##

# 10 педагогических правил

**поведения родителей гиперактивных детей**

**от доктора Комаровского**

*Правила, которые устанавливаются для гиперактивных детей, для всех остальных тоже действуют. Просто для гиперактивных они намного важнее.*

1. **Установите контакт.** Не надо говорить, обращаясь к люстре. Обращайтесь к ребенку. Если вам недостаточно слова, прикоснитесь к нему, поверните его к себе. Уберите все то, что может помешать контакту - игрушки, музыку, телевизор, орущую бабушку.
2. **Закон постоянства правил.** Вот если сегодня нельзя крутить ручку на газовой плите, то завтра это тоже нельзя делать. Если нельзя врываться в ванну, когда там кто-нибудь моется, и нельзя сегодня, то завтра тоже нельзя. Правила должны быть понятны, конкретны, выполнимы.
3. **Порядок и безопасность.** Выдолжны сделать все для того, чтобы уменьшить вероятность травм - чтобы ребенок не дернул ни за какой шнур, чтобы он не засунул два пальца в розетку, чтобы ничего в этом доме не упало. Родители в плане порядка и безопасности должны служить примером.
4. **Режим во всем.** Чем чаще вы одно и то же повторяете и делаете с гиперактивным ребенком, тем у вас лучше получается. Поэтому даже если это выходной, давайте встанем так же, как мы встаем во все другие дни – не в 10, а в 7. Давайте есть в определенное время, из определенной тарелки, давайте складывать игрушки, давайте убирать все, что только можно.
5. **Правило кулика**. Речь идет о кулике, который постоянно хвалит свое болото. Мы очень любим ругать наших детей. И иногда мы вообще перестаем замечать, какие они симпатичные и как у них что-то хорошо получается. Вот выискивайте то, что хорошо, и постоянно хвалите его, хвалите, и хвалите.
6. **Не победа, а участие.** Олимпийский принцип для гиперактивных детей важен как никогда. Хвалите за то, что он это делает. Да, ему не удалось отмыть тарелку до конца. Но ведь он ее мыл, и это большое достижение!
7. **Ветер в паруса.** Всегда наша задача найти у нашего ребенка те особенности, в которых он проявляется лучше всего. Давайте поддерживать их в том, что у них получаются. Такие дети всегда получают особое удовольствие от того, что выполняют то, что у них хорошо получается.
8. **Энергию в нужное русло.** Давайте научимся тратить избыток энергии. Если вы хотите спокойно провести ночь, вы просто вынуждены вечером побегать за собакой или покататься на велосипеде. Не потратите энергии, не будет вам счастья, не будет вам спокойной ночи.
9. **Искусство собираться в поход.** Очень важно обеспечить безопасность такому ребенку и себе самим, когда вы куда-то собираетесь. Собираясь в гости, надо очень долго думать о том, что нам взять с собой, провести педагогическое общение - рассказать, что можно, а что нельзя.
10. **Родители тоже люди.** Если у вас все-таки есть возможность на кого-то его оставить, каким-то образом его нейтрализовать, используйте любую минуту для того, чтобы от него отдохнуть. Используйте для этого бабушек, используйте взрослых соседских детей. Короче говоря, думайте о себе, вашему гиперактивному ребенку нужны адекватные, мирные, и спокойные мама и папа. Больше, чем все остальное.