

Монина Галина



КАК ПОМОЧЬ ГИПЕРАКТИВНОМУ РЕБЕНКУ

При составлении материалов использованы книги Ломовой – Робертс Е.К.,
Мониной Г.Б.

«Тренинг эффективного взаимодействия с детьми», «Ширгажка для
взрослых»,

«Тренинг общения с ребенком. Период раннего детства»,

книга Мониной Г.Б., Панасюк Е.В. «Тренинг взаимодействия с
неуспевающим учеником»

ОГЛАВЛЕНИЕ:

ЧАСТЬ I. РАБОЧАЯ ТЕТРАДЬ

Филипп-непоседа

Задание 1. Список «Особенности поведения и развития детей и подростков»

Задание 2. Тест «Две минуты»

Задание 3. Особенности проявления СДВГ у детей и подростков

Задание 4. «Основные закономерности взаимодействия с гиперактивным ребенком»

Задание 5. Пошаговый план решения проблемы.

Задание 6. Правила выбора игр для гиперактивных детей

Задание 7. Таблица «Копилка игр» для гиперактивных детей и подростков

ЧАСТЬ II. ИНФОРМАЦИОННАЯ.

Что такое гиперактивность

Причины возникновения гиперактивности

Возрастные особенности гиперактивных детей и подростков

Гиперактивный ребенок в детском саду

Ребенок с СДВГ дома

Рекомендации по обучению детей СДВГ

Организация учебного процесса с учетом психофизиологических особенностей учащихся

Обучение учащегося конструктивным формам взаимодействия с педагогом и сверстниками на уроке

ЧАСТЬ III. ИГРЫ И УПРАЖНЕНИЯ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ И ДЕТЕЙ

«Земля-вода-воздух-огонь»

«Хомка-хомка-хомячок»

«Если нравятся тебе»

«Указка»

«Смена ритмов»

«Активные ответы»

«Песня с хлопками»

«Счет до 10»

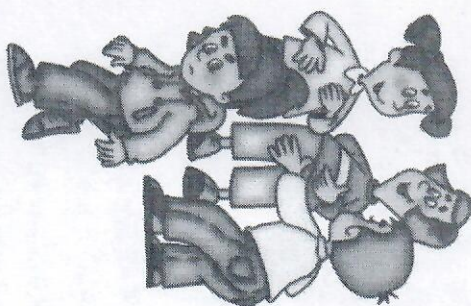
«У оленя дом большой»

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

ЭТО ВАЖНО ДЛЯ МЕНЯ!

ЭТО ВАЖНО ДЛЯ МЕНЯ!

ЧАСТЬ I. РАБОЧАЯ ТЕТРАДЬ

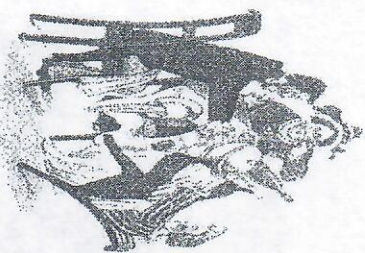


Филипп-непоседа
Генрих Хоффман

«Филипп, обещаешь сегодня
спокойно сидеть за столом?» –
Отец строго спрашивал сына,

А мама молчала при том.
Но мальчик совсем их не слушал,
Крутился туда и сюда,

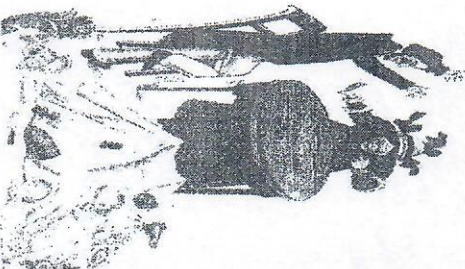
Проказничал он и капризал –
Все для него ерунда.
«Филипп, нам совсем не нравится,
Как ты себя ведешь!»



Смотрите же, дети, смотрите!
«Филипп, ты совсем упердешь!»
Он так раскачался сильно,
Что стул опрокинулся – грох!

За скатерть сваялся он с кюльсом,
Но разве же был в том прок?
Посуда еда и напитки
Скатились на пол, сын кричит:
Отец озадачен, что делать?
А мать замерла и молчит...
Под скатертью сына не видно,
И ног ничего на столе.

Тарелки разбиты, семья без обеда,
Родители в нелеп. «Вот сын – непоседа!»



СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

1. Заваленко Н. Н. Как понять ребенка: дети с гиперактивностью и дефицитом внимания. М., 20000
2. Лотова Е. К., Монина Г. Б. «Тренинг общения с ребенком. Период раннего детства». СПб, 2002
3. Лотова Е. К., Монина Г. Б. «Шпаргалка для взрослых». М., 2000
4. Лотова Е. К., Монина Г. Б. «Тренинг эффективного взаимодействия с детьми». СПб., 1999
5. Монина Г. Б., Панасюк Е. В. «Тренинг взаимодействия с неуспевающим учеником». СПб, 2003
6. Шевченко Ю. С. Коррекция поведения детей с гиперактивностью и психопатологическим синдромом. М., 1981

ИГРА «ПЕСНИ С ХЛОПКАМИ» (Лавренко С.В., 2003)

Цель: Развитие внимания, сплочение группы. Отработка навыков командного взаимодействия.

Содержание: Дети выбирают известную песню. Ведущий говорит: «Сейчас мы будем хором петь песню "Три Крокодила Гену". Но надо соблюдать особые правила.

Если я хлопну в ладоши один раз, все начинаю петь, на два хлопка все поют мысленно, без звука. На три хлопка мы должны петь без слов (то есть «мычать» мелодию)».

ИГРА «СЧЕТ ДЮ 10» (К.Фопель)

Цель: Сплочение группы, отработка навыка взаимодействия с партнерами.

Содержание: Участники встают в круг. Взрослый просит их посчитать от одного до десяти. Один из игроков говорит: «Одина». Назвать цифру «два» может любой участник, кроме тех, кто стоит рядом с предыдущим игроком или через одного от него. Великий раз, когда кто-то сообразит, не выполнит правила, он начинает счет сначала.

ИГРА «У ОЛЕНЯ ДОМ БОЛЬШОЙ»

Цель: снижение эмоционального и мышечного напряжения, развитие внимания, умения контролировать поведение.

Содержание: ведущий рассказывает стихотворение, показывая различные движения, которые сопровождают слова. Дети повторяют показанные движения, по возможности стараются повторять и слова.

У оленя дом большой, он глядит в его окошко.

Зайка по лесу бежит, в дом к нему стучит.

Тук-тук дверь открыл, там в лесу охотник зной.

Зайка-зайка, забеги, лису мне давай.

Игра с детьми, желательно разучивать слова построчно, показывая движения на каждую строку отдельно и объясняя их значение. Постарайтесь, чтобы дети обратили внимание на те эмоции, которые испытывают олень, зайка, охотник. При повторном выполнении заданий игры вы уже не будете так подробно останавливаться на каждой строчке. Возможны варианты игры: смена темпа, сигнал «стоп» (когда все замораживают в той позе, в которой их застала команда ведущего), усложнение движений.

ЗАДАНИЕ 1. Прочитайте, пожалуйста, список «ОСОБЕННОСТИ ПОВЕДЕНИЯ И РАЗВИТИЯ ДЕТЕЙ» и отметьте те из них, которые, на ваш взгляд, наиболее характерны для агрессивного ребенка:

РЕБЕНОК

- излишне говорлив
- продуктивно работает по операционным картам
- отказывается от коллективной игры
- чрезмерно подвижен
- имеет высокие требования к себе
- не понимает чувств и переживаний других людей
- опущает себя отверженным
- любит ритуалы
- имеет низкую самооценку
- часто ругается со взрослыми
- создает конфликтные ситуации
- отстаёт в развитии
- чрезмерно подозрителен
- вертится на месте
- соврпшает стереотипные механические движения
- контролирует свое поведение
- чрезмерно беспокоится по поводу каких-либо событий
- сваливает вину на других
- беспокоен в движениях
- имеет соматические проблемы: боли в животе, головные боли
- часто спорит со взрослыми
- суеглив
- кажется отрешенным, безразличным к окружающему
- любит заниматься головоломками, мозаиками
- теряет контроль над собой
- отказывается выполнять просьбы
- импульсивен
- плохо ориентируется в пространстве
- часто дерется
- имеет отсутствующий взгляд

- часто предчувствует «плохое»
- самокритичен
- не может адекватно оценить свое поведение
- имеет мускульное напряжение
- увлекается коллекционированием
- имеет плохую координацию движений
- опасается вступить в новую деятельность
- часто специально раздражает взрослых
- задает много вопросов, но редко дожидается ответов
- робко задоривается
- годами играет в одну и ту же игру
- мало и беспокойно спит
- говорит о себе во 2-м и 3-м лице
- толкает, ломает, крушит все кругом
- чувствует себя беспомощным
- задевает и роняет предметы
- завистлив, мстителен
- избегает прямых взглядов
- ведет себя однообразно
- раздражителен
- легко отвлекается
- часто страдает головными болями, спазмами
- винит других в своих ошибках
- стремится разозлить маму, воспитателей
- избегает общения со взрослыми
- боится потерять над собой контроль
- имеет хорошую механическую память
- думает, что он не хуже других
- не хочет разлучаться с родителями
- имеет низкий уровень эмпатии
- неуклюж
- избегает общения с детьми
- часто сердится и отказывается что-либо делать

Цель: управление вниманием детей, установление дисциплины.

Содержание: Как только шум в классе или в группе начинает мешать учебному процессу, взрослый стучит указкой по доске, а затем быстро спрашивает: «Сколько раз я постукал?» Дети отвечают, причем, ответы звучат самые разнообразные. Учитель говорит, что правильный ответ дал один из учеников, например, Ваня Соколов (на самом деле ответ Вани может быть и неверным), хвалит его за внимательность. Обычно взрослый выбирает самого невнимательного ребенка. В следующий раз, когда взрослый прибегает к помощи указки, именно Ваня Соколов, стараясь оправдать его ожидания, называет правильный ответ. Когда дети привыкнут к подобной игре, они все будут стараться внимательно следить за сигналами.

На следующем этапе взрослый, убрав визуальную поддержку, усложняет задание: стучит указкой с внутренней стороны стола, чтобы дети не только следили за движениями, но воспринимали сигналы на слух.

ИГРА «СМЕНА РИТМОВ»

Цель: снятие утомления, физкультминутка, присоединение детей к необходимому темпу выполнения последующих заданий.

Содержание: Взрослый заранее договаривается с детьми, что, если он заметит, что они устали, он будет играть с ними: начнет считать вслух и одновременно хлопать в ладоши. Дети должны присоединяться к нему и делать то же самое.

Как только дети расслабились или устали, учитель начинает в быстром темпе хлопать в ладоши и так же быстро считать вслух: «Раз-два-три-четыре; раз-два-три-четыре». Когда дети присоединятся, он постепенно снижает темп хлопков и говорит все медленнее: «Раз-два-три-четыре». Если после игры запланирована спокойная работа или релаксация, заканчивается счет в очень медленном темпе, если предстоит активная работа, - в бодром темпе.

ИГРА «АКТИВНЫЕ ОТВЕТЫ»

Цель: снижение напряжения, реализация двигательной потребности.

Содержание: взрослый задает вопросы, которые могут относиться как к данному учебному предмету, так и к повседневной деятельности детей. Дети отвечают не вербально, а выполняют определенные движения, названные ведущим. Например, он просит: «Полнимите правую руку, если у вас в примере получили ответ 2»; «Встаньте все, кто написал букву «а» в слове»; «Потопайте ногами все, кто выполнил упражнение»; «Полопайте в ладоши все, кто хочет ответить у доски» и т. д.

ИГРА «ЗЕМЛЯ-ВОДА-ВОЗДУХ-ОГОНЬ»

Цель: развить внимание, формирование умения контролировать свое поведение.

Содержание: Ведущий показывает детям несколько движений и называет их: «земля» — ведущий приседает на корточки, «воздух» — поднимает руки вверх, «вода» — имитирует движения при плавании (руки у груди), «огонь» — топает ногами. Все повторяют за ним движения. После объяснения ведущего начинается игра. Она проходит в быстром темпе, игроки стараются успевать за движениями и командами тренера. Затем ситуация усложняется, так как ведущий называет одну стихию, а показывает движение, соответствующее другой.

ИГРА «ХОМКА-ХОМКА-ХОМЯЧОК»

Цель: снять физическое и эмоциональное напряжение.

Содержание: Дети стоят в кругу. Ведущий и дети вместе рассказывают стихотворение, и все вместе имитируют движения хомечка.

Хомка-хомка, хомячок,
Попосаженный бочок.
Хомка раненько встает,
Щечки моет, шейку трет.
Подметает хомка хатку
И выходит на зарядку.
Раз, два, три, четыре, пять!
Хомка хочет сильным стать.

ИГРА «ЕСЛИ ПРАВИТСЯ ТЕБЕ»

Цель: Снять физическое и эмоциональное напряжение в течение урока и на перемене, развитие координации движений.

Содержание: Дети стоят в кругу. Взрослый и дети вместе поют песенку, выполняя движения.

Если правится тебе, то делай так (два щелчка пальцами над головой).

Если правится тебе, то делай так (два хлопка над коленками).

Если правится тебе, то делай так (два прыжка ногами).

Если правится тебе, то ты скажи: «Хорошо!»

Если правится тебе, то и другим ты скажи.

Если правится тебе, то делай все!

УПРАЖНЕНИЕ «УКАЗКА»

ЗАДАНИЕ 2. Пройдите этот тест, имея в распоряжении 2 минуты.

ТЕСТ

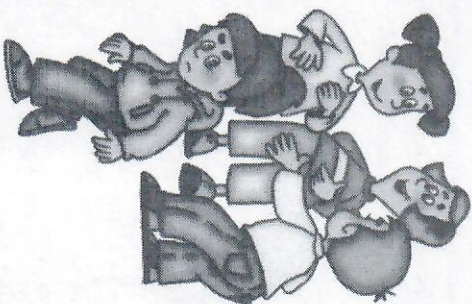
Уместе ли вы подчиняться указаниям?

1. До того, как что-нибудь сделать, внимательно все прочитайте.
 2. Напишите печатными буквами ваше имя в правом верхнем углу листа.
 3. Обведите ваше имя.
 4. В левом верхнем углу нарисуйте пять маленьких квадратов.
 5. В каждом квадрате поставьте крестик.
 6. Напишите свою фамилию в верхней части листа.
 7. Под вашим именем в правом верхнем углу напишите номер своего телефона.
 8. Громко назовите номер, который вы написали, так, чтобы всем было слышно.
 9. Обведите этот номер.
 10. Поставьте крестик в левом нижнем углу листа.
 11. Обведите этот знак треугольником.
 12. Своим обычным голосом сосчитайте вслух в обратном порядке от 10 до 1.
 13. Запишите в прямоугольнике слово «угол» в предложении № 4.
 14. В верхней части листа проделайте острием ручки три маленькие дырочки.
 15. Громко крикните: «Я почти закончил!»
- Теперь, когда вы все внимательно прочитали, выполните только задания 1 и 2.

ЗАДАНИЕ 3. Познакомьтесь, пожалуйста, с особенностями проявления СДВГ у детей и подростков (Монина Г.Б., Логова-Робертс Е.К.)

Возраст	Особенности проявления	Рекомендации родителям
Первый год жизни	Чрезмерная чувствительность к незначительным раздражителям (громкий плач, нарушения сна), коротких и беспокойный сон, двигательного беспокойства, повышенную потребность внимании взрослого.	Тщательное наблюдение за эмоциональными проявлениями ребенка. Избегание шумных многолюдных встреч. Обязательное соблюдение режима дня Не допускать переутомления мамы (возможность полноценного сна, питания)
Кризис одного года	Осложняется наличием и повышенной импульсивности, и симптомами кризиса (негативизм, упрямство, сопротивление). К трем годам, когда увеличивается словарный запас, формируется связная речь, возрастает нагрузка на центральную нервную систему что может привести к неврогическим расстройствам.	Поддерживать позитивного эмоционального климата в семье
1-3 года	Повышенная возбудимость, избыточная двигательная подвижность, непоседливость, отсутствие регуляции поведения, двигательное беспокойство, нарушения аппетита и сна (иногда - отказ от дневного уже в 1,5-2 года).	Разумное количество запретов (спокорным, но в то же время уверенным тоном) предоставление альтернативных действий Избегание интеллектуальных перегрузок Соблюдение четкого распорядка для безусловная родительская любовь.
Кризис 3-х лет	Гибкая система отношений. Избегание категорических приказов. Гармония между «можно» и «нельзя»	
3-6 лет	Избыточная двигательная активность, и "неуклюжесть" Чрезмерная речевая активность, задает вопросы и не	Уделять эмоциональное внимание (не по его медицинским и физическим уходом), больше общаться с ребенком, выкидать проблемы, играть вместе с ним в детские игры, беседовать "по душам", а не только провозгласить
	Рассторможность, гиперактивность,	

ЧАСТЬ III. ИГРЫ И УПРАЖНЕНИЯ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ И ДЕТЕЙ



- 12). Соблюдение четких временных интервалов начала и окончания урока, недопустимость лишения активного отдыха на перемене в качестве наказания
- 13). Четкий (но не оскорбительный) контроль за выполнением ребенком заданий
- 14). По возможности усилить ребенка с СДВГ за первую пару, где учителю легче контролировать его поведение, а «зрителей» вокруг него и возможностей отвлечься – меньше.
- 15). Соответствие учебного материала с объемом внимания ребенка. Уменьшение объема задания, перемены между заданиями, требующими активного внимания, подача за короткий промежуток времени только небольшого объема нового материала и др.
- 16). Развитие навыков самоконтроля: после инструкции учителя ребенок дублирует его слова, обращаясь к одноклассникам, которым тоже предстоит выполнить это же задание.
- 17). Обучение ребенка навыкам планирования своей деятельности (составление списка необходимых действий и последовательное вычеркивание по их завершению)

Обучение учащегося конструктивным формам взаимодействия с педагогом и сверстниками на уроке:

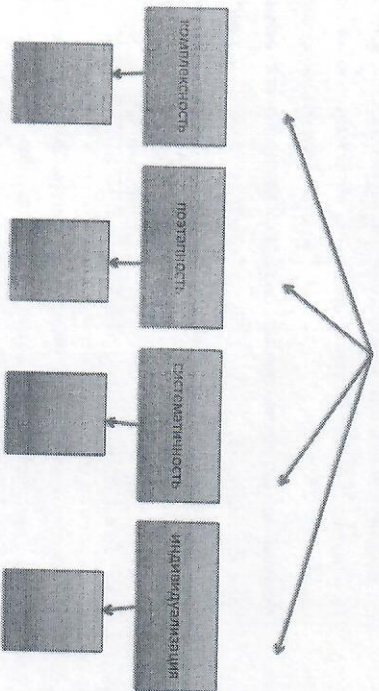
- 1). отработка навыков выражения гнева в приемлемой форме
- 2). Демонстрация неагрессивного поведения, доброжелательного спокойного отношения учителям. Не допустима (даже в экстремальной ситуации) вербальная оскорбленция, физическое насилие
- 3). обучение ребенка адекватным способам разрешения конфликтов на уроке
- 4). Обучение ребенка адекватным способам выражения просьбы к учителю, одноклассникам во время урока.

Как показала практика, использование приведенных принципов и приемов взаимодействия с типичными детьми на уроках помогает им адаптироваться к школьным условиям, выявить собственные сильные стороны и стать успешными учащимися.

	Моторная неловкость	нравучительные речи Последовательность, твердость воспитаний, контроль за поведением Р (составление списка запретов и следование ему). Поощрения предоставлять сразу.
7-12 лет	Чрезвычайная подвижность, беспокойство. Легко отвлекается на раздражители. Не доводит до конца начатое дело, задания. Не обращает внимания на детали: правы лиры. Возможная демонстративность (роль классного клоуна, г "уход в болон). Возможны проблемы в обучении	Адекватная возможностям ребенка учебная нагрузка. Постановка реальные целей и задач позитивная модель воспитания: подчеркнуть успехи, укреплить уверенность в себе. При необходимости - работать индивидуально. Обязательно контролировать выполнение заданий на первых порах снизить требования к аккуратности
12-17 лет	Оставание эмоционального развития неуравновешенность, вспыльчивость, заниженная самооценкой. В снижении типичности, повышение импульсивности (часто – с агрессивности). Возможны тревожно-депрессивных расстройств. Быстро меняет разные виды деятельности увлечения. Стремление к независимости. Частая смена настроения, быстрое разочарование. Склонность к спорам. Низкий уровень ответственности	Взрослым быть готовым и терпимым к проявлениям "бунарского духа", нитииз избегать резких замечаний, оскорблений, давления со стороны взрослых. Возможность общения с близким по духу взрослым. Поддержка самостоятельности, ответственности. Последовательность в применении санкций. Соблюдение контроля и границ дозволенного. Поощрение подростка за желаемое поведение

ЗАДАНИЕ 4. Дополните схему «Основные закономерности взаимодействия с гиперактивными ребенком»

Основные закономерности взаимодействия с гиперактивными детьми



формированию положительного отношения детей к занятиям на уроках (основы мотивационной обусловленности обучения).

Многократное повторение успешных действий ребенка формирует у него потребность в более обобщенных эмоциональных оценках (успех «делая», а не только отдельной операции).

4. снижение уровня негативных эмоциональных проявлений учащихся к процессу обучения, снижения уровня пикольной тревожности как фактора, влияющего на общую успешность и на процесс освоения грамотным письмом (фронтальная и индивидуальная работа учителя).

Активизация позитивного настроения учащихся - основа для привлечения внимания детей, сосредоточенности на работе в классе, создания ситуации успеха, снижения уровня тревожности, снятия мышечных зажимов.

Организация учебного процесса с учетом психофизиологических особенностей учащихся:

- 1). Мультисенсорный подход к обучению: подачу нового учебного материала и проверку знаний осуществлять с наиболее выраженными учебными стилями ребенка, а закрепление пройденного материала – с выраженными более слабо (Б.Д. Ливер, М.).
- 2). смена видов деятельности в зависимости от степени утомляемости ребенка;
- 3). реализация двигательной потребности ребенка (выполнение поручений учителя, требующих двигательной активности: раздать тетради, стереть с доски и т.д.);
- 4). снижение требований к аккуратности на первых этапах обучения; поощрения за работу, выполненную ребенком ЧУТЬ аккуратнее, чем предыдущая
- 5). выполнение упражнений на релаксацию и снятие мышечных зажимов
- 6). инструкции учителя должны быть четкими и немногословными; тон учителя – нейтральным, слова и фразы – понятными
- 7). проверка знаний ученика с СДВГ – в начале урока;
- 8). избегание категоричных запретов.
- 9). При необходимости - объяснение материала (в случае необходимости) ребенку индивидуально (один на один)
- 10). Снижение объема рукописных текстов: использование рабочих тетрадей, выполнение ряда упражнений на компьютере, отказ от практики «переспыливания» неаккуратных работ, от выполнения заданий на черновиках.
- 11). Предоставление ребенку momentальной обратной связи: поощрения, наказания –

Рекомендации по обучению детей СДВГ

1. Повышение учебной мотивации:

Смена разных видов деятельности во время занятия (необходимы для инфантильных, гиперактивных детей), прореживание творческих работ (особенно с креативными детьми), предоставление им выбора формы домашнего задания, подбор дидактического материала с учетом особенностей ребенка (дети с СДВГ часто любят что-либо делать своими руками, а не только слушать и смотреть на пособия), введение элементов игры (желательное для инфантильных, тревожных детей), - все это способствует повышению учебной мотивации.

Многие педагоги используют гибкую систему поощрений и наказаний. В условиях школы такими поощрениями, в зависимости от индивидуальных и возрастных особенностей ребенка, могут стать: возможность выбрать то или иное задание, помощь учителя в проверке тетрадей, роль «Хранителя времени» в классе, возможность писать на школьной доске во время перемены или на уроке, первое место в строю, выполнение письменного задания на компьютере и др. Узнать же о предпочтениях каждого ребенка из рисунков и сочинений на темы «О чем я мечтаю», «Школа моей мечты», «Идеальный учитель», «Самый лучший детский сад» и др.

В настоящее время повышается эффективность использования компьютера как дидактического средства. Особенность компьютерного обучения – полнота, оперативная обратная связь, что способствует поэтапному формированию учебных умений и навыков. Работа с компьютером включает ребенка в новую сферу действий, где он - исполнитель, корректор, а иногда и автор программы. Это ставит его в новую позицию по отношению к себе, к обучению, заставляет мобилизовать свои возможности.

2. развития познавательной сферы ребенка, непосредственно значимой для освоения учебного материала (восприятия, внимания, памяти, мышления и др.);

3. постепенный переход учеников к саморегуляции своей деятельности и самоконтролю: самостоятельному анализу учебного материала, процесса произвольного выполнения учебных заданий и самонаизучу дополнительных онлайн. В процессе обучения происходит постепенная передача функций учителя – ученику, нарастание уровня самостоятельности ребенка. Так, сначала деятельность учащихся осуществляется под руководством взрослого, главной задачей которого является «настроить» ребенка на дальнейшую работу. Игры, упражнения, многоуровневые задания для разных категорий детей, самостоятельный выбор вида деятельности учащимся, помощь взрослого в осознании им успеха, - все это способствует

ЗАДАНИЕ 5. *Вспомните одну из проблем взаимодействия с гиперактивным ребенком в школе или дома. Выделите самую актуальную для вас задачу. Проранжируйте оставшиеся задачи. Составьте конкретный план прохождения первого этапа.*

Самая актуальная задача!!

1-й шаг:

что я могу сделать:
чья помощь мне необходима:
каких результатов я жду:
как я узнаю, что задача решена:

2-й шаг:

что я могу сделать:
чья помощь мне необходима:
каких результатов я жду:
как я узнаю, что задача решена:

3-й шаг:

что я могу сделать:
чья помощь мне необходима:
каких результатов я жду:
как я узнаю, что задача решена:

ЗАДАНИЕ 6. Познакомьтесь с правилами, которые необходимо использовать при выборе игр для гиперактивных детей

Выбор игр для гиперактивных детей обусловлен особенностями их развития и поведения (дефицит внимания, импульсивность, гиперактивность).

1. начинать с индивидуальной работы, чтобы ребенок 1*1 со взрослым научился понимать и следовать инструкциям
2. затем прилежать к играм и занятиям в малых подгруппах, чтобы ребенок постепенно осваивал навыки взаимодействия с детьми
3. переходить к коллективным играм
4. нежелательно формировать группу только из детей с СДВГ (у ребенка должен быть образец желаемого поведения, кроме того, дети будут «заражать» друг друга)
5. использовать игры с четкими, немногословными правилами (при возможности – нарисовать пиктограммы)
6. перед началом игры можно попросить ребенка с СДВГ рассказать всем ребятам, какие правила необходимо выполнять
7. тренировку слабых функций ребенка следует проводить поэтапно (подробное описание в книге «Игры за партами», в книге «Играшка для взрослых»)
8. во время урока или занятия использовать игры спокойные, без особого эмоционального накала («Игры за партами», в книге «Играшка для взрослых»)
9. подвижные игры проводить на улице или на перемене в школе
10. желательно иметь несколько способов приведения ребенка в нормальное эмоциональное состояние после игры («Крычалка-петгалка», «Знак «СТОП», релаксационная игра и др.)
11. поощрять ребенка за выполнение инструкции
12. предлагать детям придумать игру самим
13. давать возможность гиперактивному ребенку быть воином, ведущим

Прежде всего, все взрослые в семье должны договориться между собой и выработать единодушный подход к воспитанию. В противном случае ребенок будет манипулировать окружающими.

Следующее условие – наличие определенных семейных правил, которые принимаются на семейном совете, а если ребенок еще совсем мал, о них просто сообщается ему. Однако запретов должно быть не очень много, но соблюдаться они должны обязательно. Если сын или дочь достигли подросткового возраста, желательно составить вместе с ним «Права и обязанности членов семьи».

Непрерывным условием выполнения ребенком семейных правил становится последовательность их реализации. Гиперактивные дети, как только получают новый запрет, тут же придумывают, как его «обойти», и непоследовательность взрослых облегчает им поиск обходных путей.

При взаимодействии с детьми и подростками с СДВГ зачастую бывает необходимо контролировать их действия гораздо дольше, чем с другими детьми, поскольку у них отмечаются нарушения в блоке программирования, регуляции и контроля, они не могут поэтапно строить свою деятельность и прогнозировать поступки

Еще одно условие благоприятных отношений в семье – умение родителей владеть своими собственными эмоциями (не только негативными, но и позитивными), особенно если ребенок в это время выполняет или готовится выполнять какое-то учебное задание.

Иногда про детей с СДВГ говорят, что это дети «с моторчиком», потому что они постоянно находятся в движении. Но родители забываются, думая, что ребенок никогда не устает. Конечно же, устает, причём, до такой степени, что сам уже не может остановиться и даже вечером, переполненный информацией и эмоциями, долго не может уснуть. Именно поэтому такому ребенку так необходим четкий режим дня: время приема пищи, выполнения домашних заданий, сна должно быть постоянным. Ребенка следует оберегать от утомления, которое приводит к снижению самоконтроля. Перед сном полезным будет легкий массаж, которому могут обучиться мама или папа и который поможет снизить накопившееся за день мышечное и эмоциональное напряжение.

Перечисленные выше и многие другие способы взаимодействия с ребенком с СДВГ окажутся полезными и эффективными только если ребенок доверяет родителям, уверен в их любви. Поэтому одно из важнейших условий эффективного взаимодействия с ребенком – принятие ребенка таким, какой он есть и эмоциональное тепло и забота.

Некоторые родители пытаются сделать ребенка удобным, «тренировать» его под общепринятые каноны с помощью дисциплинарных воздействий. Многие родители, особенно мамы, испытывают постоянное чувство вины за то, что их ребенок не умеет, но выражают родительские и знакомых, «принципиально встать себя».

Зачастую в семье возникают проблемы, связанные со взаимоотношениями гиперактивного ребенка с братьями и сестрами. Как правило, сиблинги страдают от отсутствия ребенка с СДВГ как дома, так и в детском саду и школе. Дома их прежде всего не устраивает то, что родители зачастую позволяют ребенку с СДВГ больше, чем им самим. В общественных местах им становится неудобно за замечания, которые сыпятся на их голову из-за неуправляемого поведения брата или сестры.

Если же проблемы сиблингов связаны в основном с взаимодействием между ними дома, то братьев и сестер ребенка с СДВГ надо обучать способам общения, не провоцирующим нежелательные вспышки, методам конструктивного решения конфликтов. Кроме того, если родителям приходится проводить очень много времени с ребенком с СДВГ (что совершенно необходимо и неизбежно), это не значит, что остальные дети в семье должны быть лишены их внимания и заботы. Обязательно надо найти время, чтобы почитать, поговорить с каждым ребенком в семье отдельно, не отвлекаясь даже на неотложные дела и звонки. Сиблинги должны быть уверены, что нужна маме и папе, их любят, но обстоятельства не позволяют родителям уделять им больше времени.

Если сестры и братья постоянно жалуется, что ребенок с СДВГ мешает им играть, делать уроки, смотреть телевизор, родителям желательно на семейном совете ввести несколько четких правил о том, какое поведение является допустимым, а какое - нет.

В случае, если гиперактивный ребенок нанес ущерб брату или сестре (сломав игрушки, порвал книгу и др.), психологи советуют возместить убыток из карманных денег ребенка. При наличии ребенка с СДВГ в семье, который часто нарушает личное пространство сиблингов, не провоцировать вторжения на их территорию: закрывать комнату или ящик с личными вещами на ключ. А если ребенок мешает брату или сестре выполнять домашние задания, одним из главных и обязательных правил в семье должен стать жесткий запрет на подобное поведение.

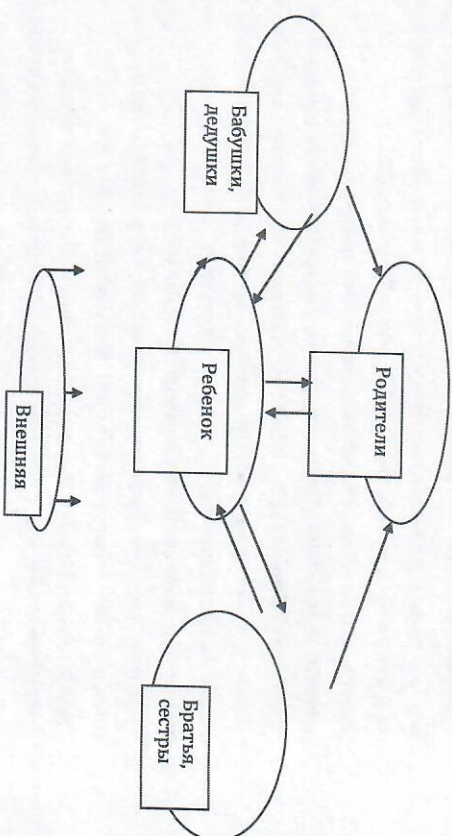
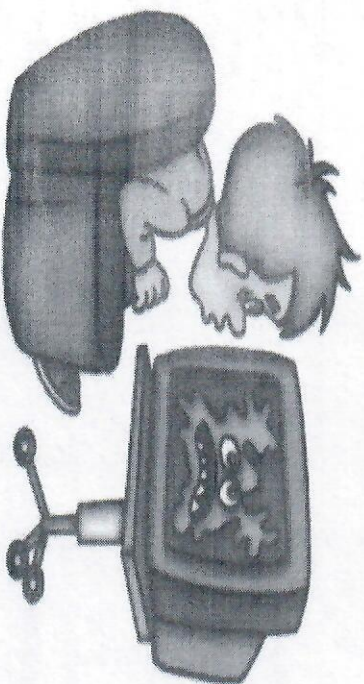
Чтобы в семье сформировать положительную эмоциональную атмосферу, в которой и ребенку, и окружающим его близким было комфортно, желательно выполнять ряд условий.

ЗАДАНИЕ 7. Заполните, пожалуйста, таблицу «Копилка игр» для гиперактивных детей и подростков.

Цель игры	Название игры
Тренировка внимания	
Снижение импульсивности	
Снижение двигательной активности	

ЧАСТЬ II. ИНФОРМАЦИОННАЯ

(Лотова Е.К., Мочина Г.Б., 1999).



Таким образом, родители ребенка с СДВГ находятся в постоянном состоянии стресса (а поскольку ребенок гиперактивен, то и он тоже страдает от этого), чувствуют вину, беззащитность, отчаяние, необходимо найти в их окружении людей, которые окажут им помощь, как физическую, так и моральную. В противном случае многим мамам (а именно на них обрушивается весь груз проблемы), грозит состояние депрессии и требуется медицинская помощь. Именно поэтому к воспитанию гиперактивных детей так важно привлекать пап. Кроме того, специалисты отмечают, что дети с СДВГ ведут себя гораздо спокойнее при взаимодействии именно с папами. В группу поддержки могут входить и бабушки и дедушки, но только при условии, что они будут поддерживать выработанные в семье правила и законы. Однако очень часто именно бабушки и дедушки становятся первыми «жестяками» детей и особенно подростков с СДВГ. Будучи излпшне мажками, они позволяют внукам манипулировать собой. А проявляя немотивированную жесткость, вызванную непониманием особенностей детей с диагнозом, они могут вызывать агрессивные вспышки и протест. Поэтому так важно в семьях, имеющих детей с СДВГ, информировать всех членов семьи об особенностях заболевания и вырабатывать единую линию воспитания. Реагирования на те или иные поступки ребенка. Последовательность, отсутствие обвинений в адрес ребенка, принятие и понимание его, - все это необходимо, если в семье есть ребенок с СДВГ.

Будучи гиперчувствительными, дети с СДВГ достаточно иногда мгновенно «считывают» эмоциональное состояние взрослых и тут же «заражаются» им. Поэтому родителям и воспитателям желательно научиться справляться с собственными бурными эмоциями, чтобы не провоцировать их вспышку у ребенка.

Практичные дети получают в течение дня огромное количество замечаний и, безусловно, устают от них, часто проявляют в ответ на них агрессию. Гораздо эффективнее не ругать их за нежелательное поведение, а поощрять за спокойное, желаемое воспитателями поведение. Линда Фриффнер считает, что на одно замечание должно приходиться пять похвал и что поведение детей с СДВГ можно спланировать похвалами и замечаниями. Причем, хвалить надо предметно, и похвала должна иметь не только словесное выражение, но и материальное: предоставление выбора места за столом, право первым ответить на вопрос воспитателя и т.д. Для закрепления успеха можно вести ежедневные записи в «Дневнике успеха», которые можно зачитать в конце недели перед всей группой. Фиксирование внимания взрослых на сильных сторонах ребенка с СДВГ, на его успехах поможет избежать ему чувства отверженности, неободряемой «инаковости».

Похвала ребенка с СДВГ (или жетон) должна быть моментальной, то есть следовать сразу же за вызвавшей ее деятельностью. Наказание (или лишение жетона) также должно применяться сразу после нежелательного поведения. От взрослого должна идти всемерная поддержка. Ребенку необходимо помочь в структурировании времени, деятельности, подсказки, что делать в данный момент, что позже. Причем, инструкции должны быть конкретными и краткими («возьми картон», «намажь клеем белый лепесток» и т.д.) и носить нейтральный характер.

Ребенок с СДВГ дома (Минина Г.Б., Лотова-Робертс Е.К., Чутко Л.С.)

СДВГ – это не проблема воспитания, но среда окружения оказывает большое влияние на развитие симптоматики. Нарушение сна, двигательная и речевая активность, импульсивные поступки детей, - все это может провоцировать не только нарушение детско-родительских отношений в семье, где есть ребенок с СДВГ, но и конфликты между супругами, развод, депрессию матерей. Кроме того, уставшие родители, которых окружающие обвиняют в неумении воспитывать ребенка, не обладающие к тому же информацией об особенностях взаимодействия с детьми с СДВГ, часто прибегают к физическим наказаниям, вербальной агрессии (оскорблением), что усугубляет симптомы.

В расширенных семьях в конфликт вовлекаются и другие члены семьи: бабушки, дедушки, братья и сестры ребенка, соседи и др. В центре ситуации находится ребенок, но его проблемы напрямую и опосредованно должны решать родители.

Что такое гиперактивность?

“Терм...” — от греч. Нурет — над, сверху — составная часть сложных слов, указывающая на превышение нормы. Слово “активный” пришло в русский язык из латинского “activus” и означает “действенный, деятельный” (Психологический словарь)

Причины возникновения СДВГ

Формирование СДВГ зависит от многих факторов:

- генетические факторы
 - особенности строения и функционирования головного мозга
 - родовые травмы
 - инфекционные заболевания в первые месяцы жизни ребенка
 - неблагоприятные социально-экономические и психологические условия могут усугублять проявления расстройства, возникших в результате наследственной патологии или поврежденный головного мозга в перинатальном периоде.
- Синдром дефицита внимания с гиперактивностью (СДВГ) – поведенческое расстройство, относящееся к категории гиперкинетических расстройств (Международный классификатор болезней МКБ-10). Характеризуется триадой симптомов: нарушением внимания, гиперактивностью, импульсивностью.

1) Невнимательность:

- повышенная отвлекаемость
- снижение концентрации внимания у таких детей
- невозможность длительного выполнения неинтересного задания.
- дефицит избирательного внимания (повышенная отвлекаемость на посторонние стимулы, особенно если эти стимулы яркие, интересные)

2) Гиперактивность.

- повышенная двигательная (моторная) активность
- трудность неподвижно сидеть во время занятий.
- активность у детей с СДВГ носит бесцельный характер (в отличие от просто энергичных детей).

3) Импульсивность.

- невозможность контроля над своими импульсами.
- когнитивная импульсивность (отражающаяся успешное мышление)
- поведенческая импульсивность (отражающаяся трудности при подавлении реакций)

Синдром дефицита внимания с гиперактивностью (СДВГ) — это медицинский диагноз, поставив который может только врач после проведения диагностического обследования. По данным эпидемиологических исследований, частота СДВГ среди дошкольников и школьников составляет 4,0-9,5% (Заваленко Н. Н., 2000).

В основе гиперактивности лежит минимальная мозговая дисфункция (ММД), которая вызывает кожные проблемы почти половины неуспевающих детей (Шевченко Ю. С.).

Дети с СДВГ нередко бывают раздражительными, вспыльчивыми, эмоционально неустойчивыми, что затрудняет их общение со сверстниками и взрослыми и, как правило, вызывает беспокойство и раздражение взрослых, считающих, кто они не хотят сосредоточенно работать и подчиняться дисциплинарным требованиям.

Возрастные особенности гиперактивных детей и подростков

Первые проявления синдрома гиперактивности могут проявиться уже в младенчестве: повышенный мышечный тонус, чрезмерная чувствительность ко всем раздражителям (свету, шуму), нарушения сна, подвижность и возбудимость во время бодрствования.

В 3-4 года заметной становится неспособность ребенка сосредоточенно заниматься чем-либо (спокойно слушать сказку, играть в игры, требующие концентрации внимания), деятельность носит преимущественно хаотический характер.

С возрастом расторможенность значительно уменьшается или исчезает совсем (в дошкольном возрасте ребенок может стать инертным и безынициативным), однако неустойчивость внимания и импульсивность поступков могут сохраниться. По данным Н. Н. Заваленко, когнитивные и поведенческие нарушения сохраняются почти у 70% подростков и более чем у 50% взрослых, у которых в детстве был диагноз СДВГ.

Неспособность длительное время поддерживать концентрацию внимания и контроль над своими импульсами становится наиболее отчетливой на начальном этапе школьного обучения, она является причиной нарушения усвоения знаний и часто приводит к дисциплинарным проблемам. Все это значительно нарушает школьную адаптацию.

Прогноз успешности обучения и развития ребенка зависит от степени выраженности двигательной расторможенности и неустойчивости внимания; характера нарушений познавательной сферы; наличия вторичных эмоциональных и личностных расстройств, др)

Дети и подростки с синдромом гиперактивности имеют предположительную к нарушениям в поведении и антисоциальным поступкам. При оказании своевременной лечебной и педагогической поддержки, при благополучном личностном развитии гиперактивный ребенок способен адаптироваться в обществе, в дальнейшем вести нормальную трудовую жизнь, адекватно устанавливать межличностные отношения.

Гиперактивный ребенок в детском саду

Как правило, ребенок с СДВГ гораздо успешнее выполняет задание, если работает со взрослым «один-на-один». Поэтому, если необходимо, чтобы он усвоил какой-то материал, воспитатель при возможности беседует с ним отдельно. С другой стороны, дети с СДВГ гораздо быстрее других включаются в работу, «схватываются на лету», и многообразные тренировки их могут только утомить. Так, в детском саду перед праздником дети учат стихи. Гиперактивный ребенок (если у него нет проблем с памятью) очень быстро запоминает текст (иногда не только свой, но и других ребят), и когда на ежедневных репетициях (иногда — «дрессировках») ему приходится по несколько раз в день повторять одно и то же, он терпит интерес ко всему происходящему, допускает много ошибок в танцах, построениях. Поэтому не следует утомлять ребенка, лучше дозировать нагрузку.

Чтобы не провоцировать проявления симптомов гиперактивности, импульсивности, невнимательности, в отдельных случаях можно предложить ребенку с СДВГ **выбор вида деятельности**, что не только позволяет избежать излишней нагрузки, усиления симптоматики СДВГ, но и приучает ребенка к принятию ответственности за то дело, которое он выбрал сам, повышает интерес, внимание.

В условиях детского сада воспитателю чаще всего беспокоит неусидчивость, гиперактивность детей с СДВГ. И в качестве меры педагогического воздействия используются лишние движения ребенка: его усаживают на диван, ставят в угол, заставляют стоять на проулке за руку с воспитателем и т.д. Польза от такого наказания, как правило, носит краткосрочный характер, а иногда усугубляет положение. Специалисты считают, что нельзя сильно упрекать **двигательную активность**, поскольку она является естественной потребностью ребенка. Кроме того, когда он бегает, двигается, благодаря гиперрегентности восстанавливаются связи между структурами мозга, то есть его движение можно рассматривать в качестве защитного механизма ребенка с СДВГ. Значит, необходимо не подавлять двигательную активность, а создавать условия для удовлетворения этой потребности ребенка. Так, можно во время занятия, чтения книжки (если заметили, что ребенок тяготится неподвижностью) попросить его выполнить небольшое поручение.

С СДВГ очень чувствительны к поощрениям и наказаниям, однако бессистемное, беспорядочное их применение может оказаться неэффективным, поскольку дети с данным диагнозом нуждаются в жесткой последовательности действий.