

Методические рекомендации по работе с детьми с синдромом дефицита внимания и гиперактивностью (СДВГ)

При работе с детьми с СДВГ крайне важны своевременная постановка диагноза и специальная коррекция. Но все-таки основной груз в решении проблем обучения и воспитания таких детей ложится на плечи родителей и учителей. Именно от их понимания, терпения и настойчивости зависит, насколько ребенок будет успешен в учебе, общении со сверстниками и взрослыми.

Критерии гиперактивности (схема наблюдений за ребенком) Дефицит активного внимания

1. Непоследователен, ему трудно долго удерживать внимание.
2. С большим энтузиазмом берется за задание, но так и не заканчивает его.
3. Не слушает, когда к нему обращаются.
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, бегают, 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.
3. Плохо сосредотачивает внимание.
4. Не может контролировать и регулировать свои действия. Поведение слабо управляемо правилами.
5. При выполнении заданий ведет себя по-разному и показывает очень разные результаты (на некоторых занятиях ребенок спокоен, на других – нет, на одних уроках он успешен, на других – нет).
6. Не может спокойно дождаться вознаграждения (если м/у действием и вознаграждением есть пауза).

Если в возрасте до 7 лет проявляются хотя бы 6 из перечисленных признаков, педагог может предположить **(но не поставить диагноз!)**, что ребенок, за которым он наблюдает, гиперактивен.

Рекомендации для учителей, обучающих детей с СДВГ:

1. Ознакомьтесь с информацией о природе и проявлениях СДВГ, обратите внимание на особенности этих проявлений во время пребывания ребенка в школе.
2. Вместе с ребенком и его родителями обратитесь за помощью к школьному психологу или к психологу-консультанту.
3. Для улучшения организации учебной деятельности ребенка используйте простые средства - планы занятий в виде пиктограмм, списки, графики, часы со звонком.
4. Используйте поощрения. Например, если ребенок с СДВГ хорошо себя вел на перемене, разрешите ему и одноклассникам дополнительно погулять еще несколько минут.
5. Обеспечьте для ученика с СДВГ возможность быстрого обращения за помощью. Выполняя задание, гиперактивные дети часто не понимают, что и как они делают. Не ждите, пока деятельность ребенка станет хаотичной, вовремя помогите ему правильно организовать работу.
6. При каждом подходящем случае давайте ребенку возможность принимать на себя ответственность. Например, ребенок должен убирать за собой посуду после еды. Если он этого не сделал, то пусть продолжит убирать со стола, пока его одноклассники играют.
7. Придерживайтесь позитивной модели поведения. Не стесняйтесь хвалить ребенка. Дети с СДВГ более других нуждаются в похвале.
8. При необходимости посоветуйте родителям пригласить педагога для дополнительных занятий с ребенком и выполнения им школьных уроков. Сами родители в этих ситуациях часто становятся надсмотрщиками.
9. Обеспечивайте для ребенка с СДВГ индивидуальные условия, которые помогают ему быть более организованным. Например, через 20-минутные интервалы разрешайте ему вставать и ходить в конце класса. Некоторые гиперактивные дети лучше концентрируют внимание, одевая наушники. Используйте все, что помогает (если это приемлемо и не опасно).
10. Всегда помните: *необходимо договариваться, а не стараться сломить.*

Рекомендации для родителей по воспитанию детей с СДВГ:

1. В своих отношениях с ребенком поддерживайте позитивную установку. Хвалите его в каждом случае, когда он этого заслужил, подчеркивайте успехи. Это помогает укрепить уверенность ребенка в собственных силах.
2. Избегайте повторения слов «нет» и «нельзя».
3. Говорите сдержанно, спокойно, мягко.
4. Давайте ребенку только одно задание на определенный отрезок времени, чтобы он мог его завершить.
5. Для подкрепления устных инструкций используйте зрительную стимуляцию.
6. Поощряйте ребенка за все виды деятельности, требующие концентрации внимания (например, работа с конструктором, раскрашивание, чтение, письмо).
7. Поддерживайте дома четкий распорядок дня. Время приема пищи, выполнения домашних заданий и сна ежедневно должно соответствовать этому распорядку.
8. Избегайте по возможности скоплений людей. Пребывание в крупных магазинах, на рынках, в ресторанах и т.п. оказывает на ребенка чрезмерное стимулирующее действие.
9. Во время игр ограничивайте ребенка лишь одним партнером. Избегайте беспокойных, шумных приятелей.
10. Оберегайте ребенка от утомления, поскольку оно приводит к снижению самоконтроля и нарастанию гиперактивности.
11. Давайте ребенку возможность расходовать избыточную энергию. Полезна ежедневная физическая активность на свежем воздухе — длительные прогулки, бег, спортивные занятия.
12. Помните о том, что гиперактивность, присущая детям с синдромом дефицита внимания, хотя и неизбежна, но может удерживаться под разумным контролем с помощью перечисленных мер.