**Чрезмерная живость**

Все мы в той или мере заряжены энергией. У некоторых детей ее так много, что они выделяются необычной живостью, и это обстоятельство беспокоит родителей. Прежде всего нужно четко понять, действительно ли живость их детей чрезмерна или это только кажется. Есть родители, которые приходят к подобному выводу, даже не потрудившись сделать хоть какие – то сравнения. Кто-то из вас, не учитывая потребности ребят в движении, тут же проявляет недовольство их живостью и поднятым ими шумом, с раздражением пытается утихомирить их, добиваясь в конечном счете совершенно обратного, потому что это как раз тот способ, который вызывает у детей желание двигаться еще больше.

Если ребенок и в самом деле чрезмерно подвижен, он проявит и другие признаки нервного напряжения: у него часто меняется настроение, он сосет палец, грызет ногти, плохо спит, мочится в постель, - это лишь незначительная часть симптомов. Сочетание некоторых из них позволяет заключить, что ребенок ведет себя подобным образом потому, что ему необходимо своим способом разрядить возникшее нервное напряжение. А оно может появиться в результате какой-то одной или нескольких негативных ситуаций. Например, как реакция на слишком строгое обращение с ним родителей, на их чрезмерно суровые требования или частые скандалы в семье, возможно, он боится отца или отчима, с которым и не нашел общего языка.

Лучший способ «снять» чрезмерную живость ребенка – всеми силами постараться устранить причины, вызывающие это явление, или, когда это невозможно, избавиться от сопутствующих симптомов. Разрядить нервное напряжение ребенку помогут игры, требующие больших физических усилий. Обещать какие-то награды и идти на компромисс ради того, чтобы ребенок сидел спокойно в некоторые критические моменты, - самое худшее, что его поведение дает ему определенные преимущества, и не только не постарается изменить его, но, напротив, укрепится в нем еще больше. Как и в некоторых других случаях, чтобы не навредить, лучше ничего не предпринимать самостоятельно. Родители, которых всерьез тревожит эта проблема, должны обратиться за помощью к специалисту – психологу, и он разберется в причинах чрезмерной живости ребенка и наверняка поможет.