**МОУ Константиновская СОШ**

**Ребенок с нарушением внимания**

**(Рекомендации для учителей и родителей по работе с детьми, имеющими нарушение внимания)**

**Составила: учитель Константиновской**

**средней школы**

**Какорина Валентина Ефимовна**

**Константиновка 2009**

**Ребенок с нарушением внимания**

 В одном из пятых классов «учится» (если так можно сказать) ребенок, поведение которого состоит из следующих действий: буквально несколько минут он просидит за партой, затем начинает двигаться, меняет место, задевает ребят, никак не включаясь в учебную работу. Где-то через 10 минут он отпрашивается в туалет, а по возвращении продолжает все предыдущие действия. Все потуги учителя привлечь его к работе оканчиваются неудачей. На уроке его невозможно ничем заинтересовать. В конце концов, он начинает жаловаться на нездоровье, и, действительно, вид его никак не назовешь «цветущим».

 И так это происходит из месяца в месяц. И, наверное, не один год. Ребенок часто болеет; пропускает много занятий, убегая с уроков. В классе он аутсайдер, друзей не имеет. Отношения с учителями также не складываются. Никакие успехи в его школьной жизни не прослеживаются.

 Я понимаю весь трагизм его детской жизни. Но в своей практике я не встречала подобное поведение детей. Причины такого поведения были мне непонятны до того момента, пока я не провела коррекционную программу «Старт в 6-й класс».

 В группе находились ребята с различными отклонениями. С ними у данного ученика сложились неплохие отношения, он чувствовал себя довольно комфортно, по мере сил участвовал во всех упражнениях и играх. В результате наблюдения было выявлено следующее: мальчик обладает зрительной памятью, слуховой. В меньшей степени, но тоже в пределах нормы развиты двигательная и осязательная формы памяти. Это позволило мне сделать вывод, что он должен нормально учиться в школе, ведь учебный процесс в школе основан именно на этих формах памяти.

 В то же время совершенно неразвиты умения, которые должны быть сформированы в процессе обучения. И самое главное, он не читал. По крайней мере, несмотря на все уговоры и просьбы, он отказался читать и даже ушел из класса.

 И самый главный вывод на этих занятиях был сделан следующий: мальчик больше минуты не мог управлять своим вниманием. Он быстро уставал, не мог сконцентрировать свои усилия на любом деле дольше одной-двух минут. Он постоянно менял место в комнате, выходил из нее, выбегал во двор, но быстрее, чем это было на уроках, возвращался. Т.е., несмотря на то, что это были не уроки, а занятия, которые ему нравились (о чем он говорил на рефлексии), мальчик во многом вел себя также как на уроках.

 Не беря на себя смелость ставить медицинский диагноз «синдром дефицита внимания», я рекомендовала родителям обратиться к врачу. Но так как они этого не сделали, я вынуждена была искать формы работы с этим ребенком, используя опыт работы психологов с детьми с недостаточно развитой способностью управления вниманием. Часто в педагогике и психологии применяются и такие характеристики: гиперактивность, рассеянность и импульсивность.

 Я представляла, что коррекция поведения ребенка будет очень трудным делом и, возможно, не увенчается удачей, но не сделать в отношении его никаких шагов, я не могла.

 Изучив большое количество литературы, связанной с коррекцией поведения ребенка, я сделала вывод, что статей, в которых описана практическая работа с детьми с недостаточно развитой способностью управления вниманием, очень мало, да и ограничивается эта работа кабинетом психолога. В школе такой помощи я найти не могла.

 Таким образом, собирая по крупицам рекомендации психологов и используя собственный опыт, я составила собственную программу.

**Программа помощи ребенку с нарушением внимания**

1. **«Навести порядок» во взаимоотношениях между ребенком и учителями**. Без совместных усилий педагогов ребенок не может получить действительную помощь. Надо довести до учителей следующие мысли:
* мальчик не виноват в том, что с ним происходит;
* не надо действовать с ним с позиции силы, обвинять его в нежелании учиться. Он бы рад делать то, что делают другие, но он не может, и сам от этого очень страдает;
* быть терпеливым с этим ребенком, понимая, что другого выхода нет. Можно бы оформить ребенка на индивидуальное обучение, но в данном случае нужно желание родителей (и администрации) решить таким образом проблему, а его нет. Для этого ученика отрицательные последствия обучения вне детского коллектива не прослеживались бы, т.к. отношения с одноклассниками испорчены, да и он всячески их сторонится;
* необходимо применять к нему особые подходы в процессе обучения;
* главное в этом случае - не всеми средствами добиться усвоения программы, а не допустить, чтобы в душе ребенка поселились ненависть и злоба, последствия которых с возрастом трансформируются в более серьезные и опасные вещи.
1. **Рекомендации классному руководителю:**
* использовать все средства для вовлечения ребенка во внеклассную деятельность, используя коллективные формы работы;
* вовлечь ученика в работу кружка, секции, общества. Узнать у родителей, чем он увлекается и постоянно создавать ситуации, в которых он успешно бы проявлял свою деятельность;
* не проводить в отношении этого ученика отрицательную оценочную деятельность. Он уже устал от нее.
* провести соответствующую работу по созданию такого микроклимата в классе, при котором учащимся в нем будет комфортно, в том числе и данному ученику.
1. **Рекомендации родителям:**
* осознать наличие проблемы в семье. Ребенок не радует успехами в школе, конфликтует с учителями и одноклассниками, раздражает своей безалаберностью, неаккуратностью, своими импульсивными поступками, - все это говорит о проблемах в вашей семье, связанных с вашим ребенком. Родители должны не забывать о том, что все в семье должно делаться в интересах ребенка и что нервозность, взвинченность и возбудимость его почти всегда вытекают из нервных отношений между взрослыми членами семьи. По большому счету именно им, родителям, придется находить общий язык с учителями, глубоко вникать в программу обучения своего ребенка, строить структуру индивидуальной образовательной программы и вести ребенка по этой программе.
1. **Рекомендации по поведению ребенка:**
* У детей с недостатком внимания очень сильно развита **потребность в движении,** и он действительно нуждается в движении. Эта потребность настолько сильна, что он не может сосредоточиться на чем-либо другом, в том числе и на уроке. Необходимо ему это движение дать. И чем больше мышц будет включено в движение, тем лучше. Спортивные занятия, различные прогулки и походы, плавание, танцы, все это пойдет ему на пользу. В классе, да еще на уроке, не так легко это осуществить. Надо разрешить ему вставать в классе, если он захочет, чтобы не мешал ребятам, можно разрешить ему постоять в конце класса, в ходе урока – помыть доску, раздать тетради, листочки, повесить карту и др. Думаю, что надо и разрешить ему на короткое время выбежать на улицу.

Не все виды физической активности могут быть полезны таким детям. Следует избегать игр, где сильно выражена эмоциональная составляющая: соревнования, состязательные игры, силовые виды спорта. С точки зрения физиологии нервных процессов предпочтение следует отдавать равномерному длительному бегу, прогулкам, лыжам, езде на велосипеде, водному и пешему туризму, которые благотворно влияют на настроение, снимают напряженность. Но надо помнить, что однообразная деятельность отрицательно влияет на ребенка, испытывая его терпение. Дети высокой потребностью в движении должны стремится к достижению максимальных нагрузок, однако необходимо следить, чтобы они не переутомлялись. Лучше всего заниматься утром до школы и днем, после отдыха.

Надо знать, что вряд ли ребенок достигнет высот в спорте. Своей активностью он может дать повод тренеру готовить его к спортивной карьере, но невозможность тщательно и кропотливо заниматься приведет к тому, что он может не достигнуть успеха, и это травмирующее скажется на его самочувствии. Надо не забывать, что в секцию он пришел не для спортивных достижений, а для решения своей проблемы – неустойчивого внимания.

* **Коррекция поведения**. Не надо «переделывать» ребенка в соответствии с нашими представлении, а надо начинать с малого: изучив ребенка, выбрать что-либо одно, остановить нежелательную форму поведения и заменить ее желательной. В нашем случае самое первое – научить ребенка усидчивости. Начнем с 5 минут. Можно использовать песочные часы. После 5 минут разрешим выйти из-за парты. 2 минуты отдыха, и снова 5 минут усидчивой работы. В туалет можно выйти только в минуты перерыва. И так на всех уроках, постепенно увеличивая время на 1 минуту в течение каждой недели. Это очень сложно, когда в классе не 1-2 учащихся, а 20-25. Но другого выхода нет.

**Стимулирование правильного поведения.** Чтобы сделать процесс изменений приятным и увлекательным, нужно стимулировать ребенка. При выборе подкрепляющих стимулов начинать надо с простого.Психологи Иванец Н.И. и Ингерлейб **[9]** советуют родителям применять такие стимулы:

* Похвала (словесная и действиями);
* Похвала в сочетании с позволением заниматься любимым делом (игры, телевизор, прогулки и т.д.);
* Похвала в сочетании с материальными стимулами (этикетки-наклейки, блокноты, вкусная еда и т.п.);
* Экономическая система с применением «фантов».

 Чем больше мы хотим замечать хорошее в детях, тем больше они будут стремиться делать нам приятное. «Хвалите детей, пока они хороши» (9).

**Примерные стимулы для средней школы (12-14 лет)**

 Вербальные стимулы

 Персонально направленная похвала. Розыгрыши и шутки. Хвалебные слова и фразы: «Фантастика», «Классно», «Здорово», «Пять с плюсом», «Да ты просто молодец!», «Тобой можно гордиться», «Это было очень разумно», «Мне очень нравится, когда ты…», «Ох, как это здорово», «Покажи-ка нам, как это у тебя получается».

Физические стимулы

 Улыбки, ласковый взгляд, кивки, прикосновение (но осторожно, некоторым детям это не нравится), подмигивание.

 Материальные стимулы

 Могут использовать родители: любимая еда, лакомство, одежда, книги и журналы, свой телефон, телевизор, кассеты, диски, мопед, бигуди, своя комната, музыкальный инструмент, спортивные принадлежности, деньги, собственное животное.

 Может использовать учитель: закладки для книг, вещи, связанные с хобби, недорогие сувениры и т.п.

Стимулы-действия (активные занятия).

 Учитель может что-либо применить в соответствии с ситуацией, но большая часть стимулов предназначена для родителей.

 Участие в активных мероприятиях друзей-сверстников. Катание на роликах, скейте, велосипеде. Дополнительное время на телефоне. Определение времени сна по своему усмотрению. Лишнее бодрствование вечером. Позднее вставание с постели. Ночевка в гостях у друзей. Возможность заработать деньги. Привилегии на просмотр телепередачи. Ночевки в палатке. Летний лагерь. Дорогая прическа. Поездка в парк развлечений. Участие в туристических походах. Участие в школьных мероприятиях. Дружеская встреча с угощением. Поход с родителями в магазин одежды. Лыжная экскурсия. Досуг с родителями без других (младших) сестер и братьев.

 Стимулы-знаки

 Очки (баллы), обмениваемые на выше перечисленные стимулы.

 Деньги.

**Примерные стимулы для старших школьников (15-17 лет)**

 Вербальные стимулы

 Особая персональная похвала. Розыгрыши и шутки. Косвенная похвала (сообщение кому0нибудь еще об их успехах или хорошем поведении). Хвалебные слова и фразы: «Похвально», «Выше всяких похвал», «Чудесно», «Великолепно», «Абсолютно верно», «Хорошо сделано», «Я в восторге», «Я просто счастлива, когда ты …», «Хорошо смотрится», «Красота», «Ты хорошо соображаешь», «Лучше не придумаешь», «Сразу видно, что ты постарался», «Ты верно поступаешь», «Это была правильная мысль», «Скажи мне свое мнение», «Что бы ты предложил?».

 Остальные виды стимулов схожи с предыдущими.

* **Наказания в системе воспитания ребенка**.

 Наказание – опасный способ воспитания детей. Он часто используется, потому что считается, что он самый простой и эффективный для коррекции поведения. В действительности, ничто не озлобляет ребенка «так эффективно», как наказание, особенно такое, как оскорбление и физическое насилие. Припоминается один случай в детском доме, когда ребенок был наказан тем, что его лишили просмотра фильма, когда весь коллектив его смотрел. Кино показывали один раз в неделю, он ожидался всеми детьми как праздник. Развлечений в сельском детском учреждении было мало, поэтому этот вид наказания нес очень большую нагрузку на психику ребенка. Его заставили лечь в постель во время показа фильма. Сначала он просил воспитателя простить его, затем кричал, ругался, плакал. На следующей неделе его поведение отличалось особой агрессивностью.

 Будучи еще очень молодым педагогом, я поняла: во-первых, наказание должно соответствовать проступку, а во-вторых, что оно является мощным стимулом превращения открытого, доброжелательного ребенка в злобное неискреннее существо.

 Словесные замечания

 Словесные замечания должны быть краткими и точными. Слишком много рассуждений могут усилить и поддержать проступки детей. Если словесные замечания проходят незамеченными, тогда нужно обратиться к следующему виду наказания.

 Лишение привилегий.

 Суть этого наказания заключается в том, что ребенок постоянно «зарабатывает привилегии», а если он демонстрирует нежелательную форму поведения, то он не получает того, о чем «договорились».

 Как уже было сказано выше, к применению наказаний нужно подходить осторожно. Согласно результатам многих исследований (в том числе и автора), большая часть отношений между взрослыми и детьми осуществляется в негативном ключе, детей чаще ругают за проступки, чем хвалят за успехи. Поэтому наказание должно использоваться умеренно и обязательно в сочетании с похвалой и с другими приятными ребенку действиями. Наказания, обусловленные раздражением и гневом взрослых (учителей, родителей) , а так же чрезмерные и слишком часто применяемые, **никогда** не приводят к желательному результату.

* **Структура и последовательность.** Ребенок с дефицитом внимания должен знать четкую, последовательную структуру действий. Все, что его ожидает, должно быть предсказуемо и понятно. А это: 1) его обязанности; 2) правила поведения; 3) дневной распорядок (как в школе, так и дома). Он должен знать, в каком порядке должна находиться его одежда, его рабочий стол. Структурированный подход – это такой подход, при котором ученик знает точно, чего от него ожидают, какая форма поведения является приемлемой, а какая – нет. Для детей с неустойчивым вниманием большая часть окружающего их мира функционирует непредсказуемым образом. Используя структурированность и последовательность, многое становится предсказуемым, и ребенок будет знать точно, что нужно делать, как взрослые будут реагировать на ту или иную ситуацию, будет создана уверенность в себе и чувство безопасности. Хотя такие дети чувствуют, что в окружающем мире довольно много беспорядка, но, во всяком случае, они будут знать, что в доме и классе им будет безопасно. Кроме того последовательность и порядок удобны потому, что тогда не приходится думать о посторонних вещах, которые происходят на протяжении школьного дня.
* **Тщательность и аккуратность.** В начальной школе необходимо в первую очередь сконцентрировать обучение на понимание фундаментальных правил, а также на тщательность и аккуратность выполнения заданий, а не на количество их. В нашем случае мы «спохватились» достаточно поздно, у ребенка уже сформировалось большое отставание от программы. Но и здесь необходимо соблюдать эти правила: тщательная проработка основных базовых понятий по основным школьным предметам и более серьезно отнестись к таким предметам, как русский язык, математика, иностранный, информатика.
* **Развитие воли.** Управление вниманием относится к волевым актам. И как любое проявление воли может развиваться. Развивать волю, закаливать характер возможно, и ребенок способен к этому.

**Рекомендации родителям гиперактивного ребенка [9]**

1. В отношении с ребенком придерживайтесь «позитивной модели». Хвалите его в каждом случае, когда он это заслужил, подчеркивайте даже незначительные успехи. Помните, что гиперактивные дети игнорируют выговоры и замечания, но чувствительны к малейшей похвале.
2. Не прибегайте к физическому наказанию. Помните, что ваши отношения с ребенком должны основываться на доверии, а не на стразе. Он всегда должен чувствовать вашу помощь и поддержку. Совместно решайте возникшие трудности.
3. Чаще говорите «да», избегайте слова «нет» и «нельзя».
4. Если вы что-то запрещаете ребенку, постарайтесь объяснить, почему это делаете.
5. Поручите ему часть домашних дел, которые необходимо выполнять ежедневно (ходить за хлебом, кормить собаку и т.д.) и ни в коем случае не выполняйте их за него.
6. Заведите «Дневник самоконтроля» и отмечайте в нем вместе с ребенком его успехи дома и в школе.. Примерные графы: выполнение домашних обязанностей, учеба в школе, выполнение домашних заданий.
7. Введите бальную или знаковую систему вознаграждения (можно каждый хороший поступок отмечать звездочкой, а определенное их количество вознаграждать игрушками, сладостями или давно обещанной поездкой).
8. Избегайте завышенных или, наоборот, заниженных требований к ребенку. Старайтесь ставить пред ним задачи, соответствующие его способностям.
9. Определите для ребенка рамки поведения – что можно и что нельзя. Вседозволенность однозначно не принесет никакой пользы. Несмотря на наличие определенных недостатков, гиперактивные дети должны справляться с обычными для всех подрастающих детей проблемами. Эти дети не нуждаются в том, чтобы их отстраняли от требований, которые применяются к другим.
10. Не навязывайте ему жестких правил. Ваши указания должны быть указаниями, а не приказами. Требуйте выполнения правил, касающихся его безопасности и здоровья, в отношении остальных не будьте столь придирчивы.
11. Вызывающее поведение Вашего ребенка – его способ привлечь Ваше внимание. Проводите с ним больше времени: играйте, учите. Как правильно общаться с другими людьми, как вести себя в общественных местах, переходить улицу и другим социальным навыкам.
12. Поддерживайте дома четкий распорядок дня. Прием пищи, игры, прогулки, отход ко сну должны совершаться в одно и то же время. Награждайте ребенка за его соблюдение.
13. Дома следует создать для ребенка спокойную обстановку. Идеально было бы предоставить ему отдельную комнату. В ней должно быть минимальное количество предметов, которые могут отвлекать, рассеивать его внимание. Цвет обоев должен быть неярким, успокаивающим, преимущество отдается голубому цвету. Очень хорошо организовать в его комнате спортивный уголок (с перекладиной для подтягивания и гантели для соответствующего возраста, эспандеры, коврик и др.).
14. Если ребенку трудно учиться, не требуйте от него высоких оценок по всем предметам. Достаточно иметь хорошие отметки по 2-3 основным.
15. Создайте необходимые условия для работы. У ребенка должен быть свой уголок, во время занятий на столе не должно быть ничего, что отвлекало бы его внимание. Над столом не должно быть никаких плакатов и фотографий.
16. Избегайте по возможности больших скоплений людей. Пребывание в магазинах, на рынках и т.п. оказывает на ребенка чрезмерное возбуждающее действие.
17. Оберегайте ребенка от переутомления, поскольку оно приводит к снижению самоконтроля и нарастанию двигательной подвижности. Не позволяйте ему подолгу сидеть у телевизора.
18. Старайтесь, чтобы ребенок высыпался. Недостаток сна ведет к еще большему ухудшению внимания и самоконтроля. К концу дня ребенок может стать неуправляемым.
19. Развивайте у него осознанное торможение, учите контролировать себя. Перед тем, как что-то сделать, пусть посчитает от 10 до 1.
20. Помните! Ваше спокойствие - лучший пример для ребенка.
21. Давайте ребенку больше возможностей расходовать избыточную энергию. полезна ежедневная физическая активность на свежем воздухе – длительные прогулки, бег, спортивные занятия. Развивайте гигиенические навыки, включая закаливание. Но не переутомляйте ребенка.
22. Воспитывайте у ребенка интерес к какому-нибудь занятию. Ему важно ощущать себя умелым и компетентным в какой-либо области. Каждому надо быть в чем-то «докой». Задача родителей – найти те занятия, которые бы «удавались» ребенку и повышали его уверенность в себе. Они будут «полигоном» для выработки стратегии успеха. Хорошо, если в свободное время ребенок будет занят своим хобби. Однако не следует перегружать ребенка занятиями в разных кружках, особенно в таких, где значительные нагрузки на память и внимание, а также, если ребенок особой радости от этих занятий не испытывает.

**Рекомендации учителю по работе с гиперактивными детьми [9]**

1. Введите знаковую систему оценивания. Хорошее поведение и успехи в учебе вознаграждайте. Не жалейте устно похвалить ребенка, если он успешно справился даже с небольшим заданием.
2. Изменяйте режим уроков – устраивайте минутки активного отдыха с легкими физическими упражнениями и релаксацией.
3. В классе желательно иметь минимальное количество отвлекающих предметов (картин, стендов). Расписание занятий должно быть постоянным, так как дети с синдромом часто забывают его.
4. Работа с гиперактивными детьми должна строиться индивидуально. Оптимальное место для гиперактивного ребенка – в центре класса, напротив доски. Он всегда должен находиться перед глазами учителя. Ему должна быть предоставлена возможность быстро обращаться к учителю за помощью в случаях затруднений.
5. Направляйте лишнюю энергию гиперактивных детей в полезное русло – во время урока попросите его вымыть доску, собрать тетради т.д.
6. Вводите проблемное обучение, повышайте мотивацию учеников, используйте в процессе обучения элементы игры, соревнования. Больше давайте творческих, развивающих заданий и наоборот, избегайте монотонной деятельности. Рекомендуется частая смена заданий с небольшим числом вопросов.
7. На определенный отрезок времени давайте лишь одно задание. Если ученику предстоит выполнить большое задание, то оно предлагается ему в виде последовательных частей, и учитель периодически контролирует ход работы над каждой из частей, внося необходимые коррективы.
8. Давайте задания в соответствии с рабочим темпом и способностями ученика. Избегайте предъявления завышенных или заниженных требований к ученику с недостаточной способностью управления вниманием.
9. Создавайте ситуации успеха, в которых ребенок имел бы возможность проявить свои сильные стороны. Научите его лучше их использовать, чтобы компенсировать нарушенные функции за счет здоровых. Пусть он станет классным экспертом по некоторым областям знаний.
10. Совместно с психологами помогайте ребенку адаптироваться в условиях школы и классном коллективе – воспитывайте навыки работы в школе, обучайте необходимым социальным нормам и навыкам общения.

 В заключении необходимо отметить, что гиперактивность ребенка должна быть выявлена в начале обучения в школе, и в это же время начата работа по коррекции поведения ребенка. Иначе в дальнейшем ребенок будет уже педагогически запущенным, и выбраться из полученной ситуации будет очень проблематично.