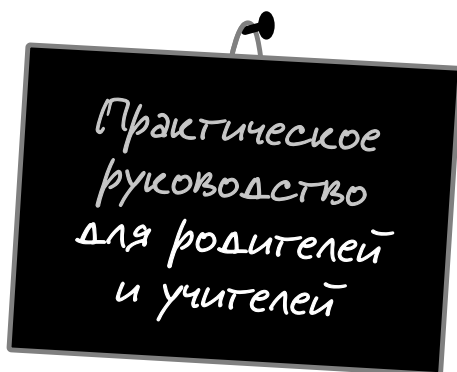


Донателла Арканджели

нейропсихиатр, специалист по работе
с детьми с диагнозом СДВГ

СДВГ

в начальной
школе



Лауреат BELMA Prize 2023,
переведена на 14 языков

 **БОМБОРА**
ИЗДАТЕЛЬСТВО
Москва

УДК 159.922.7
ББК 88.8
А82

ADHD Cosa Fare (e non) — Scuola Primaria, by Donatella Arcangeli

© 2020 – Edizioni Centro Studi Erickson SpA, Trento (Italy)

All rights reserved

www.erickson.it

www.erickson.international

Арканджели, Донателла.

А82 СДВГ в начальной школе : практическое руководство для родителей и учителей / Донателла Арканджели ; [перевод с итальянского Е. В. Ескиной]. — Москва : Эксмо, 2026. — 144 с. — (Когда ребенку сложнее. Практические решения для родителей и учителей).

ISBN 978-5-04-225048-4

Детям с СДВГ бывает сложно сосредоточиться, следовать правилам, спокойно сидеть на уроке и справляться со школьной нагрузкой. За рассеянностью, импульсивностью и постоянным движением часто стоят не лень и не плохое поведение, а особенности работы мозга. Эта книга поможет родителям и учителям лучше понять ребенка с СДВГ и создать для него условия, в которых будет легче учиться, справляться с трудностями начальной школы и чувствовать себя успешным. Внутри книги практические рекомендации, реальные школьные ситуации и поддерживающие стратегии для родителей и учителей детей с СДВГ.

**УДК 159.922.7
ББК 88.8**

ISBN 978-5-04-225048-4

© Ескина Е.В., перевод на русский язык,
2026

© Оформление. ООО «Издательство
«Эксмо», 2026

ОГЛАВЛЕНИЕ

Предисловие	9
Введение	11
Что такое СДВГ	12
Как устроена эта книга	13
Правила	15
Организация	16
Отслеживание проблемного поведения	18
Закрепление правильного поведения	20
Образовательный союз	21
Советы специалиста	24
Приложение	24

ГИПЕРАКТИВНОСТЬ

Глава 1. ВСТАЕТ И БРОДИТ ПО КЛАССУ	30
Анализ проблемного поведения	32
Как действовать	33
Организация занятий и работы в классе	33
Отслеживание проблемного поведения	34
Закрепление правильного поведения	34
Образовательный союз	34
Советы специалиста	35
Глава 2. ЛОЖИТСЯ ПОД ПАРТУ	36
Анализ проблемного поведения	38
Как действовать	39
Организация занятий и работы в классе	39
Отслеживание проблемного поведения	40

Закрепление правильного поведения	40
Образовательный союз	40
Советы специалиста	41

Глава 3. ИГРАЕТ ПРЕДМЕТАМИ НА ПАРТЕ

Анализ проблемного поведения	44
Как действовать	45
Организация занятий и работы в классе	45
Отслеживание проблемного поведения	46
Закрепление правильного поведения	46
Образовательный союз	46
Советы специалиста	47

Глава 4. БОЛТАЕТ И МЕШАЕТ УРОКУ

Анализ проблемного поведения	50
Как действовать	51
Организация занятий и работы в классе	51
Отслеживание проблемного поведения	52
Закрепление правильного поведения	52
Образовательный союз	52
Советы специалиста	53

Глава 5. ШУМИТ И СОЗДАЕТ ХАОС ВО ВРЕМЯ ИГР

Анализ проблемного поведения	56
Как действовать	57
Организация занятий и работы в классе	57
Отслеживание проблемного поведения	58
Закрепление правильного поведения	58
Образовательный союз	58
Советы специалиста	59

ИМПУЛЬСИВНОСТЬ

Глава 6. НЕ ЖДЕТ СВОЕЙ ОЧЕРЕДИ

Анализ проблемного поведения	64
Как действовать	64
Организация занятий и работы в классе	65

Отслеживание проблемного поведения	66
Закрепление правильного поведения	66
Образовательный союз	67
Советы специалиста	67
Глава 7. ПЕРЕБИВАЕТ И ВМЕШИВАЕТСЯ	68
Анализ проблемного поведения	70
Как действовать	71
Организация занятий и работы в классе	71
Отслеживание проблемного поведения	72
Закрепление правильного поведения	72
Образовательный союз	72
Советы специалиста	73
Глава 8. ДЕЛАЕТ ОДНИ И ТЕ ЖЕ ОШИБКИ	74
Анализ проблемного поведения	76
Как действовать	77
Организация занятий и работы в классе	77
Отслеживание проблемного поведения	78
Закрепление правильного поведения	78
Образовательный союз	78
Советы специалиста	79
Глава 9. НЕ ИЗБЕГАЕТ ОПАСНОСТЕЙ	80
Анализ проблемного поведения	82
Как действовать	83
Организация занятий и работы в классе	83
Отслеживание проблемного поведения	84
Закрепление правильного поведения	84
Образовательный союз	84
Советы специалиста	85
Глава 10. НЕ УМЕЕТ ЖДАТЬ	86
Анализ проблемного поведения	88
Как действовать	89
Организация занятий и работы в классе	89
Отслеживание проблемного поведения	90

Закрепление правильного поведения	90
Образовательный союз	90
Советы специалиста	91

НЕВНИМАТЕЛЬНОСТЬ

Глава 11. НЕ ЗАПИСЫВАЕТ ДОМАШНЕЕ ЗАДАНИЕ 94

Анализ проблемного поведения	96
Как действовать	97
Организация занятий и работы в классе	97
Отслеживание проблемного поведения	98
Закрепление правильного поведения	98
Образовательный союз	99
Советы специалиста	99

Глава 12. НЕ ЗАКАНЧИВАЕТ РАБОТУ 100

Анализ проблемного поведения	102
Как действовать	103
Организация занятий и работы в классе	103
Отслеживание проблемного поведения	104
Закрепление правильного поведения	104
Образовательный союз	104
Советы специалиста	105

Глава 13. ВИТАЕТ В ОБЛАКАХ 106

Анализ проблемного поведения	108
Как действовать	109
Организация занятий и работы в классе	109
Отслеживание проблемного поведения	110
Закрепление правильного поведения	110
Образовательный союз	110
Советы специалиста	111

Глава 14. ИМЕЕТ ТРУДНОСТИ В САМООРГАНИЗАЦИИ ... 112

Анализ проблемного поведения	114
Как действовать	115
Организация занятий и работы в классе	115

Отслеживание проблемного поведения	116
Закрепление правильного поведения	116
Образовательный союз	116
Советы специалиста	117

Глава 15. ТЕРЯЕТ И ЗАБЫВАЕТ ВЕЩИ

Анализ проблемного поведения	120
Как действовать	121
Организация занятий и работы в классе	121
Отслеживание проблемного поведения	122
Закрепление правильного поведения	122
Образовательный союз	122
Советы специалиста	123

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Письмо учителям	125
-----------------------	-----

ПРИЛОЖЕНИЕ РАБОЧИЕ МАТЕРИАЛЫ

Анкета ученика	129
----------------------	-----

Таблица наблюдения за 15 видами проблемного поведения	131
--	-----

Таблица мониторинга проблемного поведения	133
---	-----

Договор	135
---------------	-----

Призы	136
-------------	-----

Донателла Арканджели — врач, детский и подростковый нейрорепсихиатр. В своей клинической практике, в работе с педагогами и социально-медицинскими специалистами она сосредоточена на психическом здоровье детей и подростков, уделяя особое внимание диагнозу СДВГ.

Уже много лет она проводит обучение по всей территории автономной провинции Больцано, помогая учителям осваивать рабочие инструменты для поддержки школьников с особыми образовательными потребностями или инвалидностью.

ПРЕДИСЛОВИЕ

Дорогие учителя и родители,

уже 20 лет я занимаюсь психическим здоровьем детей и подростков — я детский и подростковый нейропсихиатр. Моя основная задача как врача — поставить диагноз, когда просят разобраться, почему у ребенка возникают трудности в развитии.

Я давно убеждена: первый терапевтический шаг — это именно диагностика. Только когда знаем, что происходит, мы можем помочь. Только когда понимаем, почему ребенок ведет себя определенным образом, мы можем подобрать для него конкретные терапевтические меры — будь то реабилитация, психотерапия, педагогические или дидактические подходы, а иногда даже медикаментозная поддержка.

С 2008 года я провожу Teacher Training — то есть обучение учителей, индивидуальное и групповое, — в итальянских, немецких и латинских школах провинции Больцано. Этот опыт для меня бесценен: он укрепил мою уверенность, что при самых серьезных нарушениях развития (например, расстройстве аутистического спектра или СДВГ) по-настоящему работает только «мультимодальный» подход. Он лучше всего отвечает особым образовательным потребностям таких детей¹.

Teacher Training — это косвенное терапевтическое вмешательство, направленное на ребенка. Цель — помочь учителям разобраться, как работает мышление школьников с тем или иным нарушением (развития, поведения, психики). С пониманием появится возможность эффективно применять специальные педагогиче-

¹ Для более подробной информации и ответов на вопросы, которые возникали во время программ Teacher Training в Альто-Адидже, можно обратиться к материалам в онлайн-разделе «Ресурсы» (код доступа указан на с. 4).

Предисловие

ские и дидактические приемы и при этом говорить на одном языке с медицинскими сотрудниками, которые занимаются лечением ребенка.

Но Teacher Training сам по себе ничего не дает, если в школе нет преимущества в обучении. Очень часто мне приходилось снова и снова объяснять одни и те же базовые вещи по конкретному ученику — просто потому, что сменялись учителя и знания терялись.

Так и появилась идея этого пособия по Teacher Training — быстрой практичной инструкции для учителей начальной школы, у которых в классе есть дети с СДВГ. Она поможет лучше понять это расстройство и использовать простые, но действенные стратегии, чтобы как можно эффективнее справляться с трудностями и поддерживать таких учеников.



ВВЕДЕНИЕ

СДВГ (*ADHD, Attention Deficit Hyperactivity Disorder*) — это синдром дефицита внимания и гиперактивности, который проявляется у детей в виде трудностей с удержанием внимания, а также с контролем импульсивности и двигательной активности.

Прежде всего важно помнить: ученик с СДВГ — это ребенок с особыми образовательными потребностями. При общении с ним необходимо иметь много терпения, а также настойчивости и главное — авторитетности. Перед вами ребенок с уязвимостью, даже если он может казаться просто невоспитанным, дерзким или ленивым. Поэтому его нужно сначала *понять*, а уже потом *управлять* его поведением.

Чем лучше вы будете представлять, как устроено его мышление, тем лучше сможете его понимать. И как только осознаете, почему он такой и почему ведет себя именно так, вам станет намного проще установить с ним реальный контакт и добиться уважения. Тогда воспитание перестанет быть борьбой — вы сможете мягко направлять его, сопровождать в жизни и помогать раскрыть сильные стороны.

Попробуйте представить своего ученика с СДВГ как ребенка с лишней «передачей», как будто внутри у него батарейки, которые никогда не садятся. Из-за повышенного уровня энергии ему быстро все наскучивает, он все время в движении, постоянно тянется к новым впечатлениям, с трудом сдерживает себя, если вокруг что-то увлекательное — но и в равной степени, когда перед ним что-то скучное.

Почему же ребенок с СДВГ создает трудности в школе? Потому что он ведет себя неуместно, и первое, что приходит в голову, — будто все эти проблемы идут от него самого или от его семьи. Если он нарушает правила, мы автоматически предполагаем, что дома

ему позволяют все. Если приходит без тетради и без выполненных заданий, мы думаем, что дома его никто не контролирует.

Но на самом деле у детей с СДВГ могут быть разные семейные ситуации — ровно так же, как у любого другого ребенка, который сталкивается с неприятностями.

Что такое СДВГ

СДВГ — это нарушение нейроразвития, врожденное, с многофакторной природой: генетической, нейробиохимической, анатомической, а также связанной с особенностями среды. Проявляется оно до 12 лет и чаще встречается у мальчиков, чем у девочек (поэтому в книге для удобства мы будем говорить о ребенке с СДВГ в мужском роде).

Распространенность — примерно 3–4 случая на 100 детей.

Уровень интеллекта может быть каким угодно — как и в общей популяции. Но дети с СДВГ имеют более высокий риск сопутствующих трудностей: нарушений обучения, поведенческих расстройств (например, оппозиционно-вызывающего расстройства — ОВР), расстройств настроения и тревоги. Эти «коморбидности» утяжеляют общую картину.

У СДВГ есть четкие признаки, которые у каждого ребенка могут проявляться по-разному. Вот они¹.

- ❶ **ГИПЕРАКТИВНОСТЬ.** Гиперактивные дети всегда в движении. Им трудно сидеть тихо и спокойно. Они необычайно живые, им нужно что-то делать — особенно если это физически активно, ново, интересно, азартно.



Гиперактивность создает поведенческие проблемы. Проблема не в самом темпераменте, а в том, что эта активность часто превышает все разумные пределы и становится неуправляемой.

¹ Гиперактивность и импульсивность в диагностике рассматриваются как единый критерий, но в рамках этой книги их полезно разделить, чтобы точнее увидеть и описать проблемные формы поведения.

- ☛ **ИМПУЛЬСИВНОСТЬ.** Импульсивные дети — взрывные, нетерпеливые, резкие, любящие риск и приключения, склонные к чрезмерным реакциям, иногда даже к давлению на других.

→ Импульсивность создает трудности в социальном взаимодействии.

- ☛ **НЕВНИМАТЕЛЬНОСТЬ.** Невнимательные дети как будто «потеряны» в своих мыслях. Они легко отвлекаются, им трудно быть организованными, не доводят дела до конца, вечно растеряны.

→ Невнимательность приводит к проблемам с успеваемостью.

Эти признаки объединяет одно: непереносимость скуки. Обычно ребенок с СДВГ теряет интерес, если:

- ☛ не знает, что делать;
- ☛ не понимает, как это делать;
- ☛ ему это не нравится;
- ☛ он не видит смысла;
- ☛ не знает, сколько это займет времени;
- ☛ не понимает, зачем это нужно.

Ваша задача как учителей — с авторитетностью и доброжелательностью провести их через школьную жизнь, обучение и отношения со сверстниками.

Как устроена эта книга

Книга разделена на 15 глав, объединенных в три больших раздела: «Гиперактивность», «Импульсивность» и «Невнимательность». В каждой рассматриваются типичные проблемные формы поведения у детей с СДВГ.

Под «проблемным поведением» автор понимает такие действия ребенка, которые создают для учителя сложности — мешают вести урок или организовывать работу класса.

В книге разбираются проявления СДВГ, которые чаще всего встречаются у детей 6–11 лет.

☛ **Проблемное поведение: ГИПЕРАКТИВНОСТЬ**

1. Встает и бродит по классу.
2. Ложится под парту.
3. Играет предметами на парте.
4. Болтает и мешает уроку.
5. Шумит и создает хаос во время игр.

☛ **Проблемное поведение: ИМПУЛЬСИВНОСТЬ**

6. Не ждет своей очереди.
7. Перебивает и вмешивается.
8. Делает одни и те же ошибки.
9. Не избегает опасностей.
10. Не умеет ждать.

☛ **Проблемное поведение: НЕВНИМАТЕЛЬНОСТЬ**

11. Не записывает домашние задания.
12. Не заканчивает работу.
13. Витает в облаках.
14. Имеет трудности с самоорганизацией.
15. Теряет и забывает вещи.

Каждый из этих пунктов сначала кратко объясняется: *«Почему так происходит?»* Затем следуют простые и понятные рекомендации для учителя: *«Что можно сделать и чего НЕ стоит делать»*.

После этого идет углубленный разбор — *«Анализ проблемного поведения»*, — а затем предлагаются инструменты и стратегии (*«Как действовать»*), которые помогут работать с ключевыми аспектами:

- ☛ *правила поведения для ребенка;*
- ☛ *организация занятий и работы в классе;*
- ☛ *отслеживание проблемного поведения;*
- ☛ *закрепление правильного поведения;*
- ☛ *«образовательный союз» с семьей.*