

**Синдром дефицита внимания и гиперактивности (СДВГ)** – психоневрологическая патология. Состояние проявляется тремя основными признаками: повышенной активностью и возбудимостью (гиперактивностью), импульсивностью и нарушением способности концентрировать внимание.

Импульсивность проявляется молниеносной реакцией на любые события. Ребенок нетерпелив, очень много разговаривает, часто перебивает других, совершает необдуманные, нелогичные поступки и выплескивает эмоции, не думая о последствиях. Как следствие, дети с СДВГ часто дерутся или травмируются.

Дефицит внимания проявляется неспособностью ребенка концентрироваться на неинтересных ему вещах. Особенно это касается учебной деятельности.

Дети с дефицитом внимания как правило нетерпеливы: они стараются как можно скорее получить желаемое, перебивают взрослых, невзирая на нормы приличия. Некоторые из них патологически не умеют признавать

поражение в играх и начинают агрессивно себя вести при проигрыше.

После выплеска эмоций ребенок часто переутомляется – появляется плаксивость и капризность, но при этом могут быть проблемы с засыпанием.

Навязчивость и упрямство тоже свойственно детям с СДВГ. Ребенок постоянно требует внимания, настойчиво добивается того, что хочет, даже если ему отказали. Не слушает объяснений, не обращает внимания на призывы дисциплине и послушанию.

#### **Симптомы СДВГ у детей:**

- гиперактивность,
- эмоциональная лабильность: неспособность контролировать яркие эмоции, нетерпеливость, частая смена настроения,
- отсутствие концентрации внимания и быстрая смена его фокуса,
- повышенная агрессивность, раздражительность, плаксивость особенно если что-то идет не так, как того хотел ребенок,
- нелогичные действия (например, ребенок может убежать, хотя его просили сидеть на месте).

СДВГ не приводит к развитию других заболеваний, но может стать причиной различных социально-психологических нарушений и формирования поведения по негативному типу.

#### **Рекомендации для родителей ребенка с СДВГ**

- В своих отношениях с ребенком придерживайтесь «позитивной модели». Хвалите его в каждом случае, когда он это заслужил, подчеркивайте успехи. Это поможет закрепить позитивную модель поведения.
- Говорите сдержанно, спокойно и мягко. Если требует ситуация – говорите жестко, но без крика. Повторяйте свою просьбу спокойно одними и теми же словами несколько раз, пока не среагирует.
- Помогайте ребенку приступить к выполнению заданий, т.к. для него это самый трудный этап.
- Снижайте влияние отвлекающих факторов во время выполнения ребенком заданий.

- Давайте ребенку только одно задание на определенный отрезок времени, чтобы он мог его завершить.
  - Для закрепления устных инструкций используйте зрительную стимуляцию.
  - Поощряйте ребенка за все виды деятельности, требующие концентрации внимания.
  - Поддерживайте дома спокойную, не раздражающую обстановку, придерживайтесь соблюдения режима дня, больше прогулок на свежем воздухе, соблюдайте ритуалы отхождения ко сну.
  - Научите ребенка балансировать свое состояние. В его дополнительных занятиях обязательно должно быть творчество и спорт. Так он научится выражать свои эмоции в изобразительном искусстве, а физическое напряжение будет выплескивать через бег, игры и т. д.
  - Оградите от длительных занятий на компьютере и просмотра телевизионных передач.
  - Придумайте гибкую систему вознаграждений за хорошее выполнение заданий и наказаний - за плохое поведение (например, можно завести дневник самоконтроля).
  - Составьте список обязанностей ребенка и повесьте его на стену. При подведении итогов дня обращайтесь к нему.
  - Обязательно единство требований в семье во избежание проявлений негативного поведения.
- Своевременная и комплексная психолого-педагогическая работа позволяет гиперактивному ребенку научиться выстраивать взаимоотношения со сверстниками и взрослыми, контролировать собственное поведение, предупреждает трудности социальной адаптации.

Территориальная психолого-педагогическая комиссия при государственном бюджетном общеобразовательном учреждении Свердловской области «Серовская школа № 2, реализующая адаптированные основные общеобразовательные программы»

## Рекомендации родителям ребенка с СДВГ (синдромом дефицита внимания и гиперактивности)



Буклет составила

психолог ТПМПК Помелова С.В.

Контактный телефон/факс ТПМПК

8(34385) 6-84-34

г. Серов  
2024 г.