

WYCHOWANIE BEZ PORAZEK



Sześciolatek dziś Cyprian uwielbia chwile, gdy może się wyszaleć w zabawie.

Nasza historia

NAJCZĘŚCIEJ MÓWI SIĘ O NICH JAKO O TRUDNYCH I NIEZNOŚNYCH. WYRZUCA SIĘ JE Z PRZEDSZKOLA I SZKOŁY. MAMA CYPRIANA OPOWIADA O TYM, JAK DOWIEDZIAŁA SIĘ, ŻE JEJ SYN MA ADHD.

Ciągle psocit

Cyprian przyszedł na świat jako zdrowy, prawidłowo rozwinięty noworodek. Jednak od początku był bardzo absorbujący: spał o połowę krócej niż inne maluchy w tym wieku, ciągle, bez powodu płakał, nieustannie wiercił się w łóżeczku. Trzeba go było cały czas nosić na rękach i godzinami usypiać. Wtedy sądziłam, że po prostu rozpieściłam dziecko.

Synek z pozoru rozwijał się świetnie, ale nagle i bez powodu zmienił się jego nastrój. Z zadowolenia popadał w głębokie rozżalenie, drobnostka potrafiła rozłościć go tak, że dostawał ataków hysterii. W takich chwilach rzucał się na

podłogę, potrafił walić głową o co popadło albo okładać się pięściami. Stale trzeba było niezwykle uważać, żeby nie zrobić czegoś, co go rozdrażni.

Nie należę do matek zbyt zasadniczych, jednak z drugiej strony nieustannie „chodzenie na palcach” wokół własnego dziecka też było dla mnie nie do przyjęcia. Myślałam, że to my z mężem robimy coś nie tak, że nie zapewniamy Cyprianowi wystarczająco dużo bezpieczeństwa.

Gdy miał pięć lat, nie reagował na to, co do niego mówię. Nie był w stanie wykonać poleceń typu: „Idź do pokoju, załóż kaptcie i wróć do mnie”.

W takich sytuacjach zawsze się gubił, machinalnie robił cokolwiek i byle jak. Nie wiedziałam, czy mnie nie rozumie, czy nie słyszy, o co go proszę. Niepokoiłam się także tym, że jego zachowanie stawało się coraz bardziej nieznośne. Ciągle biegał po mieszkaniu, skakał po meblach, pomimo prośb, by tego nie robił. Gwałtownie zaczął inne dzieci: szarpał je, popychał.

Jego zachowanie doprowadzało nas do szału. Mieliśmy z mężem wrażenie, że nasze ukochane dziecko robi nam na złość, choć podświadomie czuliśmy inaczej. Wtedy zaczęła mi pobrzmiwać myśl, do której nawet sama przed so-

bą nie chciałam się przyznać: że syn jest trochę... niedorozwinięty. A przecież w innych chwilach zadziwiał błyskotliwością i mądrością życiową niemal dorosłej osoby.

Próbowaliśmy udawać, że nic się nie dzieje, jednak tak długo wyczekiwany synek budził nasze rozczarowanie. Byliśmy zawiedzeni, rozgoryczeni, zawstydzeni, coraz bardziej sfrustrowani, zli na siebie i na dziecko. Obwinialiśmy się nawzajem o kolejne porażki. A Cyprian...? Cóż, w tej sytuacji mogło być tylko gorzej.

Po kilku miesiącach lekarz rozpoznał ADHD. Wszystko, co przez następne dni przeczytałam na ten temat, było jakby pisane o moim dziecku! Ciągłe wiercenie się, częste gwałtowne ruchy, trudności z koncentracją, nieumiejętność wykonania kilku poleceń naraz, ponadprzeciętna wrażliwość, chwiejność nastrojów, niska samoocena, skłonność do agresji, trudności w kontaktach z rówieśnikami, a przy tym duża dysproporcja między rozwojem intelektualnym a emocjonalnym.

Wtedy dowiedziałam się, że kluczem do poradzenia sobie z nadpobudliwością synka jest pełna akceptacja jego specyficznego zachowania. Wynika ono bowiem z zaburzonej pracy mózgu, więc jest od dziecka niezależne i syn nie może być za nie karany. Słowa te były dla mnie jak objawienie. Zrozumiałam, że dotychczasowe problemy naszej rodziny nie były winą ani Cypriana, ani naszą.

Na spotkanie z psychologiem czekaliśmy cztery miesiące. Do tego czasu byliśmy więc zdani tylko na siebie. Korzystając ze zdobytej wiedzy, wprowadziliśmy parę zmian do naszego życia. Między innymi, by ułatwić Cyprianowi spełnianie naszych prośb, wydawaliśmy mu tylko proste, pojedyncze polecenia, przy czym staraliśmy się, by słuchając ich, patrzył nam w oczy. Zaczęliśmy też planować każdy dzień, by niczym dziecka nie zaskakiwać.

Pomogło to na tyle, że gdy zgłosiliśmy się w końcu do psychologa, nie trzeba było wprowadzać żadnej terapii. Wystarczyły ćwiczenia na koncentrację, by nasz synek

zaczął zachowywać się spokojniej, lepiej sobie radził, był pewniejszy siebie. Także my odetchnęliśmy, bo bardzo poprawiły się nasze codzienne kontakty.

Później zrozumiałam, dlaczego tak łatwo nam poszło. Gdy poznałam wielu rodziców dzieci nadpobudliwych, przekonałam się, że na tle innych „adehadowców” Cyprian jest bardzo spokojny. Nie wymaga żmudnej, wieloletniej terapii, nie dostaje leków, które są konieczne w wielu „trudniejszych przypadkach”. Nie muszę więc martwić się brakiem wolnych terminów u specjalistów ani tym, że leki nie są refundowane.

Poza tym, o ADHD dowiedzieliśmy się na tyle wcześniej, że mogliśmy stosunkowo łatwo przygotować Cypriana na pójście do zerówki, a nauczycieli na jego pojawienie się.

„Adehadowcy” nie są łatwymi uczniami. Rozbijają tok lekcji, sprzeczą się z nauczycielami, łatwiej od innych kolegów popadają w konflikty. Dlatego rozumiem oburzenie rodziców pozostałych uczniów, którzy żądają prawa do spokojnej edukacji dla swoich pociech. Bezkolizyjne funkcjonowanie dziecka nadpobudliwego w klasie jest jednak

możliwe, choć wymaga dobrego przygotowania pedagogów i rodziców.

Dostaliśmy z Cyprianem od losu wielki kredyt zaufania. To schorzenie niesie ze sobą wiele niebezpieczeństw, ale i bardzo wzbogaca. Miało je wiele wybitnych, twórczych postaci, np. Mozart i Einstein. Tymczasem są psychiatrzy i psycholodzy, którzy nawet nie słyszeli o istnieniu takiego zespołu. A nieleczone ADHD prowadzi do zaburzeń zachowania, uzależnień i depresji. Wiem, że wszyscy – nie tylko rodzice – możemy eliminować złe strony tej choroby i nauczyć się wykorzystywać te dobre.

ILONA LELITO, MAMA CYPRIANA,
PREZES POLSKIEGO TOWARZYSTWA ADHD

OD REDAKCJI: Jeśli chcesz podzielić się z innymi swoją historią, napisz do nas.



Cyprian to dar od losu, ale i wielki kredyt zaufania.