**Синдром дефицита внимания с гиперактивностью**, или **СДВГ** — это состояние, вызывающее постоянную невнимательность, гиперактивность и (или) импульсивность.

**Симптомы СДВГ:**

*Невнимательность.* Невнимательным людям очень тяжело сосредоточиться на одном предмете. Им становится скучно, если они выполняют какое-либо задание в течение даже нескольких минут. Трудно сознательно, намеренно сконцентрироваться. Им бывает сложно собраться и выполнить рутинную работу. В глаза бросается неугомонность этих детей. Они откладывают дела напоследок, не выполняют свои обязанности, не в состоянии сидеть, когда пришли гости, начинают много дел сразу и ни одного не заканчивают.

*Гиперактивность****.***

Гиперактивные люди всегда в движении. Они не могут сидеть спокойно, снуют, суетятся или беспрестанно о чем-то говорят. Учащиеся, страдающие СДВГ, не могут сидеть спокойно в группе. Иногда они слоняются по классу или ерзают за партой, нервно качают ногой, за все хватаются, стучат карандашом по столу. При этом они могут сильно волноваться.

*Импульсивность****.***

Кажется, что эти люди неспособны подумать прежде, чем что-то сделать. В результате они отвечают на вопрос первое, что придет в голову, позволяют себе неуместные замечании или выбегают на проезжую часть, не посмотрев по сторонам.

За дополнительной консультацией можно обратиться по адресу:

г.Курган, пр. Конституции 68, корпус 1а,

тел. 44-98-60, www.centr45.ru

Составитель буклета:

педагог-психолог Барцева А.В.

Департамент образования и науки Курганской области

ГБУ ДО «Центр помощи детям»

ЦПМПК

 **Синдром дефицита внимания с гиперактивностью (СДВГ)**

****

г.Курган, 2016 год

Диагноз «дефицита внимания» может быть установлен при наличии по крайней мере **6** из описанных ниже симптомов.

Ребенок имеет ***дефицит внимания*,** если он:

- не обращает внимания на детали и допускает ошибки в работе;

- с трудом поддерживает внимание в работе и игре;

- не слушает то, что ему говорят;

- не в состоянии следовать инструкциям;

- не может организовать игру или деятельность;

- имеет сложности в выполнении заданий, требующих длительной концентрации внимания;

- часто теряет вещи;

- часто и легко отвлекается;

- часто забывчив.

Для диагностики «гиперактивности» необходимо наличие, по крайней мере, **5** из перечисленных ниже симптомов. Ребенок ***гиперактивен,***если он:

- совершает суетливые движения руками и ногами;

- часто вскакивает со своего места;

- гиперподвижен в ситуациях, когда гиперподвижность неприемлема;

- не может играть в "тихие" игры;

- всегда находится в движении;

- очень много говорит.

Ребенок ***импульсивен*** (т.е. не способен остановиться и подумать, прежде чем заговорить или совершить действие), если он:

- отвечает на вопрос, не выслушав его;

- не может дождаться своей очереди;

- вмешивается в разговоры и игры других.

**Рекомендации для родителей:**

* Общайтесь с другими родителями, столкнувшимися с той же проблемой.
* Сделайте все возможное для повышения самооценки ребенка, ведь из-за дефицита внимания он может неправильно понимать указания и другую информацию, поэтому все вокруг беспрестанно его поправляют, он считает, что во всѐм виноват только он.
* Сразу хвалите и награждайте за хорошее поведение.
* Будьте последовательны в вопросах дисциплины; если кто-то остается с ребенком в ваше отсутствие, убедитесь, что он следует вашим методам.
* Задания должны быть простыми и конкретными («Почисть зубы, а теперь одевайся» — но не «Собирайся в школу»).
* Поддерживайте ребенка во всем, в чем он силен, особенно в спорте и внешкольных занятиях.
* Установите определенные правила, касающиеся режима, еды, сна, просмотра телепередач.
* Не допускайте, чтобы уроки занимали все свободное время ребенка; играть и двигаться для него не менее важно.
* В комнате ребенка должно быть как можно меньше предметов, которые могут отвлекать его внимание.

Прогноз относительно благоприятен, так как у значительной части детей симптомы исчезают в подростковом возрасте.