

## Вебинар

**Взаимодействие бывает разным, но в каждой семье со временем вырабатываются свои правила. Почему-то это не всегда распространяется на детей. Ограждая их от домашнего труда, выполнения обязанностей, заботы о младших, взрослые препятствуют полноценному развитию личности.**

## Лечение батутом

Магнитогорский нейропсихолог Жанна Матвеева провела вебинар, посвящённый основным этапам формирования мозга ребёнка. Онлайн-встреча прошла в рамках клуба разумного родительства, который Жанна Анатольевна открыла незадолго до объявления пандемии коронавируса.



Жанна Матвеева

– Главная цель создания клуба и вебинаров – сделать родителей более грамотными, компетентными в деле воспитания и развития детей, – рассказала нейропсихолог. – Необходимо знать, как происходит развитие мозга, формируются умения, навыки, черты характера, с помощью чего можно на это повлиять. Бывают ситуации, когда во время диагностики вижу, что для решения поставленной задачи необходимо начинать со структур мозга, которые оказались недостаточно развиты. Звучит сложно, но на самом деле, например, если у малыша отсутствует речь, могу предложить покатасть его на качелях, каруселях, дать ему попрыгать на батутах, обниматься и много бегать.

Нейропсихолог рекомендовала всем родителям не забывать укачивать малышей, петь, разговаривать с ними, играть в ладушки, гладить, обнимать, уделять больше внимания. Это обычные, но очень правильные действия, которые способствуют гармоничному развитию. Присматривайтесь к реакциям ребёнка. Возьмите погремушку. Привлекает ли она внимание малыша? Он следит за ней или не замечает, отвлекается на другие звуки, не может концентрироваться на игрушке? Выделяет ли он ваше лицо из общего фона? Реагирует на речь, прикосновения?

– Насколько малыш чувствует, что он мокрый? – поинтересовалась Жанна Матвеева. – Бывает ли ему некомфортно лежать в какой-то позе, например, на животе? Ощущает ли он изменение температуры? Как воспринимает прикосновения? Возможно, ребенок не любит поглаживаний, предпочитая плотные объятия. Это важная информация для формирования пути его развития.

Жанна Анатольевна также посоветовала разные виды пеленания. Дети очень любят выбираться из приспособлений, в которые

# О нейропсихологии просто

Качели и карусели, игры и разговоры развивают и воспитывают ребёнка



Из архива «ММ», Дмитрий Рухмалёв

закутали их взрослые. Вроде бы мелочь, но это для малышек и радость, и дополнительное развитие. Им необходимо наполнять день различными ощущениями, чувствами. Играйте с ними. При этом хорошо использовать различные сенсорные материалы. Например, предметы, внутри которых песок, манка, фасоль, гречка. Стоит подключить воображение и день окажется весёлым, увлекательным приключением.

## Поведенческий треугольник

К нейропсихологу часто приходят родители, которые жалуются, что дети не слушаются. И, они, по мнению родителей, не осознают, какие действия надо совершить в конкретном месте и в определённое время, а что недопустимо. То есть, мамы и папы хотели бы, чтобы малыши уже обладали критическим и аналитическим мышлением.

– Возможно, ожидания родителей не соответствуют главным задачам возрастных особенностей малыша, – пояснила Жанна Матвеева. – Иногда у взрослых бывают завышенные запросы. В то же время встречаю полное отсутствие требований к более старшим детям, что не способствует гармоничному развитию личности. В семье должна быть система правил, поощрений и адекватного реагирования на нежелательное поведение ребёнка, которая способствует выработке причинно-следственных связей поступков и их последствий. Ребёнок что-то сделал, получил реакцию взрослых и сделал вывод. Так он выстраивает свою линию поведения. Существует понятие поведенческого треугольника. Один угол – хочу что-то сделать, верхушка – веду себя так,

как хочу или как мне кажется нужным, чтобы получить желаемое. Третий угол – мне нравится результат. По этому треугольнику живут даже взрослые. Например, у меня на приёме была десятиклассница, которая требовала у мамы новый смартфон. Та резонно отмечала, что у неё уже есть гаджет. Вскоре телефон оказался разбитым. Возможно, намеренно. И появились команды: «Принеси мне новый до того, как я зайду к Жанне!» Мама побежала покупать, но пришла позже. Смартфон полетел в стену. Как вы оцениваете поведение практически взрослой девушки и её мамы? Не узнаете себя? Для того, чтобы таких сцен не было, взрослые всегда должны понимать, как взаимодействуют с ребёнком, выстраивают границы – собственные и его. Без этого юный человек не понимает, кто он, что можно и чего нельзя. Важный элемент развития – критическое мышление, попытка понять, почему я веду себя так и как надо. Это непросто и для детей, и для взрослых. И здесь мало просто поиграть.

Среди правил может быть запрет на крики и грубость в семье, ведь можно общаться иначе. Если играете с ребёнком в машинки, то он должен знать, что они всегда «спят» в гараже. В конце игры надо непременно туда «ехать». А кубики хранятся в зелёной коробочке. Её надо найти, собрать игрушки – в обязательном порядке. При этом можно и нужно предлагать ребёнку выбор, но в рамках поставленной вами задачи и на ваших условиях. Например, говорим, что машины будут ездить по этой дороге. Кто поедет первым?

– Идёт формирование личности, – отметила Жанна Анатольевна. – Ребёнок задаёт себе и миру вопросы, определяет, какой он, что может

чувствовать, есть ли право выбора, быть добрым или злым? И задача взрослых – поставить границы, чтобы он вёл себя правильно. И научить оценивать своё поведение, которое может иногда причинять боль другим людям. Вы творите своих детей, создаёте их реальность, определённый мир.

## «Где сидит плаксутка?»

– Обязательно нужно включать ребёнка в обычную жизнь семьи, – считает нейропсихолог. – Когда он чему-то учится, появляется новый навык, малыш становится более уверенным в себе. Вдобавок чувствует себя полезным. Предлагайте подмести, помыть, собрать бумажки, протереть стол, полепить пельмени. Не переусердствуйте, но имейте в виду, что просто убрать за собой в комнате – это мало. Есть общее пространство, где тоже надо приложить усилия для наведения порядка. Сейчас очень много детей школьного возраста, которые ничего не умеют. Между тем, обязанности, ответственность за порученное дело – это тоже важная часть развития.

Не меньшее значение имеет эмоциональная составляющая. Нужно учить детей описывать свои чувства, понимать, а следующим этапом будет формирование способности контролировать эмоции, управляют ими.

– Когда ударится, не причитаем, не спрашиваем испуганно, всё ли прошло, – рекомендовала Жанна Матвеева. – Фразы должны быть другими: «Ты ударился, это больно, я тебя понимаю, давай поглажу. Сейчас всё прошло, уже хорошо? Если ребёнку не хватает вашего эмоционального включения, он будет манипулировать взрослыми, долго повторять, что ещё

больно. Это сигнал. Причём сразу отмечу, что большинство мам – замечательные, всё делают отлично. Просто иногда мы не видим себя со стороны и не хватает времени для более плотного общения с ребёнком. Хорошо бы выделять хотя бы 20 минут в день, когда не будет борща, ипотеки, других проблем, только вы и малыш. Говорим о мультфильмах, еде, почему Колька пришёл в садик в красной рубашке. Слушаем, включаемся полностью, чтобы понимать не только речь, но и сигналы тела.

Это называется режимом пристального внимания, активного взаимодействия. А есть ещё методика шерринга, когда ежедневно вечером можно прийти к ребёнку и поговорить о прошедшем дне. Обсудить, что было тяжелого, обидного, радостного.

– Дети не умеют объяснять свои чувства, – констатировала Жанна Анатольевна. – Они не могут выработать программу действий на различные случаи. Их надо учить и, конечно, многое придёт с годами и жизненным опытом. Садимся с малышом, гладим его ножки, ручки, говорим, какой он хороший и предлагаем вспомнить, что сегодня делал, чувствовал и почему. Таким образом вырабатывается программа воспоминаний, придаётся смысл и эмоциональная окраска. Ребёнок начинает давать оценку тому, что испытал, называет свои эмоции. Кстати, в последующем будет проще регулировать скачки настроения простым вопросом: «Что ты чувствуешь сейчас? Ты разозлился? А где злюшка сидит – в животике или в ротике? Давай её достанем и выбросим. Так можно делать и в том случае, когда ребёнок капризничает и плачет без каких-либо причин. Злюшку в этом случае можно заменить на плаксутку или придумать своё название. Творите. Это помогает.

Мозг не особо любит трудиться, его развивают трудные задачи. Так что чем больше ребёнок учится, познаёт новое, ползает, бегаёт, играет, общается, выполняет не очень приятные, но обязательные задания, тем лучше.

– Учёные считают, что самое лучшее время для развития детей – лето, – сообщила в заключение нейропсихолог. – В этот период можно добиться большого продвижения вперёд. В том числе, кстати, и у детей с особенностями развития. Люди всех возрастов становятся более активными, подвижными, получают витамин D, впитывают яркие краски, эмоции, много гуляют, становятся ближе к природе. Всё это очень положительно сказывается на развитии. Надеюсь, режим ограничений скоро кончится, и мы сможем использовать летние месяцы на все сто процентов.

Татьяна Бородина

## Юбилей

## В будущее с надеждой



Из архива Центра «Надежда»

**Центру помощи детям «Надежда» 24 апреля исполнилось 25 лет. За это время путёвку во взрослую жизнь получили 182 воспитанника.**

Многие сотрудники учреждения работают здесь по 20 лет и более. У истоков становления центра была Татьяна Митрофанова, которая в 1995 году пришла в «Надежду» социальным педагогом. Потом работала заместителем директора

по учебно-воспитательной работе и вот уже десять лет возглавляет учреждение. Под руководством Татьяны Борисовны трудится дружный и сплочённый коллектив высококвалифицированных специалистов.

– Надёжный корабль «Надежда» доставляет наших воспитанников на берег жизни и даёт возможность реализовать свои мечты, – отметила заместитель директора по социальным вопросам Инна Слабунова. – Отрадно, что они не

только учатся и работают, но и создают семьи, в которых растут детки. А мы можем с гордостью носить звания бабушек и дедушек. Хотим пожелать, чтобы они не забывали наш дом, перенесли любовь, и заботу, полученных здесь, на своих близких. Получаем очень много звонков и поздравлений в социальных сетях от выпускников, которые желают творческих успехов, крепкого здоровья и вырастить достойное поколение. Будем стараться!