



Родителям детей с СДВГ посвящается

Воспитывать ребенка - это великий труд, полный сомнений, тревог и печалей. Воспитывать же ребенка, у которого есть определенные трудности, в сотни раз сложнее. Ведь часто те методы, которые хорошо работают с обычными детьми, для детей с СДВГ недостаточны и от этого малоэффективны. Такой ребенок - это всегда стресс для семьи, он требует постоянного присмотра, часто попадает в неприятности, неподатлив к воспитательным воздействиям.

Сейчас есть тенденция призывать к воспитанию детей в демократичном стиле через разговоры, объяснения и понимание. Это очень хороший метод, но проблема заключается в том, что дети с СДВГ склонны частично или полностью игнорировать слова, они, либо их не слышат, либо забывают. Ко мне, однажды, обратилась мама мальчика и рассказывала о том, что ей приходится по сотни раз произносить одно и то же и все без толку. Представляю, насколько выматываются от всего этого родители. И не просто выматываются, а наступает самое настоящее эмоциональное истощение.

Так то же происходит? Дети с СДВГ по своей природе невнимательны и импульсивны, но эти особенности по разным причинам могут игнорировать или не восприниматься всерьез. Родители пытаются достучаться по-хорошему, вразумить ребенка. К сожалению, попытки научить ребенка понятиям «нет», «нельзя», «надо» остаются тщетными. Неминуемо нарастает разочарование в себе как родителях, в ребенке, методах обучения, друг в друге. На этой почве наступают эмоциональные срывы, которые могут приводить к применению физических наказаний или угроз, так как демократические методы не сработали. Стиль воспитания становится непоследовательным, так как родители растеряны и попусту не знают как быть. К сожалению, и это не улучшает ситуацию, даже, наоборот, усугубляет ее. Происходит опасность разрыва детско-родительских отношений, у ребенка начинают проявляться оппозиционные и враждебные нотки в поведении. Ну и, конечно, масло в огонь подливают соседи и родственники, которые не имеют ни малейшего представления о том, какого приходится родителям, но активно советуют что-то или попусту обвиняют в неправильном воспитании.

Так что же делать?

Первое, что, на мой взгляд, необходимо сделать - это принять факт того, что в семье растет особый ребенок, который нуждается в особом подходе.

Второе - это тщательно исследовать проблему СДВГ, понимать откуда что берется, какие сложности существуют у ребенка, какие особенности. Все это позволит понимать ребенка и вырабатывать верные стратегии.

Третье - это единство мамы и папы. Родители должны выступать как единая команда, вместе обсуждать проблемы и вырабатывать решения, поддерживать друг друга.

Четвертое - посещение групп поддержки. Родители должны заботиться о собственном эмоциональном состоянии, ведь, если не вы - то, кто позаботится о ребенке.

Пятое - личная жизнь. Родителям стоит избегать полного погружения в ребенка, должны быть островки для себя в виде хобби, собственных дел, пространства, времени. Иначе, очень быстро наступит истощение.