

Руководство по специализированному уходу и домашней реабилитации (для специалистов и родителей)

подготовлено в рамках проекта
«Сеть информационных ресурсов по вопросам инвалидности
для гражданского общества в Узбекистане» и
распространяется бесплатно

Составитель:
Курбанова Д.У., Узбекский Общественный Центр помощи
детям и подросткам инвалидам с параличами «УМР»

Диагностика и клиника двигательных и интеллектуальных нарушений у детей и подростков с инвалидностью

Эта брошюра посвящена детям, от которых мы иногда приходим в отчаяние, несмотря на то, что мы их любим. Это может быть мой собственный ребенок, или тот, которого мне доверили на занятиях, или же ребенок моего друга, в доме которого я оказался. Я понимаю, что хотел бы его любить и смог бы выявить его лучшие качества. Однако, сразу возникает ряд вопросов. Почему с ним все происходит таким странным образом? Почему он не может быть таким же, как другие дети? Объясняется ли это его возможностями или его желаниями? Почему он постоянно совершает поступки, которые ужасают и ранят? Как я смогу все это полюбить? Как мне справиться со своим угнетенным состоянием, страхом, разочарованием, которые мне внушает ребенок? Много ли на свете подобных детей или же он один такой? Не относится ли он к числу тех детей, для которых существуют специальные школы и учебные заведения? Какой у него диагноз? Можно ли его вылечить? Как с ним обращаться? Как его следует воспитывать?

В этой брошюре мы расскажем о детском церебральном параличе. При этом заболевании сочетаются нарушения в двигательной, речевой, интеллектуальной и психо-эмоциональных сферах. Поэтому диагностика и терапевтические подходы, применяемые при нем, могут быть использованы и при аналогичных симптомах и синдромах, встречающихся при других заболеваниях опорно-двигательного аппарата и нервной системы у детей.

Детский Церебральный Паралич (ДЦП) - следствие повреждения головного мозга при родовых травмах или в результате асфиксии, т.е. недостаточном снабжении мозга кислородом. Повреждение такого рода может возникнуть и в предродовой период. В первые недели и месяцы жизни ребенка, симптомы паралича ничем не проявляются. Необходим очень большой опыт, чтобы диагностировать ДЦП на этом этапе жизни ребенка. Как это понять? Отчего повреждение мозга, возникшее до или после рождения проявляется так поздно? Многие дети с параличом, которых нельзя научить правильно глотать пищу и пить из чашки или через соломинку, будучи новорожденными, были способны нормально сосать. Сказанное относится и к детям с тяжелейшими спастическими состояниями, которые не способны ни ходить, ни координировать движения конечностей. В первые недели своей жизни они нормально стучат ножками и двигаются. Зачастую остается незамеченным и другое поразительное явление: при самой распространенной форме паралича — спастической — кажется, что в течение всего дня и до момента засыпания ребенок парализован. Однако, когда он расслабляется во время сна, у него не отмечается ни судорог, ни деформации конечностей. Если во время сна деформация у ребенка не исчезает, то можно предположить наличие так называемых контрактур, вторичной фиксации длительных судорог, которые отмечаются после продолжительной фиксации конечностей гипсовой повязкой в определенном положении.

Понятие "церебральный паралич" часто интерпретируется неверно и понимается как неспособность двигаться. Мозг не "совершает" движения в собственном смысле этого слова. Скорее он управляет движениями, определяет их или придает им соответствующее направление. У детей с церебральным параличом отмечается неспособность управлять процессом мышечного движения, в то время как при периферическом параличе отсутствует неспособность к движению и мышечному усилию. Если мы будем знать о том, что церебральный паралич связан с невозможностью мозга управлять движением, мы сможем понять, отчего проявления паралича становятся очевидным лишь через некоторое время после рождения и почему они исчезают во сне.

После рождения у ребенка отмечается масса произвольных движений и среди них так называемое сучение ножками, а также ряд основных рефлексов. Самый ранний и выраженный рефлекс - сосание. Помимо этого у грудного ребенка можно наблюдать следующее: если малыша взять под мышки и поставить так, чтобы ножками он касался твердого основания, то

вы увидите движение, напоминающее ходьбу. Ребенок ставит одну ножку перед другой, но при этом всегда старается их скрестить, так что его походка напоминает движение ножниц. У нормально развивающихся детей такие ранние движения прекращаются, когда они начинают стоять и ходить. Неспособность к преодолению рефлекторного хождения и к достижению в первые месяцы жизни сознательного управления движениями - типичное проявление церебрального паралича.

Теперь обратимся к последствиям энцефалита. Здесь обнаруживается наиболее наглядное различие между медицинским подходом и подходом, основанным на понимании принципов развития. Лежащий в основе энцефалита органический воспалительный процесс в мозге вызывается инфекцией или аллергической реакцией на предохранительную прививку. Энцефалит, перенесенный в раннем детском возрасте, чаще всего обуславливает появление гипервозбудимости или заторможенности. Для него характерны крайнее беспокойство, иногда агрессивность по отношению к себе, ускоренное дыхание и тяжелое отставание умственного развития. Его последствия у ребенка, перенесшего заболевание в раннем школьном возрасте, могут проявляться в виде нарушений в сфере нравственности. При этом развитие интеллекта нарушено лишь незначительно (если вообще такое нарушение имеет место быть). Однако, такие нравственные недостатки как ложь и воровство, господствуют в такой степени, что здесь речь идет о "нравственном умопомешательстве".

У подростков и молодых людей перенесенный энцефалит проявляется потерей памяти и возвращением к поведению, характерному для раннего детского возраста; у взрослых появляется синдром Паркинсона, проявляющийся замедлением всех движений, дрожанием пальцев рук и семенящей походкой. В то время, как острый энцефалит, будучи инфекционным заболеванием, имеет явные и распознаваемые симптомы, а течение заболевания определяется тяжестью и локализацией инфекции, его последствия не описываются столь однозначно. Они проявляются в различных формах, мало напоминающих друг друга и являющихся специфическими лишь для определенных возрастных групп и фаз развития. Последствия этого заболевания, перенесенного в детстве, могут быть очень разнообразными и зависят от возраста, в котором заболел ребенок. У взрослых возраст, в котором началось заболевание, почти не определяет его последствий.

Парализованный ребенок

На протяжении всей истории человечества известен такой недуг, как паралич. Однако, лишь в прошлом столетии медики начали изучать причины этого заболевания.

Хотя в большинстве случаев причину церебрального паралича и следует искать в повреждении головного мозга при рождении, это заболевание не распознается непосредственно при рождении или сразу после него. Некоторые симптомы церебрального паралича (движения конечностей, напоминающие движение ножниц, совершаемые ногами при спастическом параличе, произвольные движения) - это нормальные рефлекторные движения на втором и третьем месяце развития ребенка.

Ниже мы попытаемся объяснить свой взгляд на церебральный паралич не с анатомической точки зрения, т.е. с точки зрения мозговой травмы, а в связи с нарушением развития в раннем детском возрасте. Подобное нарушение внешне выглядит как патологическое развитие моторики и движения конечностей. Менее очевидно, но более глубоко оно проявляется в "бытии ребенка в мире".

Прежде всего, необходимо сказать об основных симптомах церебрального паралича. Их можно рассматривать с двух точек зрения: во-первых, в пространственном аспекте, т.е. с точки зрения тех или иных частей тела и конечностей, пораженных параличом; во-вторых, в плане качественного различия видов паралича.

Параличи подразделяются на:

- Тетраплегию (когда поражены руки и ноги, причем одни из конечностей парализованы значительно сильнее, но в сущности, параличом охвачены все четыре конечности),
- параплегию (одинаково или в разной степени парализованы обе ноги или обе руки),
- гемиплегию (парализована либо левая, либо правая сторона тела, причем пораженными могут быть рука и нога или только одна их двух конечностей).

При каждой из трех форм паралича наиболее серьезно нарушается ориентация ребенка в пространстве. При гемиплегии нарушается боковая ориентация, при параплегии - ориентация по вертикали, а при тетраплегии — сагиттальная ориентация в направлении сзади вперед. Последняя потрясает больше всего: искажение достоверного самовоплощения при ориентации в направлении сзади вперед у детей, страдающих тетраплегией, выражается в глазах, полных страха, поскольку фронтальное направление для ребенка как бы закрыто.

Далее, остановимся на четырех качественно отличающихся друг от друга формах паралича. В том окончательном виде, который принимает паралич, в большинстве случаев речь идет о комбинированных формах паралича. Несмотря на это, все формы паралича можно и нужно различать.

Поговорим вначале о спастическом состоянии, когда части тела или суставы становятся неподвижными, а мышцы сведены судорогой. При этом в большинстве случаев очень медленно и осторожно можно добиться их подвижности. Если ускорить темп движения или произвести внезапное надавливание, то судорога и уплотнение мышц усилятся. Спастическое состояние можно охарактеризовать как постоянную сильную судорогу и сокращение мышц. Собственно говоря, речь идет уже о состоянии, противоположном параличу, т.к. имеет место не недостаток мышечной деятельности, а, скорее, состояние окоченелости при продолжительном сверхсокращении.

Мы должны понимать, что контроль за движением заключается не только в способности сокращать мышцы, но и в способности их вновь расслаблять. Кроме того, мы должны иметь в виду, что намеренное и координируемое движение возможно лишь тогда, когда группа мышц в состоянии гармонично сокращаться и расслабляться, повинаясь при этом более высокой "теме". Эту "тему" можно было бы назвать "мелодией" движения. При спастическом состоянии такая ритмическая координация напряжения и расслабления невозможна, поскольку мышцы находятся в состоянии постоянного сокращения.

Вторая форма паралича - атетоз - выражается в произвольных, часто вращательных или спиралевидных движениях, напоминающих движения червей или движения роста растений.

Атаксия, третья форма паралича, характеризуется внезапными неловкими движениями. Цель движения сама по себе вызывает правильное мышечное сокращение, но это движение недостаточно уравновешивается противодействующими мышцами, поэтому оно оканчивается значительно позже.

Наконец, при ригидной форме паралича наблюдаются замедленные в значительной степени движения: конечности совершают движение, но кажется, что это происходит вопреки сильному сопротивлению.

Примечательно, что ни один из четырех перечисленных симптомов не соответствует тому, что собственно принято подразумевать под "параличом", а именно невозможность какого бы то ни было движения. Скорее всего, церебральный паралич заключается, в патологической реализации движений, которые, в противоположность состоянию полной неподвижности, кажутся бесформенными и искаженными за счет сверх интенсивной мышечной работы.

Неспособность совершать какие-либо движения - так называемый вялый паралич - более типична для периферических повреждений нервов спинного мозга или конечностей и не возникает при церебральном параличе.

При оценке церебрального паралича необходимо иметь в виду следующее важное обстоятельство: параличи влияют на развитие движения и приводят к тому, что ребенок позже начинает сидеть, ходить и совершать другие свободные, координируемые движения; однако, может случиться и так, что все эти движения у ребенка вообще будут отсутствовать; параличи вследствие продолжительного сокращения мышц вызывают искажение человеческой внешности. Учителя часто не могут поверить в то, что согнувшийся ребенок с измененной осанкой, расположенными под значительным углом лучезапястными суставами и кистями рук, с перекрещенными ногами, расставленными в стороны стопами и пальцами ног, при засыпании и полном расслаблении приобретает гармонический и нормальный для человека внешний вид, свидетелями чего становятся матери таких детей и больничные сестры. Но утром, при пробуждении, вновь возникают сокращения мышц и движения искажаются. В том возрасте, когда сокращения мышц вследствие своего непродолжительного действия еще не успели исказить внешность ребенка, даже тяжело парализованный малыш кажется поверхностному наблюдателю совершенно здоровым. Таким образом, церебральный паралич ни в коем случае не является лишь нарушением подвижности. Он имеет значительную сенсорную составляющую, которая бросается в глаза, проявляясь в сверхчувствительности ребенка.

Можно видеть, как такой ребенок усиленным мышечным сокращением реагирует на внезапный шум или неожиданное и неосторожное приближение человека, оказавшегося в поле его зрения. У совсем маленьких детей усиление спазма может наблюдаться при попадании солнечного луча на лицо ребенка. Совершенно удивительно то, что малейшее сенсорное возбуждение, если оно внезапно, может вызвать усиление спазма.

Сказанное относится и к детям, страдающим атетозом. Правда, у таких детей произвольные движения, чаще всего, вызываются эмоциональным раздражителем. Когда ребенок чувствует симпатию и расположение к какому-либо человеку, его руки и голова начинают совершать интенсивные вращательные движения. Атетозные движения вызываются скорее жизненными чувствами ребенка, чем его намерениями.

При атаксии намеренные движения, происходящие сами по себе, настолько неуклюжи, что чувство равновесия у ребенка может оказаться полностью спутанным.

Если мы еще раз вспомним о том, что движения, начинаясь с головы, спускаются вниз к конечностям, то будет легче понять феномен спастического состояния. Кажется, что голова и тело парализованного ребенка дифференцированы не в достаточной степени, необходимой для нормального развития движений. Человек устроен так, что его голова представляет собой полюс неподвижного спокойствия. С самого начала ее роль заключалась не в исполнении движений, а в восприятии сенсорных впечатлений. Голове не свойственны размашистые движения, характерные для конечностей. Фактически, голова есть полюс неподвижности, с которым связаны все координируемые ею движения. У ребенка, имеющего спастическое состояние, эта дифференциация происходит недостаточно полно. Кажется, что повышенная чувствительность, локализующаяся и концентрирующаяся в голове у этих детей, распространяется по всему организму. Все тело становится сверхчувствительным, так сказать, "подобным голове". Что касается движения, то голова, напротив, недостаточно изолирована или отделена от тела, так что одновременно с мышцами она оказывается охваченной импульсивными движениями. Это особенно заметно при атетозе, но характерно и для других форм церебрального паралича.

Учитывая вышесказанное, мы сможем понять, как следует вести себя с детьми, страдающими церебральным параличом. При общении с такими детьми мы постоянно должны помнить об их повышенной чувствительности и избегать внезапных, резких, сильных сенсорных, а для детей с атетозом - еще и сверхэмоциональных раздражителей. Для парализованных детей разработано много лечебно-педагогических упражнений и физиотерапевтических процедур. Некоторые из них построены так, чтобы с их помощью научиться «устранять» влияние головы на движения тела.

Физиотерапевтические упражнения и правильный лечебный ритм (лечебная эвритмия) - очень важные терапевтические методы, требующие совета и участия врача, поэтому они остаются за рамками данного пособия.

Общение с парализованным ребенком станет существенно легче, если мы сможем представить себе ситуацию, в которой он находится, понять, как он чувствует себя, и почувствовать, как ребенок оказывается в плену своего сенсорного опыта. Равным образом помощь в процессе лечения окажут и сведения о том, что чувствительность по отношению к тем или иным сенсорным впечатлениям, которая обычно локализуется только в лице и голове таких детей, распространяется на все тело. Зная это, мы сможем понять, что прикасаться к конечностям больных детей надо с той же сдержанностью и осторожностью, как к лицу другого человека. Так, например, подвинуть кресло, в котором сидит ребенок, можно лишь в том случае, если вы окажетесь в поле его зрения и предупредите его об этом. Такому ребенку всегда необходимо заранее говорить о том, что вы уже здесь и что именно вы намерены сделать. К ним нужно приближаться только тихими шагами, не совершая при этом резких движений. Это поможет избежать неожиданной реакции со стороны ребенка, вызванной сверхчувствительностью его тела и конечностей. Напротив, каждый раз нужно пытаться «переадресовать» его повышенную чувствительность к восприятию голове, где она и должна быть локализована, чего можно добиться, если предложить ребенку смотреть в зеркало на свои движения. Таким образом, постепенно сенсорная сверхчувствительность и движения разъединяются и дифференцируются.

Если в общении с парализованным ребенком мы усвоим манеру «вживания» в его сущность, нам станет понятно, что у него не сформирован опыт своего "Я" и стереотипов поведения тела, которые развиваются у здорового человека на основе опыта прикосновений, движений, хорошего физического самочувствия и равновесия. Этот опыт, наполненный различными чувствами, в большинстве своем бессознателен либо находится на пороге сознания. Однако, он является предварительным условием формирования физической уверенности, сноровки и хорошего самочувствия. У парализованного ребенка этот главный телесный опыт отсутствует.

При недостаточном разделении функций головы и восприятия с одной стороны, и телесных, физических функций - с другой, для парализованного ребенка очень типична ходьба, напоминающая движения ножиц. Эта ходьба отличается перекрестным движением ног при ходьбе или его попытках ходить. При этом по глазам ребенка мы можем легко понять что с ним. Когда мы смотрим, оси обоих глаз должны пересекаться. Благодаря этому все, что воспринимается каждым глазом порознь, должно сливаться в единую картину. При церебральном параличе эта тенденция, по-видимому, охватывает только нижние конечности.

Обычно ходьба совершается в виде параллельных, а не пересекающихся движений. Если преобладают симптомы атаксии, то иногда можно наблюдать следующее: ноги при ходьбе широко расставлены - движение, противоположное перекрещиванию. У такого ребёнка движения по большей части совершаются рывком, при ходьбе ребенок «выбрасывает» стопы вперед и кнаружи. Кажется, что он не идет, а сидит верхом на чем-то и его движения представляют собой полную противоположность движениями при скрещивании ног. Таким детям нередко бывает очень трудно фиксировать взгляд на одной точке, у них отмечается склонность к косоглазию в наружном направлении и кажется, что будто зрительные оси не могут пересечься или фиксироваться в состоянии пересечения в течение длительного времени. (Здесь, разумеется, мы имеем ввиду не причинную, а только симптоматическую связь)

При атетозе, когда часто и в большей степени, чем ноги, повреждаются лицо, затылок и руки, обнаруживается ещё одна форма дисгармонии между головой и телом. Атетозные движения, как мы говорили выше, вызываются скорее эмоциональными, чем сенсорными раздражителями. Таким образом, здесь речь идет о нарушении дифференциации между головой и расположенной посередине тела системой дыхания и биения сердца, а также рук и кистей. Получается так, будто функции «средней» системы начинают преобладать настолько, что эмоциональные реакции находят свое выражение в формах движения, распространяющегося кверху и охватывающего голову.

Из характера наших предшествующих рассуждений можно понять, что при различных формах церебрального паралича имеет место нарушение естественного функционального дифференцирования человеческого организма в трех его областях: голове, теле и конечностях.

При атетозном параличе необходимость помощи ребенку в становлении гармонии между тремя этими областями более очевидна, чем при других формах паралича. Ребенку, страдающему атетозом, можно помочь добиться эмоционального контроля в сфере движений, если делать вместе с ним упражнения и обучающие движения на фоне очень мягкой ритмичной музыки. Простые, напеваемые вполголоса, ритмичные мелодии хорошо подходят как для пассивных, так и активных упражнений на движения. Наиболее успокаивающее и гармонизирующее воздействие на парализованного ребенка оказывает комбинированное использование цвета и музыки. Для этого мы разработали такую терапию, при которой движения эвритмиста¹ проецируются на экран в виде цветных теней в такт соответствующей музыке. Если в это время понаблюдать за детьми, то можно увидеть признаки расслабления и гармонизации.

При общении с ребенком, страдающим параличом, нужно всегда помнить о том, что такому ребенку каждый раз необходимо подтверждать его пространственную ориентацию и помогать при этом пережить образ своего тела.

Еще одно нарушение может серьезным образом, но уже иначе, чем при церебральном параличе, ограничивать развитие движений ребенка - гипотония. Ее причины до сих пор точно неизвестны. Однако, нередко это заболевание, по-видимому, локализуется в области мозга. Ребенок не может держать головку и пользоваться руками в соответствии с его возрастным развитием. Иногда даже достигнув школьного возраста такие дети все еще не могут двигаться. Гипотония может быть связана с общей задержкой развития и представлять собой очень тяжелое нарушение. Иногда в таких случаях появляются незначительные спазмы, но основным симптом указывает на обратное: слабый, вялый мышечный тонус, общая вялость и бессилие. В остальном такой ребенок выглядит сравнительно нормальным, хотя и несколько апатичным, сонным.

Обращение с детьми, страдающими гипотонией, должно отличаться от обращения с теми, кто имеет церебральный паралич. Для того, чтобы добиться прогресса в развитии движения и общем развитии, с такими детьми следует заниматься постоянно и весьма интенсивно. Вновь и вновь, как можно чаще нужно стимулировать первичный хватательный и подошвенный рефлекс. Тренировка последнего дает лучшие результаты, если ребенок будет стоять босиком на круглом куске дерева. Таким детям необходимо настойчиво помогать и стимулировать их движения, постоянно разговаривая с ними. Но еще раз следует обратить внимание на то, что лечение движением должно проводиться под наблюдением врача.

Еще одной причиной тяжелого нарушения в движениях ребенка может стать то или иное последствие полиомиелита, которое само по себе не является нарушением развития. Полиомиелит обуславливает прерывание функций нервов, результатом чего могут стать тяжелые явления вялого паралича.

Часто ребенок с тяжелым параличом одной из конечностей в период своего развития страдает тяжелыми эмоциональными нарушениями. Психологические последствия этого заболевания можно выявить в том случае, если врач способен понять качественные различия между правой и левой стороной, верхом и низом. Иногда в тяжелой форме полиомиелита парализованная конечность отстает в росте и постепенно превращается в безжизненный пассивный придаток тела.

¹ Лечебная эвритмия (Heileurythmie) (по-гречески: eu=красиво; rhythmos = равномерность) - это терапия движением, которая закономерности речи/звуков превращает в движение.

Если заболевание охватывает только левую сторону, сторону защиты и терпения, ребенок будет компенсировать этот недостаток очень агрессивным поведением. Тяжелыми последствиями левостороннего вялого паралича могут стать нетерпимость, агрессивность и враждебность. Напротив, реакции ребенка с правосторонним параличом могут отличаться преувеличенной пассивностью и уступчивостью. Часто ребенок не может сконцентрироваться и не проявляет достаточной инициативы. У детей с обоими парализованными ногами нередко, можно наблюдать развитие силы в плечах, руках и кистях рук, им также свойственны сила воли и выдержка. Можно подумать, что волевые усилия и физическая крепость, которые в обычном состоянии присущи именно нижним конечностям, переместились в верхнюю часть тела, проявившись здесь хорошим физическим развитием и развитием личности.

Намного чаще, чем нарушения движений после тяжелых последствий, встречаются незначительные, часто едва заметные, двигательные нарушения, причина которых кроется в так называемых «минимальных» повреждениях мозга. При более или менее нормальном развитии движений эти нарушения остаются незаметными и только путем тщательного обследования можно выявить нарушения координации движений. В отдельных случаях отклонения можно установить лишь тогда, когда ребенок пытается копировать быстро меняющиеся движения кистями или пальцами рук, когда у него не получаются дифференцированные движения со свойственными его возрасту быстротой и ловкостью. При совершении таких движений некоторым детям становится дурно, либо они теряют сознание. Такие небольшие нарушения движения не влияют на способность овладения письмом или выполнения задач, требующих более тонкой координации движений.

Терпение и проницаемость необходимы для того, чтобы помочь ребенку преодолеть трудности, связанные с нарушенной координацией движений, улучшить контроль за движениями и приобрести ловкость, необходимые для формирования личности.

Примите ребенка таким, какой он есть

Никому не хочется иметь ребенка с физическими или иными недостатками. Все мы ждем, что наш малыш будет здоровым, красивым и умным, что он добьется успехов в обществе и станет нам опорой. Мы даже проводим конкурсы красоты среди малышек. Ничего удивительного, что, ожидая ребенка, родители волнуются о том, каким он родится. Если он появляется на свет с нарушениями или больным, для них это чрезвычайно сильное и глубокое потрясение. Поначалу их захлестывают чувства гнева, вины, стыда, безысходности и жалости к самим себе. Иногда возникает желание убить ребенка и себя. Неспособность принять ситуацию такой какая она есть может привести к отказу от ребенка, к упованиям на несчастный случай с ним или на то, что он окажется чужим.

Матери терзают себя вопросами: «Что я сделала не так? Что со мной случилось?», и находят не менее ужасающие ответы: «Я не могу родить нормального ребенка. У меня слишком узкий таз, и я повредила его мозг. Лучше бы я никогда не выходила замуж. Как же я ненавижу матерей, у которых нормальные дети!» Следом нередко возникают другие вопросы: «Что же я за чудовище, если в мою голову приходят такие мысли? Ему нужна любящая мать, а мы собирались от него отказаться!»

За смятением чувств приходит уныние, отчаяние, стремление к одиночеству и тоска по утраченным надеждам иметь нормального ребенка. Пока родители горюют и медленно свыкаются с мыслью, что ребенка, о котором они мечтали, нет, реальный малыш с нарушениями никуда не исчезает - он рядом, и ему нужен уход.

То, как родители справятся с суровой действительностью, крайне важно для благополучия не только ребенка, но и всей семьи. Не секрет, что родители испытывают к малышу двойное чувство: они то любят его так же, как могли бы любить здорового малыша, то злятся на него, боятся и даже отвергают. Это и понятно: ребенок - Интернет консультации психолога-психотерапевта на сайте: www.n-ataeva.ru

желанный и любимый, но его нарушения неожиданны, и родители переживают. Многие родители надеются на чудесное исцеление и ищут все новых особенных врачей или больницы. Пытаясь справиться с чувством вины и излить свой гнев на кого-то еще, а не на невинного ребенка, родители нередко выбирают один из двух путей: наказывают себя - решают всю жизнь без остатка посвятить рабскому служению ребенку; перекладывают вину на других - преследуют и яростно уличают в ошибках и невнимательности врачей, социальных работников, учителей. Некоторые делают и то, и другое.

Большинство родителей пытаются справиться со сложной ситуацией самостоятельно, без профессиональной помощи, но это опасно, так как могут пострадать и отношения с малышом, и покой семьи. В идеале эмоциональное и социальное взаимодействие родителей и ребенка складываются нормально, но ребенку необходима еще и дополнительная помощь, чтобы преодолеть, насколько это возможно, имеющиеся нарушения.

Родители должны постараться быстро овладеть своими чувствами и принять ситуацию, иначе благополучие и социальная адаптация семьи окажутся невозможными. Ребенку с нарушениями нужно то же, что и здоровому, - чтобы его любили и принимали таким, каков он есть, со всеми его проблемами и трудностями. Признать ребенка - это значит установить с ним отношения, радостные и для него, и для всей семьи; только так малыш окажется в самой лучшей для его развития среде, войдет в мир уверенным в себе, доброжелательным и полезным обществу; Ребенок, именно такой, какой он есть - с двигательными нарушениями и, может быть, с нарушениями интеллекта, - будет социально адаптирован. Любому ребенку, здоровому или больному, во имя его будущего счастья и социального благополучия, нужна счастливая и полноценная семья. Если он счастлив и у него есть надежные взаимоотношения в семье, то и учиться, в узком педагогическом смысле, ему гораздо легче.

Привыкайте к новой жизни

Первый шок от известия о том, что ребенок родился с нарушениями, будет не таким страшным, если оно преподнесено правильно и сочувственно, если это сделает врач, который сможет помочь семье на первом, самом трудном, этапе. Даже сейчас многие семьи не получают такой помощи. Но ситуация все же улучшается, хотя и весьма медленно. Как только первая боль немного утихнет, семья должна здраво оценить свое положение, чтобы наилучшим образом помочь новорожденному малышу. Пожалуй, самое важное для семьи - прочные взаимоотношения между родителями, их поддержка и помощь друг другу. Необходимо, чтобы оба родителя в полной мере взяли на себя ответственность за заботу о ребенке. Хуже всего неравноправие: когда один из родителей считает для себя возможным ругать другого или меньше заниматься ребенком, или наоборот, - когда всю ответственность по воспитанию ребенка берет на себя только один родитель.

Мама склонна принимать на себя все заботы, а папы предпочитают не возражать. Мама вынашивала ребенка целых девять месяцев, выслушивала всевозможные советы о том, что поможет еще не рожденному малышу быть здоровым, и боялась навредить ему. Вполне естественно, что именно она становится жертвой чувства вины - упрекает себя и считает, что страдать и заботиться о малыше должна она одна. К сожалению, этому нередко способствует врач: он вызывает на беседу одного отца и сообщает дурные новости только ему, предоставляя тому право самому сообщить их жене так,

чтобы смягчить удар. Он как бы подчеркивает, что состояние ребенка касается в основном матери, а долг отца - лишь забота о ней.

В идеале родители должны быть очень близкими людьми, поддерживать друг друга, делить заботы и радости поровну. Мужу следует очень хорошо понимать, насколько важно для жены открыто говорить с ним о своих проблемах и насколько важно им разделять чувства друг друга. С самого начала родители должны осознать, что потребности есть не только у ребенка, но и у них. Они не должны отказывать себе в удовольствии наслаждаться своим союзом. Они всё так же нуждаются в общении друг с другом, имеют право вместе и порознь проводить свободное время, встречаться с друзьями, вести общественную жизнь, заниматься любовью, заботиться о других своих детях. И для ребенка с нарушениями, и для его братьев и сестер, и для его родителей важнее всего на свете нормальная семья. Нельзя приносить на алтарь заботы о ребенке всё и вся. Малыш, чьи родители измотаны и чрезмерно заботливы, неизбежно будет страдать, да и не только он, но и вся семья. В худшем случае семья не выдержит чрезмерного напряжения и распадется. Отец может обидеться на ребенка, поглощающего все внимание матери и занявшего место, которое раньше принадлежало ему. Бывает, что он уходит из семьи и ищет утешения в другом месте. Семья, в которой все подчинено воображаемым нуждам ребенка с нарушениями, теряет свою привлекательность для его братьев и сестер, и они постепенно отдаляются от дома.

Нет! Чувства и потребности ребенка с нарушениями абсолютно такие же, как и у обычных детей. Ему нужна любовь, но не душевные объятия; он нуждается в заботе, но не в безграничном потакании; из всего, чего он может достичь, наиболее важны самостоятельность, возможность в будущем стать независимым и занять свое место в обществе.

Стыд, растерянность, социальная изоляция

Узнав о том, что у ребенка обнаружилось нарушение, родители задаются вопросом: что сказать родственникам, друзьям, соседям? Ответ однозначный: правду! Вы просите врача говорить вам правду, и сами должны делать то же самое. Из ложной жалости некоторые врачи скрывают от родителей истину, а родители, опасаясь поставить своих друзей в неловкое положение, поступают так же. Когда вы вернетесь из родильного дома, соседи и друзья станут спрашивать вас о малыше, и если вы не сможете сразу сказать им правду, потом это будет сделать гораздо сложнее. Всем спрашивающим, в том числе и другим вашим детям, скажите со всей непринужденностью, на какую вы только будете способны, что, по мнению врачей, у малыша слабые ножки и ручки, или что у него будут умственные или физические нарушения, или что у него судороги, и его уже начали лечить. Вам нечего стыдиться, и никто не откажет вам в помощи и сочувствии. В противном случае, рассказывая, что у малыша «все прекрасно», вы будете лгать и сами начнете возводить стену между вами и вашими друзьями. Со временем вам станет все труднее принимать в доме гостей, ведь они смогут увидеть, что с вашим ребенком не все в порядке. Они будут спрашивать себя: может, вы все знаете, но стесняетесь сказать, а может, вы ни о чем не догадываетесь, но и им не захочется открывать вам глаза. Постепенно вы начнете сторониться общества, из-за вашей стыдливости и вы сами, и ваши друзья будете избегать встреч.

Конечно же, иногда стремление других людей помочь вам будет несколько неловким. Кто-то захочет обнадежить вас, скажет, что врачи не правы: «Как они Интернет консультации психолога-психотерапевта на сайте: www.n-ataeva.ru

могут знать, ребенок еще слишком мал!», или: «С возрастом все пройдет». Вы должны позволить друзьям быть любезными - они так хотят этого, но дайте им понять беспочвенность таких заверений.

Если вы прямо расскажете обо всем, вокруг вас быстро образуется круг доброжелателей - друзей, родственников, соседей, продавцов в магазине; их заинтересованность, забота и помощь прекрасно поддержат вас и вашу семью. Если вы выберете другой путь, вам будет трудно «вписываться» в общество как прежде, вы начнете бояться столкновений с внешним миром, окажетесь в социальной изоляции, и ваша семья замкнется в себе самой, а это очень плохо. Если вы поддерживаете связи с обществом, укрепляете их и расширяете, то легко перенесете косые взгляды и обидные замечания людей незнающих, неумных и нетактичных. Пусть они выглядят странными, а не вы. Не сердитесь из-за причиненной вам боли - помогите им вас понять. Естественное и нормальное поведение родителей детей с теми или иными нарушениями, пожалуй, самый лучший способ донести до общества потребности таких семей, развеять сохранившиеся предрассудки и преодолеть невнимательность.

Принимайте помощь

Родители часто жалуются, что им никто не помогает. Однако, многие помогли бы, если бы им дали такую возможность. С самого начала подбодрите окружающих. Не будьте слишком гордыми, не стесняйтесь просить о помощи и не отказывайтесь от нее. Не лишайте себя удовольствия выйти куда-нибудь вечером вдвоем. Попросите знакомого посидеть с ребенком и насладитесь обществом друг друга. Отказывая себе в таких радостях, вы, как правило, прибегаете к разным отговоркам: никто не согласится вам помочь; никто не сможет правильно ухаживать за ребенком; никто не справится с судорожным припадком; а вдруг что-то случится и поэтому вам надо быть рядом и т. п.

Вы сами себя перегружаете, но это вовсе не помогает малышу и лишает семью радости. Семья не может быть счастлива, если мама измотана, переутомлена и раздражена (так бывает, когда мамы «приносят себя в жертву»). Может быть, семьи, живущие по соседству, помогают друг другу присматривать за детьми, и вам стоит войти в их компанию? Попытайтесь найти няню. Ей надо рассказать о потребностях ребенка, возможных проблемах и способах с ними справиться. Уход за ребенком по силам даже подросткам (они с радостью соглашаются на такую работу), если им предоставить такую возможность. Общество никогда не сможет узнать о проблемах людей с нарушениями, помогать и сочувствовать им, если вы не пойдете навстречу обществу.

Конечная цель - социальная адаптация

Когда родители справились наконец с потрясением и настроились сделать для своего малыша все, что от них зависит, приходит время четко определить, к чему же они стремятся. Ребенок с нарушениями станет взрослым. Благополучие взрослого зависит от того, как он впишется в общество. Если у него будут друзья, если он сможет нормально жить и работать в обществе, активно участвовать в общественной жизни и отдыхать среди людей, он будет счастлив. В противном случае, не имея друзей, отталкивая окружающих странным, инфантильным, агрессивным или неприятным поведением, он будет несчастен. С самого начала родители должны понять крайне важную вещь и всегда помнить о ней: любой ребенок должен в итоге стать взрослым, который в

меру своих способностей ведет себя как любой взрослый человек. Это возможно гораздо в большей мере, чем многие себе представляют. Если поведение ребенка не будет нормальным, особенно если оно не будет соответствовать его возрасту, социальная адаптация окажется трудной или невозможной.

Вы, конечно, можете спросить: а что если ребенок недостаточно умен, чтобы понять, как он должен себя вести? Ответ таков: не будьте в этом так уверены, потому что это - неправда. Чтобы научиться правильному поведению в обществе, нужна лишь соответствующая тренировка - надо создавать ребенку однозначные ситуации и учить его вести себя в них правильно. Тогда, столкнувшись с подобными ситуациями в жизни, он будет точно знать, чего от него ждут.

Первые взаимоотношения

Первые и самые важные взаимоотношения ребенок устанавливает с членами своей семьи. С этого начинается его социальная адаптация. Если первый опыт общения и налаживания отношений с другими людьми окажется удачным, и, то дальнейшее формирование личности будет проходить легче. С эмоциональной и социальной точки зрения, ребенок с нарушениями ничем не отличается от любого другого ребенка. Он нуждается в любви и заботе, но не больше других детей. Ему, несомненно, не нужны ни жалость, ни чрезмерная, навязчивая опека, ни слезливая и покровительственная ласка, ни постоянное пожизненное лечение. Конечно, поначалу он нуждается в частом физическом контакте с вами, в нежных словах, полном и тщательном уходе. Однако это принесет пользу только в том случае, если атмосфера вокруг ребенка спокойная, радостная и пронизана любовью, ведь младенцы очень хорошо чувствуют настроение матери, которое передается им через голос и прикосновения.

Очень скоро малыш начинает формироваться как полноправная личность. Он уже не беспомощен и пассивен, и, если имеются какие-либо нарушения, то надо очень внимательно следить за ним и отмечать малейшие признаки того, что он уже слушает и наблюдает. Это является началом первых репетиции семейных отношений. Ваш малыш уже познаёт вас и мир!

Взаимоотношения меняются

Очень модно рассуждать о развитии ребенка и подчеркивать его важность, но мало кто говорит о не менее существенной стороне взаимоотношений - о становлении родителей. Бесспорно, взаимоотношения родителей и детей со временем меняются. Поведение родителей, нормальное по отношению к двухнедельному крохе, малышу пяти-шести месяцев уже не подходит для ребенка пяти лет и т.п. Остерегайтесь привычки повторять «Он еще маленький», или: «Еще успеет», или: «Он пока не понимает». Вполне вероятно, что подобные отговорки рождены неосознанным желанием родителей отрицать физические недостатки ребенка, но в результате возникает тенденция «инфантилизировать» его и уже сам он считает себя маленьким (с ним действительно обращаются как с маленьким), и этим объясняет свою беспомощность. К сожалению, такое обращение в самом деле приводит к беспомощности: малыш отстает в развитии в тех областях, где мог бы добиться большего. Чем лучше развитие ребенка в тех областях, в которых он может развиваться, тем очевиднее становятся его неудачи, вызванные нарушениями, и он с удвоенной силой пытается их преодолеть. Если складывается обратная ситуация и родители все время Интернет консультации психолога-психотерапевта на сайте: www.n-ataeva.ru

«маскируют» нарушения ребенка, постоянно и во всем обращаясь с ним, как с беспомощным, они лишают его права на самостоятельность. Чтобы ребенок правильно развивался, вы должны все время изменять свои с ним отношения, мягко поощрять любые попытки что-то рассматривать, издавать звуки, исследовать окружающий мир и действовать. Тогда месяц за месяцем и год за годом под вашим умелым и мягким руководством ребенок сможет научиться навыкам, ранее для него недоступным. Именно это, а не установление постоянной его зависимости от вас и есть настоящая родительская любовь.

Однажды ребенку придется остаться без вас. Даже если у него будут какие-то нарушения, он, научившись хотя бы эмоционально быть от вас независимым, будет стремиться к обществу, сможет общаться с другими людьми и будет лучше подготовлен к самостоятельной жизни.

Таким образом, путь к конечной цели развития ребенка, то есть к его независимости, таков: вначале у него, благодаря вашей любви, нежности и заботе, возникает уверенность в себе; затем постепенно, шаг за шагом, поощряемый вами, он учится самостоятельности.

Мама - учитель

Младенцу необходим тесный физический и эмоциональный контакт с матерью - это основа всего социального развития. Благодаря контакту сначала мама, а потом и другие люди получают возможность влиять на поведение ребенка. В первые месяцы жизни малыша мама постоянно рядом с ним, ее присутствие ассоциируется у него с сытостью, теплом, уютом, и он начинает воспринимать маму как основной источник удовольствия. Уже только ее лицо, голос, запах и прикосновения становятся для малыша крайне необходимыми и приятными, а потому и стимулируют его. Малыш стремится к такой стимуляции, ищет и хочет ее и расстраивается, если часто бывает ее лишен. Бодрствование он связывает с удовольствием пребывания рядом с мамой, оно порождает в нем ощущение безопасности. Немного позже именно это ощущение поможет ему постепенно осваивать окружающий мир, ведь он знает, что если что-то случится— мама рядом, она поможет, защитит и ему опять станет хорошо.

Важность отношений с матерью очевидна для социального развития ребенка, но и в интеллектуальном развитии их роль не меньше. Обучение начинается не в пятилетнем возрасте и не в школе, а с самого рождения (есть мнение, что оно начинается еще до рождения). Самые важные знания дети получают от матери, происходит это естественно и часто неосознанно. Такой жизненно необходимый навык, как умение выделить из всего окружающего мира один, наиболее значимый, предмет, малыш приобретает, наблюдая за «говорящим лицом» - когда мама наклоняется к нему и разговаривает с ним. Он также учится быть внимательным, думать, предугадывать, а затем выражать себя, действовать и исследовать. Все это начинается с того, что ребенок становится социально отзывчивым; он получает удовольствие от наблюдения за маминым лицом, и оно отвечает ему, вознаграждая за усилия.

Этот процесс - основа для дальнейшего обучения. Не умея реагировать на стимулы по степени их важности, нельзя чему-либо научиться. Чтобы понять связь между предметами и явлениями, надо сначала научиться выделять только имеющие отношение друг к другу, не отвлекаясь на другие. Мамино лицо, когда оно находится совсем близко, заслоняет весь остальной мир; это происходит достаточно часто и, как ничто другое, повторяется день за днем снова и снова. К тому же, лицо подвижно и интересно; оно имеет форму, цвет и очаровывает блеском глаз; с ним приходят родные звуки, запахи и приятные прикосновения.

Представьте себе что чувствует нежеланный ребенок, которого мать считает безобразным, на которого сердится! Большую часть времени он лежит один, его не ласкают, он не слышит нежного голоса, ему часто неуютно. Неудивительно, что лишенный необходимой стимуляции малыш вырастет равнодушным, невнимательным, несчастным и не приспособленным к жизни в обществе.

Игры

Важность игр для развития ребенка хорошо известна, но даже сейчас родители не всегда знают, как надо играть с детьми. Игра - увлекательнейшее освоение окружающего мира. Если задача интересна для малыша и нравится ему, он будет выполнять ее активно и охотно. Если же занятие скучное, слишком трудное или успело надоесть, то оно воспринимается как тяжелая работа.

Суть игры - это удовольствие, причем и для ребенка, и для родителей. Если взрослый способен увлечь и обрадовать ребенка, то малыш будет и играть, и учиться. Вначале больше всего радости ребенку приносят игры с простым физическим контактом: взрослый обнимает его, щекочет, гладит, целует, трется носом о его носик. нравятся детям и «зрительные» игры: взрослый то приближает, то отстраняет свое лицо от личика малыша, поворачивает голову и высовывает язык, прячется и снова появляется; или «звуковые» игры: взрослый напевает, свистит, щелкает языком, пыхтит. Постепенно переходят к простым, но более структурированным играм. Нельзя забывать, что папа тоже должен играть с ребенком. Игры с папой особенные и с самого начала более энергичные - его голос низкий, у него другой взгляд, он любит подбрасывать малыша в воздух и т. д. Они возбуждают малыша и вносят разнообразие в его жизнь, и, кроме того, дают возможность познакомиться с другой, мужской, манерой поведения. Интерес к звукам крайне важен, и ребенку нужны шумные игры - погремушки, шуршание бумагой, постукивание ложкой по чашке или подносу. Постоянно говорите с малышом, никогда не занимайтесь с ним молча. Не пытайтесь заставить его повторять отдельные слова - дайте ему возможность слушать мелодию и ритм обычной речи, его родной язык. Позже он начнет подражать им, и вы будете взволнованы его «лепетом» и его собственным «языком». Даже если из-за церебрального паралича у малыша есть нарушения в речевом аппарате, ему важно понимать речь: естественный разговор для него понятнее отдельных, специально повторяемых слов.

Если ваш малыш издал звук, повторите его, даже если это простое фырканье. Немного подождите и повторите его снова. Постепенно ребенок научится воспринимать ваш ответ и будет улыбаться, услышав его. Он уже играет звуками! Позже он станет специально издавать звуки, чтобы вы их повторяли, и так вы будете «перебрасываться» звуками, как мячиком, наслаждаясь этой игрой. Потом звук можно изменить, и малыш попытается повторить его - вы учите его прислушиваться и управлять своим речевым аппаратом, то есть произвольно произносить звуки. Так он учится говорить. В любой игре, как и при любой другой форме обучения, очень важно дожидаться ответа ребенка, его реакции. Слишком просто не удержаться и сделать вместо ребенка то, что вы от него ждете, но гораздо важнее дать ему возможность сделать это самому. Когда вы показали ребенку что надо сделать, подождите - ваше ожидание будет побуждать его выполнить задачу. Вы показываете ему, что вы ждете его участия в игре. Если он попытался воспроизвести ваши движения и звуки, повторите их снова и подождите еще - так вы покажете, что теперь его очередь. Слишком быстрые или слишком частые задания могут

отбить у малыша желание играть, и он не станет больше стараться. Он даже может решить, что его роль - это быть пассивным наблюдателем, вашим зрителем.

Самообслуживание

Здесь следует использовать те же принципы, что и в игре. Надо приложить все усилия, чтобы ребенок стремился действовать сам. Потребуется не только терпение, но и время. Нельзя надолго оставлять ребенка наедине с его проблемами, потому что неудачи отобьют у него охоту действовать, но и не стоит сразу спешить ему на помощь, иначе он превратится в пассивную куклу. Малышу надо показать, что именно он должен сделать, и помогать ему через движения его собственных рук и тела. После многих попыток он будет уже вместе с вами выполнять необходимые движения, а если и будет сопротивляться, то не сильно. Когда это удастся, следует постепенно ослаблять ваше вмешательство и помощь, особенно в самом конце задания, и ребенок будет сам доводить дело до конца. Например, когда вы учите малыша есть ложкой, он должен держать ее сам, а вы держите его ручку. Когда вы вместе несколько раз донесете ложку до рта, убирайте свою руку тогда, когда ложка находится уже почти у самых губ. Так ребенку проще понять, что он должен сделать сам, и гораздо легче завершить уже начатое действие.

Поощрять ребенка учиться обслуживать себя самому и использовать необходимые навыки надо с самого рождения. Перед кормлением покажите малышу грудь или бутылочку, намекая, что надо открыть ротик, когда сосок или соска коснется его. Не вкладывайте сосок или соску ему в рот насильно! Слишком просто считать, что новорожденный, особенно с какими-то нарушениями, не способен ничего понять и беспомощен. Не пробуждая в малыше интерес, не подталкивая его к действиям и не мотивируя его, вы на самом деле мешаете ему. Ребенок учится, хотите вы этого или нет. Если вы не учите его помогать самому себе - вы учите его бездействовать. Ощущение, что ребенок полностью зависит и всегда будет зависеть от вас, может приносить вам радость. Однако, это лишь слабая тень той радости, которую вы получите, помогая ребенку учиться бороться со своими недостатками и преодолевать их.

Несколько практических советов

Чтобы ваши усилия оказались более эффективными, во время любого периода обучения ребенка следуйте нескольким правилам.

- Ребенок любого возраста должен быть настроен действовать, то есть внимательно, радостно и с готовностью отвечать вам, а задание должно его интересовать. Поэтому заниматься обучением надо тогда, когда ребенок сильнее всего заинтересован в том или ином действии. Например, учить ребенка самостоятельно есть надо в начале приема пищи, когда он голоден, а не в конце, когда он уже сыт и хочет побаловаться, а может, вообще не хочет есть.
- Обучать ребенка надо понемногу: как только вы замечаете, что он заскучал или начинает протестовать, немедленно прекратите занятие.
- Нельзя воевать с ребенком, так как вы все равно проиграете. Для вас обоих будет лучше остановиться.
- Действуйте так: покажите - ждите - подбодрите - ждите - покажите - и т. д.

- Дайте ребенку время среагировать; увидев его старания, подбодрите его, похвалите и улыбнитесь.
- Постарайтесь настроиться положительно, поощряйте любую попытку, не критикуйте ребенка за неуклюжесть и ошибки, или когда у него не получается выполнить задание полностью. Любую, даже самую слабую, попытку надо поощрять, малыша следует хвалить и он будет учиться с удовольствием.
- Учитесь выполнять задание постепенно, начиная с последних этапов: сначала сделайте все вместе, а в самом конце дайте малышу сделать последний шаг самостоятельно. Хорошо выучив последний этап, переходите к отработке предпоследнего, и так далее. Таким образом ребенок будет все время возвращаться к тем действиям, которые он уже освоил, у него появится уверенность в успехе и ощущение, что он все смог сделать сам. Если вы встречаете сопротивление или натываетесь на детский негативизм, не давите на ребенка, лучше прекратите занятие. Помните: чем больше вы настаиваете, тем сильнее он будет сопротивляться. Почему? Да потому, что ребенку не нравится подчиняться, ему нравится чувствовать свою силу и выводить вас из равновесия упрямством. Не радуйте его своим расстроенным видом. Если ребенок отказывается есть, то спокойно уберите его тарелку (но не жалеете его потом; он не должен есть до следующего приема пищи; только так он поймет, что его упрямство вредит ему, а не вам). Жестоко? Вовсе нет. В такой ситуации лучше проявить твердость. Помните, что предельно ясные правила усваиваются легче и быстрее. Вам потребуются и терпение, и время. Если вы не уделите своему медлительному ребенку с нарушениями достаточно времени, никуда не спеша и не отвлекаясь, он просто не успеет сделать то, чего от него ждут, а вам покажется, будто он ничего не понял. Это особенно касается детей с физическими двигательными нарушениями: их действия бывают замедленны, затруднены, иногда ребенок просто не в состоянии их совершить. Если руки и ноги у ребенка полностью парализованы, научите его показывать, понял ли он вас. Например, кивать головой - «да», мотать головой «нет». Не оставляйте своих попыток, даже если прогресс очень медленный; отмечайте любые признаки улучшения. Если вы перестанете его учить, то другой возможности научиться у него не будет. Если вы решите, что ребенок к чему-то неспособен - он никогда и не сможет этого делать. Помните как вы учились плавать? Многие месяцы вы считали, что вам это не по силам, и удивлялись, как же другие могут плавать? И вдруг у вас получилось и вы уже не можете понять, что же здесь сложного.

Помогайте именно сейчас

Вполне естественно, что родители беспокоятся за будущее своего ребенка. Это беспокойство может стать постоянным, и тогда родителей мучают вопросы: «Будет ли он говорить?», «Сможет ли он ходить?», «Сможет ли он когда-нибудь работать?», «Что с ним будет, когда мы умрем?».

Однако гораздо важнее не тревожиться постоянно о будущем малыша, а изо всех сил помогать ему именно сейчас. Беспокойство часто разрушительно для вас. Оно мешает полностью использовать все возможности и обязательно передастся ребенку, в результате чего он станет несчастным. Важно не слепо верить сомнительным прогнозам, а реально оценить состояние ребенка и понять, как вы можете помочь ему в полной мере проявить свои возможности. Ничто так не излечивает от переживаний, как осознание того, что вы действуете - упорно и умело, день за днем - и помогаете своим сыну или дочери решать их проблемы. Успех, даже самый малый, - это надежда, реальная надежда на то, что еще один крошечный шаг к цели будет сделан. Читайте, слушайте, учитесь у других, как помочь вашему ребенку. Его главный учитель - это вы. Специалисты помогают вам, но они не могут сделать вашу работу. Учитесь у них и квалифицированная помощь будет обеспечена малышу постоянно, а не на несколько часов в неделю. Никогда не забывайте, что именно вы с самого начала, с самых первых дней, делаете для вашего ребенка самую важную и самую полезную работу - вы учите его любить ближнего, быть внимательным и любознательным, исследовать мир и хотеть учиться.

Именно поэтому вам надо сосредоточиться на настоящем состоянии ребенка и на том, в чем он нуждается прямо сейчас или вскоре будет нуждаться, а размышлять о том станет ли он когда-нибудь «совершенно нормальным» не надо вовсе. Сожаление, взаимные упреки, тревога, излишняя сентиментальность и болезненное ожидание чуда бесполезны. То, что вам действительно нужно, - это знания, квалифицированные навыки, терпение и определенность. Стремиться к этому надо спокойно. Нельзя допустить того, чтобы заботы о ребенке поглотили вас полностью, иначе и вы, и вся ваша семья будете несчастны.

Задача родителей сродни той, что возникает у альпиниста, стоящего у подножия Эвереста: он хочет покорить его, но знает, что многие до него сорвались вниз и он тоже не застрахован от падения. Ему ведомо и то, что не укрепиться на каждой из достигнутых позиций опасно, и он знает, как преодолеть препятствие, стоящее сейчас на его пути. Может быть, он не покорит вершину, но будет уверен: до какой отметки он бы ни поднялся, это будет вершиной человеческих возможностей, потому что каждый шаг был тщательно выверен и продуман.

Дисциплина

Может быть, слово «дисциплина» применительно к детям с нарушениями звучит слишком строго и неуместно, но на самом деле это не так. Ребенок с церебральным параличом, как и любой другой, обязан научиться правильно вести себя в обществе и должен знать, что если он не будет считаться с правилами общества, о нем сложится неблагоприятное мнение. Даже люди с тяжелым нарушением умственного развития способны научиться адекватно вести себя в обществе, поскольку для этого большого умственного напряжения

не требуется. Однако, от тех, кто обучает такого ребенка, требуется последовательность: ребенок всегда должен знать, чего от него ждут и что именно ему следует делать. Если подросток с нарушениями или взрослый ведет себя как маленький, это говорит не о том, что он не был способен научиться «взрослому» поведению, а о том, что его научили вести себя именно так. В общем-то, научить можно всему: сидеть спокойно, а не бегать; вести себя тихо, а не шуметь; не хватать вещи, не бросать их и не стучать ими; общаться с людьми, а не надоедать и не докучать им; играть с детьми, а не отнимать у них игрушки...

Учить дисциплине, или самоконтролю, нужно постепенно и с раннего возраста. Постарайтесь не думать: «Он не способен этого понять». Скажите себе: «Он должен учиться, как другие дети». С самого начала малыш начинает строить с вами крайне важные взаимоотношения; он должен стремиться к вашему одобрению и избегать вашего осуждения. Это все, что нужно малышу, чтобы понять, когда он ведет себя хорошо, а когда - плохо. Чтобы пресечь неверное поведение и пробудить в ребенке желание исправиться, должно быть достаточно вашего сурового взгляда, нахмуренных бровей или строгого голоса. Так вы добьетесь лучшего поведения.

Конечно же, так поступает большинство родителей, но если повести себя неверно хотя бы один раз, то ничего не получится. Схема работает только в том случае, если вы хвалите ребенка чаще, чем ругаете и ваши с ним отношения строятся на взаимно приятной основе. Тогда он будет знать, что любим, и будет любить вас. Тогда, по крайней мере большую часть времени, он постарается не огорчать вас. Если же малыш видит, что вы всегда или очень часто недовольны им, если вы все время одергиваете его, что бы он ни делал или ни говорил, ваши взаимоотношения будут болезненны и мучительны. Ребенок почувствует себя ненужным и нелюбимым. Постоянные критика и неодобрение в адрес ребенка вернутся к вам, либо отдалят вас друг от друга, а может, произойдет и то и другое. В результате ребенок станет еще непослушнее, его будут радовать ваши расстройство и раздражение, либо он превратится в запуганного и робкого. В обоих случаях воспитание социальных навыков окажется невозможным, и в итоге ребенок станет совершенно невыносимым.

Противоположная ситуация: ребенка хвалят и одобряют его поведение в 95% случаев, его действия осуждают или на них не реагируют в 5% случаев. Это дает ему возможность понять, что хорошо, а что плохо, и при этом все время чувствовать себя в безопасности. Если какое-то действие или поступок всегда наталкивается на четко выраженное неодобрение, ребенок постарается его не повторять. Последовательность, которая требуется от родителей, состоит в том, что и мать, и отец должны одинаково, всегда и твердо осуждать тот или иной поступок. Если, ругая ребенка, взрослый улыбается или еще как-то выражает свою симпатию, или если один из родителей реагирует на его поведение иначе, чем другой, то в лучшем случае ребенок окажется в замешательстве, а в худшем - воспитание не возымеет действия вообще или вызовет обратную реакцию.

Взрослым бывает нелегко понять, что они поощряют шалости, необузданность, опрометчивые или неприемлемые в обществе поступки. Непросто заметить, что вы одобряете поступки, которые были совершенно естественны на более ранней стадии развития, но теперь уже стали недопустимыми. Ребенок растет и надо постепенно прекращать поощрение ранее дозволенных действий, а потом и начать осуждать их. Нормальное развитие ребенка возможно только тогда, когда развиваются и его родители. Родители должны «взрослеть» вместе со своим ребенком. На самом деле родителям малыша с нарушениями сложнее - им может казаться, что малыш не развивается, и они тоже

останавливаются, но если они сами не будут развиваться, то и у ребенка ничего не изменится.

Крайне важно не останавливаться в вашем совместном с ребенком развитии, иначе вы сохраните и не сможете сломать уже устоявшиеся взаимоотношения, формирующиеся между родителями и крошечным младенцем. Когда младенец царапает ваше лицо пальчиками или дергает вас за волосы, это приятно. Вы поощряете его улыбкой и нежным воркованием, и это правильно - вы устанавливаете социальный контакт с ребенком, а он развивает двигательные навыки, исследует строение вашего тела. Однако со временем, становясь сильнее, малыш должен учиться быть нежным, внимательным к чувствам других людей, и исследовать теперь ему надо игрушки, разные предметы и окружающий мир. Для этого родители должны поощрять интерес малыша к предметам и играм, но пресекать плохое поведение.

Следует особо подчеркнуть, что самым эффективным путем воспитания является отнюдь не осуждение. Гораздо полезнее одобрять ребенка, постепенно и последовательно «продвигаться» в его обучении, не позволяя ему останавливаться в развитии. Как только малыш, который раньше играл лишь со взрослым (в игры с простым физическим контактом), получает игрушку, часть его внимания переключается на нее, а взаимоотношения ребенка с миром сразу же становятся трехсторонними. Поощрение его интереса к игрушке и занятий с ней заставляет его развиваться, он не «зацикливается» на двусторонних отношениях человек - человек. Он все еще нуждается в поддержке взрослого, но уже не требует постоянного внимания к себе, ведь он открыл для себя новую возможность - общение с игрушкой. Награда родителям - наблюдать, как их малыш постепенно становится самостоятельным, расцветает как личность, оказывается способным приспосабливаться к людям и различным социальным ситуациям.

Упрямство и истерики

Все время идти на поводу у ребенка - значит сделать его крайне своенравным. Но вдруг родители понимают, что малыш мог бы вести себя и лучше, и внезапно начинают предъявлять к нему другие требования. Такая резкая перемена, именно резкая, а не постепенная, отталкивает малыша, выводит его из равновесия. Вы вдруг запрещаете ему то, что всегда разрешали. И вот неприятный сюрприз: ребенок по-детски протестует и устраивает истерику, визжит и молотит по полу ногами. Если он добьется своего, если из страха его расстроить мама отступит, такая манера поведения станет постоянной и ребенок будет закатывать истерики в своих целях. Чтобы этого не случилось, исправлять поведение ребенка надо постепенно; он должен подчиняться разумной просьбе, а вы - твердо и спокойно настаивать на своем.

Если манера закатывать истерики уже закрепилась и справиться с ней трудно. Лучше всего не обращать внимания и уйти в другую комнату, если же это происходит на людях, то лучше увести ребенка и оставить его одного, пока он не успокоится. Когда он вернется в комнату, где находятся люди, его не надо жалеть, лучше отвлечь его на одно из его любимых занятий, а когда ребенок уже сможет спокойно общаться, приободрите его улыбкой и добрым словом. Если истерику закатывает ребенок с двигательными нарушениями, достаточно отвернуться от него, а возобновить общение, когда он успокоится.

Стоит отметить, что ребенок, привыкший таким образом выражать недовольство, в ответ на ваши усилия может в течение какого-то времени вести себя еще хуже. Именно истерики помогли ему добиться своего, и вполне Интернет консультации психолога-психотерапевта на сайте: www.n-ataeva.ru

естественно, что он прибегает к проверенному методу. Встретив сопротивление, он может кричать еще громче, колотить ногами еще дольше и яростнее. Важно понять, что надо пройти через все это во имя будущего улучшения отношений. Если же вы после долгих стараний сдадитесь, ситуация ухудшится, потому что теперь ребенок будет знать, что он все равно своего добьется, надо только постараться.

Не менее важно выбрать правильное время для перевоспитания. Не начинайте этого делать в магазине или другом общественном месте, потому что трудно игнорировать истерику, когда вокруг полно людей! Лучше всего это делать дома, и пока не добьетесь успеха, не выяснять отношения на людях.

Все указанные выше проблемы можно обойти, если с самого начала поставить перед собой цель воспитывать ребенка так, чтобы он вел себя нормально, и постепенно учить его владеть собой. Тогда вам не придется прибегать к жестким мерам и проявлять по отношению к более слабому существу чрезвычайную строгость. Чтобы прекратить истерику, ставшую манерой поведения, не следует шлепать ребенка и прибегать к физическим наказаниям. Гораздо лучше ее проигнорировать и увести ребенка с чужих глаз. Физические наказания не только нарушают ваши взаимоотношения с малышом, но и учат его быть агрессивным, так как он подражает вам. Он начнет драться и враждовать с братьями, сестрами и другими детьми. Угрозы типа «Вот только ударь его и я ударю тебя!» - самое глупое, что можно придумать. Так вы показываете, что агрессия допустима, но побеждает тот, кто больше и сильнее.

Упрямство в виде «пассивного сопротивления» можно преодолеть разными путями. Оно возникает, когда ребенка заставляют что-то делать и при этом его критикуют. Другими словами, если взрослый нетерпелив и раздражителен, все время ругает ребенка за неловкость, постоянно называя его глупым, медлительным, неумелым, то это губительно для взаимоотношений, особенно в ситуации обучения. Нежелание постараться - естественная реакция избегания. Свою решительность ребенок показывает, опуская голову, отводя взгляд или закрывая глаза, сжимая кулаки. Чтобы исправить ситуацию, не следует торопить ребенка и давить на него. Нужно мягко и терпеливо поощрять его старания. Иногда снова пробудить в малыше желание учиться и помочь ему забыть о связанных с учебой неприятностях может педагог или другой человек, эмоционально настроенный по другому.

Еда, приучение к горшку, негативизм

Чем сильнее родители верят, что ребенок должен каждый день есть мясо, рыбу, белки или что-то еще, и, в соответствии с их верой, заставляют его это делать, тем скорее он откажется их есть. Чем больше вы будете давить на ребенка, тем активнее будет сопротивление. Встретив мятеж, вы выходите из себя, и война начинается - война, которую вы проиграете. Вы не можете заставить малыша есть и глотать пищу; попытайтесь - его сразу вырвет. Как только давление ослабеет, война прекратится, и однажды ребенку захочется попробовать то, что едят другие. Ему будет не в чем отказывать вам, пропадет повод вас расстроить, что очень заманчиво, когда вы чрезмерно озабочены проблемной накормить его.

Такая же ситуация возникает, когда вы стараетесь, чтобы ребенок ел больше. Поев, он начинает играть с едой и превращает стол в помойку. Заставляя ребенка есть больше или быстрее, вы даете ему повод сопротивляться вам и порождаете восстание. Если же вы относитесь к нему как к человеку, который сам знает, что ему нужно, игра с едой будет лишь означать для вас, что он сыт.

Недоеденное надо спокойно убрать и не возвращать, невзирая на протесты, пусть ждет следующего приема пищи. Если он не возражает, значит, он наелся, а если протестует - будет знать, что надо есть, а не играть.

Приучение к горшку становится полем битвы по тем же причинам. Тот факт, что вы упорно настаиваете на своем, говорит ребенку, что для вас это очень важно, и как только он научится сдерживаться, он легко воспользуется случаем огорчить вас. Если малыш отказывается ходить на горшок или сидит на нем десять минут, а потом сразу же испражняется в штанишки, скорее всего, он уже научился сдерживаться, но использует это в своих целях!

Проблемы и с едой, и с горшком - это проявления детского негативизма, то есть отказа подчиняться слишком требовательным родителям. Если своим непослушанием ребенок легко выводит вас из себя, ему это приятно. Если вы настаиваете на своем, например заставляете его есть белки, ходить на горшок или убирать игрушки, он может отказаться сотрудничать и предпочтет во всем противодействовать. Ему хочется, чтобы все было так, как нравится ему, и если вы будете сражаться с ним, он будет сражаться с вами, и вполне может победить. В некоторых случаях ребенок имеет право сказать «нет» (у многих малышей именно это слово первое!), и он будет прав, если ваши требования нер а з у м н ы .

Другие нарушения поведения

В больницах иногда можно наблюдать детей с тяжелыми нарушениями поведения, например, кричащих по ночам, бьющихся головой, кусающих руки, постоянно раскачивающихся или гиперактивных. Такие проблемы требуют медицинского обследования, поскольку могут встречаться при различных заболеваниях, но часто никаких болезней не обнаруживается. В таком случае могут помочь педагогические методы.

Ребенок, лишенный внимания, ободрения или общения, стремится занять сам себя, развлекаясь собственным телом. Обычно к такому способу прибегают дети с частичной или полной потерей зрения, слуха или с тяжелым нарушением умственного развития. Многие стереотипные навязчивые движения (раскачивание, «мотание» головой, высовывание языка или вычурные движения пальцами и т.п.) нередко заменяют общение и стимуляцию извне. Похоже, что они доставляют ребенку удовольствие и часто он использует их для самоуспокоения. Если такая манера закрепилась, отучить от нее трудно, поскольку подобные занятия всецело поглощают ребенка и он становится невосприимчив к попыткам наладить с ним контакт.

Одними запретами с этой ситуацией не справиться. Надо найти таким занятиям более интересную и приятную замену. Один или два человека должны постараться войти в мир ребенка, но ни в коем случае не давить на него. Сначала надо научить его играть в простые игры, построенные на физическом контакте. Затем можно перейти к стимулирующим играм, в которых используются различные приспособления (качалки, карусели), и уже потом переходить к играм с предметами, например в мячик или в машинки.

Дети с двигательными нарушениями реже прибегают к навязчивым движениям или уходят в себя. Если же это произошло или вы заметили, что малыш не реагирует на вас, надо как можно скорее обратиться к специалисту. У ребенка проверят (или перепроверят) зрение и слух, посоветуют вам, как играть с малышом и развивать его.

Другие виды неправильного поведения ребенок может использовать для привлечения вашего внимания: он может носиться по дому, как сумасшедший, Интернет консультации психолога-психотерапевта на сайте: www.n-ataeva.ru

хватать вещи, которые ему брать запрещено. Привлекать внимание взрослых возмутительным поведением склонны немые дети, а вызывающе кричать - дети, которые физически беспомощны. Многие считают, что лучший способ успокоить расстроенного малыша - поговорить с ним, взять на руки, приласкать, положить в кроватку. Это действительно так, если ребенок маленький, но он очень быстро поймет, что плачем можно добиться внимания к себе. Со временем родители устают от криков, уступают его просьбам - и они становятся бесконечными. Иногда родители пытаются сломить эту привычку, игнорируя вопли, но в ответ ребенок кричит с удвоенной силой. Он кричит все громче и дольше, а родители либо срываются, либо в раздражении шлепают его. В последнем случае, стремясь загладить свою вину, родители часто опять же уступают ребенку.

Нормальный малыш, естественно, нуждается в частых социальных контактах со взрослым, и даже исследованиями подтверждено, что он обращается ко взрослому каждые несколько минут - голосом, взглядом, используя контакт «глаза в глаза» (смотрит в лицо взрослому), физически (трогает за руку, забирается на колени) - и получает ответ. К сожалению, дети с физическими нарушениями, испытывая те же потребности в общении, часто не способны привлечь к себе внимание обычными способами. Если малыш не может двигаться, позвать, повернуть голову, а иногда даже перевести на вас взгляд, - что ему остается делать? Единственное, что он может сделать, - кричать. Если это помогает, он кричит всякий раз, когда ему требуется внимание. Если не помогает - он может стать отрешенным и апатичным.

Способ решить такие проблемы кажется очевидным, но он не прост. Поначалу мама должна очень постараться больше времени быть рядом с малышом и постоянно общаться с ним при помощи речи, взглядов или прикосновений. Сделать это непросто. Вам придется приложить все свои усилия, потому что обычным образом он позвать вас не может. Это займет много месяцев, если не лет, - гораздо дольше, чем потребовалось бы обычному ребенку. От вас потребуется огромное упорство и терпение.

Другая чрезвычайно важная деталь: вы должны быть крайне наблюдательны. Надо замечать малейшие знаки, которые ребенок вскоре начнет вам подавать, если только его нарушения не выражены очень и очень сильно. Когда он смотрит на вас, вы должны сразу же посмотреть на него. Конечно, вы не можете все время сидеть и наблюдать за ним, но прислушивайтесь к малейшим звукам, которые он издает, и отвечайте ему - его это заинтересует, и он быстро научится «звать» вас. Если вы не реагируете на тихие звуки, ему придется кричать громче и уже не так мило. Старайтесь помнить, что нормальный ребенок нуждается в частом общении с родителями, но и у ребенка с нарушениями потребности те же. Это утомительно? Да! Мамы часто и справедливо сетуют, что они устали реагировать на нужды ребенка, но, тем не менее, надо помнить, что общение крайне важно для его развития.

Реакция взрослого определяет то, каким способом ребенок привыкнет привлекать внимание и требовать необходимого ему общения. Если он кричит, то часто это означает, что его спокойные призывы к общению не воспринимались, когда он просил общения взглядом или тихим голосом. Ему не нужно внимания больше, чем вы ему оказываете, когда приходите на крик, надо только, чтобы вы его услышали «на меньшей громкости». Другими словами, его не замечают, пока он не закричит, и он добивается желаемого именно так - криком! Все, что нужно, - это социальная реакция (ваша реакция) на его призыв до того как он закричит. В идеале, вам надо стать крайне чувствительными к малейшим сигналам ребенка. Правда, вполне может быть, что вы реагируете не так, как он хотел бы. Кричащего малыша часто сразу успокаивают, целуют, Интернет консультации психолога-психотерапевта на сайте: www.n-ataeva.ru

обнимают, гладят или укачивают. На самом же деле, ребенка, которому уже несколько недель от роду, надо начинать приучать к игровым действиям. Следует по возможности раньше начинать играть с ним в «ку-ку» (прятаться, а затем снова показываться), затем привлекать его к игре с погремушками, бумагой, игрушками и предметами, которые окружают ребенка, пробуждая в нем интерес к миру.

По тем же причинам ребенок без тяжелых физических нарушений может начать биться головой, хлопать руками, проявлять чрезмерную активность или по-другому неприятно вести себя. Чем поведение хуже и ужаснее, тем больше ребенок рассчитывает, что оно «включит» взрослого и заставит уделить ему внимание. Взрослый, придя успокоить ребенка, уделяет ему то самое внимание, к которому малыш стремился и которого не получал другим способом. Опять же, надо изо всех сил постараться игнорировать подобное поведение и, что еще важнее, в другой раз заняться интересными и нужными делами вместе с ребенком. Вы должны быть позитивно настроены по отношению к ребенку, ведь вы хотите его чему-то научить. Вы должны подойти к нему, заинтересовать, приободрить и поиграть с ним просто потому, что вы хотите заниматься с ним, а не потому, что вам надо его утихомирить или успокоить. Спросите себя: «Когда я последний раз с ним разговаривала? Когда я прикасалась к нему? Когда мы играли вместе?». Если окажется, что после того, как он кричал, рисовал на полу или бился головой, значит, вы учите его привлекать ваше внимание именно таким способом.

Чрезмерная привязанность

Для ребенка, который зависит от взрослого больше, чем обычно, есть опасность слишком привязаться к взрослому, особенно если за ним постоянно ухаживает один и тот же человек. Проблема не только в том, что ребенку будет трудно в детском саду или школе. Он окажется слишком восприимчивым к вашему отсутствию - ведь вы можете попасть в больницу уехать, либо его самого могут положить в больницу. Очень важно, чтобы на первом году жизни малыша полноправные роли играли и оба родителя, и его братья и сестры, чтобы с ним время от времени более-менее тесно общались и другие люди.

Важно, чтобы время, которое ребенок проводит с другими людьми, было нормальной частью его жизни - так, как это и бывает с обычными детьми. Тогда социальные контакты будут доставлять ему удовольствие, а не огорчение. Для ребенка старше двух лет социальные контакты становятся еще более важными. Нужно расширять круг его знакомств, тогда в три-четыре года он сможет легко оставаться в детском саду, не волнуясь и не переживая из-за расставания с вами. Если же ребенка чрезмерно опекают, он становится болезненно привязанным к матери или к обоим родителям, и когда приходит время отдавать его в детский сад, то тяжело и трудно будет всем. Мама начнет убеждать себя, что ребенок еще слишком мал, чтобы оставаться без нее даже на несколько часов. В конце концов, если ребенка оставляют дома, он еще больше привяжется к ним (а родители - к нему), и чем дольше это будет продолжаться, тем крепче будет связь.

Социальное развитие, как и любое другое, должно проходить постепенно, так, чтобы ребенок чувствовал себя уверенно сначала в своей семье, а затем - с другими людьми и в различных ситуациях. Чрезмерно опекая ребенка, родители воспитывают его не счастливым и уверенным в себе, а опасливым, зависимым и враждебным к окружающему миру. Помните, что ваш малыш, как и другие ваши дети, не может полностью принадлежать вам: он имеет право вырасти, Интернет консультации психолога-психотерапевта на сайте: www.n-ataeva.ru

отделиться от вас и стремиться к другим людям, которым вы должны позволить разделить с ним счастье и заботы.

Братья и сестры

О родных братьях и сестрах ребенка с нарушениями часто забывают, но они требуют к себе особого внимания, и это их право. Дети младшего возраста очень ревнуют своих родителей к новорожденному, особенно если те полностью переключаются на заботы о нем. Часто случается так: если у новорожденного есть проблемы со здоровьем, родители, естественно, беспокоятся за него и проводят с ним много времени. Очень важно продолжать уделять время и внимание и старшим детям, удовлетворять их потребности в играх, общении и проявлении чувств. Дети не должны чувствовать себя забытыми и обиженными. Можно привлечь старшего ребенка к заботам о малыше. Для него это будет полезно, а вы сможете уделять внимание обоим детям. Когда вы станете благодарить своего маленького помощника, он обрадуется тому, что полезен, будет заботиться о своем младшем братике или сестричке и любить его или ее. Вскоре он начнет спрашивать, почему малыш так медленно развивается, не может сидеть, ходить или разговаривать. Отвечать надо правдиво и на понятном ребенку языке.

Подростки иногда стесняются нарушений, имеющих у малыша. Это особенно часто бывает, когда они приглашают в дом друга противоположного пола. Но если родители всегда правдиво и без смущения отвечали на его собственные вопросы, открыто и непринужденно общались с его друзьями и соседями, то и сам он скорее всего будет вести себя естественно и не сильно смущаясь.

Всю жизнь родители ребенка с нарушениями переживают о том, что с ним будет, когда они состарятся или умрут. Раньше родители нередко заставляли других своих детей заботиться о нем, иногда вырывая из них обещания, находясь на смертном одре. Перспектива, что их ребенок с нарушениями попадет в интернат, пугала их, но теперь все изменилось, и заведения подобного типа во многих странах обеспечивают хороший и квалифицированный уход. Когда ребенок станет подростком, его надо иногда ненадолго отправлять в небольшой интернат рядом с домом. Если ребенку там понравится, родители будут спокойнее смотреть в будущее. К тому же это еще один способ воспитания в ребенке самостоятельности.

Так, например в Великобритании многие взрослые с нарушениями время от времени ненадолго поселяются в интернатах - это стало для них естественным и позволяет при необходимости покинуть родительский дом. Став взрослым, молодой человек с нарушениями может начать жить отдельно. В зависимости от его состояния, ему обеспечивается необходимый уход. Кроме того, у его родителей есть вполне естественная потребность в отдыхе и право на спокойную старость. Его братья и сестры со временем создадут собственные семьи и уже не смогут постоянно заботиться о нем, хотя, конечно же, многие будут стараться это делать.

Социальное поведение

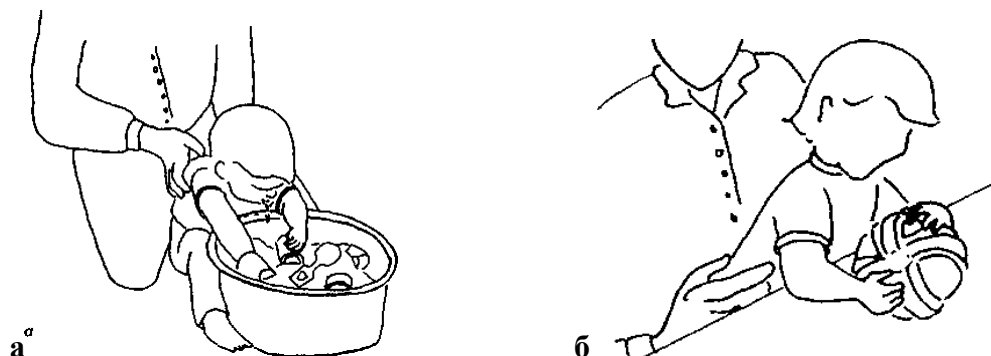
Вполне понятно, что родители ребенка с физическими, а возможно, и умственными нарушениями хотят, чтобы он научился читать, писать, считать и получил среднее образование. Но социальная адаптация гораздо важнее интеллектуального развития как для обычного человека, так и для человека с какими-либо нарушениями. В частности, если у ребенка имеются трудности в обучении и снижена способность к абстрактному мышлению, важнее всего будет сосредоточиться на основах социальной адаптации, обучить его навыкам самообслуживания (есть, ходить, контролировать мочеиспускание и дефекацию, одеваться, разговаривать) и воспитать, питать его дружелюбным: тогда он всегда будет вызывать у окружающих симпатию и желание помочь. Одно из наиболее важных, но довольно трудно приобретаемых качеств - способность располагать к себе людей, умение привлекать других дружелюбием, легкостью и очарованием, чтобы обратиться к ним за помощью или предложить свою помощь, - это чрезвычайно ценное качество.

Мы подошли к тому, что человеку с нарушениями надо позволять помогать другим людям и поддерживать в нем такое стремление. Тот, кто проявляет себя как полезный член общества, получает признание. Больше всего ценят активных созидателей и помощников, «столпов общества», в то время как зависимые и беспомощные люди выглядят «балластом». Человек с нарушениями должен помогать другим людям. Это, вероятно, кажется странным, но это возможно. Взрослые с нарушениями нередко с радостью присматривают за детьми с тяжелыми нарушениями и заботятся о них с огромной нежностью. В награду они получают любовь, которой в другой ситуации они никогда бы не узнали. Такие взаимоотношения обогащают обе стороны и их ничем не заменить.

В общем, любой человек, который большую часть жизни зависит от окружающих - дома, в школе или в специальном интернате, - может и должен помогать другим. Ему надо как можно раньше начать давать небольшие поручения: помогать по дому вам, его братьям и сестрам, соседям и друзьям. Нет причин отказывать человеку в радости помогать, например, пожилым людям, соседям. Наша цель - не только поощрять такого человека самостоятельно принимать решения, делать выбор и действовать, но и дать ему возможность радоваться тому, чему радуемся мы сами, делать шаги навстречу другим, помогать и заботиться о ближних. Только так он сможет почувствовать себя частью общества.

Упражнения и практические занятия, которые могут проводить родители с детьми с ограниченными возможностями в домашних условиях

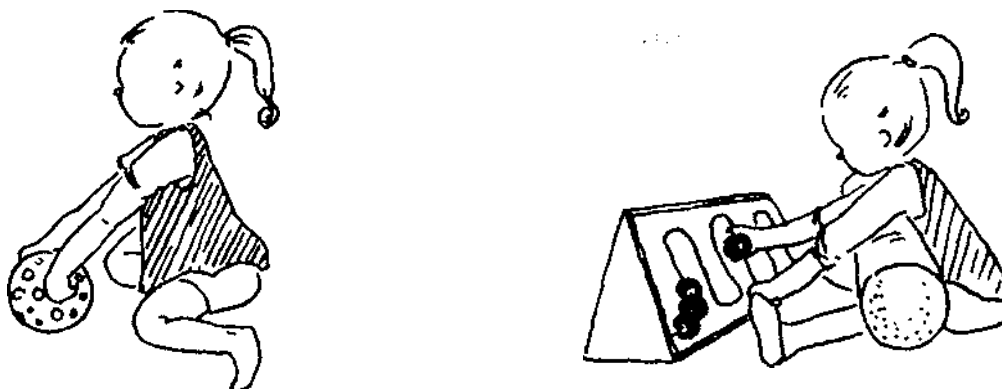
Рис.1 - Выбор правильного положения тела для игры:



Здесь изображен мальчик со спастическим тетрапарезом - тяжелой формой церебрального паралича, при которой мышечный тонус значительно повышен и в руках, и в ногах.

Рис.1-а – показано неправильное положение тела, которое не позволяет малышу действовать руками, и неправильный выбор игрушек, которые соответствуют возрасту ребенка, но не уровню его развития. Вес тела ребенка приходится на крестец. Поэтому для того, чтобы вывести вперед руки, он округляет спину и сгибает колени. Чтобы зафиксировать положение головы, малыш поднимает плечи и вытягивает подбородок вперед; шея чрезмерно разогнута, рот открыт. Края песочницы слишком высоки, и для того, чтобы опустить в нее руки, малыш должен поднять и вытянуть их вперед. При этом руки поворачиваются внутрь, а кисти сжимаются в кулаки. В результате этого ребенок лишен ощущений, которые он должен получать во время игр с песком.

Рис.1-б - положение ребенка и игрушка выбраны верно. Малыш сидит на коленях у мамы, его положение устойчиво и позволяет ему наклоняться вперед, опираясь на предплечья (локти). Поэтому играя с простой игрушкой, например с мячом, он заставляет мяч двигаться, видит результат,



а значит и учится, даже если он лишь поворачивает его в руках.

в

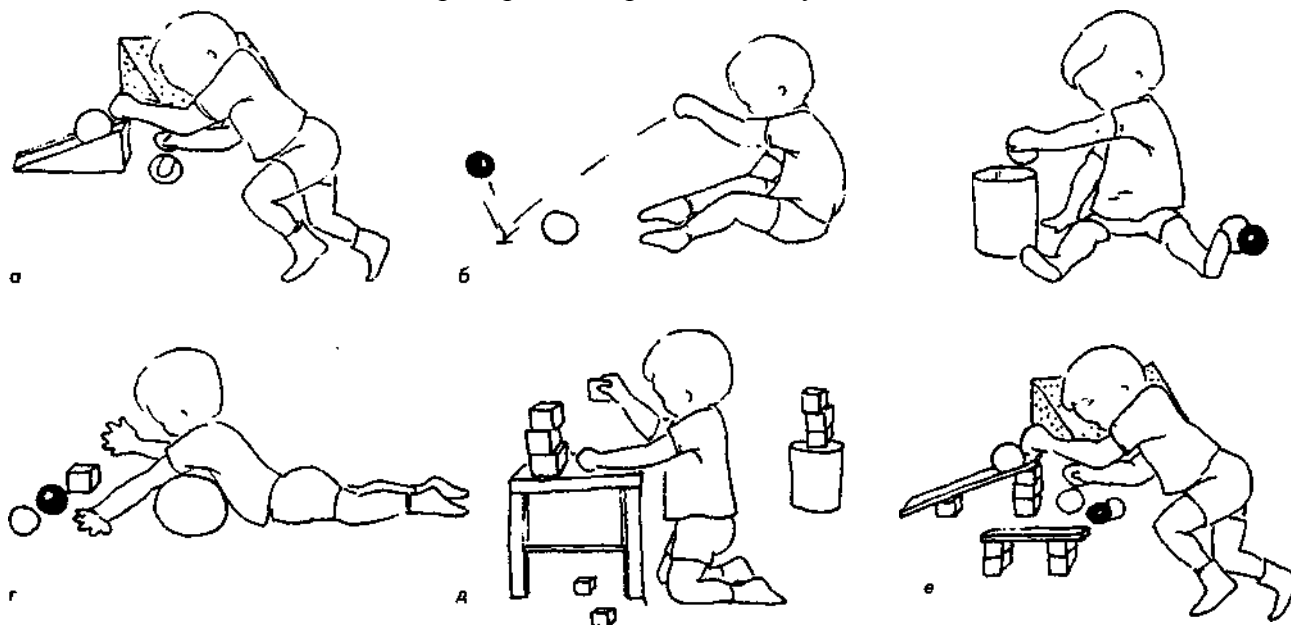
г

Рис.1-в - многим детям с умеренно повышенным мышечным тонусом, которым трудно удерживать равновесие в положении сидя, нравится эта поза, поскольку она обеспечивает широкую площадь опоры. Привыкать к

такой позе нельзя, так как она способствует формированию контрактур тазобедренных, коленных и голеностопных суставов и искривлению стоп.

Рис.1-г - правильная поза. Положите на колени малышу легкий валик небольшого диаметра, который поможет ему вытягивать вперед руки и наклоняться, сгибая тазобедренные суставы, а не спину (также см. Рис.7)

Рисунок 2 - Как ребенок с двигательными нарушениями может узнать о свойствах шарообразных предметов и кубиков:



а - ребенку дали шарик, чтобы он его рассматривал, ощупывал и т. д.;

б - добавили шарик с разными свойствами (резиновый, мягкий, из твердого дерева, и т. д.);

в - ребенок извлекает звук, бросая шарик в емкость;

г - к шарикам добавлен кубик, что позволяет малышу осознать различие форм предмета на ощупь и по другим свойствам (кубик не может катиться);

д - шарик убрали, добавили больше кубиков. Ребенок строит башни, мостики и т. д.;

е - играя с шариками и кубиками, ребенок ищет способы использовать их одновременно: делает горку из кубиков и пускает с нее шарик, бросает шарик с башни из кубиков и т. д.

Рисунки 3-7 - Как, играя с ребенком,
тренировать новые навыки крупной
и мелкой моторики:

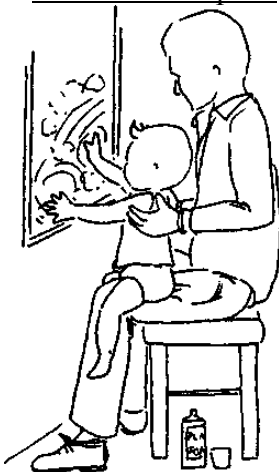


Рис.3 - ребенок сидит верхом на папином колене и рисует на зеркале краской из пульверизатора. Папа приподнял плечи малыша и направляет их вперед, помогая ему нажимать ладошками на поверхность зеркала во время рисования.

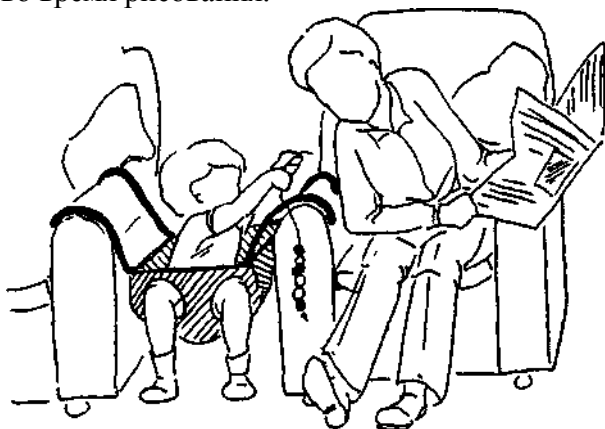


Рис.4 - сидя в сиденье для купания, ребенок учится нанизывать на жесткую нейлоновую нить деревянные шарики.



Рис.5 - ребенок играет на полу. Мамины голени контролируют положение его плеч, а стопы фиксируют положение бедер малыша.

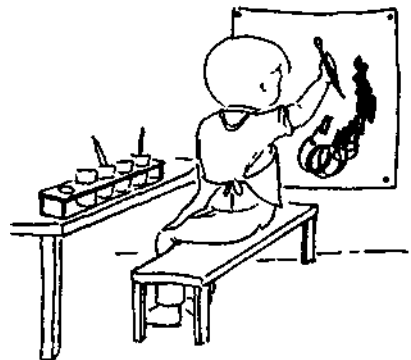


Рис.6 - ребенок сидит на подлокотнике кресла, одной ногой опираясь на его сиденье, а другой - на табурет. Папа фиксирует его таз. Малыш держит книгу вместе с папой и по папиной просьбе показывает картинки;

Рис.7 - табурет придвинут вплотную к стене, на которой закреплен лист бумаги. Чтобы рисовать, ребенку приходится поворачивать туловище, таким образом он тренируется контролировать положение головы и туловища.

Рисунки 8-11 - Как тренировать умение
стоять на коленях у ребенка,
который учится самостоятельно вставать:

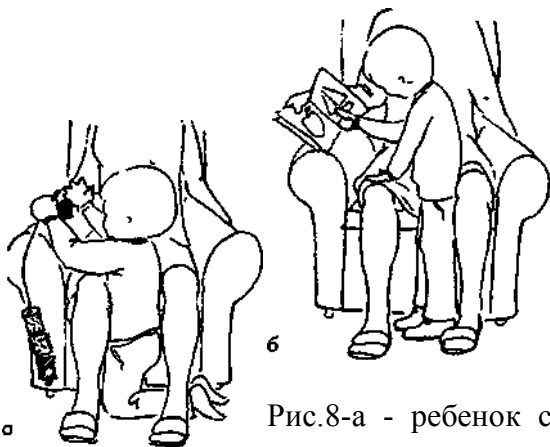


Рис.8-а - ребенок стоит на коленях,

вертикальное положение туловища ему помогают поддерживать мамины ноги. Он нанизывает на веревку катушки от ниток в разных обертках (например, из наждачной бумаги, ворсистой ткани, мишуры и т. д.); б - ребенок стоит, а мамины ноги его поддерживают. Он рассматривает книжку с простыми четкими рисунками. По просьбе мамы он проводит по рисунку пальцем вверх, вниз, вокруг, под, поперек или посередине рисунка и т. д.



Рис.9 - ребенок играет стоя на коленях - ноги разогнуты в тазобедренных суставах, опора на колени. Чтобы устранить «неустойчивость» в тазобедренных суставах, если она есть, надо надавливать на бедра ребенка книзу так, как показано на рисунке.



Рис.10 - играя с песком, ребенок тренирует движения, которые необходимы для мытья рук.

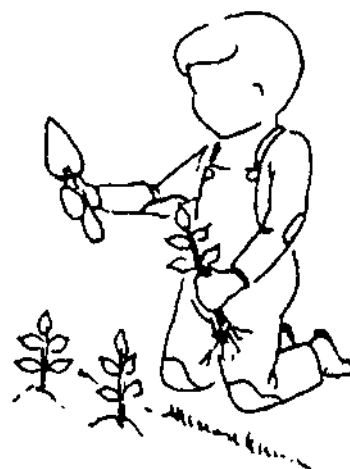
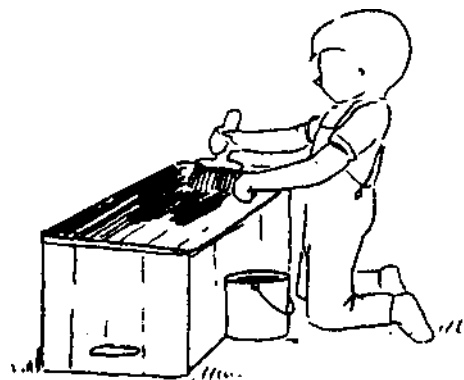


Рис.11-а - ребенок красит или подметает большую деревянную или картонную коробку малярной кистью. Кисть держать удобно, она побуждает к широким и плавным движениям; б - стоя на коленях, ребенок сажает растения в саду.

Рисунки 12-13 - Как можно помочь ребенку встать во время игры из положения сидя, учитывая его возраст и стадию развития:

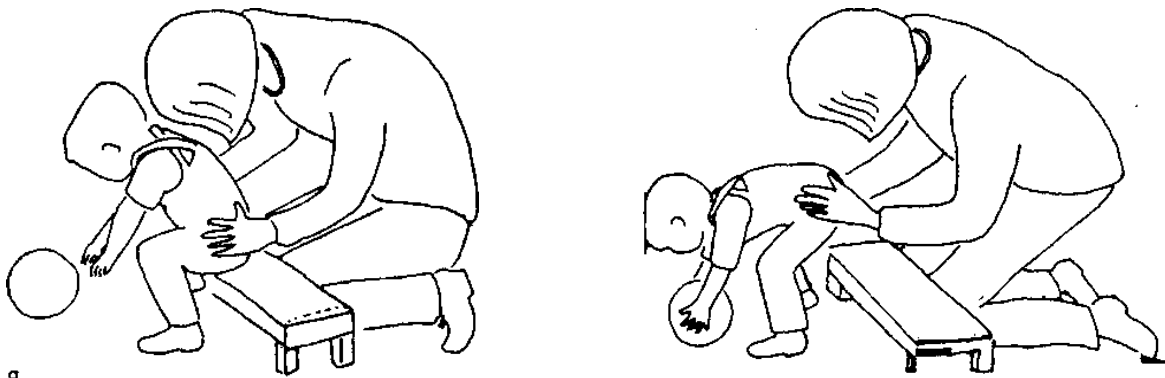


Рис.12 - ребенок, согнув ноги в тазобедренных суставах, протягивает прямые руки за мячом (а). Чтобы малышу было легче перенести вес тела вперед, его поддерживают за туловище или бедра (б).

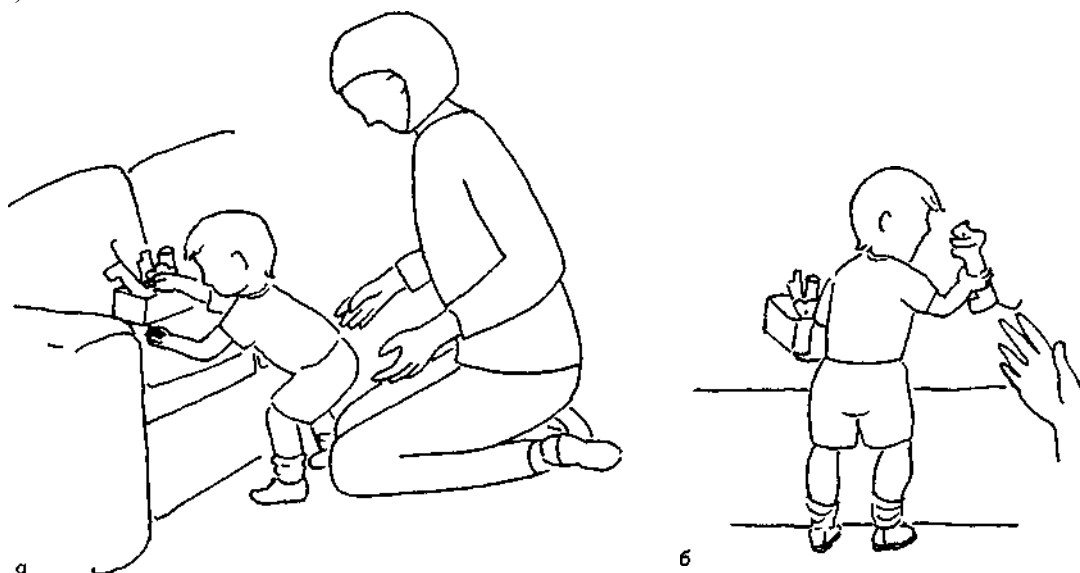


Рис.13 - Диван является удобной и безопасной опорой для ребенка, который только учится стоять; при необходимости положите на сиденье еще одну подушку: а - ребенок учится вставать и опираться о диван при минимальной помощи взрослого; б - ребенок переносит вес, опираясь на разогнутую руку, и поворачивает туловище.

Рисунки 14-15 - Положение стоя:

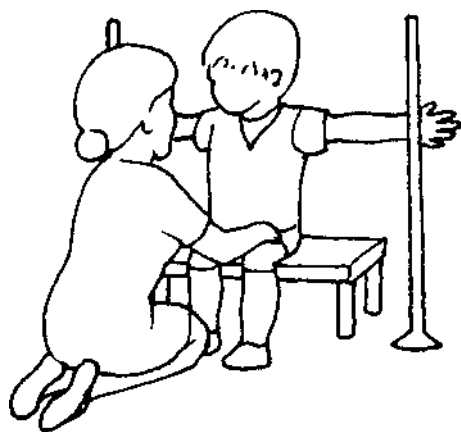


Рис.14 - Когда ребенок учится самостоятельно одеваться и раздеваться, ему приходится удерживать в руках предметы независимо от положения головы, что часто бывает трудно. Развивать эти навыки помогают игры с двумя палками, как изображено на рисунке. Сначала палки надо поставить по бокам от ребенка, чтобы он держался за них прямыми разведенными в стороны и повернутыми наружу в плечевых суставах руками. Постепенно он должен научиться выполнять описанные ниже упражнения сначала с палками, расположенными по бокам от него, а позже - перед ним. Во время упражнений ребенок должен держать голову по средней линии и смотреть на вас (упражнения 1 и 2) или на свои руки (упражнения 3 и 4): 1 - выпрямив руки и сохраняя их положение, взяться за обе палки; 2 - одной рукой отпустить и снова взять палку, а другую держать неподвижно; 3 - повернуть голову и посмотреть на руку, а рукой отпустить палку и снова взяться за нее. Другая рука должна оставаться прямой и неподвижной. В этом ребенку может потребоваться помощь; 4 - отпустить и вновь брать рукой за палку, повернув голову в противоположную от этой руки сторону. Чтобы разнообразить упражнение, оберните палки цветной бумагой и попросите малыша схватиться за палку определенного цвета. Для ребенка постарше палки можно пометить цифрами. На рисунке мама удерживает ноги малыша вместе. Ребенку с церебральным параличом очень часто изолированные движения головой, руками и пальцами рук даются с трудом, и он разводит ноги или поворачивает таз, и в результате теряет равновесие; 5 - в конце концов ребенок должен уметь выполнять все упражнения с палками, которые стоят напротив него.

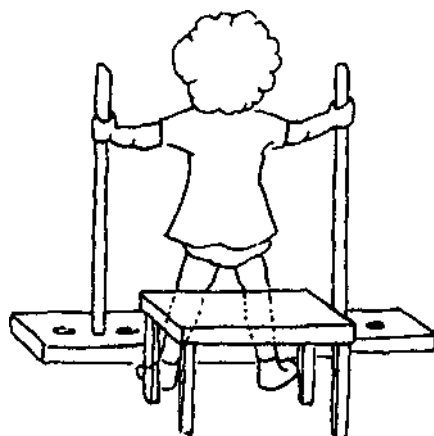


Рис.15 - Сочетание хватательных движений рук с другими движениями. Палки вставлены в отверстия по краям доски. Упражнение требует полного разгибания рук. В конце концов палки должны быть вставлены в отверстия доски, которая лежит перед ребенком. Опираясь на палки, ребенок должен встать и садиться. Кроме того, можно использовать упражнения для рук (рис.14). Доска с отверстиями нужна вначале, поскольку она обеспечивает устойчивость. Когда ребенок сможет ходить, опираясь на палки, доску убирают.

Рисунки 16-18 - Сочетание терапии и занятий:

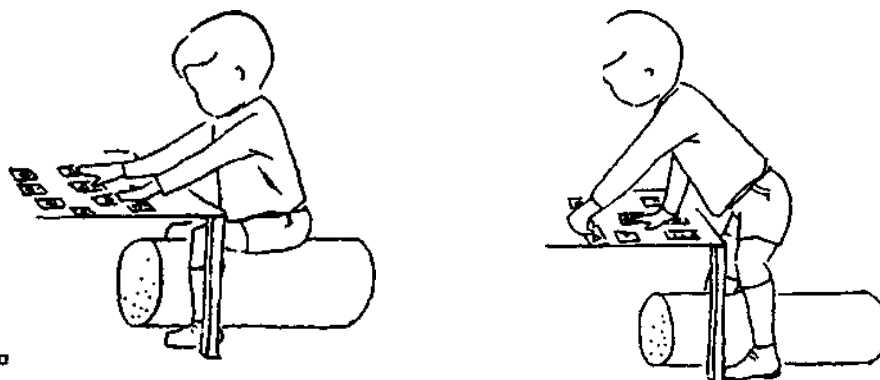


Рис. 16-а - ребенок подбирает парные картинки; б - валик, установленный у низкого стола, позволяет ребенку вставать во время игры.

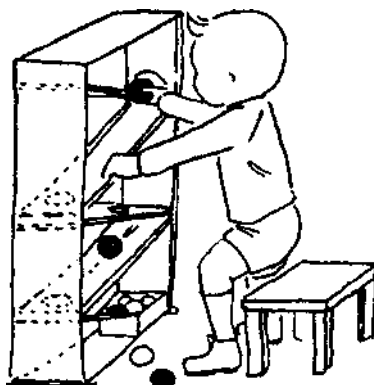


Рис.17 - «Бегущий мяч» - простая конструкция, с которой можно играть на разной высоте. С той же целью можно использовать комод с ящиками. В процессе игры предложите ребенку задержаться на самом трудном для него уровне или медленно переносите его действия с одного уровня на другой вверх и вниз.

I

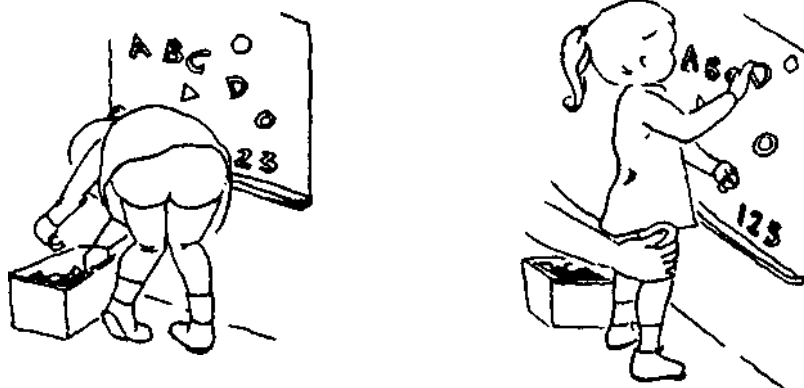


Рис.18 - Чтобы тело ребенка не напрягалось когда он играет в положении стоя, положите предметы, которыми он играет, на пол; а - обратите внимание: в результате наклона голени девочки повернулись внутрь и она опирается на носочки; б - чтобы исправить позу девочки, ее ноги надо развернуть наружу, удерживая их на уровне коленей или чуть выше - за бедра. При этом центр тяжести должен сместиться вперед. Девочку просят выпрямить ноги. Когда она наклонится за очередной буквой, ее ноги будут удерживать в правильном положении.

Рисунки 19-21 - Как тренировать ребенка сохранять равновесие в положении стоя:

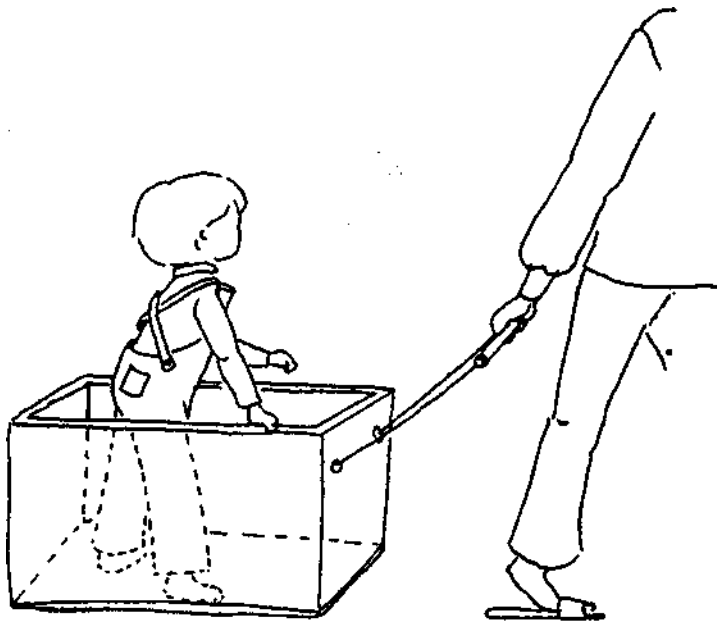


Рис.19 - Ребенок учится сохранять равновесие. При этом он автоматически опирается на руки и держится ими. Такая тренировка доставит ребенку огромную радость. Со временем он сможет сам толкать или возить за собой ящик.



Рис.20 - Ребенок стоит, держась за клин из пено-материала. Мама держит сумку, в которой лежат разные предметы (расческа, щетка, ложка, чашка, яблоко, карандаш, носок и т.п.). Ребенок не видит эти предметы и угадывает их на ощупь. Цель игры - развитие тактильного восприятия.

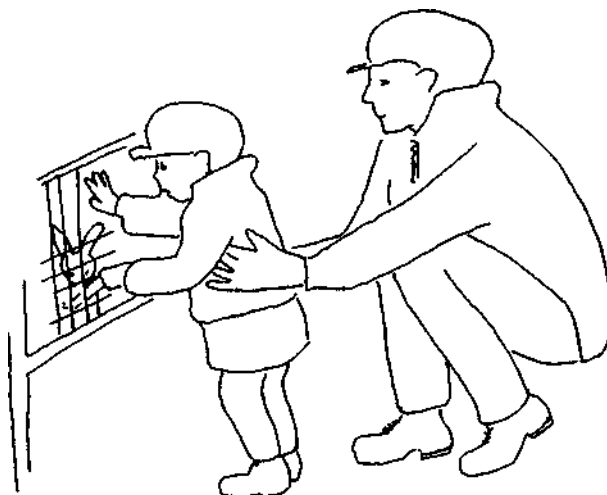


Рис.21 - На прогулке ребенок тренируется удерживаться в положении стоя.

Рисунки 22-26 - Сочетание терапии и занятий: игры и игрушки, которые развивают координацию глаз-рука:



Рис.22 - Ребенку легче осваивать тонкие движения пальцев рук, держать предмет одной рукой и действовать другой, если, сидя за столом, он опирается на локти.

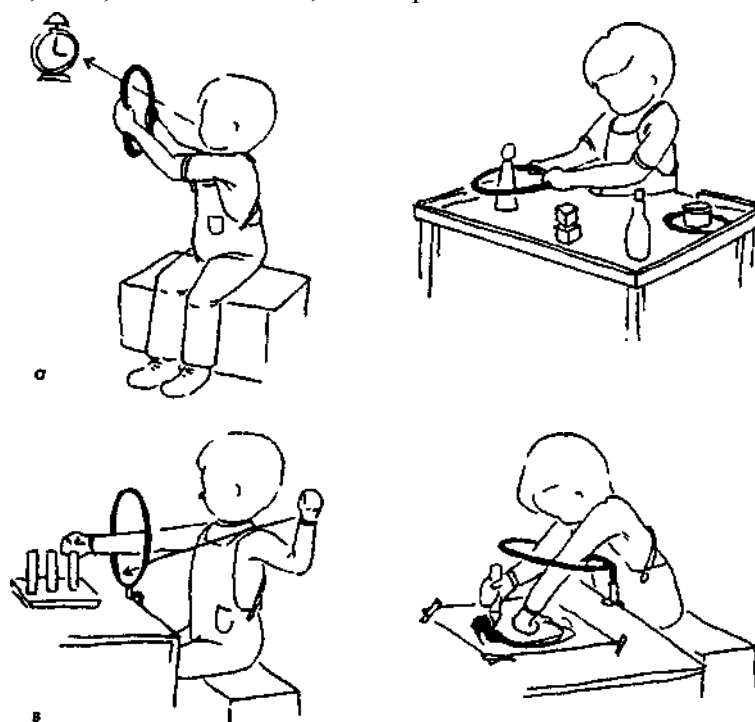


Рис.23 - Игры с кольцом для метания помогают ребенку с меняющимся тонусом и произвольными движениями (гиперкинетической формой церебрального паралича) сохранять устойчивое положение плечевого пояса, удерживать голову по средней линии и развивать координацию движений глаз-рука: а - ребенок рассматривает предметы в комнате, наводя на них кольцо как объектив фотоаппарата. С большим ребенком на этом принципе можно построить целую игру «Я ищу»; б - ребенок надевает кольцо на предмет, не касаясь его. Можно использовать несколько колец, но так, чтобы они не мешали друг другу; в, г - кольцо прикреплено к столу. Подобное приспособление можно использовать для ребенка, который не может действовать руками, потому что они все время «разлетаются» в стороны.

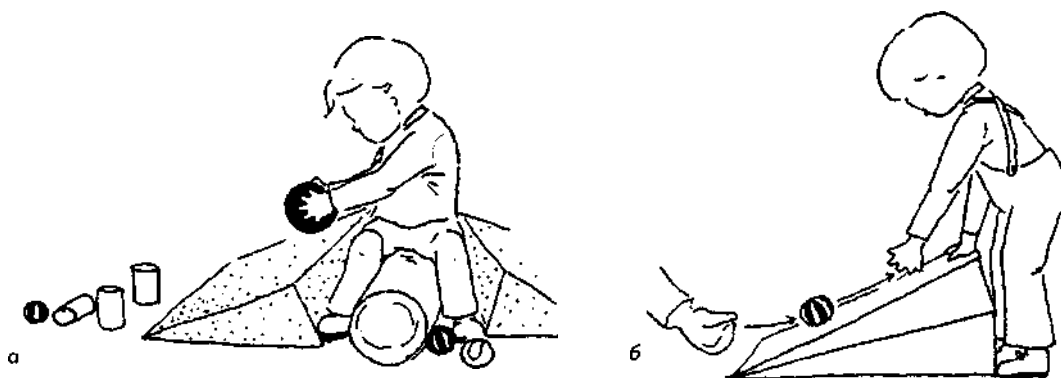


Рис.24 - Игры на движения и координацию глаз-рука: а - в положении сидя; б - в положении стоя.

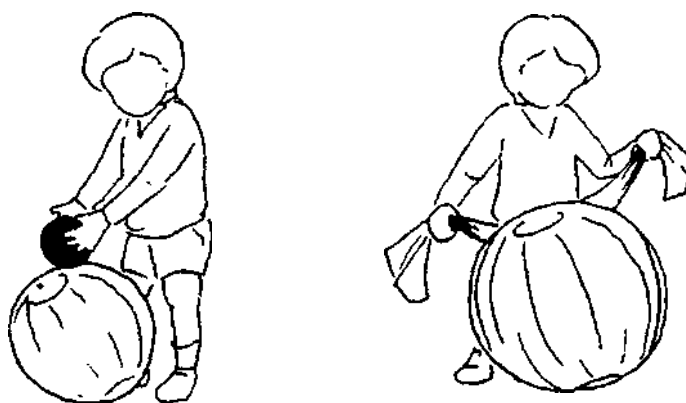


Рис.25 - Игры в положении стоя, которые требуют хорошей координации движений глаз-рука: а - ребенок должен установить на большой мяч маленький мячик, держа его только кончиками пальцев, а затем, медленно передвигая большой мяч ногами, не дать упасть маленькому мячику; б - ребенок должен перемещать мяч в разных направлениях с помощью полотенца, которое он держит двумя руками.

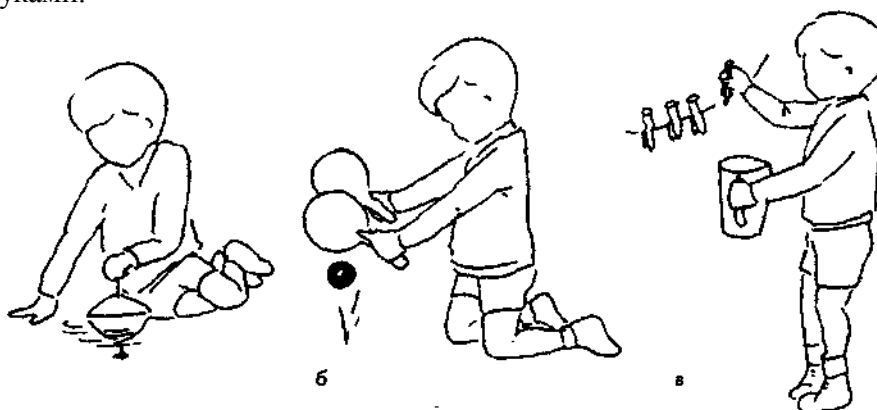


Рис.26-а - игры с механическими игрушками, например с юлой; б - игра с двумя ракетками. Ребенок может поднимать, бросать и ловить мячик. На рисунке ребенок держит ракетки всеми пальцами. Если он возьмет их немного по-другому - разогнув указательный палец и придерживая им ракетку с тыльной стороны - то приобретет навык, необходимый для письма и пользования ножом и вилкой; в - любая ручная работа требует умения одной рукой держать что-либо, а другой действовать, ведь сложные действия требуют от наших рук способности двигаться независимо друг от друга.

Рисунки 27-30 - Применение новых навыков:

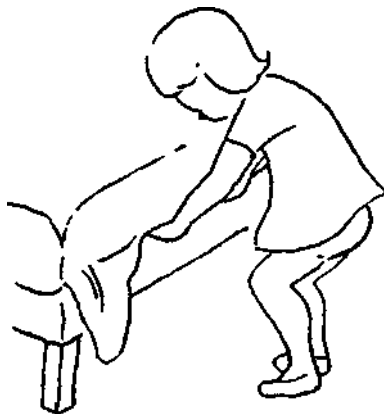


Рис. 27-а - надо взять, потянуть, подоткнуть;

б - надо сложить и повесить на перекладину.

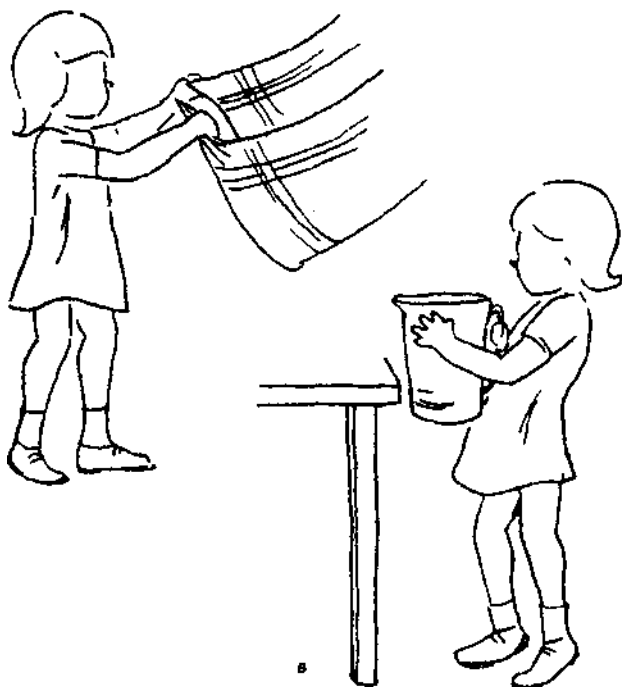


Рис.28-а - требуется потрясти и удержать в руках; б - чтобы прикрепить прищепку к веревке, надо противопоставить большой и указательный пальцы; в - надо держать и поднимать тяжелый предмет и наливать жидкость.

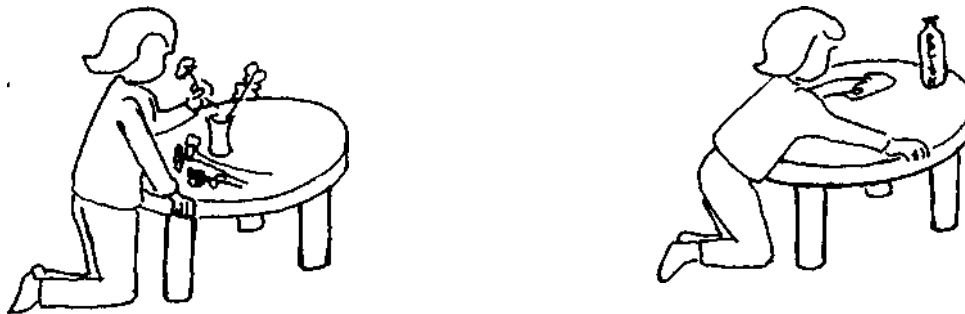


Рис.29 - «Работа» только для одной руки.

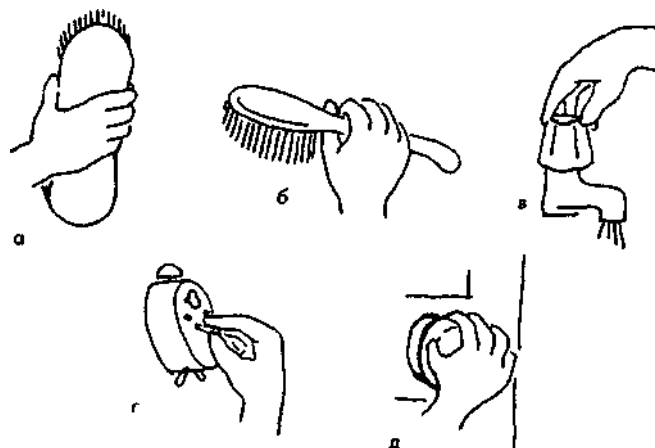


Рис.30-а - захват предмета всей ладонью; б - более изящный захват; в - противопоставление большого пальца; г - более тонкое движение с противопоставлением большого пальца; д - хватательное движение в сочетании с резким поворотом кисти.

Рис. 31-37 Как ребенок с церебральным параличом учится во время игр с другими детьми (братом, сестрой, друзьями):



Рис.31 - Вы можете использовать на улице треугольное сиденье.

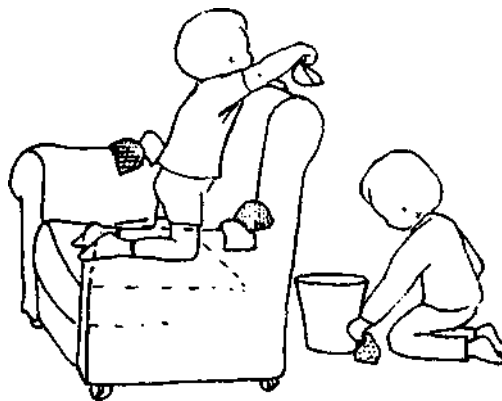


Рис.32 - Спинка кресла помогает ребенку стоять на коленях. Чтобы бросать в ведро небольшие предметы, приходится двигаться, координировать движения глаз и рук, тренировать хватательные движения - все одновременно!

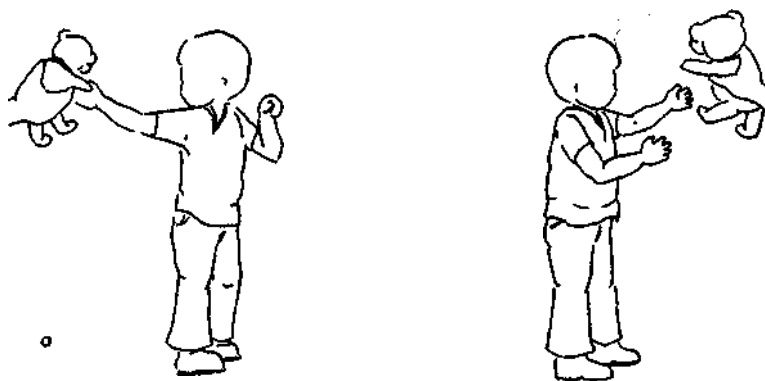


Рис.33-а - Подавая ребенку игрушку, очень важно встать прямо перед ним. Например, если вы протягиваете ее малышу сбоку со «здоровой» стороны, как показано на рисунке, двигательные нарушения на спастичной стороне усугубятся. Обратите внимание: ребенок повернулся в «здоровую» сторону и протянул здоровую руку за мишкой, а нарушения на противоположной стороне тела усугубились, даже голова еще больше отклонилась к спастичной стороне; б - игрушку подают спереди и несколько слева - поза ребенка стала более симметричной.

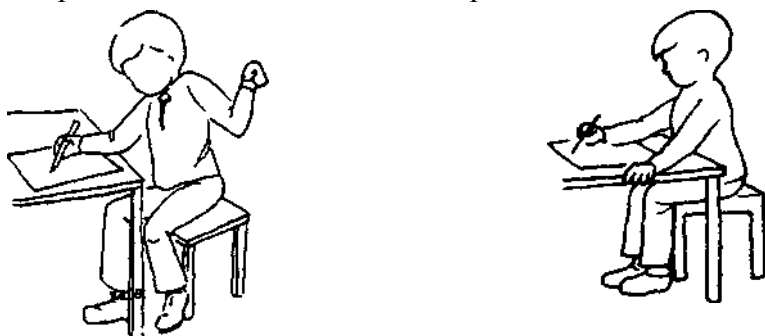


Рис.34-а - На рисунке видно как несимметричная поза отразилась на положении всех частей тела ребенка. Малыш пишет «здоровой» рукой и повернул голову в ее сторону. При этом, из-за неустойчивого положения таза, у него возникают сопутствующие реакции - мышечный тонус на спастичной стороне повышается, увеличивается отведение бедра, плечи смещаются назад, рука сгибается и кисть сжимается в кулак. Поскольку ребенок не может перемещать здоровую руку слева направо и писать, то есть не может пересекать рукой среднюю линию тела, он подвинул бумагу на край стола; б - устойчивая и симметричная поза сидя - ребенок сгибает ноги в тазобедренных суставах и наклоняет туловище вперед относительно площади опоры. Держась за край стола, он сдерживает сопутствующие реакции, которые все же возникают.

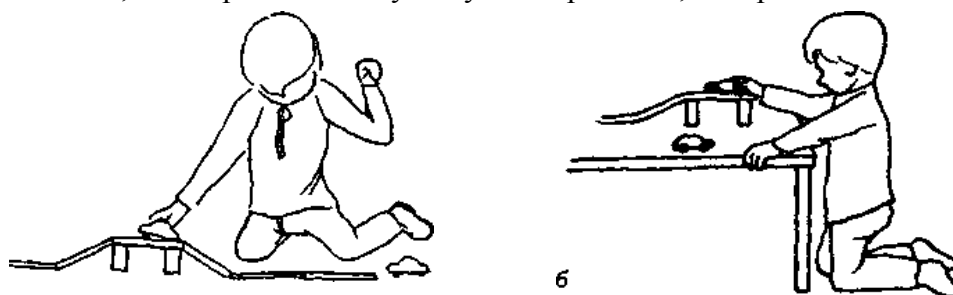


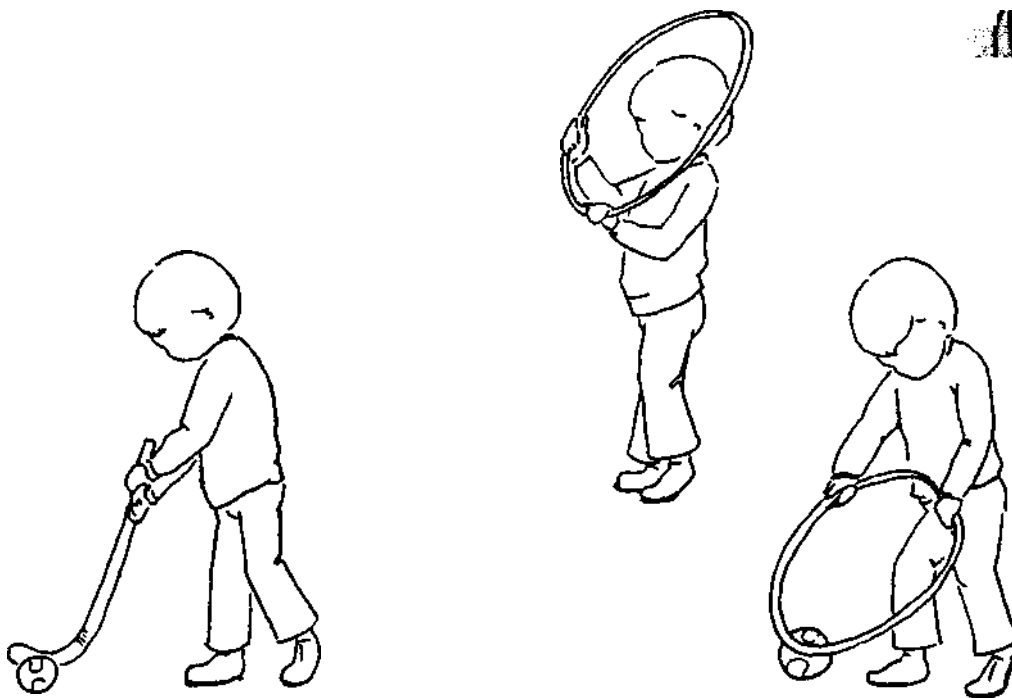
Рис.35-а - В такой позе склонны играть на полу дети со спастической гемиплегией. Она напоминает несимметричную позу ребенка на рис.33-а, и ее надо обязательно исправлять; б - поза «стоя на коленях» прекрасно подходит для игр. Вес тела распределен равномерно, ребенок опирается на колени и голени симметрично, его тазобедренные суставы разогнуты. Действуя руками, он вынужден сохранять равновесие, регулируя положение всех частей тела. Игры в таком положении помогают тренировать способность сохранять равновесие в положении стоя, что пригодится, когда малыш начнет ходить.



Рис.36-а - ассоциативные реакции в положении стоя; б - ребенок опирается на ладонь, и ассоциативные реакции выражены уже меньше. Обратите внимание: песочница установлена на уровне талии ребенка, что позволяет ему наклоняться вперед с прямой спиной, сгибаясь в тазобедренных суставах.



Рис.37 - Если ребенок может держать мяч только так, как показано на рисунке, то для игр с мячом ему лучше дать клюшку, биты или обруч.



мячом ему лучше дать клюшку, биты или обруч.

Рисунки 38-40 - Помощь по дому и в саду:



Список использованной литературы:

1. Махмудова Н.М., Курбанов У.К., Стерник О.А. Детский церебральный паралич. – Ташкент, 1979.
2. Махмудова Н.М., Семёнова К.А. Медицинская реабилитация и социальная адаптация больных детским церебральным параличом. – Ташкент, 1979.
3. Курбанова Д.У. Организация в лечебно-профилактических учреждениях лечения больных детей неврологического профиля с использованием матамерной рефлектотерапии (Методические рекомендации). – Ташкент, 1995.
4. Томас Й. Вейс Как помочь ребёнку? Опыт лечебной педагогики в Кэмпхилл-общинах. – Москва, 1992.
5. Ребекка Р. Фьюэлл, Патриция Ф. Вэдэзи Обучение через игру. Руководство для педагогов и родителей цели и пути раннего обучения. – Санкт-Петербург, 2003.
6. La Vonne Jaeger Упражнения для домашних занятий по развитию движения у детей раннего возраста (перевод с английского). – Москва, 2004.