

Педагог ДО: Минеева Екатерина Анатольевна
Филиал МАУ ДО ЦДО г. Мирный в п. Чернышевский

ПАМЯТКА родителям о детях с синдромом дефицита внимания и гиперактивностью (СДВГ)

Ребенок с СДВГ он какой?

* Невнимательный:

- С трудом удерживает внимание во время выполнения школьных заданий и во время игр;
- Часто допускает ошибки из-за небрежности;
- Часто складывается впечатление, что ребенок не слышит обращенную к нему речь;
- Часто оказывается не в состоянии придерживаться инструкции к заданию, не доводит дела до конца;
- Ему сложно самому организовать себя на выполнение задания;
- Избегает, очень не любит задания, требующие длительного сохранения умственного напряжения;
- Часто теряет свои вещи;
- Легко отвлекается на посторонние стимулы;
- Часто проявляет забывчивость в повседневных ситуациях/

Рекомендации родителям

Прежде всего, помните, гиперактивность ребенка с СДВГ – не поведенческая проблема, и не результат плохого воспитания, а медицинский и нейропсихологический диагноз, гиперактивный ребенок имеет нейрофизиологические проблемы, справиться с которыми самостоятельно не может. Поэтому проблему нельзя решить волевыми усилиями, авторитарными указаниями или убеждением: наказания, замечания, окрики не приведут к улучшению поведения такого ребенка, а скорее ухудшат его.

- проявляйте достаточно твердости и последовательности в воспитании;
- избегайте, с одной стороны, чрезмерной мягкости, а с другой — завышенных требований к ребенку;
- повторяйте свою просьбу одними и теми же словами много раз;
- выслушивайте то, что хочет сказать ребенок;
- для подкрепления устных инструкций используйте зрительную стимуляцию;
- уделяйте ребенку достаточно внимания;
- не допускайте ссор в присутствии ребенка;
- установите твердый распорядок дня для ребенка и всех членов семьи, учите ребенка четкому планированию своей деятельности;
- чаще показывайте ребенку, как лучше выполнить задание, не отвлекаясь;

- снижайте влияние отвлекающих факторов во время выполнения ребенком задания;
- оградите гиперактивных детей от длительных занятий на компьютере и просмотра телевизионных передач;
- избегайте по возможности больших скоплений людей; во время игр ограничивайте ребенка лишь одним партнером;
- помните, что переутомление способствует снижению самоконтроля и нарастанию гиперактивности, когда ребенок утомлен, не настаивайте на срочном выполнении дела, дайте ему возможность отдохнуть;
- придумайте гибкую систему вознаграждений за хорошо выполненное задание и наказаний за плохое поведение. Можно использовать балльную или знаковую систему, завести дневник самоконтроля;
- не прибегайте к физическому наказанию! Если есть необходимость прибегнуть к наказанию, то целесообразно использовать спокойное сидение в определенном месте после совершения поступка;
- чаще хвалите ребенка. Порог чувствительности к отрицательным стимулам очень низок, поэтому гиперактивные дети не воспринимают выговоры и наказания, однако чувствительны к поощрениям;
- составьте список обязанностей ребенка и повесьте его на стену, подпишите соглашение на определенные виды работ;
- постепенно расширяйте обязанности, предварительно обсудив их с ребенком;

Спасибо за внимание!

Помните о том, что гиперактивность, присущая детям с синдромом дефицита внимания, хотя и неизбежна, но может удерживаться под разумным контролем с помощью перечисленных мер.