

Автор: М. Грачева, психолог центра дружественного подросткам «Гармония»



Поведенческие методы управления у ребенка с СДВГ не сразу понятны для большинства родителей и педагогов. Чтобы узнать их, им всем может понадобиться помощь квалифицированных психологов и медиков. Бесполезно и вредно заставлять ребенка с синдромом дефицита внимания и гиперактивностью быть, как большинство других, здоровых, детей. Вполне возможно ограничить его деструктивное поведение и привить ребенку с СДВГ чувство собственного достоинства, которое поможет преодолеть все негативное. Воспитание ребенка с СДВГ, как и воспитание любого ребенка - это сложный процесс. Самооценка ребенка будет развиваться вместе с ростом возможности сделать шаг назад и задуматься о последствиях возможного действия, а затем контролировать действие, прежде чем его совершить. Но это не происходит быстро. Растущий ребенок с СДВГ отличается от других детей весьма специфическим образом и представляет проблемы в любом возрасте. Родители сначала должны создать свои собственные уровни толерантности. Чтобы помочь ребенку достичь самодисциплины, требуется проявлять к нему сочувствие, терпение, любовь и верность.

#### **- Установка согласованных правил для ребенка.**

Родители должны быть как можно более последовательными в своем подходе к ребенку, должны вознаграждать хорошее поведение и препятствовать разрушительному поведению. Правила поведения для ребенка должны быть четко определены, но достаточно гибки, они должны включать безвредные особенности. Важно понимать, что детям с СДВГ гораздо труднее адаптироваться к изменениям, чем другим детям. Родители должны создать предсказуемые ситуации и обеспечить дома аккуратную и стабильную обстановку (особенно в детской комнате). Также, через полезную литературу и работу с психологами и врачами, родители должны научиться грамотно управлять агрессией своего ребенка. Кроме того, родителям совершенно необходимо научиться поощрять таких детей за всякое хорошее и спокойное поведение.

#### **- Улучшение концентрации и внимания.**

Дети с СДВГ выполняют учебные задания значительно лучше, когда у них есть интерес к предмету. Родители должны быть начеку всех видов деятельности, которые держат концентрацию ребенка. Варианты включают: плавание, теннис и другие виды спорта, которые концентрируют внимание и ограничивают периферийные стимулы (у детей с СДВГ могут возникнуть трудности с командными видами спорта, которые требуют постоянной бдительности – это, например, футбол или баскетбол).

□ **- Взаимодействие родителей с педагогами.** Даже если один из родителей успешно управляет своим ребенком дома, часто у ребенка с синдромом дефицита внимания с гиперактивностью возникают трудности в школе или детском саду. Родители могут

помочь ребенку, поговорив с учителем до начала учебного года о ситуации с их ребенком. Первоочередной задачей для родителей является развитие позитивного, а не агрессивного, нетерпеливого, излишне строгого, отношения учителя к ребенку. Поиск наставника, который может помочь ребенку заниматься и после школы, также может быть весьма полезным. Конечная цель любого процесса – благополучная и здоровая социальная интеграция детей с синдромом дефицита внимания с гиперактивностью со своими сверстниками.

**- Подготовка педагога.** Любой педагог должен быть готов к особенностям поведения детей с синдромом дефицита внимания с гиперактивностью – для грамотного управления этими детьми. Им, также, как и родителям таких детей, необходимо изучать соответствующую медицинскую, педагогическую и другую литературу и также – активно консультироваться по этому поводу с психологами и врачами.