

# Исключения без правил

Времена, когда дети похожие на фарфоровые статуэтки весь урок неподвижно сидели, примерно сложив руки на парте, ловя каждое слово учителя, помнят только школьные старожилы. Чрезмерная суетливость и нервозность современных школьников – настоящий бич их учителей и родителей.

Я работаю в обычной общеобразовательной школе, в которую принимают детей, независимо от их способностей, социального положения, статуса их родителей, словом, всех желающих. С каждым годом в моей практике появляется все больше учеников с так называемым синдромом дефицита внимания и гиперактивностью (СДВГ).

«Я не люблю лежать, я люблю бегать, ну, в крайнем случае, сидеть. Я лежу только в особенных случаях!» — говорил маленький Львенок в известном мультфильме. В наше непростое время все больше детей похожи на этого Львенка — все время двигаются, болтают, перебивают старших. Синдром дефицита внимания с гиперактивностью (СДВГ) — одна из частых проблем развития в детском возрасте. К внешним проявлениям гиперактивности и дефицита внимания относятся:

- повышенная двигательная активность, непрекращающаяся суетливость;
- импульсивность, порывистость движений;
- постоянная болтливость (даже если его не слушают, ребенок продолжает разговаривать сам с собой "бубнить себе под нос"), задает очень много вопросов;
- агрессивность, ребенок часто злиться на взрослых и детей;
- ученик постоянно создает конфликтные ситуации;
- отсутствие эмпатии (способности понять чувства и переживания другого человека);
- частые перемены в настроении, вызванные незначительными событиями (от бурного восторга, до отчаяния);
- высокая раздражительность;
- отказ от совместных коллективных игр, совместных действий;
- заниженная самооценка, пессимистичный настрой;
- ребенок постоянно отвлекается, не может сосредоточиться, сконцентрироваться.

Даже бегло ознакомившись с двумя-тремя характеристиками проявления гиперактивности, легко догадаться, что эти дети постоянно навлекают на себя учительский гнев и раздражение. "У него совершенно отсутствует внимание, ему тяжело даже просто переписать с доски, не говоря уже о том, чтобы написать текст без ошибок! - жалуются педагоги друг другу.- Все время крутится-вертится, перебивает, выкрикивает с места, спокойно и минутки посидеть не может! И куда только смотрят родители? Кто занимается его воспитанием? Просто наказание!" Педагогу в классе которого есть гиперактивные дети приходится тяжело. .

Родителей обычно раздражает беспокойный, непослушный, назойливый, неаккуратный ребенок, не способный выполнять каждодневные поручения и помогать по дому. Нередко его ругают и наказывают, сравнивают с более благополучными детьми,

братьями и сестрами. Поэтому с течением времени ребенок с СДВГ становится изгоем, у него формируется тревожность, неуверенность в себе, низкая самооценка.

Дети с СДВГ в силу собственной активности довольно общительны и охотно идут на контакт с другими детьми. Но они оказываются неподходящими партнерами по играм и совместным занятиям, потому что часто отвлекаются, непостоянны в собственных желаниях, без спросу берут чужие вещи, мешают окружающим. Более спокойные дети не желают с ними играть, разговаривать и дружить. Чтобы как-то сгладить ситуацию, ребенок с СДВГ часто сознательно выбирает себе роль шута, пытаясь изменить ситуацию в свою пользу. Но и в этом случае с ним остаются лишь малыши или сверстники, имеющие подобные трудности с поведением.

Российские психологи и педагоги заинтересовались этой проблемой всего лишь несколько лет назад, в то время как в американской и европейской педагогике ей посвящены многочисленные исследования. Первые описания синдрома гиперактивности у детей были опубликованы в английском медицинском журнале уже около 100 лет назад. Интерес и сложность проблемы заключаются еще и в том, что она является комплексной: медицинской, психологической и педагогической. Врачи и психологи все еще не пришли к согласию в вопросе: - является ли гиперактивность у ребенка заболеванием или небольшим отклонением от нормы, но все же таким детям рекомендуется находиться под наблюдением врача. Все существующие нарушения вполне поддаются исправлению и без сильных медицинских препаратов, правда процесс этот длительный и требует соблюдения педагогами и родителями целого ряда комплексных мер, направленных на воспитание и организацию учебной и игровой деятельности ребенка.

Учителю, в классе которого учится ребенок с синдромом гиперактивности и дефицита внимания, очень важно с первых дней наладить доверительные отношения с его родителями и поддерживать с ними постоянную связь. Именно от их скоординированного сотрудничества зависит, насколько быстро ребенок сможет преодолеть этот синдром. Ни в коем случае не нужно обвинять родителей в плохом воспитании ребенка. Чаще всего они и без того испытывают чувство неловкости за его излишнюю бестактность, неуправляемое поведение. Тем более, что многие из них крайне утомлены от его постоянной активности дома. Иногда именно классный руководитель должен объяснить родителям особенности их ребенка, что его поведение – не капризы и избалованность, а сложное явление, вызванное целым комплексом причин. Им необходимо вместе продумать и строго согласовать организацию учебной деятельности для гиперактивного ребенка в школе и дома, распорядок его дня, которого следует жестко придерживаться. Также для детей, страдающих этим синдромом, важную роль играет единство требований к нему от родителей и педагогов. Это относится и к школьной дисциплине, и к правилам поведения в общении с окружающими, а также к оформлению тетрадей и способам решения тех или иных учебных и воспитательных задач.

Одна из основных целей воспитательной работы — достигнуть повиновения. А также привить ребенку аккуратность, научить самоорганизации, способности планировать и доводить до конца начатые дела. Учителю необходимо поддерживать обратную связь, которая поможет ребенку лучше понять самого себя. Дети с СДВГ часто не понимают, что с ними происходит или как они себя ведут. Желательно дать им эту информацию конструктивным путем. Спросить, например: "Ты знаешь, что ты только что сделал?" или "Как ты думаешь, как бы ты мог сказать это по-другому?" или "Как ты

считаешь, почему эта девочка опечалилась, когда ты сказал то, что сказал?" Задавайте вопросы, которые побуждают ребенка к самопониманию.

Если у ребенка есть трудности в понимании социальных намеков, таких как язык совет. К примеру, сказать: "Прежде чем ты расскажешь свою историю, попроси сначала послушать историю кого-то другого" или "Посмотри на другого ребенка, когда он говорит". Многие дети с СДВГ кажутся равнодушными и эгоистичными, тогда как на самом деле они просто не научены взаимодействию. Это умение не всегда приходит само по себе ко всем детям, но его можно воспитать.

Гиперактивным детям необходима особая помощь: они должны получать удовольствие от уроков и даже просто от нахождения в школе, на смену неудачам и отчаянию должен прийти самоконтроль, а скуке и страху – желание работать. С ребенком СДВГ необходимо поддерживать постоянный визуальный контакт. Взгляд может пробудить ребенка от грез, разрешить задать вопрос или успокоить.

Необходимо следить за успехами ребенка и подчеркивать их, насколько это возможно. Похвала никогда не будет излишней: дети в ней и выигрывают от нее. Им нравятся, когда их поощряют, поэтому они жаждут похвалы учителя и растут от нее. Любые успехи ребенка обязательно нужно фиксировать наглядно! Самый удобный, на мой взгляд, способ сделать из цветного картона Дерево Успехов и разместить его на видном месте в классе. Дерево может быть любое, то которое больше всего нравится ребенку. На ветки Дерева за каждое доброе дело, за каждое достижение(даже самое крохотное) учитель с ребенком вешают какой-нибудь яркий значок – картонную медальку, звездочку и т.п. Дети вообще хорошо реагируют на знаковые системы поощрения, а для гиперактивных детей такое постоянное внимание к их успехам важно, как воздух. Для них Дерево – прекрасный стимул в развитии, в движении вперед.

Неудачи и неуспехи также не должны оставаться без внимания. Их обязательно нужно обсуждать с ребенком, проговаривая, почему у него сегодня что-то не получилось или получилось плохо. При обсуждении неудач обязательно должен быть позитивный настрой!

Важно обращать на взаимосвязь детей с СДВГ с другими детьми. Этим детям необходимо ощущение занятости и приобщенности. Пока они заняты, у них есть мотивация и меньше шансов, что они «оклуются».

Стоит возлагать на ребенка ответственность и классные поручения, когда это возможно. Пусть он станет классным экспертом по некоторым областям знаний. Всегда надо быть бдительным в ожидании моментов «озарения». Эти дети более одаренные и талантливые, чем они зачастую кажутся. Они полны творчества, игры, непосредственности и воодушевленности. Обычно они обладают чем-то особенным, что по-особому влияет на окружение, в котором они находятся.

Огромное значение в эмоциональном, интеллектуальном, творческом, развитии ребенка имеют различные игры. В игре ребенок усваивает социальные роли, снимает стресс, связанный с адаптацией к новой ситуации или к новым условиям, проявляет все те способности, которые в нем заложены. Игры также являются прекрасной коррекционной методикой, направленной на развитие дефицитарных функций детей с отклонениями и задержкой в развитии, детей с СДВГ.

Гиперактивный ребенок обычно выбирает шумные игры. Это естественно, ведь ему трудно сдерживать себя и трудно оставаться на одном месте. Поэтому вполне логично подбирать для него подвижные игры.

Игры с очень четкими правилами способствуют развитию внимания, мышления, приучают гиперактивного ребенка к дисциплине, к подчинению своей деятельности определенной цели. Подвижные игры развивают ребенка физически, тренируют его ловкость, гибкость, учат избегать травматических ситуаций. Наконец, если у ребенка начинает получаться играть вместе с другими детьми, это повышает его самооценку и авторитет в глазах других детей.

Очень хорошим ресурсом, содержащим описание подвижных игр, является книга Лютовой Е.К., Мониной Г.Б "Шпаргалка для взрослых".

Существует также много хороших настольных игр, которые можно использовать для развития ребенка с СДВГ. Обязательным условием подбора настольных игр для такого ребенка является отсутствие монотонности. Подобрать такие настольные игры, которые могли бы заинтересовать гиперактивного ребенка — не такая простая задача. Тем не менее, родителям очень желательно делать усилия в этом направлении.

Прежде всего, правила и условия настольных игр совершенно четкие, не размытые и не вызывающие разночтений. Как следствие, для ребенка это очень хорошая возможность тренировки внимания. Поскольку ходы в такой игре делаются по очереди, гиперактивный ребенок учится ждать и контролировать свои импульсы.

В каждодневной учебной работе я часто использую так называемые "сидячие игры" («Морские волны», «Мы писали» и т.д.), "пальчиковые игры".

Игры за партами призваны снять мышечное напряжение, переключить внимание ребенка, дать возможность отдохнуть от трудной интеллектуальной деятельности. Но чтобы игра за партой не превратилась в постоянное развлечение для учащихся, надо четко сформулировать правило начинать и заканчивать игру по определенному сигналу.

Для гиперактивного ребенка подобные игры — это очень хорошая разрядка во время урока. После таких физкультурных минуток и разминающих игр, он снова готов сосредотачиваться и выполнять учебные задания. Иногда полезно проводить занятия не за партой, а, скажем, на ковре в дальнем углу класса, где ребенок может ходить, ползать и даже бегать. Как показывает практика, гиперподвижный ребенок лучше усваивает информацию на ходу.

Родители и учителя должны очень хорошо знать характеристики гиперактивных детей, знать, что они могут делать относительно легко, а что дается им с большим трудом. Учитывая особенности мышления, интеллектуальной деятельности и эмоционального развития, вполне реально помочь гиперактивному ребенку реализовать заложенные в нем способности и дать почувствовать себя успешным.

Для того чтобы наиболее плодотворно использовать энергию гиперактивных ребят, мы часто проводим психологические тренинги для родителей и для родителей с детьми, так как домашний мир ребенка с СДВГ должен быть максимально устойчивым и предсказуемым.

Работа с родителями дома должна быть очень активной.

-для ребенка в доме обязательно должно быть тихое место, чтобы ему не мешал посторонний шум (разговоры, домашние животные, телевизор, телефон, музыка, и т.п.).

-не лишне будет составление списка вещей и действий на день, которые ребенок должен помнить. Такие списки желательно составлять каждый день. -необходимо установить неизменные правила, которые должны быть понятны и обыденны. (Например, если

сейчас нельзя есть конфеты до еды, трогать чужую собаку, прыгать с качелей, грубить бабушке, открывать газовый кран, то и завтра этого нельзя).

- для достижения положительных результатов, обязательно строгое соблюдение режима дня. Это полезно и для взрослых.

В качестве классного руководителя я часто посещаю семьи детей с СДВГ. Это лишний раз активизирует внимание и напоминает о том, что их поведение и учеба всегда в поле зрения не только в школе, но и дома.

Дети с диагнозом "гиперактивность с дефицитом внимания" требуют большего участия, и им лучше заниматься в небольших классах или группах, где у учителя будет больше возможностей уделять им персональное внимание. К тому же, в большом коллективе такой ребенок очень отвлекает других ребят. На уроке учителю бывает очень сложно удержать внимание класса, в котором несколько гиперактивных учеников. Гиперактивного ребенка лучше отпустить на три минуты с урока в туалет и обратно, или побегать по лестнице, чем призывать к вниманию и спокойствию. Его плохо контролируемое двигательное возбуждение значительно легче проходит,

когда оно выражено в беге, прыжках, то есть в широких мышечных движениях, в активных усилиях. Поэтому гиперактивному ребенку обязательно надо хорошо подвигаться на перемене (а иногда, по возможности, и во время урока), чтобы снять это тревожное возбуждение.

Гиперактивность современных детей – это явление нашего времени, источники которого не только психологические, но и социальные, политические, экологические. Гиперактивные дети не злы и не злонамеренны. Как правило, они готовы сотрудничать с другими людьми, но не умеют этого делать. Не надо их ломать, надо отталкиваться от их особенностей и дать им шанс проявить себя. Только в этом случае отношения с учителями и сама учебная деятельность может наладиться.

В заключение хочется сказать: главное любить гиперактивного ребенка, помогать ему быть успешным, преодолеть трудности школьной жизни. «Норовистые дети похожи на розы – им нужен особый уход. И иногда поранишься о шипы, чтобы увидеть их красоту» (Мэри Ш.Курчинка)