

Как помочь ребенку с гиперактивностью



Гиперактивные дети



"Гипер..." — (от греч. *Hyper* — над, сверху) — составная часть сложных слов, указывающая на превышение нормы. Слово "активный" пришло в русский язык из латинского "*activus*" и означает "действительный, деятельный"

Портрет гиперактивного ребенка



➤ 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.

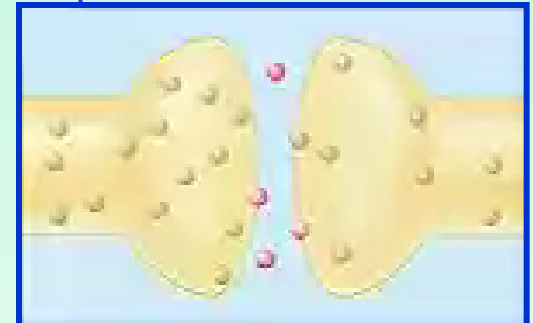
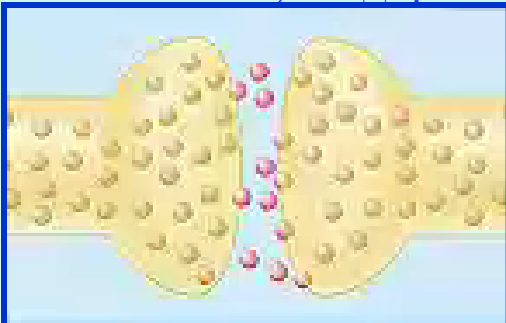
➤ Его невозможно уложить спать, а если спит, то урывками, беспокойно.

➤ 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...

Причины гиперактивности

- Данное заболевание вызвано поражённостью лобных долей мозга, отвечающих за планомерность действий и за контроль поведения. Это приводит к нарушениям произвольной регуляции различных форм сознательной психической деятельности и нарушению целесообразности поведения в целом. Структуры мозга, которые «тормозят» те или иные наши эмоциональные и поведенческие реакции, ослабевают. Природа, как известно, не терпит пустоты – другие структуры, отвечающие за обратные процессы, то есть за активизацию процессов нашей психической жизнедеятельности, не сдерживаемые «тормозящими» структурами, начинают работать на всю мощь. В результате ребёнок развивает кипучую деятельность, в то же время он не в состоянии ни мотивировать её, ни толком сконцентрироваться на ней.
- На данный момент врачи выделяют три группы причин возникновения детской гиперактивности. Во-первых, наследственная предрасположенность; во-вторых, органические повреждения головного мозга зародыша в ходе беременности или после родовых травм;
- В-третьих, социально-психологические травмы, обусловленные неправильным воспитанием, нездоровой обстановкой в семье, условиями проживания.



Практические рекомендации по работе с гиперактивным ребенком.

- Знать особенности детей с синдромом гиперактивности;
- Работа с ребенком строится в основном индивидуально, он всегда должен быть «перед глазами», в центре группы;
- На занятии обязательно должны быть физкультурные минутки;
- Направлять энергию ребенка в полезное русло (полить цветы, покормить рыбок, принести книги и т.д.);
- Занятия желательно проводить в занимательной для ребенка форме – в виде игры. Хороши подвижные игры, в которых он обучается контролировать свои движения; игры на развитие внимания, мышления;
- Важна совместная деятельность с родителями;
- Помните, что с ребенком необходимо договариваться, а не ломать его;



➤ Ребенку для уверенности в себе необходимы похвала и одобрение. Поэтому желательно хвалить его за удачно выполненное задание, аккуратность, усидчивость – но не слишком эмоционально;

Практические рекомендации для родителей гиперактивного ребенка

- Понять – ребенок не виноват, что он такой, и наказания, замечания, окрики и нотации не приведут к улучшению его поведения, а в большинстве случаев еще и ухудшат его;
- Помните, что поступки ребенка не всегда являются умышленными;
- Проявляйте достаточно твердости и последовательности в воспитании;
- Контролируйте поведение ребенка, не навязывайте ему жестких правил;
- Не давайте ребенку «реактивных» указаний, избегайте слов «нет» и «нельзя» в грубой форме;
- Повторяйте свою просьбу спокойно одними и теми же словами много раз;
- Реагируйте на действия ребенка неожиданным способом (пошутите, повторите действия ребенка, сфотографируйте его, оставьте одного в комнате и др.);
- В семье должны быть правила. В их принятии должен принимать участие ребенок;
- Не допускайте ссор в присутствии ребенка;
- Оградите гиперактивного ребенка от длительных занятий на компьютере и просмотра телепередач;



Как играть с гиперактивными детьми



Подбирая игры (особенно подвижные) для гиперактивных детей, необходимо учитывать следующие особенности таких детей: дефицит внимания, импульсивность, очень высокую активность, а также неумение длительное время подчиняться групповым правилам, выслушивать выполнять инструкции (заострять внимание на деталях), быструю утомляемость. В игре им трудно дожидаться своей очереди и считаться с интересами других. Поэтому включать таких детей в коллективную работу целесообразно поэтапно. Начинать можно с индивидуальной работы, затем привлекать ребенка к играм в малых подгруппах и только после этого переходить к коллективным играм. Желательно использовать игры с чёткими правилами, способствующие развитию внимания.

Подвижные игры

1. "Найди отличие"

Цель: развитие умения концентрировать внимание на деталях.

Ребенок рисует любую несложную картинку (котик, домик и др.) и передает ее взрослому, а сам отворачивается. Взрослый дорисовывает несколько деталей и возвращает картинку. Ребенок должен заметить, что изменилось в рисунке.

Затем взрослый и ребенок могут поменяться ролями.

Игру можно проводить и с группой детей. В этом случае дети по очереди рисуют на доске какой-либо рисунок и отворачиваются (при этом возможность движения не ограничивается). Взрослый дорисовывает несколько деталей. Дети, взглянув на рисунок, должны сказать, какие изменения произошли.

2. "Ласковые лапки"

Цель: снятие напряжения, мышечных зажимов, снижение агрессивности, развитие чувственного восприятия, гармонизация отношений между ребенком и взрослым.

Взрослый подбирает 6-7 мелких предметов различной фактуры: кусочек меха, кисточку, стеклянный флакон, бусы, вату и т.д. Все это выкладывается на стол. Ребенку предлагается оголить руку по локоть; взрослый объясняет, что по руке будет ходить "зверек" и касаться ласковыми лапками. Надо с закрытыми глазами угадать, какой "зверек" прикасался к руке - отгадать предмет.

Прикосновения должны быть поглаживающими, приятными.

Вариант игры: "зверек" будет прикасаться к щеке, колену, ладони. Можно поменяться с ребенком местами.

«РАЗГОВОР С РУКАМИ»

Цель: научить детей контролировать свои действия.

Если ребенок подрался, что -то сломал или причинил кому-нибудь боль, можно предложить ему такую игру: обвести на листе бумаги силуэт ладоней.

Затем предложите ему оживить ладошки — нарисовать им глазки, ротик, раскрасить цветными карандашами пальчики. После этого можно затеять беседу с руками. Спросите: "Кто вы, как вас зовут?", "Что вы любите делать?", "Чего не любите?", "Какие вы?". Если ребенок не подключается к разговору, проговорите диалог сами. При этом важно подчеркнуть, что руки хорошие, они многое умеют делать (перечислите, что именно), но иногда не слушаются своего хозяина. Закончить игру нужно "заключением договора" между руками и их хозяином. Пусть руки пообещают, что в течение 2-3 дней (сегодняшнего вечера или, в случае работы с гиперактивными детьми, еще более короткого промежутка времени) они постараются делать только хорошие дела: мастерить, здороваться, играть и не будут никого обижать. Если ребенок согласится на такие условия, то через заранее оговоренный промежуток времени необходимо снова поиграть в эту игру и заключить договор на более длительный срок, похвалив послушные руки и их хозяина.

Спасибо за внимание.

