

# ЗМІСТ

<b>ВСТУП</b> .....	<b>9</b>
Покоління дітей «із порушеннями».....	9
Я – мама Люсіль.....	15
<b>РОЗДІЛ 1. ЗАГАЛЬНА СИТУАЦІЯ</b> .....	<b>21</b>
Світ «складних» дітей.....	21
Порушення — це не хвороби!.....	24
Шкільні методи не помиляються?.....	30
Наші діти, які приймають медикаменти.....	38
<b>РОЗДІЛ 2. Я – МАМА ЛЮСІЛЬ: НАША ІСТОРІЯ</b> .....	<b>43</b>
Народження та перші місяці.....	43
Перші роки життя.....	46
Практичний посібник.....	50
<b>РОЗДІЛ 3. СПОСТЕРЕЖЕННЯ</b> .....	<b>53</b>
Оцініть загальну будову тіла.....	53
Спостерігайте за функціонуванням.....	68

<b>РОЗДІЛ 4. ЗМІНИ</b> .....	<b>99</b>
Зверніть увагу на харчові звички дитини .....	100
Користь мануальної медицини .....	108
Поради, як навчити дитину добре читати й писати ..	112
Переваги спорту .....	113
Деякі аспекти фізіологічних рухів рук .....	114
Важливість сну та відпочинку.....	115
<b>РОЗДІЛ 5. ЗАХИСТ</b> .....	<b>119</b>
Середовище та шаблони.....	120
Слухати дитину.....	122
Самоповага .....	123
Захист і підтримка внутрішньої сили дитини.....	127
<b>ВИСНОВКИ</b> .....	<b>133</b>
<b>ДОДАТОК. КОНВЕНЦІЯ ПРО ПРАВА ДИТИНИ</b> .....	<b>139</b>
<b>БІБЛІОГРАФІЯ</b> .....	<b>141</b>

# ВСТУП

## ПОКОЛІННЯ ДІТЕЙ «ІЗ ПОРУШЕННЯМИ»

У нас криза. І ця криза охоплює не тільки світ дорослих. Вона стала наскрізною і настільки глибокою, що проходить крізь покоління і стосується вже й дітей. Наші дорослі та батьківські «негаразди» позначаються на дітях, впливають на них і змінюють їх. Нині дедалі частіше можна почути про дітей у стресі, дітей із порушеннями чи гіперактивністю. Але ж це не норма, це не фізіологічно! Безліч наших дітей страждають, їхній крик – німий, і водночас вони намагаються витримати цей світ дорослих – занадто часто фрустрованих, невпевнених, невдоволених, які здебільшого віддають дітей у розпорядження медичних протоколів. Ці протоколи підганяють під одне визначення всі риси та симптоми, а тоді з надмірною

легкістю діагностують порушення у дітей, які у більшості випадків просто жваві, чутливі чи сором'язливі, інтровертні.

Нам час прокинутися, взяти на себе відповідальність і зарадити всьому цьому, поки не пізно. Ми маємо гарантувати дітям такий психофізичний, особистісний і культурний розвиток, який сприяв би максимальному розкриттю їхнього потенціалу. Однак натомість мало, надто мало приділяємо їм уваги та часу – фактично за залишковим принципом, до того ж сприяємо виникненню у дітей тривожності щодо їхньої недостатньої успішності. Відтак їм діагностують порушення, котрі потрібно лікувати. Дислексія, дисграфія, дефіцит уваги, гіперактивність – це лише окремі приклади порушень, які змушують наших дітей проходити крізь клінічні протоколи й терапію, котрі у багатьох випадках передбачають приймання антидепресантів і заспокійливих, що сильно й назавжди змінюють їхнє життя.

### **Нова реальність**

«Піжамна вечірка» вже з садочка, три іноземні мови – з початкової школи, лижні змагання, гурток зі співу та малювання, середня оцінка – завжди й тільки «дев'ять». Від дітей вимагають бути дедалі розумнішими, талановітнішими, спритнішими, здібнішими та якомога раніше розвинутішими. Тоді ми, батьки,

здаємося сучасними й відповідальними. І, на жаль, не усвідомлюємо, як сильно все це змушує дітей страждати.

Дитина легко тривожиться і переживає стрес в усіх ситуаціях, коли не виправдовує завищені сподівання, які ми на неї поклали. Тоді вона відчувається розчарованою, неуспішною, приниженою і може «вихлюпувати» ці емоції у найчудернацькіший спосіб, або ж, зіщулюючись під суворим поглядом дорослого, може зводити довкола себе стіни з мовчання і непослуху.

Ми живемо у світі, котрий вимагає від нас отримувати все і зараз, не очікуючи слушного часу.

Зупиніться і замисліться: скільки ви знаєте дітей, які пішли у школу ще до того, як їм виповнилося шість років? Багато, справді багато, я сказала б «забагато». Школа першою вам каже, що дитинка вже готова, достатньо зріла, щоби розпочати навчання у першому класі, однак потім та сама школа під час виникнення перших труднощів стверджує, що не має необхідних інструментів для визначення, чи проблеми у навчанні дитини є нормальними, чи ні.

Школа та батьки не мають спішити, а мусять добре подумати, який саме момент сприятливий для того, щоб дитина розпочала навчання у початковій школі.

Згідно з деякими авторами та відповідними медичними текстами, слушним моментом є той, коли у дитини виростають перші постійні верхні та нижні моляри. Ці «зуби шестирічок», як їх іще називають, виростають тоді, коли дитина усвідомлює себе і своє місце (роль) у родині; розуміє, в якому середовищі вона живе та яким є світ навколо.

Однак часто трапляється так, що дитина, якій іще не виповнилося шести років і яка не досягла когнітивної, особистісної та соціальної зрілості, вже сидить за шкільною партою. Так дитину позбавляють так званого «королівського року» – фундаментально важливого періоду, коли дитина, що ходить у найстаршу групу садочка, допомагає меншим діткам, отримуючи вдячність і визнання, а тому й особисте задоволення від усвідомлення власних здатностей.

Якщо ж відправити до школи ще незрілу дитину, то це може легко спровокувати у неї відчуття власної невідповідності, що рано чи пізно дасться взнаки.

Багато наших дітей «здаються» обтяженими ADHD – ця англійська аббревіатура означає «синдром дефіциту уваги та гіперактивність». Багатьом із них після встановлення цього діагнозу прописують «Риталін». Це ліки проти психічних розладів, які, цитую документ Національної консультативної комісії Швейцарії з біомедичної етики від 22 листопада 2011 р. із назвою «Покращення стану людини

за допомогою фармацевтичних засобів», «змінюють поведінку дитини без жодної її участі: так здійснюється втручання у свободу та права дитини, оскільки фармацевтичні засоби спричиняють зміни поведінки [...]. Так дитина *позбавляється* необхідного досвіду навчання [...]».

А тепер подумайте лишень: за сім місяців до смерті знаменитий психіатр Леон Айзенберг, який вигадав це порушення (так-так, ви правильно зрозуміли: саме вигадав), зрікся власних тверджень, зробивши приголомшливу заяву: «ADHD – це ніщо інше, як приклад уявної хвороби». Він також додав: «ADHD – це приклад захворювання, сфабрикованого, щоб полегшити роботу дитячим психіатрам, які зіткнулися з поведінковими проблемами у дитини». Айзенберг також пояснив, що, перш ніж висловлювати судження та ставити необережні діагнози, необхідно ретельно дослідити емоційні, виховні й особистісні причини, котрі можуть підштовхувати дитину до неправильної поведінки. Передусім потрібно вивчити:

- Чи є проблеми у родині?
- Чи сваряться батьки між собою?
- Батьки живуть разом чи окремо?
- Чи дитину вислуховують?
- Чи приділяють їй достатньо уваги?
- Чи добре дитину виховують?