

Роман Савин

# СДВГ

# Майор

или

записки из непоседского дома



Роман Савин

**СДВГ Лайф или Записки  
из непосредского дома**

«Издательские решения»

**Савин Р.**

СДВГ Лайф или Записки из непоседского дома / Р. Савин —  
«Издательские решения»,

ISBN 978-5-44-851132-5

Книга «СДВГ ЛАЙФ или Записки из непоседского дома» — это рассказ о том, как живётся ребёнку и взрослому с СДВГ, что такое СДВГ и как нам выбраться из этой норы. Миссия проекта — повысить осознанность о СДВГ в обществе и спасти как можно больше Непосед и их родителей, супругов, детей. Аудитория: родители/супруги Непосед, Непоседы, учителя, социальные работники, все интересующиеся СДВГ.

ISBN 978-5-44-851132-5

© Савин Р.  
© Издательские решения

## Содержание

Карьера Савина. Начало	6
Освобождение от ответственности	10
Часть 1. Неведомая фигня	11
Марафон на костылях или рыба на дереве	12
Разрешите представиться	12
Общество можно понять	14
Синдром – это инвалидность	16
И тут у нас затруднение	18
Suffering...	20
Рептилоиды реальнее, чем Непоседы	21
Я люблю тебя жизнь и надеюсь, что это взаимно	22
И правда делает нас свободными	23
И вас вылечат. И меня вылечат	24
Кто? Что? Зачем? и Почему?	25
О структуре Записок	26
Трое в лодке, не считая Туаретта	27
О Диме и Мите замолвим мы слово	27
СДВ (Г), как много в этом слове для сердца русского слилось	29
Винегрет	30
Конец ознакомительного фрагмента.	31

# **СДВГ Лайф или Записки из непоседского дома**

**Роман Савин**

*Иллюстратор* Сергей Нестеренко

*Консультант* Игорь Близнюков

*Консультант* Зоя Савенкова

*Консультант* Марина Латыш

*Фотограф* Ирина Макушина

© Роман Савин, 2017

© Сергей Нестеренко, иллюстрации, 2017

© Ирина Макушина, фотографии, 2017

ISBN 978-5-4485-1132-5

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

Посвящается  
бойцам невидимого фронта  
и их попутчикам

## Карьера Савина. Начало

*Покуда ноги есть – дорога не кончается  
Все не кончается, и не кончается,  
Покуда..на есть – с ней что-то приключается,  
Все приключается, и приключается.*

*– Иваси, Бережкареки*

Давайте заглянем на урок алгебры в 10 «Б»:

– Валентина Матвеевна объясняет материал

– отличники записывают

– двоечники как бы записывают

– **Рома сочиняет стихи**

– Валентина Матвеевна дает практическую работу

– отличники решают

– двоечники перекатывают

– **Рома допекает Иру С., пойдет ли она с ним в кино**

– Валентина Матвеевна собирает тетрадки

– отличники сияют

– двоечники трясутся

– **Рома спрашивает у Валентины Матвеевны: «А как часто Вы используете интегралы в реальной жизни?»**

\*\*\*

Мои художества начались, конечно, раньше.

Не успел я пойти в школу, как получил в нос от Зои Антоновны, моей первой учительницы.

Бедная женщина... Уж и не вспомнить, что зажгло ее гнев: кнопка на стуле, сломанная парта или натертая мылом школьная доска...

Класс смеялся, я смывал кровь, Зоя Антоновна стояла рядом, готовая провалиться сквозь землю.

Но могу ли я осудить доведенного до крайности человека? Нет и еще раз нет!

Чего стоят две капли крови в сравнении с литрами жизни, которые я жадно пил из сердец тех, чьи прямые пути пересеклись с моей кривой дорожкой?

**Я был не ребенком, а сгустком энергии, квазаром**, испепеляющим представления нормальных людей обо всем разумном, добром и вечном.

\*\*\*

Досталось и маме. Мама принадлежит к людям, которые всего добиваются сами и до близкого знакомства с мной слово «невозможно» отсутствовало в ее лексиконе.

Отправив меня в первый класс, она специально взяла отпуск, чтобы помочь мне войти в ритм новой жизни.

Это была плохая затея.

После отчаянных уговоров, громких скандалов и горячих слез она поняла, что меня проще придушить, чем изменить.

\*\*\*

Дело в том, что минут через 10 после начала домашней работы **мои мысли внезапно превращались в скакунов**, уносящих извилины мозга от учебников-тетрадок в прекрасное далеко.

Я честно старался быть хорошим сыном и примерным учеником, но **скакуны приходили, как по расписанию, и я ничего не мог с собой поделать**.

В итоге, мама выучила слово «невозможно» и вернулась на службу, а я получил вольную и вернулся к дворовой шпане.

\*\*\*

На моей совести было не менее половины шкод, случавшихся в классе, будь то беганье по партам, игра в сифака (салки половой тряпкой) или групповые прогулы.

Если в классе взрывалась бомбочка или же мелок отказывался писать на доске, то учителя даже не устраивали дознание, а просто брали меня за шкуру и вели к завучу, который неизменно встречал меня восклицанием «ЕП-понский бог! Опять ты, Савин!».

Придя домой после школы, я спускал в унитаз оставленный мамой борщ, брал хрустящее яблочко и садился за книги – в основном я читал сказки или же что то о приключениях/путешествиях/войнах.

Устав читать, я переключался на свое очередное хобби, а потом шел к девчонкам-отличницам, чтобы списать домашнюю работу.

Но жить по-настоящему я начинал лишь вечером, когда вся шушера из окрестных ПТУ, техникумов и моей школы стекалась к турникам и мы могли делать, что хотели: прогулки по крышам многоэтажек, воровство гантелей с завода, прыжки над торчащей арматурой были нашими обычными занятиями.

**Непоседливость и жажда приключений** были настолько же естественны для меня, как вода для рыбы.

**Усидчивость и способность следовать инструкциям** были настолько же неестественны для меня, как вода для кошки.

\*\*\*

В то время, как нормальные дети четко принадлежали к какому-то школьному сословию, типа «подонок», «ботаник», «тихий троечник», я, как парус одинокий, болтался между ними, не зная, куда приткнуться.

Я находил общий язык и с теми, кто ненавидел школу сильнее меня, и с теми, кто любил ее, как мать родную.

Меня восхищали лидеры, интриговали изгои, привлекали отличницы, удивляли те, кто мог учиться хорошо, но плевать хотел на занятия, и те, кто учился хорошо, хотя имел ноль оригинальности.

\*\*\*

**Каждый школьный день** меня пытали несколько раз по сорок пять минут, но я не позволял обстоятельствам изменить себя и оставался верен своей расхристанной душе.

Не то, чтобы я был туп в классическом смысле этого слова. Скорее так – **я был велико-лепен в том, что меня увлекало и убог во всем остальном.**

\*\*\*

Но каким-то образом, сначала экзамены, а потом сессии сдавались, школы и институты оканчивались, и я стал взрослым.

Став взрослым, я влился в ряды офисного планктона, а когда меня уволили с работы после очередного российского кризиса, я собрал вещички, купил тур в США и остался там жить.

\*\*\*

Я бежал от себя, надеясь, что перемена страны проживания переменит алгоритмы моего поведения.

Я находил работы и терял их, зарабатывал деньги и растрчивал их.

Я уходил в депрессию и совершал глупости, которые могли стоить мне жизни, но потом возрождался, как Феникс, чтобы снова достигнуть высот и снова рухнуть камнем вниз.

Люди, которые по неосторожности сближались со мной, либо становились друзьями до гроба, либо получали душевную травму... наверное, тоже до гроба.

Но и у тех, и у других сближение вызывало разрыв шаблона, так как моя импульсивность, искренность, нелогичность и открытость не укладывались в рамки здравомыслящего человека.

## Освобождение от ответственности

Ну, как вам такое вступление?

Кстати, пока не забыл:

Я освобождаю себя от любой ответственности за любые последствия, которые мои Записки принесут в мир.

Я ни к чему не призываю, ничего не пропагандирую, ни на что не намекаю и мой бред не может быть никоим образом истолкован в качестве руководства к действию или как медицинская рекомендация.

Любые действия, предпринятые читателем в результате прочтения моих Записок, – это ответственность читателя, а вовсе не моя.

Я не имею медицинского образования и просто рассказал о своем личном опыте, связанном с **Синдромом Дефицита Внимания и Гиперактивности (СДВГ)**, а также поделился информацией, взятой из открытых источников.

В то же время, если книга кому-то поможет, я буду открыт для получения лучей добра, а также астраханской воблы, которую в моих американских пенатах не сыскать днем с огнем.

*Кстати, я буду называть:*

- **Непоседами** людей с СДВГ (*хотя среди СДВГшников встречаются и самые что ни на есть **поседы***), а
- **Ботаниками** людей без СДВГ.

*Может и не научно, зато прикольно.*

\*\*\*

Итак, я начинаю свой рассказ.

## Часть 1. Неведомая фигня



## Марафон на костылях или рыба на дереве

*Большинство людей ведет безнадежное существование. То, что зовется смирением, на самом деле есть убежденное отчаяние.*  
– *Генри Дэвид Торо, Уолден*

### Разрешите представиться

Меня зовут Роман Савин.

Вы, наверное, спросите, зачем я вломился в вашу жизнь со своим рассказом? Очень просто – я хочу поведать вам о том, как живет ребенок и взрослому с СДВГ.

Скажу сразу – нехорошо живет. Конечно, у каждого своя судьба, и «нехорошо» варьируется, но... **Если человек по какой-то причине ходит на костылях, то никому в голову не придет требовать от него пробежать марафон.** Не просить, а именно требовать.

И будет полным бредом злиться на человека на костылях за то, что на команду: «Встал, побежал», он посмотрит на вас, как на дебила. И будет переполненным бредом наказать его...

Общество предъявляет к СДВГшникам именно такие требования: **мы должны делать то, что мы делать просто не в состоянии.**

И когда мы оказываемся неспособны делать то, что мы делать не в состоянии, общество, то есть родные, друзья, одноклассники, коллеги, особенно: родители, учителя, боссы, приписывает нашу неспособность к **дефектам характера.**

А именно:

- лени
- отсутствию эмпатии
- неспособности к самоконтролю
- предпочтению интересного над необходимым
- наплевательскому отношению к важным делам
- необоснованной раздражительности
- непостоянству
- рассеянности
- прокрастинации
- бросанию дела на полпути
- инфантильности
- (список можно продолжить еще страницы на две).

Дефекты характера лечатся в нашем просвещенном обществе:

- наказанием
- унижением
- осуждением
- порицанием

- отрицанием
- отторжением
- исключением из школы/института
- увольнением с работы
- тюрьмой
- преждевременной могилой.

## Общество можно понять

**Еще бы нас, Непосед, не порицать и не осуждать!** Ведь что мы оставляем после себя? Воспоминания о наших зачастую разбитых судьбах, которые мы сами и разбили, шлейф из обид и ран, которые мы нанесли окружающим. Разводы, брошенные проекты, растраченные деньги, растраченные годы...

Мы и сами себя казним, да так, что самый изощренный палач побледнеет от зависти. Но что толку в этих самобичеваниях?

\*\*\*

Общество можно понять. **Синдром – эта такая нелогичная штука, существование которой трудно принять даже Непоседе.**

То есть Непоседа, конечно же, чувствует, что у него какое-то отклонение (мягко говоря), но думает, что это отклонение вызвано его, Непоседы, дурным характером. **Он же слышит о своем дурном характере с детства.**

Как его только ни называли:

- Маша-растеряша
- Лентяй
- Копуша
- Торопыга
- Паралитик (из-за дергающейся ноги)
- Рохля
- Бессердечная тварь
- Горюшко мое горькое
- Наказание мое.

На помощь приходит и народная мудрость в виде зазорных пословиц/поговорок:

- Лень вперед тебя родилась
- Вертишься, словно на ежа сел
- Непоседа портит беседу
- Заставь дурака Богу молиться.

Ну, вы поняли.

Общество можно понять. **Давайте подумаем логично и попытаемся найти объяснение, почему человек с высоким интеллектом не может сосредоточиться и сделать домашнюю работу?** Можно же просто собраться и сделать дело! В чем проблема-то???

*«Вот в старые-то времена детей умели воспитывать! Ремешком ему, ремешком, чтоб дело знал, да старших уважал!»*

\*\*\*

Или, например, разве трудно унять эту вечно дергающуюся ногу или сидеть за партой прямо, а не скрючившись! Да он просто не уважает окружающих!

– *Куда смотрят родители!* – думают учителя.

– *Ну за что мне это наказание!* – думают и, к сожалению, говорят своим Непоседам некоторые родители.

– *Почему я не такой, как все? Почему у меня не получаются вещи, которые получаются у тех, кто в разы тупее меня?* – терзают себя Непоседы.

Должен сказать, что я, по сути, такой же невежественный и повел бы себя также, как и окружающие, будь я на их месте.

Но я оказался в проигравшей команде и понимаю, каково это быть **носителем инвалидности**.

## Синдром – это инвалидность

Давайте будем называть вещи своими именами. **Синдром – это инвалидность.**

*Естественно, что когда мы говорим с детьми-Непоседами, мы должны оперировать другими терминами (об этом позже).*

Но каждый взрослый Непоседа, уже нахлебавшийся живительного нектара общественного презрения, скажет вам, что между такими вещами, как

– «**У меня есть некие особенности характера**» (например, мечтательность)

и

– «**Я не могу нормально функционировать в обществе**»,

существует очень и очень большая разница. Примерно такая же разница, как между лысым человеком и человеком со снятым скальпом.

Но эта инвалидность связана, **в первую очередь**, с тем, что Синдром затрагивает именно те свойства личности, которые необходимы для нормального существования в обществе.

Например,

– чтобы учиться в школе, нужна усидчивость

– чтобы работать над каким-то проектом и не бросить его, нужна стабильная мотивация

– чтобы общаться с кем-то, нужно уметь интерпретировать социальные сигналы (тон голоса, жесты) и иметь самоконтроль, чтобы, например, не ляпнуть что-то невпопад.

Иными словами, инвалидность, **в первую очередь**, идет от того, что черты Непоседы и его поведение *несовместимы с той средой, в которой он обитает*.

Если каким-то образом **изменить эту среду и/или свое место в ней**, то внезапно алкоголик, тунеядец и потерянная душа вдруг станет неприметным винтиком общества потребления, вступит в церковный хор и купит себе длинный зонтик с изогнутой ручкой.

Шутка. Никуда он не вступит и винтиком не станет, но, тем не менее, жизнь свою наладить вполне сможет.

\*\*\*

Как вы уже заметили, я два раза выделил «**в первую очередь**». Дело заключается в том, что даже если бы общество было толерантно к Непоседам, Синдром все равно до некоторой степени отравлял бы им жизнь.

Импульсивность, туман в голове, броуновское движение в мыслях, психические проблемы, идущие за ручку с Синдромом, еще никому не прибавили счастья.

Наивно также думать, что именно современное общество отвергает Непосед, а вот в старые добрые времена, когда мы бегали за мамонтом, у Непосед все было в ажуре.

*Пример:*

*представьте себе, что мужчины племени должны идти на охоту, а один из них увлекся наскальной живописью и начисто забыл про свои прямые обязанности по умерщвлению доисторических животных.*

**К счастью, есть много возможностей, чтобы существенно улучшить жизнь Непоседы. Непоседа может стать вполне успешным, состоявшимся и, в целом, счастливым человеком.**

**Надежда есть! И первый шаг, чтобы она вошла в жизнь Непоседы, – это признать, что корень его злоключений заключается не в отсутствии добродетели, а в присутствии проблем в работе головного мозга.**

## И тут у нас затруднение

И тут у нас затруднение, как сказал бы Гамлет.

И заключается оно в следующем.

Если мы признаем, что такие классические дефекты характера, как:

- лень
- неусидчивость
- несдержанность
- недоведение дела до конца
- прокрастинация,

**могут быть** следствием чисто биологического нарушения (некой мозговой хромоты, если хотите), а не следствием волевого акта, то получается, что наше понимание свободы воли фундаментально неверно.

**Иными словами, те вещи, которые в нашем понимании регулируются исключительно волей, в ряде случаев могут ею вовсе не регулироваться.**

И получается, что тот некий гипотетический парень, который плохо учился в школе, начал рано выпивать, натворил дел по пьяни и жизнь которого покатила в тартарары к позору, изгнанию и могиле, оказывается, мог быть жертвой **нашего** невежества.

\*\*\*

Наше невежество заключается в том, что **нормы, применимые к здоровым, применяются к больным.** А, значит, что

- несчетные полчища людей ИСПОКОН ВЕКОВ выбрасываются на помойку жизни и
- еще более несчетные полчища людей ИСПОКОН ВЕКОВ страдают из-за чудачеств вышеуказанных

только потому, что **свобода воли имеет гораздо меньшую роль, чем мы предполагали...**

\*\*\*

Получается, что в ряде случаев, **о которых мы ни сном ни духом**, аморально именно общество, а не те, кого клеймят отсутствием добродетели. И это происходит не в Сомали, или тюрьмах, или на войне, а в мирной жизни.

В любой развитой стране существует уголовная ответственность за жестокое обращение с животными, а тут, оказывается, что **мы – родители, учителя, друзья, мужья, жены, братья, сестры, коллеги – относимся к страданию ближнего равнодушнее, чем мы относимся к страданию животного...**

Какое там равнодушие – мы пинаем и сталкиваем ближнего в пропасть, ахая и охая, какой этот ближний нехороший.

Что происходит потом? Hurt people hurt people – те, кого ранили, ранят других.

## Suffering...

Мы настолько погружены в себя, что видим только **очевидное страдание**. Это – когда кишки наружу, или нет руки, или человек глухонемой.

В это же время, **дикое, невероятно большое число добрых, хороших, внешне здоровых, но несчастных людей, убивает себя или же ведет жизнь, полную невидимого для посторонних страдания.**

Помните, у Эдуарда Асадова:

Случись катастрофа, пожар, беда —  
Звонки тишину встревожат.  
У нас милиция есть всегда  
И «Скорая помощь» тоже.

А если просто: падает снег  
И тормоза не визжат,  
А если просто идет человек  
И губы его дрожат?

А если в глазах у него тоска —  
Два горьких черных флажка?  
Какие звонки и сигналы есть,  
Чтоб подали людям весть?!



## **Я люблю тебя жизнь и надеюсь, что это взаимно**

Большинство Непосед живут, зная, что с ними что-то не так. Синдром хитро маскирует себя под дефекты характера, и в результате Непоседа получает зуботычины со всех сторон. В первую очередь от тех, кто его больше всего любит – своих родных и близких.

Если уж самые близкие люди не понимают и не принимают Непоседу, то что говорить об обществе?

**Постепенно Непоседа смиряется с тем, что он – моральный урод, который, по сути всех напрягает.**

Сотни малых и больших неудач загоняют его самооценку ниже плинтуса, и мы получаем человека с комплексом неполноценности и вечным чувством вины.

**Он привык проигрывать и принял чудовищную неправду о своей моральной и эмоциональной ущербности.**

Это привыкание и принятие особо не помогают. Жизнь ежедневно напоминает Непоседе, кто он такой есть...

## **И правда делает нас свободными**

Один из моих друзей, жена которого работает в американской школе, однажды прокомментировал мой очередной уход с работы репликой: «Бро, так может быть у тебя СДВГ?»

Я был абсолютно не в курсе, что это такое, и был уверен, что проблемы с головой должны быть выражены в определенной странной форме, например, человек слышит голоса или имеет несколько внутренних личностей.

Я немедленно и с присущей мне импульсивностью занялся вопросом и... словно ГОРА свалилась с моих плеч. Я читал статьи и книги о СДВГ и не мог поверить, что то, что терзало меня десятилетиями, оказывается имеет научное название, что, оказывается, я не моральный урод, что есть миллионы таких же бедолаг, как и я, вся вина которых заключается в том, что **их мозг просто не предназначен для задач, с которыми они сталкиваются.**

Оказывается, я был той **эйнштейновской рыбой**, которую заставили лазать по деревьям и которая из-за своей непохожести на проворных макак была уверена, что она – дура.

Я взглянул на свое прошлое и понял, что множество вещей, которые с детства отравляли жизнь мне и окружающим, оказывается были **симптомами болезни**, а не следствием злого умысла Ромы Савина с целью приближения царства сатаны на земле.

## **И вас вылечат. И меня вылечат**

Я не занимаюсь диагностикой или лечением. На это есть профессионалы – идите к ним! Но в любом случае, **читайте книги, образовывайтесь, общайтесь** и, если у вас или вашего ребенка есть СДВГ, то начинайте лечиться... или, хотя бы, **перестаньте терзать себя или своего малыша.**

После того, как я узнал про свой Синдром, с моих плеч словно свалился тяжеленный груз, но, несмотря на это, я знаю, что все равно не смогу стать до конца «нормальным».

Ничего! У меня хорошая компания: не думаю, что Джек Лондон был бы хорошим бухгалтером, а у Джона Стейнбека хватило бы терпения каждый день сидеть в офисе с 9 до 6.

## Кто? Что? Зачем? и Почему?

Я написал эту книгу, так как мне нужно было высказаться. Много раз я бросал проект, но каждый раз что-то (например, некое событие) заставляло меня вернуться к работе. Надеюсь, что труды мои были не напрасны... Если так, то черкните мне пару строк на roman@sdvglife.org

\*\*\*

Вот кому могут помочь Записки:

- **Ребенку-Непоседушке**, которого травят одноклассники, мучают учителя и шпыняют родители.
- **Непоседушкиным родителям**, которые сходят с ума не понимая, что происходит с их детьми.
- **Непоседским супругам**, которые приняли от вышеуказанных родителей эстафету веселой жизни, и которые так же сходят с ума от непонимания.
- **Взрослым Непоседам**, которые не знают о своем Синдроме и живут в мире протрации, отторжения и отчаяния.
- **Всем, кто хочет донести реальность Синдрома** до друзей, родственников, учителей, воспитателей, соц. работников и т. д.

\*\*\*

И вот, может быть, самое главное – **я хочу дать надежду.**

Синдром – это вещь неприятная, но, как правило, не фатальная, особенно, если вовремя понять, что происходит.

*Как бы нам ни хотелось быть уникальными и неповторимыми, но радости и страдания, подобные нашим, уже были у миллионов других людей.*

В случае с Синдромом многие смогли найти выход и начать полноценную жизнь. Если другие смогли, почему не сможете вы?

Вот в чем я уверен на 100%: **Непоседа вполне может стать счастливым человеком.**

Именно «стать», то есть придти к счастью через *целенаправленные усилия*.

Проблемы есть у каждого, и можно долго перечислять вещи, которые намного хуже Синдрома.

Так что не будем жалеть себя, а будем искать, как нам вылезти из этой норы под названием «СДВГ».

## О структуре Записок

Для удобства восприятия информации я, как правило, не буду давать ссылки на источники.

Вся приведенная информация о СДВГ имеется в открытом доступе и гуглится на раз. Для чтения англо- и, вообще, иноязычных источников можно использовать автопереводчик браузера **Google Chrome** или сайт **translate.google.com**.

\*\*\*

После окончания работы над Записками я отдал книгу на рецензию умным людям, и умные люди сказали, что от объема материала и количества подробностей слегка плавится мозг. Я представил, что произойдет, когда Записки начнет читать Непоседа...

Тогда я разбил материал на два логических блока:

1. **Укороченная версия Записок** – она перед вами сейчас.
2. **Довески**, которые включили множество полезных, но утяжеляющих книгу статей.

Отсылки к довескам будут обозначаться вот так:

– > Читайте на сайте [sdvglife.org](http://sdvglife.org)

*Кстати,*

**SDVGLIFE.ORG** – это официальный сайт Записок с массой полезных материалов, включая тесты на СДВГ, статьи, письма читателей.

\*\*\*

В тексте использовано много переводного материала. Если не указано иное, то перевод и форматирование мои.

Сразу уточню, что мои знания о СДВГ, врачах, психостимуляторах и прочих около-СДВГ-вещах целиком основаны на моем **американском опыте**. Что творится в России по данному вопросу я не в курсе.

\*\*\*

Итак, начинаем погружение.

## Трое в лодке, не считая Туаретта

- Что такое «триг»?
- Тригонометрия, – отвечал Норман. – Часть высшей «материки».
- А «матика» что такое?
- Джек Лондон, Мартин Иден

## О Диме и Мите замолвим мы слово

Представьте, что есть два разгильдяя: **Дима** и **Митя**. Им обоим по 10 лет и они учатся в одном классе.

У них примерно одинаковый IQ и родители одного социального слоя, темперамента и внутренней культуры. И Дима, и Митя не любят учиться, а любят играть в футбол и видеоигры.

В общем, однажды они доигрались и классный руководитель пригласил родителей на лекцию об образовании. А вернее о том, что без образования их дети настолько отупеют, что будут считать, что Каспийское море впадает в Волгу, которая была вырыта древлянами с целью переезда золотого руна от друидов в Атлантиду.

Родители все поняли, устроили засранцам головомойку и те уселись за уроки.

\*\*\*

Вот, что произошло с Димой: он испугался и, хотя уроки – это дело скучное, он смог собраться и сделать их. На следующий день **его мотивация (страх) осталась** и он снова сделал уроки. И так далее.

Папа ему, конечно, устраивает нагоняй время от времени, но *вектор изменений* по отношению к учебе налицо.

В итоге, качественное решение домашней работы вошло в привычку, которая осталась с Димой навсегда.

\*\*\*

Вот, что произошло с Митей: он испугался и решил, что будет учиться на совесть.

Страх, т.е. стресс, принес ему некий драйв и учеба пошла! Так продолжалось около двух недель... Никто не мог на него нарадоваться – наконец-то, он взялся за ум!

И тут **медленно, но верно** Митя снова стал скатываться к прежней лени.

Его мотивация прошла и он с превеликим трудом заставлял себя снова сесть за уроки, но как только он садился, его что-то отвлекало, а когда он пытался сосредоточиться, то мозг его словно выключался. Тогда он брал книгу Карла Мая и с запоем читал об индейцах.

Когда вечером мама возвращалась домой и уроки были не сделаны, Митя получал нагоняй, они садились с мамой за учебники и полусонный Митя пытался хоть как-то решить свои задачки. В общем, не вышло у Мити встать на путь исправления.

Я не врач, чтобы ставить диагноз. И даже врач не всегда может со 100% уверенностью сказать, почему ребенок не может нормально учиться. Но, с большой вероятностью, можно сказать, что шаблон поведения Мити укладывается в некие рамки, характерные для людей с СДВГ.

## **СДВ (Г), как много в этом слове для сердца русского слилось**

Есть 2 «чистых» Типа СДВГ:

**Тип 1. Хронически невнимательный**

**Тип 2. Хронически гиперактивный и импульсивный**

В английской терминологии различают:

**ADD (attention deficit disorder)** для обозначения первого типа и

**ADHD (attention deficit hyperactivity disorder)** для второго и смешанного типов.

*Кстати,*

*смешанный тип – это комбинация из невнимательности, гиперактивности и импульсивности.*

Разница в поведении между невнимательными и гиперактивно-импульсивными Непоседами может быть значительна.

*Например:*

*витающий в облаках, Рассеянный с улицы Бассейной своим поведением совершенно не похож на гиперактивного оторву Буратино.*

\*\*\*

Через минуту мы рассмотрим оба Типа в подробностях, а пока я приведу статистику и ряд фактов для ускоренного погружения в суть дела.

## Винегрет

– На сегодняшний день *единственная методика диагностики Синдрома – это вопрос/ответ*. 100% надежных тестов, например, по анализу крови или снимку мозга – пока не существует.

– Причина Синдрома лежит в сфере **биологических особенностей мозга, а не в сфере желаний или воли Непоседы**. Хотя, как правило, с возрастом Непоседа все-таки лучше контролирует себя.

– Непоседа может родиться у абсолютно здоровых, любящих, интеллектуальных, спокойных, рассудительных, благополучных родителей.

– Почему-то мальчиков-Непосед рождается в три раза больше, чем девочек-Непосед.

– 75% Непосед имеют родителя-Непоседу.

– Родные братья/сестры ребенка-Непоседы имеют в 3—4 раза большую вероятность получить Синдром по сравнению с родными братьями/сестрами ребенка-Ботаника.

– Гиперактивность детей-Непосед, например, дерганье ног, переходит у подростков-Непосед и взрослых-Непосед во внутреннее беспокойство.

– От 30 до 50% детей-Непосед, становятся взрослыми-Непоседами. Да, да, **у кого-то Синдром проходит с возрастом**.

– В зависимости от метода диагностики Непоседами являются от 1 до 7% детей и от 2 до 5% взрослых.

– Непоседы, как правило, испытывают трудности в социальном плане, например, в общении и поддержании/развитии дружеских и профессиональных связей, а также в интерпретации социальных сигналов, устной речи и языка жестов.

– Доходит до того, что около **половины** детей и подростков-Непосед испытывают социальное отторжение (среди Ботаников отторжение встречается в 10—15% случаев).

– У Непосед часто бывают проблемы памятью. В том числе с кратковременной. «Мама, ты не видела мои ключи?».

## **Конец ознакомительного фрагмента.**

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.