или долго ждать своей очереди.

6. «Причина СДВГ – нехватка дисциплины в семье»

Нет, это не так. Поведение детей с СДВГ может бросить вызов самым «правильным» родителям. Однако непоследовательное установление ограничений и прочие неэффективные методики могут только усилить проявления СДВГ. Вы можете поискать эффективные родительские техники, которые могут помочь детям справиться с их проблемой.

7. «Если после тщательной диагностики ребёнку не ставят диагноз СДВГ, то ему не нужна помощь»

Синдром дефицита внимания и гиперактивности диагностируется по совокупности признаков. Это означает, что ребёнок может выражать ряд признаков СДВГ, но недостаточный для того, чтобы поставить диагноз СДВГ. Но это не значит, что ребёнку не нужна помощь с теми проблемами, которые имеются. Семье или ребёнку, который не подходит под критерии СДВГ, но имеет схожие проблемы, следует получить рекомендации профессионалов касательного нормального развития детей и их поведения, управления поведением дома, в школе, развития социальных навыков, помощи в организации домашней работы, в организации и планировании.

8. «Дети с СДВГ перерастут это состояние»

Многие родители, да и врачи думают, что дети с СДВГ, когда станут подростками и взрослыми людьми, просто перерастут это состояние. Но последние исследования показывают, что в 85% случаев проявления СДВГ так и остаются с человеком на протяжении всей его жизни. Некоторым взрослым с СДВГ до конца жизни требуется приём лекарств. У других наступает улучшение и они могут отказаться от медикаментов. Но, несмотря на это, они могут вносить корректировки в свою жизнь, использовать методики помощи и свои сильные стороны и вести продуктивную взрослую жизнь, даже если проявления СДВГ всё ещё сохраняются.

Добавлю ссылку на текст Елисея Осина про СДВГ <https://clck.ru/HNaRj> и ссылку на видео-семинар <https://clck.ru/HNaWi> Если ваш ребёнок очень активный, непоседа, “ураганчик”, у него трудности с усидчивостью - вам стоит познакомиться с этими материалами.

Источник:

<https://clck.ru/GRvdy>

Конспект

Часть 1

1

1. «Мой дошкольник ещё слишком мал, чтобы иметь СДВГ»

На самом деле симптомы СДВГ могут проявляться у детей дошкольного возраста. Но в то же время даже врачам может быть затруднительно отличить нормальное поведение маленького ребёнка от признаков СДВГ.

2

2. «Он просто ленивый»

это не так, СДВГ действительно реальная проблема. Все дети хотят добиться успеха и получить похвалу за хорошую работу.

3

3. «Он – сущее наказание, а она мечтательница, и это нормально. Они просто не позволяют детям быть детьми»

У детей с СДВГ это проявляется в разы сильнее, что может быть очень трудным для их родителей и учителей. Их гиперактивность или невнимательность – это реальная проблема.

4

4. «Лечение способно навсегда излечить СДВГ. Цель – как можно быстрее «уйти» с лекарств»

Синдром дефицита внимания и гиперактивности – хроническое состояние, которое чаще всего никуда не уходит, но меняют свою форму.

Истинная цель – научится жить и функционировать: в детстве, в подростковом возрасте и во взрослой жизни.

Часть 2

1

5. «А на видео-играх он может фокусироваться часами. Нет у него никакого СДВГ!»

СДВГ создаёт трудности с задачами, требующими длительной концентрации, а не с деятельностью, которая является интересной/стимулирующей. Другие проблемы связаны с социальным взаимодействием, с постоянством обмена социальной и эмоциональной информацией, занятиями спортом, где требуется длительная концентрация, дополнительными занятиям, где нужно долгое время сидеть, слушать или долго ждать своей очереди.

2

6. «Причина СДВГ – нехватка дисциплины в семье»

Нет, это не так. Поведение детей с СДВГ может бросить вызов самым «правильным» родителям. Однако непоследовательное установление ограничений и прочие неэффективные методики могут только усилить проявления СДВГ.

3

7. «Если после тщательной диагностики ребёнку не ставят диагноз СДВГ, то ему не нужна помощь»

СДВГ диагностируется по совокупности признаков. Это означает, что ребёнок может выражать ряд признаков СДВГ, но недостаточный для того, чтобы поставить диагноз СДВГ. Но это не значит, что ребёнку не нужна помощь с теми проблемами, которые имеются.

4

8. «Дети с СДВГ перерастут это состояние»

Последние исследования показывают, что в 85% случаев проявления СДВГ так и остаются с человеком на протяжении всей его жизни. Но взрослые могут вносить корректировки в свою жизнь, использовать методики помощи и свои сильные стороны и вести продуктивную взрослую жизнь, даже если проявления СДВГ всё ещё сохраняются.