**Консультация для педагогов.**

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

**В каждом маленьком ребенке,  
И мальчишке, и девчонке,  
Есть по двести грамм взрывчатки  
Или даже полкило!  
Должен он бежать и прыгать,  
Все хватать, ногами дрыгать,  
А иначе он взорвется:  
Трах-бабах! И нет его!  
Каждый новенький ребенок  
Вылезает из пеленок  
И теряется повсюду,  
И находится везде!  
Он всегда куда-то мчится,  
Он ужасно огорчится,  
Если что-нибудь на свете  
Вдруг случится без него!**

**Песня из м/ф «Обезьянки, вперед!»**

Казалось бы все выше сказанное: Высокая двигательная активность, неустойчивость внимания и импульсивность являются характеристикой нормального развития ребенка – дошкольника. А потребность в движении в нем заложена самой природой. Но существует группа детей, у которых эта потребность достигает патологического уровня. Таких детей называют гиперактивными т.е. сверхподвижными.

**Синдром** **дефицита** **внимания** **и** **гиперактивности** далее  **СДВГ** — неврологическо-поведенческое расстройство развития, начинающееся в детском возрасте.  Гиперактивность как одно из патологических проявлений является частью целого комплекса нарушений, которые составляют «синдром дефицита внимания с гиперактивностью» (СДВГ). Основными проявлениями считаются:

- гиперактивность,

- дефицит внимания

- импульсивность.

У мальчиков СДВГ встречается в девять раз чаще, чем у девочек.

Гиперактивные дети постоянно находятся в движении и на ногах. Они разрушают все вокруг, хватая и играя со всем, что попадается им на глаза, или беспрестанно разговаривают с окружающими. Им трудно сидеть спокойно за столом во время обеда. Они извиваются и ерзают на стульях, бегают по комнате, все трогают, громко стучат карандашами, игрушками. Они могут манипулировать попавшимися под руку предметами, хватаются за  несколько дел одновременно и бросают их не доведя до конца.

Гиперактивные дети не могут сдержать свою непосредственную реакцию и подумать перед тем, как что-то сделать. Они часто выпаливают неподходящие комментарии, безудержно проявляют свои эмоции и действуют спонтанно, не учитывая последствий своего поведения. Их импульсивность мешает им дождаться чего-то желаемого или своей очереди в игре. Они могут отобрать игрушку у другого ребенка или ударить, если они расстроены.

(Зачитает кто - нибудь из педагогов).

1. Беспокойные движения в кистях и стопах. Сидя на стуле, корчится, извивается.

2. Не может спокойно сидеть на месте, когда этого от него требуют.

3. Легко отвлекается на посторонние стимулы.

4. С трудом дожидается своей очереди во время игр и в различных ситуациях в коллективе (на занятиях, во время экскурсий и праздников).

5. На вопросы часто отвечает, не задумываясь, не выслушав их до конца.

6. При выполнении предложенных заданий испытывает сложности (не связанные с негативным поведением или недостаточностью понимания).

7. С трудом сохраняет внимание при выполнении заданий или во время игр.

8. Часто переходит от одного незавершенного действия к другому.

9. Не может играть тихо, спокойно.

10. Болтливый.

11. Часто мешает другим, пристает к окружающим (например, вмешивается в игры других детей).

12. Часто складывается впечатление, что ребенок не слушает обращенную к нему речь.

13. Часто теряет вещи, необходимые в детском саду, школе, дома, на улице.

14. Иногда совершает опасные действия, не задумываясь о последствиях, но приключений или острых ощущений специально не ищет (например, выбегает на улицу, не оглядываясь по сторонам).

Диагноз считается правомерным, если наличествуют по меньшей мере, восемь из всех симптомов. Если ребенок действительно признается гиперактивным, для того, чтобы разработать коррекционные меры, психологу необходимо выяснить возможные причины гиперактивного поведения ребенка.

**Причины развития СДВГ.**

**Неблагоприятные факторы течения беременности:**

Гипоксия плода

Угроза прерывания беременности

Стрессы во время беременности

Неправильное питание во время беременности

Курение, алкоголизм

**Неблагоприятные факторы в родах:**

Затяжные роды

Стремительные роды

Стимуляция родовой деятельности

Недоношенность (роды до 38 недель беременности)

**Психосоциальные причины:**

Наличие у ребенка неврологических заболеваний

Конфликтные ситуации в семье,

Напряженные отношения между родителями

Излишняя строгость в отношении ребенка

*Основу механизма развития СДВГ составляет дефицит определенных химических веществ (дофамина и норадреналина) в некоторых областях головного мозга. Эти данные подтверждают тот факт, что СДВГ заболевание, требующее соответствующей диагностики и правильного лечения.*

*А что такое дофамин ?*

**Дофамин традиционно считается «гормоном удовольствия» — его уровень стремительно подскакивает в организме во время процессов, которые конкретный человек считает приятными**

**Норадренилин гормон бодрости. управляет человеком во время опасности, физической или эмоциональной нагрузки. - Читайте подробнее на**

**Диагностика СДВГ**

Наличие гиперактивности у дошкольников установить непросто, поскольку здоровым детям в этом возрасте также свойственна повышенная подвижность. Диагностику СДВГ облегчают дополнительные симптомы: приступы ярости, агрессивные или отчаянные (без оглядки на риск) действия.

Все дети иногда могут быть невнимательными или гиперактивными, так чем же отличаются дети с СДВГ? Эти особенности поведения возникают до 7 лет, в дальнейшем проявляются в различных социальных ситуациях и отрицательно сказываются на внутрисемейных отношениях.

Если симптомы СДВГ выражены значительно, это приводит к социальной дезадаптации ребенка. Такой ребенок должен быть тщательно обследован врачом для исключения других заболеваний, которые также могут обуславливать подобные на рушения поведения. В зависимости от основных нарушений врачи могут диагностировать СДВГ с преобладанием невнимательности, гиперактивности и импульсивности или СДВГ комбинированного типа. Для того чтобы избежать ложнопозитивной и ложнонегативной диагностики СДВГ, обследование должно включать в себя:

- тщательный опрос родителей, родственников и педагогов, участвующих в воспитании ребенка, с акцентом на основных симптомах СДВГ; получение подробной информации об особенностях развития, психологических характеристиках ребенка, перенесенных заболеваниях, взаимоотношениях в семье, социальных условиях; беседу с ребенком, учитывающую уровень его развития, с оценкой симптомов СДВГ, а также тревожных и депрессивных проявлений;

-физикальный осмотр с выявлением патологии органов чувств (например, нарушения слуха и зрения).

**Часто задаваемые вопросы родителей**

*Чем я могу помочь своему ребенку, если он страдает СДВГ?* Необходимо вооружиться знаниями и пониманием СДВГ. Из многих источников родители (и воспитатели) могут почерпнуть полезную информацию. Ребенок с СДВГ нуждается в соответствующем наблюдении врача. Одним из направлений лечения должна быть психологическая помощь и поддержка ребенка. Родителям необходимо поговорить с сотрудниками ДОУ о поведении ребенка и убедиться, что они понимают, то что в данном случае речь идет о заболевании.

*У моего ребенка диагноз СДВГ. Что это означает?* Не все люди понимают, что СДВГ - это заболевание, некоторые его расценивают как необоснованный ярлык. Временами и родителям трудно принять, что их ребенок болен, они бывают возмущены поставленным диагнозом. Иногда родители, напротив, полагают, что они сами виноваты в этом диагнозе, т. к. были "плохими" или невнимательными.

С помощью лечения можно улучшить поведение, учебу, социальную адаптацию ребенка, развить способность заводить друзей и поддерживать дружбу. Эффективное лечение ребенка с СДВГ повышает его шансы на здоровое, счастливое и плодотворное будущее.

*Как мне вести себя с ребенком, если у него СДВГ?* Дети с СДВГ болезненно реагируют на критику. Вместо того чтобы критиковать ребенка и говорить ему, что он *не* должен делать, нужно придать замечанию более позитивную форму и сказать, что ему следует делать. Например, вместо фразы "Не бросай свою одежду на пол" сказать: "Покажи как правильно нужно складывать одежду". Важно чаще хвалить малыша и правильно реагировать на его плохое поведение. Ему нужно объяснять, что именно вас рассердило в его поведении, следует избегать обобщений. Вместо фразы *"Ты* ***никогда*** *меня не слушаешь"* лучше сказать: *"Я сержусь, потому что ты* ***сейчас*** *меня не слушал",* Наказание должно быть справедливым и по строгости соответствовать совершенному проступку. Ясные правила, и четкий распорядок дня облегчат соблюдение ребенком с СДВГ норм поведения.

Если родители чувствуют, что не справляются с малышом, им следует обратиться к врачу, который даст необходимые советы.

**Работа с родителями агрессивного ребёнка.**

         Родители детей СДВГ часто делают ошибки в общении со своими детьми. Выделяют модели поведения родителей:

1.Родители не понимают проблемы ребёнка, стремятся жёсткими мерами бороться с «непослушанием» сына или дочери, усиливают дисциплинарные способы взаимодействия, вводят непреклонную систему запретов, что провоцирует у детей негативных форм поведения, ухудшающих психосоматическое состояние ребёнка.

2. Родители стараются не обращать внимания на поведение ребенка или, «опустив руки», предоставляют ребёнку полную свободу действий, гиперактивный ребёнок лишается необходимой для него поддержки взрослых, быстро начинает манипулировать взрослыми, поведение усугубляется.

3. Некоторые родители, слыша в детском саду или общественных местах замечания в адрес своего ребёнка, начинают винить только себя в том, что он такой, впадают в депрессию, отсутствие адекватных воспитательных воздействий так же приводит к усугублению поведения

**Правила поведения родителей с гиперактивным ребенком.**

* поддерживать дома четкий распорядок дня;
* выслушивать то, что хочет сказать ребенок (в противном случае он не услышит вас);
* автоматически одними и теми же словами повторять многократно свою просьбу (нейтральным тоном);
* отвлекать ребенка в случае капризов: предложить на выбор другую возможную в данный момент деятельность; задать неожиданный вопрос; отреагировать неожиданным для ребенка образом (пошутить, повторить его действия);
* оставить в комнате одного (если это безопасно для его здоровья);
* не запрещать действие ребенка в категоричной форме;
* не читать нотаций (ребенок все равно их не слышит);
* не приказывать, а просить (но не заискивать);
* не настаивать на том, чтобы ребенок во что бы то ни стало принес извинения.

В процессе работы с родителями они должны в первую очередь должны понять, что ребёнок не виноват, что он такой, и что дисциплинарные методы воздействия в виде постоянных окриков, замечаний не приведут к улучшению поведения ребёнка, а в большинстве случаев даже ухудшат его. Вообще в воспитании гиперактивного ребёнка родителям необходимо избегать двух крайностей: проявления чрезмерной жалости и вседозволенности одной стороны, а с другой – постановки перед ним повышенных требований. Которые они не в состоянии выполнить. Необходимо посоветовать родителям вести постоянные наблюдения за ребёнком. Это необходимо, чтобы взрослый смог лучше понять какие трудности испытывает ребенок в течение дня, с чем ему удаётся справится, а с чем нет.

**К каким специалистам обращаться за помощью?**

Чтобы подтвердить такой диагноз, родители должны, прежде всего, обратиться к неврологу. Именно он после проведенных обследований и анализов может подтвердить наличие СДВГ.

Детский психолог проводит психологическую диагностику при помощи различных опросников и методик обследования психических функций (памяти, внимания, мышления), а также эмоционального состояния ребенка. Дети данного типа часто бывают перевозбудимы и напряжены.

*Если посмотреть их рисунки, то можно увидеть поверхностные образы, отсутствие цветовых решений или наличие резких мазков и нажимов. При воспитании такого малыша следует придерживаться единого стиля воспитания.*

Для уточнения диагноза гиперактивному ребенку назначаются дополнительные анализы, так как за подобным синдромом могут скрываться и различные заболевания.

*В коррекции СДВГ должна взаимодействовать вся социальная и родственная среда гиперактивного ребенка: родители, воспитатели и педагоги.*

**Памятка для педагогов:**

**«Взаимодействие педагога с детьми с СДВГ»**

* "не замечать" мелкие шалости, сдерживать раздражение и не кричать на ребенка, так как от шума возбуждение усиливается;
* применять при необходимости позитивный физический контакт: взять за руку, погладить по головке, прижать к себе;
* рекомендуется сажать поближе к педагогу, чтобы уменьшить отвлекающие моменты во время занятий;
* давать возможность в середине занятия подвигаться (попросить что-нибудь поднять, принести, предложить и т.д.);
* отвлекать ребенка в случае капризов: предложить на выбор другую возможную в данный момент деятельность; задать неожиданный вопрос; отреагировать неожиданным для ребенка образом (пошутить, повторить его действия);
* хвалить за каждое проявление сдержанности, самоконтроля, открыто проявлять свой восторг, если ребенок довел какое -то дело до конца.

**Профилактика**

Чтобы предотвратить появление синдрома СДВГ, каждая мама еще заранее до появления ребенка на свет должна обеспечить себе благополучные условия для нормального течения беременности и родов, а также создать положительный микроклимат в своем доме.

*Но если все же в семье появился гиперактивный малыш, нужно запомнить, главное - вовремя начать комплексную терапию, которая научит ребенка грамотно выстраивать взаимоотношения со взрослыми и детьми, контролировать свое поведение и эмоции.*

**Игротерапия.**

**«Найди отличие»**

**Цель:** развитие умения концентрировать внимание на деталях.

Ребенок рисует любую несложную картинку (котенка, домик и т.п.), передает ее взрослому, а сам отворачивается. Взрослый дорисовывает несколько деталей и возвращает картинку. Ребенок должен заметить, что изменилось в рисунке. Затем взрослый и ребенок могут поменяться ролями. Игру можно проводить и с группой детей. В этом случае дети по очереди рисуют на доске какой-либо рисунок и отворачиваются (при этом возможность движения не ограничивается). Взрослый дорисовывает несколько деталей. Дети, взглянув на рисунок, должны сказать, какие изменения произошли.

**«Разговор с руками»**

**Цель:** научить детей контролировать свои действия.

Если ребенок подрался, что-то сломал или причинил кому-нибудь боль, можно предложить ему такую игру: обвести на листе бумаги силуэт ладоней. Затем предложите ему оживить ладошки – нарисовать им глазки, ротик, раскрасить цветными карандашами пальчики. После этого можно затеять беседу с руками. Спросите: «Кто вы, как вас зовут?», «Что вы любите делать?», «Чего не любите?», «Какие вы?». Если ребенок не подключается к разговору, проговорите диалог сами. При этом важно подчеркнуть, что руки хорошие, они многое умеют делать (перечислите, что именно), но иногда не слушаются своего хозяина. Закончить игру нужно «заключением договора» между руками и их хозяином. Пусть руки пообещают, что в течение 2–3 дней (сегодняшнего вечера или еще более короткого промежутка времени) они постараются делать только хорошие дела: мастерить, здороваться, играть – и не будут никого обижать.

Если ребенок согласится на такие условия, то через заранее оговоренный промежуток времени необходимо снова поиграть в эту игру и заключить договор на более длительный срок, похвалив послушные руки и их хозяина.

**«Слушай хлопки»**

**Цель:** тренировка внимания и контроль двигательной активности.

Все идут по кругу или передвигаются по комнате в свободном направлении. Когда ведущий хлопнет в ладоши один раз, дети должны остановиться и принять «позу аиста» (стоять на одной ноге, руки в стороны) или какую-либо другую. Если ведущий хлопнет два раза, играющие должны принять «позу лягушки» (присесть, пятки вместе, носки и колени в стороны, руки между ступнями ног на полу). На три хлопка играющие возобновляют ходьбу.

**«Кричалки-шепталки-молчалки»**

**Цель:** развитие наблюдательности, умения действовать по правилу, контроль двигательной активности.

Из разноцветного картона сделать сигналы – 3 силуэта ладони: красный, желтый, синий. Когда взрослый поднимает красную ладонь – «кричалку» – можно бегать, кричать, сильно шуметь; желтая ладонь – «шепталка» – можно тихо передвигаться и шептаться, на сигнал «молчалка» – синяя ладонь – дети должны замереть на месте или лечь на пол и не шевелиться. Заканчивать игру следует «молчалками».

1. Работа с песком, водой, мягкими материалами (глина, пластилином), что способствует снятию напряжения ребёнка.

***Игры для снятия эмоционального напряжения***

**"Прикоснись".**При помощи игры вы учите ребенка расслабляться, снимать тревожность и развиваете его тактильную чувствительность. Используйте для этого разные предметы и материалы лоскутки ткани, меха, флакончики из стекла и дерева, вата, бумага. Разложите и на столе перед ребенком или сложите в мешочек. Когда он их внимательно рассмотрит, предложите ему с закрытыми глазами попробовать догадаться, какой предмет он взял или к нему прикасается. Интересны также игры «Ласковые лапки»; «Разговор руками».

**"Торт".**Предложите малышу испечь любимое пирожное, поиграйте с его воображением. Пусть ребенок будет тестом, изображайте приготовления теста используя элементы массажа, поглаживание, постукивание. Спрашивайте, какое приготовить, что добавить. Эта веселая игра расслабляет и снимает напряжение.