

Психотерапия помогает ребёнку сформировать позитивную самооценку и улучшает управляемость среди сверстников и в разных жизненных ситуациях.

В лечении РГДВ используются лекарства, у которых психостимулирующее действие – это помогает укрепить процессы мозгового торможения, при этом улучшается способность сконцентрироваться, уменьшается импульсивность и ребёнок может лучше управлять своим поведением. При отсутствии лечения, у ребёнка могут развиваться эмоциональные и поведенческие расстройства, и социальные проблемы.

Для родителей и педагогов созданы группы поддержки, которые помогают понять РГДВ и справиться с проблемами ребёнка. Группы поддержки работают в Таллинне, Тарту, Пярну и Вильянди.

Помощь могут оказать:

- Детский психиатр – консультация, совет, семейная терапия, если нужно, то медикаментозное лечение.
- Детский психолог – психологический совет психотерапевта, семейная терапия.
- Педагог – помогает справиться с проблемами в учёбе.

**Полезная информация:**

SA Eesti Lastefond - tel: 6411 188 [lastefond@elf.ee](mailto:lastefond@elf.ee)  
<http://www.elf.ee>  
[www.info-adhs.de/adhs-was-ist-das.html](http://www.info-adhs.de/adhs-was-ist-das.html)

**Используемая литература:**

- C. Neuhaus "Hüperaktiivne laps" (2001)  
M. Roomeldi, L. Haldre, A. Susi jt. "Hüperaktiivne laps" (2002)  
F. Almquist, H. Ebeling jt. "Laste- ja noorukite psühhiaatria" (2006)  
A. Nõmme "Hüpi lasteaias" (2005)  
M. Lina "Minu armas hüpi" (2007)

Составитель: детский психиатр Айме Меос  
Перевод: Галина Треймут

## Дефицит внимания и гиперактивность

Расстройство в виде гиперактивности с дефицитом внимания (РГДВ) – одно из самых частых психических нарушений в детском и подростковом возрасте, типичные признаки которого встречаются у 3-10% школьников, у мальчиков в 3 раза чаще, чем у девочек. РГДВ – способность удерживать внимание лишь на короткий период из-за невозможности сосредоточиться, непоседливость и импульсивность.

#### В связи с дефицитом внимания:

- ребёнок сосредотачивается на занятие кратковременно;
- может заниматься только одним делом сразу;
- не может долго следить за речью;
- оставляет занятие недоделанным;
- умственное напряжение тяжело и неприятно;
- тяжело планировать самостоятельно свои действия;
- забывает и теряет вещи.

В связи с непоседливостью ребёнок постоянно движется, и в обстановке, где это неуместно.

#### Исходя из импульсивности:

- ребёнок действует необдуманно;
- вмешивается в действия и разговоры других;
- работая в группе, не может дождаться своей очереди;
- постоянно говорит.

Заметные изменения активности и внимания могут наблюдаться по разным причинам у многих детей, но при РГДВ характерные причины сильно выражены, проявляются постоянно, ухудшают дееспособность ребёнка и являются причиной разных проблем.

Характерные причины РГДВ проявляются у детей с разной силой. В основном причиной проблемы является нарушение внимания и сосредоточенности, но в некоторых случаях на первом плане непоседливость и импульсивное поведение. Ребёнок с нарушением внимания без гиперактивности в основном с проблемой сосредоточенности, медленный, невнимательный, мечтательный, на уроке не может следить за ходом и постоянно забывает школьные задания дома. Непоседливый и импульсивный ребёнок своим поведением и суетливостью беспокоит других.

РГДВ характерно начало в раннем детстве, продолжается на протяжении

всей школы и у трети случаев во взрослом возрасте. Первичные признаки РГДВ проявляются уже в младенчестве (тревожность, нарушения сна, плаксивость), но они с ростом ребёнка изменяются или совсем проходят.

Как справляется ребёнок, зависит от требований, которые ему выдвигаются в разных жизненных ситуациях. До того времени, пока ребёнок справляется с предъявленными ему требованиями, труднее заметить наличие РГДВ. В связи с этим признаки становятся заметными лишь к школе, когда у ребёнка увеличивается потребность в структурированном поведении, чтобы справиться с психической нагрузкой.

Хотя РГДВ нарушение психики, а не следствие некомпетентного воспитания, при наличии этого нужны специальные воспитательные способы для улучшения управляемости ребёнка и для предотвращения сопутствующих проблем. Успешность ребёнка с РГДВ, зависит от сотрудничества дома, сада, школы и детского психиатра, но немаловажно и понимающих отношение сверстников.

У 75% детей, могут встречаться и другие психические нарушения: депрессия, тревожность, нарушение поведения, специфические расстройства развития учебных навыков и т.д.

**Причины возникновения.** Причины возникновения РГДВ неизвестны, но в исследованиях найдены особенности метаболизма мозга и проблемы в содружестве разных отделов мозга. В последнее время всё больше данных о влиянии окружающей среды (определённые продукты, красители, консерванты, тяжёлые металлы) о роли ядовитых соединений на возникновение РГДВ.

**Диагноз.** Для диагностики важны данные полученные от родителей и педагогов, наблюдение за поведением ребёнка, психологическое и логопедическое исследования. После вынесения диагноза родителям и другим лицам занимающихся ребёнком разъясняют особенности поведения и психики связанных с РГДВ.

**Лечение.** Лечение ребёнка с РГДВ – длительное и комплексное и нуждается в постоянном сотрудничестве ребёнка, родителей и других лиц занимающихся ребёнком. Для улучшения управляемости ребёнка, важны советы и внедрение техник с учебно – терапевтической ориентацией.