**Критерии гиперактивности (схема наблюдений за ребенком)**

**I. 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 свои вещи.  
6. Избегает скучных и требующих умственных усилий заданий.  
7. Часто бывает забывчив.

**II. Двигательная расторможенность:**1. Постоянно  находится в движении.  
2. Проявляет признаки беспокойства (барабанит пальцами, двигается в кресле, бегает, забирается куда-либо).  
3. Спит намного меньше, чем другие дети, даже во младенчестве.  
4. Очень говорлив.

**III. Импульсивность:**  
  
1.Начинает отвечать, не дослушав вопроса.  
2.Не способен дождаться своей очереди, часто вмешивается, прерывает.  
3. Плохо сосредоточивает внимание.  
4. Не может дожидаться вознаграждения (если между действием и вознаграждением есть пауза).  
5. Не может контролировать и регулировать свои действия. Поведение слабо управляемо правилами.  
6. 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).   
      
     Если в возрасте до 7 лет проявляются, хотя бы шесть из перечисленных признаков, можно предположить (но не поставить диагноз!), что ребенок, за которым вы наблюдаете, гиперактивный.   
      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 педагоги и родители не обращают должного внимания на проявление у ребенка импульсивности. Что же такое импульсивность? В психологическом словаре этот термин объясняется так: "Импульсивность - особенность поведения человека (в устойчивых формах - черта характера), заключающаяся в склонности действовать по первому побуждению под влиянием внешних эмоций.  
        Импульсивный человек не обдумывает свои поступки, не взвешивает все "за” и "против”, он быстро и непосредственно реагирует и нередко столь же быстро раскаивается в своих действиях”.  
        Выявить импульсивность можно с помощью анкеты "Признаки импульсивности”. Она разработана для педагогов, не содержит специальных медицинских и психологических терминов и поэтому не вызовет трудностей при ее заполнении и интерпретации.

*Признаки импульсивности (анкета).*

**Импульсивный ребенок:**

1.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 не злопамятен.  
6. Часто чувствуется, 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 уверен, что справится с любым заданием.  
12. Может нагрубить родителям, воспитателю.  
13. Временами кажется, что он переполнен энергией.  
14. Это человек действия, рассуждать не умеет и не любит.  
15. Требует 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.  
  
        *Утвердительный ответ на каждый вопрос оценивается в 1 балл.*  
      Для получения объективных данных необходимо, чтобы 2-3 взрослых человека, 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, 7-10 - средней, 1- 6 баллов - низкой.

* **правила поведения родителей с гиперактивным ребенком:**  
    
  поддерживать дома четкий распорядок дня;
* выслушивать то, что хочет сказать ребенок (в противном случае он не услышит вас);
* автоматически одними и теми же словами повторять многократно свою просьбу (нейтральным тоном);
* отвлекать ребенка в случае капризов: предложить на выбор возможную в данный момент деятельность;
* задать неожиданный вопрос; отреагировать неожиданным для ребенка образом;
* сфотографировать ребенка или подвести его к зеркалу в тот момент, когда он капризничает;
* оставить в комнате одного (если это безопасно для его здоровья);
* не запрещать действие ребенка в категоричной форме; не читать нотаций (ребенок их все равно не слышит);
* не приказывать, а просить (но не заискивать);
* не настаивать на том, чтобы ребенок во что бы то ни стало  принес извинения.

**Предлагаем правила работы с гиперактивным ребёнком:**  
   
**Организация времени. Режим дня.**  
Вся жизнь гиперактивного ребенка должна подчиняться определенному режиму дня. Остатки регуляторных механизмов могут работать только в условиях максимальной упорядоченности. Выработка правильных привычек происходит только тогда, когда все необходимое делается в одно и тоже время, изо дня в день.  
Конечно, в условиях реабилитационного центра соблюдать это правило не так сложно, вся жизнь здесь подчиняется режиму дня. Важнее, чтобы по возвращению домой ребенок под контролем родителей продолжил выполнять его, а впоследствии это вошло у него в привычку.  
**Организация познавательной деятельности**  
Педагоги центра  знают, что ребенок лучше всего воспринимает и усваивает информацию в первой половине дня. Поэтому занятия с ним проводят утром, предлагаемые  темы разъясняют ребенку отдельно. Гиперактивный ребенок физически не может длительное время внимательно слушать воспитателя, спокойно сидеть и сдерживать свои импульсы, выполнять указания. Сначала обеспечивается тренировка только одной функции. Например, если выполняя задание, он ерзает и вскакивает с места, постарайтесь не замечать это. Получив замечание, ребенок будет какое-то время вести себя хорошо. В другой раз, в подходящей ситуации, вы сможете тренировать навык усидчивости и поощрять ребенка только за спокойное поведение, не требуя от него в тот момент активного внимания. Если у ребенка высока потребность в двигательной активности, нет смысла подавлять ее. Лучше попытаться научить его выплескивать энергию приемлемыми способами: участвуя в коллективных подвижных играх, выполняя посильное поручение воспитателя (прибрать игрушки, полить цветы и т.д.)   
**Заранее обговоренные правила**   
Педагог предлагает детям выполнить задание и  именно гиперактивного ребенка просит озвучить «что надо делать и каким образом». Если в процессе выполнения этого задания какое-то правило будет нарушено, воспитатель без лишних слов и напряжения указывает ребенку на эти правила и напоминает, что за невыполнение установленных правил он не получит поощрение (жетон).  
 **Краткость инструкции**  
Все инструкции, предъявляемые гиперактивному ребенку, должны быть четкими и краткими (не более 10 слов) и разделены на короткие части для того, чтобы у него хватало объема оперативной памяти, не происходило выпадения, замен, перестановки частей информации. В противном случае ребенок эту инструкцию не поймет, не запомнит, не будет ей следовать. Давая инструкцию, нужно также учитывать неумение ребенка выслушивать до конца, его быструю утомляемость.  
 **«Ругать» или «Критиковать»?**  
В чем разница между понятиями «ругать» и «критиковать»?  Необходимо давать положительную оценку личности ребенка и отрицательную - его поступкам. Как это выглядит на практике? «Ты хорошая девочка, но сейчас ты поступаешь неправильно (конкретно надо сказать, что она делает не так), надо вести себя так…» Ни в коем случае нельзя проводить отрицательное сравнение ребенка с другими детьми: “Катя хорошая, а ты плохая».  
   
**Учитывать особенности ребенка**  
Гиперактивные дети не злы и не злонамерены. Они готовы сотрудничать с другими, но они не умеют этого делать. Не надо их ломать, надо дать им шанс проявить себя. Только в этом случае отношения со взрослыми и сверстниками могут наладиться. Иногда особенности гиперактивного ребенка довольно сложные и могут сильно раздражать. Даже в этом случае можно  организовать деятельность ребенка так, чтобы он мог проявить себя, добиться успеха и почувствовать свою значимость.  
**Альтернативная форма поведения**  
Частые окрики, замечания не дают желаемых результатов, более того,  способствуют формированию и закреплению отрицательных качеств ребенка.   
Психологи центра заметили: чем более драматичен, экспрессивен, театрален воспитатель, тем легче он справляется с проблемами гиперактивного ребенка, которого влечет все неожиданное, новое. Необычность поведения педагога меняет психологический настрой ребенка, помогает переключить его внимание на нужный предмет. Когда ребенок ведет себя неправильно и этим всех раздражает, воспитатель пробует предложить альтернативную форму поведения. Например: "Нельзя разрисовывать обои, но если ты хочешь рисовать на стене, давай прикрепим на нее лист бумаги". Или: "У нас в отряде кидаться игрушками нельзя. Если ты хочешь бросить что-то, я дам тебе поролоновый мячик". В сочетании с другими методами модификации поведения, такой способ несомненно эффективен.  
**Моментальный характер поощрений**  
В системе поощрений тоже приходится учитывать особенности гиперактивного ребенка. Он не умеет долго ждать, поэтому поощрения должны носить моментальный характер. У нас в центре(это можно практиковать и дома) существует система поощрения - выдача жетонов. Жетоны в  конце заезда обмениваются на ярмарке творческих поделок детей. В результате у ребенка на память сохранится понравившаяся поделка и полученная на заработанные им самим жетоны.  
**Учитывать интересы ребенка**  
Узнать, что любят дети педагогам помогают беседы с ними или выполненные рисунки на тему "Когда я счастлив”, "Я счастлив, я доволен...”.  Легко узнать о предпочтениях ребенка из его сочинений на те же темы. В дальнейшем это помогает воспитателю стимулировать действия ребенка.  
**Построение фраз**      
Особое внимание воспитатели обращают на построение фраз в общении с гиперактивным ребёнком: более эффективно дают ребенку позитивную альтернативу его негативному поведению, перепроектируя его. Говорят “можно бегать на улице”, а не “прекрати беготню!”. Но ещё более эффективно - включиться в игру ребёнка, направив ее в нужное русло.  
 **Всегда сохранять спокойствие**  
Поскольку гиперактивный ребенок очень импульсивен, его неожиданное действие иногда носит даже провокационный характер и может вызвать слишком эмоциональную реакцию взрослого и окружающих детей. В любой ситуации необходимо оставаться спокойными. Остановитесь на несколько секунд (сосчитайте до десяти) и тогда, избежав эмоциональной вспышки, вы избежите и чувства вины за проявление своей слабости, сможете лучше понять ребенка, который так нуждается в вашей поддержке.

несколько важных **правил поведения педагога с гиперактивным ребенком**:  
- «Не замечать» мелкие шалости, сдерживать раздражение и не кричать на ребенка, т.к. от шума возбуждение усиливается;  
- Применять при необходимости позитивный физический контакт: взять за руку, погладить по голове, прижать к себе;  
- Давать возможность во время занятий подвигаться (попросить что-нибудь принести, предложить протереть доску и т.д.);  
- Хвалить за каждое проявление сдержанности, самоконтроля, открыто проявлять свой восторг, если ребенок довел какое-то дело до конца.

**Психологическая помощь:**

Обычно коррекционно-развивающая работа осуществляется в несколько этапов. На первом – устанавливается контакт с ребенком, доверительные отношения, которые побуждают его к сотрудничеству с психологом. Следующий шаг – позитивный настрой на работу, прояснение проблемы. С этой целью используются истории, притчи, сказки, мудрые высказывания, пословицы и поговорки. И если их удачно подобрать, и в нужное время рассказать, могут сыграть большую терапевтическую роль. Например, притча «Павлин и Ворона» может помочь понять, что все, что происходит с человеком,  имеет позитивный смысл. Но самое главное – откроет глаза на происходящее, поможет увидеть у тех, кто окружает и имеет отношение к его психологической проблеме, не только «ужасные ноги», но и «красивые перья».  В результате ребенок начинает понимать, что существует не только внутренний конфликт (психологическая травма), но и возможность преодолеть ее.

В домашних условиях  можно проводить занятия сказкотерапии. Еще наши предки, занимаясь воспитанием детей, не спешили наказать провинившегося ребенка, а рассказывали ему сказку, из которой становился ясным смысл поступка. Сказки служили моральным и нравственным законом, предохраняли детей от напастей, учили их жизни. Зная, как сказка влияет на жизнь человека, можно очень многим помочь своему ребёнку. У него есть любимая сказка, которую он просит почитать вновь и вновь? Значит, эта сказка затрагивает очень важные для ребёнка вопросы. Исследования психологов показывают, что в любимых сказках запрограммирована жизнь ребенка. «Скажи мне, какая твоя любимая сказка, и я скажу, кто ты» - так перефразировали известную пословицу психоаналитики. Родители могут освоить сказкотерапию  самостоятельно, но психологическое консультирование  не помешает. Для мягкого влияния на поведение ребенка можно подбирать специальные сказки: русские народные и авторские, специально разработанные психокоррекционные и медитативные сказки. Можно предложить малышу сочинить сказку.  
Сочинение сказок ребёнком и для ребёнка - основа сказкотерапии. Через сказку можно узнать о таких переживаниях детей, которые они сами толком не осознают, или стесняются обсуждать их со взрослыми, например, об отношении ребенка-дошкольника к разводу родителей.

Сказка помогает решать многие психологические проблемы, но не следует считать ее спасением от всех бед. Это не чудодейственное лекарство, помогающее за один прием, а долгая, упорная работа, эффект от которой будет виден со временем, но обязательно будет. Конечно же, в процессе сказкотерапии нужно придерживаться специальных условий: ребенок должен чётко представлять то, что существует сказочная действительность, отличная от реальной жизни. Навык такого различения, обычно, появляется у ребенка к 3,5 годам, хотя, конечно, в каждом конкретном случае важно учитывать индивидуальные особенности психического развития ребенка.