**Гиперактивность как психологический диагноз**

**Особенности гиперактивного ребенка**

*В статье рассматриваются особенности поведения гиперактивного ребенка на основе психофизических данных. Конкретизируются понятия «невнимательность», «импульсивность», «гиперактивность». Описываются причины, особенности эмоциональной сферы, тендерные различия гиперактивных дошкольников с опорой на эмпирические наблюдения и теоретические источники с последующими коррекционными мероприятиями. Полученные данные рекомендуются для практического применения педагогами и психологами ДОУ.*

Ключевые слова: гиперактивность, импульсивность, невнимательность, гипердинамический синдром, НЛП (нейролингвистическое программирование), субмодальность, коррекция.

Гиперактивный ребенок независимо от ситуации и в любых условиях; дома, в гостях, в кабинете врача, на улице будет вести себя одинаково: бегать, бесцельно двигаться, не задерживаясь надолго на любом, самом интересном предмете. И на него не подействуют ни бесконечные просьбы, ни уговоры, ни даже подкуп. Он просто не может остановиться.

Синдром дефицита внимания с гиперактивностью (СДВГ) это точное определение, характеризующее гиперактивного ребенка, появилось в 1987 г.

Проявление такого синдрома определяется тремя основными критериями (симптомокомплексами). Это невнимательность, гиперактивность и импульсивность.

Понятие «невнимательность» в данном случае складывается из следующих признаков:

• Обычно ребенок не способен удерживать внимание на деталях, из-за чего при выполнении любых заданий в детском саду допускает ошибки.

• Не в состоянии вслушиваться в обращенную к нему речь, из-за чего складывается впечатление, что он вообще игнорирует слова и замечания окружающих.

• Не умеет доводить выполняемую работу до конца. Часто кажется, что таким образом ребенок высказывает протест, потому что ему не нравится эта работа. Но дело в другом: ребенок просто не в состоянии усвоить правила работы, предлагаемые ему инструкцией, и придерживаться их.

• Ребенок испытывает огромные трудности в процессе организации собственной деятельности, избегает заданий, которые требуют длительного умственного напряжения.

• Он часто теряет свои вещи, предметы, необходимые в детском саду, никогда не может найти свою шапку, ручку, хотя предварительно мама все собрала и сложила в одном месте; легко отвлекается на посторонние стимулы, постоянно все забывает.

Чтобы поставить ребенку диагноз «невнимательность», у него должны присутствовать, как минимум, вышеперечисленные признаки, которые наблюдаются, по меньшей мере, в течение шести месяцев и выражаются постоянно, что не позволяет ребенку адаптироваться в нормальной возрастной среде.

Понятие «гиперактивность» включает в себя следующие признаки:

• Ребенок суетлив, никогда не сидит спокойно; часто беспричинно двигает кистями рук, стопами, постоянно оборачивается; не в состоянии долго усидеть на месте, без разрешения вскакивает, ходит по группе и т.п.

• Двигательная активность ребенка, как правило, не имеет определенной цели: он бегает, крутится, карабкается, пытается куда-то залезть, хотя порой это бывает далеко не безопасно.

• Ребенок не может играть в тихие игры, отдыхать, сидеть тихо и спокойно, заниматься чем-то определенным, всегда нацелен на движение, часто бывает болтливым.

Понятие «импульсивность» включает в себя следующие признаки:

• Ребенок часто отвечает на вопросы, не задумываясь, не дослушав их до конца, по рой просто выкрикивает ответы; с трудом дожидается своей очереди независимо от ситуации и обстановки, обычно мешает другим, вмешивается в разговоры, игры, пристает к окружающим.

• Говорить о гиперактивности и им пульсивности можно только в том случае, если вышеперечисленные признаки сохраняются не менее шести месяцев.

Гиперактивные дети имеют также ряд особенностей эмоциональной сферы. Они не способны долго хранить обиду или вынашивать план мести, не склонны к запланированной, целенаправленной агрессии. Обиды они забывают быстро, вчерашний обидчик (или обиженный им) сегодня их лучший друг. Но в запале драки, когда окончательно отказывают и без того слабые механизмы торможения, такие дети могут быть безотчетно жестоки.

При общении с гиперактивными детьми надо учитывать, что все их чувства достаточно поверхностны, лишены объема и глубины. Поэтому если гиперактивный ребенок не корректирует свое поведение из-за недомогания матери, усталости отца или неприятностей, постигших приятеля, то он вовсе не бесчувственный эгоист. Скорее всего, он просто не заметил всего вышеперечисленного, потому что познание и оценка чувств и состояния окружающих людей сложная аналитическая работа, требующая концентрации внимания на них и большого напряжения.

Отношения со сверстниками у гиперактивных детей могут складываться по-разному, в зависимости от степени проявления синдрома. Почти всегда такие дети очень общительны, легко знакомятся как с ровесниками, так и со взрослыми. У гиперактивного дошкольника почти всегда много приятелей, однако, несмотря на общительность, ему редко удается выстроить длительные и глубокие дружеские отношения, потому что настоящая дружба требует «учета» чувств, мнений и настроений другого человека. А это ребенку дается с трудом, и, когда он подрастает, иногда начинаются жалобы: «А почему они со мной не играют?!».

Гиперактивный ребенок любит шумные, подвижные игры. Конечно, побегать любят все здоровые дети, но, подрастая, они все больше времени уделяют тихим, сложным, ролевым играм или играм «с правилами». Гиперактивный ребенок не любит (а иногда, в тяжелых случаях, попросту не может) играть в такие игры. Разумеется, вовсе не у каждого ребенка с диагнозом «гипердинамический синдром» имеются вышеперечисленные особенности поведения. Все это может быть выражено слабее или сильнее, а что-то может вовсе отсутствовать.

**Каковы же причины гиперактивности детей?**

Наследственность. По данным некоторых специалистов, у 57% родителей, чьи дети страдают этим заболеванием, в детстве отмечались такие же симптомы. Ученыегенетики пытаются найти ответ на вопрос о том, какой ген несет ответственность за столь тяжелые испытания. И кое-что им уже стало известно. Например, имеются данные о наличии при гиперактивности изменений генетического характера, локализованных в 11й и 5й хромосомах. Большое значение придается гену рецептора дофамина D4 и гену переносчику дофамина. Специалисты выдвинули гипотезу о причине заболевания, в основе которой лежит взаимодействие вышеназванных генов, которое вызывает снижение функций нейромедиаторной системы головного мозга.

По одной из теорий, считается, что гиперактивность связана с органическим поражением головного мозга, которое может возникнуть во время беременности, родов, а также в первые дни жизни ребенка.

Большую опасность в данном случае вызывает внутриутробная гипоксия (кислородное голодание плода), к которой особенно чувствителен развивающийся мозг. Вот почему важно, чтобы беременность протекала нормально, без патологий, чтобы будущая мать соблюдала все требования, предъявляемые врачом. Известно, что потребность в кислороде у беременных повышается на 2530% за счет того, что ребенок забирает его из крови матери. Поэтому нужно много гулять, дышать свежим воздухом, как можно чаще бывать на природе все девять месяцев. А самое главное отказаться от сигарет и алкоголя. Никотин, спазмируя артерии матки, лишает ребенка питания и кислорода; кроме того, он чрезвычайно вреден для нервных клеток. Алкоголь, проникая через плаценту в кровь, наносит мощный удар по формирующемуся мозгу. Серьезную угрозу представляют и некоторые лекарства, особенно в первой половине беременности, а потому, прежде чем принять любой, даже самый безобидный препарат, необходимо проконсультироваться с лечащим врачом. Очень важно также правильно питаться.

Замечено, что если ребенок в утробе ведет себя очень буйно, то это может быть признаком будущей гиперактивности, что и понятно: обычно будущие младенцы шумят, когда им не хватает кислорода. На языке медицины это называется «хроническая внутриутробная гипоксия».

Большое значение имеют и иммунологическая несовместимость родителей по резус-фактору, и их возраст. Исследования показали: риск развития патологии велик, если возраст матери во время беременности был меньше 19 или больше 30 лет, а возраст отца превышал 39 лет.

На развитие заболевания влияют и осложнения при родах: преждевременные, скоротечные или затяжные роды, стимуляция родовой деятельности, отравление наркозом при кесаревом сечении, длительный (более 12 часов) безводный период. Родовые осложнения, связанные с неправильным положением плода, обвитие его пуповиной помимо асфиксии могут повлечь за собой внутренние мозговые кровоизлияния, различные травмы, в том числе плохо диагностируемые легкие смещения шейных позвонков.

Все это может отрицательно сказаться на развитии ребенка, его мозговой деятельности. Но, как отмечают врачи, если лечение данных патологий начать в раннем возрасте, то гиперактивность может не возникнуть, а если и появятся ее признаки, то они будут куда слабее, чем при отсутствии лечения.

Целью нашего исследования было выявление поведенческих проблем у дошкольников. В эксперименте приняли участие 198 старших дошкольников Сургутского района Ханты-Мансийского автономного округа, из них у 6,9% (25 детей) имеются признаки гиперактивного поведения, у 6,5% мальчиков и 0,4% девочек гиперактивное поведение с некоторыми формами агрессивности. Наблюдаются тендерные особенности: так, у девочек большие полушария головного мозга менее специализированы, поэтому при поражении центральной нервной системы они имеют больший резерв компенсаторных функций по сравнению с мальчиками (А.Н. Корнев, 1986). Среди девочек реже встречается «вечный двигатель», как правило, заболевание у них проявляется в виде нарушения внимания, поэтому они хуже учатся и с трудом контактируют в коллективе.

**Коррекция гиперактивности**

Коррекционная программа ориентирована на возраст 58 лет, когда компенсаторные возможности мозга велики и еще не успел сформироваться патологический стереотип.

В коррекции гиперактивности мы делаем акцент на игротерапию с использованием оборудования сенсорной комнаты.

Задачи. Формировать социально приемлемые формы поведения; перестраивать коммуникативное поведение (формировать навыки гибкого взаимодействия); развивать произвольность, внимание, моторный контроль.

Принципы. Системность коррекционных, профилактических, развивающих задач; учет возрастных психологических и индивидуальных особенностей; комплексность методов психологического воздействия; учет объема и степени разнообразия материала; возрастание сложности; учет эмоциональной сложности материала.

Программа включает тренировку вестибулярно-моторной активности (предоставление свободы); умений управлять своими движениями; концентрации внимания; зрительного внимания; преодоления импульсивности.

Коррекционные мероприятия можно классифицировать, исходя из определенных критериев коррекции (выдвинутых Д.Б. Элькониным).

По характеру направленности содержания коррекции мы использовали коррекцию поведения; по форме работы смешанную (индивидуально-групповую); по критерию наличия программ программированную психо-коррекцию; по характеру управления корригирующими воздействиями директивную; по продолжительности коррекции длительную; по масштабу решаемых задач специальную.

Для решения проблемы предлагаем следующую последовательность игр, способствующих постепенному исчезновению агрессивных форм поведения.

***«Прыжки по кочкам»***

Цель. Ослаблять негативные эмоции; развивать концентрацию внимания, двигательный контроль.

Материал. Карточки с обозначениями «М» и «Н».

Ход игры. Дети прыгают, стараясь соблюдать запреты. Ведущий переворачивает карточки: «М» «кочка», на которую можно прыгнуть, и «Н» прыгать нельзя.

***«Гамак»***

Цель. Развивать концентрацию внимания, двигательный контроль.

Материал. Гамак с двумя отверстиями, отмеченными зеленым и черным цветом; к гамаку пришивается длинный шнурок с мячом.

Ход игры. Играющие забрасывают мяч в отверстие с зеленым ободком и называют добрых героев сказок, мультфильмов (Чебурашка, Красная Шапочка, Лунтик, Колобок и т.д.).

В отверстие с черным ободком забрасывают мяч и называют злых героев сказок (Волк, Старуха Шапокляк, Кощей Бессмертный и т.д.).

***«Поймай мяч!»***

Цель. Развивать ловкость, двигательную память, контроль. Ход игры

1й вариант

Надо высоко-высоко

Подбросить мяч,

Кто с лету поймает,

Тот теперь бросает.

Не сумел никто поймать

Снова первому бросать!

Кто чаще мяч бросает,

Тот всех побеждает!

2й вариант

Стоя в круге, ребенок, бросив мяч через веревочку, должен быстро пробежать вперед и поймать его.

***«Догонялки-считалки»***

Цель. Развивать двигательную память, контроль.

Ход игры. Участники хором произносят считалку, поочередно указывая на участников.

Мы веселые ребята,

Любим бегать и играть,

Никого не обижать.

Ну, попробуй нас догнать!

Тот, на которого указывают при последнем слове «догнать», становится ведущим и догоняет остальных.

***«Пчелки»***

Цель. Развивать произвольность, осознанность поведения и умение выполнять правила.

Материал. Маски пчелок.

Ход игры. Участники делятся на «пчелок» и «игроков». Пчелки размещаются за одной чертой, игроки за другой. Игроки идут, высоко поднимая колени и приговаривая:

Мы к лесной полянке вышли,

Поднимая ноги выше

Через кустики и кочки,

Через ветки и пенечки.

Кто высоко так шагал –

Не споткнулся, не упал.

На этом слове они останавливаются вблизи от пчелок.

Игроки.

Глянь, из дупла высокой елки

Вылетают злые пчелки!

Пчелки.

Ж-ж-ж! хотим кусать!

Игроки.

Быстроногих не догнать!

Нам не страшен этот рой,

Убежим скорей домой!

На последнее слово игроки убегают за первую черту. За ними гонятся пчелки. Каждая хочет «ужалить», т.е. коснуться кого-нибудь рукой.

***«Космонавты»***

Цель. Развивать внимание.

Материал. Пять обручей «ракетодромы», круги «места в ракете», ленты разных цветов «маршруты».

Ход игры. Взявшись за руки, дети идут по кругу и приговаривают:

Ждут нас быстрые ракеты

Для полетов на планеты.

На какую захотим,

На такую полетим!

Но в игре один секрет:

Опоздавшим места нет!

На последнее слово дети разбегаются по «ракетодромам» и стараются скорее занять места на любой из пяти ракет нарисованного контурного изображения. Внутри контура обозначено два-пять кружков (мест), а сбоку от него маршрут (красный, зеленый, синий круги или другие геометрические фигуры).

Для всех желающих участников игры мест в ракетах не хватает. Опоздавшие космонавты собираются к центру круга, а занявшие места громко трижды объявляют свои маршруты, показывая этим, что они совершают прогулку по космосу.

Затем участники собираются в общий круг, берутся за руки, и игра повторяется. Выигрывают те, кому удалось при повторении «полета» три раза снова занять места в ракете и совершить эти три полета.

***«Мозаичные песни»***

Цель. Развивать наблюдательность и внимание.

Материал. Почтовые открытки с картинками в конвертах; ножницы; музыкальные инструменты.

Ход игры. Открытки разрезаются на части, так чтобы их форма была не слишком сложной. Каждый ребенок получает одну часть в конверте. По команде дети открывают конверты, пытаются как можно скорее определить, у кого часть той же открытки. Если дети правильно соберут свою открытку, они поют песню и сопровождают ее игрой на музыкальных инструментах. Хорошо, если тема песни хотя бы косвенным образом связана с изображением на открытке.

***«Магазин зеркал»***

Цель. Развивать наблюдательность.

Ход игры. Дети делятся на две команды: «зеркала» и «обезьянки». Обезьянки ходят мимо зеркал, прыгают, строят рожицы зеркала должны точно отразить их движения и выражения лиц. Затем дети-зеркала становятся в ряд, каждая обезьянка выбирает зеркало, подбегает к нему, кривляется, дурачится. Зеркало в точности копирует движения обезьянки. Взрослый следит за ходом игры и, если нужно, помогает детям.