**Трудности обучения письму и чтению гиперактивных детей**

Что такое гиперактивность, или синдром дефицита внимания с гиперактивностью (СДВГ)? Синдром дефицита внимания в последней медицинской квалификации определен как нарушение психического здоровья. Это значит, что ребенок, даже если очень хочет, не может изменить свое поведение по желанию взрослых. Необходима специальная тактика работы с таким ребенком а иногда и лечение. СДВГ, пожалуй, самая распространенная форма нарушения поведения. Детей с СДВГ около 15 — 20%, причем этот диагноз, в 3 — 5 раз чаще встречается у мальчиков. Пока нельзя считать ясными и хорошо изученными причины СДВГ. Исследователи рассматривают различные причины его возникновения, считая, что, скорее всего, это компенсированное сочетание разных неблагоприятных факторов (патологии беременности и родов, тяжелых заболеваний и нарушений развития в первый год жизни, влияния экологии и т.п.). Затруднена и диагностика СДВГ.

**СИМПТОМЫ НЕВНИМАТЕЛЬНОСТИ:**

- недостаточно внимателен к деталям;

- с трудом удерживает внимание;

- как бы не слушает говорящего;

- не может довести дело до конца;

- с трудом организует свою деятельность;

- избегает выполнения задания;

- теряет предметы;

- отвлекается на внешние раздражители;

- все забывает.

**СИМПТОМЫ ГИПЕРАКТИВНОСТИ:**

- дрыгает руками или ногами, крутится;

- не может усидеть на месте, когда это требуется;

- чрезмерно разговорчив;

- носится и лезет куда-либо, когда это не разрешается;

- с трудом может тихо играть;

- всегда «заведен», «как будто внутри мотор».

**СИМПТОМЫ ИМПУЛЬСИВНОСТИ:**

- выпаливает ответы;

- чрезмерно разговорчив, с трудом дожидается своей очереди;

- прерывает других, вмешивается в чужой разговор.

Это те симптомы, которые должны привлечь внимание взрослых. Важно, что диагноз СДВГ ставится, если не менее восьми из перечисленных признаков проявляются в поведении ребенка постоянно, по крайней мере, в течение полугода. Следует понимать, что изменения в поведении иногда бывают у каждого ребенка: например, после болезни может отмечаться нарушение внимания, сильное функциональное напряжение может заканчиваться эмоциональным взрывом, неожиданной неадекватной реакцией, которая принимается взрослыми за импульсивность. Утомление на начальных этапах, как правило, связано с двигательным беспокойством, неусидчивостью и т.п., однако всё это временные проявления нарушения поведения. У детей с СДВГ эти проявления постоянны.

Только врач может поставить диагноз «синдром дефицита внимания с гиперактивностью». Он же может выделить форму этого расстройства — сочетание гиперактивности и нарушения внимания, преобладание гиперактивности и импульсивности или преобладание нарушения внимания.

Основные симптомы СДВГ — нарушение внимания, гиперактивность, импульсивность.

Нарушение концентрации внимания является причиной трудностей в выполнении всех учебных заданий, в том числе письма и чтения. Особенно сложен для них начальный этап обучения, требующий повышенного внимания к технике письма, постоянного контроля правильности написания букв, внимания к звуко-буквенному анализу. Высокая отвлекаемость, трудности концентрации внимания нарушают этот процесс. Ребенок «схватывает» и запоминает только часть инструкции (задания) и при этом стремится все выполнить быстро. Поэтому почерк гиперактивных детей неустойчив, они не могут написать «каллиграфически правильно» даже одну букву.

Не менее сложен для гиперактивных детей процесс обучения чтению. Им трудно сосредоточиться, поэтому они «теряют слова», «теряют строку», а быстрое истощение может настолько «разрушить» внимание, что чтение становится просто невозможным. Важно отметить: чем больше ребенок нервничает, боится ошибок, плохих оценок, тем хуже результат. Страх неудачи еще больше снижает возможности ребенка контролировать свои действия.

В том случае, когда гиперактивность сочетается с любой, даже незначительной несформированностью любой познавательной функции, формирование навыков письма и чтения затрудняется еще больше. Нетрудно представить себе, как нарушается процесс формирования письма и чтения у таких детей, если учитель постоянно торопит и показывает свое нетерпение и недовольство, если воспитатели, родители ругают «непоседу» за все неудачи. В этих случаях неизбежны не только комплексные проблемы обучения, но и нарушения психического здоровья.

Наряду с трудностями внимания детям с СДВГ свойственна отвлекаемость: они отвлекаются на любые, даже не имеющие прямого отношения раздражители.

Проблемы во взаимоотношениях со сверстниками и педагогами также характерны для детей с СДВГ.

Важно отметить, что большинство детей с СДВГ имеют хорошие интеллектуальные способности, но во время занятий и уроков им сложно справиться с заданиями не потому, что они не способны их выполнить, а потому, что испытывают трудности в организации деятельности.

Наблюдения показывают, что эти дети довольно быстро выключаются из процесса выполнения задания.

Письменные работы выглядят неряшливо, в них много исправлений, ошибок, которые являются результатом невнимательности, невыполнения указаний учителя или попросту угадывания.

Лучшие результаты работы дают спокойная обстановка, отсутствие отвлекающих моментов, индивидуальная работа в собственном темпе, индивидуальное объяснение задания и другие факторы.

Но даже в этих случаях эффективная работа кратковременна.

Навыки чтения и письма у этих детей уже к середине первого учебного года могут быть значительно ниже, чем у их сверстников, хотя читать и писать они чаще всего умеют еще до школы.

Как помочь гиперактивному ребенку освоить письмо и чтение? Как не создать ситуацию «неудач, рождающих новые неудачи»?

ВО-ПЕРВЫХ, стоит разобраться, действительно ли ребенок гиперактивный, по возможности обратиться к специалисту — педиатру, неврологу, психологу.

ВО-ВТОРЫХ, необходимо научиться общаться со своим непоседой: это поможет и учителю во время уроков, и родителям при выполнении домашних заданий. Рассмотрим некоторые рекомендации:

• Не допускайте (никогда, даже в критических ситуациях) грубость, унижение достоинства, злость. Выражения типа «Терпеть ненавижу», «Ты меня извел», «У меня нет сил», «Ты мне надоел», повторяемые несколько раз в день (не говоря о более грубых), бессмысленны. Ребенок просто перестает их слышать.

• Не разговаривайте с ребенком между делом, раздраженно, показывая всем своим видом, что ребенок отвлекает вас от более важных дел, чем общение с ним. Извинитесь, если не можете отвлечься («Извини, малыш, я сейчас закончу, и мы с тобой обо всем поговорим»).

В-ТРЕТЬИХ, постарайтесь учесть высокую отвлекаемость и неустойчивую работоспособность этих детей в процессе учебных занятий в школе и дома.

• Если есть возможность, посадите гиперактивного ребенка за первую парту, чтобы он был на виду и у него было меньше причин отвлекаться.

• Научите ребенка обращаться за помощью. Часто дети просто не знают, как это сделать, и стесняются обращаться к учителю.

• Говорите с ребенком спокойно, без раздражения. Речь должна быть четкой неторопливой, инструкция (задание) ясной и однозначной: ребенок не поймет сложных заданий и длинных предложений. Кроме того, убедитесь, что в инструкции (задании) понятно каждое слово. И не начинайте говорить, пока не убедитесь, что ребенок слушает вас.

• Чтобы обратить на себя внимание ребенка, используйте систему жестов, мимику, дополнительные средства (например, положите свою руку на руку ребенка, поднимите карточку с кружком или восклицательным знаком). Внимание можно привлечь и словами, постукиванием карандаша. Важно, чтобы это был один и тот же знак, чтобы он был приятен маленькому ученику и не вызывал у него раздражения.

• Обязательна работа «глаза в плаза», особенно при объяснении нового материала. Зрительный контакт позволяет ребенку сосредоточиться, не отвлекаться, особенно в тот момент, когда он получает задание.

• В ходе работы можно использовать систему четких и коротких указаний: «Слушай, запомни, не торопись, подумай». Но не превращайте их в военные приказы, команды; тон должен быть доброжелательным, спокойным, мягким, даже ласковым. Старайтесь избегать слов: «Неправильно», «Не так», «Не стараешься»; целесообразнее

говорить: «Давай внимательно посмотрим», «Попробуем сделать еще раз», «Уже лучше, я знаю, у тебя все получится», — и т.п.

• Не акцентируйте внимание ребенка на неудаче — он должен быть уверен, что все трудности и проблемы преодолимы, а успех возможен.

• Оценивая работу, обязательно отметьте, что сделано правильно, хорошо, обратите внимание на ошибки и объясните, как их нужно исправить. При необходимости дайте повторное задание.

• При выполнении ребенком графических заданий (копирование, списывание букв, цифр) следите за правильной посадкой, положением ручки и тетради.

• Если задание большое, разделите его на части и к каждой из них дайте новую инструкцию. Начинать объяснение нужно только после того, как выполнена предыдущая часть задания.

• Если что-то из работы необходимо отложить до завтра, стоит записать это задание.

• Всем детям необходимы подбадривание и поддержка по ходу выполнения задания — это придает им уверенность и стимулирует продолжение работы. Поэтому в ходе каждого занятия найдите повод (даже если это сложно), чтобы похвалить ребенка;

Есть еще один способ индивидуальной работы с гиперактивными детьми, особенно эффективный при обучении письму. Он состоит в определенной последовательности действий, которые выполняют взрослый (педагог, родитель) и ребенок (при индивидуальной работе):

1. Взрослый объясняет задание. Инструкция должна быть четкой, краткой, все слова должны быть понятны ребенку. (Учтите, что порой непонятным может быть самое простое слово, например «скопируй», «срисуй». Если вы просто говорите: «Срисуй»,

— не оговаривая, например: «...чтобы получилась точно такая жа:: фигура», — ребенок имеет право нарисовать и похожую фигуру, отличающуюся размерами.)

2. Ребенок повторяет задание. Важно, чтобы он точно повторил все условия.

3. Взрослый объясняет, как нужно выполнять задание (с чего начинать, что делать дальше, как закончить и т.п.), соблюдая условия понятности и доступности объяснения.

4. Взрослый еще раз повторяет последовательность выполнения задания и показывает, как это делать.

5. Ребенок повторяет последовательность выполнения задания (если есть ошибки, повторить п. 4).

6. Ребенок диктует взрослому последовательность выполнения задания, а взрослый выполняет задание. Ребенок контролирует ход выполнения задания.

7. Ребенок самостоятельно выполняет задание и оценивает его (если и в этом случае есть ошибки, можно предложить аналогичное задание и выполнить его в той же последовательности).

Педагог может направлять и организовывать деятельность такого ребенка во время занятий.

***ПЕРВЫЙ МЕТОД-*** метод привлечения внимания позволяет направить внимание на важный материал. Ребенка предупреждают о том, что начинается важный материал, который надо слушать внимательно: педагог (воспитатель) может обратиться к нескольким детям в группе с просьбой быть особо внимательными (это делается с целью

не выделять гиперактивного ребенка на фоне остальных, не вызывать у него протестных реакций).

***ВТОРОЙ МЕТОД*,** помогающий повысить восприятие и усвоение материала, — повтор за педагогом (воспитателем, родителем) инструкции. Важно помнить, что инструкция должна быть четкой, понятной (без незнакомых слов), разношаговой. При этом не важно, инструкция ли это к итре, правила ли выполнения задания. Важно, чтобы ребенок повторил ее, «чтобы все получше запомнить». Ребенок с дефицитом произвольной регуляции деятельности, проговорив инструкцию, лучше ее усваивает.

***ТРЕТИЙ МЕТОД*** — четкое обозначение правил деятельности, которые также рекомендуется предлагать ребенку периодически проговаривать. Чем четче построен режим взаимоотношений, тем проще ребенку с дефицитом внимания ему следовать. Когда изо дня в день повторяются одни и те же правила, особенности распорядка, он к ним

адаптируется и воспринимает как должное. Постоянно меняющаяся обстановка у гиперактивных детей вызывает раздражение из-за трудностей переключения, которые они испытывают.

***ЧЕТВЕРТЫЙ МЕТОД*** — внешнее опосредование деятельности. Ребенок нуждается для лучшего усвоения материала во внешних опорах. Это могут быть схемы, рисунки, прописанные этапы выполнения заданий. Полезно вместе с ребенком составлять схемы, планы своих действий (можно в виде простых рисунков). Кроме того, очень важную роль играет проговаривание ребенком своих действий вслух.

***Рекомендации для учителей по оказанию помощи гиперактивным детям в выполнении заданий:***

Наблюдая за ребенком, вы отмечаете, что во время самостоятельных занятий он отвлекается и не реагирует на ваши замечания типа: «Перестань крутиться», «Не отвлекайся», «Ты не старался», «Ты был невнимателен».

**ПЕРВЫЙ ШАГ**. Определите проблему: трудности концентрации внимания во время самостоятельных занятий.

**ВТОРОЙ ШАГ**. Используйте тактику привлечения внимания:

• контакт «глаза в глаза»;

• прикосновение (поглаживание);

• специальные карточки для привлечения внимания;

•создание условий, способствующих спокойной работе (снять внешние раздражители).

**ТРЕТИЙ ШАГ**. Используйте выбранные вами варианты работы (отдельно или в разных сочетаниях). Не торопитесь с выводами.

**ЧЕТВЕРТЫЙ ШАГ**. Проанализируйте результаты: какой вариант оказался более эффективным?

Наблюдая за ребенком во время письма, вы отмечаете скованность в движениях, сильное сжимание ручки, трудности передвижения ручки по строке, неровные штрихи, дрожащие линии и т.п.

**ПЕРВЫЙ ШАГ**. Определите проблему: что является причиной напряжения и нарушения графики письма: неправильное положение ручки, несформированность моторных функций, слишком быстрый темп деятельности и т.п.?

**ВТОРОЙ ШАГ**. Разработайте или выберите тактику и варианты работы и решите, с чего начинать. Конечно, с обучения ребенка правильному способу держать ручку. Но это совсем не простая задача, ее нельзя решить за одно занятие. Очень поможет игра с ручкой — различные повороты, удерживания разными пальцами и очень медленное выполнение сначала штрихов, а потом овалов при правильном положении ручки (не больше 5 минут). Параллельно специалист в школе или родители дома могут развивать координацию движений.

Важно объяснить родителям, как правильно это делать, обсудить тактику и варианты работы с другими специалистами — логопедом, психологом, педагогом-воспитателем и т.п.

**ТРЕТИЙ ШАГ.** Используйте выбранные варианты работы (отдельно или в разных сочетаниях).

**ЧЕТВЕРТЫЙ ШАГ**. Проанализируйте и оцените эффективность работы. Не стоит торопиться — в приведенном нами примере при настойчивой и систематичной работе результат может быть получен через месяц-два. Если вы не удовлетворены результатом, проанализируйте, в чем причина. Может быть, вы просто ждете быстрого результата, может быть, желая изменить поведение ребенка, вы не изменили своего отношения к нему и его поведению, а может быть, не учли какие-то условия, не проявили достаточной гибкости или работали время от времени. Результат зависит не от количества часов, которое вы отработали, а от регулярности, систематичности занятий, Ежедневные 15-минутные занятия дают больший эффект, чем 1,5 часа один раз в неделю.

Попробуйте проанализировать также свои чувства, оценки, реакцию: всегда ли они адекватны, удается ли даже в критических ситуациях сохранять спокойный тон, доброжелательное отношение или вы все же предпочитаете варианты «жестокого обращения».

Анализ неудач и ошибок обязателен, так как помогает не повторять их. Целесообразно привлечь к этой работе специалистов, работающих в школе (психолога, логопеда, врача). При любых вариантах и формах помощи детям необходимы индивидуальные занятия. При этом необходимо соблюдать следующие правила:

• Перед каждым занятием объясните ребенку его цель: что будете делать, для чего и как. Объясняя, используйте только знакомые слова. Не только объясните, но и покажите. Убедитесь, что ребенок понял инструкцию.

• Соблюдайте последовательность занятий, не торопитесь, не перешагивайте через «ступеньки».

• Соблюдайте продолжительность непрерывного выполнения заданий — не больше 3 — 5 минут — и общую продолжительность занятия — 20 минут.

• Работайте спокойно, без нервотрепки, упреков, порицаний. Не торопите ребенка: пусть работает медленно. Постарайтесь каждый раз найти, за что его похвалить. При неудаче повторяйте задания, давайте аналогичные.

• Никогда не начинайте занятие с трудных заданий, усложняйте задания постепенно. В ходе занятий очень важно подкреплять каждый правильный шаг ребенка похвалой, так как уверенность в правильности выполнения помогает ему.

• Усложняйте задания только тогда, когда успешно выполнены предыдущие.Не спешите получить результат — успех придет, если ребенок будет доверять вам и будет уверен в себе.

• Если необходимо внести коррективы по ходу работы, делайте это немедленно, так как ребенок может непроизвольно «заучить» ошибку.

• Во время занятий с ребенком не отвлекайтесь. Если не можете найти полчаса для такой работы, помощь невозможна.

• Для того чтобы ваша работа с ребенком была более эффективной, она должна быть систематичной (лучше ежедневной), но непродолжительной. Кроме того, эта работа не должна быть нудной, тяжелой нагрузкой, цель которой ребенок не знает или не понимает. Задачи, которые вы ставите перед ним, должны быть посильными, а на начальном этапе даже легко достижимыми. Сложность заданий лучше увеличивать постепенно.

***Рекомендации воспитателям, родителям по оказанию помощи гиперактивным детям в выполнении домашних заданий:***

Соблюдайте следующие правила:

• Перед каждым занятием объясните ребенку его цель: что будете делать, для чего и как. Объясняя, используйте только знакомые слова. Не только объясните, но и покажите. Убедитесь, что ребенок понял инструкцию.

• Соблюдайте последовательность занятий, не торопитесь, не перешагивайте через «ступеньки».

• Соблюдайте продолжительность непрерывного выполнения заданий — не больше 3 — 5 минут — и общую продолжительность выполнения задания — 20 минут.

• Работайте спокойно, без нервотрепки, упреков, порицаний. Не торопите ребенка: пусть работает медленно. Постарайтесь каждый раз найти, за что его похвалить. При неудаче повторяйте задания, давайте аналогичные.

• Никогда не начинайте домашнюю работу с трудных заданий, усложняйте задания постепенно. В ходе занятий очень важно подкреплять каждый правильный шаг ребенка похвалой, так как уверенность в правильности выполнения помогает ему.

• Если необходимо внести коррективы по ходу работы, делайте это немедленно, так как ребенок может непроизвольно «заучить» ошибку.

Во время занятий с ребенком не отвлекайтесь. Если не можете найти полчаса для такой работы, помощь невозможна.

• Для того чтобы ваша работа с ребенком была более эффективной, она должна быть систематичной (лучше ежедневной), но непродолжительной. Кроме того, эта работа не должна быть нудной, тяжелой нагрузкой, цель которой ребенок не знает или не понимает. Задачи, которые вы ставите перед ним, должны быть посильными, а на начальном этапе даже легко достижимыми. Сложность заданий лучше увеличивать постепенно.

Литература

1. Барт К. Трудности в обучении. Ранее предупреждение. — М.: Академия, 2006.

2. Безруких М.М. Трудности обучения в начальной школе. Причины, диагностика, комплексная помощь. — М.: Эксмо, 2009.

3. Безруких М.М., Дубровинская НВ., ФарберДА. Психофизиология ребенка. — М.: Изд-во НПО «МОДЭК», 2005.

4. Безруких М.М. Леворукий ребенок в школе и дома. — М.: Вентанаграф, 2006.

5. Безруких М.М. Ребенок-непоседа. - М.: Вентана-Граф, 2005.

6. Безруких М.М., Дубровинская Н.В., Фарбер Д.А. Психофизиология ребенка. М.: Изд-во НПО «МОДЭК», 2005.