

# ADHD 儿童规则意识的养成策略

范桃萍

江苏省靖江市特殊教育学校 江苏 靖江 214500

**摘要:** ADHD 儿童注意力不集中、小动作多、行为冲动,不遵守规则,会给学习、人际关系、人格健康成长带来障碍。教师依据 ADHD 儿童的心理和行为特点,运用教育学、心理学等知识进地对 ADHD 儿童进行规则教育,促进他们在心智、品德、学习、技能上面有所收获、有所进步。

**关键词:** ADHD 儿童,规则意识;培养策略

## 一、引言

作为一名教师,不仅要精通自己的学科专业知识,还要有必备的科学文化知识,要加强自身的教育学、普通教育学、教育心理学等方面的理论知识。任课教师尤其班主任要了解关心每一位学生,对于一些“不平常”的孩子,我们要做到早发现早治疗。合理采取各种有效康复治疗措施 ADHD 儿童伴随有注意能力低下、小动作频繁等问题行为,时常会干扰课堂秩序、影响同伴关系,给生活带来麻烦。因此教师需要改善 ADHD 儿童问题行为,促进其认知发展,帮助他们更好地遵守规则。

## 二、改善家庭环境氛围,促进 ADHD 儿童身心良好发展

家庭环境是孩子身心成长发展的重要场所,父母在孩子的人生中扮演着重要的角色。注意缺陷多动障碍对家庭的负面影响主要在于 ADHD 儿童无法满足家长“望子成龙”的期望,无法像正常儿童一样完成学校教师下达的作业要求,遵守学校各项纪律,与老师和同学友好相处,这些问题常常导致家长被学校急召告诫,造成家庭关系紧张,给父母的教育教养带来极大压力,出现各种不良情绪甚至过激行为。研究表明 ADHD 儿童父母的教养压力要远高于普通正常儿童,父母的负面情绪也会导致错误的育儿方式,容易导致 ADHD 儿童产生更多严重的问题。为了避免形成家庭教育的恶性循环,ADHD 儿童家长要学会改善家庭环境,创造适宜家庭成员生活生长的氛围。家长要不断学习,充分了解有关 ADHD 的专业知识,不断改善自己的认知,调整对孩子的看法及自我心态。家长要学会赏识教育,寻找孩子的优势能力,抓住孩子身上的闪光点,不要过度关注 ADHD 儿童存在的问题行为。在面对生活的各种琐事以及教育孩子所遇到的问题时,夫妻之间的相互扶持和相互理解,面对生活压力和困难,能够乐观积极地应对,孩子在这种氛围和养育过程成长,也会感受到家庭温暖,并努力改变自己,从而减轻父母的养育压力。

## 三、调动 ADHD 儿童主观能动性

虽然家庭、学校与社会教育影响着 ADHD 儿童规则意识的形成,但从主客体关系来说,它们皆是规则意识形成的客观影响因素,是 ADHD 儿童规则意识形成的外部原因。外因要通过内因起作用,影响规则意识形成的内部原因就是 ADHD 儿童的主观能动性。要想提高 ADHD 儿童规则意识教育的主观能动性首先要增强 ADHD 儿童的主体地位,传统教育模式一般将 ADHD 儿童视为教育的客体,是教育影响的对象,ADHD 儿童处于接受教育的被动状态,该模式不利于

学生主观能动性的发挥,易造成 ADHD 儿童规则意识的知行脱节现象。现代教育模式尊重 ADHD 儿童的主体地位,将 ADHD 儿童视为学习的主体,学习过程是学生主动建构知识体系的过程。ADHD 儿童意识教育就是要让 ADHD 儿童在规则实践中主动建立规则认知、形成规则情感、磨练规则意志,所以 ADHD 儿童的主体地位一定要在规则意识教育过程中予以高度凸显。其次,在规则的制定过程中要主动吸引 ADHD 儿童参与进来,倡导师生共建规则的班级管理,只有 ADHD 儿童自己参与制定的规则,才更易于得到 ADHD 儿童的价值认同,ADHD 儿童才会从内心深处将规则作为自己的行动准绳,行动上自觉遵守规则。

## 四、针对 ADHD 儿童学生群体,有区别地进行规则意识教育

针对 ADHD 儿童这种特殊群体,教育工作者不能采取“一刀切”的教育模式,在规则意识教育上要综合考虑 ADHD 儿童心理发展差异状况,运用不同的教育内容、教育手段,提高教育措施的针对性和有效性。在教育内容方面,ADHD 儿童比较容易接受在直接的活动参与过程中吸收规则,建立规则意识。在教育手段方面,情感熏陶法、榜样示范法、谈话法等德育方法对 ADHD 儿童太有效,但是他们容易在自己的行为中建立认知,对活动的参与意识比较强,所以要调动其参与规则制定的积极性,在规则行动中增进认知、培养规则情感、磨练规则意志。体验活动激发 ADHD 儿童遵守规则的内在动力体验活动可以让儿童在活动中学习规则,体验执行规则,感悟敬畏规则,激发他们遵守规则的内在动力。

例如:我们组织 ADHD 儿童去我市小公民体验馆——“DU 都城”体验自己心仪的职业,引导他们学习行业规范,感受遵守规则的意义。在活动中,张磊小朋友体验交警职业,在指挥交通过程中,遇到不遵守交通规则的人他急得直跺脚。他感慨地说:“不遵守规则不好。”在“DU 都城”体验馆的活动中,每一个儿童既是规则管理者,又是规则执行者,在管理与执行的过程中,体验成人社会活动,使遵守规则成为儿童的内在需要。

## 五、用奖、罚强化 ADHD 儿童规则意识

从知道规则到遵守规则是知行合一的过程。在调查中我们发现,ADHD 儿童存在知行不一的现象。在活动中奖励遵守规则的儿童,可以鼓励儿童遵守规则,也为其他儿童树立榜样,指明努力的方向;在活动中惩戒违反规则的儿童,可以告诫不遵守规则的儿童,对其他儿童起到警示作用。我们在研究中开展了漫学园小莲娃银行活动,设计校内通用的莲



娃币。对照《小学生行为规范》《小学生一日常规》《班级公约》，遵守规则的儿童可获莲娃币，学校少先队大队部每月将儿童在漫学园云平台（以下简称“云平台”）上获得的莲娃币下发给儿童，并且在周五进行莲娃币兑换活动。奖品可以在学校一年一度举办的“童漫节”和“童书节”上拍卖。兑换的奖品丰富多彩，可满足儿童的不同需求。校长亲手制作的彩色棉花糖最吸引儿童，每周只有10人能获得棉花糖。为了获得彩色棉花糖，班级的张威同学认真阅读《小学生行为规范》《小学生一日常规》《班级公约》，把每条规则要求记在心里，实施在行动上。当他通过1个月的努力如愿获得彩色棉花糖时，他说“遵守规则并不难”。云平台是一个开放的平台，每个儿童获得多少莲娃币是公开的，采取这样的方式，一方面可以鼓励遵守规则的儿童，另一方面也可以鞭策规则意识不强的儿童。

## 六、提高教师对儿童开展规则教育的意识

所谓没有规矩不成方圆，学校生活秩序也需要学生共同遵守，才能提高活动效果，所以，要注重在儿童日常生活中渗透规则意识教育，培养儿童的规则意识。学校是以学生发展为目的，促使学生主体地位得到保障，积极促进儿童身心健康、和谐发展进行规则教育的前提。在这过程中，教师要建立科学的教育观、儿童观，用正确的教育理念指导儿童的教育教学工作，教师应该具备丰富的教育理论和专业的知识素养，教育者的教育观念会直接影响他们的教育方法和教育实践，树立科学合理的教育观念是教师进行良好规则教育实施的首要因素，教师反思教育实践的行为也起着不可替代的作用。教师是学生规则习惯养成与建立良好规则意识的指引者与参与者，教师要尊重学生主体地位，遵循学生的身心发展水平，给予学生足够的自由，松弛有度。当教师在处理违纪、违规学生的问题时，要针对不同学生采取不同的方法，热爱学生，关心学生，随时随地积极了解学生的信息，以便及时对学生引导，让学生在日常生活中积极体验规则，只有当学生自身真正体验过，才能正确理解规则，认识规则，遵守规则。

## 七、结合班级实情，创新班规制定

由于学校的班规制定方面存在主体单一，缺乏民主性，内容形式泛量化等问题，为改进学校班规制定，促进ADHD儿童更好的遵守规则，还需要遵循民主协商原则，充分发挥儿童的主体性作用，结合班级实际情况，突破固化的量化思维模式，创新班规制定。将以生为本的管理理念贯穿班级规则各环节，生本思想首先体现在班规制定原则上。首先，坚持民主性是尊重儿童、体现班规制定人性化的前提。教育不是对抗，班规不是强制，发动儿童进行民主讨论，让儿童成为班规制定主体，有利于提升其对班规的认知度和认同度，班规执行阻力就会变小。当然，实际操作过程中，班主任要实施把控、监督和引导，避免走向极端的盲目民主化。其次，学校班规制定应以鼓励性为主。从收集的规则文本看，“不许”“不准”“必须”“扣分”等字眼充斥其中，班级规则内容和语言以惩罚性为主，这种带有禁止性的负向语言让人感觉班规冷冰冰的，会给儿童造成一定的心理负担。在生本思想指导下，班规用积极正向的语言，传达出良好的期待和温暖的气氛，儿童更容易接受和遵守。

## 八、结语

ADHD儿童虽智力功能正常，但因其大脑神经结构及认知过程存在缺陷，直接或间接地造成其学业不良，干扰课堂秩序、影响同伴关系，给ADHD儿童及其家庭的生活带来极大困扰，也给教师的教育教学提出挑战。教育工作者应该当给与ADHD儿童更多的关心和帮助，帮助他们更好的成长

## 参考文献：

- [1] 刘素芹, 陈洁洁. 以生为本理念下班级精细化管理的厘定与重构 [J]. 教学与管理, 2020 (09): 59-61.
- [2] 苏渊. 注意缺陷多动障碍儿童的行为特征 [J]. 中国实用儿科杂志, 2014 (09): 566-567.
- [3] 文萍, 陈昱翀. 注意缺陷多动障碍4岁幼儿的抑制控制与工作记忆 [J]. 中国特殊教育, 2018 (09): 55-59.

