

На базе диспансерного отделения УЗ «Полоцкая областная психиатрическая больница» проводятся группы для родителей детей с СДВГ.

Телефоны для справок:

8 (0214) - 74-17-42 – зав. медико-психологическим отделением Пименова Светлана Эдуардовна

8 (0214) - 77-30-68 – регистратура.



Помните, что только любовь и безусловное принятие поможет Вам наладить и сохранить отношения с Вашим ребенком!



Синдром дефицита внимания и гиперактивности(СДВГ)

Это психоневрологическое поведенческое расстройство, начинающееся в детском возрасте.

Если ребенок:

1. Часто неспособен уделять тщательное внимание деталям или делает небрежные ошибки при выполнении школьных заданий (например, игнорирует или упускает детали, работа неточная).
2. Обычно с трудом сохраняет внимание при выполнении заданий или во время игр (например, с трудом остаётся сосредоточенным во время чтения или уроков).
3. Часто производит впечатление неслышащего обращённой к нему речи (например, кажется отсутствующим без какого-либо очевидного отвлекающего фактора).
4. Зачастую не до конца следует инструкциям и не завершает школьные задания, домашние дела, или обязанности на рабочем месте (например, начинает задания, но быстро теряет фокус и легко отвлекается).
5. Часто испытывает сложности в организации заданий и иной деятельности (например, затрудняется хранить материалы и личные вещи в порядке).
6. Обычно стремится избегать заданий, требующих длительного умственного напряжения (например, школьной и домашней работы).
7. Часто теряет вещи, необходимые в школе и дома (например, школьные материалы, карандаши, инструменты, документы, зонты, перчатки, кольца или браслеты).
8. Зачастую легко отвлекается посторонними раздражителями.
9. Зачастую беспокойно двигает или отбивает ритм кистями или ступнями, или сидит извиваясь.
10. Часто покидает своё место в ситуациях, когда это не приветствуется.
11. Часто носится вокруг или куда-то карабкается в ситуациях, когда это неприемлемо.
12. Обычно не может тихо, спокойно играть или заниматься чем-либо на досуге.
13. Часто проявляет чрезмерную говорливость.
14. Зачастую выпаливает ответ, не дослушав вопроса, перебивает, вторгается в занятия других.
15. Обычно с трудом дожидается, когда наступит его или её черёд.

То мы рекомендуем Вам:

1. Проявляйте достаточно твердости и последовательности в воспитании;
2. Избегайте, с одной стороны, чрезмерной мягкости, а с другой — завышенных требований к ребенку;
3. Повторяйте свою просьбу одними и теми же словами много раз;
4. Выслушивайте то, что хочет сказать ребенок;
5. Для подкрепления устных инструкций используйте зрительную стимуляцию.
6. Не допускайте ссор в присутствии ребенка.
7. Установите твердый распорядок дня для ребенка и всех членов семьи, учите ребенка четкому планированию своей деятельности;
8. Чаще показывайте ребенку, как лучше выполнить задание, не отвлекаясь;
9. Снижайте влияние отвлекающих факторов во время выполнения ребенком задания;
10. Помните, что переутомление способствует снижению самоконтроля и нарастанию гиперактивности, когда ребенок утомлен, не настаивайте на срочном выполнении дела, дайте ему возможность отдохнуть.
11. Придумайте гибкую систему вознаграждений за хорошо выполненное задание и наказаний за плохое поведение. Можно использовать балльную или знаковую систему, завести дневник самоконтроля.
12. Не прибегайте к физическому наказанию!
13. Чаще хвалите ребенка. Порог чувствительности к отрицательным стимулам очень низок, поэтому гиперактивные дети не воспринимают выговоры и наказания, однако чувствительны к поощрениям.
14. Составьте список обязанностей ребенка и повесьте его на стену, подпишите соглашение на определенные виды работ; постепенно расширяйте обязанности, предварительно обсудив их с ребенком.
15. Не давайте ребенку поручений, не соответствующих его уровню развития, возрасту и способностям.