

Портрет гиперактивного ребенка

Наверное, в каждой группе детского сада встречаются дети, которым трудно долго сидеть на одном месте, молчать, подчиняться инструкциям. Они создают дополнительные трудности в работе воспитателям, потому что очень подвижны, вспыльчивы, раздражительны и безответственны. Гиперактивные дети часто задевают и роняют различные предметы, толкают сверстников, создавая конфликтные ситуации. Они часто обижаются, но о своих обидах быстро забывают. Известный американский психолог В. Оклендер так характеризует этих детей: «Гиперактивному ребенку трудно сидеть, он суетлив, много двигается, вертится на месте, иногда чрезмерно говорлив, может раздражать манерой своего поведения. Часто у него плохая координация или недостаточный мышечный контроль. Он неуклюж, роняет или ломает вещи, проливает молоко. Такому ребенку трудно концентрировать свое внимание, он легко отвлекается, часто задает множество вопросов, но редко дожидается ответов».

Нельзя забывать, что в первую очередь страдает сам ребенок. Ведь он не может вести себя так, как требуют взрослые, и не потому, что не хочет, а потому, что его физиологические возможности не позволяют ему сделать это. Такому ребенку трудно долгое время сидеть неподвижно, не ерзать, не разговаривать. Постоянные окрики, замечания, угрозы наказания, на которые так щедры взрослые, не улучшают его поведения, а порой даже становятся и источниками новых конфликтов. Кроме того, такие формы воздействия могут способствовать формированию у ребенка отрицательных черт характера. В результате страдают все: и ребенок, и взрослые, и дети, с которыми он общается.

Как правило, в основе синдрома гиперактивности лежит минимальная мозговая дисфункция (ММД), наличие которой определяет врач-невропатолог после проведения специальной диагностики. При необходимости назначается медикаментозное лечение. Однако подход к лечению гиперактивного ребенка и его адаптации в коллективе должен быть комплексным. Вот тут-то и приходят на помощь воспитатель, психолог и учитель, которые, работая в тесном контакте с родителями, могут научить ребенка эффективным способам общения со сверстниками и взрослыми.

Добиться того, чтобы гиперактивный ребенок стал послушным и покладистым, еще не удавалось никому, а научиться жить в мире и сотрудничать с ним – вполне посильная задача.

Как выявить гиперактивного ребенка

Чтобы выявить гиперактивного ребенка в группе детского сада, необходимо длительно наблюдать за ним, проводить беседы с родителями и педагогами.

Основные проявления гиперактивности можно разделить на три блока: дефицит активного внимания, двигательная расторможенность, импульсивность.

Американские психологи П. Бейкер и М. Алворд предлагают следующие критерии выявления гиперактивности у ребенка.

Критерии гиперактивности (схема наблюдений за ребенком)

1. Дефицит активного внимания

- а. Непоследователен, ему трудно долго удерживать внимание.
- б. Не слушает, когда к нему обращаются.

- в. С большим энтузиазмом берется за задание, но так и не заканчивает его.
 - г. Испытывает трудности в организации.
 - д. Часто теряет вещи.
 - е. Избегает скучных и требующих умственных усилий заданий.
 - ж. Часто бывает забывчив.
2. Двигательная расторможенность
- а. Постоянно ерзает.
 - б. Проявляет признаки беспокойства (барабанит пальцами, двигается в кресле, бегают, забирается куда-либо).
 - в. Спит намного меньше, чем другие дети, даже во младенчестве.
 - г. Очень говорлив.
3. Импульсивность
- а. Начинает отвечать, не дослушав вопроса.
 - б. Не способен дождаться своей очереди, часто вмешивается, прерывает.
 - в. Плохо сосредоточивает внимание.
 - г. Не может дожидаться вознаграждения (если между действием и вознаграждением есть пауза).
 - д. Не может контролировать и регулировать свои действия. Поведение слабоуправляемо правилами.
 - е. При выполнении заданий ведет себя по-разному и показывает очень разные результаты (на некоторых занятиях ребенок спокоен, на других – нет, на одних уроках он успешен, на других – нет).

Если в возрасте до 7 лет проявляются хотя бы шесть из перечисленных признаков, педагог может предположить (но не поставить диагноз!), что ребенок, за которым он наблюдает, гиперактивен.

Иногда родители и педагоги отождествляют понятия активность и гиперактивность. На самом деле поведение активного и гиперактивного ребенка отличаются.

Активный ребенок:

- Большую часть дня «не сидит на месте», предпочитает подвижные игры пассивным (пазлы, конструкторы), но если его заинтересовать - может и книжку с мамой почитать, и тот же пазл собрать.
- Быстро и много говорит, задает бесконечное количество вопросов.
- Для него нарушение сна и пищеварения (кишечные расстройства) - скорее исключение.
- Он активный не везде. К примеру, беспокойный и непоседливый дома, но спокойный - в садике, в гостях у малознакомых людей.
- Он неагрессивный. То есть случайно или в пылу конфликта может и наподдать «коллеге по песочнице», но сам редко провоцирует скандал.

Гиперактивный ребенок:

- Он находится в постоянном движении и просто не может себя контролировать, то есть даже если он устал, он продолжает двигаться, а выбившись из сил окончательно, плачет и истерит.
- Быстро и много говорит, глотает слова, перебивает, не дослушивает. Задает миллион вопросов, но редко выслушивает ответы на них.

- Его невозможно уложить спать, а если спит, то урывками, беспокойно. У него часто кишечные расстройства. Для гиперактивных деток всевозможные аллергии не редкость.

- Ребенок - неуправляемый, при этом он абсолютно не реагирует на запреты и ограничения. И в любых условиях (дом, магазин, детсад, детская площадка) ведет себя одинаково активно.

- Часто провоцирует конфликты. Не контролирует свою агрессию - дерется, кусается, толкается, причем пускает в ход подручные средства: палки, камни...

Очень часто педагоги задают себе вопрос: «Что делать, если у ребенка выявлены признаки гиперактивности? Диагноз в медицинской карте не поставлен, а родители не придают значения возникшим проблемам, надеясь, что с возрастом все пройдет».

В этом случае педагог в тактичной форме может рекомендовать родителям обратиться к специалисту: психологу или невропатологу. Ответственность за постановку диагноза должен взять на себя врач. Важно убедить родителей, что ребенку необходима помощь специалиста.

Рекомендации по работе с гиперактивными детьми

1. Работа с гиперактивными детьми должна строиться исходя из индивидуальных особенностей. Он всегда должен находиться перед глазами педагога. Выполняя задание, гиперактивные дети часто не понимают, что и как они делают. Не ждите, пока деятельность ребенка станет хаотичной, вовремя помогите правильно организовать работу.

2. На определённый отрезок времени давайте лишь одно задание. Если ребенку предстоит выполнить большое задание, то оно должно предлагаться ему в виде последовательных частей, и педагог периодически должен контролировать ход работы над каждой из частей, внося необходимые коррективы.

3. Направляйте лишнюю энергию гиперактивных детей в полезное русло — во время занятия попросите его помочь убрать игрушки и т. д. Разрешите этим детям рисовать во время объяснения Вами нового материала. При этом уровень восприятия детей с большой степенью вероятности не изменится или возрастет.

4. Вводите проблемное обучение, давайте творческие, развивающие задания, избегайте монотонной деятельности. Рекомендуется частая смена игр и занятий.

5. Давайте задания в соответствии с рабочим темпом и способностями ребенка. Избегайте предъявления завышенных или заниженных требований к детям с гиперактивностью.

6. Ищите слова поддержки даже в ситуации неуспеха ребенка. Гиперактивный ребенок нуждается в ощущении временности своей несостоятельности и вере взрослых в его возможности. Используйте фразы: «Пока у тебя это не получилось, но если ты потренируешься, то ты справишься с этим заданием», «Я верю в тебя» и т.п.

7. Прикосновение является сильным стимулятором для формирования поведения и развития навыков обучения. Прикосновение помогает поставить якорь на положительном опыте.

8. Всегда помните: необходимо договариваться, а не стараться сломить.

9. Чтобы отвлечь ребенка, задайте неожиданный вопрос, отреагируйте неожиданным для ребенка образом.

10. Автоматически, одними и теми же словами повторяйте многократно свою просьбу (нейтральным тоном).

11. Не настаивайте на том, чтобы ребенок, во что бы то ни стало, приносил извинения.

12. Не читайте нотаций (ребенок все равно их не услышит).

Помните, что гиперактивность – это не поведенческая проблема, не результат плохого воспитания, а медицинский и нейропсихологический диагноз. Проблему гиперактивности невозможно решить волевыми усилиями, авторитарными указаниями и убеждениями. Гиперактивный ребенок имеет нейрофизиологические проблемы, справиться с которыми самостоятельно не может.

В первую очередь нужно запомнить, что у детей с гиперактивностью очень высокий порог чувствительности к отрицательным стимулам, а потому слова «нет», «нельзя», «не трогай», «запрещаю» для них, по сути дела, пустой звук. Они не восприимчивы к выговорам и наказанию, но зато очень хорошо реагируют на похвалу, одобрение.

Система запретов должна обязательно сопровождаться альтернативными предложениями. Например, ребенок начинает рвать книжки. Безусловно, следует остановить его и дать вместо этого какой-то ненужный листочек бумаги: «Попробуй порвать вот это, а когда перестанешь, собери все клочки в пакетик...». Или начинает бросаться игрушками, а воспитательница в ответ: «У нас в группе кидаться игрушками нельзя. Если ты хочешь бросить что-то, я дам тебе поролоновый мячик».

Многие дети с гиперактивностью с трудом выдерживают тихий час в детском саду. Но если попытаться побыть с ними рядом, не просто рядом: «Ты спи, а я проконтролирую», а сесть, погладить, приговаривая ласковые, добрые слова, то мышечное беспокойство и эмоциональная напряженность ребенка будут снижаться. Постепенно он привыкнет отдыхать в это время дня. И потом будет вставать отдохнувшим, менее импульсивным, а порой и выспавшимся. Эмоциональный и тактильный контакт сделают свое благое дело.

Гиперактивный ребенок не переносит большого скопления людей. Ему полезно играть с одним партнером. Нужно помнить о том, что массовые мероприятия чрезвычайно возбуждают неокрепшую нервную систему. А вот длительные прогулки на свежем воздухе, физические упражнения, бег очень полезны. Они позволяют сбросить избыток энергии. Но опять-таки в меру, чтобы ребенок не устал. Вообще надо следить и оберегать детей с гиперактивностью от переутомления, так как переутомление приводит к снижению самоконтроля и нарастанию гиперактивности.