

Упражнения «Цветные капельки», в коррекционной работе с детьми с синдромом дефицита внимания и гиперактивностью (СДВГ)

Е.М. Шпилькова, педагог-психолог Краевого государственного бюджетного учреждения социального обслуживания «Центр социальной помощи семье и детям «Канский»

За помощью к специалистам КГБУ СО Центр семьи «Канский» обращаются родители несовершеннолетних детей с синдромом дефицита внимания и гиперактивностью (СДВГ), который характеризуется повышенной активностью, возбудимостью, неугомонностью, двигательной расторможенностью, импульсивностью, расстройством внимания.

По данным российского психологического центра изучения и коррекции поведенческих реакций почти 20% детей в России страдают СДВГ. И это только зафиксированные показатели. Ведь далеко не все родители обращаются за помощью к специалистам. И подсчитать, сколько всего гиперактивных детей по всей России в неблагополучных и многодетных семьях пока не представляется возможным.

У несовершеннолетних с СДВГ наблюдается нарушения в эмоционально-волевой, поведенческой, познавательной и межличностных сферах. Отношения со сверстниками и взрослыми у данных детей складываются не просто. Очень часто их не понимают и не принимают. Они же в свою очередь докучают своим поведением другим людям, и чаще всего с ними просто никто не хочет иметь дело. Ребенок с СДВГ всегда будет отличаться своими особенностями, даже когда станет взрослым. Тем не менее, у него есть хорошие шансы наладить отношения с другими людьми. Прежде всего, ребенок или подросток должен научиться, насколько это возможно, контролировать себя и начать осознавать, что он делает не так.

СДВГ – это настоящая проблема подрастающего поколения. *Это заболевание мешает социальной адаптации.* Несовершеннолетние с таким диагнозом более подвержены негативному влиянию извне: у них велик риск развития пристрастия к алкоголю, наркотикам, асоциальному поведению, суициду.

В 2018 году при проведении психологической коррекции с несовершеннолетними, имеющими СДВГ, я стала использовать опыт Аллы Фазлетдиновой педагога-психолога, Центра психолого-педагогической реабилитации и коррекции «Саторис», г. Уфа, Республика Башкортостан. Опыт работы этого специалиста опубликован в журнале «Школьный психолог», январь 2012г. Цикл занятий называется «Цветные капельки» и состоит из 17 упражнений.

Данные занятия рекомендуются проводить с детьми дошкольного возраста и младшего школьного возраста с СДВГ, импульсивными,

возбудимыми, с низким уровнем произвольного поведения, познавательных процессов, низким уровнем готовности к обучению, а также некоторые упражнения из капелек можно проводить и с подростками. С подростками можно выполнять различные рисунки из капелек.

Цель упражнений: коррекция эмоционально-волевой, поведенческой сферы несовершеннолетнего.

Задачи: развитие произвольности поведения, саморегуляции; развитие внимания, памяти, воображения; развитие мелкой моторики рук; формирование ориентации в пространстве; стабилизация психоэмоционального состояния.

Для проведения упражнений необходимы следующие материалы:

- вода;
- краски или гуашь, разбавленные водой;
- пипетка (несколько штук, для каждого цвета отдельная пипетка);
- тряпочка или губка;
- лист бумаги, салфетки;
- оргстекло (или другая ровная поверхность для работы).

Выполнения упражнений заключается в том, чтобы капать капельки на поверхность (бумагу, салфетку, стол, какую-нибудь другую поверхность).

Специалист берет пипетку себе и еще одну дает ребенку, показывает, как получается капелька, клякса и просит ребенка сделать капельку, кляксу, а потом аккуратную капельку, сделать 10 (20, 30...) капелек и попросить показать из них самую неаккуратную, неровную, самую ровную, аккуратную, задает вопросы: «А как у тебя получилось сделать такую красивую капельку? Что нужно сделать, чтобы получилось так аккуратно? Что тебе мешало аккуратно выполнить капельки? И т.д.». Необходимо подвести несовершеннолетнего к выводу, что нужно стараться и быть сосредоточенным и тогда получатся ровные, аккуратные капельки.

Можно предложить несовершеннолетнему сделать рисунок из капелек на ровной или наклонной поверхности, или на мокром листе бумаги, салфетки.

Наша практика работы показала, что выполнение рисунков из капелек интересно не только младшим школьникам, но и подросткам.

Как любая техника рисования, упражнения с капельками помогают снять психоэмоциональное напряжение, агрессивность, тревожность, выразить эмоции, внутренние конфликты и осознать их, увидеть новые способы поведения, учит самоконтролю.

Для диагностики и коррекции детско-родительских отношений можно предложить дошкольнику и младшему школьнику сделать семейку капелек и рассказать про данную семью.

Упражнения из капелек разнообразны. В своей работе мы используем не только упражнения, которые описала в своем опыте А. Фазлетдинова, но и

выполняем совместный рисунок (ребенок- родитель, ребенок- педагог- психолог, ребенок- ребенок), который направлен на коррекцию коммуникативной сферы, детско- родительских отношений.

Методика «Цветные капельки» эффективна, успешна, легка в выполнении, не требует много затрат, ее можно использовать не только в индивидуальной работе, но и в групповой. Групповая работа может быть направлена на коррекцию эмоционально- волевой, поведенческой сфер и на преодоление проблем в общении со сверстниками.

В 2018 г. по данной методике проводилась работа с 9 младшими школьниками с СДВГ в индивидуальной форме.

Результаты первичной диагностики (анкетирование родителей, диагностики детей по методикам: Тест Тулуз- Пьерона, М.А. Панфилова Графическая методика «Кактус», детский тест тревожности Р. Тэмпл, М. Дорки, В. Амен):

100 % (9 родителей) указало, что ребенок с трудом удерживает внимание при выполнении заданий или в игровых ситуациях, часто переключается от одного незаконченного дела к другому, не слышит, что ему говорят.

77,7% (7 несовершеннолетних) - слабая точность выполнения задания по Тест Тулуз- Пьерона, 22,3%(2)- патология;

55,5% (5 несовершеннолетних) - повышенный уровень агрессивности;

66,6% (6 несовершеннолетних) - высокий уровень тревожности.

После проведения курса занятий по методике «Цветные капельки» у несовершеннолетних наблюдается положительная динамика снизился уровень агрессивности, тревожности, возросла устойчивость внимания, работоспособность:

44,4% (4 несовершеннолетних) средняя или возрастная точность выполнения задания, при первичной диагностики -0 человек показало средний уровень;

55,6% (5 несовершеннолетних) имеют слабую точность выполнения задания;

0% - патологии.

22,2% (2)- повышенный уровень агрессивности;

33,3% (3)- повышенный уровень тревожности.

Об эффективности работы по «Цветным капелькам», можно судить по отзывам родителей, с детьми которых проводилось работа. 77,7% родителей отметили, что дети стали более успешные в школе, увеличился контроль над эмоциями, стали более внимательными.

Я считаю, что методика «Цветные капельки» универсальна, ее можно использовать не только при работе с детьми с СДВГ, но и с другими несовершеннолетними, имеющими различные нарушения в эмоционально- волевой и поведенческих сферах.

