



МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЕННОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ

Волосовский центр  
психолого-педагогической,  
медицинской и социальной помощи

12 октября 2023

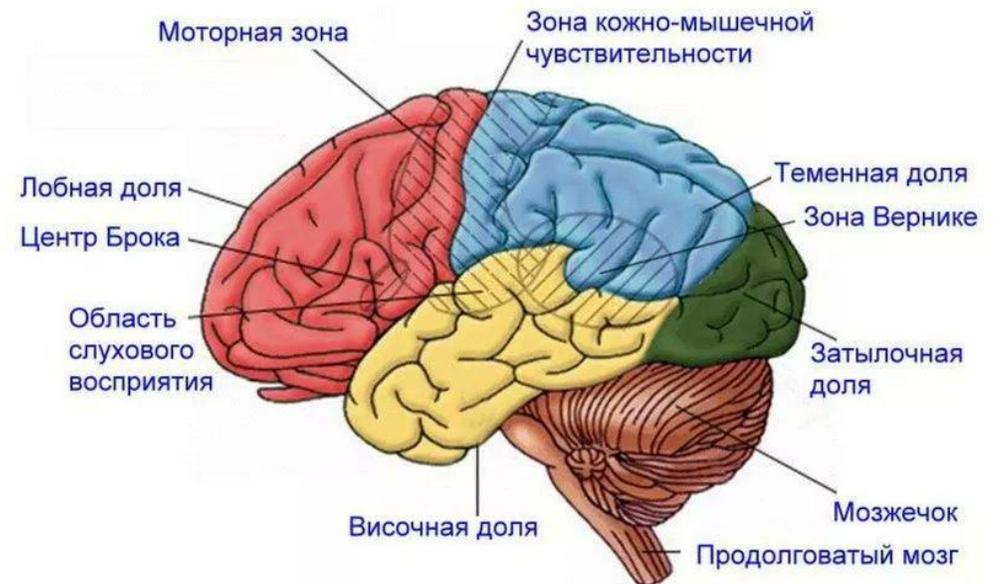
# "Трудности регуляции и контроля у школьника и методы ее преодоления"

Психолог  
Лустенкова Татьяна Алексеевна

# Нейропсихологические особенности созревания мозга ребенка

- Лобные доли — дирижёр нашего «оркестра» — мозга. Они организуют его работу. Благодаря им ребенок сам садится за уроки, доделывает дела до конца, идет в школу, сам проверяет, что написал, ставит цели, намечает какие-то планы и реализует их.
- Предполагается, что лобные доли созревают примерно к 12 годам. В этом возрасте ребенок вполне может отвечать за свои поступки, действия, планирование.
- У многих детей эта структура созревает с опозданием. Они менее ответственны, им сложно садиться за домашнюю работу, у них недостаток мотивации, поверхностные интересы.

## Доли головного мозга



## Признаки наличия трудностей регуляции и контроля



- 1) Поверхностные интересы.** Очень быстро остывает к любым увлечениям, бросает задуманное, ему уже это скучно и не надо.
- 2) Пресыщаемость.** Ребенку все быстро надоедает. Не может сесть и длительно сконцентрироваться на задании, ему необходима смена деятельности каждые 10-15 минут.
- 3) Импульсивность, легкая отвлекаемость.** Действует по первому побуждению, отвечает на вопрос, не выслушав до конца, что ведет к ошибкам. Не может вовремя остановиться, не доводит начатое действие до конца. Эта черта ярко выражена в выполнении школьных заданий и повседневных дел. Если его критикуют, может обидеться, проявить яркую эмоциональную реакцию на замечания.
- 4) Трудности вхождения в задание.** Урок уже начался, а ребёнок все мысленно на перемене и не может включиться в урок и пропускает часть задания или нового материала.

## Признаки наличия трудностей регуляции и контроля

**5) Трудности ориентировки в условиях задачи или требования.** Ребенок забывает условия задачи, либо не дослушивает до конца требование и не делает то, что было нужно, либо добавляет свои лишние инструкции и получает совсем другой результат.

**6) Трудности в переключении с одного задания на другое.** При решении примеров: если ребенок вначале выполнял сложение, а если потом необходимо сделать вычитание, то ребенок продолжает складывать, т.к. не может переключиться с одного действия на другое.

**7) Трудности построения программы, ее упрощение.** Часто ребенок не может построить программу действий, спланировать свою деятельность, поэтому любую задачу старается сделать как можно проще, не прикладывая лишних усилий. Часто не старается при выполнении различных действий.



## Признаки наличия трудностей регуляции и контроля

**8) Трудности контроля за выполнением задания.** Не замечает своих ошибок (даже самых глупых), не хочет вообще проверять сделанную работу, т. к. не видит в этом смысла (я все равно не найду никаких ошибок).

**9) Избегание ответственности.**

Виноват всегда кто-то другой, а я ни при чем. Невозможно заставить его взять ответственность за свои действия.



## Базовые потребности детей с трудностями регуляции и контроля



Таким детям, которые имеют трудности регуляции и контроля, нужна постоянная **организующая, эмоционально-положительная помощь педагога и родителя**, т.к. самоорганизация — их самое уязвимое место. **Слабый контроль** за своей деятельностью и **невысокая мотивация** приводят к неудачам в учебе и нарушениям поведения (дети могут становиться капризными, апатичными, агрессивными, могут устраивать истерики и др.). Давление на ребенка в школе и дома еще более снижает учебную мотивацию и ведет к еще большему отставанию в учебе и к закреплению нарушений поведения. Дети могут использовать ложную компенсацию — брать на себя роль шута, «показушничать», а позже это приводит к асоциальной позиции.

# О чем всегда необходимо помнить, если Ваш ребенок имеет трудности регуляции и контроля своей деятельности:

- Составляйте короткий пошаговый план работы и делайте к каждому небольшому шагу визуальные подсказки.
- Любое длинное задание или трудную работу легче выполнить, если оно разбито на части и на каждом этапе есть небольшая инструкция-подсказка. Например, если в задании необходимо прочитать текст, списать, вставить пропущенные буквы и подчеркнуть прилагательные, то ребенок не удержит в памяти такую сложную инструкцию. Он просто спишет текст, забыв про все остальное.
- Поэтому составляем последовательный алгоритм выполнения задания, прописываем в нем промежуточные результаты. На первом этапе выполняем все действия вместе с ребенком, контролируя его деятельность и помогая добиться ему положительных результатов. Потом постепенно передаем функцию контроля самому ребенку, оставляя у него перед глазами последовательный план действий.

### КОМПОНЕНТЫ ДЕЙСТВИЙ

$4 + 2 = 6$   
слагаемое слагаемое сумма

$7 - 3 = 4$   
уменьшаемое вычитаемое разность

$3 \cdot 2 = 6$   
множитель множитель произведение

$8 : 4 = 2$   
делимое делитель частное

### МАТЕМАТИЧЕСКИЕ ДЕЙСТВИЯ ПРИ РЕШЕНИИ ЗАДАЧ

В УСЛОВИИ ТРЕБУЕТСЯ УЗНАТЬ...? → ДЕЙСТВИЕ

НА БОЛЬШЕ..... → +  
НА МЕНЬШЕ..... → -

В... РАЗ БОЛЬШЕ..... → X  
В... РАЗ МЕНЬШЕ..... → :

НА СКОЛЬКО БОЛЬШЕ..... ↑ -  
НА СКОЛЬКО МЕНЬШЕ..... ↓ -

ВО СКОЛЬКО БОЛЬШЕ..... ↑ :  
ВО СКОЛЬКО МЕНЬШЕ..... ↓ :

СКОЛЬКО ВСЕГО } +

1 2 3 4 5 6 7 8 9 0

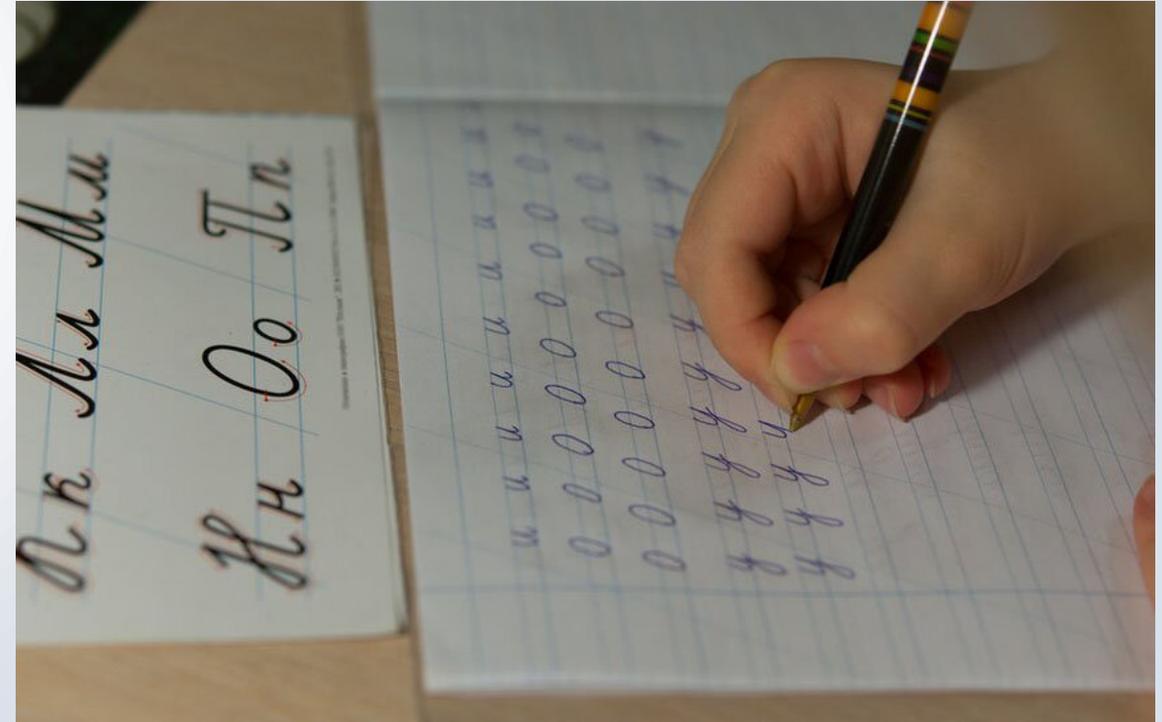
## О чем всегда необходимо помнить, если Ваш ребенок имеет трудности регуляции и контроля своей деятельности:



- Любая инструкция для ребенка должна состоять из коротких предложений: «прочитай», «выдели глаголы», «проверь». Так ему легче будет сосредоточиться на важных вещах.
- Дозируйте нагрузку. Помните: ребенку для успешной и продуктивной деятельности необходимы небольшие перерывы. Поэтому по истечении 15-25 минут необходимо сделать короткую паузу. Можно сделать вместе с ребенком дыхательную гимнастику, поиграть в пальчиковые игры или просто немного походить по комнате.

## О чем всегда необходимо помнить, если Ваш ребенок имеет трудности регуляции и контроля своей деятельности:

- Необходимо правильно организовать рабочее место ребенка, чтобы его ничего не отвлекало. На столе не должно быть игрушек, в которые можно поиграть во время выполнения домашнего задания, или листочков, где можно порисовать и т.д. На столе должен лежать лишь тот объект (учебник, тетрадь), на который в данный момент направлено внимание ребенка.
- Хвалите ребенка. Обязательно необходимо отмечать даже малейшие успехи, которые совершил ребенок. «Молодец! Ты сегодня сам нашел три своих ошибки! Это здорово». Скажите ребенку о том, что невозможно научиться ничему новому не ошибаясь.



сообщество ВКонтакте

МКУ "Волосовский  
ППМС-центр"



Поможем детям вместе!

т. 23-301

e-mail: volosovopmps@yandex.ru

# Благодарю за внимание!

Отвечу на вопросы:  
e-mail: lu1208@yandex.ru

@t\_lustenkova\_psy



ОТКРОЙТЕ КАМЕРОЙ VK