

Гиперактивность:

Как быть?





Проблему гиперактивности невозможно решить волевыми усилиями, авторитарными указаниями и убеждениями.

Гиперактивный ребенок имеет нейрофизиологические проблемы, справиться с которыми он самостоятельно не может.

Дисциплинарные меры воздействия в виде постоянных наказаний, замечаний, окриков, нотаций не приведут к улучшению поведения ребенка, а скорее ухудшат его.

Проявление повышенной
двигательной активности
называют **гиперактивностью**
(Синдром Дефицита
Внимания с
Гиперактивностью СДВГ)

Гипер составная часть сложных слов,
указывающая на превышение нормы;

А слово **«активный»** означает
«действенный», «деятельный».



Причины гиперактивности

Пренатальная патология	<ul style="list-style-type: none">- токсикозы;- обострение хронических заболеваний у матери;- инфекционные заболевания;- травмы в области живота;- иммунологическая несовместимость по резус-фактору;- попытки прервать беременность;- принятие алкоголя и курение
Осложнения при родах	<ul style="list-style-type: none">- стимуляция родовой деятельности;- неправильное положение плода;- асфиксии;- внутренние кровоизлияния;- преждевременные, скоротечные или затяжные роды
Психосоциальные причины	<ul style="list-style-type: none">- неадекватный стиль воспитания в семье;- психотравмы;- нежеланный ребенок

Формы СДВГ

```
graph TD; A[Формы СДВГ] --> B[Гиперактивность сочетается с нарушениями внимания;]; A --> C[Преобладает нарушение внимания;]; A --> D[Преобладает гиперактивность;];
```

**Гиперактивность
сочетается
с нарушениями
внимания;**

**Преобладает
нарушение внимания;**

**Преобладает
гиперактивность;**

Основные проявления СДВГ

- Гиперактивность
- Дефицит внимания
- Импульсивность

Вторичные нарушения

- Слабая успеваемость
- Трудности в общении
- Повышенная утомляемость,
- Нарушение памяти
- Низкая умственная работоспособность



Гиперактивность

- ❖ Часто встает со своего места во время уроков или других ситуациях, когда нужно оставаться на месте.
- ❖ Часто наблюдаются беспокойные движения в кистях и стопах, вертится, сидя на стуле;
- ❖ Часто проявляет бесцельную двигательную активность: бегают, пытается куда-то залезть в ситуациях, когда это неприемлемо;
- ❖ Часто не может тихо, спокойно играть или заниматься чем-либо на досуге;
- ❖ Часто находится в постоянном движении и ведет себя словно «управляемый двигателем»;
- ❖ Очень говорлив.



Дефицит внимания

- ❖ Непоследователен, ему трудно долго удерживать внимание;
- ❖ С большим энтузиазмом берется за задание, но так и не заканчивает его.
- ❖ Обычно избегает, не любит либо сопротивляется вовлечению в выполнение заданий, которые требуют длительного сохранения умственного усилия (домашнее задание);
- ❖ Часто теряет вещи.
- ❖ Избегает скучных и требующих усилий заданий.
- ❖ Часто бывает забывчив.
- ❖ Легко отвлекается на посторонние стимулы;
- ❖ Испытывает трудности в организации.



Импульсивность

- ❖ Начинает отвечать, не дослушав вопроса.
- ❖ Не способен дождаться своей очереди, часто вмешивается, прерывает.
- ❖ Не может контролировать и регулировать свои действия.
- ❖ Поведение слабоуправляемо правилами.
- ❖ При выполнении заданий ведет себя по-разному и показывает разные результаты (на некоторых занятиях ребенок спокоен, на других - нет).





По статистике, синдром нарушения внимания с гиперактивностью большей частью встречается *у светловолосых и голубоглазых детей и почти в пять раз чаще у мальчиков, чем у девочек.*

Почему?



Портрет гиперактивного ребенка

«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».



(В. Оклендер)

Умственная деятельность

Работа 5-15 минут

Цикличность

Отдых 3-7 минут





«Скорая помощь» при работе с гиперактивным ребенком

1. Отвлечь ребенка от его капризов.
2. Предложить выбор (другую возможную в данный момент деятельность).
3. Задать неожиданный вопрос.
4. Отреагировать неожиданным для ребенка образом (пошутить, повторить действие ребенка).
5. Не запрещать действие ребенка в категоричной форме.
6. Не приказывать, а просить (но не заискивать).
7. Выслушать то, что хочет сказать ребенок (в противном случае он не услышит вас).
8. Автоматически, одними и теми же словами повторять многократно свою просьбу (нейтральным тоном).
9. Сфотографировать ребенка или подвести его к зеркалу в тот момент, когда он капризничает.
10. Оставить в комнате одного (если это безопасно для его здоровья).
11. Не настаивать на том, чтобы ребенок во что бы то ни стало принес извинения.
12. Не читать нотаций (ребенок все равно их не слышит).



Правила работы с детьми СДВГ

- Работать с ребенком в начале дня, а не вечером;
- Уменьшать рабочую нагрузку ребенка;
- Делить работу на более короткие, но более частые перерывы, использовать физкультминутки;
- Снизить требования к аккуратности в начале работы, чтобы сформировать чувство успеха;
- Использовать тактильный контакт (элементы массажа, прикосновения, поглаживания);
- Давать короткие, четкие и конкретные инструкции;
- Использовать гибкую систему поощрений и наказаний;
- Поощрять ребенка сразу же, не откладывая на будущее;
- Предоставлять ребенку возможность выбора;
- Оставаться спокойным.

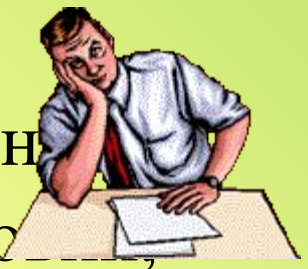
Профилактическая работа

- Заранее договариваться с ребенком о времени игры, о длительности прогулки и т. д.
- Об истечении времени ребенку сообщает не взрослый, а заведенный заранее будильник, кухонный таймер, что будет способствовать снижению агрессии ребенка.
- Выработать совместно с ребенком систему поощрений и наказаний за желательное и нежелательное поведение.
- Выработать и расположить в удобном для ребенка месте свод правил поведения в группе детского сада, в классе, дома.
- Просить ребенка вслух проговаривать эти правила.
- Перед началом занятий ребенок может сказать, что он хотел бы пожелать себе сам при выполнении задания.



Взрослые должны понять, что:

- Вслед за понесенным наказанием ребенку необходимо позитивное эмоциональное подкрепление, знаки принятия и прощения;
- Невозможно добиться исчезновения СДВГ за несколько месяцев и даже лет;
- Синдром дефицита внимания и гиперактивности – это патология, требующая своевременной диагностики и комплексной коррекции (психологической, педагогической, медицинской);
- Успешная реабилитация возможна при условии, если она проводится в возрасте до 9 лет.



Рекомендации родителям и педагогам

- Введите знаковую систему оценивания действий ребенка.
- Старайтесь замечать каждый его успех.
- Устраивайте минутки активного отдыха на занятиях.
- Помните, что эти дети способны удерживать свое внимание очень кратковременно.
- Гиперактивный ребенок всегда должен находиться перед глазами. На занятиях его лучше сажать напротив себя.
- Направляйте энергию ребенка в полезное русло. На занятиях давайте поручения раздать что-нибудь, в свободной деятельности мотивируйте его на спокойные действия.
- На первых этапах избегайте монотонной деятельности, занятия должны быть интересными и увлекательными, с прослеживаемым результатом.





Рекомендации родителям и педагогам

- В совместной деятельности учите ребенка проговаривать свои действия, выстраивать логику и последовательность их выполнения.
- Используйте элементы игры во всех моментах жизнедеятельности.
- Не давайте многословных инструкций, после 10-ти слов ребенок вас просто не услышит.
- Создавайте ситуации успеха, в которых ребенок смог бы проявить свои сильные стороны.
- При всем неусыпном внимании к гиперактивному ребенку внешне относитесь к нему так же, как и к остальным детям.
- Учите его общаться с другими детьми, поощряйте позитивное взаимодействие.



Приглашаем к сотрудничеству





**На развитие
произвольности
и самоконтроля**

**Для снятия
агрессивности и
импульсивности**

**Упражне
ния**

**На развитие
концентрации
внимания**

**На развитие
способности к
произвольному
переключению
внимания**