

Что такое гиперактивность?

В психологическом словаре внешними проявлениями гиперактивности указываются невнимательность, отвлекаемость, импульсивность, повышенная двигательная активность. Гиперактивности обычно сопутствуют проблемы во взаимоотношениях с окружающими, трудности в обучении, низкая самооценка; при этом уровень интеллектуального развития детей не зависит от степени гиперактивности и даже может превышать показатели возрастной нормы. Первые проявления гиперактивности наблюдаются у детей в возрасте до 7 лет и чаще встречаются у мальчиков, чем у девочек.

Существуют различные мнения о причинах возникновения гиперактивности: это могут быть генетические факторы, особенности строения и функционирования головного мозга, родовые травмы, инфекционные заболевания, перенесенные ребенком инфекционные заболевания, перенесенные ребенком в первые месяцы жизни и т.д.

Как правило, в основе синдрома гиперактивности лежит минимальная мозговая дисфункция (ММД), наличие которой определяет врач – невропатолог после проведения специальной диагностики. При необходимости назначается медикаментозное лечение.

Однако подход к лечению гиперактивного ребенка и к его адаптации в коллективе должен быть комплексным. Необходимо тесное сотрудничество психолога, воспитателей и родителей с целью обучения ребенка эффективным способам общения со сверстниками и взрослыми.

Портрет гиперактивного ребенка

Наверное, в каждой группе детского сада есть дети, которым трудно долго сидеть на одном месте, молчать, подчиняться инструкциям. Такие дети, естественно, создают дополнительные трудности в работе воспитателям и учителям: они очень подвижны, вспыльчивы, раздражительны и безответственны. Гиперактивные дети часто задевают и роняют различные предметы, толкают сверстников, что приводит к возникновению конфликтных ситуаций. Они часто обижаются, но о своих обидах быстро забывают. Известный американский психолог В.Оклендер так характеризует этих детей:

«Гиперактивному ребенку трудно сидеть, он суетлив, много двигается, вертится на месте, иногда чрезмерно говорлив, может раздражать манерой своего поведения. Часто у него плохая координация или недостаточный мышечный контроль. Он неуклюж, роняет или ломает вещи, проливает молоко. Такому ребенку трудно концентрировать свое внимание, он легко отвлекается, часто задает множество вопросов, но редко дожидается ответов».

Как выявить гиперактивного ребенка

Поведение гиперактивных детей может быть внешне похожем на поведение детей с повышенной тревожностью, поэтому педагогу важно знать основные отличия поведения одной категории детей от другой.

Критерии первичной оценки проявлений гиперактивности и тревожности у ребенка		
Критерии оценки	Гиперактивный ребенок	Тревожный ребенок
Контроль поведения	Постоянно импульсивен	Способен контролировать поведение
Двигательная активность	Постоянно активен	Активен в определенных случаях
Характер движений	Лихорадочный, беспорядочный	Беспокойные, напряженные движения

Приведенная *таблица* поможет в этом. Кроме того, поведение тревожного ребенка социально не разрушительно, а гиперактивный часто является источником разнообразных конфликтов, драк, недоразумений. Чтобы выявить гиперактивного ребенка в группе детского сада, необходимо длительно наблюдать за ним, а также беседовать с родителями.

Основные проявления гиперактивности можно разделить на три блока: дефицит активного внимания, двигательная расторможенность, импульсивность.

Американские психологи П.Бейкер и М.Алворд предлагают следующие критерии выявления гиперактивности.

Критерии гиперактивности (схема наблюдений за ребенком)

Дефицит активного внимания

1. Непоследователен, ему трудно долго удерживать внимание.
2. Не слушает, когда к нему обращаются.
3. С большим энтузиазмом берется за задание, но так и не заканчивает его.
4. Испытывает трудности в организации.
5. Часто теряет вещи.
6. Избегает скучных и требующих умственных усилий заданий.
7. Часто бывает забывчив.

Двигательная расторможенность

1. Постоянно ерзает.
2. Проявляет признаки беспокойства (барабанит пальцами, двигается в кресле, бегаем, забирается куда-либо).
3. Спит намного меньше, чем другие дети, даже в младенчестве.
4. Очень говорлив.

Импульсивность

1. Начинает отвечать, не дослушав вопроса.
2. Не способен дождаться своей очереди, часто вмешивается, прерывает разговор.
3. Плохо сосредотачивает внимание.
4. Не может дождаться вознаграждения (если между действием и вознаграждением есть пауза).
5. Не может контролировать и регулировать свои действия. Поведение слабоуправляемо правилами.
6. При выполнении заданий ведет себя по-разному и показывает очень разные результаты: на некоторых занятиях спокоен, на других – нет; на одних занятиях успешен, на других – нет.

Если в возрасте до 7 лет проявляются хотя бы 6 из перечисленных выше признаков, можно предположить (но не поставить диагноз!), что ребенок гиперактивен.

Очень часто педагоги задают себе вопрос: «Что делать, если у ребенка выявлены признаки гиперактивности? Диагноз в медицинской карте не поставлен, а родители не придают значения возникшим проблемам, надеясь, что с возрастом все пройдет». В этом случае педагог в тактичной форме может рекомендовать родителям обратиться к психологу или невропатологу. Согласитесь: ответственность за постановку диагноза должен взять на себя врач. Важно только убедить родителей, что ребенку необходима помощь специалиста. Часто взрослые считают, что ребенок гиперактивен, только на том основании, что он очень много двигается, непоседлив. Такая точка зрения ошибочна, так как другие проявления гиперактивности (дефицит активного внимания, импульсивность) в этом случае не учитываются.

Особенно часто взрослые не обращают должного внимания на проявление у ребенка импульсивности. Выявить импульсивность можно с помощью следующей анкеты.

Признаки импульсивности

1. Импульсивный ребенок всегда быстро находит ответ, когда его о чем-то спрашивают (возможно, и неверный).
2. У него часто меняется настроение.
3. Многие вещи его раздражают, выводят из себя.
4. Ему нравится работа, которую можно делать быстро.
5. Обидчив, но незлопамятен.
6. Часто чувствуете, что ему все надоело.
7. Быстро, не колеблясь, принимает решения.
8. Может резко отказаться от еды, которую не любит.
9. Нередко отвлекается на занятиях.
10. Когда кто-то из ребят на него кричит, он кричит в ответ.
11. Обычно ребенок уверен, что справится с любым заданием.
12. Может наругать родителю, воспитателю.

13. Временами кажется, что он переполнен энергией.
14. Это человек действия, рассуждать не умеет и не любит.
15. Требуя к себе внимания, не хочет ждать.
16. В играх не подчиняется общим правилам.
17. Горячится во время разговора, часто повышает голос.
18. Легко забывает поручения старших, увлекается игрой.
19. Любит организовывать и предводительствовать.
20. Похвала и порицание действуют на него сильнее, чем на других.

Для получения объективных данных необходимо, чтобы двое-трое взрослых, хорошо знающих ребенка, оценили уровень его импульсивности с помощью данной анкеты. Затем надо суммировать все баллы во всех исследованиях и найти средний балл. Результат 15 – 20 баллов свидетельствует о высокой импульсивности, 7 – 14 – о средней, 1 – 6 баллов – о низкой.

Правила работы с гиперактивными детьми

1. Работать с гиперактивным ребенком целесообразней в первую половину дня, а не вечером.
2. Уменьшать нагрузку ребенка следует по времени, но не облегчать ее.
3. Делить работу на более короткие, но более частые периоды. Использовать физкультминутки.
4. Быть артистичным, экспрессивным педагогом.
5. Снизить требования к аккуратности в начале работы, чтобы сформировать чувство успеха.
6. Посадить ребенка во время занятий рядом со взрослым.
7. Использовать тактильный контакт (элементы массажа, прикосновения, поглаживания).
8. Договариваться с ребенком о тех или иных действиях заранее.
9. Давать короткие, четкие и конкретные инструкции.
10. Использовать гибкую систему поощрений и наказаний.
11. Поощрять ребенка сразу же, не откладывая на будущее.
12. Предоставлять ребенку возможность выбора.
13. Оставаться спокойным. Нет хладнокровия – нет преимущества!

Используемая литература:

- ❖ Игры для гиперактивных детей /А. Е. Кузнецова.– Ростов н/Д.: Феникс, 2011. – 254 с.
- ❖ Лютова Е. К., Монина Г. Б. Шпаргалка для взрослых. Психокоррекционная работа с гиперактивными, агрессивными, тревожными и аутичными детьми. – М., 2000. – 192 с.
- ❖ Хухлаева О. В. Коррекция нарушений психологического здоровья дошкольников и младших школьников. – М., 2003. – 173 с.