***Рекомендации по развитию организационных навыков у детей с СДВГ***

Развитие хороших организационных навыков - ключ к успеху в школе и жизни. Несмотря на то, что некоторые люди по своей природе более организованы, чем другие, можно помочь ребенку стать более организованным. Совместная Кампания "Трудности обучения" (CCLD - Coordinated Campaign for Learning Disabilities) составила список методов, с помощью которых родители могут развивать у ребенка организационные навыки.

1) Используйте контрольные списки

Выработайте у ребенка привычку использовать список "Что сделать". Контрольные списки пригодятся при выполнении домашних заданий, работ по дому и при сборе вещей на завтра. Рекомендуется, чтобы у детей был маленький блокнот или тетрадь для записи домашних заданий. Зачеркивание выполненных пунктов списка поможет детям ощутить завершение задания.

2) Организуйте выполнение домашних заданий

Перед началом работы над домашними заданиями пусть ребенок пронумерует задания в том порядке, в котором они должны быть сделаны. Дети должны начать с не слишком длинного или трудного задания, но оставлять самое сложное напоследок тоже нельзя.

3) Определите место для занятий

Дети должны ежедневно учиться на одном и том же месте, чтобы все необходимые принадлежности и материалы были у них под рукой. Спальня для этого не годится. Место должно быть спокойным, с наименьшим количеством отвлекающих факторов. Маленькие дети могут захотеть заниматься рядом с родителями. Это хорошо: тогда у родителей будет возможность контролировать процесс работы и поощрять хорошие учебные привычки.

4) Определите время для занятий

Дети должны знать, что каждый день определенное время должно уделяться учебе и выполнению домашних заданий. Большинство детей предпочитает делать уроки сразу после школы, чтобы побыстрее с ними разделаться, но это не лучший вариант. Родители должны принять решение вместе с ребенком. И даже если у вашего ребенка нет домашних заданий, это время надо использовать для того, чтобы просмотреть классные уроки, почитать в свое удовольствие или поработать над проектом, который скоро сдавать.

5) Содержите тетради в порядке

Помогите вашему ребенку держать все записи в папке или тетради. Цель тетради - помочь запомнить, что изучали в классе каждый день, а позднее - организовать материал при подготовке к экзаменам и контрольным работам. Для разделения классных записей используйте разграничители или цветные записные книжки. Наличие отдельных частей "Что сделать" и "Сделано" помогает организовать списки заданий и напоминания, а также обеспечить главное место для хранения выполненных заданий.

6) Проводите еженедельную уборку

Детей надо поощрять раз в неделю разбирать портфель и тетради. Старые бумаги надо собрать и сохранить в отдельной папке.

7) Создайте домашний список

Постарайтесь установить и придерживаться одного и того же времени для еды и для сна. Это поможет вашему ребенку соблюдать домашний режим дня. Дети, которые ложатся спать в установленное время, идут в школу хорошо отдохнувшими. Постарайтесь определить и ограничить время для компьютерных игр и просмотра телевизора в течение дня.

8) Ведите контрольный календарь

Повесьте на стену большой календарь для домашнего хозяйства, в который вы будете вносить обязанности членов семьи, расписание внеклассных занятий, отмечать свободные от школы дни и основные домашние и школьные события. Отметьте даты экзаменов или сроки сдачи проектов. Это поможет членам семьи контролировать действия друг друга и избегать конфликтов.

9) Подготовьтесь заранее к следующему дню

Прежде, чем ваш ребенок ложится спать, он должен собрать портфель. Одежда должна быть поглажена и приготовлена - с ботинками, носками и другими аксессуарами. Это поможет избежать утреннего беспорядка и позволит вашему ребенку заблаговременно подготовиться к следующему дню.

10) Обеспечьте вашему ребенку необходимую поддержку, пока он учится быть более организованным

Помогите вашему ребенку вырабатывать организационные навыки, копируйте контрольные листы и списки и вешайте их на холодильник. Мягко напоминайте детям о заполнении календарных дат и об организованном хранении бумаг и материалов. И самое главное, подавайте им хороший пример.

**Советы родителям**

**Младшие дети: Когда друзья приходят поиграть**

Детям с СДВГ бывает трудно завязать дружбу с другими детьми. Ниже следующие советы могут помочь вам, если вы хотите пригласить к себе домой друга ребенка, чтобы дети поиграли вместе:

* Планируйте первое посещение коротким (около часа). Постепенно увеличьте время последующих визитов.
* До прихода друга обсудите с вашим ребенком, чем они смогут заниматься вместе. Ограничьте действия в одиночку, например, видеоигры.
* Если ваш ребенок не хочет, чтобы трогали какие-либо его игрушки, то эти игрушки лучше убрать.
* Обсудите правила приема друзей дома: что они могут и чего не могут делать.
* Научите ребенка правилам поведения по отношению к гостю: "Позволь гостю выбрать первое занятие", "Играйте поочередно".

**Старшие дети: Поддерживайте тесные взаимоотношения с вашим подростком**

* Всегда знайте друзей своего ребенка. Приглашайте их к себе домой.
* Не разрешайте своему ребенку бывать в обществе сверстников, которых вы не знаете или которым не доверяете.
* Представьтесь родителям друзей вашего ребенка. Возможно, они тоже беспокоятся о своем подростке, и вы можете помочь друг другу взаимоподдержкой.
* Вы не можете постоянно быть дома, поэтому познакомьтесь с соседями и попросите их сообщать вам о любой проблеме, которая может случиться у вас дома.
* Будьте непредсказуемы в своем собственном графике. Иногда приходите домой раньше обычного.
* Не разрешайте своему подростку пойти к кому-то, кого вы подозреваете в потреблении алкоголя или наркотиков.
* Поддерживайте связь с учителями вашего ребенка, чтобы быть уверенными в том, что школьные дела ребенка в порядке и что учителя не замечали проблем.
* Постарайтесь всегда быть дома к тому часу, когда ребенок обязан вернуться домой. Не спите и не выключайте свет до его прихода.
* Всегда обнимайте своего ребенка, когда он приходит домой. Будьте внимательны к любым остаткам запаха марихуаны, алкоголя или сигаретного дыма. Будьте также внимательны к запахам одеколона и жевательной резинки, которые часто используются, чтобы постараться скрыть другие запахи.
* Если ваш ребенок по возвращении от друзей идет сразу в свою комнату, последуйте за ним и заведите с ним разговор. Наблюдайте за его поведением, речью, равновесием и координацией движений.
* Не допускайте, чтобы ребенок не разрешал вам зайти в свою комнату. Родители могут уважать частную жизнь подростка, однако имеют право войти в его комнату, когда они беспокоятся о нем.
* Обращайте внимание на речь вашего ребенка. Наркомания приносит с собой особую культуру и лексику. Важно, чтобы родители знали тот язык, который используют подростки, говоря о наркотиках. Время от времени появляются новые слова, так что если ваш подросток использует слова, которые вы не понимаете, попросите его объяснить значение этих слов.

**Если ребенку запрещено выходить из дома**

Всем известен широко (возможно, даже слишком широко) применяемый метод запрета ребенку выходить из дома в течение нескольких дней или даже недель. Несмотря на то, что этот метод практически не действует на большинство подростков с СДВГ, многие родители продолжают пользоваться им. Одна из главных проблем состоит в том, что родитель также должен оставаться дома, чтобы контролировать ребенка.

Однако следующие два фактора могут повысить эффективность этого метода:   
1) Продолжительность запрета – максимум до конца недели или на неделю;   
2) Вместо того, чтобы ребенок без толку "слонялся" по дому, выберите дополнительные домашние работы, которые он должен выполнить. Как только они закончены, можно снять запрет на выход из дома. Разумеется, на протяжении периода "домашнего ареста" ограничения накладываются и на телевизор, телефон и т.д.

**Десять основных правил воспитания ребенка с СДВГ**

1. Реагируйте на действия ребенка сразу.
2. Реагируйте всегда или как можно чаще.
3. Ваша реакция должна быть достаточно сильной и значимой.
4. Не только наказывайте, но и поощряйте.
5. Будьте последовательны.
6. Действуйте, а не болтайте!
7. Продумайте заранее проблемные ситуации.
8. Не забывайте о том, что какие-то аспекты в поведении ребенка обусловлены его состоянием.
9. Не считайте проблемы своего ребенка своими личными проблемами.
10. Будьте снисходительны.

**Не ворчите**

Не ловите ли вы себя на том, что постоянно раздраженно спрашиваете ребенка: "Ты уже сделал свои уроки?" Смените ворчание на положительное утверждение типа: "Как только ты сделаешь уроки, то сможешь пойти поиграть с друзьями (смотреть твою любимую телепередачу или любой другой стимул)". Чтобы избежать войн, установите порядок, в котором домашние задания выполняются каждый день в одно и то же время.

Учитесь самоуспокоению. Вы не сможете успокоить своего ребенка, если не умеете успокоиться сами.   
Будьте организованны. Вы не сможете добиться порядка от ребенка, если вы сами не соблюдаете порядок.   
Учитесь управлять раздражением; распознавайте первые признаки раздражения.   
Учитесь не кричать, а использовать альтернативные способы.   
Учитесь предвидеть время и тему конфликта и планируйте пути его решения.

Когда вы помогаете своему ребенку с домашней работой, вы можете применять метод "размышления вслух", т.е. выражать словами каждый последовательный шаг, необходимый для решения проблемы или выполнения задания. Ребенок не только узнает, что это нормально - разговаривать сам с собой во время работы; он также изучает процесс, задавая вопросы о том, каков должен быть следующий шаг и говоря самому себе: "Дальше я должен сделать ..." Такой диалог может помочь ребенку, который склонен торопиться, выполняя уроки. Техника разговора с самим собой особенно полезна в выполнении математических заданий и при письме.

**Жизнь с СДВГ: вопросы воспитания  
(Типичные ошибки родителей)**

**1. Два вида ошибок в воспитании**

Ошибки, которые родители допускают при воспитании СДВГ-ребенка, можно условно разделить на два типа:

*Первые* – это так называемые «инструментальные» ошибки (режим дня, обучение приемам деятельности, частные вопросы…). Эти ошибки могут допускать родители, которые в основном не испытывают больших трудностей во взаимоотношениях со своими детьми, но не обладают специальной информацией и недостаточно владеют навыками обращения с ними. Таким родителям очень пригодятся советы о том, как привить навыки самоорганизации, как научить ребенка планированию, как помочь ему делать уроки, как шаг за шагом добиться желаемого… Именно такие конкретные советы часто дают специалисты, и они в большом количестве размещены в том числе и на нашем сайте.

*Вторые* – это ошибки более глубокие, связанные с родительской позицией по отношению к ребенку; вызванные личностной деформацией родителей. Они самые трудные, поскольку в коррекции нуждаются и сами родители. Пока эти ошибки не будут исправлены, ошибки *первого* типа тоже нельзя исправить. Даже если родители попытаются применить специальные приемы, то очень скоро обнаружат, что эти приемы либо «не работают» так, как надо, либо родители долго не могут выдержать намеченную стратегию, снова срываясь на крик и раздражаясь, либо сам ребенок отказывается что бы то ни было делать.

Часто запрос родителей звучит примерно так: «как избавиться от такого-то недостатка ребенка». Запрос представляет собой просьбу справиться с конкретной проблемой, но оказывается, что в основном проблема заключается в восприятии ребенка родителями, а оно зависит от их позиции по отношению к ребенку. Невозможно исправить одно частное качество, в перестройке нуждается вся семья: образ жизни, взаимоотношения супругов, отношение к ребенку, взгляды родителей на жизнь… Дети очень точно отражают состояние семейной жизни родителей. Недостаток ребенка является лишь симптомом общего семейного неблагополучия.

Часто для того, чтобы «убитые» взаимоотношения сдвинулись с «мертвой точки», бывает достаточно, чтобы кто-то из родителей взял на себя труд по коррекции собственной позиции. Тогда изменения, которые произойдут в нем и в его отношении к ребенку, волей-неволей дадут толчок новым, позитивным настроениям, и тем самым будут способствовать позитивным изменениям в ребенке.

**2. Механизм формирования патологических качеств у детей с СДВГ**

Сказанное верно по отношению к любому, даже благополучному, ребенку. Но если в семьях, где дети в основном здоровы, с трудностями худо-бедно справляются, а недостатки детей меньше бросаются в глаза, то там, где растут дети с СДВГ, внутрисемейные конфликты обостряются до крайности. В наших семьях проблема взаимоотношений особенно остра, она выявляет наши собственные трудности. СДВГ без преувеличения можно назвать и проявителем личностных проблем родителей, и их катализатором. Поэтому речь пойдет о фундаментальных психологических установках.

Во время беременности мамы имеют в сознании определенный образ будущего ребенка. Они наделяют его желательными качествами, строят планы относительно его будущей жизни, мечтают о больших жизненных успехах еще не родившихся детей. Ребенок с СДВГ, как правило, уже в младенчестве начинает вести себя вразрез с ожиданиями мамы. Он возбудим, беспокоен, плохо спит, часто плачет, плохо привыкает к режиму и доставляет много хлопот измученным родителям. Кроме того, такие дети часто не вписываются в возрастные нормы нервно-психического развития, чем вообще повергают своих родителей в панику. Поэтому нередки случаи, когда наряду с тревогой мама начинает испытывать к малышу скрытую неприязнь, в которой боится признаться даже самой себе. Она обращается с ребенком чуть резче, чем мать его здорового сверстника, чаще выходит из себя, кричит. Уже к году такой ребенок получает опыт материнского неприятия, который не может не сказаться на его психическом состоянии. От того, что все идет «не так», мама начинает чувствовать себя виноватой и еще более неприязненно относиться к малышу, невольно ставшему причиной столь тягостных переживаний. Такое настроение мамы снова не лучшим образом сказывается на ребенке. Образуется замкнутый круг.

Такой круг не обязательно начинает «накручиваться» в младенчестве. Пугающая родителей особенность ребенка может выявиться в любом возрасте, и механизм непринятия запускается...

**3. Любовь и принятие – условия полноценного нервно-психического развития**

Психологи все время говорят о принятии. Что это такое? Это признание за ребенком права на индивидуальность и непохожесть ни на кого, в том числе и на родителей; это понимание, что ребенок имеет право быть самим собой, не обязан соответствовать ничьим ожиданиям, выполнять чью-либо задуманную программу… это утверждение неповторимого существования именно этого человека, со всеми свойственными ему качествами.

Принятие – важнейшее условие родительской любви. Когда ребенок принимаем, он ощущает родительскую любовь (в противном случае он в ней сомневается). Она не зависит от времени, проводимого с ребенком; от того, дома он или в саду, материальных условий, формальной заботливости… Только при уверенности ребенка в родительской любви возможно правильное формирование его психического мира.

**4. Взаимоотношения, диалог, контакт**

Чтобы ребенок чувствовал родительскую любовь, между детьми и родителями должен быть хороший эмоциональный контакт. Это искренняя заинтересованность в делах ребенка, даже самых мелких, пустяковых (с точки зрения родителей), любопытство, стремление понять, какие изменения происходят с ребенком… Такая заинтересованность не имеет отношения к формальной, видимой заботливости. Более того, видимая всем заботливость иных родителей, многочисленные занятия, в которые включается по их инициативе ребенок, не всегда содействуют достижению этой самой главной воспитательной задачи. Поэтому не так важно, чем именно заниматься с ребенком, но заботиться о поддержании контакта нужно всегда – в любом возрасте, вне зависимости от его индивидуальных особенностей, отношения к нему окружающих, его объективных успехов… Если родители хотят, чтобы ребенок стремился стать лучше, достиг чего-то, первое, о чем они должны заботиться, – сохранение хорошего контакта с ним. Сам по себе контакт не возникает, родители должны строить его.

Что нужно, чтобы построить и сохранить хороший эмоциональный контакт (взаимоотношения) с ребенком? Необходим некий диалог, взаимодействие ребенка и взрослого друг с другом. Ребенок должен всегда понимать, что и зачем делает родитель, чем он руководствуется в общении с ним. Ребенок должен быть не объектом воспитательных воздействий, а союзником в общей семейной жизни. Он должен участвовать в ней на правах равного (тогда как обычная позиция родителей – «над» ребенком). Обычная родительская позиция такова: взрослый старше, опытнее, больше знает, обладает силой и независимостью… ребенок глуп, неопытен, беззащитен, зависим… но родители должны думать не об этом. Важно уважение к потенциальным возможностям ребенка, утверждение ценности его сегодняшнего дня… понимание, что детство – полноценный этап жизни, что ребенок – не «недоделанный» взрослый… необходимо признавать его равным себе, но проходящим определенный жизненный этап.

**5. Ошибки, вызванные недостатком принятия**

Недостаток принятия проявляется в ошибочных действиях родителей, например, таких:

* **Высказывание оценок:** «Бестолочь!», «Сколько раз тебе объяснять!», «Любой дурак на твоем месте уже догадался бы»… Это высказывание может быть даже справедливым, но это не имеет значения, поскольку взаимоотношениям оно наносит вред. Поэтому в таких реакциях надо себя (по крайней мере) тормозить. Осуждать конкретный поступок, не связывая его с личностью – это правило! (Правило «не относить к личности» относится, кстати, и к похвале). Личность никогда нельзя оценивать – ни положительно, ни отрицательно!
* **Частые одергивания, порицания.** Нам неудобно, неловко за поведение ребенка, мы как бы оправдываемся. Особенно часты одергивания в случае так называемого подавляюще-обличительного воспитания, когда ребенок случайно или по незнанию сделает что-то не так – родители стремятся обвинить его, а не поддержать.
* **Постоянные указания на недостатки ребенка** (якобы чтобы исправился). На самом деле, принятие – означает понимание, что ребенок развивается, постоянно совершенствуется. И справиться со своим недостатком он захочет сам при условии родительской поддержки и доверия. Нужно верить, что в ребенке много хорошего и сильного, и оно постепенно возьмет верх. То есть родителям необходимо не фиксировать недостатки, а подкреплять достоинства, давать силы для самостоятельной борьбы ребенка со своим недостатком.
* **Невнимание к положительным сторонам личности.** Хорошее в ребенке – как будто «так и надо», мы его мало замечаем. А ведь это основа для исправления недостатков. Поэтому часто говорят: «Ребенка надо хвалить». Хвалить – значит, признавать достоинства, подчеркивать позитивное, делать на нем акцент. Даже самые, казалось бы, мелкие достоинства ребенка нужно постоянно «вытаскивать наружу» – иначе у ребенка сложится впечатление о полной собственной никчемности и о бесполезности каких бы то ни было усилий.
* **Игнорирование возрастных и индивидуальных особенностей.** Родители часто руководствуются своими представлениями о желательных для ребенка качествах и обращаются с ребенком так, будто он уже обладает ими, но не хочет «постараться» и «сделать как надо». Нужно постоянно задавать себе вопрос о границах возможностей ребенка. Эти границы (особенно для детей с СДВГ) могут быть значительно ниже, чем для других детей того же возраста. Тем не менее нужно постоянно исследовать эти границы и понимать, что на нынешний момент это потолок возможностей ребенка. Требовать от него большего неразумно и жестоко.
* **Назидания, директивы.** «Ты должен…» «Ты опять ничего не делаешь». Родители выдают некий циркуляр, но не обеспечивают поддержкой и деятельной помощью. В случае неудачи следует отповедь. Фактор долженствования обязывает, он способен стать мощной разрушительной силой. Дети активно противостоят такой позиции, пытаются протестовать. Когда ребенок не справляется с поручением (что часто воспринимается родителями как его активное нежелание, «лень»), необходимо делать это вместе с ним, при этом не прекращая доброжелательного общения, показывая, как это нужно делать, не связывая поручение с отрицательными эмоциями. Это касается, например, домашних дел: уборка должна быть совместной (мама может убирать свою территорию, ребенок – свою. Если же и это у него не получается, то лучше вместе убирать его комнату…)
* **Невнимание к потребностям и переживаниям ребенка.** На форуме часто звучат вопросы: «Как мне исправить в нем то-то?», и очень редко вопросы отражают стремление родителей помочь самому ребенку: «Ребенок переживает… хочет сделать, а не получается…» Очень трудно понять, чего хотят сами дети, стремятся ли они к тому же, чего хотят от них родители. А ведь для успеха в борьбе с «отрицательными» качествами детей их, детей, желание справиться с собой обязательно.

**6. Причины непринятия** (о чем сами родители должны задуматься)

* **Общая неудовлетворенность жизнью**, недовольство тем, «как все сложилось», браком, работой, тем, «что имею» – все плохо, да еще и ребенок «не такой».
* **Авторитарный характер матери**, призванный компенсировать недостаточное влияние отца в воспитании (в основе – неудовлетворенность браком… Часто, например, мать возлагает некоторые надежды на ребенка вследствие того, что ее ожидания относительно брака не оправдались. Но ребенок с СДВГ не оправдывает ожидания матери).
* **Повышенная тревожность матери** («если ребенок не будет таким, каким я его себе представляю, будет плохо. СДВГ у ребенка опасен для его будущего…»), неуверенность в будущем, опасения – все это блокирует самостоятельность ребенка, отрицает хорошее в нем (этого хорошего, по мнению матери, недостаточно, и вообще оно не имеет значения)… Гиперопека тоже может быть связана с повышенной тревожностью.
* **Личностная незрелость матери,** условно говоря, неверное понимание жизненных ценностей и приоритетов. Обычно это выражается в установках: «отлично учиться в школе», «поступить в хороший институт», «сделать карьеру», «добиться положения», «иметь высокооплачиваемую работу» и пр. Но при этом упускается из виду, что человек может иметь все это, но не чувствовать себя счастливым – наша жизнь, к сожалению, подтверждает это на каждому шагу. Когда ребенок отлично учится в школе, но не понимает, зачем это надо, поступает в нелюбимый институт, его положение не приносит ему удовлетворения, а работу свою он терпеть не может, да и личная жизнь не складывается, становится понятно, что в жизни есть что-то еще, что не смогли донести до него родители. СДВГ может быть помехой в реализации установок на «обладание», но совершенно не мешает осуществиться установкам на «бытие» – то есть стремлению человека стать тем, кем он может стать, достичь своего собственного максимума.
* **Попытки родителей компенсировать неудавшуюся (по их мнению) собственную жизнь успехами ребенка.** Когда родители не смогли добиться каких-то жизненных целей, они склонны возлагать на ребенка неоправданно высокие надежды. Понятно, что СДВГ является плохо преодолимым препятствием для реализации этой установки.

**7. Мотивы воспитания**

Ошибки, связанные с непринятием, зависят от того, какое место в структуре личности родителей занимают мотивы воспитания (то есть здесь мы касаемся самых основ личности – ее потребностно-мотивационной структуры).

* **Потребность в эмоциональном контакте.** Когда у матери нет близких, она боится одиночества и стремится «привязать» к себе ребенка, сделать зависимым от себя. Как следствие – тоже гиперопека. СДВГ в сознании матери выступает как повод («его нужно все время контролировать…»). Нужно честно ответить себе на вопрос: почему я боюсь отпускать его от себя? за кого я боюсь? Мама должна научиться отделять действительную потребность ребенка в заботе от своего желания постоянно удерживать его рядом с собой.
* **Потребность смысла жизни.** У матери в жизни ничего нет, ее дни ничем не заполнены, поэтому она стремится заполнить их заботами о ребенке: постоянные занятия, разговоры о нем, внимание к каждой мелочи… Женщина решает вопросы собственной жизни. Болезнь ребенка такие заботы оправдывает, придает им благородный смысл. Как ни странно, но матери бывает «выгодно», чтобы ребенок не справлялся, болел, оставался зависимым (хорошая иллюстрация – повесть П. Санаева «Похороните меня за плинтусом»: жизнь бабушки была пуста, поэтому болезни маленького внука оправдывали саму жизнь и наполняли ее смыслом).
* **Потребность достижения.** Когда эта потребность родителей не получила должного удовлетворения, на ребенка накладываются обязательства осуществить их мечту. Фиксация на достижениях ребенка, стремление «развивать», желание, чтоб ребенок демонстрировал успехи, был лучше всех – могут служить примерами воспитательной установки, связанной с нереализованной потребностью в достижении. Если ребенок чего-то добьется, это, конечно, неплохо, но нужно всегда отдавать себе отчет, где на первом месте его благо, а где – собственные амбиции. Понятно, что СДВГ препятствует удовлетворению этой родительской потребности.
* **Воспитание понимается как задача формирования определенных качеств.** У родителей существует представление о некотором сверхценном качестве (чаще это целый набор) – ум, эрудиция, спортивная подтянутость, исполнительность, целеустремленность… Родители навязывают ребенку именно эти качества, пытаются доказать, что без этих качеств невозможна полноценная жизнь, но тем самым они отрицают его самого – показывают, что такой, как есть, он их не устраивает. Дети с СДВГ редко обладают такими качествами, поэтому раздражают своих родителей.
* **Потребность в комфортном существовании,** в избавлении от проблем. Ребенок должен вести себя так, чтобы родители могли «не напрягаться», «не париться», обеспечить им спокойную жизнь. СДВГ воспринимается как несовместимый с полноценной жизнью дефект, воздействие его хочется свести к нулю. СДВГ может мешать не столько ребенку, сколько родителям. А ребенку он мешает опосредованно: проблемы создает не сам СДВГ, а родительское отношение к нему. Это достаточно тяжело дифференцировать, поскольку дети всегда отражают родительское влияние (если родителям мешают особенности детей, то сами дети скорее всего будут считать так же). Но это необходимо разглядеть.
* **Потребность в принятии окружающими,** в соответствии социальным нормам, гиперсоциальность установок. Не способный выполнить требование соответствия высоким социальным стандартам ребенок испытывает отторжение не только социума, но и родителей. Они не обеспечивают ему поддержки, не встают на его сторону, борются против него, поддерживают тех, кто ребенка осуждает.

**Вывод:** родители должны понять, какой позицией они руководствуются, и иметь мужество признать ее у себя, а потом суметь от нее отказаться. А это уже задача для собственного личностного роста. Если сами родители не справляются с этой задачей, им нужна квалифицированная помощь.

**8. Следствия неадекватных родительских установок**

Ими и оказываются симптомы СДВГ. Сам по себе СДВГ не вызывает грубых поведенческих нарушений, они развиваются на основе индивидуальных особенностей нервной системы (плюс свой вклад вносит родительское отношение к ребенку) как вторичные нарушения, то есть вызванные конкретными условиями жизни в обществе. На поверхность выходят: расстройство сна и аппетита; страхи; девиантное, или отклоняющееся от общепринятых норм, поведение; лень; зависимости; агрессивность; грубость; капризы; упрямство; вялость и апатия… Родители пытаются справиться с симптомами: водят по врачам, корректируют, наказывают, заставляют, но результатов почти нет. Ведь устранение симптомов не приводит к избавлению от причины – а причина кроется в отсутствии полноценного контакта и неадекватном понимании воспитательных задач.

**9. «Идеальное воспитание»**

Из сказанного легко сделать вывод, что идеального воспитания не бывает – оно зависит от особенностей и черт конкретного ребенка. Однако в «идеальных» семьях выполняются три основных условия: хороший эмоциональный контакт (близкие отношения между детьми и родителями); уверенность ребенка в родительской любви; четкие, определенные правила поведения, выполняемые и родителями, и детьми.

Родительская позиция «идеальных» родителей отличается:   
**адекватностью** (умением понимать индивидуальность ребенка, видеть его сильные и слабые стороны);   
**гибкостью** (умением видеть, куда направляется развитие ребенка, способностью следовать за ним, следить за изменениями, корректировать стиль своего поведения);   
**прогностичностью** (способностью не только видеть, как изменяется ребенок, но и своими действиями создавать основу для дальнейших позитивных изменений – расширять зону ответственности, предоставлять самостоятельность…)

Было бы несправедливо упрекать родителей в нелюбви к своим детям. Но дело в том, что родители любят детей так, «как умеют», а ребенку часто нужна другая любовь, основное свойство которой – дружественный настрой по отношению к ребенку. Главная родительская задача состоит в том, чтобы не подгонять ребенка под свое мировоззрение (которое, в свою очередь, сложилось под влиянием прародительских ошибок и разных жизненных обстоятельств). Приоритетными должны быть особенности ребенка, а не собственные взгляды, требования общества, оценки окружающих, свое представление о должном… это то, от чего родители должны освободиться вообще. Нельзя применять тот тип воспитания, который удобен родителю, – необходимо искать, как лучше ребенку, учиться видеть, что представляет собой душа ребенка сама по себе (ведь СДВГ – тоже данность, нужно научиться жить с ним…).

Когда ребенок совершает попытки попробовать свои силы и найти сферу приложения своих способностей (а это может происходить уже до школы), родители должны принимать деятельное участие в организации его жизни в соответствии с этими способностями. Не ломать его планов, не пытаться реализовать свои замыслы, а суметь увидеть их и гибко корректировать – создавать условия, формировать среду, самим участвовать в развитии способностей ребенка.

И вот тогда уже корректировать СДВГ – если он мешает самому ребенку выполнить задуманное.