Енгибарян Людмила Сергеевна
канд. психол. наук, канд., доцент
Булыгина Юлия Александровна
студентка
ФГБОУ ВО «Армавирский государственный
педагогический университет»
г. Армавир, Краснодарский край

ФОРМИРОВАНИЕ ВОЛЕВОЙ РЕГУЛЯЦИИ ПОВЕДЕНИЯ У ДЕТЕЙ С СИНДРОМОМ ДЕФИЦИТА ВНИМАНИЯ И ГИПЕРАКТИВНОСТИ В ИГРОВОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Аннотация: *в статье рассматривается игровая деятельность как одно из средств развития волевой регуляции поведения у детей с синдромом дефицита внимания и гиперактивности (СДВГ). Трудности, связанные с ожиданием, соблюдением правил и контролем импульсивных действий, нередко осложняют участие таких детей в занятиях и общение со сверстниками. На основе анализа психолого-педагогической литературы рассматриваются возможности игр с правилами и сюжетно-ролевых игр в работе с детьми с СДВГ. Отдельное внимание уделено условиям организации игры: понятности инструкции, использованию наглядных опор, постепенному усложнению заданий и характеру поддержки со стороны взрослого.*

Ключевые слова: *синдром дефицита внимания и гиперактивности, СДВГ, волевая регуляция, произвольное поведение, игровая деятельность, самоконтроль, дошкольный возраст.*

Способность управлять собственным поведением складывается у ребёнка не сразу, а постепенно, в процессе общения со взрослыми и участия в совместной деятельности. Дошкольник учится следовать инструкции, ждать своей очереди, доводить начатое до конца и учитывать действия других людей. Для ребёнка с синдромом дефицита внимания и гиперактивности эти, казалось бы, обычные задачи часто оказываются сложными: он может стремиться участво-

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

вать в занятии, но отвлекаться на посторонние стимулы, начинать действовать раньше сигнала или с трудом возвращаться к прерванному заданию.

Проявления СДВГ у разных детей неодинаковы. У одних на первый план выходит двигательная активность и поспешность действий, у других – невнимательность и трудности организации деятельности [7; 8]. Поэтому поведение ребёнка не стоит оценивать лишь как нежелание выполнять требования взрослого. Педагогу важно понять, на каком этапе возникает затруднение: при восприятии инструкции, ожидании, переключении внимания или при сдерживании уже начатого действия.

В настоящей работе под волевой регуляцией понимается способность ребёнка удерживать цель деятельности, соотносить свои действия с правилом и изменять поведение, когда этого требует ситуация. Объяснить правило необходимо, но одного объяснения недостаточно: ребёнку нужен опыт применения правила в деятельности и помощь там, где самостоятельно справиться пока не удаётся.

Такую возможность во многом даёт игра. Она интересна ребёнку сама по себе, но при этом требует согласовывать свои действия с партнёрами, соблюдать очерёдность и учитывать условия игрового задания.

В повседневной жизни дошкольника волевая регуляция проявляется в конкретных действиях: ребёнок дослушивает задание, прежде чем приступить к нему; останавливается по сигналу; не забирает игрушку, пока с ней играет другой; пробует выполнить задание ещё раз после неудачи. Во всех этих случаях требуется не только знание правила, но и умение руководствоваться им в нужный момент.

Произвольное поведение формируется при участии взрослого. Поначалу именно взрослый обозначает последовательность действий, напоминает об условиях задания и помогает ребёнку заметить ошибку. Постепенно эти способы ребёнок начинает использовать самостоятельно. Такой переход от внешней организации поведения к внутреннему контролю подробно описан в рабо-

Содержимое доступно по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

тах Л. С. Выготского, который связывал развитие произвольности с овладением средствами регуляции поведения во взаимодействии со взрослым [1; 2].

Для работы с детьми с СДВГ это положение имеет практическое значение. Общее требование «будь внимательнее» редко помогает, поскольку не показывает ребёнку, как именно действовать. Более понятны внешние опоры: короткая инструкция, карточка с правилом, условный жест или сигнал, напоминающий о нужном действии. Именно такие опоры, по данным исследований исполнительных функций, поддерживают у детей с СДВГ возможность удерживать правило и вовремя переключаться [8].

Значение игры для развития произвольного поведения раскрыто в работах Д. Б. Эльконина. Принимая роль, ребёнок принимает и связанные с ней правила: его действия определяются уже не только непосредственным желанием, но и логикой роли и ходом игры [3]. Например, играя в «Больницу», ребёнок должен дождаться «пациента», выслушать его и выполнить действия в определённом порядке. Удерживать роль означает удерживать и соответствующий ей способ поведения.

В рамках данной статьи волевую регуляцию удобно рассматривать через несколько взаимосвязанных умений: помнить цель игры, следовать последовательности действий, замечать сигнал, сдерживать преждевременную реакцию, соблюдать правило и оценивать результат. Эти умения развиваются неравномерно. Ребёнок может правильно назвать правило, но нарушить его в ходе игры – именно поэтому знание правила и его выполнение в деятельности следует рассматривать отдельно.

Рассмотрим особенности поведения детей с СДВГ в игровой ситуации.

Совместная игра позволяет увидеть, какие именно действия вызывают у ребёнка затруднения. Один участник начинает бежать до условного сигнала, другой пропускает часть инструкции, третий не может дождаться своего хода. Если в такой ситуации просто повторять замечание «играй по правилам», причина затруднения остаётся неясной.

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

Трудности саморегуляции проявляются и в общении со сверстниками. Чтобы договориться о ролях, дождаться ответа или спокойно принять проигрыш, ребёнку приходится учитывать чужую точку зрения и справляться с собственной эмоциональной реакцией [6]. При недостаточно сформированных навыках самоконтроля даже интересная игра может закончиться спором или отказом от участия.

При этом единый подход ко всем детям с СДВГ вряд ли будет достаточно полезным. Игру следует подбирать с учётом возраста, особенностей внимания, понимания речи и опыта общения ребёнка [9]. Если ребёнку трудно ждать, можно начать с игры, в которой ход переходит быстро. Если сложно реагировать на сигнал остановки, стоит увеличить паузу между сигналом и следующим действием. Посильное усложнение даёт ребёнку возможность освоить правило и не сталкиваться постоянно с неудачей.

Немалое значение имеет и реакция взрослого. Когда правило нарушено, полезнее указать на конкретное действие – «ты начал до сигнала» – и показать, как поступить в следующий раз. Не менее важно замечать удачные попытки: ребёнок дождался очереди, остановился вовремя или вернулся к игре после ошибки. Такая обратная связь помогает ему увидеть, какое именно действие у него получилось, и сохраняет желание продолжать [5].

Преимущество игры состоит в том, что правило в ней связано с понятной ребёнку целью. Ребёнок ждёт своей очереди, чтобы каждый участник успел сделать ход; останавливается по сигналу, чтобы игра продолжилась; придерживается роли, чтобы общий сюжет не распался. Благодаря этому самоконтроль становится не отвлечённым требованием взрослого, а частью самой деятельности.

Для тренировки отдельных действий подходят игры с правилами: «Замри», «Море волнуется», «Съедобное – несъедобное», «Красный, жёлтый, зелёный». Каждая из них требует следить за условием и при необходимости менять способ действия. Взрослому важно заранее определить, какое умение он хочет поддер-

Содержимое доступно по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

жать: ожидание, остановку движения, переключение внимания или соблюдение очерёдности.

Рассмотрим игру «Красный, жёлтый, зелёный». На зелёный сигнал дети двигаются, на жёлтый замедляются, на красный останавливаются. Сначала сигналы можно предъявлять в привычном порядке и оставлять детям время на реакцию. Когда правило освоено, порядок сигналов меняют. Тогда ребёнку приходится ориентироваться на текущий сигнал, а не повторять запомнившуюся последовательность. Если он ошибается, игру не обязательно надолго останавливать: достаточно ещё раз показать сигнал и предложить повторить действие.

Сюжетно-ролевые игры решают иную задачу. В «Магазине», «Почте» или «Больнице» ребёнок не только соблюдает правило, но и взаимодействует с партнёром: слушает реплику, отвечает, ждёт ответа, действует в рамках роли. Однако длинный сюжет с большим числом участников может оказаться чрезмерной нагрузкой. На начальном этапе взрослый может предложить две-три роли и короткую последовательность событий, а затем постепенно расширять игру.

При организации игровых занятий целесообразно придерживаться следующих условий.

1. Правила формулируются кратко. На начальном этапе достаточно одного основного правила; дополнительные условия вводятся после того, как ребёнок с ним освоился.

2. Словесная инструкция подкрепляется наглядным сигналом. Цветная карточка, жест или предмет-маркер помогают ребёнку соотнести требование с текущим действием.

3. Сложность и продолжительность игры увеличиваются постепенно. Слишком длительное ожидание или большое количество правил мешают ребёнку удерживать игровую задачу.

4. Подвижные задания чередуются с более спокойными. Это позволяет менять характер нагрузки, не исключая двигательную активность из занятия.

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

5. Обратная связь касается конкретного действия. Вместо общей оценки «молодец» взрослый отмечает: «Ты дождался сигнала», «Ты передал ход другому игроку».

Таким образом, возможности игры определяются не только интересом ребёнка к ней, но и тем, насколько точно взрослый выделяет навык, который требуется освоить, и подбирает посильные условия для его тренировки. Игровые упражнения не заменяют индивидуальной оценки потребностей ребёнка, однако могут стать частью последовательной психолого-педагогической работы [4].

Таким образом, развитие волевой регуляции у детей с СДВГ предполагает освоение конкретных умений: удерживать инструкцию, ожидать, останавливать действие по сигналу, соблюдать правила и оценивать результат. Трудности в выполнении этих действий могут проявляться как на занятиях, так и в общении со сверстниками.

Игры с правилами и сюжетно-ролевые игры дают возможность включать задачи самоконтроля в деятельность, понятную и значимую для ребёнка. При этом результат зависит от того, насколько правила соответствуют его возможностям, предусмотрена ли помощь взрослого и происходит ли постепенное усложнение игровых задач.

Отдельного внимания заслуживает перенос освоенных в игре способов поведения в повседневные ситуации. Для этого важно согласовывать действия педагогов и родителей, использовать знакомые ребёнку сигналы не только во время занятия и отмечать случаи, когда он самостоятельно применил освоенный способ самоконтроля.

Список литературы

1. Выготский, Л. С. Игра и её роль в психическом развитии ребёнка / Л. С. Выготский // Вопросы психологии. – 1966. – № 6. – С. 62–76.

2. Выготский, Л. С. Собрание сочинений : в 6 т. Т. 4 : Детская психология / Л. С. Выготский ; под ред. Д. Б. Эльконина. – Москва : Педагогика, 1984. – 432 с.

Содержимое доступно по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

3. Эльконин, Д. Б. Психология игры / Д. Б. Эльконин. – Москва : Педагогика, 1978. – 304 с.

4. Смирнова, Е. О. Детская психология : учебник для вузов / Е. О. Смирнова. – Санкт-Петербург : Питер, 2009. – 304 с.

5. Божович, Л. И. Личность и её формирование в детском возрасте / Л. И. Божович. – Санкт-Петербург : Питер, 2008. – 400 с.

6. Осипова, О. В. Синдром дефицита внимания и гиперактивности у детей: проблемы диагностики и коррекции / О. В. Осипова // Специальное образование. – 2018. – № 2. – С. 85–96.

7. Чутко, Л. С. Синдром дефицита внимания с гиперактивностью у детей : учебное пособие / Л. С. Чутко, И. С. Никишена. – Санкт-Петербург : ЭЛБИ-СПб, 2016. – 208 с.

8. Сиротюк, А. Л. Синдром дефицита внимания и гиперактивности: диагностика, коррекция и практические рекомендации родителям и педагогам / А. Л. Сиротюк. – Москва : ТЦ Сфера, 2008. – 128 с.

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)