

МОЙ РЕБЕНОК ГИПЕРАКТИВНЫЙ! ЧТО ДЕЛАТЬ?



Многие дети с большим трудом могут сидеть спокойно, они постоянно в движении, невнимательны и легко отвлекаются. На языке медицинских терминов такое поведение называется синдромом дефицита внимания и гиперактивности (СДВГ).

Как определить, является ли Ваш ребенок гиперактивным? Ребенок суетлив, он очень много двигается, ему сложно сидеть. Малыш постоянно вертится на месте, может быть излишне говорливым, раздражать своей манерой поведения. Довольно часто такие детки бывают агрессивны, вызывают множество конфликтов и споров, поскольку плохо контролируют свои побуждения и достаточно импульсивны. Часто у гиперактивного крохи плохая координация движений или недостаточный мышечный контроль, он постоянно роняет или ломает вещи, проливает жидкости; он довольно неуклюж. Такому ребенку трудно концентрировать свое внимание, из-за чего он постоянно отвлекается. Он задает множество вопросов и редко дожидается на них ответа. Если гиперактивному ребенку задают вопрос, то он отвечает быстро, не дождавшись окончания вопроса. Он не может спокойно ждать своей очереди, вмешивается в чужие разговоры, игры.

Такое поведение может быть следствием как перцептивных (перцепция – восприятие) и неврологических двигательных расстройств, так и психологических проблем. К примеру, боязливые, раздражительные, тревожные дети могут производить впечатление гиперактивных. Так как же определить: гиперактивный ребенок или просто активный?

Чтобы определить, есть ли у Вашего ребенка особенности, характерные для детей с гиперактивностью, ознакомьтесь с системой критериев, по которым она определяется. В поведении ребенка должны проявляться минимум 6 из перечисленных моментов:

1. При невнимании:

- имеет незаконченные проекты;
- отличается нарушением устойчивого внимания (не может долго сосредотачиваться на интересном занятии);
- слышит, когда к нему обращаются. Но не реагирует на обращение;
- с энтузиазмом берется за задание, но не заканчивает его;
- имеет трудности в организации (игры, учебы, занятий);
- часто теряет вещи;
- избегает скучных задач и таких, которые требуют умственных усилий;
- часто бывает забывчив.

2. Сверхактивность:

- ерзает, не может усидеть на месте;
- проявляет беспокойство (барабанит пальцами, постоянно двигается, даже сидя);
- мало спит, даже в младенчестве;
- находится в постоянном движении (с «мотором»);
- очень говорлив.

3. Импульсивность:

- отвечает до того, как его спросят;
- не способен дождаться своей очереди;
- часто вмешивается, прерывает;
- резкие смены настроения;

- не может отложить вознаграждение (сразу и сейчас же);
- не подчиняется правилам (поведения, игры);
- имеет разный уровень выполнения заданий (на одних занятиях спокоен, на других – нет).

Как помочь гиперактивному ребенку?

Первостепенным является - установить причину гиперактивности. С каждым годом количество таких детей растет. На сегодняшний день среди причин возникновения выделяют:

- генетические (наследственная предрасположенность);
- биологические (органические повреждения головного мозга во время беременности, родовые травмы);
- социально-психологические (микроклимат в семье, неблагополучные семьи, неправильная линия воспитания).

Сообщите педагогам, воспитателям о проблемах ребенка, чтобы они учитывали особенности его поведения, дозировали нагрузку.

Вокруг ребенка должна быть спокойная обстановка. Любое разногласие в семье усиливает отрицательные проявления.

Важна единая линия поведения родителей, согласованность их воспитательных воздействий.

С таким ребенком необходимо общаться мягко, спокойно, т.к. он, будучи очень чувствительным и восприимчивым к настроению и состоянию близких людей, «заражается» эмоциями, как положительными, так и отрицательными.



Не превышайте нагрузки, не стоит усиленно заниматься с ребенком, чтобы он был таким, как другие сверстники. Бывает, что такие дети обладают неординарными способностями, и родители, желая их развить, отдают ребенка сразу в несколько секций, «перескакивают» через возрастные группы. Этого делать не следует, т.к. переутомление ведет к ухудшению поведения, к капризам.

Не допускайте перевозбуждения. Важно строго соблюдать режим до мелочей. Обязателен дневной отдых, ранний отход ко сну на ночь, подвижные игры и прогулки должны сменяться спокойными играми, прием пищи в одно и то же время и т.д. Друзей не должно быть слишком много.

Старайтесь делать меньше замечаний, лучше отвлеките ребенка. Количество запретов должно быть разумным, адекватным возрасту.

Чаще хвалите за то, что получается. Хвалите не слишком эмоционально во избежание перевозбуждения.

Когда просите что-то сделать, старайтесь, чтобы речь не была длинной, не содержала сразу несколько указаний. («Пойди на кухню и принеси оттуда веник, потом подмети в коридоре» – неправильно, ребенок выполнит лишь половину просьбы.) Разговаривая, смотрите ребенку в глаза.

Не заставляйте ребенка долгое время спокойно сидеть. Если Вы читаете сказку, дайте ему в руки мягкую игрушку, малыш может встать, походить, задать вопрос. Следите за ним, если вопросов становится слишком много и не по теме, ребенок ушел в другой угол комнаты, значит, он уже устал.

Приобщайте ребенка к подвижным и спортивным играм, в которых можно разрядиться от вьющей ключом энергии. Ребенок должен понять цель игры и учиться подчиняться правилам, учиться планировать игру. Желательно занять каким-то видом спорта, доступного по возрасту и темпераменту.

Освойте элементы массажа, направленные на расслабление и регулярно проводите его. Поможет сосредоточиться легкое поглаживание по руке, по плечу в процессе чтения или другого занятия.

Прежде чем отреагировать на неприятный поступок ребенка, сосчитайте до 10 или сделайте несколько глубоких вдохов, постарайтесь успокоиться и не терять хладнокровие. Помните, что агрессия и бурные эмоции порождают те же чувства и у малыша.



Гиперактивному ребенку очень сложно сконцентрироваться на соблюдении определенных норм и правил. Самые первые четкие указания образа жизни, с которыми встречается в своей жизни маленький человечек – это распорядок дня. Если взрослые члены семьи возьмут на себя обязанности по четкому соблюдению режима, то из этого процесса можно извлечь пользу. Во-первых, жесткое следование порядку в доме будет постепенно, но ежедневно обучать маленького кроху структурировать свой образ жизни, тем самым обучая его концентрироваться на своих обязанностях. Во-вторых, соблюдение строгого режима дня позволит вашему ребенку не переутомляться, вовремя есть и вовремя отдыхать.

Гиперактивный ребенок – особый, являясь очень чувствительным, он остро реагирует на замечания, запреты, нотации. Иногда ему кажется, что родители его совсем не любят, поэтому такой малыш очень нуждается в любви и понимании. Причем в любви безусловной, когда ребенка любят не только за хорошее поведение, послушание, аккуратность, но и просто за то, что он есть!

ШПАРГАЛКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

ДЕТЯМ С СИНДРОМОМ ДЕФИЦИТА ВНИМАНИЯ И ГИПЕРАКТИВНОСТЬЮ СВОЙСТВЕННЫ НЕКОТОРЫЕ ОСОБЕННОСТИ, ПРИВОДЯЩИЕ К РАЗЛИЧНЫМ ПРОБЛЕМАМ В ОБЩЕНИИ С ОКРУЖАЮЩИМИ И В ОБУЧЕНИИ. ПОПРОБУЕМ С НИМИ СПРАВИТЬСЯ.

1. ТРУДНОСТИ В ОБЩЕНИИ

НУЖНО ЗАЛОЖИТЬ СОЛИДНЫЙ ЯЗЫКОВОЙ ФУНДАМЕНТ – В ЭТОМ ВАМ ПОМОГУТ КНИГИ, ВИДЕОФИЛЬМЫ, КОМПЬЮТЕРНЫЕ ПРОГРАММЫ – А ТАКЖЕ СЕМЬЯ И ДРУЗЬЯ, КОТОРЫЕ РАЗГОВАРИВАЮТ С РЕБЕНКОМ И ПОМОГАЮТ ЕМУ УСОВЕРШЕНСТВОВАТЬ НАВЫКИ ОБЩЕНИЯ.

МОЖНО ПРЕДЛОЖИТЬ ДЕТЯМ ОБСУЖДАТЬ ИХ ВПЕЧАТЛЕНИЯ ОТ ПРОШЕДШЕГО ДНЯ ЗА УЖИНОМ. ПУСТЬ РЕБЕНОК ЧУВСТВУЕТ СЕБЯ КОМФОРТНО, КОГДА ЧТО-ТО РАССКАЗЫВАЕТ – НИКОГДА НЕ КРИТИКУЙТЕ ЕГО ЗА ЕГО СТАРАНИЯ И МЕДЛИТЕЛЬНОСТЬ.

2. ЕСЛИ РЕБЕНОК СЛИШКОМ МНОГО ГОВОРIT

ДАЙТЕ ЕМУ ЯСНО ПОНЯТЬ, КОГДА ГОВОРИТЬ МОЖНО, А КОГДА НЕЛЬЗЯ. ДЕТИ С СДВГ ЧАСТО ЗАБЫВАЮТ ЭТИ НАСТАВЛЕНИЯ, НО ИХ МОЖНО НАТРЕНИРОВАТЬ ОСТАНАВЛИВАТЬСЯ И ОБРАЩАТЬ ВНИМАНИЕ НА ТО, ЧТО ПРОИСХОДИТ ВОКРУГ НИХ.

УЧИТЕ РЕБЕНКА СЛЕДИТЬ ЗА СОЦИАЛЬНЫМИ ПОДСКАЗКАМИ: СЛУШАЮТ ЛИ ЕГО ДРУГИЕ ДЕТИ? НЕ СМЕЮТСЯ ЛИ ТАМ, ГДЕ НЕ ДОЛЖНЫ? НЕ КАЖЕТСЯ ЛИ, ЧТО ИМ НЕКОМФОРТНО? ЗАМЕЧАЯ РЕАКЦИЮ ДРУГИХ, ДЕТИ МОГУТ САМИ КОНТРОЛИРОВАТЬ СВОЮ РЕЧЬ.

ДЕТИ С СДВГ ЧАСТО ПЕРЕБИВАЮТ, ПОТОМУ ЧТО БОЯТСЯ, ЧТО “ПОТЕРЯЮТ МЫСЛЬ”. НАУЧИТЕ ИХ ЗАПИСЫВАТЬ СВОИ МЫСЛИ, ЧТОБЫ ОНИ ПОМНИЛИ ИХ, КОГДА ПРИДЕТ ПОРА ГОВОРИТЬ.

3. ЕСЛИ РЕБЕНОК ЛЕГКО ОТВЛЕКАЕТСЯ

УСТАНОВИТЕ ЕЖЕДНЕВНЫЙ РАСПОРЯДОК. МЕЖДУ ШКОЛЬНЫМИ УРОКАМИ И ВЫПОЛНЕНИЕМ ДОМАШНЕГО ЗАДАНИЯ РЕБЕНКУ МОЖЕТ БЫТЬ НУЖЕН ОТДЫХ.

ПОЭКСПЕРИМЕНТИРУЙТЕ – ПОПРОБУЙТЕ



НЕСКОЛЬКО СПОСОБОВ ОРГАНИЗАЦИИ РАБОЧЕГО МЕСТА. НЕКОТОРЫМ ДЕТЯМ НУЖНО ПОЛНОСТЬЮ ИСКЛЮЧИТЬ ВСЕ ОТВЛЕКАЮЩИЕ ФАКТОРЫ, ДРУГИЕ ЛУЧШЕ РАБОТАЮТ ПОД МУЗЫКУ.

САДИТЕСЬ РЯДОМ С РЕБЕНКОМ, ЧТОБЫ УБЕДИТЬСЯ, ЧТО ОН ПОНИМАЕТ ВСЕ, ЧТО ОТ НЕГО ТРЕБУЕТСЯ.

4. ТРУДНОСТИ ПРИ ВЫПОЛНЕНИИ ДОМАШНИХ ЗАДАНИЙ.

ЧТЕНИЕ, ПИСЬМО, СЧЕТ – ЭТО ЯДРО УЧЕБНОГО ПЛАНА НАЧАЛЬНОЙ ШКОЛЫ, НО ЗАЧАСТУЮ ПРОКЛЯТИЕ ДЛЯ РЕБЕНКА С СДВГ. ПОМОГИ СВОЕМУ РЕБЕНКУ, ПОДСКАЖИТЕ ЕМУ ТВОРЧЕСКИЕ УЧЕБНЫЕ ПРИЕМЫ, И ВЫ УВИДИТЕ ВЗЛЕТ ТРЕХ БАЗОВЫХ УМЕНИЙ: ЧТЕНИЯ, ПИСЬМА И СЧЕТА.

ЧТЕНИЕ

СЛЕДИТЬ ПАЛЬЦЕМ. ПРЕДЛОЖИТЕ РЕБЕНКУ ЧИТАТЬ, ВЕДЯ УКАЗКОЙ ИЛИ ПАЛЬЦЕМ. ЭТО МОЖЕТ ПОМОЧЬ ИЗБЕЖАТЬ ПОТЕРИ МЕСТА, ПРОПУСКА И ПОВТОРЕНИЯ СТРОК И СЛОВ.

ДЕЛАТЬ ПОМЕТКИ. ПУСКАЙ ВАШ РЕБЕНОК ПОМЕЧАЕТ ЗНАЧКАМИ ВАЖНЫЕ АБЗАЦЫ, ТАКИМ ОБРАЗОМ, ПОТОМ ОН СМОЖЕТ НАЙТИ ИХ. ОБОЗНАЧАЙТЕ КАЖДУЮ ТЕМУ ОСОБЫМ ЗНАЧКОМ: НАПРИМЕР, "РОЖИЦЕЙ" -- ИНФОРМАЦИЮ О ПЕРСОНАЖЕ, ДОМИКОМ -- ОПИСАНИЕ ОБСТАНОВКИ, ЗВЕЗДОЧКОЙ -- ВАЖНЫЕ ИДЕИ.

ЗАДАТЬ ТЕМП ЧТЕНИЯ ВСЛУХ. ПРЕДЛОЖИТЕ ВАШЕМУ РЕБЕНКУ ДЕЛАТЬ КОРОТКИЙ ВДОХ НА КАЖДОЙ ЗАПЯТОЙ И ОБЫЧНЫЙ ВДОХ В КОНЦЕ КАЖДОГО ПРЕДЛОЖЕНИЯ. ЭТО УЛУЧШИТ ТЕМП ЕГО ЧТЕНИЯ И ПОНИМАНИЕ ПРОЧИТАННОГО.

НАЙТИ ОТВЕТЫ НА ШЕСТЬ ВОПРОСОВ. ВО ВРЕМЯ ЧТЕНИЯ СОСРЕДОТОЧЬТЕСЬ НА ВОПРОСАХ "КТО", "ЧТО", "КОГДА", "ГДЕ", "ПОЧЕМУ" И "КАК". ПОМОГИТЕ РЕБЕНКУ ОТСЛЕЖИВАТЬ ИХ ПО СХЕМЕ.

ПИСЬМО

СОСТАВИТЬ СХЕМУ. ПУСКАЙ РЕБЕНОК РАССКАЖЕТ, ЧТО ОН СОБИРАЕТСЯ НАПИСАТЬ, ЗАТЕМ ПОСТРОЙТЕ КАРТУ ИЛИ СХЕМУ. ПУСТЬ ОН НАПИШЕТ ГЛАВНУЮ ТЕМУ В КРУЖКЕ В ЦЕНТРЕ ЛИСТА, ЗАТЕМ НАПИШЕТ ПОДТЕМЫ В ДРУГИХ КРУЖКАХ И СОЕДИНИТ ИХ СТУПЕНЬКАМИ С ГЛАВНЫМ КРУЖКОМ. ЭТО ПОЗВОЛИТ ЕМУ ЯСНО СФОРМУЛИРОВАТЬ МЫСЛИ И СООТВЕТСТВЕННО СВЯЗАТЬ ИХ, НЕЗАВИСИМО ОТ ПОРЯДКА, В КОТОРОМ ОНИ ПОЯВИЛИСЬ.

НАРИСОВАТЬ ЭТО. ПОЛЬЗУЙТЕСЬ СХЕМАМИ ИЛИ РИСУНКАМИ, ЧТОБЫ СОСТАВИТЬ ПЛАН И РАССКАЗАТЬ ИСТОРИЮ.

МАТЕМАТИКА

ИСПОЛЬЗОВАТЬ ПОДРУЧНЫЕ СРЕДСТВА. ДЕЛАЙТЕ ВЫЧИСЛЕНИЯ НА ПРАКТИКЕ – С ПОМОЩЬЮ КУБИКОВ, КОСТЯШЕК ДОМИНО, ЛЮБЫЕ ПОДРУЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ.



НАРИСОВАТЬ РИСУНОК. НАПРИМЕР, ЕСЛИ ЗАДАЧА СОСТОИТ В ТОМ, ЧТОБЫ РАЗДЕЛИТЬ 48 ЯБЛОК СРЕДИ 12 УЧЕНИКОВ, НАРИСУЙТЕ ДЛЯ КАЖДОГО УЧЕНИКА ТАРЕЛКУ И РАЗДЕЛИТЕ ЯБЛОКИ ПО ТАРЕЛКАМ. ВИДЕНИЕ ЗАДАЧИ ПОМОГАЕТ ДЕТЯМ, КОТОРЫЕ ИЗО ВСЕХ СИЛ ПЫТАЮТСЯ УЧИТЬ МАТЕМАТИКУ ТРАДИЦИОННЫМИ СПОСОБАМИ.

ВИДЕТЬ ЗНАК. ПУСКАЙ ВАШ РЕБЕНОК ВЫДЕЛИТ В КАЖДОЙ ЗАДАЧЕ ЗНАК ДЕЙСТВИЯ (+, -, x, :) ПЕРЕД ТЕМ, КАК ПРИСТУПИТ К ВЫЧИСЛЕНИЯМ. ЭТО ЗАКРЕПЛЯЕТ МОДЕЛЬ ТРЕБУЕМОГО ВЫЧИСЛЕНИЯ.



НЕСКОЛЬКО ОБЩИХ РЕКОМЕНДАЦИЙ ПО ВЫПОЛНЕНИЮ ДОМАШНИХ УРОКОВ.

- ВО ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ УРОКОВ УБЕРИТЕ ВСЕ, ЧТО МОЖЕТ ОТВЛЕКАТЬ ВНИМАНИЕ.
- РЕБЕНОК ДОЛЖЕН СИДЕТЬ РЯДОМ С ВАМИ. ЗАМЕЧЕНО, ЧТО ПРИ БЛИЗКОМ ПРИСУТСТВИИ ВЗРОСЛОГО ГИПЕРАКТИВНОСТЬ СНИЖАЕТСЯ. ГОТОВИТЬ РЕБЕНКА К САМОСТОЯТЕЛЬНОМУ ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ НУЖНО ПОСТЕПЕННО: СНАЧАЛА ВЫ СИДИТЕ РЯДОМ, ЗАТЕМ ПРОСТО НАХОДИТЕСЬ В ОДНОЙ КОМНАТЕ, ПОТОМ УДАЛЯЕТЕСЬ.
- КАЖДЫЙ РАЗ ДОМА ПОВТОРЯЙТЕ ТО, ЧТО РЕБЕНОК ИЗУЧИЛ В ТЕЧЕНИЕ ДНЯ.
- ИЗБАВЬТЕ СВОЕГО УЧЕНИКА ХОТЯ БЫ НА ПЕРВЫХ ПОРАХ ОТ НЕСУЩЕСТВЕННОЙ, ОФОРМИТЕЛЬСКОЙ РАБОТЫ. САМИ ПРОВЕДИТЕ ПОЛЯ В ТЕТРАДИ, ОТМЕЬТЕ ТОЧКОЙ НУЖНОЕ МЕСТО В ТЕТРАДИ. ТАК ВЫ СОХРАНИТЕ СИЛЫ РЕБЕНКА ДЛЯ ГЛАВНОЙ РАБОТЫ.
- ИСПОЛЬЗУЙТЕ ТАЙМЕР ИЛИ ОБЫЧНЫЕ ЧАСЫ. СТАВЬТЕ ЦЕЛЬ ПЕРЕД РЕБЕНКОМ И ДОБИВАЙТЕСЬ ЕЕ, УКЛАДЫВАЯСЬ В УСТАНОВЛЕННОЕ ВРЕМЯ.
- ПОМОГИТЕ РЕБЕНКУ ПРИСТУПИТЬ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЯ, ТАК КАК ЭТО САМЫЙ ТРУДНЫЙ ЭТАП.
- ВСЕ СЛОВЕСНЫЕ ИНСТРУКЦИИ ПОДТВЕРЖДАЙТЕ ЗРИТЕЛЬНЫМИ СТИМУЛАМИ (СХЕМЫ, КАРТИНКИ, ЧЕРТЕЖИ).
- ЛЮБЫЕ СЛИШКОМ ДЛИННЫЕ ЗАДАНИЯ РАЗБЕЙТЕ НА НЕСКОЛЬКО КОРОТКИХ.
- ХВАЛИТЕ ЗА УСПЕХИ, ЗА ТО, ЧТО ЗАКОНЧИЛ ЗАДАНИЕ ВОВРЕМЯ, ЗА ВНИМАТЕЛЬНОСТЬ.
- СНАЧАЛА МОЖНО НЕ ОБРАЩАТЬ ВНИМАНИЯ, ЧТО РЕБЕНОК ВСЕ ВРЕМЯ ДВИГАЕТСЯ. ГЛАВНОЕ, ЧТОБЫ ЗАДАНИЕ БЫЛО ВЫПОЛНЕНО.
- ПОМНИТЕ, ПРО ТАКУЮ ОСОБЕННОСТЬ УМСТВЕННОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ДЕТЕЙ С СДВГ КАК ЦИКЛИЧНОСТЬ. ОНИ РАБОТАЮТ 5–15 МИНУТ, ПОТОМ 5–7 МИНУТ МОЗГ ОТДЫХАЕТ, НАКАПЛИВАЕТ ЭНЕРГИЮ. В ЭТОТ МОМЕНТ БЕСПОЛЕЗНО ЧЕМ-ТО ЗАНИМАТЬСЯ С РЕБЕНКОМ. ЛУЧШЕ ПРЕДЛОЖИТЕ ЕМУ ПОЛИТЬ ЦВЕТЫ, СХОДИТЬ НА КУХНЮ, УБРАТЬ ИГРУШКИ, ПОДТОЧИТЬ КАРАНДАШИ ИЛИ ПРОСТО ОТДОХНУТЬ. ПОТОМ СНОВА ПРИСТУПАЙТЕ К ЗАНЯТИЯМ.
- ВЕЧЕРОМ МОЖЕТЕ САМИ ПРОЧИТАТЬ РЕБЕНКУ ТО, ЧТО ЕМУ НУЖНО ЗАПОМНИТЬ. НЕ ОБЯЗАТЕЛЬНО ТРЕБОВАТЬ, ЧТОБЫ ОН ВСЕ ПОВТОРИЛ.

РАСТИТЬ И ВОСПИТЫВАТЬ ГИПЕРАКТИВНЫХ ДЕТЕЙ ОЧЕНЬ СЛОЖНО. ПОЭТОМУ ТАК ЛЕГКО НЕ ЗАМЕТИТЬ ИХ ХОРОШИЕ КАЧЕСТВА И СИЛЬНЫЕ СТОРОНЫ. ПРИСМОТРИТЕСЬ, ЧТО ОСОБЕННОГО ЕСТЬ В ВАШЕМ РЕБЕНКЕ? ПРИЛОЖИТЕ ВСЕ УСИЛИЯ, ЧТОБЫ ОЦЕНИТЬ И ПОДДЕРЖАТЬ ЕГО УНИКАЛЬНЫЕ СПОСОБНОСТИ. НЕ МЕНЕЕ ВАЖНО НАУЧИТЬСЯ СЛЕДОВАТЬ ЗА ИНТЕРЕСАМИ РЕБЕНКА, ТО ЕСТЬ СТАРАТЬСЯ ПРОНИКНУТЬ В ЕГО МИР И ВМЕСТЕ ЕГО АНАЛИЗИРОВАТЬ. КАК ПИСАЛ В. ОКЛЕНДЕР: "КОГДА ТАКИМ ДЕТЯМ УДЕЛЯЮТ ВНИМАНИЕ, СЛУШАЮТ ИХ, И ОНИ НАЧИНАЮТ ЧУВСТВОВАТЬ, ЧТО ИХ ВОСПРИНИМАЮТ ВСЕРЬЕЗ, ОНИ СПОСОБНЫ КАКИМ-ТО ОБРАЗОМ СВЕСТИ ДО МИНИМУМА СИМПТОМЫ СВОЕЙ ГИПЕРАКТИВНОСТИ".

*С уважением, педагог-психолог @DDT
Екатерина Владимировна Яковлева
конт. тел. 89188653867, каб. 306а*

