

**ГКОУ «Специальная (коррекционная) общеобразовательная школа-интернат №17**

**г. Светлоград**

**Методическая разработка на тему:**

**Как организовать работу с гиперактивным ребёнком**

**Подготовила:**

**учитель -дефектолог**

**Вэяну Г.С.**

**г.Светлоград,2023г.**

## Как организовать работу с гиперактивным ребёнком

Полностью этот диагноз звучит так: синдром дефицита внимания и гиперактивности — СДВГ. Дети с этим синдромом не только очень подвижные, болтливые и суетливые; у них есть проблемы с концентрацией внимания, с сосредоточенностью. В среднем в мире детей с СДВГ около трех процентов, следовательно, в классе, состоящем из тридцати учеников, вполне может оказаться такой ребенок.

Когда проявляются симптомы СДВГ? Считается, что это происходит до семилетнего возраста, хотя иногда они могут впервые проявиться и лет в десять-одиннадцать. Чаще всего к врачу обращаются родители первоклассников: «Все сидят спокойно, а мой не может!». Впрочем, некоторые уточняют: «А вообще-то с ним было очень трудно с самого рождения».

Вообще внимательность и активность — это свойства темперамента, и в этом смысле все люди делятся на тех, кто может долго быть сосредоточенным, может выполнять кропотливую работу, и тех, кто такую работу терпеть не может. Диагноз СДВГ означает, что эти свойства темперамента крайне заострены, так, что человек не может вписаться в нормальную жизнь, не в силах выполнять те задачи, которые ставят перед ним окружающие и он сам, и это очень мешает полноценным отношениям с родителями и друзьями.

Сейчас нередко любого импульсивного, очень подвижного малыша, не задумываясь, называют гиперактивным. Однако диагноз СДВГ может поставить только врач. На глазок определить, есть ли у ребенка СДВГ или он просто истерику закатывает, невозможно. Для постановки диагноза требуется внимательно оценить жизнь и развитие ребенка, проследить, как и в каких ситуациях проявляются его проблемы внимательности и активности.

Уровень активности можно определять по специальным шкалам, которые заполняют родители, и врач сравнивает, насколько показатели конкретного ребенка отличаются от стандартных.

Первое, что нужно знать родителям: СДВГ — не психическое заболевание, а расстройство развития. Просто у ребенка изначально нарушена функция самоконтроля. Чаще всего он не заболевает этим — он уже рождается таким. Часто родители спрашивают у меня: «Это мы где-то недоглядели, чего-то вовремя не сделали?». Нет. Родители здесь не виноваты. Если бы мы могли заглянуть к такому ребенку в мозг, то увидели бы, что те области, которые отвечают за самоконтроль, за управление поведением, у него работают иначе, чем у других.

Парадокс в том, что эти дети выглядят абсолютно нормальными. Вот он просит прощения и обещает исправиться, однако раз за разом свои обещания нарушает — и его начинают считать испорченным... Я спрашиваю у одного мальчика: «Что ты на уроках-то разговариваешь?». А он отвечает: «Да я забываю, что нельзя». Дети с СДВГ забывают правила и ведут себя, поддавшись импульсу. Родители, которые знают об этом, легче прощают такого ребенка, не навешивают на него всевозможные ярлыки и, надеюсь, не винят себя понапрасну.

Причин у СДВГ может быть несколько. Например, наследственность. Исследования говорят о том, что примерно у половины детей с этим диагнозом хотя бы у одного из родителей СДВГ тоже есть. Также известно, что у детей с низким весом или низкими оценками по шкале Апгар сразу после рождения чаще развивается СДВГ.

К сожалению, нет способа вылечить СДВГ раз и навсегда. Но от поведения родителей во многом зависит развитие ребенка. Понимая, в чем проблема, они способны значительно облегчить ему жизнь. Поэтому очень важно объяснить родителям, что происходит.

Самое эффективное, что можно сделать, чтобы облегчить жизнь ребенка с СДВГ, — выстроить для него систему внешнего контроля.

1. Детям с СДВГ сложно удерживать в голове большой объем информации. Это значит, что задачи для них следует дробить на части. Сделал одно — получи новое задание.
2. Известно, что у детей с СДВГ большие проблемы с ощущением времени. Они «близоруки к будущему». Если мы можем планировать свою деятельность и примерно представляем себе, к чему она приведет, то у детей с СДВГ «окно во времени» — десять минут максимум. Они живут исключительно этим моментом, они не представляют последствий. Поэтому, если в результате их действий происходит «что-то не то», это не их выбор, они этих последствий не хотели. При этом такой ребенок остро нуждается в немедленной обратной связи от родителей. И в этом случае последствия ему нужны здесь и сейчас. С ним не работает подход: «Если ты будешь в течение месяца следить за порядком в своей комнате, мы подарим тебе велосипед» или «Если ты сейчас же не сядешь за уроки, вечером вернется отец и тебя накажет». Вечер — это какое-то туманное будущее. Лучше говорить так: «Если ты прямо сейчас сделаешь вот это, то сможешь получить то-то и то-то сразу же». Таким детям очень трудно в школе. Они должны просидеть сорок минут не отвлекаясь и выполнить классную работу, а оценка появится только через два дня, когда учитель проверит тетради. В такой ситуации сложно сосредоточиться, потому что результат и награда — очень далеко.

3. С этими детьми хорошо работает «очковая» или «жетонная» система. За выполнение повседневных дел ребенок получает награды в виде очков или жетонов, которые потом обменивает на что-то. Так он постоянно видит результат своих действий, понимает, что его возможности с каждым разом и с каждым делом увеличиваются.
4. Применение таймеров. Они помогают детям, у которых есть проблемы с ощущением времени, отслеживать его. Можно использовать обычные песочные часы. Есть еще одна прекрасная вещь — часы, у которых на циферблат нанесен цветной круг, и вместе с проходящими минутами этот круг исчезает. По этим часам «вживую» можно увидеть, как уходит время. Ведь сам ребенок не чувствует, что оно заканчивается, и из-за этого откладывает дела.
5. При посещении общественных мест, например, поликлиники, нужно заранее продумать, чем в течение часа или двух будет заниматься ребенок, особенно если мама будет занята. Запаситесь бумагой, фломастерами и игрушками. Нелишне будет взять в помощь родственника. К сожалению, взрослые часто реагируют реактивно: поместили ребенка в ситуацию, в которой у него, скорее всего, начнутся проблемы, и потом начинают его ругать.
6. Принимать ли при СДВГ медикаментозные средства? Этот вопрос родители должны обсуждать со специалистом. Конечно, применение лекарств имеет свои плюсы и минусы, но в подавляющем большинстве случаев я очень советую хотя бы попробовать лечение, потому что эффект может оказаться значительным. Однако непременно уточняйте у врача, проходило ли назначаемое им лекарство клинические испытания на эффективность. К сожалению, подавляющее большинство назначаемых в нашей стране при СДВГ препаратов таких испытаний не проходили.

### СДВГ и окружающие

Одна из проблем, с которой сталкиваются родители детей с СДВГ, — недостаточная информированность общества, учителей и даже некоторых специалистов. Но главное, сами родители должны четко понимать, с чем они имеют дело.

Просто сказать учителю: «Знаете, у моего ребенка СДВГ» — значит не сказать ничего. Надо описывать поведение ребенка очень конкретно, например: «Моему сыну очень сложно усидеть на месте, сложно себя сдерживать, это у него давно, мы много чего перепробовали, сейчас ходим к врачу, занимаемся этим, но я опасюсь, что на уроках он будет вертеться и даже разговаривать...

Я очень хочу, чтобы у него было хорошее поведение. Давайте договоримся: я буду к вам подходить на минутку каждый день после уроков, а вы мне будете рассказывать, что и как у него получалось».

Нужно взять учителя себе в союзники. Иначе бывает, что обе стороны, и учителя, и родители, только жалуются: «Эти родители ничего не хотят делать, весь груз на нас», «Эти учителя ничего не понимают про нашего ребенка, только гнобят его». Конечно, и то и то бывает, и довольно часто, но эффективнее работать вместе.

По мере взросления способность к самоконтролю, умение управлять своим поведением у любого ребенка улучшается. Суевливость, подвижность, болтливость уменьшаются обычно уже к концу начальной школы. Чуть медленнее уменьшается импульсивность.

Конечно, люди приучаются сдерживать себя, однако они продолжают оставаться порывистыми и вспыльчивыми. Проблемы, связанные с недостатком внимания и сосредоточенности, обычно остаются и сопровождают этих людей и во взрослой жизни. Но тогда хотя бы появляется возможность выбирать, чем заниматься.