Как помочь на уроке невнимательному гиперактивному ученику

Синдром дефицита внимания и гиперактивности и школа



Основные симптомы СДВГ

Гиперактивность

хаотичная и бесцельная двигательная активность

Импульсивность

неспособность затормозить, немедленная реакция на любой случайный раздражитель, неспособность игнорировать отвлекающие факторы

Невнимательность

неспособность сознательно (произвольно) концентрировать внимание на недостаточно стимулирующей информации

Не только СДВГ

- Другие проблемы физического и психического здоровья
 - Тревожность
 - Депрессия
 - Биполярное расстройство
 - Обсессивно-компульсивное расстройство
 - Вызывающее оппозиционное расстройство и расстройство поведения
 - Новообразования мозга
- Психологические проблемы
 - Развод родителей
 - Травля в школе

СДВГ - дисфункция управляющей системы мозга

- Нарушены (при нормальном и высоком интеллекте)
- воля и самоконтроль
- программирование своей деятельности
- рефлексия (разговор с самим собой)
- рабочая память
- предвидение и планирование будущего
- ощущение времени
- переключение с повестки А на повестку В

Правило 30%:

Воля, организованность и ответственность у детей с СДВГ соответствуют возрасту, который на 30% меньше их реального возраста.

Основные проблемы ребенка с СДВГ в школе

- > Избыточная подвижность
- > Неспособность концентрироваться на содержании урока
- Неприемлемая реакция на отвлекающие факторы
- Неспособность контролировать эмоции
- Отвлекаемость
- Неспособность самостоятельно выстроить и выполнить программу действий
- > Трудности с подготовкой к контрольным и экзаменам
- > Трудности при соблюдении временных ограничений

Проблема идентифицируется школой как моральный дефект

- Несобранность
- Лень
- Невоспитанность
- Неумение себя вести
- Хамство
- Распущенность
- Педагогическая запущенность

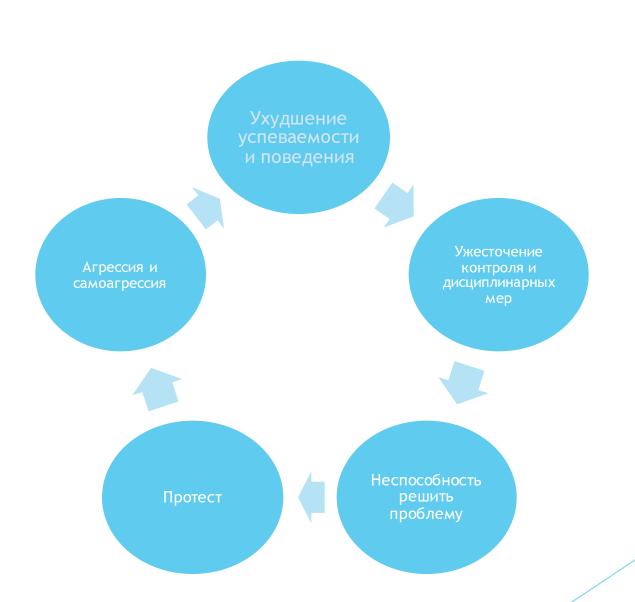
Многие учителя считают СДВГ надуманным, «модным» диагнозом



Требования к родителям:

- Ужесточить дисциплинарные меры
- > Объяснить ребенку
- Проводить больше времени с ребенком
- Больше заниматься
- Больше любить
- > Чаще пороть
- > Забрать из школы
- Вывести на семейное обучение

Замкнутый круг проблем



Проблема идентифицируется школой как медицинская

- Умственная отсталость
- «Неадекватность» (психическое заболевание)



Требования к родителям:

- > Перевести ребенка в коррекционную школу
- > Вылечить ребенка у психиатра и потом приводить
- > Забрать ребенка на надомное/семейное обучение

Учителя с трудом представляют себе суть проблем ребенка с СДВГ и считают, что им должны заниматься другие специалисты

Последствия

При отсутствии помощи - школьная и социальная дезадаптация

При правильно и своевременно оказанной помощи дети с СДВГ вырастают благополучными и социализированными взрослыми

Мировой опыт

Семья

Ученик с проблемами обучения и поведения Законы об обучении детей с ограниченными возможностями здоровья

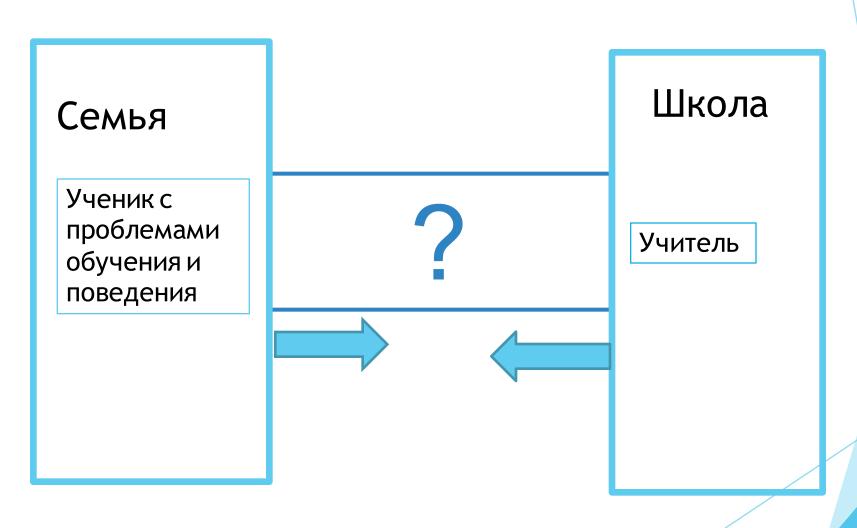
Система внутришкольной и внешкольной помощи

- Службы помощи учащимся
- Ресурсные центры
- Индивидуальный учебный план
- Методическая помощь педагогам
- Коррекционная помощь в школе и за ее пределами
- Сотрудничество с врачами
- Тьюторы в школе

Школа

Учитель

Российский опыт



Предлагаемое сейчас решение

«Освоение и применение психолого-педагогических технологий (в том числе инклюзивных), необходимых для адресной работы с различными контингентами учащихся: одаренные дети, социально уязвимые дети, дети, попавшие в трудные жизненные ситуации, дети-мигранты, дети-сироты, дети с особыми образовательными потребностями (аутисты, дети с синдромом дефицита внимания и гиперактивностью и др.), дети с ограниченными возможностями здоровья, дети с девиациями поведения, дети с зависимостью»

Профессиональный стандарт педагога, п. 3.1.3

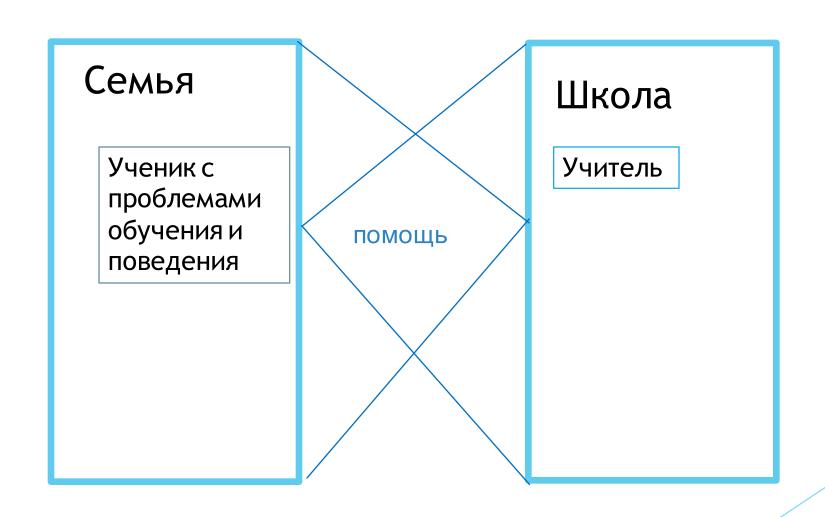
Предлагаемое решение

Семья

Ученик с проблемами обучения и поведения Школа

Учитель

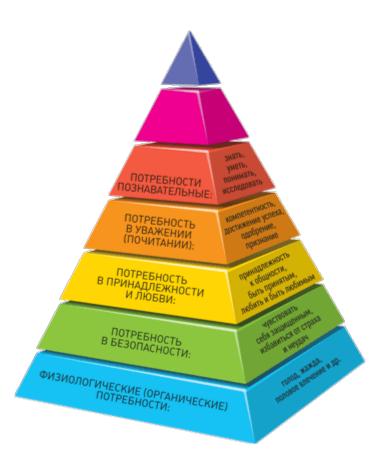
Реальное вынужденное решение



Как помочь ребенку с СДВГ в школе?

- Повышаем мотивацию
- Боремся с хаосом
- Берем под контроль избыточную активность
- Удерживаем внимание
- Помогаем с социализацией

Мотивация



У детей с СДВГ ослаблены механизмы мотивации и воли

Мотивация снижается, если деятельность препятствует удовлетворению базовых потребностей:

- Физиологических потребностей
- Потребности в безопасности
- ▶ Потребности в любви и принадлежности
- Потребности в уважении
- Потребности в самоактуализации

Эмоции и мотивация

- > Эмоциональность учебного материала
- ▶ Шутки, необычные уроки, новизна
- Яркая речь, живые примеры
- Интерактивность
- ▶ Положительные эмоции
- «Зачем мне это?» стоит один раз серьезно обсудить
- ▶ Дополнительная мотивация: конкурсы, призы, бонусы, игры
- Символическая экономика

Устраняем помехи

- Нормальный сон
- Посильное количество заданий
- Нормализация самочувствия
- Здоровое питание
- Отдых

Обеспечиваем физическую и психическую безопасность

Исключаем насилие

Повышаем уверенность в собственных силах

- Обучаем навыкам самоорганизации
- Изменяем отношение к ошибкам (ошибка помощник)
- Изменяем отношение к оценкам

Обеспечиваем «островок безопасности»

Обсуждаем правила поведения и их смысл

Организация

- Необходимость систематизации
 - Таблицы списки, напоминания, алгоритмы
 - Помощь с составлением алгоритмов, распорядка дня
 - Планирование дня и урока, отсутствие резких перемен
- Четкие правила и понятные ожидания
- Меньше работ с ограничением по времени (без паники)
- Постоянная обратная связь и контроль без откладывания на потом
- Объявляю, что скажу говорю записываю подвожу итоги
- Таймеры, звуковые сигналы
- Помощь с самоорганизацией
 - Запасные ручки, карандаши,
 - возможность пользоваться электронной книгой,
 - Возможность сдавать тексты в печатном виде по почте
 - Запасной канал сообщения домашних заданий

Планы и алгоритмы

Как выполнить большое задание: План доклада

- Прочитать книгу с четверга по воскресенье (8 страниц в день)
- Написать план доклада по книге в понедельник
- Написать черновик доклада ко вторнику
- Отредактировать черновик в среду

Ит. п.

Цели

- Выставлять цели
- ▶ Соотносить цели с возрастом и симптоматикой
- ▶ Отслеживать продвижение к цели
- Применять символическую экономику

(вознаграждение за каждый раз, когда ребенок выполнил требование, возможность обменять накопленные бонусы на какой-то приз)

Саморегуляция и контроль

Работа над инструкцией с карандашом

- 1. Спиши текст
- > 2. Вставь пропущенные буквы
- 3. Подчеркни составные именные сказуемые
- 4. Надпиши над ними части речи



Таймер

- > За сколько минут ты это сделаешь?
- Ставим таймер
- Внутренняя мотивация (справиться за обозначенное время)
- Появление чувства времени



«Все пропало»? План ликвидации катастрофы

предмет	февраль	март	апрель	май
литература	Сдать долги по Грибоедову	Сдать долги по лирике Пушкина	Сдать долги по «Евгению Онегину»	Устный зачет
Русский язык	Параграфы 33-44	Параграфы 45-55		
Математика	Контрольная по теме 1	Контрольная по теме 2		

Организация, планирование, контроль

- Придумывание историй по картинкам
- Расширение предложений (стоял дом в лесу стоял дом - в глухом лесу стоял дом - в глухом лесу стоял маленький дом)
- Я робот (робот точно выполняет инструкциии ребенка)
- Обучение самопроверке работ:
- Выявляем типичные ошибки
- ▶ Печатаем текст с одним типом ошибок
- ▶ Каждый день даем по одному тексту найти все ошибки

Работа над ошибками

Типичные ошибки при СДВГ:

- >Ошибки на известные орфограммы
- >Пропуски и повторы букв и слогов
- ▶Одна буква вместо другой (Слуховые ошибки к этой категории не относятся, с ними нужна другая работа)

Внимание и память

- Повторение указаний
- Постоянный визуальный контакт
- Место в классе
- Дублирование звуковой информации визуальной
- Не просто слушать, а
 - > записывать вопросы
 - > конспектировать по правилам
 - > искать ответы на вопросы
- Разрешение рисовать, вертеть в руках предметы
- Упрощение указаний
- Деление длинных заданий на несколько коротких

Дисциплина

- Скрытые напоминания вместо громких обращений
- Исключить перевозбуждение
- Четкие границы и последовательность
- Без силовых противостояний
- Без долгих дискуссий
- Не более трех просьб или напоминаний
- Четкие, предсказуемые, справедливые последствия
- Возможность отдушины
 - выход из класса
 - договоренность с психологом
- Физзарядка, разминка, возможность встать и ходить по классу
- Четкие алгоритмы профессиональной реакции в чрезвычайных ситуациях

Отношения в классе

- Помощь в самоосознании (нерепрессивная)
 - «Как по-твоему, почему она расстроилась?»
 - «Как ты считаешь, что ты сейчас сделал»
- Ясные ожидания
- Помощь в социальной ориентации, обучение взаимодействию
 - «Прежде чем ты расскажешь свою историю, послушай сначала чужую»
 - «Посмотри на другого, когда он говорит»
- ▶ Особое внимание это норма. Это надо объяснить классу.

Успешность

- Творческие работы
- Альтернативные формы проверки знаний (особенно для дислектиков и дисграфиков)
- Обучение конспектированию
- Обучение мнемотехнике
- Ситуация успеха, подчеркивание успеха
- Похвала
- Качество домашних заданий, а не количество
- Тетрадь связи между домом и школой
- Самоотчет и самоконтроль
- Внимание к озарениям
- ▶ Островки безопасности, ситуации успешности

Полезные возможности в классе

- Подушка на стул, кресло-мешок
- Противошумные наушники для письменных работ или возможность слушать музыку в наушниках
- Картонная выгородка на контрольных
- Возможность вертеть в руках мячик/игрушку или рисовать, когда слушает
- Зона чилл-аута
- Специальные поручения/ возможность постоять, пройтись или выйти
- Возможность сидеть впереди или рядом с прилежными учениками

Эмоции

- Признаем чувства и говорим о них прямо
- Контролируем свой уровень раздражения -
- не дойти до точки невозврата
- Берем тайм-ауты
- Ищем приемлемые способы выразить гнев



Понятные правила и ожидания

Что значит «хорошо себя вести»?

Что значит «работать на уроке»?

В каких случаях ставится оценка за работу на уроке?

За что можно получить 2, 3, 4, 5?

Чего нельзя делать и почему?

Взаимодействие с родителями

- Помним: у нас и родителей разные цели и задачи
- Не ищем виноватых
- Находим общие цели и задачи
- Сосредоточиваемся на них
- Не выходим за пределы сферы компетенции учителя
- Находимся в постоянном контакте с родителями

Как разговаривать с родителями о проблемах ребенка

- Обсуждаем проблемы, а не диагноз ребенка
- Выражаем понимание
- Выражаем готовность идти навстречу
- Выслушиваем внимательно
- Задаем уточняющие вопросы
- Конкретизируем проблемы
- Не забываем сказать о ребенке хорошее

- Отказываемся от оценочных суждений (факты, а не их оценка)
- Создаем план
- Ставим долгосрочные и краткосрочные цели
- Договариваемся о способах их достижения
- Договариваемся о частоте и форме связи

Долгосрочные цели и задачи

- Ребенок в состоянии следовать расписанию и выполнять необходимые организационные процедуры на уроке
- Спокоен, предсказуем, уважителен в отношениях со взрослыми и детьми
- Эмоционально стабилен, физически безопасен для себя и окружающих
- Справляется с программой
- Не менее 80% урочного времени занят делом
- Выполняет правила

Краткосрочные цели и задачи

- Научиться не выкрикивать с места
- Научиться поднимать руку
- На обиды реагировать словами
- Записывать домашнее задание на каждом уроке

Что делает учитель

- Договор с ребенком
- Секретные знаки, когда ребенок отвлекается
- Возможность тайм-аута, не связанная с наказанием
- Игнорирование мелких нарушений
- Похвала за выполнение договора («поймайте его в тот момент, когда он хороший»)
- Заполнение карточек ежедневной отчетности
- Альтернативный канал домашних заданий

Что делают родители

- Обсуждают с ребенком школьную жизнь и анализируют успехи и неудачи
- Корректируют план по мере его выполнения, отслеживают трудности
- Анализируют карточки отчета и включают их в домашнюю систему поощрения
- Обсуждают альтернативные варианты выражать свой гнев
- Выясняют домашнее задание и обеспечивают его выполнение

Отношения с другими детьми и их родителями

- Исключение физического и психического насилия
- Школа как посредник в разрешении конфликтов
- Нельзя позволять родителям требовать от школы исключить чужого ребенка
- Они могут требовать обеспечить детям физическую и психическую безопасность

(Закон об образовании, ст. 41, п. 1, пп. 8 - школа отвечает за «обеспечение безопасности обучающихся во время пребывания в организации, осуществляющей образовательную деятельность»)

Юридический статус детей с СДВГ в школе

Закон об образовании

Статья 5, п. 1 и 2 - право на образование для всех

п. 5, пп. 1 - требование условий для получения образования ... «лицами с ограниченными возможностями здоровья, для коррекции нарушений развития и социальной адаптации, оказания ранней коррекционной помощи на основе специальных педагогических подходов»... «в том числе посредством организации инклюзивного образования лиц с ограниченными возможностями здоровья»

Статья 34, п.1, пп.2 - право на обучение с учетом особенностей психофизического развития и состояния здоровья, в том числе получение социально-педагогической и психологической помощи, бесплатной психолого-медико-педагогической коррекции;

пп. 3 - обучение по индивидуальному учебному плану, в том числе ускоренное обучение, в пределах осваиваемой образовательной программы в порядке, установленном локальными нормативными актами;

Альтернативные варианты

- Семейное обучение
- Надомное обучение
- Индивидуальный учебный план
- Экстернат

В реальности

- Нет подзаконных актов, внятно трактующих понятия «ограниченные возможности здоровья» и «особые образовательные потребности»
- Неясны основания для включения тех или иных диагнозов в число ОВЗ
- Нет подзаконных актов, внятно определяющих понятие «индивидуальный учебный план» и возможность обучения по нему при СДВГ
- Нет отлаженного взаимодействия медицинских и педагогических учреждений, неясны юридические и медицинские основания для оформления дополнительной помощи детям с СДВГ и ее финансирования.

- ➤В образовательных учреждениях нет звена, отвечающего за выполнение закона в части обеспечения права на обучение детей с ОВЗ и обеспечивающего инклюзию.
- ➤ Кампания по инклюзии: в школу приходят дети с более тяжелыми и сложными проблемами, хотя она не умеет работать с более легкими случаями, в т. ч. СДВГ.

- ➤ Не существует документов, определяющих, какая помощь в классе необходима детям с СДВГ.
- ➤ Не существуют, неизвестны или недоступны документы, регламентирующие обучение и оценивание работ детей с дислексией, дисграфией и дискалькулией.
- ➤ Новый закон об образовании и соответствующие изменения в статусе экстернатов, отмена выплат за семейное обучение значительно ухудшили положение семей, в которых дети учатся дома.

Ответственность за обучение детей с СДВГ фактически переложена на их семьи

Квалификация учителей в области СДВГ

- Неумение распознавать проблемы поведения и обучения, обусловленные состоянием здоровья
- Нет возможности повысить квалификацию и получить профессиональный совет по работе с учеником с СДВГ.
- Недостаточные представления о методах установления дисциплины в классе
- > Эмоциональная реакция вместо профессиональной
- Применение методов физического и психического насилия
- Высокий уровень конфликтов

Результаты

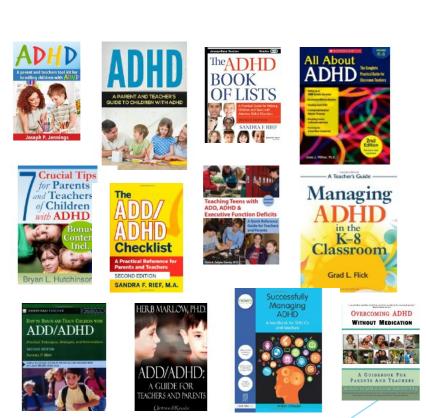
- ▶ Война всех против всех
- Травля
- Коллективные письма родителей с требованием убрать ребенка из класса
- Выдавливание ребенка из школы
- Частая и безуспешная смена школ
- Неуспеваемость и ухудшение психологического состояния ребенка
- Конфликты в семье
- ▶ Нарушение прав ребенка на получение образования

Доступность литературы для педагогов

В России («Ozon.ru»)



2 наименования на 30.09.2015 (из 8 книг об СДВГ) За рубежом («Amazon.com»)



1439 наименований на 30.09.2015 (из 15 993 книг об СДВГ)

Цисана Шамликашвили, Ольга Семенова

Почему ребенку трудно учиться и как ему помочь. Нейропсихологический подход

М., Межрегиональный центр управленческого и политического консультирования, 2010

Воспитание и дисциплина в школе

«Ozon.ru»

Дисциплина в классе - 4 наименования

«Amazon.com»

Classroom management - 33 108 наименований

Discipline in Classroom - 12 389 наименований

Профессиональная переподготовка и повышение квалификации

В перечне «Дополнительное профессиональное образование педагогических работников г. Москвы» на 2015-16 учебный год не заявлено ни одного курса, посвященного работе с детьми с СДВГ

Необходимая помощь: мультимодальная

- Медицинская
- Психологическая
- Педагогическая
- Коррекционная/ Нейропсихологическая
- В ряде случаев социальная

Участники процесса

- Сам ребенок
- Родители
- Учителя
- ▶ Школьный психолог
- ▶ Школьный коррекционный педагог
- При необходимости социальный педагог
- При необходимости тьютор
- При необходимости школьный врач/медсестра
- Контакт с врачом

Помощь ребенку с СДВГ в школе (по опыту зарубежных СДВГ-организаций)

- Разработка индивидуального плана помощи
- Определение долгосрочных и краткосрочных целей и задач
- > Определение методов и ответственных
- > Определение сроков и контрольных точек

Необходимые меры

- Ликвидация юридического вакуума
- Определенность статуса детей с СДВГ
- Программы в педагогических вузах
- Программы повышения квалификации педагогов
- Создание в школах службы поддержки учащихся, обеспечивающей инклюзию
- Районные ресурсные центры
- Просветительская кампания для учителей и родителей
- Тренинги родительской компетентности
- Внедрение системы помощи в школе

Полезные адреса

▶ Сайт «Наши невнимательные гиперактивные дети»

www.adhd-kids-narod.ru

Форум «Наши невнимательные гиперактивные дети»

www.sdvg-deti.com