

Общие
рекомендации
родителям ребенка
с СДВГ



ЧТО ЖЕ ТАКОЕ СДВГ?

СДВГ - ОДНА ИЗ ФОРМ ПРОЯВЛЕНИЯ МИНИМАЛЬНОЙ МОЗГОВОЙ ДИСФУНКЦИИ, ТО ЕСТЬ ОЧЕНЬ ЛЁГКОЙ НЕДОСТАТОЧНОСТИ МОЗГА, КОТОРАЯ ПРОЯВЛЯЕТСЯ В ДЕФИЦИТЕ ОПРЕДЕЛЁННЫХ СТРУКТУР И НАРУШЕННОМ СОЗРЕВАНИИ БОЛЕЕ ВЫСШИХ ЭТАЖЕЙ МОЗГОВОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ.



Как проявляется нарушение внимания?

- Ребёнок не может сосредоточиться, делает много ошибок из-за невнимательности.
- Ему трудно поддерживать внимание при выполнении заданий или во время игр.
- Легко отвлекается на посторонние стимулы.
- Не может до конца закончить поставленную задачу.
- Слушает, но кажется, что не слышит.
- Избегает выполнения задач, требующих постоянного внимания.
- Плохо организован.
- Часто теряет личные вещи, необходимые в школе и дома (карандаши, книги, рабочие инструменты, игрушки).
- Забывчив.



Как проявляется гиперактивность/ импульсивность?



Гиперактивность:

- Ребёнок суетлив.
- Неспособен усидеть на одном месте.
- Много, но нецеленаправленно двигается (бегает, крутится, ерзает на своём месте).
- Не может тихо, спокойно играть или заниматься чем-либо на досуге.
- Всегда нацелен на движение.
- Болтлив.

Импульсивность:

- Часто начинает отвечать, не подумав и даже не дослушав вопрос.
- С трудом дожидается своей очереди в различных ситуациях.
- В разговоре часто прерывает, мешает окружающим.

КАК ОТЛИЧИТЬ СДВГ ОТ СХОЖИХ ПРИЗНАКОВ ПОВЕДЕНИЯ?

Очень важно отличать ребенка просто невнимательного и беспокойного от ребенка, имеющего те же симптомы вследствие СДВГ. Так как подход к ребенку в зависимости от этого может отличаться вплоть до противоположного. Важно знать, стоит ли за особенностями ребенка физиологическая причина (над которой его воля не властна), либо же он способен волевыми усилиями регулировать свое поведение.

Определить достоверно наличие СДВГ можно только специальными психофизиологическими методиками и специальной диагностикой невропатолога. Однако если вы замечаете устойчивое проявление многих из вышенаписанных симптомов и видите, что волевые усилия ребенка над собой практически бесполезны, направьте ребенка на диагностику сначала к школьному психологу, который, сделав специальную диагностику, в свою очередь, возможно, также порекомендует обратиться к невропатологу.



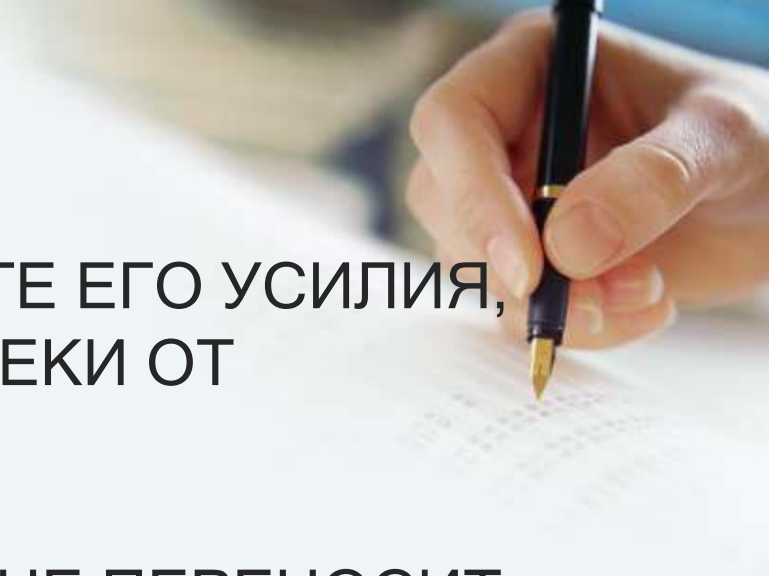
КАК ВЕСТИ СЕБЯ С РЕБЕНКОМ С СДВГ?

1. ОНИ НЕ ВОСПРИИМЧИВЫ К ВЫГОВОРАМ И НАКАЗАНИЮ, НО ЗАТО ОЧЕНЬ ХОРОШО РЕАГИРУЮТ НА ПОХВАЛУ, ОДОБРЕНИЕ. ОТ ФИЗИЧЕСКИХ НАКАЗАНИЙ ВОООБЩЕ НАДО ОТКАЗАТЬСЯ.

2. ОЧЕНЬ ВАЖЕН И ФИЗИЧЕСКИЙ КОНТАКТ С РЕБЕНКОМ. ОБНЯТЬ ЕГО В ТРУДНОЙ СИТУАЦИИ, ПРИЖАТЬ К СЕБЕ, УСПОКОИТЬ.

3. ОРГАНИЗАЦИЯ ВСЕЙ ЖИЗНИ ДОЛЖНА ДЕЙСТВОВАТЬ НА РЕБЕНКА УСПОКАИВАЮЩЕ.



A close-up photograph of a person's hand holding a black pen with a gold nib, writing on a white document. The background is blurred, showing what appears to be a desk or office environment.

4. ЧАЩЕ ОТМЕЧАЙТЕ И ХВАЛИТЕ ЕГО УСИЛИЯ, ДАЖЕ ЕСЛИ РЕЗУЛЬТАТЫ ДАЛЕКИ ОТ СОВЕРШЕНСТВА.

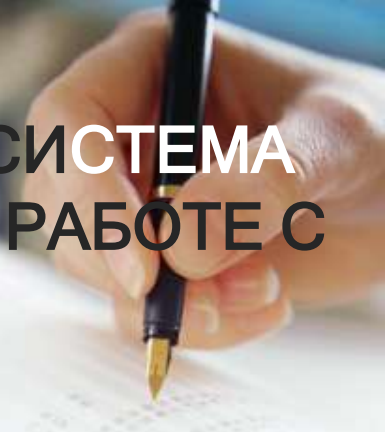
5. ГИПЕРАКТИВНЫЙ РЕБЕНОК НЕ ПЕРЕНОСИТ БОЛЬШОГО СКОПЛЕНИЯ ЛЮДЕЙ.

6. НЕОБХОДИМО СЛЕДИТЬ И ОБЕРЕГАТЬ ДЕТЕЙ С СДВГ ОТ ПЕРЕУТОМЛЕНИЯ, ТАК КАК ПЕРЕУТОМЛЕНИЕ ПРИВОДИТ К СНИЖЕНИЮ САМОКОНТРОЛЯ И НАРАСТАНИЮ ГИПЕРАКТИВНОСТИ.

КАК СКОРРЕКТИРОВАТЬ ПОВЕДЕНИЕ РЕБЕНКА С СДВГ?

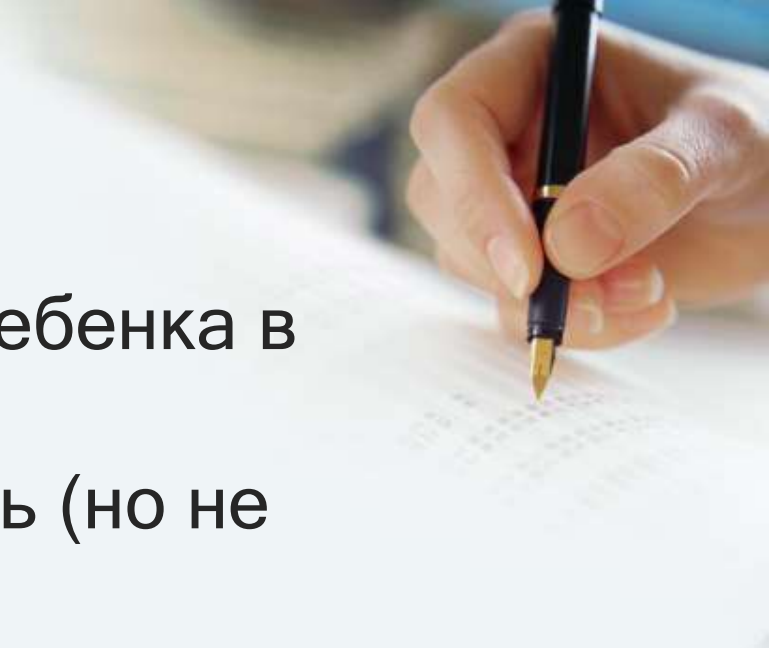
Так как поведенческие проявления имеют основу в физиологических проблемах, то, прежде всего, лечение назначает врач - специалист после диагностики, скорее всего, выпишет ребенку средства, нормализующие работу мозга, повышающие общий тонус организма. Но в то же время разработаны специальные нейропсихологические упражнения для повышения работоспособности, снятия напряжения, способствующие лучшему межполушарному взаимодействию и т.п. Программу нейропсихологической коррекции может составить психолог или психофизиолог, заниматься же по ней с ребенком могут и родители.

И, наконец, важная роль отводится созданию особого подхода к проблемам ребенка со стороны родителей. Общий принцип работы с детьми, имеющими легкие функциональные нарушения в работе мозга, состоит в том, что при обучении и организации их деятельности нужно максимально учитывать и обходить их дефект. Многие зависят от того, насколько окружающие взрослые осознают особенности ребенка и соблюдают рекомендации по оптимизации развития ребенка с СДВГ.



СПЕЦИАЛИСТАМИ ТАКЖЕ РАЗРАБОТАНА СИСТЕМА СВОЕОБРАЗНОЙ "СКОВОРОЙ ПОМОЩИ" ПРИ РАБОТЕ С ГИПЕРАКТИВНЫМ РЕБЕНКОМ:

- Отвлечь ребенка от капризов.
Поддерживать дома четкий распорядок дня.
- Предложить выбор (другую возможную в данный момент деятельность).
- Задать неожиданный вопрос.
- Отреагировать неожиданным для ребенка образом (пошутить, повторить действия ребенка).

- 
- A close-up photograph of a person's hand holding a black fountain pen, writing on a white document. The pen is positioned over a line of text on the page. The background is softly blurred, showing more of the document and the person's arm.
- Не запрещать действие ребенка в категоричной форме.
 - Не приказывать, а просить (но не заискивать).
 - Выслушать то, что хочет сказать ребенок (в противном случае он не услышит вас).
 - Автоматически, одними и теми же словами повторять многократно свою просьбу (нейтральным тоном).



- Сфотографировать ребенка или подвести его к зеркалу в тот момент, когда он капризничает.
- Оставить в комнате одного (если это безопасно для его здоровья).
- Не настаивать на том, чтобы ребенок во что бы то ни стало принес извинения.
- Не читать нотаций (ребенок все равно их не слышит).