

"Гиперактивный ребенок в школе"

Если говорить подробно, то в переводе с латинского языка "активный" значит деятельный, действенный, а греческое слово "гипер" указывает на превышение нормы. Гиперактивность у детей проявляется несвойственными для нормального, соответствующего возрасту, развитию ребенка невнимательностью, отвлекаемостью, импульсивностью. По данным психолого-педагогической литературы, в описании таких детей употребляются термины: "подвижные", "импульсивные", "шустрики", "энерджайзер", "вечный двигатель", "живчик", "вулканчик". Некоторые авторы используют и такие словосочетания, как "моторный тип развития", "дети с повышенной активностью", "дети с повышенной аффективностью". По данным специалистов, чуть ли не половина детей страдает так называемой гиперактивностью. Не только в нашей стране, но и во всем мире количество таких детей неуклонно возрастает. Если ребенок гиперактивен, то трудности испытывают не только он сам, но и его окружение: родители, одноклассники, учителя... такому ребенку необходима своевременная помощь, иначе в дальнейшем может сформироваться асоциальная или даже психопатическая личность: известно, что среди малолетних правонарушителей значительный процент составляют гиперактивные дети.

Помощь гиперактивному ребенку это очень сложный процесс и много подводных камней на пути к полному восстановлению.

Вот что рассказала завуч одной подмосковной школы о таком первокласснике.

Хорошо подготовленный мальчик пришел в гимназический класс обычной средней школы. Однако учиться в этом классе он не смог. Причина проста: излишняя агрессивность гиперактивного ребенка вызывала постоянные конфликты со сверстниками. Однажды пострадала одноклассница, получив достаточно серьезную травму. Родители взбунтовались и атаковали завуча: "Уберите этого ребенка из нашего класса, мы боимся за наших детей!" Пришлось ребенка перевести в другой класс. Но и там возникли те же проблемы. Ученики в новом классе оказались хитрее предыдущих. Детки быстро смекнули, что если вчера он задел одного, сегодня стукнул другого, то надо объединиться и действовать против него сообща. Что ж, нормальная реакция на постоянное раздражение... Но однажды это неравное противостояние закончилось следующим образом: одинокий мальчик, вооруженный лыжной палкой (очевидно после стычки в классе), в страшном возбуждении и гневе бегал по школе и не давал никому подойти к нему. Учителя и вызванные на подмогу ребята-старшеклассники не смогли приблизиться к нему и хоть как-то успокоить ребенка. Часто после этого случая он, будучи доставленным на порог школы своим отцом, совсем не спешил в свой класс, а болтался по коридорам или сидел в кабинете у завуча. Пыталась ли школа как-то помочь ребенку? Как могла... Были и беседы с психологом, и учителя

старались найти к нему подход, и родителей неоднократно вызывали в школу. Выяснилось, что ребенка воспитывает отец, родители развелись. Мать живет отдельно и по ее словам даже не в состоянии брать сына к себе на выходные: она очень устает от взаимного общения с собственным ребенком. Ну а отец, вероятно, допустил излишнюю жесткость в воспитании сына, подхлестывая агрессивность гиперактивного ребенка. Детский психиатр, обследовав мальчика, дал заключение, что уровень интеллекта у ребенка выше среднего, и рекомендовал домашнее обучение со школьными учителями с посещением отдельных предметов в присутствии отца. Но до конца учебного года оставалось немного времени, и организацию домашнего обучения отложили до осени. А пока предложили поучиться в специальном санатории для гиперактивных детей. Однако, по слухам, через две недели его оттуда выгнали, и больше ни в конце учебного года, ни в начале следующего, он в школе так и не появился. Вот такая невеселая история.

Что же такое гиперактивность, и как мы, взрослые, должны скорректировать свое поведение, чтобы помочь процессу социализации гиперактивного ребенка?

Под гиперактивностью принято понимать чересчур беспокойную физическую и умственную активность у детей, когда возбуждение преобладает над торможением. Врачи полагают, что гиперактивность является следствием очень незначительного поражения мозга, которое не определяется диагностическими тестами. Говоря научным языком, мы имеем дело с минимальной мозговой дисфункцией. Признаки гиперактивности проявляются у ребенка уже в раннем детстве. В дальнейшем его эмоциональная неустойчивость и агрессивность часто приводят к конфликтам в семье и школе.

Как проявляется гиперактивность?

Наиболее ярко гиперактивность проявляется у детей в старшем дошкольном и младшем школьном возрасте. В этот период осуществляется переход к ведущей – учебной – деятельности и в связи с этим увеличиваются интеллектуальные нагрузки: от детей требуются умения концентрировать внимание на более длительном отрезке времени, доводить начатое дело до конца, добиваться определенного результата. Именно в условиях длительной и систематической деятельности гиперактивность заявляет о себе очень убедительно. Родители вдруг обнаруживают многочисленные негативные последствия неусидчивости, неорганизованности, чрезмерной подвижности своего ребенка и, обеспокоенные этим, ищут контактов с психологом.

Психологи выделяют следующие признаки, которые являются диагностическими симптомами гиперактивных детей.

1. Беспокойные движения в кистях и стопах. Сидя на стуле, корчится, извивается.
2. Не может спокойно сидеть на месте, когда этого от него требуют.
3. Легко отвлекается на посторонние стимулы.
4. С трудом дожидается своей очереди во время игр и в различных

- ситуациях в коллективе (на занятиях, во время экскурсий и праздников).
5. На вопросы часто отвечает, не задумываясь, не выслушав их до конца.
 6. При выполнении предложенных заданий испытывает сложности (не связанные с негативным поведением или недостаточностью понимания).
 7. С трудом сохраняет внимание при выполнении заданий или во время игр.
 8. Часто переходит от одного незавершенного действия к другому.
 9. Не может играть тихо, спокойно.
 10. Болтливый.
 11. Часто мешает другим, пристаёт к окружающим (например, вмешивается в игры других детей).
 12. Часто складывается впечатление, что ребенок не слушает обращенную к нему речь.
 13. Часто теряет вещи, необходимые в детском саду, школе, дома, на улице.
 14. Иногда совершает опасные действия, не задумываясь о последствиях, но приключений или острых ощущений специально не ищет (например, выбегает на улицу, не оглядываясь по сторонам).

Все эти признаки можно сгруппировать по следующим направлениям:

- чрезмерная двигательная активность;
- импульсивность;
- отвлекаемость-невнимательность.

Диагноз считается правомерным, если наличествуют, по меньшей мере, восемь из всех симптомов. Так, имея довольно хорошие интеллектуальные способности, гиперактивные дети отличаются недостаточностью речевого развития и тонкой моторики, сниженным интересом к приобретению интеллектуальных навыков, рисованию, имеют некоторые другие отклонения от средних возрастных характеристик, что приводит к отсутствию у них интереса к систематическим, требующим внимания занятиям, а значит, и будущей или настоящей учебной деятельности.

У кого чаще наблюдается гиперактивное поведение: мальчиков или девочек?

По данным психологов, гиперактивность среди детей от 7 до 11 лет в среднем составляет 16,5%. Среди мальчиков — 22%, среди девочек — около 10%.

Почему гиперактивных мальчиков гораздо больше, чем девочек?

Причины могут быть такими: большая ранимость мозга плодов мужского пола по отношению к различным видам патологии беременности и родов, при которых страдает развивающийся мозг. Возможно, свою роль играют функциональные и генетические факторы. Кроме того, считается, что меньшая степень функциональной асимметрии у девочек создает больший резерв для компенсации нарушений тех или иных высших психических функций. Возможно, над девочками больше довлеют нормы социального поведения, с детства, внушающие им послушание. В качестве разрядки девочка может просто пореветь, тогда, как мальчик в аналогичной ситуации скорее станет “бегать по потолку”.

Гиперактивные дети и проблемы их обучения.

Проблемы детей, имеющих нарушения поведения, связанные с ними трудности обучения в настоящее время особенно актуальны. Постоянно возбужденные, невнимательные, непоседливые и крикливые, — такие дети приковывают к себе внимание учителя, которому необходимо следить, чтобы они сидели спокойно, выполняли задания, не мешали одноклассникам. Эти школьники на уроке постоянно заняты своими делами, их трудно удержать на месте, заставить выслушать задание и, тем более, выполнить его до конца. Учителя они “не слышат”, все теряют, все забывают. Они неудобны учителям в силу своей чрезмерной активности и импульсивности. А так как современная школа представляет собой систему норм, правил, требований, регламентирующих жизнь ребенка, то можно говорить о существующей системе обучения как о не приспособленной к работе с гиперактивными детьми. Именно поэтому в последние годы проблема эффективности обучения гиперактивных детей становится все более актуальной и обсуждаемой среди педагогов и школьных психологов. Так, еще несколько лет назад в начальных классах гиперактивных детей было по одному-два в классе, а сейчас в эту группу попадает уже около 20-30% учащихся. И этот процент постоянно растет. При всех существующих проблемах поведения интеллектуальные функции гиперактивного ребенка не нарушены, и такие дети могут успешно осваивать программу общеобразовательной школы при условии соответствия требований школьной среды возможностям ребенка. Однако сама система обучения, особенно на первых этапах пребывания гиперактивных детей в школе, является для них психотравмирующей и приводящей к возникновению у этих детей дезадаптивных состояний. Так, гиперактивные дети (а особенно младшие школьники) испытывают повышенную потребность в движении, что противоречит требованиям школьной жизни, т. к. школьные правила не позволяют им свободно двигаться во время урока и даже во время перемены. А просидеть за партой 4-6 уроков подряд по 40 минут для них задача непосильная. Именно поэтому уже через 15-20 минут после начала урока гиперактивный ребенок не в состоянии сидеть за партой спокойно. Этому способствует малая подвижность на уроке, отсутствие смены форм деятельности на уроке и в течение дня. Следующей проблемой является противоречие между импульсивностью поведения ребенка и нормативностью отношений на уроке, что проявляется в несоответствии поведения ребенка установившейся схеме: вопрос учителя — ответ ученика. Гиперактивный ребенок, как правило, не ждет, пока учитель разрешит ему отвечать. Он часто начинает отвечать, не выслушав вопрос до конца, и часто кричит с места. Гиперактивным детям свойственна неустойчивая работоспособность, что является причиной нарастания большого количества ошибок при ответах и выполнении письменных заданий при наступлении состояния утомления. А фиксированная (стандартная) система оценивания знаний, умений и навыков, принятая в современной школе, выполняет не столько функцию регулирования, сколько санкционирования для ребенка, т. к. увеличивающееся в связи с утомлением количество ошибок приводит к

увеличению замечаний и негативных оценок со стороны учителя, что воспринимается ребенком как отрицательное оценивание себя в целом, а не как оценку своей работы. Навыки чтения и письма у гиперактивного значительно ниже, чем у сверстников, и не соответствуют его интеллектуальным способностям. Письменные работы выполняются неряшливо, с ошибками из-за невнимательности. При этом ребенок не склонен прислушиваться к советам взрослых. Специалисты предполагают, что дело здесь не только в нарушении внимания. Трудности формирования навыков письма и чтения нередко возникают из-за недостаточного развития координации движений, зрительного восприятия, речевого развития. Система предъявления учебного материала в школе представляет собой, прежде всего педагогический монолог, который требует от ребенка внимательного слушания и исполнительского поведения, тогда как гиперактивным детям нужны, прежде всего, визуальные и тактильные опоры в получении информации. Таким образом, можно говорить и о несоответствии способов предъявления учебного материала (его недостаточного разнообразия) многоканальному восприятию гиперактивного ребенка.

И еще одна особенность школьной среды не позволяет гиперактивным детям чувствовать себя комфортно — это отсутствие игрового пространства в школе, тогда как для этих детей оно необходимо, т. к. позволяет организовать игры на снятие статичного напряжения, обыгрывание агрессивности, коррекцию механизмов эмоционального реагирования, развитие навыков социального поведения. А поскольку в школе пространство для игры не определено, то гиперактивные дети строят его не всегда там, где это считается возможным, и, следовательно, снова не соответствуют предъявляемым им школьной жизнью требованиям. Проблемы гиперактивных детей не решаются в одночасье и одним человеком. Это комплексная проблема требует внимания, как родителей, так и врачей, педагогов и психологов. Причем медицинские, психологические и педагогические задачи подчас так перекликаются, что невозможно провести разграничительную черту между ними. Первоначальная постановка врачом-невропатологом или врачом-психиатром диагноза и медикаментозная терапия дополняется психологической и педагогической коррекцией, что определяет комплексный подход к проблемам гиперактивного ребенка и может гарантировать успех в преодолении негативных проявлений данного синдрома.

Коррекция в семье

Обогатить и разнообразить эмоциональный опыт гиперактивного ребенка, помочь ему овладеть элементарными действиями самоконтроля и тем самым несколько сгладить проявления повышенной двигательной активности — значит, изменить взаимоотношения его с близким взрослым, и, прежде всего с мамой. Этому будут способствовать любое действие, любая ситуация, событие, направленные на углубление контактов, их эмоциональное обогащение.

При воспитании гиперактивного ребенка близкие должны избегать двух крайностей:

- с одной стороны, проявления чрезмерной жалости и вседозволенности;
- с другой – постановки завышенных требований, которые он не в состоянии выполнить, в сочетании с излишней пунктуальностью, жестокостью и санкциями (наказаниями).

Частое изменение указаний и колебания настроений родителей оказывают на таких детей гораздо более глубокое негативное воздействие, чем на других. Сопутствующие нарушения в поведении поддаются коррекции, но процесс улучшения состояний ребенка занимает обычно длительное время и наступает не сразу. Конечно, указывая на важность эмоционально насыщенного взаимодействия ребенка с близким взрослым и рассматривая атмосферу семьи как условие закрепления, а в некоторых случаях даже и возникновения гиперактивности как способа поведения ребенка, мы не отрицаем, что свой негативный вклад в формирование гиперактивности могут принести также болезнь, травма или их последствия. В последнее время некоторые ученые связывают гиперактивное поведение с наличием у детей так называемых минимальных мозговых дисфункций, то есть врожденного неравномерного развития отдельных мозговых функций. Другие объясняют явление гиперактивности последствиями ранних органических поражений головного мозга, вызванных патологией беременности, осложнениями при родах, употреблением алкоголя, курением родителей и т.д. Однако в настоящее время проявления гиперактивности у детей значительно распространены и не всегда, как отмечают физиологи, связаны с патологией. Нередко некоторые особенности нервной системы детей в силу неудовлетворительного воспитания и жизненных условий являются только фоном, облегчающим формирование гиперактивности как способа реагирования детей на неблагоприятные условия.

Рекомендации родителям

Какие же рекомендации дают психологи родителям гиперактивного ребенка и тем самым помогают им в процессе его воспитания?

Первая группа рекомендаций относится к внешней стороне поведения близких ребенку взрослых людей.

- Старайтесь по возможности сдерживать свои бурные аффекты, особенно если вы огорчены или недовольны поведением ребенка. Эмоционально поддерживайте детей во всех попытках конструктивного, позитивного поведения, какими бы незначительными они ни были. Воспитывайте в себе интерес к тому, чтобы глубже познать и понять ребенка.

- Избегайте категоричных слов и выражений, жестких оценок, упреков, угроз, которые могут создать напряженную обстановку и вызвать конфликт в семье. Старайтесь реже говорить “нет”, “нельзя”, “прекрати” –

лучше попробуйте переключить внимание малыша, а если удастся, сделайте это легко, с юмором.

- Следите за своей речью, старайтесь говорить спокойным голосом. Гнев, возмущение плохо поддаются контролю. Выражая недовольство, не манипулируйте чувствами ребенка и не унижайте его.

- *Вторая группа рекомендаций касается организации среды и окружающей обстановки в семье.*

- Если есть возможность, постарайтесь выделить для ребенка комнату или ее часть для занятий, игр, уединения (то есть его собственную “территорию”). В оформлении желательно избегать ярких цветов, сложных композиций. На столе и в ближайшем окружении ребенка не должно быть отвлекающих предметов. Гиперактивный ребенок сам не в состоянии сделать так, чтобы ничто постороннее его не отвлекало.

- Организация всей жизни должна действовать на ребенка успокаивающе. Для этого вместе с ним составьте распорядок дня, следуя которому, проявляйте одновременно гибкость и упорство.

- Определите для ребенка круг обязанностей, а их исполнение держите под постоянным наблюдением и контролем, но не слишком жестко. Чаще отмечайте и хвалите его усилия, даже если результаты далеки от совершенства.

- Третья группа рекомендаций направлена на активное взаимодействие ребенка с близким взрослым, на развитие способности, как взрослого, так и ребенка почувствовать друг друга, сблизиться эмоционально.

- И здесь совершенно незаменима самая важная для детей деятельность – игра, поскольку она близка и понятна ребенку. Использование же эмоциональных воздействий, содержащихся в интонациях голоса, мимике, жестах, форме реагирования взрослого на свои действия и действия ребенка, доставит обоим участникам огромное удовольствие.

- **Не опускайте рук.** Любите вашего норовистого ребенка, помогите ему быть успешным, преодолеть школьные трудности. Помните, что “Норовистые дети похожи на розы – им нужен особый уход. И иногда поранишься о шипы, чтобы увидеть их красоту” (Мэри Ш. Курчинка).

Когда становится совсем тяжело, вспомните, что к подростковому возрасту, а у некоторых детей и раньше, гиперактивность проходит. По наблюдениям большинства врачей и психологов, общая двигательная активность с возрастом уменьшается, а выявленные невротические изменения постепенно нивелируются. В мозгу у ребенка появляются связи, которых не было или они были нарушены. Важно, чтобы ребенок подошел к этому возрасту без груза отрицательных эмоций и комплексов неполноценности. Так что, если у вас гиперактивный ребенок, помогите ему, все в ваших руках.

