

ЧАСТЬ 1.

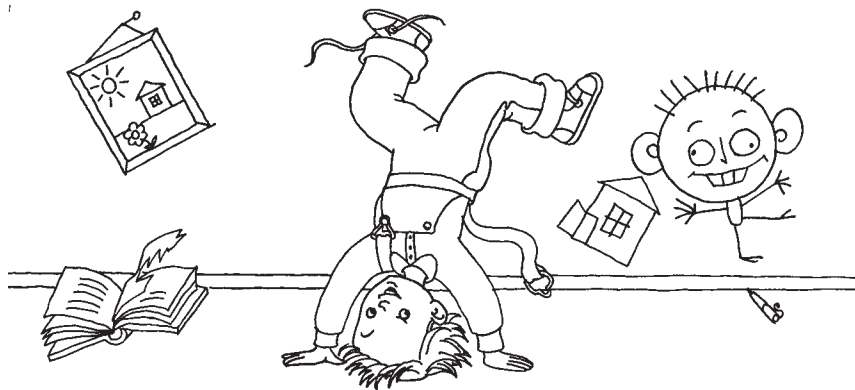
ВСЕ О ГИПЕРАКТИВНОСТИ

ЧТО С МОИМ РЕБЕНКОМ?

.....

Многие из нас знают детей, о которых говорят: «он непоседа», «у него моторчик в одном месте», «в нем есть какая-то тайная пружинка, он не может просидеть спокойно и минуты», «это ребенок-катастрофа, он все ломает», «он носится повсюду, сметает все на своем пути». Перечитав множество книг и статей по психологии, которыми изобилуют прилавки книжных магазинов и сайты Интернета, наслушавшись «всезнающих» соседок и подруг, созерцая разломанные игрушки, разорванные книги и разрисованные обои, мы легко ставим такому ребенку «диагноз» — ГИПЕРАКТИВНОСТЬ. Кажется, на ребенке поставлен крест, ничего хорошего из этого мальчика (этой девочки) не получится.

.....



В кабинете психолога...

Ольга, 26 лет; сын Богдан, 3,5 года

...Он же совсем не слушается. Делает только то, что ему интересно, а не то, что нужно. Все машинки, которые я ему покупаю, сынишка ломает, разбирая все на мелкие кусочки. У нас по всей квартире валяются колеса, дверцы от машинок. А убирать это все он не хочет. А на прошлой неделе засунул хомячка в игрушечный танк, мы так и не смогли его вытащить оттуда... Скорее всего, у моего сынишки гиперактивность. У меня уже нет сил все это терпеть...

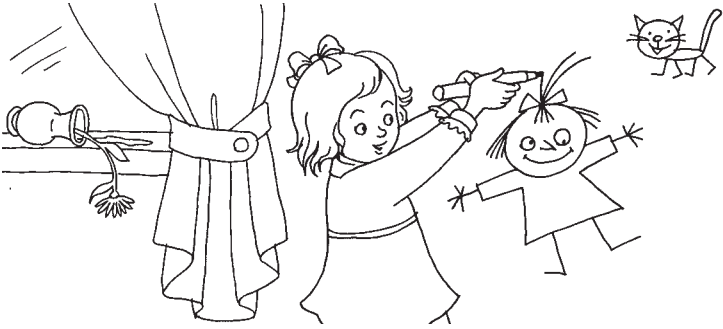




В кабинете психолога...

Наталья, 29 лет; дочь Маша, 5 лет

...Ну, вообще-то она у меня гиперактивная. У нас разрисованы маркером все обои в квартире. Что мы только не делали: и уговаривали, и наказывали, и запрещали. Ничего не помогает. А мультики как она смотрит! Вверх ногами или прыгая на диване, пока не свалится...



Однако если взять другую крайность, когда ребенок очень тихий и спокойный, — сложно не согласиться, что это тоже пугает. Сразу возникают вопросы: «Может, что-то с ним не так? Может, он болен? Может, он напуган?». Ведь считается, что ребенок должен быть подвижным, активным, прыгать и бегать, а мальчик — еще и драться, иначе — с ним что-то не то.

Активный ребенок — это, в первую очередь, здоровый ребенок! Ведь не станет приболевший малыш бегать и прыгать, ломать и складывать, разбрасывать и собирать, крушить и строить, а еще танцевать, петь,

кричать — и все это почти одновременно. Только став родителями такого сокровища, понимаешь истинный смысл старой доброй поговорки: «Какой же ты хороший, когда спишь зубами к стенке!»



В кабинете психолога...

Елена, 36 лет; сын Никита, 4 года

...Никита очень послушный мальчик, но почему-то ему не интересно играть с ребятами, он может целый день просидеть наедине с конструктором. Если мы идем на прогулку, Никита не выпускает мою руку. Если на площадке у него забирают игрушку, он не сопротивляется, никогда не может дать сдачи. Меня это пугает. Как же мы пойдем в садик, а потом в школу? Мне кажется, с моим сыном что-то не так...



Так где же проходит граница между здоровой активностью и той самой гиперактивностью, которая так пугает и раздражает родителей? Где норма детской

активности, а где — перебор? В этом нам и предстоит разобраться. Оказывается, есть большая разница между просто активностью и навязчивой перевозбудимостью. Давайте пройдем тест!

Наш тест будет похож на детскую игру «Найди пять отличий...».

Активный ребенок	Гиперактивный ребенок
<p>1. Большую часть дня «не сидит на месте», пассивным занятиям обычно предпочитает подвижные игры, но если его заинтересовать — может и книжку с мамой почитать, и пазлы собрать</p>	<p>1. Находится в постоянном движении и просто не может себя контролировать, продолжает двигаться, даже когда устал, а выбившись из сил окончательно, плачет и устраивает истерики</p>
<p>2. Быстро и много говорит, задает бесконечное количество вопросов «Зачем?» и «Почему?»</p>	<p>2. Быстро и много говорит, глотает слова, перебивает, не дослушивает. Задает миллион вопросов, но редко выслушивает ответы на них</p>
<p>3. Нарушение сна и пищеварения (кишечные расстройства) для него скорее исключение</p>	<p>3. Его невозможно уложить спать, а если спит, то урывками, беспокойно. Часто страдает кишечными расстройствами, и аллергии для него не редкость</p>

Активный ребенок	Гиперактивный ребенок
<p>4. Ребенок активный не везде. К примеру, беспокойный и непоседливый дома, но спокойный в садике, в гостях у малознакомых людей</p>	<p>4. Ребенок неуправляемый, абсолютно не реагирует на запреты и ограничения. В любых условиях (дом, магазин, детсад, детская площадка) ведет себя одинаково активно</p>
<p>5. Обычно неагрессивный. Случайно или в пылу конфликта может и наподдать совочком «коллеге по песочнице», но сам редко провоцирует конфликт</p>	<p>5. Часто провоцирует конфликты. Не контролирует свою агрессию: дерется, кусается, толкается, причем пускает в ход подручные средства — палки, камни...</p>

И если после того как вы внимательно просмотрели и изучили представленный тест, у вас все-таки сохранилось мнение, что ваш ребенок скорее гиперактивный, чем активный, давайте обратимся к более подробному рассмотрению явления гиперактивности у детей, основных симптомов этого состояния и причин их возникновения.

Примеры самых распространенных жалоб родителей гиперактивных детей на приеме у психолога

Ребенок:



- постоянно вертится, не может устоять на месте;

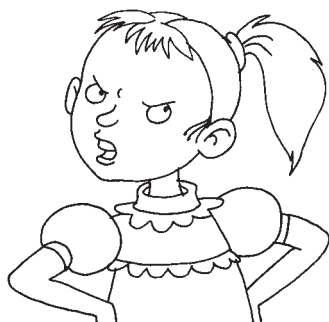


- постоянно теребит в руках какую-то игрушку;

12 Гиперактивный ребенок



- чрезмерно болтлив;



- раздражает родителей своей манерой поведения;



- плохо контролирует свои побуждения, очень импульсивен;



- очень много двигается, ему сложно усидеть на одном месте;



- провоцирует множество конфликтов и споров;

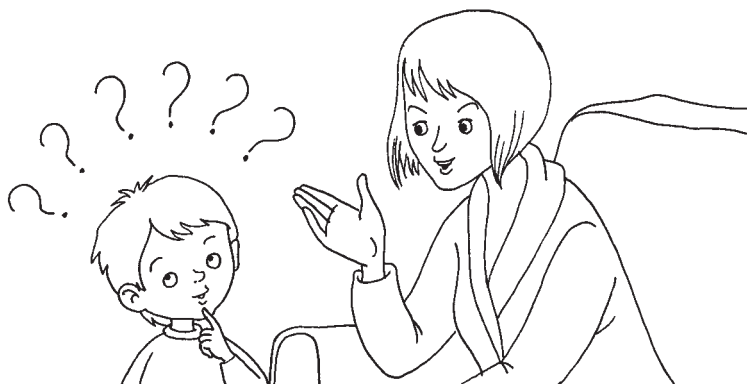
14 Гиперактивный ребенок



- смотрит телевизор, стоя на голове;



- плохо координирует свои движения, постоянно роняет или ломает вещи, проливает жидкости;



- задает множество вопросов и не дожидается ответов на них;

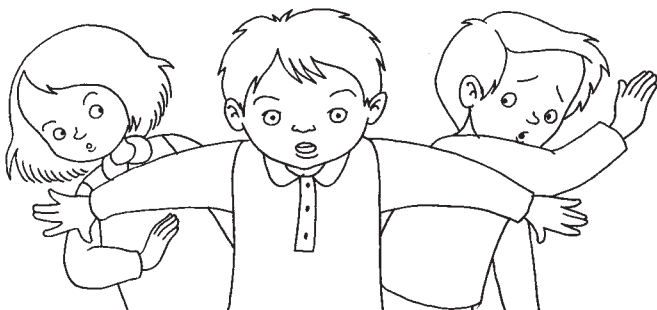


- постоянно отвлекается, невнимательный;

16 Гиперактивный ребенок



- довольно неловкий, неуклюжий;



- не может спокойно дождаться своей очереди;



- вмешивается в чужие разговоры, игры;
- и вообще — его «слишком много».