**Выступление на родительском собрании**

**Практические рекомендации родителям детей с синдромом дефицита внимания .**

Подготовила: Ларионова Г. А.

Известно, что в основе детских капризов и упрямства нередко стоит не злая воля и не непонимание или несогласие с разумностью родительских требований, а протест против приказной формы их предъявления, что связано с фрустрацией потребности **, т.е.** неблагоприятного психического фона, не позволяющего ребёнку развивать свои потребности в успехе, достижении высокого результата  ребенка, в проявлениях уважения к его личности.

С другой стороны, любовь и уважение к ребенку не должны проявляться в ущерб авторитету родителей и семейной иерархии. Он должен знать, «кто в доме хозяин», что слова «нельзя» и «надо», сказанные членом семьи старше его, обязательны к выполнению. Другое дело, что этими словами не стоит злоупотреблять. И все же ребенок жаждет быть уверенным, что его мама и папа, старший брат или сестра сильные и смогут всегда защитить его, также как могут постоять за себя и настоять на своем. По мнению профессора Добсона, именно стремление убедиться в этом служит порой причиной «несносного» и «вызывающего» поведения ребенка и не следует в этом случае его разочаровывать. Убедившись, что его окружают сильные члены семьи, он будет спать спокойно и слушаться старших, удовлетворяющих потребность в чувстве защищенности.

К сожалению, беседа, убеждение, дискуссия не всегда оказываются достаточными средствами воспитания детей с рассматриваемой патологией, что и обусловливает необходимость целенаправленного моделирования их поведения. Матерям же, которые «не знают», как заставить ребенка слушаться, полезно предложить вспомнить, что они делают, когда недовольны поведением взрослого мужчины – собственного мужа.

Ада Делла Торре считает, что правильно используя свою власть, взрослые становятся похожими на тех родителей, которых дети выбрали бы, если могли. В самом деле, в системе детских ценностей сила и решительность занимают весьма почетное место, а если они сочетаются с любовью и уважением к личности, то это именно та власть, авторитет которой признается охотнее всего.

Дж. Добсон рекомендует в тех случаях, когда речь идет о детской безответственности (а не сознательном непослушании), превратить поучения в игру, основным предметом которой будет именно то, чему никак не удается научить ребенка. Азарт от желания «подловить» взрослых на нарушении («по рассеянности») общего для всей семьи правила, что карается юмористическим наказанием, заставит ребенка контролировать собственное поведение, дабы не «попасться» и не оказаться объектом насмешек.

**В домашней программе коррекции детей с синдромом дефицита внимания и гиперактивности должен преобладать поведенческий аспект, в который входят:**

**1. Изменение поведения взрослого и его отношения к ребенку:**

— проявляйте достаточно твердости и последовательности в воспитании;

— помните, что поступки ребенка не всегда являются умышленными;

- контролируйте поведение ребенка, не навязывая ему жестких правил;

— не давайте ребенку реактивных указаний, избегайте слов «нет» и «нельзя»;

— стройте взаимоотношения с ребенком на взаимопонимании и доверии;

— избегайте, с одной стороны, чрезмерной мягкости, а с другой — завышенных требований к ребенку;

- реагируйте на действия ребенка неожиданным способом (пошутите, повторите действия ребенка, сфотографируйте его, оставьте в комнате одного и т.д.);

— повторяйте свою просьбу спокойно одними и теми же словами много раз;

— не настаивайте на том, чтобы ребенок обязательно принес извинения за проступок;

— выслушивайте то, что хочет сказать ребенок;

— для подкрепления устных инструкций используйте зрительную стимуляцию.

**2. Изменение психологического микроклимата в семье:**

— уделяйте ребенку достаточно внимания;

— проводите досуг всей семьей;

— не допускайте ссор в присутствии ребенка.

**3.** **Организация режима дня и места для занятий:**

— установите твердый распорядок дня для ребенка и для всех членов семьи;

— чаще показывайте ребенку, как лучше выполнить задание, не отвлекаясь;

— снижайте влияние отвлекающих факторов во время выполнения ребенком задания;

— оградите гиперактивных детей от длительных занятий на компьютере и просмотра телевизионных передач;

— по возможности избегайте больших скоплений людей;

— помните, что переутомление приводит к снижению самоконтроля и нарастанию гиперактивности;

— организуйте поддерживающие группы, состоящие из родителей, имеющих детей с аналогичными проблемами.

**4. Специальная поведенческая программа:**

— придумайте гибкую систему вознаграждений за хорошо выполненное задание и наказаний за плохое поведение. Можно использовать балльную или знаковую систему, завести дневник самоконтроля;

- не прибегайте к физическому наказанию! Если есть необходимость прибегнуть к наказанию, то целесообразно использовать спокойное сидение в определенном месте после совершения поступка;

— чаще хвалите ребенка. Порог чувствительности к отрицательным стимулам очень низок, поэтому гиперактивные дети не воспринимают выговоры и наказания, однако чувствительны к поощрениям:

— составьте список обязанностей ребенка и повесьте его на стену, подпишите соглашение на определенные виды работ;

— воспитывайте в детях навыки управления своим эмоциональным состоянием, особенно гневом и агрессией;

— не старайтесь предотвратить последствия забывчивости ребенка;

— постепенно расширяйте круг обязанностей, предварительно обсудив их с ребенком;

— не разрешайте откладывать выполнение задания на другое время;

— не давайте ребенку поручений, не соответствующих его уровню развития, возрасту и способностям;

— помогайте ребенку приступить к выполнению задания, так как для него это самый трудный этап;

— не давайте одновременно несколько указаний. Задание, которое дается ребенку с нарушенным вниманием не должно иметь сложную конструкцию и состоять из нескольких звеньев;

— объясните гиперактивному ребенку его проблемы и научите с ними справляться.

Помните, что вербальные средства убеждения, призывы, беседы редко оказываются результативными, так как гиперактивный ребенок еще не готов к такой форме работы.

Помните, что для ребенка с синдромом дефицита внимания и гиперактивности наиболее действенными будут средства убеждения «через тело»:

— лишение удовольствия, лакомства, привилегий;

— запрет на приятную деятельность, телефонные разговоры, просмотр телепередач;

— прием «выключенного времени» (изоляция, угол, скамья штрафников, домашний арест, досрочное укладывание в постель);

— чернильная точка на запястье ребенка («черная метка\*), которая может быть обменена на 10-минутное сидение на скамейке штрафников;

— удержание в «железных объятиях» (холдинг):

— внеочередное дежурство по кухне и т.д.

**Не спешите вмешиваться в действия гиперактивного ребенка директивными указаниями, запретами и выговорами. Ю.С. Шевченко приводит следующие примеры:**

— Если родителей младшего школьника тревожит то, что каждое утро их ребенок неохотно просыпается, медленно одевается и не торопится в школу, то не стоит давать ему бесконечные словесные инструкции, торопить и ругать. Можно предоставить ему возможность получить «урок жизни». Опоздав в школу по-настоящему и приобретя опыт объяснений с учительницей и директором школы, ребенок будет более ответственно относиться к утренним сборам.

— Если 12-летний ребенок разбил футбольным мячом стекло соседу, то не стоит торопиться брать на себя ответственность за решение проблемы. Пусть ребенок сам объяснится с соседом и предложит искупить свою вину, например, ежедневным мытьем его автомобиля в течение недели. В следующий раз, выбирая место для игры в футбол, ребенок будет знать, что ответственность за принятое им решение несет только он сам.

— Если в семье исчезли деньги, не стоит бесполезно требовать признания в воровстве. Следует убирать деньги и не оставлять их в качестве провокации. А семья будет вынуждена лишить себя лакомств, развлечений и обещанных покупок. Общественное осуждение в семье окажет свое воспитательное воздействие.

— Если ребенок забросил свою вещь и не может ее найти, то не стоит бросаться ему на помощь.

Помните, что синдром дефицита внимания и гиперактивности — это патология, требующая своевременной диагностики и комплексной коррекции: психологической, медицинской, педагогической. Успешная реабилитация возможна при условии, если она проводится в возрасте 5—10 лет.

Инструкция **Ю.С. Шевченко «ЧТО НАДО ДЕЛАТЬ, КОГДА ДЕТИ УПРЯМЯТСЯ И КАПРИЗНИЧАЮТ?»**

Выяснить причину каприза и по возможности устранить ее.

Предложить ребенку интересное занятие.

Хвалить не столько за конечный результат сколько за старание.

Сразу же награждать за желательное поведение и наказывать за плохое.

Четко и конкретно формулировать требования, инструкции и ожидания и проверять, правильно ли их понял ребенок («сличать картинки»).

Дать ребенку отдохнуть, побыть одному или утешить.

Переключить на другую тему, «озадачить» неожиданным вопросом, предложить на выбор несколько альтернатив подавляемому поведению.

Удивить нестандартной реакцией, проявив сочувствие, приласкав, предложить «выбросить капризки», неожиданно извинившись.

Рассказать о своих чувствах, возникающих во время капризов ребенка, подчеркнув, что родители любят его всегда и всякого, но данное поведение им не нравится.

Проявить гибкость, отказаться от категоричности, предложить компромисс, не ограничиваться одними и теми же формами стимуляции и последействий.

Предложить поменяться ролями, предварительно обсудив мотивы поведения каждого участника конфликта и пообещав испробовать тот «педагогический прием», который ребенок считает эффективным.

Изменить форму обращения (вместо приказа и запрета использовать просьбу или обращение за советом).

Настоять на подчинении во что бы то ни стало, дав понять «кто в доме хозяин».

Спросить: «Ты меня любишь?» и предложить доказать свою любовь.

Сказать: «Если ты больной, то давай лечиться, ложись в постель».

Проконсультировать у психолога, психиатра и пролечить, если надо.

Уговорить, доходчиво объяснив смысл предъявляемых требований.

Не требовать немедленного прекращения игры, но четко обозначить «латентный период» (в том числе с помощью будильника).

Если проступок нельзя исправить, время наказания или лишения удовольствия должно быть четко ограниченным и не чрезмерным.

Высмеять нежелательное поведение.

В спокойной обстановке (во время вечерней сказки) рассказать историю о ребенке, который расстраивал любящих родителей своим поведением.

Составить договор (контракт) с конкретным перечислением взаимных обязательств, гарантирующих «мир и дружбу» в семье.

Пригрозить ремнем, а если не поверил – выпороть («выбить дурь»).

Поставить в угол, посадить на «скамью штрафников», вывести из игры, проголосовав красными карточками.

Отобрать «звездочку» или «чипс», заработанные примерным поведением, показать желтую карточку, предупреждающую об «опасности поведения», вручить нелепый бантик в качестве антинаграды.

При проявлении агрессии предложить разрядить ее на боксерской груше, в спортивных упражнениях, физической работе. При несогласии – показать кто сильнее, обхватив «мертвой хваткой», приперев к стенке или «дав сдачи».

При притивоправном поведении отвести в милицию, вызвать ее.

Передать ответственность за последствие избранного ребенком поведения ему самому.

Перестать баловать, не покупать лишних «незаслуженных» игрушек.

Лишить внимания, не разговаривать и не смотреть на ребенка, пока тот не перестанет капризничать и не выполнит инструкции.

Дать ребенку свободно высказаться.

Самим родителям подавать пример выполнения нового, трудного, пугающего задания, вдохновлять, создавать ситуацию успеха.

При невозможности отреагировать «сейчас и здесь» выдать «штрафной талон», четко обозначив время, место и форму осуществления наказующей процедуры.

Составить список студенческой поведенческих проблем и решать их последовательно, одну за другой, а не пытаться решить все сразу.

Отказаться от стремления сделать ребенка сверхсовершенным, ограничить список проблемного поведения только теми поступками, дискомфорт от которых не перекрывается радостью от успехов в учебе, творческих достижений ребенка, его душевным теплом.

Последовательно передать ребенку ответственность за те проблемы, которые он в состоянии решать самостоятельно, показывая пример решения собственных проблем (родительской части общих проблем) и заботы о своем благополучии.

Увеличить время «чистого» общения с ребенком.

Облекать трудные задания в игровую и соревновательную формы.

Общаться на равных, заменив «ТЫ-высказывания» «Я-высказываниями».

Разделить общую проблему (например, проблему «неаккуратности») на конкретные поведенческие «мишени» («Собирание игрушек», «Складывание одежды» и т.п.) и последовательно работать над каждой из них.

Порицать не ребенка (он безусловно любимый), а его поведение, которое он может исправлять без ущерба для чувства полноценности (бороться не с ребенком, а с его «манерами»).

Учитывать черты характера своего ребенка, индивидуализируя мотивацию его поведения в соответствии с актуальными потребностями (сначала «стерпится», а потом может и «слюбится»).

Рассказывать ребенку об отрицательном влиянии капризов