**Синдром дефицита внимания у детей**

**СДВГ – это нарушение развития ребенка, проявляющееся трудностями концентрации и поддержания внимания, чрезмерной двигательной активностью (гиперактивностью) и несдержанностью (импульсивностью).**

 Таким детям тяжело учиться, поддерживать отношения с другими людьми. Это зачастую ограничивает их возможности в выборе профессии или круга общения, приводит к психологическим травмам. Поведенческие нарушения у дошкольников являются причиной конфликтов в детском саду, у школьников – снижения успеваемости и нарушений дисциплины на уроках и переменах. Следовательно, необходимо как можно раньше выявить заболевание и начать эффективную терапию, чтобы не страдало развитие ребёнка и симптомы не перешли во взрослый возраст.

***Основные симптомы СДВГ***

У СДВГ выделяют три ключевых симптома:

1. *Повышенная активность и возбудимость (гиперактивность) при СДВГ характеризуется следующими признаками*:

* неспособность сидеть на месте, желание постоянно двигаться (непрерывный беспричинный бег, ходьба, прыжки или лазанье); детям характерна бесцельная, хаотичная и излишняя суетливость, вертливость, что существенно осложняет процесс изучения чего-то нового;
* регулярное нарушение сна.

СДВГ у детей дошкольного возраста зачастую мешает развивать память и внимание, овладевать необходимыми для этого возрастного периода речевыми навыками. Кроме этого, в виду повышенной активности и низкой управляемости дети школьного возраста с СДВГ превращаются в «сущее наказание» как для членов семьи, так и учителей, одноклассников. Как результат, для детей с СДВГ характерна низкая самооценка, существенные трудности в общении с ровесниками.

    2. *Импульсивность при СДВГ проявляется так:*

* эмоциональная лабильность: частые перепады настроения, неконтролируемый выплеск эмоций, не думая о последствиях (из-за этого дети с СДВГ часто дерутся или травмируются), ребёнка «несётся» за эмоциями;
* повышенная плаксивость, капризность, агрессивность, раздражительность – особенно если что-то идёт не так, как хочется ребенку;
* нетерпеливость во всем: ребенок достаточно много разговаривает, зачастую перебивает собеседников и встревает в разговор, нарушая все правила этики; старается как можно быстрее получить желаемое, не дожидаясь своей очереди или ищет пути, как её обойти;
* после выплеска эмоций ребёнок часто переутомляется – появляется плаксивость и капризность, но при этом могут быть проблемы со сном. Обычно такое состояние родители характеризуют как «перегулял»;
* навязчивость и упрямство тоже свойственны импульсивным детям с СДВГ. Ребёнок постоянно требует внимания и общения, настойчиво добивается того, чего хочет, даже если ему отказали. Не слушает объяснений, не обращает внимания на призывы к дисциплине и послушанию.

Попытки родителей контролировать поведение ребёнка с таким синдромом часто встречаются агрессией:

- истерика;

- громкие крики;

- быстрое разбрасывание своих вещей;

- попытки нанести удар;

- действия в знак протеста против окружающих взрослых.

     3. Невнимательность (рассеянность внимания) при СДВГ проявляется такими признаками:

* рассеянность, рассредоточенность и забывчивость. К примеру, ребенок может бежать за мячом и по пути отвлечься на что-нибудь другое, при этом, если не напомнить про мяч, то в его фокус внимания он больше не попадает;
* неусидчивость, низкая концентрация на неинтересных заданиях и неумение довести их до логического завершения.

 Стоит отметить, что у ребёнка с СДВГ могут не возникать проблемы с вниманием в случае повышенного интереса к конкретному занятию. Он может долго, как и здоровые дети, смотреть мультфильмы, играть в свои любимые игры или заниматься своим хобби.

Следует обратить особое внимание, если ребёнок в возрасте, например, 12 лет не способен сконцентрироваться даже на пять - десять минут, то это может свидетельствовать о наличии СДВГ.

Важно понимать, что с возрастом гиперактивность и импульсивность станут менее заметными, в то время, как дефицит внимания может сохраниться.

***Как лечить синдром дефицита внимания***

Коррекция поведения ребенка должна проводиться комплексно, в процессе обязаны участвовать врачи, родители и педагоги – только в таком случае можно рассчитывать на положительные результаты.