

«Что такое гиперактивность?»

Этих детей называют по-разному - гиперактивными, импульсивными, расторможенными.

Можно привести еще ряд медицинских диагнозов, которые им ставили на всех этапах развития детской психиатрии. Сейчас эксперты остановились на понятии **«гиперактивный - синдром дефицита внимания» (СДВГ), синоним «гиперкинетическое расстройство, ММД-малая мозговая дисфункция.**

Но, в конце концов, разве суть в тех этикетках, которые можно прилепить к этим малышам? Безусловно, нет важнее понимание таких детей - их общих особенностей и неповторимых индивидуальностей, их стремление к личностному росту и самореализации. В то же время нужно знать и угрозы, опасности, которые могут навредить их полноценному развитию.

Мы должны понимать этих детей, знать их особенности, чтобы помочь им ... Но прежде всего, пожалуй, должны верить в них, верить, что они, как и каждый ребенок, приносят с собой в этот мир что-то уникальное, важное и ценное, что своей жизнью они призваны сделать мир лучше ... А для того, чтобы выполнить свою миссию: дети нуждаются в любви и мудром воспитании, поддержке и помощи со стороны взрослых.

Видимо, все хотя бы частично знакомы с такими детьми благодаря известным персонажам детского мультфильма - Пете Пяточкину и Маше из популярного мультфильма «Маша и медведь» у них присутствуют типичные признаки этого расстройства - они гиперактивные, находятся в непрерывном движении. Именно чрезмерная активность Пети и Маши создает разные проблемы вокруг них. У Пети также присутствует и импульсивность, характерная для детей с СДВГ, видя на противоположной стороне улицы собачку, он, не думая, и не оглядываясь по сторонам, несмотря на опасность и пренебрегая правилами поведения на дороге, перебегает улицу. А еще мы имеем возможность наблюдать проблемы с вниманием. Мультсериалы точно

указывает на то, что может помочь Пете и Маше - мудрый педагогический подход, основанный на любви, терпении и понимании.

Впрочем, к сожалению, в жизни изменения наступают не так быстро, как в мультфильме, и становятся следствием длительного, последовательного воспитания.

В мультфильме Петя Пяточкин и Маша - позитивные персонажи, которые вызывает симпатию. И это правда, ибо гиперактивные дети имеют много позитивных черт, как Петя и Маша, часто бывают искренние, непосредственные, доброжелательные, энергичные. Впрочем, в их поведении есть много такого, что создает проблемы для окружающих и для них самих, именно через эти особенности поведения такие дети часто сталкиваются с негативными реакциями, отторжением, осуждением, непониманием.

Гиперактивность указывает на превышение нормы. Такой диагноз ставят неврологи, если эти проявления наблюдаются в течение длительного периода в различных сферах жизни ребенка: дома, в детском саду, в больнице. Вовремя пролеченные дети до 12 лет ничем не отличаются от своих сверстников.

Психолог:

- Понятие «гиперактивности» мы выяснили. А вы хотели бы узнать, как выглядит гиперактивный ребенок? Тогда предлагаю всем вместе создать «Портрет гиперактивного ребенка».

Упражнение «Портрет гиперактивного ребенка»

Цель: определить психологические черты гиперактивных и просто активных детей, разграничить их.

Оборудование: два набора частиц тела человека, разрезанных таким образом, чтобы складывались, как пазл. На каждой частице выписан один признак гиперактивного или просто активного ребенка.

Группа делится на две подгруппы. Каждая подгруппа самостоятельно составляет портрет ребенка, выбирая только его характерные особенности

(для первой группы - задача составить портрет просто активного ребенка, а для второй - гиперактивного).

Предложенные ответы для гиперактивного ребенка:

- проявляет признаки беспокойства;
- легко отвлекается на посторонние раздражители;
- постоянно переключается с одного вида деятельности на другой;
- в разговоре часто перебивает;
- нередко теряет вещи;
- постоянно затрагивает других;
- создает конфликтные ситуации ...

Предложенные ответы для активного ребенка:

- большую часть дня «не сидит на месте»,
- предпочитает подвижные игры пассивным;
- быстро и много говорит, задает кучу вопросов;
- активность, но не везде: например, непоседливость и суетливость дома, но спокойствие - в садике, среди малознакомых людей;
- ребенок не агрессивен, но случайно или в запале конфликта может и поколотить «коллегу из песочницы», но сам редко провоцирует скандал.

Психолог. Взгляните на эти портреты. Что мы видим? Гиперактивный ребенок - это обычный ребенок, довольно симпатичный, милый мальчик, но с признаками гиперактивности. Почему же так случилось? Что могло привести к тому, что ребенок стал гиперактивным? Определим это и разместим на макете «психологического дерева». Каково ваше мнение, коллеги?

Ответы :

- Органические повреждения мозга.
- Перинатальная патология.
- Генетический фактор.
- Пищевой фактор.
- Социальные факторы.
- Экологические факторы.

Мини-лекция «Причины гиперактивности»

Есть много теорий происхождения гиперактивности, однако точной до сих пор не существует.

1. **Наследственность:** как правило, один из родителей был или является гиперактивным, хотя до сих пор и не найдено такого гена. Родители этих детей часто болеют алкоголизмом, асоциальными психопатиями и аффективными расстройствами. Мальчики чаще, чем девочки - 4:1. Преимущественно эти дети светловолосые, голубоглазые.
2. **Здоровье матери:** гиперактивные дети рождаются от мам, страдающих аллергическими заболеваниями, астмой, экземой, мигренью.
3. **Беременность и роды:** в группу риска входят дети, родившиеся в результате кесарева сечения, тяжелых патологических родов, малыши на искусственном вскармливании, в частности те, которые родились с маленьким весом, недоношенные.
4. **Окружающая среда:** наличие свинца и нитрата в водопроводной воде, выхлопные газы и различные выбросы, пестициды и тому подобное. С взглядом на то, что экология и темп современной жизни не слишком хорошие, не удивительно, почему гиперактивные дети не редкость, а скорее норма сегодняшнего дня.
5. **Дефицит макро и микроэлементов:** недостаточность цинка, магния, витамина B1 и B2, дефицит основных жирных кислот в организме. Симптомами дефицита является постоянное чувство жажды, сухие волосы, сухость кожи, частое мочеиспускание.
6. **Питание:** пищевые красители, консерванты, нитраты, шоколад, сахар, молочные продукты, белый хлеб, помидоры, апельсины, яйца в большом количестве.

Обсуждение «Какие проблемы могут возникнуть в жизни гиперактивного ребенка»

Психолог: Мы всегда концентрируемся на том, сколько проблем приносят такие дети воспитателям, педагогам, родителям, другим детям и тому подобное ... А вот какие проблемы могут возникнуть у них самих?

Ответы:

- По моему мнению, у таких детей слабая психоэмоциональная устойчивость при неудачах.
- Я думаю, что у гиперактивного ребенка будут в дальнейшем трудности в школьном обучении.
- Могу сказать, что у таких детей неадекватная самооценка.
- Хочу сказать о том, что у гиперактивной личности есть проблемы во взаимоотношениях с другими.

Упражнение «Запрещенное движение»

Цель: способствовать развитию быстроты реакции, эмоциональному подъему, сплоченности.

Участники стоят лицом к ведущему и повторяют движения, которые он показывает. Затем выбирается одно движение, которое нельзя выполнять. Тот, кто его повторит, - выбывает из игры.

Вместо показа движения можно называть цифры. Участники игры повторяют хором все цифры, кроме одной, запрещенной, например, цифры 3. Когда участники ее услышат, они должны хлопать в ладони (или кружиться на месте).

Информационный блок «Как помочь гиперактивному ребенку?»

Цель: создать условия для обмена опытом в работе с детьми и их семьями.

Психолог. Такой маленький ребенок, а проблем вон сколько. Кто, по вашему мнению, может помочь этому ребенку?

Ответы коллег:

- Родители.
- Воспитатели.
- Учителя.

- Медицинские работники.

- Психологи.

Такое сотрудничество многих людей называют «мультимодальным». Именно оно позволяет достигать определенных результатов.

Перед занятием желательно провести индивидуальную беседу, обсудив правила поведения, за выполнение которых ребенок получит награду.

Пригодятся упражнения на развитие дальновидности, формирование психоэмоциональной стойкости при неудачах, поднятие самооценки.

Следовательно, не нужно подавлять активность таких детей! Поскольку энергия, которая не имеет выхода, будет накапливаться внутри ребенка и когда-нибудь «взорвется». Нужно направить ее в позитивное русло. Работа с такими детьми проводится совместно с психологом, воспитателями и родителями. Ибо один в поле - не воин!

Гиперактивные дети могут быть талантливы и успешны!

Как показывают исследования, гиперактивные дети имеют, как правило, более высокий уровень интеллекта, чем другие дети. И очень часто выявляется, что ребенок, который не может усидеть с книгой в руках более 10 минут, за это короткое время успевает запомнить большой объем материала.

Такие дети имеют редкую особенность выражать свои чувства и поэтому часто становятся талантливыми актерами, танцорами и спортсменами. Считают, что гиперактивность наблюдалась у многих известных людей прошлых лет, Моцарта, А. Македонского, Авраама Линкольна, Бернарда Шоу, Пушкина, Достоевского, Ньютона, Эйнштейна, Пабло Пикассо, Сальвадора Дали и т.д.

Советы по работе с гиперактивными детьми

- Поддерживать ребенка, быть терпеливыми.

- Не сравнивать его с другими, а только с самим собой.

- Давать короткие, четкие инструкции.
- Повторять задачу спокойным тоном, не делать замечаний слишком часто.
- Использовать зрительный, тактильный контакт, хвалить ребенка, когда сидит спокойно.
- Менять виды деятельности, давать возможность двигаться.
- Создавать ситуации успеха, поддерживать тесный контакт с родителями.

Всем известно, что гиперактивный ребенок слишком подвижен, возбужден, непоседлив, поэтому он быстро устает, становится невнимательным, растерянным и нервным. Восстановить его «энергетические силы» поможет следующее упражнение, которое называется «Очищение сознания». Ребенку предлагают в течение определенного времени сконцентрировать внимание на каком-то конкретном предмете. В нашем случае - это цветные палочки. Возьмите их, и держите перед собой и в течение 30 секунд смотрите на них. Постарайтесь ни о чем не думать. Специалисты считают, что таким образом ребенок отвлекается от того, что его беспокоит и угнетает. Сознание очищено и можно снова приниматься за работу. А какую форму работы могут нам предложить коллеги? (Каждый специалист рассказывает о конкретной форме работы и сопровождает практическим показом.)

Формы работы:

- релаксационные и медитационные упражнения;
- занятия хатха-йогой;
- песочная терапия;
- музыкальная терапия;
- сказкотерапия и др.

Вывод, Рефлексия

Психолог. Гиперактивность - это не страшная болезнь, а небольшое отклонение от нормы, и при этом махать на нее рукой, мол, сама пройдет, - тоже не выход. К сожалению, не всегда проходит. Такой ребенок может столкнуться с проблемами в школе, ему трудно будет строить отношения со

сверстниками и старшими, удержать его под заботливым маминым крылом также вряд ли удастся.

Важно полноценное развитие гиперактивных детей, потому что их будущая самореализация - под угрозой. Мы должны научиться понимать их и опыт семей, в которых они воспитываются, чтобы поддержать и помочь, чтобы, в конце концов, такие дети могли найти себя в этом мире, и чтобы их жизнь изменилась в самом глубоком смысле этого слова ...

Психолог. Наша встреча завершается. Давайте вспомним ожидания, оправдались ли они? (Обсуждение).