



# Ուշադրության պակասի և գերակտիվության համախտանիշ (ՈւՊԳՀ)

Իրինա Թովմասյան  
“ԱրԲԵՍ” Առողջության Կենտրոն  
Ապրիլ, 2010

# Օրինակներ

- Արմեն, 4 տարեկան
- Արփինե, 9 տարեկան
- Կարեն, 15 տարեկան



# Ինչ է ՈՒՊԳՀ-ը



- ՈՒՊԳՀ-ը մանկական հասակում հանդիպող վարքագծային խանգարում է, որը կարող է շարունակվել նաև դեռահասության և չափահաս տարիքում
- Նշանները ներառում են կենտրոնացված և ուշադիր մնալու և վարքը հսկելու դժվարությունները և գերակտիվությունը

# Անուշադիրություն

- Հաճախ չի կարողանում կենտրոնանալ մանրույթների վրա կամ անփութության պատճառով սխալներ է կատարում:
- Հաճախ դժվարությամբ է պահպանում ուշադրությունը առաջադրանքի կամ խաղի ընթացքում:
- Հետը գրուցելիս հաճախ թվում է, որ չի լսում:
- Հաճախ չի հետևում ցուցումներին՝ անավարտ թողնելով աշխատանքը:
- Հաճախ դժվարանում է կատարել առաջադրանքը:
- Հաճախ կորցնում է իրերը:
- Առօրյայում մոռացկոտ է:



# Գերակտիվություն - մղունայնություն



- Նստած տեղում շուռ ու մուռ է գալիս:
- Դասի ժամանակ լքում է իր տեղը:
- Հաճախ չի կարողանում լուռ ու հանգիստ մնալ խաղերի կամ ազատ ժամանցի ժամանակ:
- Հաճախ շարժվում է առանց դադարի (կարծես շարժիչ)
- Հաճախ շատախոս է:
- Պատասխանում է հարցի կեսից:
- Հաճախ չի սպասում իր հերթին:
- Հաճախ ընդհատում է կամ միջամտում մյուսների գործերին:

# ՈՒՊԳՀ-ն ունի 3 ենթատիպեր

- Հիմնականում հիպերակտիվ-իմպուլսիվ  
(6 և ավելի նշաններ գտնվում են հիպերակտիվ-իմպուլսիվ ենթախմբում)
- Հիմնականում անուշադիր  
(6 և ավելի նշաններ գտնվում են անուշադիրության ենթախմբում)
- Զուգակցված հիպերակտիվ-իմպուլսիվ և անուշադիր
- Ախտորոշումը՝ մինչև 7 տարեկան, նշանները 6 ամսից ավել, 2 կամ ավելի վայրերում:

# ՈՒՊԳՀ-ի պատճառները

- Ժառանգական
- Շրջակա միջավայրի գործոններ
- Սննդային հավելումներ



# ՈւՊԳՀ-ի սահմանափակումները

- Պիտակը սահմանափակող և պեսիմիստական է
- Ուշադրության խանգարման նշանները ոչ սպեցիֆիկ են
- Ուշադրության խանգարումով երեխաները կարող են ունենալ զարգացման այլ խնդիրներ
- Պիտակը անորոշ է
- Ապացուցված չէ, որ ՈւՊԳՀ-ն որոշակի համախտանիշ է



# Օրինակ

Աննա, 8 տարեկան  
Կարդալու և գրելու խնդիրներ  
Խոսքի ընկալման խանգարում  
Շուտ շեղվում է, տեղում չի նստում



Ի՞նչ է. ԸԻՊԳՀ, թե՞ խոսքի զարգացման  
հապաղում

# Կարող են արդյոք նման խնդիրները այլ խանգարումների ժամանակ հանդիպել

- Մտավոր զարգացման հապաղում
- Ուսուցման գերխնդիրներ
- Ուսուցման իջեցված խնդիրներ
- Հակադրական վարքային խանգարում
- Վախեր, դեպրեսիաներ

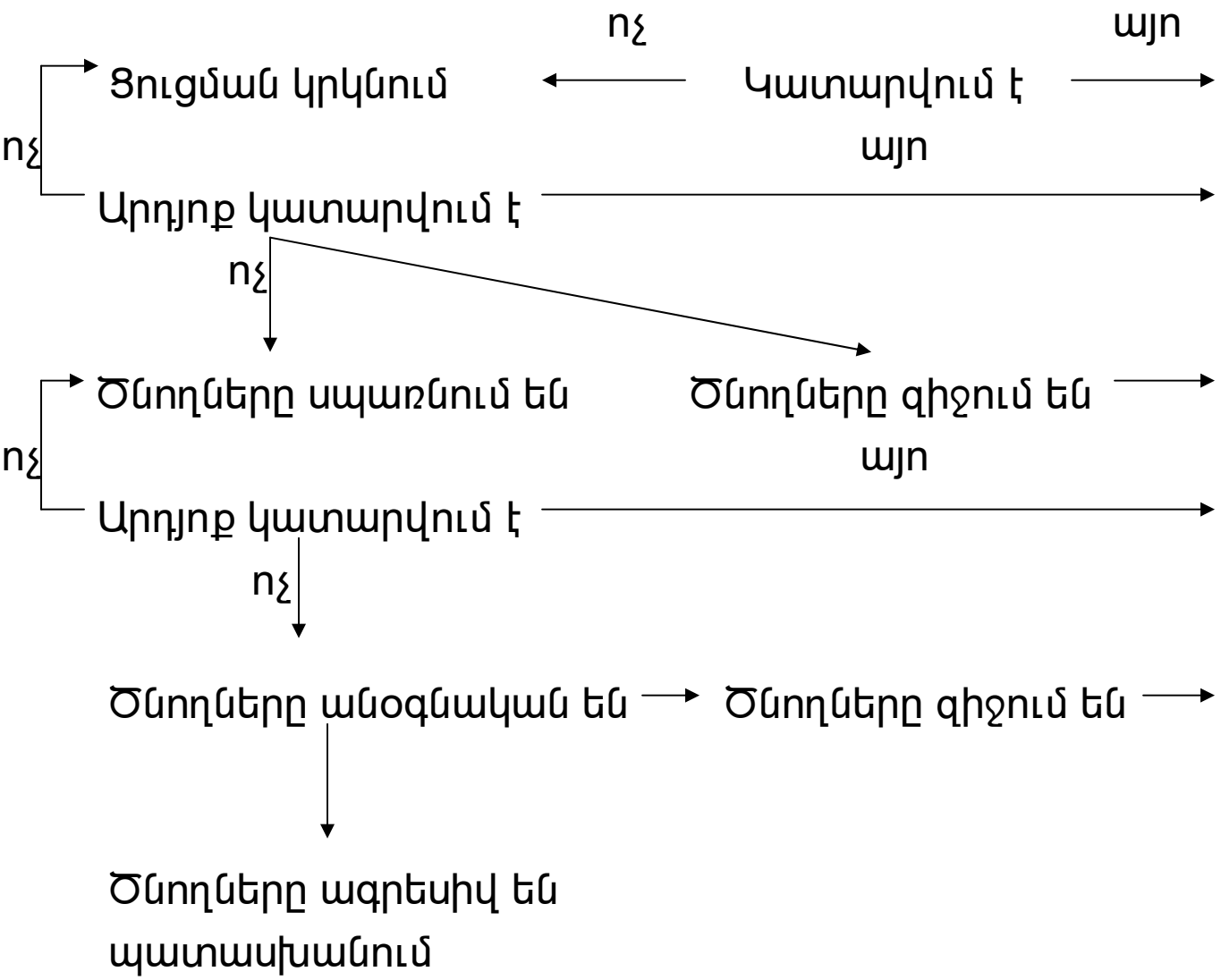


# Ի՞նչ լրացուցիչ խնդիրներ են հաճախ հանդիպում

- Հակադրական կամ ագրեսիվ վարքագիծ
- Ուսուցման դժվարություններ
- Անվստահություն և ցածր ինքնագնահատում
- Հասակակիցների կողմից մերժում
- Մեծահասակների հետ բարդացած հարաբերություն



# Ծնողների ցուցում



Ծնողները  
անցնում են  
այլ  
գործողության

Ծնողները  
անցնում են  
այլ  
գործողության

# Արատավոր շրջան

- Ծնողները տալիս են ցուցում
  - Ծնողները կրկնում են ցուցումը
  - Ծնողները սպառնում են
  - Ծնողները անօգնական են
- 
- Ինչ փորձ է ձեռք բերում երեխան արատավոր շրջանում



# Ի՞նչ կարելի է անել

- Ի՞նչ կարող են անել ծնողները
- Ի՞նչ կարող են անել ուսուցիչները
- Ի՞նչ կարող է անել ինքը՝ երեխան
- Ի՞նչ կարող են անել հոգեբանները
- Արդյոք դեղորայքը կօգնի՞
- Այլ միջոցներ



# 8 հիմնական կանոններ ծնողների համար

- Կատարեք որևիցէ բան ձեր համար
- Մի փորձեք կատարյալ լինել
- Ուժեղացրեք դրական հարաբերությունները ձեր երեխայի հետ
- Հաստատեք պարզ կանոններ
- Գովեք ձեր երեխային
- Եղեք հետևողական
- Փորձեք խնդիրները կանխատեսել
- Եղեք սթափ



# 11 հիմնական կանոններ ուսուցիչների համար

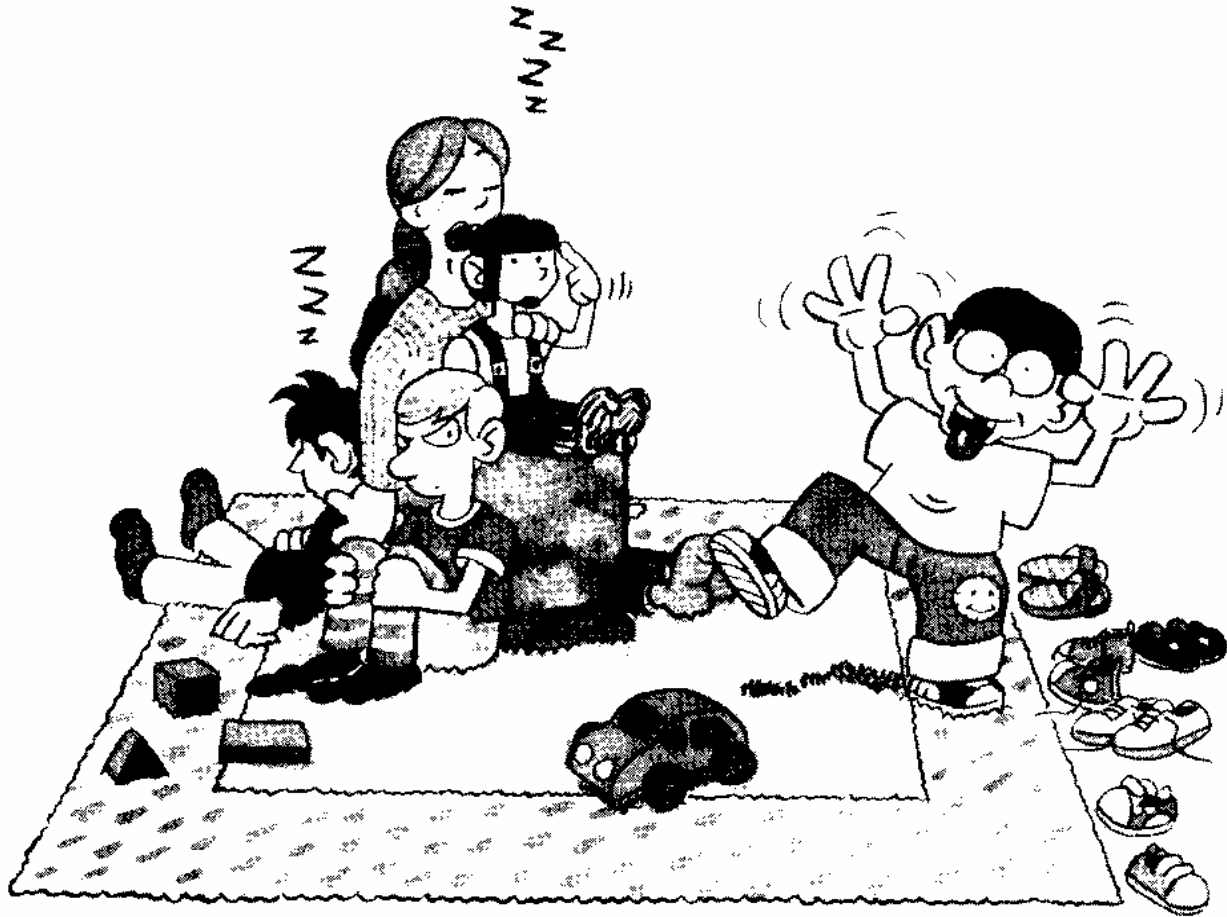
- Եղեք սթափ
- Վերստուգեք դասարանի կառուցվածքը
- Վերստուգեք դասասենյակի կառուցվածքը
- Վարեք դասընթացը հնարավորինս կազմակերպած և բազմազան
- Ուժեղացրեք դրական հարաբերությունները երեխայի հետ
- Զրուցեք խնդիրների մասին
- Հաստատեք պարզ կանոններ
- Գովեք երեխային հաճախակի և անմիջապես
- Եղեք հետևողական
- Ուղորդեք երեխային ինքնակարգավորման համար
- Պահպանեք երեխայի ծնողների հետ սերտ կապ

# 6 Խորհուրդներ երեխայի համար

- Պարզաբանի քո խնդիրները
- Մտածի, արդյո՞ք դու ուզում ես լուծել խնդիրը
- Որոշի քո միջանկյալ նպատակները և պլան կազմի
- Կատարի քո պլանը և ինքդ քեզ հետևի
- Ինքդ քեզ գնահատի և դիր նոր նպատակներ
- Հետևի նրան, մի հանձնվի

# Հոգեբանի օգնություն

- Վարքագծային խնդիրները արտահայտված են և ազդում են ընտանիքի առօրյայի վրա
- Այդ խնդիրները արտահայտված են նաև այլ վայրերում
- Խնդիրները առկա են երկար ժամանակ
- Ընտանիքում կան այլ մեծ խնդիրներ



Հնորհակալութուն