**[Синдром дефицита внимания и гиперактивности](http://cpms-smol.ru/parents/90-sdvg)**

***Синдром дефицита внимания с гиперактивностью (СДВГ)*** –  особенности поведения ребенка, начинающееся в детском возрасте.

СДВГ является наиболее частой причиной нарушений поведения и трудностей обучения в дошкольном и школьном возрасте, проблем во взаимоотношениях с окружающими. **Признаки гиперактивного ребенка:**

1.   Беспокойные движения.

2.   Неумение сидеть на месте, когда это требуется.

3.  Легкая отвлекаемость на посторонние стимулы.

4.   Нетерпение, неумение дожидаться своей очереди (в играх, в занятиях).

5.   С трудом сохраняемое внимание при выполнении заданий или во время игр.

6.   Частые переходы от одного незавершенного действия к другому.

7.   Неумение играть тихо, спокойно.

8.   Впечатление, что ребенок не слышит обращенных к нему слов.

9.   Постоянные разговоры с кем-либо.

10.  Навязчивость, приставание к другим.

11.  Совершение опасных действий без мыслей о последствиях.

12.  Частая потеря вещей, игрушек.

***Наличие у ребенка, по крайней мере, семи из перечисленных выше признаков — основание для обращения к психологу.***

Ребенок с СДВГ на уроке:

\*  Постоянно отвлекается

\*  Не слушает учителя

\*  Не может сконцентрировать внимание на предмете

\*  Поведение идет вразрез со школьными нормами.

Расторможенный, неуправляемый ребенок может поставить в тупик взрослых, которые, как правило, его наказывают, ругают, упрекают, стыдят и одергивают. Ребенок и сам себе не рад, да ничего не может с этим поделать, не может без помощи родителей изменить свое поведение.

**Советы родителям:**

* Воспитывая гиперактивного ребенка, избегайте крайностей: про­явления чрезмерной жалости и вседозволенности, с одной стороны, и уста­новления перед ребенком повышенных требований, которые он не в состоя­нии выполнить, — с другой.
* Старайтесь общаться с ребенком спокойно и сдержанно, сведите к минимуму запреты и слова «нет», «нельзя». Исключите из своей речи негативизмы типа «не вертись, я с тобой разговариваю», «ты что, глухой, сколько можно говорить!».
* Придерживайтесь «позитивной модели» воспитания. Избегайте излишней пунктуальности, жесткости наказаний, всегда хвалите ребенка, когда он этого заслуживает.
* Занимаясь с ребенком, давайте ему только одно задание на определенный отрезок времени, чтобы он смог его завершить.
* При объяснении какого-то задания используйте зрительную сти­муляцию (рисунки, картинки и др.).
* Особенно поощряйте ребенка за все виды деятельности, требующие сосредоточенности, усидчивости, концентрации внимания.
* Придерживайтесь четкого распорядка дня и терпеливо требуйте его соблюдения, особенно режима сна.
* Ограничивайте пребывание ребенка в больших компаниях.
* Не провоцируйте ребенка на шумные игры с участием других детей (идеальный вариант, когда ваш ребенок играет еще с одним, но не более то­го).
* Создайте спокойную атмосферу в семье, не ссорьтесь в его присутствии, не говорите на повышенных тонах.
* Каждый день ставьте перед ребенком определенную и совершенно конкретную цель, которую он должен достичь. Обязательно похвалите его за это или тем или иным образом поощрите.
* Приучите ребенка к занятиям физкультурой, спортом, прогулкам на свежем воздухе, подвижным играм. Помогите найти ему какое-то увлечение, хобби. Однако перегружать ребенка занятиями в разных кружках не следует, в частности в таких, где есть значительные нагрузки на память и внимание. Это особенно относится к тем случаям, когда ребенок не испытывает особой радости от этих занятий.

**«СКОРАЯ  ПОМОЩЬ» ПРИ   РАБОТЕ С   ГИПЕРАКТИВНЫМ   РЕБЕНКОМ**

1. Отвлечь ребенка от его капризов. Поддерживайте дома четкий распорядок дня.

2. Предложить выбор (другую возможную в данный момент деятельности) .

3. Задать   неожиданный   вопрос.

4. Отреагировать неожиданным для ребенка образом (пошу­тить,   повторить   действия  ребенка).

5. Не  запрещать   действие  ребенка  в  категоричной  форме.

б. Не  приказывать,   а  просить   (но  не   заискивать).

7. Выслушать то, что хочет сказать ребенок (в противном случае  он  не   услышит  вас) .

8. Автоматически, одними и теми же словами повторять многократно  свою  просьбу   (нейтральным  тоном).

9. Сфотографировать ребенка или повести его к зеркалу в тот момент,   когда  он  капризничает.

10. Оставить в комнате одного (если это безопасно для его  здоровья).

11. Не настаивать на том, чтобы ребенок во что бы то ни стало,   принес  извинения.

12. Не  читать   нотаций   (ребенок  все  равно  их  не  слышит)

http://cpms-smol.ru/parents?start=70