Воспитание «солнечного» ребенка с лишней хромосомой

Есть две основные особенности стимуляции детей раннего возраста: во-первых, занимаются с ребенком родители, и, во-вторых, только очень небольшая часть стимуляции развития ребенка проходит в форме занятия, основные же задачи решаются в повседневной жизни и игре.

Дети учатся постоянно, и этот процесс можно определить как сочетание спонтанного (самостоятельного наблюдения и исследования окружающего мира) и организованного обучения. Для спонтанного обучения ребенка с особенностями развития совсем несложно создать условия: это максимальное включение малыша в жизнь семьи, оказание ему помощи при передвижении в пространстве и сопровождение понятными комментариями практически всех моментов повседневной жизни. Специальные занятия должны быть организованы в течение дня (1—2 занятия по 10—15 минут).

Младенческий возраст:

Очень часто ребенок с синдромом Дауна выглядит менее подвижным, чем его сверстники. Причиной этому служит сниженный мышечный тонус и, как следствие, недостаточная способность чувствовать (ощущать) тело. Поэтому для такого ребёнка особенно полезна тактильная (через прикосновения к телу), двигательная (через движения тела и манипуляции с ним) и вестибулярная (через движение в пространстве, удержание равновесия) стимуляция. Обращает на себя внимание и особенность мелкой моторики. Сниженный тонус в руках осложняет захват, удержание и манипуляцию с предметами. Проблемы со зрением мешают координации «рука — глаз». Анатомические особенности: короткие пальцы, отставленный в сторону большой палец — также влияют на развитие мелкой моторики.

Для развития крупной и мелкой моторики полезно использовать следующие приемы и упражнения:

Назначение общего тонизирующего и укрепляющего массажа с первых недель жизни и выполнение рекомендаций по массажу;

Физическое соприкосновение (поглаживание, похлопывание, прижимание);

Смена положений во время бодрствования (в руках на весу у взрослого ребёнок лежит лицом верх, вниз, лёжа на животике на груди у взрослого, раскачивание на руках у взрослого и в люльке, частое выкладывание на живот, ношение ребёнка впереди себя, сзади в предназначенных для этого сумках);

Совместное купание с ребёнком, игры в воде;

Катание ребёнка на гимнастических мячах и игры с лёгкими надувными мячами;

Стимулирование передвижений с помощью игрушки (вперёд, в стороны), через препятствия;

Использование игрушек, в которые можно играть только стоя, нажимая на клавиши, кнопки;

Прикрепление к ногам ребёнка лёгких шумовых игрушек (пусть пробует ударить по ним ногой);

Стимулирование передвижений вдоль опоры (у дивана);

Стимулирование передвижений с помощью игрушки;

Предоставление простора для самостоятельного передвижения (ползание — только вперёд, передвижение — стоя, вдоль мебели и других подручных предметов);

Массаж кистей рук и пальчиков с использованием всевозможных ворсовых щёток (мягкой щёткой — по наружной поверхности кулака от кончиков пальцев к запястью, жёсткой (зубной) щёткой — по подушечкам пальцев);

Касания детскими ручками (их двигает взрослый) губ, век (если у ребёнка при сближении рук и губ появляются сосательные движения, то руки некоторое время удерживаются около губ для того, чтобы ребёнок попытался захватить их губами);

Вкладывание круглых предметов в разжатые кулачки ребёнка, затем добавление игрушек различной формы и с различной поверхностью (губка, тряпочки, морковки, колечки и т.д.);

Совместные действия с предметами (толкание мяча, машинки, установка кубиков друг на друга, сжимание резиновых мячиков и пищалок, разрывание бумаги, салфеток);

«Пальчиковый бассейн» (руками взрослого перебирать пальцы ребёнка в гречке, горохе, орешках, вкладывать в пальчики сыпучие материалы);

Игры с бытовыми предметами (сковородки, крышки от кастрюль и тому подобное);

Побуждение ребёнка подавать вам руку, «здороваться», хлопать в ладоши, играть в «ладушки», махать «пока» (преимущество отдавать правой руке);

Игры с нанизанными на нить предметами (мелкие игрушки, крупные бусы, пуговицы);

Пальчиковые игры и упражнения (катать пальчиками шарики, мять бумагу, стучать и ходить пальчиками по столу, махать всеми пальчиками с использованием потешек, песенок, напевов).

В этот период учим ребёнка ладонному захвату, потом переходим к щепотному.

Стимуляция слухового восприятия:

Массаж ушной раковины несколько раз в день (по внешней части уха сверху вниз — стимуляция акупунктурных точек);

Подношение шумовых игрушек то к одному, то к другому уху ребёнка (звенеть игрушкой в разных направлениях: вверх-вниз, в стороны);

Подвешивание звенящих игрушек на расстоянии 25—30 см от глаз ребёнка, вначале по центру, затем по разные стороны;

Включение аудиокассет с шумом леса, воды, а также детских песенок (звуки должны быть негромкими);

Пение ребёнку (изображая то, о чём поёте);

Проговаривание с ребёнком своих действий, желаний (задавайте вопросы с разной интонацией);

Обращение внимания ребёнка на домашние звуки и на уличные во время прогулок;

Использование игрушек с заводом (курочка, клюющая зёрнышки, машинка, медведь, котик и тому подобное);

Повторение звуков ребёнка, придумывание на определённый звук песенки;

Частое называние ребёнка по имени (полным и уменьшительно-ласкательным именем);

«Знакомство» ребёнка с другими членами семьи (как зовут, кем приходится) и с хорошо знакомыми, близкими к семье ребёнка людьми;

Артикулирование гласных звуков «а», «о», «у», «и», губных согласных «п», «б», «м» при закрытых ушах ребёнка и затем открытых, произнося эти звуки сочным распевным голосом;

Использование простых музыкальных инструментов (колокольчик, погремушки с разным звучанием, пищалки, бубен, барабан);

Использование музыкальных неваляшек, игрушечного телефона (например, поговорите с ребёнком по телефону).

Стимуляция зрительного восприятия:

Приближайте и удаляйте своё лицо от лица младенца, медленно покачивайте из стороны в сторону, чтобы ребёнок проследил за вашим лицом (ласково позовите, улыбнитесь);

При кормлении подносите грудь или соску к малышу с разных сторон для стимуляции глаз;

Подвешивайте яркие цветные игрушки, ленты, фольгу, лоскутки материи с разных сторон кроватки (не перенасыщайте, меняйте раз в 2—5 дней);

Используйте музыкальные подвесные модули (например, карусель с подвешенными к ней игрушками, которая крутится, что позволяет ребёнку следить глазами за движущимися предметами);

Поместите в кроватке ребёнка небольшое зеркало, чаще подходите с ребёнком к большому зеркалу, гримасничайте, «играйте» с отражением;

Нарисуйте смешную рожицу на своём указательном пальце (можно на теннисном мячике), пусть ребёнок следит за движениями вашего пальца, то же и с игрушкой;

Фиксируйте взгляд ребёнка «глаза в глаза» (игра «Ку-ку»: закрыть глаза, открыть);

Составьте альбом с фотографиями самых важных людей в жизни вашего ребёнка и смотрите его вместе;

Время от времени переносите ребёнка в другие помещения, на прогулке поместите ребёнка так, чтобы у него был широкий обзор происходящего вокруг;

Давайте ребёнку большие, лёгкие в стирке вещи (одежду), чтобы он изучал их и играл с ними;

Бросайте, катайте предметы, чтобы ребёнок наблюдал траекторию движения;

Вырабатывайте чувство высоты (безопасности), показывая, как можно упасть безопасно («Ехали по кочкам»);

Подготовка артикуляционного аппарата к активной речи, развитие речи и общения: в период младенчества ребёнок вступает в общение с помощью мимики и экспрессивных движений. Поэтому главными задачами на этом этапе являются организация правильного общения с ребёнком, подготовка артикуляционного аппарата к речи, стимуляция речевой активности.

Самым значимым в этот период для ребёнка является общение со взрослым, который относится к малышу с любовью и нежностью. Помимо правильной организации общения следует использовать простой массаж органов речи и речевых зон. Это связано с тем, что у ребёнка с синдромом Дауна сниженный мышечный тонус, амимичность лица, анатомические нарушения в строении артикуляционного аппарата.

Массаж лица перед кормлением (поглаживание одним пальцем вокруг угла рта — движение направлено сверху вниз и огибает уголки рта; поглаживание лица от щёк ко рту, наружное поглаживание гортани сверху вниз, осторожное потирание одним пальцем дёсен и нёба от передней до задней части, поглаживание кусочком льда вокруг рта, собирание губ ребёнка в «трубочку»);

Массаж при кормлении с ложки (пища должна быть мягкая, ровная по консистенции, ложку с пищей нужно аккуратно положить на язык и слегка надавить его вниз и внутрь ротовой полости — обязательно соблюдать паузы, давать ребёнку время вытянуть вперёд губы и снять пищу с ложки);

Питьё из чашки (начинать лучше с густого питья, например, с густого сока или кефира, положить край чашки малышу на нижнюю губу и влить немного жидкости в рот; если ребёнок не поймёт, что нужно закрыть рот, нажмите под подбородком вверх, рот закроется, и он рефлекторно сделает глоток);

Развитие навыков жевания пищи начинать нужно с песочного печенья типа «Курабье»: положите небольшой кусочек за верхнюю челюсть в районе жевательных зубов, стараясь передвинуть еду в привычное место в центре языка — малыш просто вынужден будет начать двигать языком из стороны в сторону; не забывайте класть кусочки пищи то слева, то справа;

Имитируйте поведение младенца: повторяйте его звуки, выражение лица;

Используйте «детскую речь» — высокий распевный голос;

Говорите медленно, с длинными паузами;

Используйте монолог в форме диалога: обращайтесь к малышу, и хотя ответные сигналы от него пока отсутствуют, ведите себя так, будто они есть;

Разговаривая с ребёнком лицом к лицу, сохраняйте «особое» выражение: брови подняты, глаза широко открыты, рот приоткрыт — выражение любви, внимания, радости, готовности уловить любой отклик малыша;

Повторяйте за ребёнком любые вокализации, слоговые цепочки и тому подобное;

Чётко произносите звуки с выделением («б-б-б», «а-па»);

Тормошите ребёнка, чаще поглаживайте, прижимайте к себе, пощипывайте губки, щёчки, называйте части тела, касаясь их губами и поглаживая;

Произносите имя ребёнка с разной интонацией, находясь с разных сторон кроватки;

Обучайте слоговым дорожкам с чётким выделением артикуляции, с движениями перед лицом ребёнка («ба-ба-ба», «па-па-па», «ма-ма-ма»);

Учите узнавать предметы на вопросы «Что это?», «Кто это?»;

Учите находить 1—2 знакомых предмета, постоянно находящихся в определённых местах — соотношение слева, справа;

Формируйте указательный жест; используйте в общении с ребёнком жесты, заменяющие слова (например: «Дай!» — быстрое сжимание и разжимание пальцев протянутой руки, «На!» — протянутая рука с предметом, «Спасибо», — кивок головой вверх-вниз, «Нет», — поворот головы вправо-влево и так далее). Жестовому языку учит обязательно взрослый;

Работайте с книгой и альбомом с фотографиями: листайте страницы, рассматривайте картинки, фотографии, называйте, кто на них изображён; просите малыша показать, где на фотографии мама, папа и другие члены семьи; просите малыша показать, где на картинке собачка, котёнок, кукла, мишка и так далее;

Развивайте выдох (дуть на кусочек ватки, бумажную бабочку, салфетки, в дудочку, задувать свечку и так далее);

Рисуйте палочки, линии с обязательным комментированием («Это забор, за забором собачка живёт: «Ав-ав!», на заборе петушок кричит: «Ку-ка-ре-ку!»»);

Стимулируйте речевую активность в бытовых ситуациях (при одевании, кормлении, купании, приготовлении пищи — «параллельный разговор»).

Возраст от 1 года до 3 лет:

До года деятельность ребёнка носит предметно-ознакомительный характер. После года ребёнок начинает ходить, увеличивается объём его перемещений в пространстве и, как следствие, расширяется поле его деятельности. Теперь ребёнок не только задаётся вопросом «Что это?», но и «Что делать с этим?». Деятельность ребёнка приобретает наглядно-действенный характер. Особую значимость приобретает совместная деятельность со взрослыми. Из наблюдений за действиями взрослого ребёнок узнаёт, что и как делать, пытается повторить действия. Одновременно малыша волнует и реакция взрослого на его собственные действия. В этот период ребёнок начинает обращать внимание на то, что делают другие дети. Если ребёнка привлекать к совместным играм с другими детьми, то к концу данного этапа можно развить способность самостоятельной игры со сверстниками.

При развитии наглядно-действенной деятельности у ребёнка с синдромом Дауна родителям следует соблюдать одну и ту же последовательность:

Обязательно назвать предмет;

Охарактеризовать его форму, цвет, вкус, величину;

Показать, как этим предметом можно действовать.

Очень важно, чтобы ребёнок и смотрел, и слушал, и совершал действия с предметами.

В возрасте от 1 года до 3 лет у детей с синдромом Дауна становится очевидным дисбаланс между пониманием речи окружающих и развитием собственной речи. Ни в коем случае не надо принуждать ребёнка что-либо сказать или повторить. Лучше вообще избегать слов «скажи» и «повтори», так как на эти просьбы у ребёнка может вырабатываться негативная реакция. Эти слова лучше заменить соответствующими вопросами или словами «покажи», «угадай» или односторонним диалогом, при котором взрослый и спрашивает, и отвечает сам.

Развитие речи в этот период идёт по следующим направлениям:

Расширение пассивного словаря ребёнка (понимание названий, действий, явлений и так далее) без собственного речевого выражения;

Обучение неречевым средствам общения (жесты, карточки со словами);

Вызывание собственной речи посредством звуков, звукоподражаний и тому подобного;

Работа по развитию слухового внимания и восприятия (различение звучания музыкальных инструментов, бытовых шумов, звукоподражаний и слов);

Работа по развитию речевого дыхания (учим ребёнка делать выдох через рот, дуть на лёгкие предметы).

Формирование умения узнавать и показывать предметы, совершать действия с ними, знакомство со свойствами предметов. Пример: «Где твоя кукла? Вот она. Покачай куклу», «Покажи, где у Маши нос, глаза, рот, уши».

Темы:

Игрушки ребёнка;

Части тела;

Предметы одежды;

Предметы туалета (мыло, щётка и так далее);

Предметы домашнего обихода;

Отдельные названия предметов из окружающей ребёнка жизни (вода, земля, солнце, трава, цветы, дом, машины и так далее);

Семья.

Накопление пассивного словарного запаса без собственного речевого сопровождения, по тем же темам. Взрослый, используя ситуации повседневной жизни, называет предметы, которые берёт ребёнок, учит различать их среди других, называет действие, которое производит ребёнок или взрослый с этим предметом, называет те ощущения, которые испытывает ребёнок («холодно», «тепло», «вкусно» и тому подобное).

На этом этапе, от 1 года до 3 лет, у ребёнка начинает проявляться большая самостоятельность в исследовании окружающего мира — в какой-то мере он может и не нуждаться в помощи взрослых. Вдруг отказывается выполнять их просьбы, становится капризным, агрессивным, или наоборот, выражает пассивность к происходящему вокруг, становится вялым и медлительным. Родителям следует учитывать эти наклонности, что поможет правильно организовать и жизнь ребёнка в целом, и различные занятия с ним.

Легковозбудимых детей следует приучать к соблюдению режима, предлагать им выполнить то или иное задание, постепенно увеличивая число

поручений. Вырабатывать в них аккуратность и привычку доводить дело до конца. Стараться говорить спокойно, доверительно, иногда шёпотом, «на ушко». Развивать внимание посредством заданий на длительность выполнения. Для таких детей не следует во время занятий использовать слишком подвижные игры. При подготовке и по окончании занятия соблюдать очерёдность раскладывания и собирания необходимых принадлежностей.

Заторможенных, вялых детей следует выводить из пассивного состояния, но без нажима, осторожно. Для этого надо поощрять, ободрять их, стимулировать интерес к той или иной деятельности. Старайтесь привлечь внимание малыша красочными предметами и картинками, сами будьте более эмоциональными, пойте во время занятия, играйте в подвижные игры, шутите, смейтесь с ребёнком.

При развитии мелкой моторики следует обратить внимание на следующие аспекты:

Формирование щепотного захвата (большим, средним и указательным пальцами);

Формирование пинцетного захвата (большим и указательным пальцами);

Развитие стабильности запястья. Формирование захвата происходит при использовании различных по величине и форме предметов. Для развития щепотного и пинцетного захватов ребёнку нужно иметь возможность брать в руки мелкие предметы.

Для развития стабильности запястья хорошо использовать следующие упражнения:

Перекладывание предметов, различных по величине, фактуре, с места на место;

Открывание, закрывание коробочек;

Открывание дверей, поворот ручки;

Расстёгивание липучек-застёжек;

Катание карандашей в ладошках;

Катание между ладонями грецких орехов, специальных резиновых шариков с шипами.

Для развития щепотного и пинцетного захватов можно давать ребёнку следующие задания:

Самому брать кусочек печенья, сухарик;

Зубочисткой накалывать кусочки еды;

Вытягивать ленту из коробки за торчащий кончик;

Нанизывать предметы (например, пусть ребёнок наколет шарики пластилина на палочки, наденет кольца на пирамидку или верёвочку);

Рисовать в воздухе, крупой в коробке;

Наматывать тонкую проволоку, нитку на палец;

Игры с конструктором, мозаикой;

Для развития подвижности кистей рук очень полезны занятия ручным трудом. Для развития навыков работы с пластилином на начальном этапе используйте тесто.

Выполнение данных методических рекомендаций позволит приобрести опыт взаимодействия с ребёнком, направленный на его развитие. Предложенные игры и упражнения помогут ребёнку с синдромом Дауна освоить новые умения и навыки, а ежедневное повторение позволит окончательно сформировать и закрепить их.

Материал подготовила педагог-психолог, Зорина О.Ю.