

## Как справиться родителям с рассеянностью внимания у детей с ОВЗ

Цели:

Развитие внимания у детей с ОВЗ.

Развитие усидчивости.

Начался очередной учебный год. Для кого новый, для кого первый. Все родители осознанно или не очень надеются на то, что их дети станут (или будут) самыми умными, прилежными и способными. Но часто случается: желаемое не совсем или совсем не совпадает с действительным.

«Умный, но рассеянный», – говорит о нем классный руководитель. «Знает все правила, а пишет с невероятными ошибками», – «радует» словесник. Математик, несомненно, отдавая отчет его нестандартному мышлению, тоже сетует на невнимательность, которая совсем недопустима в его предмете. Да и сами родители знают, сколько времени он сидит за уроками, беспрестанно отвлекаясь. Не спешите упрекать ребенка. Давайте посмотрим, где истоки его невнимательности.

Он вырос. Но... «Конечно, первые школьные годы бывают неудачными, – рассуждают родители, листая дневник своего чада, – но не до такой же степени!» К нам на консультацию приходит много детей с проблемами поведения на уроке, неусидчивости, несобранности. И мы обязательно спрашиваем: «А что с русским языком?». На нашей памяти еще не было случая, когда родители говорили: «хорошо». И это легко объяснимо. Что такое неусидчивость и несобранность? Это неспособность учитывать правила – любые. Правила поведения на уроке, правила русского языка, правила, правила, правила... Да, школьник, безусловно, может их перечислить, но соблюдать во время какой-то деятельности не может. Почему?

По статистике в настоящее время у 70% детей выявляется функциональная незрелость тех или иных структур головного мозга. В первую очередь базально-лобных отделов и глубоких структур мозга, которые обеспечивают

питание мозга. Если тонус этих отделов снижен, то отделы мозговой коры, сохраняющие и перерабатывающие информацию – слуховую, зрительную, тактильную, – работают не в полную силу, а ведь именно из правильного взаимодействия этих компонентов информации и состоит процесс письма. Достаточного питания не получают и лобные отделы головного мозга, осуществляющие контроль над всеми видами деятельности.

Благоприятные условия – еще не все...

Структуры мозга, функциональная несформированность которых мешает усвоению школьных предметов, со временем, если будут созданы благоприятные условия для развития ребенка, созреют, но, когда это произойдет, ребенок упустит уже очень многое из школьного материала. И как бы репетиторы ни мучили своих учеников, грамотно писать они не будут, если не устранить истинную причину. Бывают случаи, когда при благоприятных обстоятельствах развитие мозга ребенка до некоторой степени активизируется без внешней помощи. При каких условиях это может произойти?

Во-первых, если ребенок живет за городом в хороших экологических условиях и его мозг насыщается кислородом активнее, чем мозг городских детей. Во-вторых, если он не сидит за компьютером, а играет со сверстниками в различные игры, правила которых выдумываются и дополняются по ходу игры. В-третьих, занимается активными физическими упражнениями. Но даже при этом у большинства детей отмеченные трудности сохраняются или даже прогрессируют.

Как же победить эти проявления и что делать, если врач, пожимая плечами, говорит, что с медицинской точки зрения никаких отклонений у ребенка нет?

Где найти ответы на эти вопросы?

Ура! Нейропсихологи знают ответ

Мы вправе гордиться тем, что родина этой нейропсихологии – Россия. Ее основоположник – отечественный психолог, нейропсихолог Александр

Романович Лурия. До него функции человеческого мозга были одной из самых неизученных областей науки. Во время Великой Отечественной войны Александр Романович получил возможность наблюдать за психическими функциями и поведением солдат, получивших черепно-мозговые ранения. Он обнаружил, например: ранение в левый висок – страдают речевые функции, в затылок – зрительное восприятие, поражено темя – человек начинает плохо ориентироваться в пространстве, лоб – страдают регуляция и контроль любой деятельности. Им был создан известный всем клиническим психологам метод исследования функции мозга – «батарея Лурия». Мы пользуемся им по сей день, естественно, с учетом детских возрастных нормативов и условий тестирования детей.

Учение А.Р. Лурия развивалось и в России, и за рубежом. Его последователи занялись и детской нейропсихологией, так как она очень перспективна: мозг ребенка пластичен до 12 лет, а по последним сведениям, и до 16 лет. Все можно наладить. Но прежде всего надо точно определить, какие функции головного мозга ребенка еще не созрели и что именно мешает овладению каким-либо предметом, например письмом. Лурия писал: «...Акт письма ни в какой мере не является результатом деятельности какого-либо одного центра; в его осуществлении принимает участие целая система взаимосвязанных, но высокодифференцированных зон коры головного мозга».

Все отделы мозга А.Р. Лурия условно разделил на три блока. Если недостаточно развит первый блок, отвечающий за активизацию мозга, то ребенок быстро утомляется. Это, как ни печально, часто расценивается учителем как интеллектуальная несостоятельность, что ведет к снижению самооценки ребенка. На самом деле такой ребенок может быть очень смышленным и сообразительным, просто его энергетического ресурса хватает ненадолго. Такой первоклассник может беспричинно плакать дома, часто болеть, быть раздражительным, обидчивым. На уроке такие дети зевают, быстро перестают воспринимать информацию, начинают вертеться и мешать другим. Одним из необходимых условий повышения тонуса является

обеспечение кислородом и усиление кровотока (дыхательная гимнастика, специальный массаж и двигательная коррекция).

Недостаточность второго блока приводит к проблемам с памятью и трудностям пространственной ориентировки, а это проявляется в зеркальном написании букв и цифр, путанице букв «б» и «д», неправильном расположении в тетради записи, в ошибках при устном счете. Второй блок мозга обеспечивает также фонематический слух и зрительное восприятие.

При недостаточном развитии третьего блока – блока программирования и контроля – ученик не соблюдает правила – любые – и не может себя контролировать, даже если хочет. Во-первых, это правила учебные – он не умеет действовать по образцу в соответствии с правилами. То есть правила знает, а пишет все равно с «дурацкими» ошибками. Или, например, не соблюдает общие нормы поведения. Он может встать во время урока, играть в то время, когда все остальные усердно работают, забыть поднять руку или принести необходимое.

Учитывая особенности развития современных детей, а именно то, что психические функции у них, как правило, развиваются неравномерно, можно представить, какие трудности они испытывают, особенно при обучении письму. Не «созрела» функция произвольности – ребенок не будет усваивать правила, вовремя не развились пространственные представления – будет путать буквы «б» и «д», писать зеркально. У каждой ошибки – своя причина. «Но когда мы его отдавали в школу, то проходили тестирование, и психолог определил, что ребенок готов к школе».

Да, психолог смотрел, насколько ребенок мотивирован к занятиям в школе, то есть хочет ли он учиться, и проверял в основном его интеллект. А интеллекту сегодняшних детей можно только позавидовать! Если у ребенка сформирована положительная внутренняя мотивация к учебе, то есть желание учиться, то половина дела сделана. Но это только половина. Существует и вторая составляющая готовности к школе. Это – нейрофизиологическая готовность к процессу обучения. Это как раз то, о чем

говорилось выше. Что толку в его уме, если мозгу энергетике не хватает? А начинаются школьные перегрузки – совсем трудно становится малышу. Отсюда и слезы, и глупые ошибки, и плохое поведение. Как будто подменили ребенка.

Как заметить, что ребенок развивается атипично?

О недостаточности или искажении функциональной организации мозга могут свидетельствовать определенные проявления.

В дошкольном возрасте: обилие излишних и необдуманных действий и движений; сбой двигательного или речевого развития в раннем дошкольном возрасте (ребенок сначала начал ползать, потом сидеть, или не ползал вообще, или заговорил сразу фразами, минуя слоги и слова); слишком бурные реакции на слабые стимулы или наоборот; «уплощение эмоций», то есть отсутствие страха, радости, веселья, испуга, чувства вины и пр. в ситуациях, где перечисленные эмоции должны адекватно проявляться; отсутствие сюжета в игре; игнорирование игрушек; трудности адаптации в детском коллективе, отсутствие друзей; замкнутость, повышенная застенчивость.

В школьном возрасте: низкая успеваемость по всем предметам или резкие скачки от «5» до «1» в короткий период времени; плохая память; трудности удержания внимания даже на интересующих ребенка объектах; зеркальное письмо и чтение – буквы «э», «б», «в», «з», цифры «5», «4», «3» и т.д.; ошибки на письме «не по правилам», например, «машена» (вместо «машина»), замена букв, пропуск букв, недописывание слов и букв, перестановка слогов; неусвоение правил или неудержание внимания на программе действий, плохое поведение на уроке, отключения от задания; отсутствие друзей, конфликты в школе и дома (непринятие сверстниками или отсутствие потребности в общении).

\* \* \*

Мы уже писали выше о том, что мозг ребенка пластичен и его функции можно развить. Значит, из невнимательного и рассеянного школьника можно сделать собранного и успешного?

Все эти проблемы решаются с помощью специалистов-нейропсихологов. В зависимости от выявленной причины нейропсихологи подберут для ребенка индивидуальную программу, состоящую из специальных упражнений и игр на тренировку памяти, слуха, реакции. Нейропсихолог подскажет, за счет каких звеньев функциональной системы можно будет скомпенсировать недостаточность других, как помочь ребенку снять утомляемость и вялость. Первокласснику можно помочь преодолеть трудности в школе, так чтобы учиться для него стало легко и радостно.

Но это все – дело специалистов, особый, кропотливый, целенаправленный труд. В таких случаях неоценима помощь родителей и учителей.

#### Советы родителям

Чтобы научить ребенка пользоваться своими способностями и сосредоточиваться, необходимо быть к нему более внимательными. При соблюдении несложных правил вы обязательно справитесь с этой задачей:

- вы должны знать все его домашние задания, чтобы следить за их выполнением;
- вы можете вместе составить распорядок его дня, сперва оставляя на некоторые дела побольше времени;
- проявите находчивость; сделайте так, чтобы даже обычные домашние дела превратились в творчество;
- постарайтесь избегать отрицательных оценок при неудачах, лучше лишний раз похвалите за то, что хорошо получается, например, за выполнение установленного режима – при похвале эти дети расцветают на глазах;
- введите поощрительную систему в виде книги, похода в кино или театр;
- позаботьтесь об интерьере комнаты, в которой находится ребенок (лучше,

чтобы у него была своя комната);  
– вокруг письменного стола не должно быть отвлекающих предметов (включая обои).

Поговорите с учителем, пусть он попробует оценивать вашего ребенка не только с точки зрения успеваемости. Такой подход положительно отразится на его самооценке.

Но самое главное – вовремя обратитесь к специалистам, чтобы своевременно и эффективно помочь вашему ребенку.