

РЕКОМЕНДАЦИИ РОДИТЕЛЯМ ДЕТЕЙ С ЦЕРЕБРАЛЬНЫМ ПАРАЛИЧОМ

Необходимо помнить, что каждое нарушение, вызванное церебральным параличом, преодолевается постепенно, иногда в течение многих лет. Относитесь к своему больному ребенку с бесконечным терпением, с большим оптимизмом, верой и любовью. Помните, что в зависимости от ваших реакций и поведения ребенок будет рассматривать себя или как инвалида, не имеющего шансов занять активное место в жизни, или, наоборот, как человека, вполне способного достичь каких-то успехов. Родители должны понять сами и внушить ребенку, что болезнь является лишь одной из сторон его личности, что у него есть много других качеств и достоинств, которые надо развивать.

Основные правила родительского взаимодействия с ребенком 1. *Активность и самостоятельность ребенка.*

Родитель обязан помочь ребенку, но именно помочь, а не сделать за него. Самое сложное – наблюдать неудачные попытки ребенка, его усталость, порой отчаяние. Выдержать это напряжение, это состояние сознательной беспомощности – ваша задача великий подвиг родительской любви. Надо осознать, что ваша вера в возможности и силы ребенка придают ему мужество.

2. *Постоянная упорная тренировка каждый день.*

Любое развитие – и физическое, и умственное – происходит последовательно, оно не терпит скачков и перерывов. Поэтому каждую ступеньку своего восхождения ребенок должен пройти сам. Только тогда он действительно научится управлять собой. Наша с вами задача – развить и поддержать эту активность, последовательно ставить перед ребенком все более сложные цели. Каждая уступка лени – это предательство своего ребенка.

3. *Сознательная беспомощность родителя.*

Если вы поймали себя на мысли, что не можете больше смотреть на неудачные попытки ребенка и готовы что-то сделать за него – вы жалеете не его, а себя! Если вы сделали что-то за ребенка, вы отняли у него шанс научиться чему-то новому.

Необходимо активизировать сохранные психические и физические возможности ребенка и тем самым побуждать к компенсации дефекта. Ваша цель – превращение этих возможностей и навыков в средство для полноценной творческой жизни ребенка. Умение общаться с людьми, обаяние, остроумие, широта интересов, разнообразные знания помогут компенсировать и физические недостатки ребенка, дадут ему возможность чувствовать себя на равных среди сверстников. Поэтому можно и нужно компенсировать физический недостаток интеллектуальным, эмоциональным и нравственным развитием.

Безусловное принятие ребенка и его дефекта родителями. Одной из основных проблем большого количества семей, где растут больные дети, является реакция отрицания родителями ограниченных возможностей ребёнка. Такие родители строят планы относительно образования и профессии ребенка, настаивают на высокой успешности его деятельности, для них характерно честолюбие по отношению к ребенку. Помните, что реакция отрицания дефекта родителями может вызвать нарушения в личностной сфере ребенка, так как у него повышается нервное напряжение, он начинает чувствовать себя беспомощным и неумелым.

Гармоничное личностное развитие ребенка возможно в том случае, когда родитель принимает все особенности ребёнка, учитывает ограничения, которые накладывает заболевание, и старается соотносить свои требования с возможностями ребёнка. Главным

принципом общения родителей с ребенком является «необходимость достижения как можно большего там, где это возможно».

Больному ребенку необходимо то же самое, что и здоровому, вы в состоянии дать ему то, в чем он нуждается больше всего, – осмысленную заботу и вашу любовь.

РЕКОМЕНДАЦИИ РОДИТЕЛЯМ ДЕТЕЙ С СИНДРОМОМ ДАУНА

Даже после того, как ребенок с синдромом Дауна начинает ходить в школу, у него остается много времени для общения с другими людьми дома и в ближайшем окружении.

Представления об окружающем мире формируются не только в школе; знакомство с ранее неизвестными явлениями окружающего мира, приобретение нового опыта происходит дома, во время общения с живущими по соседству людьми и с друзьями во время игр. Ребенок с синдромом Дауна усваивает этот опыт и знания особенно эффективно в том случае, если любящие понимающие члены семьи помогают ему использовать его потенциальные возможности.

Необходимо занимать свободное время такого ребенка, например, водить его по театрам и музеям, так как сам он должным образом занять себя не может. Ребенок может извлечь из этих выходов немалую пользу. Свободное время нужно использовать не только для развлечений и получения удовольствий, однако развлекательные мероприятия также являются мощными средствами познания и приобретения опыта, то есть ключевым элементом в развитии детей с синдромом Дауна.

Проводить свободное время можно активно и пассивно. Занятия спортом будут способствовать разностороннему развитию ребенка, а используя свои физические возможности, он сможет повысить общий уровень своей приспособленности к жизни, выносливости, развивать мускулатуру, улучшить координацию движений, качество навыков общей моторики.

Музыка также прекрасно помогает приятному проведению времени как в одиночестве, так и в компании. Движения помогают в развитии навыков общей моторики, учат сохранять равновесие. Они являются средством самовыражения. Ритмичные танцы улучшают координацию движений и делают сами движения более грациозными. Такие занятия доставляют ребенку удовольствие и дают уверенность в себе на долгие годы.

Немаловажное значение для ребенка с синдромом Дауна имеет и эмоциональная сторона жизни. Этим детям, как и всем остальным, необходимо, чтобы их любили, уделяли им внимание и принимали такими, какие они есть. Им нужно окружение, которым они чувствовали бы себя защищенными. Большое удовольствие дети получают от совместных игр со сверстниками, которые можно организовать дома. Домашняя обстановка должна способствовать повышению их самооценки и независимости. Они должны знать, как вести себя за пределами дома и как взаимодействовать с людьми, где бы это ни происходило.

Помимо других положительных моментов, совместные игры со сверстниками помогают детям с синдромом Дауна:

1. осознать способности собственного тела;
2. попытаться решить задачи физического и умственного характера;
3. приобщиться к жизни местного общества, посоревноваться;
4. ощутить успех, получить признание, повысить самооценку;
5. творчески выразить себя;
6. завести новых друзей;
7. развлечься, поупражняться, испытать ощущение причастности;
8. обнаружить в себе новые таланты;
9. улучшить спортивные навыки;

10. развивать мышечный тонус и координацию движений;
11. найти выход для эмоций, расслабиться, получить удовольствие.

Время, проводимое в одиночестве, тоже полезно для развития, поэтому дети с синдромом Дауна должны уметь проводить часть дня в одиночестве. Именно в такие часы ребенок может усвоить идеи, с которыми столкнулся, попробовать самостоятельно сделать что-то новое. Ему следует научиться занимать себя. Он должен иметь подходящие игрушки и материалы, чтобы в одиночестве не скучать и не прибегать к самостимуляции. Особенно большое значение для развития ребёнка имеют домашние занятия. Навыки самообслуживания формируются главным образом дома – во время одевания и раздевания, выполнения обычных гигиенических процедур (чистки зубов, мытья рук, ухода за волосами и за обувью и др.). Ребенка с синдромом Дауна лучше принимают в обществе, если он выглядит аккуратно, чисто, опрятно и одевается так же, как его ровесники в настоящее время.

Положительное влияние родителей особенно сказывается на развитии самостоятельности. По мере взросления ребенка усиливается его стремление приобрести уверенность в себе. Самооценка человека прямо зависит от того, сможет ли он выполнить задание самостоятельно, сумеет ли довести начатое дело до конца. Для того чтобы ребенок сумел испытывать чувство удовлетворения, необходимы такие условия, в которых при решении задачи он не будет испытывать особых трудностей и сможет успешно справиться. Менее благоприятные условия могут привести к разочарованию.

Однако это не значит, что дети с синдромом Дауна никогда не должны сталкиваться с новыми непростыми обстоятельствами. Умение человека должным образом вести себя в обществе непосредственно влияет на то, как общество принимает его, а также на успех этого человека в будущей профессиональной деятельности. Таким образом, благодаря существованию общественных правил поведения ребёнок узнаёт, что такое ответственность и порядок.

Конечно, с особым ребенком надо много заниматься, и к этим занятиям следует относиться серьезно. Это не означает, что все виды занятий родители должны взять на себя. Конечно, ответственность за общее развитие лежит на родителях, но это подразумевает посещение развивающих занятий, лечебно-профилактических и физкультурно-оздоровительных мероприятий специалистов.

Например, для ускорения освоения навыков крупной моторики таким детям нужны частые массажи, специальная лечебная физкультура. А для развития речи нужно обратиться не к простому логопеду, а к логопеду-дефектологу, причём к тому, кто умеет делать логопедический массаж.

Психологи рекомендуют родителям, прежде всего любить своего ребенка и наслаждаться тем, что он пришел в этот мир. Возможно, придется отказаться от части своих жизненных планов или привлекать на помощь бабушек и нянь.

Обязательно надо быть терпеливыми – такие дети редко учатся чему-то сами и быстро забывают то, что с ними не повторяют. И, конечно, придется учиться быть мамой и папой, педагогом, массажистом, психологом. Это так же прекрасно, как и ответственно. В трудных жизненных ситуациях, как минимум, всегда есть три варианта:

1. Оставить все как есть, или что-то изменить.
2. Изменить свое поведение, привычки, взгляды, установки, или изменить обстоятельства, в которых возникла проблема.

3. Если нельзя изменить обстоятельства, то можно изменить отношение к обстоятельствам, то есть принять их:

- как необходимую данность;
- как урок, который необходимо пройти;
- как катализатор внутриличностных ресурсов и возможностей;
- как нечто позитивное, которое содержится в том, что пока воспринимается как негатив.

РЕКОМЕНДАЦИИ РОДИТЕЛЯМ ДЕТЕЙ С НАРУШЕНИЕМ ЗРЕНИЯ

Родителям, воспитывающим ребенка с нарушением зрения, следует учитывать некоторые рекомендации по профилактике и преодолению трудностей, которые могут возникнуть в обучении у их детей.

Родителям следует знать зрительные особенности своего ребенка и следовать рекомендациям офтальмолога и тифлопедагога. Например, при высокой степени близорукости нельзя делать резкие движения, прыжки, допускать большую силовую нагрузку; при дальнозоркости необходима усиленная работа с мелкими деталями, при близорукости не допускать перегрузки зрения.

При необходимости ношения очков строго следуйте требованиям окулиста и выполняйте его рекомендации и в домашних условиях. Далеко не всем детям рекомендуются очки для постоянного ношения. Некоторые дети, испытывая чувство стеснения, не надевают очки в окружении сверстников.

Рабочее место ребенка с нарушением зрения должно быть оснащено дополнительным освещением, с учетом явления светобоязни (некоторые дети с нарушениями зрения не выносят яркий искусственный и солнечный свет).

Не пропускайте занятий в детском саду и школе без уважительной причины.

Рекомендуется смена видов деятельности, которые являются своеобразным отдыхом для глаз, с использованием упражнений для снятия зрительного утомления (зрительная гимнастика).

Старайтесь уделять детям постоянное внимание, но не опекать их чрезмерно.

Не молчите с детьми, постоянно разговаривайте с ними, обозначайте все свои действия: «Сейчас мы наденем кофточку. А теперь мы надеваем брюки и т. д.». Постоянно разговаривая с ребёнком, вы способствуете его речевому и психическому развитию.

Родители должны говорить более медленно, ставить вопросы четко, кратко, конкретно, чтобы дети могли осознать их, взвешивать содержание. Не следует торопить их с ответом, дать 1 – 2 мин. на обдумывание.

Развивайте руки ребенка с раннего возраста: играйте с ним в мозаику, собирайте разрезные картинки, лепите из пластилина, собирайте детали конструктора, учите застегивать крупные пуговицы и т.д. Этим вы развиваете его самостоятельность, а также готовите к школьному обучению.

Учите ребенка положительно реагировать на взрослых, воспитателей, выполнять требования убрать игрушки, сходить в туалет, вымыть руки, готовиться к прогулке.

Развитие умения общаться с детьми

Стройте отношения с ребенком на взаимопонимании и доверии.

Контролируйте поведение ребёнка, не навязывая ему жестких правил.

Избегайте, с одной стороны, чрезмерной мягкости, а с другой – завышенных требований к ребенку.

Не давайте ребенку категорических указаний, избегайте слов «нет» и «нельзя». Повторяйте свою просьбу одними и теми же словами много раз.

Для подкрепления устных инструкций используйте зрительную стимуляцию.

Помните, что чрезмерная болтливость, подвижность и недисциплинированность ребенка не являются умышленными.

Выслушайте то, что хочет сказать ребенок.

Уделяйте ребенку достаточно внимания. Проводите досуг всей семьей.

Не допускайте ссор в присутствии ребенка.

Установите твердый распорядок дня для ребенка и всех членов семьи.

Снижайте влияние отвлекающих факторов во время выполнения ребенком задания.

Избегайте по возможности больших скоплений людей.

Помните, что переутомление способствует снижению самоконтроля и нарастанию гиперактивности.

Специальная поведенческая программа

Не прибегайте к физическому наказанию. Если есть необходимость прибегнуть к наказанию, то целесообразно использовать сидение в определенном месте после совершения поступка.

Чаще хвалите ребенка.

Постепенно расширяйте обязанности, предварительно обсудив их с ребенком.

Не разрешайте откладывать выполнение задания на другое время.

Не давайте ребенку поручений, не соответствующих его уровню развития, возрасту и способностям.

Помогайте ребенку приступить к выполнению задания, так как это самый трудный этап.

Не давайте одновременно несколько указаний. Задание, которое дается ребенку с нарушением зрения, не должно иметь сложной инструкции и состоять из нескольких звеньев.

Помните, что для ребенка с нарушением зрения наиболее действенными будут средства убеждения «через тело»:

- лишение удовольствия, лакомства, привилегий;
- запрет на приятную деятельность, прогулки и т.д.;
- приём «выключенного времени» (досрочное отправление в постель).

Помните, что вслед за наказанием необходимо позитивное эмоциональное подкрепление, знаки «принятия». В коррекции поведения ребёнка большую роль играет методика «позитивной модели», заключающаяся в постоянном поощрении желательного поведения ребенка и игнорировании нежелательного.

Поведение родителей в процессе общения с детьми Помните, нужно дать понять вашему ребенку, что вы его принимаете таким, какой он есть. Старайтесь употреблять такие выражения: «Ты самый любимый», «Мы любим, понимаем, надеемся на тебя», «Я тебя люблю любого», «Какое счастье, что ты у нас есть».

Помните, что каждое ваше слово, мимика, жесты, интонация, громкость голоса несут ребенку сообщение о его самооценности. Стремитесь создать у вашего ребенка высокую самооценку, подкрепляя это словами: «Я радуюсь твоим успехам», «Ты очень многое можешь».

Помните, что родители, которые говорят одно, а делают другое, со временем испытывают на себе неуважение со стороны детей.

Помните, что высказывать свое отношение к поведению ребенка нужно без лишних объяснений и нравоучений. Выберите правильное, своевременное обращение к нему, например: «Саша, Сашенька, сын, сынок...».

Помните, что необходимо проявлять полную заинтересованность к ребенку в процессе общения. Подчеркивайте это восклицаниями. Слушая его, не отвлекайтесь. Сконцентрируйте на нем все внимание. Предоставляйте ему время для высказывания, не торопите его и не подчеркивайте своим внешним видом, что это вам уже неинтересно.

Помните, что многие из тех установок, которые он получает от вас, в дальнейшем определяют его поведение. Не говорите своему ребенку того, чего бы вы ему на самом деле не желали.

Помните, что в общении с детьми следует использовать разнообразные речевые формулы (прощания, приветствия, благодарности). Не забывайте утром приветствовать ребенка, а вечером пожелать ему «спокойной ночи». Произносите эти слова с улыбкой, доброжелательным тоном и сопровождайте их тактильным прикосновением. Обязательно, хоть за маленькую услугу, оказанную ребенком, не забывайте поблагодарить его.

Помните, нужно адекватно реагировать на проступки детей: спросите ребенка о том, что произошло, попытайтесь вникнуть в его переживания, выяснить, что явилось побудительным мотивом для его действий, и понять его; не сравнивайте ребенка с другими детьми, например: «Сынок, посмотри, какой Миша молодец».

Помните, чтобы правильно организовать взаимоотношения с детьми в процессе общения, необходимо преодолевать:

барьер занятости (вы постоянно заняты работой, домашними делами);

барьер взрослости (вы не чувствуете переживания ребенка, не понимаете его потребности);

барьер «воспитательных традиций» (вы не учитываете изменившиеся ситуации воспитания и уровень развития ребенка, пытаетесь продублировать педагогические воздействия собственных родителей);

барьер «дидактизма» (вы постоянно пытаетесь поучать детей).

Совершенствуйте коммуникативные умения ваших детей:

если ребенок забывает говорить речевые этикетные формулы (приветствия, прощания, благодарности), то напомните ему об этом, например: «Сынок, поздоровайся с тетей» и т.д.;

для развития умения устанавливать контакт с собеседником предложите детям игровую ситуацию;

для развития умения понимать настроение и чувства другого предложите ребенку понаблюдать за кем-либо из родственников, например: «Посмотри внимательно на маму. Как ты думаешь, какое у нее настроение? (Грустное.) Давай придумаем, как ее можно развеселить»;

для развития у детей чувства эмпатии используйте сюжеты сказок. Попытайтесь узнать у детей: «Что хорошего в сказке? Есть ли хорошие герои? Назови. Есть ли плохие? Кто они? А почему они плохие? Что хорошего может произойти со сказочными героями?».

Обучение навыкам

Если ребенок с нормальным зрением приобретает большинство навыков в естественном опыте жизни, подражая взрослым, то ребенка с нарушением зрения всему этому нужно учить, он не может овладевать действиями по подражанию.

Трудна эта задача еще и потому, что нет, наверное, папы или мамы, которые не понимали бы, чему необходимо учить ребенка, но очень немногие из них знают, как это делать, как облегчить незрячему или слабовидящему ребенку освоение быта, научить приспособляться к нему, быть самостоятельным и максимально независимым от других людей.

Эти вопросы родители постоянно задают тифлопедагогам в детских садах, стараются «подсмотреть», как справляются с проблемами незрячие люди с большим

стажем слепоты, пытаются отталкиваться от «изобретений» ребенка или найти решение самостоятельно.

Часто родители детей с нарушениями зрения, помимо указанных объективных трудностей, встречаются с трудностями субъективного характера: дети, привыкшие к постоянной родительской опеке, нередко негативно относятся к любой деятельности, требующей усилий, не проявляют интереса к занятиям, желая овладеть какими-либо приемами, стремления к самостоятельности.

Преодолеть трудности как объективного, так и субъективного характера поможет родителям руководство следующими общими правилами.

Терпение – вот что самое главное в вашем стремлении привить ребенку с нарушенным зрением прочные навыки. Обучение слепого ребенка самообслуживанию и личной гигиене – дело хлопотное трудное. Порой вам будет казаться, что все труды напрасны, так медленно усваивает ребенок ваши уроки. Но они непременно дадут результат, сполна оправдывающий усилия.

Не стремитесь научить ребенка всему сразу. Для него какое-либо действие может быть пока просто непосильным. Разделите действие на мелкие операции. Добивайтесь поочередного и прочного усвоения каждой операции.

Обучая ребенка, опирайтесь на его сохранные органы чувств (слух, осязание, вкус), а также на остаточное зрение, если оно имеется. Активно включайте в свои занятия речь: объясняйте ребенку все подробно, обращайтесь к важным деталям, стремитесь к тому, чтобы ребенок также оречевлял свои действия.

Начиная обучать слепого малыша какому-либо действию, лучше всего использовать следующие приемы:

руки ребенка лежат на ваших руках, производящих действие, таким образом изучают движения ваших рук, запоминают их – пассивные действия; вы берете руки малыша в свои и стараетесь произвести действие совместно с ним – совместные действия.

При обучении ребенка приемам совместных и пассивных действий лучше находиться сзади малыша и примерно на его уровне (родителям можно сесть на корточки или встать на колени) – так ребенок лучше поймет показываемые действия.

Помощь ребенку с вашей стороны должна быть разумной. Не лишайте его возможности получить радость от сознания «Я сам!», «Я умею!», «Я научился!». Помните, насколько ваш ребенок самостоятелен сегодня, настолько он свободен и счастлив завтра.

Обучение детей с нарушениями зрения несовместимо со спешкой, раздражительностью. Выбирайте время для занятий, когда ребенок в хорошем настроении, здоров, когда вы никуда не торопитесь.

Старайтесь, чтобы ваши занятия не были излишне академичными, иначе у ребенка пропадет к ним интерес. Оживляйте их игрой, прибаутками, потешками.

Не забывайте высказывать свое отношение по поводу успехов и неудач сына или дочери. И пусть оно всегда будет искренним, будь то радость, огорчение, разочарование или удивление. Ведь ребенку так важно чувствовать ваше живое участие в его жизненно важных делах.

РОДИТЕЛЯМ ОБ ОРГАНИЗАЦИИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ И ВОСПИТАНИИ ДЕТЕЙ С РАССТРОЙСТВАМИ АУТИСТИЧЕСКОГО СПЕКТРА

Как правило, родители начинают волноваться по поводу развития своего ребенка, когда его возраст приближается к двум годам. До этого любые отставания и отклонения можно объяснить индивидуальными особенностями малыша и можно надеяться, что они постепенно сгладятся. К двухлетнему же возрасту обычный ребенок овладевает простейшими навыками, но даже когда этого не происходит, он все-таки понимает, чего от него хотят взрослые. То же самое и с языком: если и не говорит ещесам, то понимает обращенную к нему речь вполне прилично, о чем можно судить по его реакциям.

Попытаемся перечислить странности в развитии и поведении ребенка, которые должны вызывать у родителей опасения:

Ребенок не смотрит в глаза.

Говорит о себе в третьем (он) или во втором (ты) лице.

Все время повторяет одни и те же слова, фразы.

Ребенок начинал говорить первые слова, но затем перестал говорить.

Не произносит слова, мычит.

Не интересуется игрушками, ровесниками, не играет с другими детьми.

Ребенок игнорирует маму (не радуется ее приходу, не огорчается, когда мама уходит), не реагирует на просьбы, не откликается на свое имя.

Трясет головой, руками, раскачивается.

Ходит на носочках.

Грызет пальцы, руки.

Бьет себя по лицу.

У ребенка часты истерики, приступы агрессии.

Боится незнакомых людей.

Пугается звуков, вздрагивает.

Боится света, все время выключает его.

Если какие-то из этих черт присущи вашему ребенку, это совсем не обязательно аутизм. Однако озаботиться стоит.

Существует короткий диагностический тест, состоящий из трех вопросов:

Смотрит ли ваш ребенок в ту же сторону, что и вы, когда вы пытаетесь привлечь его внимание к чему-то интересному?

Указывает ли ребенок на что-то, чтобы привлечь ваше внимание, но не с целью получить желаемое, а для того, чтобы разделить с вами интерес к предмету?

Играет ли он с игрушками, имитируя действия взрослых? (Наливает чай в игрушечную чашечку, укладывает куклу спать, не просто катает машинку туда-сюда, а везет в грузовике кубики на стройку.)

Если на все три вопроса ответ отрицательный, у родителей 2–3-летнего ребенка есть основания показать его специалисту. Если же наоборот, положительный, то, скорее всего, задержка в развитии речи и освоении навыков имеет другую причину, не аутизм.

Аутизм — это, прежде всего, нарушение коммуникативной функции, контакта ребенка с окружающими его людьми. Ребенок живет в мире зрительных образов, звуков, тактильных ощущений, но при этом впечатления для него самоценны, он не стремится поделиться ими с мамой или папой, которые выполняют для него исключительно

инструментальную функцию, являясь источниками пищи, тепла, комфорта. Для таких детей характерны повторяющиеся, навязчивые действия: кто-то часами крутит все попадающиеся под руку вертящиеся предметы, от маленького мячика до крышки большой кастрюли, наблюдает за льющейся из крана водой, кто-то выстраивает в ряд машинки или кубики, кто-то играет с ниточкой, накручивая ее на палец или трясая ею перед глазами. Они могут долго кружиться на одном месте или кругами ходить по комнате на цыпочках.

Дети аутисты часто очень музыкальны: они получают явное наслаждение от любимых музыкальных произведений, мелодий и даже отдельных звуков. Трехлетний ребенок может совершенно равнодушно пройти мимо ровесника с дистанционно управляемой машинкой, но прийти в неописуемый восторг при звуке боя часов на соборе.

Маленький аутист может выглядеть уверенным и независимым. Гуляя, он идет один, сопротивляется попытке взять его за руку, и только испугавшись чего-то, например, большой собаки, прячется за взрослого. Но и страхи его не всегда объяснимы точки зрения обычной логики: он боится пылесоса, его пугают шумные, людные места, но, как правило, он не осознает опасности, связанной с высотой или с движением транспорта, может выскочить на проезжую часть и даже улечься поперек.

Ребенок пресекает попытки матери успокоить его, приласкать, обнять, отпихивает ее от себя. Физические контакты с посторонними людьми, врачом или парикмахером, например, сильно пугают ребенка. Медицинский осмотр или стрижка волос становятся стрессом для всех участников процесса из-за бурного сопротивления ребенка. Накормить аутиста – тоже проблема. Ребенок настолько избирателен в еде, что порой его рацион состоит всего из трех-четырех блюд (например, творог, каша, банан), все остальное безоговорочно отвергается.

Ребенка сложно уговорить прервать занятие, если он чем-то увлечен, убедить попробовать что-то новое, а родительские волевые действия (снять с качелей, увести домой с прогулки, накормить, усадить на горшок) вызывают бурную истерику, а порой и агрессию.

Все дети с удовольствием имитируют действия взрослых. Имитация – это эволюционный механизм, лежащий в основе обучения социально-необходимым навыкам и социальной поддержке. Имитируя, ребенок подает нам сигнал готовности к усвоению навыков, формальных действий, которые постепенно наполняются социально-значимым содержанием.

Аутичные дети и их родители оказываются в замкнутом круге: ребенок не имитирует порой даже самых простых, обычных действий, мама не получает сигнала готовности, навык не развивается. Когда родители спохватываются и начинают срочно учить ребенка тому, что его ровесники уже давно освоили (есть ложкой, пользоваться горшком, надевать носки), их волевые действия, как правило, вызывают у ребенка активное неприятие: во-первых, у него отсутствует мотив (стандартная система поощрений/наказаний с таким ребенком не работает); во-вторых, он хочет как можно скорее вернуться к занятию, приносящему ему глубокое удовлетворение – например, открывать и закрывать ящики письменного стола или шкафа, хлопать дверьми, в сотый раз рассматривать картинки в любимой книжке.

Речь у аутистов появляется, как правило, позже обычных сроков, но дело не столько в сроках, сколько в ее специфике. Первым словом аутичного ребенка, как правило, бывает не «мама», «папа», или «дай», а, например, «газонокосилка», то есть название объекта, который по каким-то причинам произвел особенное впечатление, и

чаще всего это предмет неживой (в скобках заметим, что различать живое и неживое аутисты учатся значительно позже других детей). Когда маленький аутист переходит от отдельных слов к предложениям, они тоже носят скорее назывной характер. Ребенку нравится повторять отдельные термины, куски текста из стихов или рекламы. Чаще всего ребенок не понимает смысла произносимых фраз и предложений. Зная нужные слова, он не может обратиться с просьбой и не всегда понимает просьбы, обращенные к нему. Встречая нового человека, он долго рассматривает его внешность и в это время совершенно не воспринимает обращенные к нему слова. Ребенок не умеет общаться в диалоге, не задает вопросов сам, не может ответить на вопрос, повторяя его за собеседником. «Как тебя зовут?» – «Как тебя зовут?» – «Ты не повторяй, ты отвечай!» — «Ты не повторяй, ты отвечай!» и так далее. Такое явление называется эхолалией. Ребенок долго не употребляет местоимение «я», говоря о себе «не хочешь ехать на трамвае» или «он будет смотреть мультик». Речь, как правило, развивается, и эхолалия может пройти к 4–5, иногда к 7–8 годам, но может задержаться всерьез и надолго. Как это ни печально, но часть аутистов так и не осваивает устную речь, хотя со временем учится пользоваться альтернативными методами коммуникации.

Основная работа по воспитанию и обучению аутичного ребенка ложится на близких. Помощь такому ребенку – это организация всей его жизни с продумыванием каждой мелочи. Специалисты могут помочь, научить, поддержать, но путь освоения мира аутичный ребенок может пройти только вместе с родными людьми.

Первое условие – безопасность. Детская комната должна быть оборудована с учетом того, что ребенок будет здесь прыгать, бегать, кувыркаться, карабкаться по мебели. Поскольку у ребенка синдромом раннего детского аутизма часто отсутствует «чувство края», необходимо обставить детскую комнату устойчивой мебелью без острых углов. В комнате не должно быть опасных предметов (тяжелых, острых, бьющихся и др.). Эта рекомендация касается по возможности всей квартиры в целом: все потенциально опасные предметы надо прятать или запирать.

Для аутичного ребенка очень важно научиться произвольно управлять своими движениями и повторять по подражанию действия взрослого. Для физического развития ребенка будет великолепно, если вы разместите в комнате спортивное оборудование (шведская стенка, кольца, канаты, разнообразные мячи, обручи, скакалки).

Очень важно, чтобы в комнате ребенка поддерживался определенный порядок: все предметы, вещи, игрушки должны иметь свое постоянное место. Например, в коробке возле дивана хранится строительный материал, матрешки и пирамидки стоят на определенной полке шкафа, принадлежности для рисования – на другой. Вещи в платяном шкафу надо также раскладывать на постоянные места, а на дверце шкафа список с вещами. Для аутичного ребенка с его стереотипностью поведения порядок в окружающем мире – необходимое условие жизни.

Режим дня. Уменьшению тревожности, упорядочиванию поведения аутичного ребенка способствует не только пространственная, но и временная организация его жизни: четкий распорядок дня, семейные привычки, традиции. Для аутичного ребенка важна предсказуемость последовательности событий. Если в семье не сложился постоянный режим дня, то желательно установить удобный для всех, но неукоснительно соблюдающийся порядок основных домашних дел (еда, прогулка, сон, занятия). Повторяя изо дня в день определенный распорядок дня, взрослые проговаривают вместе с ребенком утром и вечером, что будут делать сегодня, что удалось сделать, что планируют на завтра.

Ребенку может помочь усвоить общий распорядок дня расписание в виде фотографий или картинок, на которых он ест, готовится ко сну, спит, читает на диване с мамой, одевается, гуляет и т.п. Хорошо, если сначала, пока не появится привычка следовать расписанию, оно состоит из приятных и нейтральных для ребенка занятий, чтобы у него не возник явный протест. В случае если ребенок не хочет что-то делать, взрослый может обратиться к расписанию: «Я понимаю, что тебе сейчас не хочется убирать тарелки со стола, но это то, что мы с тобой должны сделать по нашему расписанию, а потом мы сможем пойти в парк».

Подобное расписание дает возможность вносить в привычный порядок действий что-то новое. Ребенок легче примет новое, если взрослые заранее обговорят с ним возможные варианты, подготовят его к изменению существующего порядка. Можно сказать ребенку: «После завтрака, если будет хорошая погода, пойдем гулять, а если пойдет дождь, будем играть в кубики». После завтрака ребенка просят посмотреть в окно: «Ну, как, что будем делать?»

Некоторые дети с самого рождения устанавливают постоянный режим дня и требуют его неукоснительного соблюдения, а при попытках взрослого изменить установленный ребенком порядок часто отмечаются капризность и протестные реакции. Необходимо дорожить стереотипными способами поведения ребенка, так как они являются опорой в его дальнейшей социализации.

Проблемы с едой и поведением за столом. Родители аутичного ребенка часто сталкиваются с большими трудностями в связи с его чрезвычайной избирательностью в еде. Иногда ребенок может отказываться от всего, кроме молока и печенья. Заставить есть ребенка в данной ситуации бывает невозможно. В рамках эмоционального подхода предлагается давать предпочитаемую ребенком еду за столом, а между едой ограничивать доступ к любимым лакомствам, оставляя «невзначай» на видном месте пищу, от которой ребенок отказывается и, не предлагая ребенку, съедать время от времени кусочки самому или вместе кормить другого. Со временем рацион ребенка удастся расширить.

Детей, у которых проблема избирательности в еде не стоит так остро, можно начинать учить правилам поведения за столом. Нередко ребенок испытывает трудности во время еды из-за своей повышенной брезгливости. Даже капелька супа на щеке или на одежде может стать для него источником неприятных ощущений. Облегчите эту проблему и научите ребенка пользоваться салфеткой.

Позиция взрослого при обучении пользоваться ложкой – позади или сбоку от ребенка. В левую руку (если ребенок правша) можно вложить кусочек хлеба, которым можно помогать набирать еду в ложку. Когда ребенок в целом освоит необходимые моторные навыки, взрослый может занять более пассивную позицию, не забывая подбадривать ребенка и радоваться его успеху, игнорируя неудачу.

Обучение ребенка социально-бытовым навыкам. Стереотипность аутичного ребенка можно хорошо использовать для формирования бытовых стереотипов. При этом нельзя забывать, что некоторых детей отмечают страхи, препятствующие овладению тем или иным навыком. Например, если ребенок не ходит туалет из-за того, что боится шума воды в унитазе или не хочет чистить ковер, потому что не переносит шума работающего пылесоса, то формированию этих навыков должна предшествовать совместная работа специалистов и родителей по коррекции страхов.

Лучше всего начинать формировать те навыки, которые в норме дети усваивают самостоятельно (по подражанию) или после краткого обучения: опрятность в туалете,

мытье рук, одевание и раздевание, чистка зубов, пользование носовым платком, уборка игрушек, мытье посуды и т.д. Кроме того, выбранные навыки должны часто встречаться в повседневной жизни ребенка. Обучайте ребенка бытовым навыкам, соблюдая принцип «от простого к сложному». При этом необходим положительный настрой: радуйтесь успеху ребенка, не замечайте его неуспешность, направляйте по верному пути, предупреждая ошибки.

Уверенные и четкие указания родителя увеличивают доверие ребенка к взрослому и повышают чувство его безопасности. Непоследовательное, неуверенное поведение взрослого человека может усилить тревожное состояние и поведенческие проблемы ребенка.

Агрессивное поведение. Поведение аутичного ребенка разлажено, он не умеет владеть своими эмоциями, в том числе негативными. В моменты, когда ребенок начинает вести себя неадекватно, близкие взрослые должны отдавать себе отчет в том, что он делает это не специально, а лишь потому, что переживает этот момент состояния острого дискомфорта. Агрессивные выпады, крики, разбрасывание предметов и игрушек, падения на пол – вот неполный арсенал действий, с помощью которых ребенок пытается защитить себя в болезненной ситуации.

Случае аутоагрессии (агрессивные действия направлены на самого себя, ребенок может бить себя, кусать и т.п.) необходимо строгое установление ограничений. В дальнейшем посоветуйтесь со специалистом, который подскажет, как в вашем конкретном случае перевести аутоагрессию ребенка в агрессию. Специалист поможет подобрать подходящие для ребенка упражнения для разрядки и снятия напряжения.

Самый сложный случай, когда причину вспышки ребенка понять невозможно. Попробуйте переключить ребенка (например, погладьте по спинке) либо запустите стереотип его любимой игры (предложите конструктор, деталями которого ребенок начнет выкладывать дорожки, начните переливать водичку). Скорее всего, ребенок подключится к вашим действиям.

Еще один вариант – ребенок выплескивает накопившиеся эмоции (чаще негативные), таким образом избавляясь от накопившегося напряжения. Не надо ругать ребенка за плохое поведение, требовать, чтобы он успокоился. Помогите ребенку справиться с этим состоянием и выплеснуть напряжение приемлемым способом через различные игры на разрядку и снятие напряжения. Например, можно поиграть с ребенком в бой подушками или в игру «выбиваем пыль» – усердно колотя руками по подушке. Можно построить из подушек башню и предложить ребенку запрыгнуть на нее, при этом, конечно, башня должна быть такой высоты, чтобы прыжок был безопасен для ребенка. Можно организовать игры со старыми газетами или журналами. Можно бросать друг в друга комки бумаги, но обязательно конце игры «снаряды» надо собрать в коробки. Очень хорошо покувыркаться с ребенком, побороться с ним и т.п.

Также агрессивное поведение может являться попыткой справиться со страхом, дискомфортом. Взрослому важно определить причину дискомфорта. В первую очередь попробуйте понять характер эмоциональной вспышки ребенка. Возможно, ребенок испытывает эмоциональное пресыщение (т.е. избыток информации, поступающей извне).

Действуйте по обстановке. Будьте готовы к тому, что ребенок способен повести себя по-разному. Так, он может в любой момент захотеть уединиться, потому что скопление народа утомило его. Помогите ребенку – найдите для него тихое место, где он сможет передохнуть. Если ребенок, не дождавшись конца мероприятия, захочет вернуться

домой – не противьтесь. Это значит, что на сегодня впечатлений для него уже достаточно. Настаивать ни в коем случае нельзя, иначе в следующий раз малыш будет бояться отправляться с вами в подобное путешествие. Дома вспоминайте, обсуждайте впечатления, интересные детали, закрепляйте новые представления – нарисуйте картинку, выучите стишок об увиденном на прогулках.

Запреты, требования. Перед родителями аутичного ребенка очень остро стоит проблема купирования его нежелательного поведения. Часто в ответ на попытку взрослого что-то потребовать или запретить он может начать капризничать, может закричать, ударить. Если отказ не вызван опасностью или крайне нежелательным содержанием желания ребенка, лучше предвидеть его крик удовлетворением просьбы. Например, вы пытаетесь прервать стереотипную игру ребенка – пытаетесь забрать него кубики, из которых он часами выкладывает дорожки. Скорее всего, ребенок выразит свой протест криком, откажется отдавать кубики. Поэтому не следует без острой необходимости насильно отрывать ребенка от занятия, которым он увлечен.

Если вещь, которую требует ребенок, запретная (спички, лекарства, острые или бьющиеся предметы) или он хочет сделать что-либо потенциально опасное для себя или окружающих (свеситься из окна, выбросить в окно банку, вылить ведро на пол), близким нужно сказать «Нет» и твердо стоять на своем. Выработанной схемы (последовательности действий) должны придерживаться все взрослые, обучающие ребенка этому навыку.

Организация занятий дома. Для аутичного ребенка важно подобрать удобный по росту стул и стол и расположить их так, чтобы ничего не отвлекало ребенка, не попадало в поле его зрения. По мере возможности хорошо устроить изолированный уголок. Приятные и легкие задания, чередование заданий с развлечениями помогут ослабить негативизм ребенка к учебной ситуации. Учебное пространство следует организовывать так, чтобы на столе, на полках ничто не отвлекало внимание ребенка, и наоборот – выделялись предметы, на которые вам хочется обратить его внимание.

При обучении важен ритм занятий – в первое время они могут быть очень короткими (3–5 минут), но необходимо, чтобы ребенок сразу испытал успех.

Взрослый действует за ребенка его руками, быстро и уверенно, чтобы поскорее завершить действия, при этом приговаривая, какой ребенок молодец и что будет, когда он оденется, уберет игрушки и т.д. Некоторые коррекционные подходы рекомендуют эмоционально обыгрывать удачу («ты так быстро надел ботинки», «топ, топ, обутые ножки побежали по дорожке»). При этом взрослый находится впереди ребенка, облегчая зрительный контакт с ним, радуясь и заражая ребенка своей радостью от его успеха.

Игра и игрушки ребенка. Игра аутичных детей отличается особенностями. Часто она направлена на аутостимуляцию, т.е. ребенок может играть с сенсорными эффектами (водой, светом и т.п.), это могут быть игры-раскачивания, игры-прыжки, игры-фантазии.

Взрослый может подключаться к таким играм ребенка: усиливать удовольствие, которое ребенок получает в процессе аутостимуляции, выражая свою радость от участия в этих действиях и дополнительно заражая ребенка своими эмоциями;

придумать новые варианты таких игр (со светом, с водой и т.п.), разнообразить и расширить их репертуар, тем самым усиливая удовольствие ребенка. Вначале это нужно делать очень осторожно, варьируя интенсивность контакта в зависимости от состояния ребенка. Скоро ребенок начинает получать больше удовольствия от совместной игры со взрослым, чем от игры в одиночку;

обычно у аутичного ребенка преобладает манипулятивная игра, сюжет или отсутствует вовсе, или же очень свернут. Задача взрослого – помочь ребенку развернуть игровой сюжет. Здесь нужно набраться терпения, так как игра аутичного ребенка очень стереотипна. Он не принимает никаких изменений в своей игре. Однако если взрослый терпелив и тактичен, ненавязчив в своих предложениях, он может постепенно добиться введения в игровой сюжет ребенка новых деталей, объединения разных игровых стереотипов в один для построения развернутой игры.

Если ребенок никак не включается в игру, не обращает внимания на ваши действия либо выражает протест, не настаивайте, но в следующий раз попробуйте обязательно. Если же вы видите, что предложенная вами игра ребенку понравилась, но он остается пассивным, продолжайте осуществлять игровые действия, комментируйте их так, словно вы действуете вместе с ребенком. Поначалу не стоит ждать от ребенка активности, радуйтесь любому, даже самому минимальному, участию в игре. Бывает и так, что ребенок никак не включался в игру с вами, но спустя какое-то время начинает сам воспроизводить показанные вами действия.

Соблюдайте осторожность – предлагайте новое постепенно и маленькими порциями. Внимательно следите за реакцией ребенка и при первых признаках тревоги или страха прекратите игру.

Понравившуюся игру ребенок может требовать повторять многократно. Не сопротивляйтесь его просьбам повторять игровые действия вновь и вновь, вашему ребенку необходимо время, чтобы обжить новые ощущения.

Во время игры ребенок может начать говорить, заглядывая при этом вам в лицо, в ожидании реакции. Это могут быть фразы-штампы из рекламных роликов или придуманные им самим слова. Улыбнитесь в ответ и повторите то, что сказал ребенок (с соблюдением интонации). Такая форма общения – своеобразная «перекличка» – даст ребенку подтверждение того, что вы его понимаете, вызовет большее доверие к вам.

Помните, что нельзя допускать проявления агрессии по отношению не только к людям, но и к игрушкам – прототипам людей (куклам, мишкам и т.п.). В такой ситуации переведите агрессивные действия ребенка на объекты предметного мира – крупу, песок, кубики, подушки, воду. Если ребенок замахнулся для удара, спокойно, но твердо перехватите его руку. Если ребенок готовится, например, выбросить мишку за окошко, заберите игрушку, твердо сказав «Нет!». Взамен предложите выбросить палочку, кусочек пластилина и т.п. При этом, даже если реакция ребенка на запрет будет острой, стойте на своем.

Теперь поговорим об игрушках вашего ребенка. Ему будут необходимы следующие игрушки:

- деревянные и пластмассовые строительные наборы, конструкторы;
- разнообразные матрешки, пирамиды, вкладыши;
- звучащие игрушки, набор игрушечных музыкальных инструментов;
- игры для развития мелкой моторики – мозаики, деревянные бусы, игры со шнурами;
- развивающие настольно-печатные игры, разрезные картинки, лото, домино, доски Сегена, рамки Монтессори и др.;
- игрушки для сюжетно-ролевых игр: куклы, мишки, другие мягкие и резиновые игрушки, машинки, кукольный домик, кукольная посуда и мебель, аптечка и т.д.;

материалы для творчества – цветные карандаши и фломастеры, акварельные краски и гуашь, пастельные мелки и мелки для рисования на асфальте, цветная бумага и картон, пластилин и т.д.

Страхи. Трудности адаптации аутичного ребенка в быту семьи, его отказ что-либо сделать часто связаны с его страхами. Ребенок может бояться ходить в туалет из-за шума спускаемой из бачка воды, заходить в ванную из-за шума в трубах, мыться, если однажды вода попала ему в глаза, идти гулять, так как боится лифта. Проблема может постепенно разрешиться, если близкие, понимая, что стоит за отказом ребенка, терпеливо ободряют его, дают возможность освоиться в пугающей ситуации. Например, если ребенок боится мыться, можно дать ему поэкспериментировать с краном, вместе помыть голову кукле, научить ребенка пользоваться гибким шлангом, регулировать поток воды при мытье.

Часто ребенок с трудом принимает и обживает новые «кусочки мира» – принимает новые маршруты прогулок. Дело в том, что удаляясь от знакомых «мест обитания», аутичный ребенок теряет уверенность и оказывается во власти страха и дискомфорта. Такое состояние может вызвать острую реакцию – ребенок начинает плакать, мечется с криками «не хочешь!», тянет за руку, выражая таким образом просьбу вернуться. Это реакция самозащиты. В этом случае надо не уговаривать ребенка, не ругать его, а дать ему возможность успокоиться. Действуйте по ситуации. Для начала ненадолго остановитесь, поглядите с ребенком по сторонам. Если ребенок успокоился – продолжайте путь дальше, если нет – возвращайтесь домой. При этом назовите ребенку нейтральную причину возвращения домой, не говорите ему о возникшем у него страхе, так как это может стать дополнительной травмой. Например: «Ничего, в следующей раз поедем к бабушке. А сейчас вернемся, ведь у нас мишка один дома остался, будет скучать».

Для того чтобы прогулки проходили спокойно, соблюдайте ряд правил:

Осваивайте пространство постепенно: например, поход в театр возможен только после того, как ребенок достаточно освоился на более близкой территории.

Готовьтесь к походу заранее. Перед тем, как пойти куда-то, расскажите подробно ребенку о том, что его ждет, вспомните подходящий мультфильм, покажите картинку.

Приучайте ребенка пользоваться общественным транспортом. Для начала можно проехать на автобусе всего одну остановку и выбрать для поездки время, когда нет большого скопления людей. Необходимо понятно объяснить ребенку цель поездки: «На этом автобусе поедем в магазин за карандашами. Надо будет проехать одну остановку». Можно взять с собой любимую игрушку, что-то «родное», что в незнакомой обстановке позволит ребенку успокоиться. Комментируйте ребенку то, что будет происходить в автобусе: «К нам подойдет тетя кондуктор, мы купим у нее билет. Смотри, какой билет».

Места для посещения выбирайте осторожно. Для начала выберите место поближе к дому и с меньшим количеством людей. Постепенно приучайте ребенка бывать в компаниях.

Посещая новые места, где находятся незнакомые дети и взрослые (например, кружок, бассейн), поначалу приводите ребенка ненадолго, дайте ему возможность привыкнуть к детскому коллективу, новым взрослым, новой обстановке. Можно договориться с педагогом и в первое время присутствовать на занятиях вместе с ребенком. В случае если ребенок захочет побыть один, уйти с занятия, ненадолго выйдите вместе с ним. Отдохнув, ребенок может вернуться к занятиям. Но если он захотел домой, поступите так, как просит ребенок. Не забывайте, что ситуация, требующая от ребенка активного взаимодействия с другими людьми, – огромный труд для него.

Также эмоционально комментируйте ребенку все то, что происходит в течение дня. Ведь именно вы являетесь тем «окошком», через которое ребенок вглядывается в окружающий мир. Ваши комментарии – это самые простые, обычные слова о том, что видит ребенок, что делает и т.п.

Просьбы о помощи. Аутичных детей нужно специально учить просить о помощи. Часто если у ребенка что-то не получается, он начинает злиться, но при этом попросить вас о помощи он не может. Ваш ребенок просто не умеет этого. Иногда ребенок начинает настойчиво тянуть вас за руку, куда-то подталкивать, при этом иногда он даже смотрит вам в глаза. Это уже очень хорошая попытка попросить о помощи. Но взрослый часто не понимает ребенка, ведь он не выражает свою просьбу с помощью слов и жестов. Необходима специальная работа по обучению аутичного ребенка умению выражать свои просьбы. Как это сделать?

Для начала будьте очень внимательны к поведению ребенка, старайтесь по скудным внешним проявлениям понять, чего хочет ваш малыш. А поняв, не спешите выполнять просьбу. Используйте этот момент для обучения ребенка новым способам поведения в значимой для него ситуации. Например, ребенок хочет достать какую-то вещь. Он кричит, бегает по комнате, затем подталкивает вас к этой вещи. Вы понимаете, что он хочет получить конфетку. Скажите ребенку: «Давай попросим: “Мама, дай конфетку!” Покажем ручкой, как мы просим – дай, дай! Как хорошо попросил – молодец! Вот тебе конфетка!». Сложность предлагаемой вами инструкции зависит от возраста уровня развития ребенка. Для совсем маленького ребенка это будет просьба в виде жеста и звука, для ребенка постарше – слова, фразы. Если вы не понимаете, что хочет ребенок, а он вас настойчиво тянет к шкафу, предложите ему выбор: «Что достать? Коробочку? Шарик?» Так как ребенку важен результат, он с благодарностью примет такую помощь и постарается ответить.

Общение с ребенком. Как общаться с аутичным ребенком – ведь контакт с ним очень специфичен? Как показать ребенку, что мы рядом, что мы понимаем его состояние и готовы к сотрудничеству? Не забывайте, что комментарий действий ребенка и его чувств – важная форма вербального (словесного) контакта. Отражая значимость личности ребенка для нас, мы употребляем личное местоимение во втором лице единственного числа. Например, ребенок в нерешительности рассматривает игрушки, стоящие на полках. Ваш возможный комментарий может звучать так: «Ты смотришь на игрушки и, похоже, не можешь решить, с чего начать». Это отличается от формы «Петя смотрит...», которая звучит так, как будто в комнате находится еще кто-то, это безличное обращение. Не подходит и форма «Мы смотрим», так как смотрит в этой ситуации только один ребенок. Сообщение о состоянии ребенка лучше делать в утвердительной форме. Например: «Похоже, ты так расстроился, что даже слезы появились на глазах», а не «Ты почему плачешь?».

Ваш комментарий каких-либо действий ребенка не должен содержать оценок типа «хорошо», «плохо», но это не значит, что он должен быть сухим и не может содержать никакой эмоциональной окраски. Если родитель никак не проявляет своих чувств (скажем, чувства радости, когда у ребенка получается что-то новое), неестественность его поведения настораживает ребенка, повышает уровень его тревожности. Но ни в коем случае не следует и утрировать свою эмоциональную реакцию в общении с ребенком.

Всегда существует опасность, что предложенные действия ребенок начнет воспроизводить в многократно усиленной, а порой неадекватной форме. Например, во

время игры с крупой ребенок начнет ее разбрасывать. Не делайте попыток образумить ребенка и тотчас вернуться к спокойной игре. Со временем острота переживаемых ребенком ощущений во время игры начнет спадать. Как только это произойдет, становится возможным развитие сюжета игры, предложение новых вариантов сюжета. В ходе проведения игры, понравившейся ребенку, у вас появится возможность постепенного введения контролирующих правил и запретов. Например, нельзя бросать в воздух мишку, но можно подбрасывать подушку, можно устроить небольшое «наводнение», но после придется собирать воду тряпкой.

Развитие самостоятельности. Самостоятельная деятельность ребенка может быть затруднена по разным причинам.

Во-первых, ваш ребенок может быть несамостоятелен по причине эмоциональной зависимости от кого-либо из близких, например, родителей. В таких случаях вы видите, что ребенку при выполнении какого-либо задания нужна помощь не в содержательном плане, не по ходу выполнения задания, а важно само присутствие взрослого. Ребенок сразу негативно реагирует на ваше отсутствие (плачет, усиливаются стереотипные движения, прерывает начатое занятие, смотрит на дверь и т.д.). Как вы должны вести себя в таких случаях? Прежде всего не оставляйте ребенка без эмоциональной поддержки в освоении навыка самостоятельной деятельности. Нельзя, чтобы ребенок резко переходил к самостоятельному выполнению даже простейших заданий. Ваша стратегия должна быть следующей: выбираете наиболее простое задание. Взрослый находится рядом, когда ребенок выполняет задание, постепенно раз за разом удаляется от ребенка, в какой-то момент, когда ребенок не так остро реагирует на отдаление взрослого, можно подстроить ситуацию, когда взрослый должен срочно выйти (набрать воду в банку для рисования красками и т.п.).

Во-вторых, многие аутичные дети не могут быть самостоятельными по той причине, что у них имеются трудности планирования, организации и контроля деятельности. В таких случаях ребенку необходима помощь именно в самой деятельности. Как научить самостоятельности в этом случае? Вот основные шаги:

Выберите деятельность, в которой ребенок успешен и которая ему нравится, но без вас он самостоятельно ее не выполняет.

Организируйте пространство, подберите материалы для деятельности.

Продумайте понятную ребенку схему деятельности.

Обучите ребенка действовать по этой схеме.

Постепенно уходите от ребенка, позволяя ему самостоятельно действовать по схеме.

Когда ребенок научится самостоятельно работать по схеме, ее можно вносить изменения, неожиданно менять ситуацию, в дальнейшем просто отказаться от схемы. В практике для работы с аутичными детьми широко используются схемы виде расписания. Расписание представляет собой символическое обозначение тех заданий, которые ребенку нужно сделать. Обычно используются предметы, фотографии, картинки или карточки с надписями. Расписание должно включать все основные этапы деятельности.

Следует отметить, что при стереотипности аутичных детей часто возникает зависимость от расписания и других схем. Это бывает неизбежно, если своевременно не отходить от них. Порой очень важно переключить ребенка от схемы, заняться чем-то другим, внести изменения. Это нужно делать осторожно и постепенно, чтобы не создавать ситуации эмоционального дискомфорта, лучше, чтобы эти неожиданности были для

ребенка приятнее и интереснее расписания (на этот случай можно подобрать самые скучные задания для расписания).

В-третьих, самостоятельная деятельность у аутичного ребенка бывает затруднена из-за недостаточной целенаправленности мотивации. В таких случаях помогает поиск деятельности, смысл и результат которой ребенок понимает и стремится к доведению этой работы до конца.

Что могут сделать родители для своего ребенка, получившего диагноз «ранний детский аутизм»? Что происходит с аутичным ребенком по мере взросления? Как обществу относиться к аутистам и аутизму?

При кропотливом и длительном родительском внимании аутичные дети не стоят на месте, они развиваются, или, как говорят врачи, «дают положительную динамику». Существует целый ряд методов воспитания и обучения, разработанных целенаправленно для аутичных детей, и здесь многое зависит от квалификации специалистов, которые будут с ребенком работать, от готовности родителей к самоотверженному труду по реабилитации ребенка.

Родителям ребенка-аутиста не избежать визита к психиатру. Предписания специалиста, как правило, включают стандартный набор: прием медикаментов и занятия с логопедом, дефектологом и психологом. К сожалению, не всегда родители понимают, что прописанные лекарства не являются в полном смысле слова лечением. Таблеток от аутизма не существует. Нейролептики, антидепрессанты и прочие психотропные препараты купируют такие симптомы, как излишняя возбудимость, гиперактивность, агрессивность, но не излечивают от них.

Психиатр может назначить исследования головного мозга, сосудов шеи и головы (электроэнцефалограмму, доплерографию, компьютерную томографию). Это, безусловно, важные диагностические процедуры, но проблемы аутичного ребенка могут локализоваться не только в голове.

Редкий психиатр направит ребенка-аутиста к гастроэнтерологу или к иммунологу, между тем существует целый ряд современных научных исследований о связи состояния желудочно-кишечного тракта с биохимией мозга, о связи аутизма с состоянием иммунной системы, о том, как образование солей в почках может способствовать усилению аутистических симптомов. Родителям аутичного ребенка необходимо об этом знать и тщательно обследовать ребенка у иммунолога, эндокринолога, гастроэнтеролога, сдать ряд анализов, установить слабые звенья в цепи обмена веществ (а такие у аутичного ребенка почти наверняка присутствуют).

Ни психиатры, ни неврологи, как правило, не обсуждают родителями во всех подробностях сенсорные перегрузки и сенсорную интеграцию ребенка, хотя они являются одной из главных составляющих аутистического расстройства. Сигнал, воспринимаемый ребенком с нормальным слухом, зрением, тактильной функцией, неверно преобразуется по ходу передачи его в мозг и поступает в искаженном виде: прикосновение определенного типа ткани к телу может вызывать болевое ощущение, и наоборот – удар или болезненный для обычного человека укус насекомого не причинять боли. В супермаркете, в парке аттракционов или на празднике, когда много шума, движения, яркого освещения и красочных объектов, у аутиста может возникнуть состояние сенсорной перегрузки, которое нередко выливается в истерику. Однако для таких детей характерно и чувство сенсорного голода: потребность в определенных ощущениях

заставляет их воспроизводить одни и те же движения или звуки. Родителям и окружающим людям очень важно понимать эту особенность маленьких аутистов, а также иметь в виду, что существует такой вид коррекционной терапии, как сенсорная интеграция. В нашей стране уже появились центры, практикующие терапию «Томатис». Кое-что родители могут сделать сами, почитав литературу и получив консультации специалистов.

Родителям необходимо помнить, что ребенок с аутизмом, как и любой другой, – это индивидуальность, поэтому воспитание и обучение нужно строить, учитывая общие рекомендации,

также имея в виду специфические особенности ребенка:

Соблюдайте режим дня, так как дети-аутисты очень болезненно воспринимают любые действия, которые выходят за рамки привычных.

Занимайтесь с ребенком ежедневно, только регулярность может принести результаты. Начинать с 5 минут, постепенно доведя время занятий до 2–3 часов в день с небольшими перерывами.

Крайне важно научить ребенка слову «стоп», ведь он может не замечать подстерегающих его опасностей – например, может переходить улицу прямо перед машиной или притрагиваться к горячим предметам. Если ребенок будет знать слово «стоп», вы можете уберечь его от многих травм.

Не избегайте общества других детей, ребенок может посещать садик, проводя в группе хотя бы 2–3 часа в день.

Отвлекайте ребенка от бессмысленных, стереотипных движений, например, с помощью танцев или прыжков на месте.

Беседуйте с ребенком, даже если он остается безучастным, ребенок-аутист нуждается в общении даже больше других детей.

Сделайте для малыша какой-нибудь «тайный» уголок для уединения, где ему никто не будет мешать, где можно спрятаться.

Дети с аутизмом часто любят кататься на качелях, это увлечение поможет развить вестибулярный аппарат ребенка.

Соблюдайте осторожность в общении ребенка с домашними питомцами, поскольку дети-аутисты по отношению к животным могут быть настроены агрессивно. Прежде чем завести домашнего любимца, подарите ему мягкую игруш-ку и объясните, как себя вести с настоящим животным.

Посещайте с ребенком различные центры для детей-аутистов, чтобы получать информацию о новых методиках лечения болезни и коррекции поведения ребенка.

Обязательно найдите хорошего врача-психиатра, который будет отслеживать особенности ребенка, динамику развития и лечение.

Дополнительные рекомендации родителям

Коррекционная работа с аутичным ребенком требует больших эмоциональных затрат и носит долгосрочный характер.

Относитесь к ребенку с предельным вниманием, следите за малейшими проявлениями его внутреннего состояния, за мимикой, за жестами. Ведь иногда только по случайной фразе, по единичному возгласу, по мимолетному движению можно догадаться о тех переживаниях, желаниях, страхах, во власти которых находится ребенок.

Многократное перечитывание одних и тех же произведений и пояснения родителей о прочитанном помогают ребенку научиться лучше понимать себя и окружающих. Стереотипы, которые формируются у ребенка благодаря «обучающему» чтению, снижают тревожность и повышают его уверенность в себе.

Многие родители недооценивают соблюдение режима дня – а это является одним из важнейших условий успешной адаптации ребенка для того, чтобы он чувствовал себя в безопасности. Выполняйте в строго заведенной раз и навсегда последовательности различные повседневные процедуры: одевание, кормление, приготовление ко сну и т.д.

Очень полезно для аутичного ребенка создание семейных ритуалов – для обеспечения его спокойствия и уверенности в себе (например, прогулка, чаепитие, совместное чтение, массаж подготовят аутичного ребенка к процедуре укладывания в постель и обеспечат спокойный сон).

Помните, что аутичный ребенок крайне консервативен, любое, даже маленькое изменение в режиме, в обстановке, в одежде, может вызвать изменения в поведении, самоагрессию.

Старайтесь, чтобы ребенок получал яркие впечатления от произведений искусства (музыки, театра, живописи и т.д.).

Будьте последовательны в своих действиях. Помните, что ребенку необходимо время для адаптации. Согласовывайте свои действия с психологами, дефектологами, которые работают с вашим ребенком. Родители должны знать, что происходит на занятиях, какие требования предъявляются ребенку, и соблюдать рекомендации специалистов. Соблюдение единства требований дома и на занятиях помогут закрепить успехи ребенка. Если не соблюдать единства требований, то в голове у ребенка возникает хаос, страх, занятия становятся бесполезными.

Выработайте в своей семье правило: если есть запрет на какое-то действие (например, не залезать на холодильник), то он соблюдается всегда и всеми членами семьи. Ребенок быстрее привыкнет и начнет соблюдать правила, если сами взрослые будут их придерживаться (есть только на кухне, разуваться в прихожей, вещи складывать на полку и т.д.).

Сделайте жизнь ребенка предсказуемой и понятной для него. Это обеспечит вашему ребенку комфорт от того, что он будет знать заранее, какие события произойдут. Простое расписание дня отлично соответствует этому. Его можно составить с учетом занятий ребенка, прогулок, приема пищи, гигиенических процедур и т.д., обозначив события картинками. Старайтесь, чтобы внезапных изменений в течение дня происходило как можно меньше. Если эти изменения должны произойти, то ребенка к ним готовят заранее.

Поощряйте ребенка за хорошее поведение. Хвалите его сразу, как только он демонстрирует хорошее поведение, выполняет вашу инструкцию, применяет только что разученный новый навык. Эмоциональная и своевременная награда за труд в виде приятного сюрприза поможет быстрее сформировать у ребенка нужное поведение. Это называют положительным подкреплением желаемого поведения.

РЕКОМЕНДАЦИИ РОДИТЕЛЯМ ДЕТЕЙ С ЗАДЕРЖКОЙ ПСИХИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ

Необходимо готовить ребенка к школе, заниматься с ним, приучать к определенному режиму дня.

С детьми необходимо постоянно общаться, проводить занятия, выполнять рекомендации педагога, психолога и дефектолога.

Больше времени уделять знакомству с окружающим миром: ходить с ребенком в магазин, в зоопарк, на детские праздники, прогулки, больше разговаривать с ним о его проблемах, рассматривать с ним книжки, картинки, сочинять разные истории, чаще рассказывать о том, что вы делаете, привлекать его к посильному труду.

Главное – необходимо оценить возможности ребенка с ЗПР поощрять его успехи, заметить прогресс (пусть незначительный), а не думать, что, взрослея, он сам всему научится.

Не требуйте от ребенка того, чего он еще не умеет.

При неудаче в учебе никогда не ставьте в пример конкретного ученика или человека.

Давайте ребенку возможность вести себя в свободное от учебы время как дошкольнику. Ему это необходимо. Гуляйте с ребенком не меньше сорока минут в день.

Бег, подвижные игры, плавание помогут снимать напряжение. Важно, чтобы занятия спортом не переутомляли ребенка.

Ограничьте время приготовления уроков одним часом. Делайте перерывы во время приготовления домашнего задания.

Ежедневно ненавязчиво интересуйтесь школьной жизнью ребенка. Делитесь своим школьным опытом.

Играйте с ребенком.

Похвалите ребенка за малейшее достижение в учебной деятельности и в поведении, чтобы он чувствовал себя успешным.

Оказывайте ребенку эмоциональную поддержку. Проявляйте участие к проблемам ребенка.

Создайте для ребенка щадящий режим.

Сохраните дневной сон (у кого он был до школы) или послеобеденный отдых.

Ограничьте виды деятельности, возбуждающие ребенка: посещение театра, приглашение гостей или нанесение визитов.

Сократите время просмотра телевизора и время, проводимое за компьютером (общее время – не более полутора часов).

Если ребенок сильно устает, можно укладывать его пораньше спать.

Не кричите на ребенка.

Не обсуждайте при ребенке ни положительные, ни отрицательные качества школы, учителя, одноклассников и их родителей.

Любите и во всем помогайте своему ребенку.

Методические рекомендации психолога для родителей детей с задержкой психического развития

Успех коррекционного обучения ребенка с задержкой психического развития во многом определяется тем, насколько четко организована преемственность в работе педагога-психолога, учителя-дефектолога, воспитателей и родителей.

У ребенка с ЗПР ослаблена память, не сформировано произвольное внимание, отстают в развитии мыслительные процессы, поэтому необходимо закреплять изученный материал в школе и дома. Для этого задаются домашние задания на повторение изученной темы.

Необходимо приучать ребенка к самостоятельному выполнению заданий. Не следует спешить, показывая, как нужно выполнять задание, пусть попробует решить сам. Помощь должна носить своевременный и разумный характер.

Важно определить, кто именно из взрослого окружения ребенка будет с ним заниматься по заданию дефектолога, психолога.

Время занятий (не более одного часа) должно быть закреплено в режиме дня. Постоянное время занятий дисциплинирует ребенка, помогает усвоению учебного материала.

При получении задания необходимо внимательно ознакомиться с его содержанием, убедиться, что вам все понятно.

В затруднительных случаях можно проконсультироваться педагога.

Подберите необходимый наглядный дидактический материал, пособия, которые рекомендует педагог, учитель-дефектолог, психолог.

Занятия должны быть регулярными.

Закрепление знаний может проводиться во время прогулок, поездок, по дороге в школу. Но некоторые виды занятий требуют обязательной спокойной деловой обстановки, а также отсутствия отвлекающих факторов.

Необходимо разнообразить формы и методы проведения занятий, чередовать занятия по развитию речи с заданиями по развитию внимания, памяти, мышления.

Необходимо придерживаться единых требований, которые предъявляются к ребенку.

У ребенка с ЗПР практически всегда нарушено речевое развитие, поэтому необходимо ежедневно тренировать ребенка в выполнении артикуляционной гимнастики. Упражнения обязательно выполняются перед зеркалом, рекомендации по их выполнению вам даст учитель-логопед.

Особое внимание уделяется не скорости, а качеству и точности выполнения артикуляционных упражнений.

Важно следить за чистотой выполнения движений: без сопутствующих движений, плавно, без излишнего напряжения или вялости, следить за полным объемом движений, за точностью, темпом упражнений, часто – под счет взрослого.

Каждое артикуляционное упражнение рекомендуется выполнять сначала медленно, затем темп ускорять.

Упражнение выполняется 6–8 раз по 10 секунд (можно больше). Для лучшей наглядности упражнения делаются совместно с ребенком, каждое движение старательно показывается и объясняется.

Для закрепления звука в слоге, слове необходимо повторять речевой материал не менее трех раз.

Нужный звук следует произносить в слоге или слове утрированно (намеренно выделяя голосом).

Тетрадь для закрепления материала необходимо содержать аккуратном виде.

Будьте терпеливы с ребенком, доброжелательны, но достаточно требовательны.

Отмечайте малейшие успехи, учите ребенка преодолевать трудности.

Своевременно консультируйтесь и проводите лечение детей у врачей, к которым направляет учитель-дефектолог, учитель-логопед.

Советы учителя-дефектолога родителям детей

Разговаривайте со своим ребенком во время всех видов деятельности, таких, как приготовление еды, уборка, одевание раздевание, игра, прогулка и т.д. Говорите о том, что вы делаете, видите, что делает ребенок, что делают другие люди и что видит ваш ребенок.

Говорите спокойно, в нормальном темпе, с интонацией.

Говорите, используя правильно построенные фразы, предложения. Ваше предложение должно быть на одно-два слова длиннее, чем у ребенка. Если ваш ребенок пока еще изъясняется только однословными предложениями, то ваша фраза должна состоять из двух слов.

Задавайте открытые вопросы. Это будет стимулировать вашего ребенка использовать несколько слов для ответа. Например, спрашивайте: «Что мальчик делает?» вместо «Мальчик играет?». Если ребенок затрудняется в ответе, задавая вопрос, используйте слово «или». Например: «Мальчик прыгает или бегает?».

Выдерживайте временную паузу, чтобы у ребенка была возможность подумать, прежде чем говорить и отвечать на вопросы.

Слушайте звуки и шумы, которые нас окружают. Скажите ребенку: «Послушай, как лает собака, а вот шумит ветер» и т.д.

Потом спросите: «Что это?». Это может быть лай собаки, шум ветра, мотор самолета, шелест листвы, журчание ручейка и т.д.

Расскажите короткую историю. Затем помогите ребенку ее же рассказать вам или кому-нибудь еще. При затруднениях задавайте ребенку наводящие вопросы.

Если ребенок употребляет всего лишь несколько слов, помогайте ему обогащать свою речь новыми словами. Выберите пять-шесть слов (части тела, игрушки, продукты) и назовите их ребенку. Дайте ему возможность повторить эти слова. Не ожидайте, что ребенок произнесет их отлично. Воодушевите ребенка

продолжайте их заучивать. После того, как ребенок произнес эти слова, введите пять-шесть новых слов. Продолжайте добавлять слова до тех пор, пока ребенок не узнает большую часть предметов окружающей жизни. Занимайтесь каждый день.

Если ребенок произносит предложение, содержащее только одно слово, начните учить его коротким фразам. Используйте слова, которые ваш ребенок знает. Добавьте цвет, размер, действие. Например, если ребенок говорит «мяч», последовательно научите его говорить «большой мяч», «Таня мяч», «круглый мяч» и т.д.

Большинство занятий проводите в игровой форме. Работа с ребенком должна активизировать речевое подражание, формировать элементы связной речи, развивать память и внимание. Не забывайте – лучше учить ребенка, играя с ним.

Ребенок с нарушенным развитием нуждается в согласованных действиях родителей и специалистов. Наиболее высокие результаты развития и адаптации особого ребенка достигаются при сочетании семейного воспитания и комплексной помощи специалистов. Отсутствие одного из этих факторов значительно сужает перспективы развития ребенка.

Изучите всю доступную для вас специальную литературу по этому вопросу. Сейчас в Интернете достаточно много сайтов, на которых специалисты дают рекомендации и проводят консультации.

Найдите единомышленников – неравнодушных родителей, воспитывающих таких же проблемных детей, поддержка вам необходима.

Научитесь терпению, понимая, что ваш ребенок особенный, обычные методы воспитания с понуканием, принуждением нотациями вам точно не подойдут.

Переключитесь на ребенка. Понаблюдайте за ним. Заведите дневник наблюдения, показывайте его периодически специалистам. Постоянно интересуйтесь в школе достижениями или проблемами ребенка.

Старайтесь самостоятельно работать с ребенком по советам специалистов. Перестаньте его опекать, давайте самостоятельность, но под контролем, так как полная свобода действий тоже не решит проблему.

Выполняйте с ребенком домашнее задание. Для этого нелишне будет напомнить, что сосредоточенность на материале на первых порах будет от 8 до 15 минут, после этого надо дать ребенку другой вид умственной деятельности, а через 30–40 минут сделать перерыв и позаниматься физическими упражнениями, прогуляться на свежем воздухе. Особое внимание следует уделять занятиям по развитию речи, тренировке памяти, внимания.

Оставайтесь всегда позитивными, создайте ребенку атмосферу комфорта, радости от учения, стимулируйте его мотивацию учению, но не сюсюкайте.

Постоянно общайтесь, разговаривайте с ребенком, давайте возможность отвечать на простые вопросы, которые требуют размышления, вдумчивости. Вопросы не надо специально придумывать, это может быть рассказ о том, что делали в школе, что ему понравилось, какой урок он больше всего запомнил, что задали на дом и тому подобное.

Всегда надо помнить, что ЗПР – это диагноз, а не приговор на всю жизнь. Только от совместных усилий родителей, школы и медицинского учреждения зависит дальнейшее развитие ребенка.

Материалы взяты с сайта - <http://iroso.ru/>

Рекомендации родителям детей с умственной отсталостью

Любить его и принимать как еще одного члена семьи, а затем обеспечить ему:

- Медицинскую помощь, если он в ней нуждается.
- Адекватную программу ранней стимуляции.
- Правильное обучение, чтобы развивать его интеллектуально и социально.
- Досуг, чтобы он мог общаться с окружающими и развлекаться.
- Работу, соответствующую его возможностям.
- Будущее - когда он станет взрослым.

Поддержка родителей детей, имеющих умственную отсталость, в том числе детей - инвалидов.

Когда умственная отсталость у ребенка уже установлена, сразу возникают потребности, которые в первую очередь сводятся к тому, чтобы:

- 1) Избавиться от собственных негативных эмоций и чувств посредством общения с другими семьями.
- 2) Узнать о возможностях развития вашего ребенка через службу раннего обучения.
- 3) Узнать о состоянии здоровья, в котором он находится, посредством медицинского обследования и дальнейшего наблюдения педиатра.
- 4) В значительной степени вам может помочь справиться с ситуацией общение с группой родителей, дети которых тоже страдают умственной отсталостью, поскольку эти родители помогут вам развеять те негативные переживания, которые они сами уже испытали. Какой бы необходимой и своевременной ни была информация, полученная от специалистов, какими бы важными ни были поддержка и понимание со стороны ваших друзей и соседей, - они не окажутся для вас такими благотворными, как контакт с родителями детей с теми же проблемами. Вы почувствуете себя лучше уже при первой встрече с ними, так как убедитесь в том, что многие семьи находятся в такой же ситуации, что не вы одни столь несчастны. Вы поразитесь, убедившись в том, что другие семьи, уже пережившие те же первичные негативные чувства, что и вы, мало- помалу научились преодолевать их и сейчас активно помогают своему ребенку, а самое главное, - любят и принимают его таким, каков он есть. При этом они остаются дружными, сплоченными и веселыми семьями.

Эта взаимная поддержка родителей детей-инвалидов особенно полезна новым родителям.

- Они помогут вам своим пониманием ситуации и окажут моральную поддержку.
- Они предоставят вам практическую информацию о том, что такое умственная отсталость.
- Вы поймете, как вы должны общаться с вашим ребенком.

Умственная отсталость

Забота о ребенке

1. Каждый ребенок, независимо от того, есть ли у него умственная отсталость или нет, по-своему уникален. Всем детям нужна любовь и признание, чтобы они могли развить свой собственный позитивный имидж. Наш собственный имидж зависит в большой мере от того, как нас воспринимают те люди, мнением, которых мы дорожим. Если эти люди относятся к нам по-хорошему и сердечно, значит, все в порядке, и у нас вырабатывается собственный позитивный имидж. Точно также родители могут способствовать развитию у ребенка его собственного позитивного имиджа, любя ребенка таким, каков он есть, демонстрируя ему свою любовь и замечая успехи и достижения, которые он делает. Для ребенка с умственной отсталостью чрезвычайно важно, чтобы в семье к нему относились с теплотой и сердечностью.
2. У большинства таких детей может наступить улучшение от занятий по программам раннего обучения. Специалисты должны порекомендовать родителям, какая именно программа стимуляции окажется наиболее подходящей в каждом конкретном случае. Они могут информировать также о времени начала ее проведения; об ее продолжительности и о месте проведения. Некоторые упражнения для развития ребенка очень просты, и их можно включать в семейные игры. Но следует избегать того, чтобы они были обременительными для родителей, поскольку это повредит добрым отношениям родителей и ребенка.
3. Когда наступит школьный период, родителям нужно иметь в виду, что сейчас у нас все частные и государственные колледжи приняли программы для детей с особыми потребностями. В любой школе, какую бы вы ни выбрали, вашему ребенку окажут внимание, он получит соответствующее образование и подготовку. Данная форма обучения позволяет детям-инвалидам находиться среди здоровых детей, а также учиться общению со сверстниками, у которых тоже есть те или иные проблемы. Ребенок с умственной отсталостью может нуждаться в помощи при выполнении определенных школьных заданий и в адаптации школьных программ к его особым образовательным потребностям.
4. По этой причине необходимо, чтобы родители вошли в контакт с Комитетом образования своего района, и он смог определить уровень развития и потребности их сына или дочери и помочь им, по мере возможности, выбрать подходящую школу.
5. Кроме посещения школы, ребенок должен играть, развлекаться и участвовать во многих других делах. Не нужно забывать, что ребенок с умственной отсталостью тоже учится, подражая окружающим, и ему будет очень полезно общаться с другими детьми дома, в парке, на уроках и на улице. Держать взаперти людей с нарушениями интеллекта - это лучший способ не дать возможности развиваться их способностям и в то же время позволить обществу продолжать относиться к таким людям с пренебрежением и отвергать их.

6. Как всякий другой ребенок, малыш с умственной отсталостью также должен овладеть навыками правильного поведения, и нужно требовать, чтобы он вел себя адекватно обстановке. Такие дети иногда бывают излишне упрямы, и в работе с ними необходимо проявлять терпение и такт. Подавляющее большинство этих детей могут обрести навыки самостоятельности в личной и общественной жизни, которые позволят им нормально развиваться в обычном окружении. Избыточная опека родителей, братьев, сестер и нянь только будет способствовать большей зависимости человека с умственной отсталостью от окружающих и воспрепятствует тому, чтобы он выработал эти минимальные основы независимости и ответственности, нужные для того, чтобы такой человек смог жить более самостоятельной жизнью.
7. Позже, когда ребенок уже станет взрослым, необходимо найти ему место работы. Люди с умственной отсталостью могут нормально и со всей ответственностью выполнять работу, если она будет адекватна их возможностям. Работа и заработок, помимо всего прочего, станут приносить им большое удовлетворение и укрепят их уважение к себе.

Рекомендации психолога родителям ребенка, имеющего нарушение речи

- Контролируйте собственную речь, обращая внимание на употребляемую лексику и грамматическое оформление. Говорить нужно четко, внятно, проговаривая каждое слово, фразу.
- Озвучивайте любую ситуацию – но только, если Вы видите, что ребенок Вас слышит и видит. Не надо говорить в пустоту, надо смотреть ребенку прямо в глаза. Необходимо, чтобы ребенок видел вашу артикуляцию.
- Не употребляйте слишком много длинных фраз, предъявляя ему сразу большое количество заведомо незнакомых слов.
- Принимайте и поддерживайте желание ребенка вступить с Вами в контакт. Если ребенок вообще не говорит – вовлекайте его в любые формы диалога, одобряя любой ответ (жест, выразительный взгляд).
- Расширяйте словарный запас ребенка (при помощи чтения книг, специальных упражнений).
- Развивайте мелкую моторику рук. Используйте для этой цели все многообразие игр и упражнений: игры с мелкими предметами (крупы, пуговицы, прищепки, лепка, рисование (по точкам, штриховка, пальчиковое рисование, лабиринты, пальчиковые игры и пальчиковый театр, шнуровки и т. д. Это поможет развитию речи, а в будущем – письму.
- Читайте как можно больше ребенку коротких стихов и сказок. Перечитывайте их много раз – не бойтесь, что это надоест ребенку, т. к. дети гораздо лучше воспринимают тексты, которые они много раз слышали.
- Ребенка необходимо побуждать к речи. Отвечайте на вопросы детей. Поощряйте любопытство, стремление задавать вопросы.

