

## **Невнимательные дети**

С проблемой невнимательности детей чаще всего сталкиваются родители, чьи дети приступили к систематическому школьному обучению. И это вполне понятно, поскольку учебная деятельность требует от ребенка новых, более высоких форм произвольного поведения, способности управлять своими психическими процессами, в том числе и вниманием. Как правило, родители прекрасно понимают, что хорошее внимание является одним из важнейших условий успешного обучения. Именно поэтому среди родительских наставлений в начале школьного дня чаще всего можно услышать: «Будь внимательным! Не отвлекайся в школе! Соберись на уроке! Хорошо слушай учителя!» Для плохо успевающих школьников подобные призывы становятся весьма привычными. Однако, если у ребенка действительно существуют проблемы с развитием внимания, одними требованиями «быть более внимательным» здесь не обойтись.

### **Причины невнимательности детей**

Для начала родителям необходимо разобраться в возможных причинах недостаточного внимания школьника. Перечислим наиболее распространенные из них.

*Синдром дефицита внимания с гиперактивностью.* Проблема гиперактивных детей существовала с давних времен, но серьезные научные исследования в этой области начались около четверти века назад. Долгие годы повышенная возбудимость и неумение сосредоточиться считались естественной возрастной особенностью. Сегодня, специалисты разных отраслей принялись исследовать то, что ранее казалось малозначительным и банальным. появились специализированные журналы, стали ежегодно проводиться международные научные конференции по гиперактивности. Феномен «плохого поведения» превратился в синдром двигательной активности (СДВГ), который нуждается в адекватной коррекции.

СДВГ (по определению Г.И. Каплан и Б.Дж. Сэдок, 1998) представляет собой набор симптомов, характеризующихся способностью удерживать вни-

мание лишь на короткий период из-за невозможности сосредоточиться, импульсивности, гиперактивности.

**Гиперактивность** – комплексное нарушение поведения и познавательных процессов; проявляется не свойственными для нормального ребенка невнимательностью, отвлекаемостью, импульсивностью, повышенной двигательной активностью.

СДВГ является самой распространенной формой нарушений поведения в детском возрасте. Его частота среди детей дошкольного и школьного возраста составляет 4 – 9% , по некоторым источникам до 24%. Первые проявления гиперактивности можно наблюдать еще в возрасте до 7 лет. В медицинской литературе выделяют три основных клинических симптома:

1. **расстройство внимания**, которое проявляется в трудностях удерживания, в снижении избирательности и выраженной отвлекаемости.
2. **гиперактивность**, которая проявляется не просто избыточной двигательной активностью, но и беспокойством, различными посторонними движениями при выполнении заданий.
3. **импульсивность** выражается в том, что ребенок часто действует, не подумав, перебивает других и т.д.

Дети, имеющие подобный диагноз, отличаются повышенной двигательной активностью, импульсивностью, слабой концентрацией внимания, высокой отвлекаемостью. Трудности с организацией их поведения и удержания внимания, как правило, ярко обнаруживаются задолго до поступления в школу. Ситуация же школьного обучения лишь усугубляет их проблемы. От родителей таких детей требуется предельное терпение и последовательность в отношениях с ребенком. Они должны осуществлять свою воспитательную практику в тесном контакте с медиками, педагогами и психологами, поскольку дети с синдромом дефицита внимания нуждаются в специальной комплексной коррекционно – развивающей работе.

*Хронические соматические заболевания, болезненность ребенка.* Дети, имеющие слабое здоровье, отличаются высокой утомляемостью, низкой работоспособностью. Сниженная функция их внимания может быть обусловлена общим ослаблением организма. Такие дети нуждаются в обязательном соблюдении режима, дозировании нагрузок, отдыхе (желателен дневной сон). При соблюдении этих условий, уменьшающих влияние физических и физиологических ограничений, такие дети могут иметь неплохое внимание.

*Индивидуальны е особенности нервной системы.* Свойства высшей нервной деятельности влияют на развитие всех свойств внимания: для учащихся с сильной и подвижной нервной системой характерно внимание устойчивое, хорошо переключаемое и распределяемое. Учащимся с инертной и слабой нервной системой более свойственно неустойчивое, плохо переключаемое и распределяемое внимание. Зная основные особенности нервной системы ребенка, родители могут помочь ему в развитии таких качеств и навыков внимания, которые поддаются тренировке: навыков поддержания внимания, его переключения и распределения.

*Переутомление и перегрузки.* Жизнь современного ребенка наполнена множеством обязанностей. Обычно рабочий день школьника не ограничивается рамками собственно учебных занятий, а включает в себя посещение разнообразных кружков, секций, студий и пр. (при этом далеко не все из них ребенок посещает по собственному желанию). Нередко график функционирования школьника расписан с утра и до вечера столь плотно, что ученик едва – едва успевает подготовить домашнее задание.