

## Гипердинамический ребенок и развивающие занятия

Как Вы уже знаете, нервная система гипердинамического ребенка работает с постоянным перегрузом сразу по двум направлениям - нормальное возрастное развитие и восстановление полученных в младенчестве повреждений.

Следовательно, какие-то функции у ребенка развиты недостаточно, отстают от возрастных норм. Как правило, это не относится к интеллекту. Ребенок вполне сообразителен, но в чем-то ведет себя, как дети младшего возраста. В первую очередь, это относится к развитию произвольного внимания, способности к планированию и способности предвидеть результаты своих действий. Кроме того, большинство детей испытывают значительные трудности в регулировании своей моторной активности (например, ребенку трудно усидеть на месте, трудно по просьбе взрослого перестать бегать, прыгать и т. д.).

Помните, ребенок не хочет ничего плохого, у него просто не получается. Однако все это как-то нужно регулировать и держать в каких-то рамках. Следовательно, в определенный период времени именно Вы должны взять на себя часть регуляторных функций, недоступных ребенку. Что это значит на практике?

В первую очередь, гипердинамическому ребенку нужен жесткий режим дня. Режим дня нужен всем детям, но для здоровых детей он лишь украшает жизнь семьи и высвобождает свободное время родителям.

В последние годы все более модным становится отдавать совсем маленьких детей в какие-нибудь школы развития, в которых детей учат всему понемногу. Школы эти всегда платные, и другие родители, как правило, очень недовольны тем, что гипердинамический ребенок постоянно будоражит атмосферу на занятиях, что учитель (воспитатель) вынужден постоянно на него отвлекаться, успокаивать, стыдить и т. д. Иногда они даже просят убрать "неудобного" ребенка из группы. Поскольку организация коммерческая, администрация вынуждена идти им навстречу, родителям гипердинамического ребенка стыдно и обидно, свои чувства они, естественно, вымещают на виновнике, и ребенок получает первое доказательство своей "неполноценности".

Драматизм ситуации, как правило, еще увеличивается из-за того, что гипердинамическому ребенку ходить в школу развития нравилось. Там были интересные занятия, друзья-приятели. Родители не преминут укорить и этим: - Ну вот, тебе так нравилось туда ходить, а теперь все - выгнали! Не мог себя как следует вести, вот и получай теперь! Сиди дома! А Дима с Олей вели себя нормаль-но, вот они теперь и ходят, занимаются...

Если в семье растет гипердинамический ребенок, правильной политикой по отношению к дошкольным заведениям, по-видимому, будет следующая:

1. Не стоит отдавать ребенка до шести лет в группы, где обучение строится по "школьному" типу, то есть дети сидят за партами в течение "урока", внимательно слушают учителя и выполняют задания.
2. Допустимо и уместно организовать занятия в группах, где все происходит в игровой обстановке, где дети во время занятий могут свободно перемещаться по комнате, стоять, сидеть, прыгать, отвечать по желанию.
3. Если проявления гипердинамического синдрома очень сильны (ребенок-"катастрофа"), то до шести лет можно обойтись без дополнительных обучающих

занятий, ограничившись тем, что дают в садике. У нервной системы ребенка и так много забот. Как-нибудь он обойдется пока без английского алфавита.

4. Если ребенок попал-таки в школу развития, в которой он явно неуместен, не доводите ситуацию до критической. Быстро забирайте его оттуда, пока ему в глаза не объяснили, кто он такой. И ни в коем случае не качайте права перед администрацией или другими родителями (иначе потом возникнет соблазн разрядиться на ребенке, как на непосредственной причине ваших неприятностей). Объясните ребенку, что он, может быть, еще слишком мал для таких занятий и что Вы будете искать то, что ему больше подходит. Или вернетесь к занятиям на следующий год, когда он подрастет...

Если в семье с гипердинамическим ребенком - дошкольником ничем "образовательным" не занимаются, играют с ним в те игры, которые предпочитает он сам (гонять мяч, "возиться", прыгать и т. д.), то до шести лет никакие познавательные проблемы родителей обычно не беспокоят. На первый план в этом случае выходит подвижность и "травматичность" ребенка. Впрочем, если ребенок достаточно гуляет во дворе, и дома ему есть, по чему (или по кому) и на чем покувыркаться, и проблема излишней активности выглядит весьма не напряженно. Но существуют семьи, в которых ребенка непременно стараются "развивать", причем стараются начать делать это как можно раньше.

Сейчас есть системы, которые рекомендуют начинать заниматься еще до рождения ребенка. У каждой системы есть определенное количество фанатичных сторонников с горящими глазами, которые читают соответствующую литературу, а потом изготавливают специальные кубики, обклеивают мебель крупно написанными ярлыками, вешают над кроваткой младенца таблицу умножения и т.д. и т.п.

Абсолютное большинство родителей не делает ничего экзотического, но уже пребывает в убеждении, что просто играть, разговаривать, баловаться и гулять с маленьким ребенком на сегодняшний день совершенно недостаточно. Чтобы идти в ногу со временем, ребенка непременно надо как-то "развивать". "Рациональные" аргументы по этому поводу выглядят обычно приблизительно так:

- чем раньше начнешь, тем больше он будет знать и уметь;
- сейчас, чтобы в хорошую школу поступить, надо либо деньги, либо интегралы брать. Как бы не опоздать;
- ну должна же я с ним что-то делать. Почему бы буквы не поучить?
- соседская девочка наша ровесница, а уже стихи читает и цифры знает. А мой даже букву "о" запомнить не в состоянии. Если сейчас не спохватиться, то что же дальше будет?!

Таким образом, в то время, когда у ребенка в норме должно развиваться правое (синтетическое, художественное) полушарие головного мозга, то есть формироваться первая целостная картина мира, его загружают совершенно ненужными ему в тот момент знаковыми системами (буквы, цифры, ноты и т. д.), стимулируя тем самым левое (аналитическое, логическое) полушарие, на работе которого и так построена вся система школьного образования. Надо сказать, что дети - система устойчивая, запрограммированная природой с большим запасом прочности. Так что большинство детей благополучно переживают родительский произвол, выучивая к четырем годам русский и латинский алфавиты, а с пяти лет начиная сносно читать вывески на магазинах. Только вот с образным мышлением у них навсегда остается какая-то проблема, и пирамидки они складывают как-то неуверенно.

Попытки "развивать" гипердинамического ребенка обычно ни к чему хорошему не приводят. Потому что у них и так - перегруз, и организм об этом прекрасно знает, а какие-то бесполезные буквы кажутся ему совершенно излишними и неуместными. Или, наоборот, буквы выучивают за три дня, а еще через неделю абсолютно все забывают. Или так: вчера - позавчера ответит, а вот сегодня - как и не было ничего! И пазлы не складывают, и мозаику скорее разбросают, чем сложат... Кроме того, родителю, который твердо решил с ребенком "заниматься", никак не удастся его отловить и усадить. Ребенок ужом выкручивается из всех новомодных педагогических систем и никак не хочет повторять достижений соседской "развитой" девочки. Куда там! Гипердинамические дети иногда и книжки-то, которые им родители читают, совершенно не слушают. Крутятся, вертятся, встают, ложатся, ноги за голову засовывают. И пересказывать прочитанное не то не хотят, не то не могут. Как же вести себя с гипердинамическим ребенком, если родитель остро ощущает потребность в "развивании" неразумного чада, а ребенок вовсе не торопится ему навстречу? Есть несколько простых правил, которые, разумеется, не решат всех проблем (ведь сам-то синдром никуда не делся), но позволят сберечь значимое количество родительских и детских нервных клеток.

1. Не пытайтесь усадить ребенка. Для занятий с младшим дошкольником вполне подходит почти любое пространство - ковер в детской, диван в гостиной, кухонный стол, двор и ванная комната. Если ребенок очень подвижен, даже во время занятий он может ходить, ползать или бегать (правда, в последнем случае вам придется бегать вместе с ним). Именно в движении гипердинамический ребенок будет легче усваивать информацию. Фиксация позы требует от ребенка слишком большого напряжения.
2. Занятия должны быть очень короткими (не более 10 минут). Если ребенок может удерживать концентрацию внимания только две минуты, начинайте с двух минут. Эти две минуты могут повторяться каждый час. Через некоторое время концентрация увеличится до трех, а потом и пяти минут. Занятия длиннее десяти минут для гипердинамического младшего дошкольника малополезны, так как он все равно усвоит только то, что было вначале. Все остальное время занятия ребенок будет думать только о том, как бы удрать.
3. Решите заранее, чем именно вы хотите заниматься сегодня. Соображать "по ходу дела" недопустимо. Слишком велик дефицит внимания и слаба концентрация. Ребенок будет с вами только в том случае, если все занятие проходит "на одном дыхании". А это возможно только при тщательном предварительном обдумывании. Заранее подготовьте все игрушки или другие пособия, которые понадобятся вам для занятия. Если вы начнете что-то искать во время занятия, то ребенок охотно включится в этот процесс, совершенно позабыв о цели, для которой вам понадобился мишка или колечко.
4. По возможности приучайте ребенка к регулярности занятий. Если они происходят всегда сразу после полдника или после ванной перед сном, то в урочное время мозг ребенка будет соответствующим образом настраиваться. Возможно, ему даже удастся усидеть за столом. Старайтесь не пропускать занятия. Пусть они будут совсем коротенькими (например, пять минут), но зато каждый день по три раза. Для гипердинамического (да и для любого маленького) ребенка это куда лучше, чем по полчаса два раза в неделю.
5. Не слишком гоняйтесь за суперсовременными системами. Пусть тот, кто хочет, занимается с ребенком "по Никитиным" или "по Глену Доману". Играйте с ребенком в древние и мудрые "развивательные" игры типа: "Что грузили на пароход?!", "Что положим в кузовок?", "Что хотите, то берите, "да" и "нет" не говорите, черного и белого не называйте, о красном не упоминайте... Вы поедете на бал? Вспомнили? Эти игры хороши тем, что вовсе не требуют усаживания

ребенка за стол. В них можно играть моя посуду, стирая или по дороге в садик и магазин. Детям эти игры страшно нравятся. К тому же они комплексные, и, например, последняя из названных игр развивает сразу: а) произвольное внимание; б) словарный запас; в) навык поиска синонимов и антонимов; г) умение строить вопросы; д) логическое мышление.

6. Если ребенок совершенно не слушает, когда ему читают книжки, возможны два пути. Первый - банальный подкуп. Вы ставите будильник на некое (очень короткое) время, например на пять минут, и говорите ребенку: "Сейчас мы будем читать сказку про Машеньку. Я читаю, ты слушаешь. Когда прозвонит будильник, все кончится". Большинство маленьких детей бывает очень заинтриговано звонящим будильником. Ребенок с нетерпением ждет, когда же будильник зазвонит, концентрируя на нем все имеющееся внимание и стараясь не пропустить этот момент. Вы читаете про Машеньку. Будильник звонит. Вы его выключаете, а ребенку говорите: "Ты молодец. Ты хорошо слушал. На тебе конфетку. Вечером почитаем еще". Ребенок доволен сразу по нескольким поводам: а) таинственный будильник зазвонил прямо у него на глазах; б) дали конфетку; в) похвалили за некое пусть непонятное, но достижение. Естественно, что ребенок будет стремиться повторить этот положительный опыт. А время до звонка будильника регулируете вы. Только не увеличивайте его слишком резко. По две-три минуты в неделю. Пятнадцать минут слушать одну книжку - это очень хорошее время для гипердинамического дошкольника, который еще недавно вообще чтение слушать отказывался. Второй путь более сложный. Здесь вам понадобится изрядная доля фантазии. Возьмите лист бумаги и нарисуйте небольшую историю. Например, щенок пошел гулять и встретил большую собаку. Щенок испугался и убежал домой. Лучше, если рисовать и рассказывать сопроводительную историю вы будете на глазах у ребенка. Ребенок заинтригован и ждет продолжения. После нескольких рисованных историй наступает время рассказов по чужим картинкам, но текст по-прежнему ваш. Когда ребенок привык и к этому, можно переходить и к настоящим книгам. Старайтесь отбирать книги, в которых много картинок, чтобы ребенок ощущал преемственность способа передачи информации.
7. Ориентируйтесь на состояние ребенка. У гипердинамических детей бывают "плохие дни", когда они буквально забывают и как будто бы теряют прочно приобретенные знания и навыки, и ругать или стыдить их по меньшей мере неуместно. Отметьте: "Сегодня у тебя это не слишком получается. Ничего страшного. Сейчас мы поиграем, а к этому вернемся в следующий раз". Ребенок будет благодарен вам за понимание, и в следующий раз, когда сможет, постарается вас порадовать. Если вы будете "нажимать", стыдить заставляя, то результат будет прямо обратным. Ребенок "уйдет в отказ", и на все ваши занятия ляжет отпечаток негативизма. Вам это надо?
8. Если ребенок посещает-таки какую-нибудь школу развития, а там задают домашние задания, которые он готовить не хочет, не особенно усердствуйте в их выполнении. Пусть ребенок пойдет на занятия с невыполненным заданием. Если ему это безразлично, значит, он еще не готов к такой форме работы. Если же он расстроился, что других детей похвалили, а его нет, вы можете сказать: "Мы тоже можем сделать это упражнение, нарисовать рисунок, выучить этот стишок. Я тебе помогу. Скажи, когда ты будешь готов". Такая политика решает сразу две задачи. Во-первых, сберегается нервная система, ваша и ребенка, так как нет боев за выполнение задания. К тому же помните: у вас еще впереди школа. Надо копить силы. Во-вторых, своей позицией вы стимулируете развитие ответственности у ребенка. Если он может (физиологически готов) взять на себя ответственность за выполнение задания, он сообщит об этом вам - вы ему поможете. Несмотря на все гипердинамические синдромы на свете, воля ребенка в этой ситуации - это уже не

только вы, а уже немножечко он сам. А это в случае гипердинамического синдрома дорогого стоит.