Гиперактивные дети.

Добиться того, чтобы такой ребёнок стал послушным и покладистым, ещё не удавалось никому, а научиться жить в мире и сотрудничать с ним – вполне посильная задача.

Нельзя забывать, что в первую очередь страдает сам ребенок. Ведь он не может вести себя так, как требуют взрослые, и не потому, что не хочет, а потому что его физиологические возможности не позволяют ему сделать это. Постоянные окрики, замечания, угрозы наказания, на которые так “щедры” взрослые, не улучшают его поведения, а порой даже становятся источниками новых конфликтов. Кроме того, такие формы воздействия могут способствовать формированию у ребенка отрицательных черт характера. В результате страдают все: и ребенок, и дети, с которыми он общается, и взрослые, которые участвуют в его воспитании.

Психологические приёмы и упражнения:

1. Работать с ребёнком в начале дня, а не вечером.
2. Уменьшить рабочую нагрузку ребёнка.
3. Делить работу на более короткие, но более частые периоды.
4. Снизить требования к аккуратности в начале работы, чтобы сформировать чувство успеха.
5. Договариваться с ребёнком о тех или иных действиях заранее.
6. Давать короткие, чёткие и конкретные инструкции.
7. Использовать гибкую систему поощрений и наказаний.
8. Предоставлять ребёнку возможность выбора.
9. Посадить ребёнка во время занятий рядом с взрослым.
10. Использовать тактильный контакт (элементы массажа, прикосновения, поглаживания).
11. Поощрять ребёнка сразу же (словами, поглаживаниями, мимикой, положительными эмоциями), не откладывая на будущее. Шпаргалка для взрослых или правила работы с гиперактивными детьми
12. Оставаться взрослому очень спокойным! Этот пункт самый важный, потому что ребёнку передаётся эмоциональное состояние взрослого. Если взрослый возбуждён, взволнован, агрессивен, то это ещё больше перевозбуждает ребёнка. Главное правило для взрослого — чем спокойней родитель или воспитатель, тем больше ребёнок успокаивается!

Гиперактивный ребёнок физически не может длительное время внимательно слушать педагога, спокойно сидеть и сдерживать свои импульсы. Сначала нужно обеспечить тренировку только одной функции. Например, если вы хотите, чтобы он был внимательным, выполняя задание, постарайтесь не замечать, что он ерзает и вскакивает с места. Получив замечание, ребёнок постарается какое-то время вести себя «хорошо», но уже не сможет сосредоточиться на задании. В другой раз, в подходящей ситуации, вы можете тренировать навык усидчивости и поощрять ребёнка

только за спокойное поведение, не требуя в тот момент активного внимания. Если у ребёнка высока потребность в двигательной активности, нет смысла подавлять её. Лучше попытаться научить его выплёскивать энергию приемлемым способом: занимаясь плаванием, легкой атлетикой, танцами, футболом. Интересно, что ребёнок, работая один на один со взрослым, не проявляет признаков гиперактивности и гораздо успешнее справляется с работой.

В процессе обучения, особенно на первых порах, гиперактивному ребёнку очень трудно следить за аккуратностью и одновременно выполнять задание. Поэтому в начале работы педагог может снизить требовательность к аккуратности. Это позволит сформировать у ребёнка чувство успеха. Детям необходимо получать удовольствие от выполнения задания, у них должна повышаться самооценка. Гиперактивным детям сложнее переключаться с одного вида деятельности на другой, даже если этого требует учитель. Поэтому взрослому необходимо договариваться с ребёнком заранее, подготавливая его к смене рода занятий.

Система поощрений и наказаний должна быть гибкой. Гиперактивный ребёнок не умеет долго ждать, поэтому поощрения должны носить моментальный характер и повторяться через 15-20 мин.

Надо помнить, что невозможно добиться исчезновения гиперактивности, импульсивности и невнимательности за несколько месяцев и даже за несколько лет. Признаки гиперактивности исчезают по мере взросления, а импульсивность и дефицит внимания могут сохраняться и во взрослой жизни. Добиться того, чтобы гиперактивный ребенок стал послушным и покладистым, не стоит, а научить его жить в мире и сотрудничать с окружающими его людьми - вполне посильная задача.