

## Рекомендации родителям детей с синдромом дефицита внимания и гиперактивности

*Синдром дефицита внимания и гиперактивности (СДВГ) характеризуется двумя компонентами: невнимательностью и гиперактивностью*

СДВГ – это неврологическое поведенческое расстройство, начинающееся в детском возрасте, проявляющееся трудностями концентрации и поддержания внимания, чрезмерной двигательной активностью (гиперактивностью) и несдержанностью (импульсивностью). В последние годы частота СДВГ увеличилась, в том числе, у взрослых.

### Советы родителям:

- 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.
- Не допускайте ссор в присутствии ребенка.
- Установите твердый распорядок дня для ребенка и всех членов семьи, учите ребенка четкому планированию своей деятельности.

- Снижайте влияние отвлекающих факторов во время выполнения ребенком задания.
- 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.
- Не давайте ребенку поручений, не соответствующих его уровню развития, возрасту и способностям
- Оградите гиперактивных детей от длительных занятий на компьютере и просмотра телефона, телевизионных передач.



## Карта навигации для родителя

Консультация у специалистов консультационного центра

### Консультация невролога

1. Титова Екатерина Геннадьевна  
<https://prodoctorov.ru/krasnodar/vrach/310472-titova/>

Медицинский центр «Медсонар» ул. Петра Метальникова, д. 13

2. Лищенинский Александр Олегович  
<https://prodoctorov.ru/krasnodar/vrach/350315-lisshenovskiy/>

Клиника «Бонум» ул. Восточно-Кругликовская, д. 76/4

3. Власенко Елена Викторовна  
<https://www.clinic23.ru/nashi-spetsialisty/nevrolog/vlasenko-elena-viktorovna>

ул. Герцена 265/2

### повторная консультация педагога-психолога с заключением невролога

- Захаровой Олеси Ивановны

### Определение вида обучения и направлений оказания психолого-педагогической помощи

Центр диагностики и консультирования Краснодарского края г. Краснодар, ул. Железнодорожная, 2/1

тел. +7(861) 992-66-74

сайт: <http://www.cdik-center.ru/>

### Коррекционная работа

1. Центр нейрокоррекции поведения и речи «Томатис- Краснодар» г. Краснодар, ул. Пригородная 177, 3 этаж, каб. 303, ТОЦ "Фараон" тел. +7 (918) 47-48-308

сайт:

<https://www.tomatis.com/ru/professional/krasnodar/centr-neyrokorrekcii-povedeniya-i-rechi>

2. Детский реабилитационный центр в Краснодаре

г. Краснодар, ул. им. Селезнева, д.242 телефон: +7 (928) 690-36-03

почта: [Krasnodar@reacenter.ru](mailto:Krasnodar@reacenter.ru)

