



Что нужно знать о СДВГ

Синдром дефицита внимания и гиперактивности (СДВГ) — это нейробиологическое расстройство развития нервной системы, проявляющееся стойкими трудностями с концентрацией внимания, гиперактивностью и импульсивностью. Оно не связано с плохим воспитанием или характером ребенка, а обусловлено биологическими причинами, такими как особенности строения и функционирования мозга и дисбаланс нейромедиаторов. СДВГ требует понимания и правильного подхода для поддержки ребенка в семье и школе.

Что такое СДВГ

- **Это хроническое неврологическое расстройство, проявляющееся с раннего детства и сохраняющееся во взрослом возрасте, если не проводится коррекция.**
- **Основные симптомы включают невнимательность (трудности с концентрацией, забывчивость), гиперактивность (постоянная двигательная активность, неспособность усидеть на месте) и импульсивность (резкие действия без обдумывания).**
- **Симптомы проявляются в разных сферах жизни ребенка (например, дома и в школе) и влияют на его адаптацию и учебу.**





Причины и природа СДВГ

- Это не следствие плохого воспитания или плохого характера, а нарушение с биологической основой.
- Возможные факторы: генетическая предрасположенность, особенности развития мозга, травмы мозга в период беременности или раннем детстве, влияние токсинов.
- Состояние связано с нарушением работы нейромедиаторов, в частности дофамина, что влияет на внимание и мотивацию.

Рекомендации родителям:

- Проявляйте терпение и понимание по отношению к ребенку с СДВГ. Помните, что плохое поведение часто связано с расстройством, а не с упрямством или ленью.
- Установите четкий режим дня и правила, обеспечьте регулярность и предсказуемость событий.
- Работайте в сотрудничестве с педагогами и школьными психологами, чтобы обеспечить ребенку поддержку как дома, так и в школе.
- Используйте положительное подкрепление и поощрение за успехи, стройте общение на позитивных эмоциях.

При необходимости обращайтесь к специалистам (психологам, неврологам, логопедам) для комплексной диагностики и коррекции.



Как помочь ребенку.

- Обеспечьте спокойное, структурированное и организованное учебное пространство.
- Делите задания на короткие этапы для облегчения концентрации.
- Используйте визуальные подсказки и напоминания.
- Включайте в режим физическую активность для снижения гиперактивности.
- Следите за эмоциональным состоянием ребенка, помогайте справляться со стрессом и раздражительностью.

Важно помнить, что СДВГ — это состояние, с которым можно жить и успешно развиваться при правильной поддержке и коррекции. Ранняя диагностика и совместная работа семьи и специалистов помогут ребенку раскрыть потенциал и адаптироваться в обществе

