

Гиперактивный ребенок Что делать в сложной ситуации?

- 1.** Научиться не придавать «поступку» чрезмерного значения, сохранять спокойствие (не путать с показным спокойствием, когда взрослый всем своим видом дает понять: «Давай, давай, мне это безразлично, это твои проблемы»). Это не означает, что нужно всегда идти на поводу у ребенка, не замечать его поступков, потакать ему, не контролировать его действия и не предъявлять к нему никаких требований. Наоборот, необходимы жесткие требования (в пределах возможностей ребенка), не меняющиеся в зависимости от ситуации и настроения взрослых. Нужны требовательность, плюс спокойствие и доброжелательность. Ребенок должен осознать, что требование не прихоть взрослого, а отказ не демонстрация враждебности, не наказание за поступок или просто ваше не внимание к просьбе.
- 2.** Никогда не наказывать ребенка, если проступок совершен впервые, случайно или из за ошибок взрослых.
- 3.** Не отождествлять проступок (нарушения поведения) и ребенка. Тактика «ты плохо себя ведешь - ты плохой» прочна, она закрывает ребенку выход из ситуации, снижает самооценку, создает ситуацию страха. Видимо, поэтому непослушные дети так часто спрашивают родителей: «Ты меня любишь?»
- 4.** Обязательно объяснить, в чем проступок и почему так себя вести нельзя. Однако если мама чуть что срывается на крик, а папа всегда готов шлепнуть, вряд ли можно объяснить ребенку, что кричать и драться не хорошо.
- 5.** Не стоит злословить по поводу проступка, напоминать о нем (для профилактики), стыдить перед другими взрослыми и сверстниками. Это унижает, рождает обиду и боль. Ребенок может, не осознавая этого, ответить тем же. Не стоит удивляться в этих случаях детскому «ненавижу» или «я тебя тоже не люблю», «ты злая».
- 6.** Не следует ставить в пример непослушному ребенку хороших братьев и сестер, сверстников, ускоряя «есть же нормальные дети, которые не изводят своих родителей». Жестокое обращение как вариант отрицательного реагирования или негативного подстегивания менее эффективно, чем так называемое положительное подкрепление.