

## Дети, которых не понимают взрослые

Они почти всегда возбуждены, непоседливы, невнимательны, с ними трудно и родителям, и педагогам. «Нарушители порядка и спокойствия», «неуправляемые» – самые мягкие эпитеты, которыми награждают этих детей взрослые.

*«Он никогда не сидит на месте, не хочет быть спокойным. Он буквально изводит меня, словно не слышит, что я прошу его успокоиться, мне даже кажется, что он делает это специально, чтобы вывести меня, – жалуется мама шестилетнего Дениса. – С тех пор как он стал ходить, я постоянно настороже. Он хочет всё делать сам, но не способен собраться, не способен зафиксировать своё внимание больше чем на несколько минут. Ему трудно со сверстниками, он нетерпелив, раздражается, очень резко реагирует на любой отказ. Его поведение создаёт проблемы везде – и дома, и в группе, и во время прогулок». Монолог мамы можно продолжить, как и перечисление бесконечных «проступков» Дениса. При этом мама всё время подчёркивает, что Денис сам научился читать в 5 лет, что его многое интересует, он любит порассуждать на разные темы, но... своенравен и недисциплинирован. Мама Дениса уверена, что он «не хочет» подчиняться требованиям взрослых и главная задача – «заставить» его всё делать «так, как надо».*

К сожалению, взрослые не готовы не только понять причины подобного поведения ребёнка и проявить терпение, но и взять на себя ответственность за его состояние и поведение.

Как правило, «беспокойность» проявляется достаточно рано – к 2-3 годам, но родители объясняют её шаловливостью, живостью характера, условиями воспитания и т.п. Сложнее становится в 5-6 лет, когда ребёнок сталкивается с необходимостью соблюдения режима дня, расписания занятий, требований учебного процесса при подготовке к школе.

Слабая концентрация внимания, неусидчивость и отвлекаемость, неумение сосредоточиться и довести работу до конца приводят к трудностям обучения. Нередко эти проблемы принимают драматический характер, так как учебные успехи даже на этапе подготовки к школе становятся обязанностью ребёнка, а родители оказывают всё большее давление на него. Собственные неудачи и недовольство взрослых ещё больше осложняют ситуации, ухудшают состояние ребёнка.

Нередко мы сами провоцируем ребёнка на «плохое» поведение раздражением, нетерпением, требованиями, с которыми он не может справиться. Мы должны научиться быть последовательными и спокойными, твёрдыми, но доброжелательными.

**Важно понять, что ребёнка нужно не только любить, но и уважать его личность. Любой ребёнок, даже самый непослушный, вправе рассчитывать на наше понимание и помощь.**

### **«Не хочет» или «не может?»**

Пожалуй, это главный вопрос, на который хотели бы получить ответ и педагоги, и родители. Ответив на него, вы сможете решать проблемы ребёнка и адекватно реагировать на его «выходки». К сожалению, более 70% родителей и 80% педагогов считают, что ребёнок должен «быть послушным», должен «уметь себя вести», должен быть внимательным, старательным и т.п. Причём, «послушание» (которое понимается как беспрекословное подчинение требованиям взрослых) родители считают едва ли не самым главным достоинством ребёнка. Тихий, малоактивный, сидящий часами со своими игрушками ребёнок не мешает и, как правило, не вызывает тревоги, несмотря на то что у него, вероятно, немало проблем. А вот шумный, беспокойный, много говорящий, постоянно требующий внимания утомителен, нередко раздражает взрослых.

Особенно сложно этим детям в коллективе, при чётко организованном режиме и системе достаточно жёстких требований.

Наличие таких признаков: невнимательность, отвлекаемость, гиперактивность, импульсивность свидетельствует о специфическом нарушении психического здоровья – **синдроме дефицита внимания (СДВ)**, или гиперкинетическом синдроме детского возраста.

**Синдром дефицита внимания** в последней медицинской классификации определён как заболевание. Это значит, что ребёнок хочет, но не может изменить своё поведение по желанию взрослых. Необходима специальная тактика работы с таким ребёнком, а иногда и лечение. СДВ – пожалуй, самая распространённая форма нарушений поведения. Детей с СДВ около 15-20%, причём синдром в 3-5 раз чаще встречается у мальчиков.

### **Что должно насторожить в поведении ребёнка?**

1. Беспокойные движения рук и ног.
2. Сидя на стуле, крутится, часто меняет позу, особенно во время целенаправленной деятельности или занятий.
3. Легко отвлекается на любые посторонние раздражители.
4. С трудом дожидается своей очереди во время игр и в различных ситуациях в коллективе.
5. На вопросы отвечает не задумываясь, не выслушивая их до конца.
6. При выполнении предложенных заданий испытывает трудности, связанные с непониманием инструкции, проблемами планирования и организации деятельности.
7. Часто переходит от одного незавершённого действия к другому.
8. Не может играть тихо, спокойно.
9. Часто мешает другим, пристаёт к окружающим (например, вмешивается в игры других детей).
10. Много разговаривает сам, но не слушает речь, обращённую к нему.
11. Часто теряет вещи.

12. Часто совершает опасные действия, не задумываясь о последствиях (например, выбегает на улицу, не оглядываясь по сторонам).

**Если не менее восьми перечисленных признаков проявляются в поведении вашего ребёнка ежедневно, по крайней мере, в течение полугода, то можно говорить о синдроме дефицита внимания/**

### **Тактика общения с непоседой**

Важно понять: стиль и тактика нашего общения закладываются в раннем детстве. Ребёнок испытывает средства нашего воздействия (положительного и отрицательного), нашу реакцию, нашу выдержку. И если мы пытаемся изменить ситуацию криком, угрозами, наказаниями, то тем самым создаём основу для будущих проблем.

Взрослые хотят руководить ребёнком. Но руководить не значит заставлять, требовать беспрекословного подчинения. У ребёнка должно возникнуть желание, чтобы им руководили. Он должен доверять нам, а упреки и угрозы совсем не способствуют этому. Эффективность общения зависит не только от нашего желания добиться определённых результатов, но и от того, как мы это делаем. И здесь имеет значение всё – тон, интонация, взгляд, жесты.

#### ***Как разговаривать с беспокойным ребёнком?***

Недопустимы (даже в критических ситуациях) грубость, унижение, злость. Выражения типа «терпеть не могу», «ты меня извёл», «у меня нет сил», «ты мне надоел», повторяемые по нескольку раз в день, бессмысленны. Ребёнок просто перестаёт их слышать.

Не разговаривайте с ребёнком между делом, раздражённо, показывая всем видом, что он отвлекает вас от более важных дел, чем общение с ним. Извинитесь, если не можете отвлечься, и обязательно поговорите с ним позже.

Если есть возможность отвлечься хотя бы на несколько минут, отложите все дела, пусть ребёнок почувствует ваше внимание и заинтересованность.

Во время разговора помните, что важны тон, мимика, жесты, на них ребёнок реагирует сильнее, чем на слова. Они не должны демонстрировать недовольство, раздражение, нетерпение.

Разговаривая с ребёнком, задавайте вопросы, требующие пространного ответа.

Поощряйте ребёнка в ходе разговора, покажите, что вам интересно и важно то, о чём он говорит.

Не оставляйте без внимания просьбы ребёнка. Если просьбу нельзя выполнить по какой-то причине, не отмазывайтесь, не ограничивайтесь коротким «нет», объясните, почему вы не можете её выполнить. Не ставьте условий для выполнения просьбы, например: «Если ты сделаешь это, то я сделаю то-то». Вы можете поставить себя в неловкую ситуацию.

#### ***Что делать в сложной ситуации?***

Научиться сохранять спокойствие (не путать с показным спокойствием, когда взрослый всем своим видом даёт понять: «давай, давай, мне это безразлично, это твои проблемы»). Это не означает, что нужно всегда идти на поводу у ребёнка, не замечать его проступков, потакать ему, не контролировать его действий и не предъявлять к нему никаких требований. Наоборот, необходимы чёткие требования (в пределах возможностей ребёнка), не меняющиеся в зависимости от ситуации и настроения взрослых. Нужны требовательность плюс спокойствие и доброжелательность. Ребёнок должен осознавать, что требование - не прихоть взрослого, а отказ - не демонстрация враждебности, не наказание за проступок или просто ваше невнимание к его просьбе.

Никогда не наказывать, если проступок совершён впервые, случайно или из-за ошибки взрослых.

Не отождествлять проступок (нарушение поведения) и ребёнка. Тактика «Ты плохо себя ведёшь – ты плохой» порочна, она закрывает ребёнку выход из ситуации, снижает самооценку, создаёт ситуацию страха. Видимо, поэтому непослушные дети так часто спрашивают родителей: «Ты меня любишь?»

Обязательно объяснить, в чём состоит проступок и почему так себя вести нельзя. Однако если мама чуть что срывается на крик, а папа всегда готов шлёпнуть, вряд ли можно объяснить ребёнку, что кричать и драться нехорошо.

Не стоит злословить по поводу проступка, напоминать (для профилактики), стыдить перед другими взрослыми и сверстниками. Это унижает, рождает обиду и боль. Ребёнок может, не осознавая этого, ответить тем же. Не стоит удивляться в этих случаях детскому «ненавижу» или «я тебя тоже не люблю», «ты злая».

Не стоит ставить в пример «непослушному» ребёнку «хороших» братьев и сестёр, сверстников, укоряя «есть же нормальные дети, которые не изводят своих родителей». Родители, которые легко выходят из себя, не умеют держать себя в руках, а значит, не умеют себя вести, не очень хороший пример для детей.

### ***Какой метод эффективнее – похвала или наказание?***

Практика показывает, что родители (и не только беспокойных детей) очень скупы на одобрение, похвалу. На вопрос, часто ли тебя хвалят родители, дети отвечают долгим молчанием, и выясняется, что хвалят редко, только за реальный результат, но никогда за старание, попытку. Старание, работа не получают одобрения, если нет результата, удовлетворяющего родителей.

В процессе занятий, обучения и особенно тогда, когда есть проблемы, ребёнку необходимы поддержка, подбадривание, которые позволяют ему понять, что он действует правильно, дают уверенность в том, что неудача

преодолима, и вы оцениваете его старание. Обращать внимание только на проблемы очень легко, а вот увидеть наметившееся улучшение непросто. Но без поддержки взрослого ребёнок его тоже не заметит. «Я уверен, что у тебя получится», «Я помогу тебе, и ты обязательно сделаешь...», «Молодец, ты меня радуешь». Эти формулы одобрения стандартны, и каждый может использовать свои. Одобрение, поддержка и похвала стимулируют ребёнка, повышают мотивацию.

Жёсткое обращение (замечания, укоры, угрозы, наказания) может кратковременно повысить эффективность, но у большинства детей это вызывает обиду, тревогу, усиливает боязнь неудачи. Причём эта тревога и боязнь родительского гнева провоцируют новые проступки, хотя страх порицания и наказания нередко создаёт иллюзию позитивного изменения ситуации. Уступчивость и послушание зачастую достигаются за счёт накапливаемого ожесточения, отрицательных эмоций и нарушения взаимоотношений. Угроза основана на допущении, что страх может быть достаточным мотивом для достижения какого-то результата (и действительно, кратковременный эффект может быть), но чувство обиды (особенно осознаваемой как незаслуженная обида) обычно даёт обратный эффект.

***Поэтому чаще хвалите ребёнка, чем осуждаете его, подбадривайте, а не подмечайте неудачи, вселяйте надежду, а не подчёркивайте, что изменение ситуации невозможно. Для того, чтобы ребёнок поверил в свой успех, в возможность преодоления проблем, в это должны поверить взрослые!***