

Принципы построения программы помощи детям с синдромом дефицита внимания и гиперактивностью

*Карпейчик Светлана Викторовна;
воспитатель СП детский сад «Тополёк»
ГБОУ Самарской области СОШ № 8
п.г.т.Алексеевка г.о.Кинель Самарская область*

Когда в семье появляется особый ребенок, жизнь навсегда меняется. В этот момент рушится картина мира и картина будущего, которую родители себе нарисовали. Кажется, теперь не на что опереться. Когда фантазии и ожидания никогда не воплотятся в жизнь, то есть реальный ребёнок — не ребёнок мечты. Родителям предстоит принять новую ситуацию, сомневаться, искать единомышленников и прокладывать путь вперед. В чем теперь будет смысл жизни семьи, на что она сможет опереться? У каждого, кто переживает такие перемены, возникает множество вопросов.

Все дети иногда беспокойны, иногда делают что-то не думая, иногда уплывают куда-то в мечтах, но когда гиперактивность, отвлекаемость, плохая концентрация внимания или импульсивность начинают влиять на отношения с другими детьми, у ребёнка можно заподозрить СДВГ.

Дети с синдромом двигательной активности и гиперактивности «немножко особые»: «Эти дети часто „проваливаются между двух стульев“ — слишком „особенные“, чтобы их было легко принять и понять, но не настолько, чтобы их и их родителей жалели и хотели помогать».

Родители таких детей находятся в трудном положении. Синдром дефицита внимания и гиперактивности часто выглядит со стороны как избалованность или недостаток воспитания. Мало кто может понять, что происходит с ребенком на самом деле.

Синдром дефицита внимания является самой частой причиной нарушений поведения и трудностей обучения в дошкольном и школьном возрасте, проблем во взаимоотношениях с окружающими.

Основные проявления СДВГ включают нарушения внимания, признаки импульсивности и гиперактивности. Если признаки гиперактивности

уменьшаются сами по себе по мере взросления ребёнка, то нарушения внимания, отвлекаемость и импульсивность могут оставаться у него на долгие годы, служа благоприятной почвой для неврозов, социальной дезадаптации.

Выделяют три типа СДВГ:

1. Смешанный тип: гиперактивность в сочетании с нарушениями внимания. Это самая распространённая форма СДВГ.
2. Невнимательный тип: преобладают нарушения внимания. Этот тип наиболее сложен для диагностики.
3. Гиперактивный тип: преобладает гиперактивность, Это наиболее редкая форма СДВГ.

Воспитывать ребенка с синдромом дефицита внимания и гиперактивности (СДВГ) нелегко. Практически все родители таких детей постоянно расстраиваются из-за их поведения. Понимая состояние своего ребенка, родители могут и обязаны помочь ему!

К сожалению, чаще приходится сталкиваться с родительскими промахами, нежели с примерами их высокой компетентности. Родители гиперактивных детей, как правило, рассматривая поведение таких детей как непослушание, стремятся жесткими мерами бороться с «непослушанием» сына или дочери. Усиливают дисциплинарные способы воздействия, увеличивают рабочие нагрузки, строго наказывают за малейший проступок, вводят непреклонную систему запретов. Другие, устав от бесконечной борьбы со своим чадом, махнув на все рукой, стараются не обращать внимания на его поведение или, «опустив руки», предоставляют ребенку полную свободу действий, тем самым лишая его необходимой для него поддержки взрослых.

Родители должны понять, что ребенок ни в коей мере не виноват, что он такой, и что дисциплинарные меры воздействия в виде постоянных наказаний, замечаний, окриков, нотаций не приведут к улучшению поведения ребенка, а в большинстве случаев даже ухудшат его.

Чтобы помочь своему ребёнку, родители должны руководствоваться принципами помощи детям с гиперактивностью.

Принципы построения программы помощи детям с СДВГ.

Идти от особенностей ребёнка и давать ему шанс проявить себя.

В каждом конкретном случае ситуация должна быть тщательно проанализирована и должен быть подобран индивидуальный подход к ребенку. Выбор правильной стратегии - это большая ответственность. Если ситуация с конкретным ребенком проанализирована неправильно, его положение в семье и в детском коллективе, а также его поведение могут значительно ухудшиться.

Альтернативная форма поведения.

Когда ребенок ведет себя неправильно и этим всех раздражает, можно попробовать предложить альтернативную форму поведения.

Поощрение.

Гиперактивный ребёнок не умеет долго ждать, поэтому поощрения должны быть быстрыми и часто повторяться. Хвалите, гладьте, одобряйте.

Организация внешней среды.

Все лишние раздражители удаляются из поля зрения. Уменьшая количество раздражителей в комнате увеличивается интенсивность воздействия необходимых предметов.

Устойчивость домашнего мира.

Организовав хорошо комнату ребенка, сделав ее знакомой и предсказуемой, можно значительно сократить непродуктивное расходование энергии и направить ее в нужное русло.

Организация рабочего места.

Рабочее место ребенка с СДВГ должно находиться в тихом месте, далеко от телевизора и постоянно открывающихся дверей. Все шумовые раздражители должны быть удалены.

Организация времени.

Вся жизнь гиперактивного ребенка должна подчиняться определенному режиму дня. Режим важен для всех детей, но для гиперактивного ребенка он важен вдвойне.

Наилучшее время для работы.

Воспитатели детских садов, школьные учителя, родители должны помнить, что ребенок лучше всего работает в начале дня.

Не надо усаживать ребенка.

Занятия с дошкольниками не обязательно проводить за рабочим столом. Подходящим может быть любое место в квартире: ковер в зале, диван, кухонный стол, ванная комната. Ребенок может ходить, ползать и даже бегать.

Короткие занятия.

Занятия должны быть короткими, не более 10 минут. Если ребенок не удерживает внимания больше 2 минут, не надо из-за этого расстраиваться. Через какое-то время можно будет заниматься в течение 3 минут, а потом постепенно довести время занятий до 5-10 минут.

Подготовить все заранее.

Все материалы, наглядные пособия, игрушки и картинки должны быть подготовлены заранее. Занятия должны проходить в "едином порыве".

Регулярность занятий.

Ребенка надо приучать к регулярности занятий. Если занятия проходят каждый день после полдника, например, то мозг ребенка будет соответственно настраиваться к этому времени. Регулярные занятия дают гораздо больше результатов.

Обратная связь.

Дети с синдромом двигательной активности часто не понимают, что с ними происходит или как они себя ведут. Нужно давать им информацию конструктивным путём. Задавайте вопросы, которые побуждают самосозерцание и самопонимание.

Подвижные игры по правилам.

Игры с очень четкими правилами способствуют развитию произвольного внимания. В подвижных играх по правилам ребенок с СДВГ также развивается эмоционально. Он учится контролировать свое эмоциональное состояние, учится терпеть и ждать, откладывать желаемое на потом. Игры по правилам развивают в ребенке основные навыки саморегуляции деятельности.

Один из лучших способов воздействий на детей с СДВГ – это физзарядка, она помогает выплеснуть избыток энергии, сконцентрировать внимание, стимулирует определённые гормоны и химические реакции. Кроме всего, это ещё и удовольствие.

Родители должны проявлять любовь и принятие. Принятие как признание за ребёнком права на индивидуальность и непохожесть ни на родителей, ни на других; это понимание, что ребёнок имеет право быть самим собой, не обязан соответствовать ничьим ожиданиям и программам. Когда ребёнка принимают, он ощущает родительскую любовь. Ребёнок, уверенный в родительской любви хорошо вооружён.

Эти дети более одарённые и талантливые, чем они зачастую кажутся. Они полны творчества, игры, непосредственности и воодушевлённости. Они обладают чем-то особенным, что по – особому влияет на окружение, в котором они находятся.

Рекомендуемая литература: 1. Брызгунов И.П., Касатикова Е.В. «Непоседливый ребенок, или все о гиперактивных детях». 2. Ю.Б. Гиппенрейтер «Как общаться с ребёнком» 3. Лаут Г.В., Шлоттке П.Ф. «Нарушения внимания у детей. Тренинг и развивающие игры». 4. Мони́на Г.Б., Лютова-Робертс Е.К. «Гиперактивные дети». 5. Осипова А.А., Малашинская Л.И. «Диагностика и коррекция внимания» .