# Работа психолога с детьми, имеющими СДВГ.

***Федюкова Валентина Витальевна***

*Педагог-психолог Г(О)БУ Центр «СемьЯ» г. Липецк*

[fedukovavav@mail.ru](mailto:fedukovavav@mail.ru)

Все чаще поводом обращения родителей детей младшего и среднего школьного возраста (7-12 лет) становится синдром дефицита внимания и двигательной активности (далее - СДВГ) у последних. У кого-то из детей это будет уже поставленный врачом неврологом или детским психиатром диагноз, либо это будут жалобы родителей на поведение и трудности в воспитании и обучении ребенка. Почему же обращаются в основном родители школьников? Этому есть простое объяснение: обучение, как новый вид деятельности для ребенка, требует усидчивости, внимательности, способности справляться со школьными нагрузками, то есть всего того с чем у детей, имеющих СДВГ возникают значительные трудности. Со временем ментальная нагрузка начинает накапливаться, что выражается в ухудшении поведения, низкой успеваемости, психосоматических проблемах детей с СДВГ. И если раньше, до поступления в школу, у ребенка не было учебных задач, которые надо было решать, то теперь проблема встает особенно остро.

Как выглядят типичные запросы родителей детей с СДВГ:

* + - Плохо учится, не делает уроки;
    - Не может усидеть на месте, встает из-за парты во время урока, отвлекается в классе,
    - На него жалуются учителя;
    - Не слушает (и не слышит) то, что говорят другие, перебивает и вклинивается в разговоры;
    - «Витает в облаках», перескакивает с темы на тему;
    - Создает беспорядок вокруг себя;
    - Импульсивен, не может долго сидеть на месте, быстро бросает начатое;
    - Имеет проблемы с выполнением правил гигиены;
    - Ему трудно придерживаться распорядка дня, поэтому ребенок часто опаздывает, не может вовремя собраться, забывчив;
    - Проблемы со сном и аппетитом: его не возможно уложить спать во время и разбудить утром, а также, часто не возможно заставить регулярно принимать пищу, такой ребенок быстро утомляется и испытывает слабость;
    - Имеет проблемы в поведении: агрессивен, грубит, оговаривается, выдает сильно окрашенную эмоциональную реакцию на замечания.

Стоит отметить, что работа педагога-психолога в коррекции СДВГ является больше поддерживающей, так как СДВГ – это синдром нарушения развития, причинами которого выступают преимущественно биологические и генетические факторы. Так что обращение к медицинским специалистам, и следование их рекомендациям первостепенно. Педагог-психолог, путем проведения коррекционных занятий может помочь развитию когнитивных функций у таких детей, навыков коммуникации и социальной адаптации, саморегуляции, и коррекции детско-родительских отношений.

Немаловажную роль играет работа с родителями детей, имеющих СДВГ, так как они имеют повышенный риск эмоционального выгорания, а также должны быть научены навыкам правильного реагирования на поведения ребенка с целью закрепления положительных и гашению нежелательных его сторон. В этом плане хорошо помогает прикладной анализ поведения, так как многие дети с СДВГ склонны к манипулированию.

Навыки внимания, такие как концентрация, переключаемость, распределение, необходимо развивать. Как и мышцы тела, мозг тоже можно тренировать.

Для этого хорошо подойдут упражнения нейрогимнастики:рисование обеими руками, нейротренажеры, игры с сортировкой предметов, например, картинки, где необходимо искать общее и различное.

Необходимое направление работы психолога с детьми, имеющими СДВГ – развитие у них эмоционального интеллекта для эффективного взаимодействия с социумом. В этом помогут специальные карточки, фотографиями, портретные МАК.

Навыки саморегуляции и снятия напряжения развиваются путем песочной, глино-, свето-, музыко-терапии. Для этого подходят специально-оборудованные сенсорные комнаты.

Вариантов работы с песочницей несколько:

* Рисование обеими руками для развития межполушарного взаимодействия;
* Проигрывание ситуаций с фигурками для диагностики и коррекции детско-родительских отношений, трудностей социального взаимодействия;
* Арт-терапевтические техники рисования на песке одновременно со светотерапией, если песочница имеет функцию подсветки.

Каждое занятие желательно заканчивать спокойными техниками: дыхательными, расслаблением на коврике, спокойной музыкой, свето-терапией.

Для снижения сенсорной нагрузки, можно предложить ребенку использовать небольшие тактильные игрушки-антистресс. Он может крутить их в руках для снятия эмоционального напряжения, чтобы не ломать карандаши или не разрисовывать пальцы.

**Список использованной литературы:**

1. Заваденко Н. Н. Гиперактивность и дефицит внимания в детском возрасте : учебное пособие для вузов / Н. Н. Заваденко. – 2-е изд., перераб. и доп. –Москва: Издательство Юрайт, 2022. – 274 с.;

2. Психолого-педагогическое сопровождение гиперактивных дошкольников : учебное пособие / под редакцией О. В. Токарь и др. – 3-е изд., стер. – Москва: ФЛИНТА, 2019. – 148 с.;

3. Словарь психологических понятий для современных родителей / Е. Ю. Коржова и др.; под общей редакцией Е. Н. Волковой ; Российский государственный педагогический университет им. А. И. Герцена. – Санкт-Петербург, 2020. – 242 с.;

4. Фесенко Ю. А. Коррекционная психология: синдром дефицита внимания и гиперактивности у детей : учебное пособие для вузов / Ю. А. Фесенко, Е. В. Фесенко. – 2-е изд., испр. и доп. – Москва : Издательство Юрайт, 2022.– 250 с.;

5. https://nakedheart.online/podcasts/sdvg-prichiny-diagnostika-metody-pomoschi (дата обращения: 11.12.2024);

6. https://you-med.ru/stati/pomoshh-detyam/sindrom-deficzita-vnimaniya-ili-tugouxost-u-detej-ix-trudno-otlichit (дата обращения: 11.12.2024).