



Поставили диагноз ЗПР, что делать?

Не следует винить себя и близких в испорченной наследственности. Лучшее, что можно сделать – обратиться за помощью к специалистам. Специальные психологи, неврологи, дефектологи, логопеды помогут подобрать необходимые коррекционные программы, которые нужно

выполнять продолжительно и непрерывно. В случае несоблюдения предписаний, отказа от дальнейшего обследования по системе, назначенной врачами, приводит к усилению симптомов, вплоть до развития умственной отсталости.

Чувство стыда за «неполноценное» дитя, особенно если есть другие, нормально развивающиеся дети, формирует у ребенка чувство неполноценности, социальной дезадаптации и негативного отношения к себе.

Если негативные чувства и эмоции преобладают над желанием помочь ребенку, посоветуйтесь с врачом. Диагноз ЗПР – не приговор, он легко поддается коррекции при систематическом выполнении реабилитационных мероприятий и по достижении младшего школьного возраста ребенок догоняет сверстников в развитии. Но лучше всего отдать ребенка в школу в возрасте 8, а не 7 лет. То, что ребенок будет старше остальных одноклассников на 1 год – не страшно, зато он будет готов к обучению в школе эмоционально и умственно.

Очень важно не надеяться, что «само пройдет», «заговорит», «в садике подтянется», а действовать самим и сообща с врачом, педагогом-психологом, учителем-логопедом, учителем-дефектологом исправлять признаки ЗПР. Это трудоёмкий процесс, требующий участия всех близких и более взрослых детей (если есть старшие братья и сестры). Все усилия, приложенные к коррекции ЗПР, окупятся с лихвой. Если мероприятий по коррекции недостаточно, то дополнительно врачами назначается медикаментозное лечение.

Как вести себя родителям, чтобы помочь ребенку с ЗПР?

Роль семьи несет самую важную функцию в успешности лечения. Несколько полезных правил для всей семьи в воспитании:

1. Поборите желание делать все за ребенка: собирать его в детский сад/школу, одевать, застегивать пуговицы и прочие вещи, которые он может сделать сам. Учите самостоятельности, начиная от простых навыков самообслуживания, заканчивая заданиями по дому. Не делайте за него все, помогайте развивать самостоятельность, задавая вопросы: «Что нужно взять с собой завтра в садик/школу», «Куда нужно складывать одежду?» Тем самым внимание активизируется, и постепенно будет формироваться желание делать все самому. Главное в процессе воспитания – это именно ваше терпение.

2. Не стоит требовать слишком много. Учитывайте особенности диагноза. Не перегружайте заданиями, работой, с которой справляются не отстающие в развитии дети в его возрасте. Завышенными требованиями можно лишь снизить работоспособность и отбить всякое желание делать что-либо в дальнейшем. Время выполнения заданий определит психолог. Обычно это зависит от возраста и степени тяжести диагноза. В среднем задания для умственной нагрузки длятся 10-12 минут. Затем следует сделать перерыв на 20 минут. Поиграйте в подвижную игру, перекусите, сделайте гимнастику. Продолжите коррекционно-развивающую работу еще 8 минут. В день этого достаточно. В течение дня включите в режим ребенка игры-терапии: манипуляции с песком, пальчиковые игры. Это обязательно. Если ребенок не выдерживает даже 5 минут занятия, добавьте перерывы с физкультурными минутками, но выполните все 10 минут каждого занятия.

3. Подбадривайте, хвалите за хорошее поведение, празднуйте маленькие победы (научились вырезать из бумаги – сходите в кино или займитесь другим любимым развлечением). Ребенок должен верить в свои силы, испытывать интерес от собственных достижений. Желание делать что-либо самостоятельно, развивая активность, будут формироваться сначала только на легком и увлекательном материале.

4. Общайтесь, помогайте изучать окружающий мир. На прогулке, по дороге из сада/школы, везде вне дома и учебной обстановки, просите называть форму, размер, цвет объекта – машины, дома, крыши. Обращайте внимание на погоду, попросите описать ее.

5. Запаситесь терпением. Кстати, ребенку оно тоже понадобится. Если уж вы сами срываетесь, не в силах ждать, пока он застегнет куртку, вымоет кружку, соберет игрушки, приготовит себе бутерброд, чего ждать от него?

Сейчас созданы специальные группы в детских садах (государственных и частных), в школах работают классы коррекции. Групповые занятия по 10-12 человек эффективны. Там дети учатся по специальным программам и получают помощь от дефектолога, психолога, логопеда. Такая работа дает возможность полностью купировать диагноз.

Функция специалистов, их работа будет не так важна (а лучше вообще сказать, малоэффективна), если родители оставляют всю работу по коррекции педагогам.