Консультация для родителей «Синдром дефицита внимания и гиперактивность у детей дошкольного возраста»

Синдром дефицита внимания и гиперактивность (СДВГ) – это расстройство, проявляющееся в дошкольном или раннем школьном возрасте. Таким детям тяжело контролировать свое поведение и/или концентрировать внимание.

В основе СДВГ лежит нарушение коры и подкорковых структур и характеризуется триадой признаков: гиперактивность, дефицит внимания, импульсивность.

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.

Рекомендации родителям гиперактивных детей

1. В отношениях с ребенком хвалите его в каждом случае, когда он этого заслуживает, подчеркивайте даже незначительные успехи.

2. Чаще говорите ему «да», избегайте слов «нет» и «нельзя».

3. Рекомендуют укладывать спать таких детей как можно раньше. За два часа до сна исключить активные игры с друзьями, ведь любая игра, любое общение возбуждает, а этих-то тем более возбуждает до переутомления.

4. Поручите ребенку часть домашних дел, которые необходимо выполнять ежедневно (ходить за хлебом, кормить собаку и т. д.)

5. Установите четкий режим и распорядок дня. Проявляйте гибкость, но старатйтесь выполнять это расписание, несмотря на попытки ребенка нарушить его. Постепенно вы приучите ребенка к размеренному упорядочению жизни.

6. Избегайте завышенных или заниженных требований к ребенку. Старайтесь ставить перед ним задачи, соответствующие его способностям.

7. Вызывающее поведение вашего ребенка-его способ привлечь ваше внимание. Проводите с ним больше времени.

8.8. Создавайте необходимые условия для работы вашего ребенка. У него должен быть свой уголок, во время занятий на столе не должно быть ничего, что отвлекало бы его внимание (плакаты, фотографии и т. д.)

9. Избегайте по возможности больших скоплений людей. Пребывание в магазинах, на рынках и т. п. оказывает на ребенка чрезмерное возбуждающее действие.

10. Оберегайте ребенка от переутомления, поскольку оно приводит к снижению самоконтроля и нарастанию двигательной подвижности.

11. Воспитывайте у ребенка интерес к какому-нибудь занятию. Ему важно ощущать себя умелым и компетентным в какой-либо области. Найдите те занятия, которые бы «удавались» ребенку и повышали его уверенность в себе.

12. Помните! Ваше спокойствие-лучший пример для вашего ребенка.

В заключении хотелось бы сказать о том, что результаты долгое время будут малозаметны, но даже если гиперактивный ребенок когда-то вовремя сделает уроки и самостоятельно соберет портфель – это результат вашего участия в развитии и воспитании вашего ребенка.