

ВИЕ И ВАШЕТО ДЕТЕ С УВРЕЖДАНЕ МАРГАРЕТ БАРЕТ

СЪДЪРЖАНИЕ

- ❖ ОБЩИ СТРАТЕГИИ ЗА СПРАВЯНЕ
- ❖ НАСЪРЧАВАНЕ НА СОЦИАЛНОТО РАЗВИТИЕ
- ❖ НАСЪРЧАВАНЕ НА ИНТЕЛЕКТУАЛНОТО РАЗВИТИЕ
- ❖ НАСЪРЧАВАНЕ НА ФИЗИЧЕСКОТО РАЗВИТИЕ
- ❖ НАСЪРЧАВАЙТЕ САМОСТОЯТЕЛНОТО ДВИЖЕНИЕ
- ❖ НАСЪРЧАВАНЕ НА САМОПОМОЩ
- ❖ НАСЪРЧАВАНЕ НА ДОБРО ПОВЕДЕНИЕ

ОБЩИ СТРАТЕГИИ ЗА СПРАВЯНЕ

Когато научите, че сте родител на бебе с увреждане, Вашата непосредствена реакция ще бъде, най-вероятно, че Вие няма да можете да се справите с цялата идея или с ежедневните практически проблеми. Това е напълно разбираемо, но в повечето случаи притеснението е доста неоснователно. Ще разберете, че всъщност можете да се справите с много неща с лекота, почти без да го осъзнавате.

Отпуснете се

Колкото и малко и със сериозно увреждане да е Вашето дете, можете да бъдете сигурни, че то много бързо ще събира напрежението, настроенията и тревогите на хората около него. Ако Ви липсва увереност, когато се занимавате с Вашето бебе, то ще се чувства несигурно – а несигурното бебе плаче!

Не обвинявайте себе си

За много родители на дете с увреждания има сериозна тенденция да се обвиняват почти за всичко, започвайки на първо място с причината за неговите проблеми. Много родители се тормозят за това. За да помогнете по най-ефективен начин на Вашето дете, Вие трябва да бъдете загрижени единствено за настоящето и бъдещето. Вие трябва да приемете и да се примирите с факта, че имайки увреждане Вашето дете не се имунизира автоматично срещу всички други проблеми, свързани с детството, и че когато тези проблеми се появят, те не са по Ваша вина. Поемането на вина за всичко ще доведе до невъзможност да се радвате на който и да било аспект на Вашето дете и неговото развитие, което би било много жалко.

Не мислете за негативното

От момента, в който на Вашето дете е поставена диагноза за увреждане, ще разберете, че света е пълен с хора, които се стремят да Ви напомнят какво то не може да прави и какво то най-вероятно няма да бъде в състояние да прави в бъдеще. Опитайте се да се фокусирате върху нещата, които то *може* да прави, колкото и дребни и незначителни да изглеждат те, и използвайте тези способности като начална точка за насърчаване на по-нататъшното развитие. Когато хората посочват нещо, което Вашето дете *не* може да прави, веднага отвърнете с нещо, което то *е* постигнало. Бъдете сигурни в едно, че ако Вие, неговите родители, не вярвате в него, никой друг няма да вярва.

Не бъдете прекалено покровителствени или със силно чувство на собственост

Когато знаете, че Вашето дете има увреждане, Вашият инстинкт на родител е да го защитавате от всичко и всички, които могат да му причинят допълнителна болка, смущение или нещастие. Все пак, много е лесно да се стигне до крайности и по този начин да се засилят проблемите за Вас и Вашето дете. Предпазвайки Вашето дете с увреждане до степен, че никога не бива да му се случва нищо неприятно, Вие му давате много лъжливо впечатление за света, в който то в края на краищата ще трябва да си намери място, и когато рано или късно то трябва да срещне разочарование, болка или отхвърляне, на него ще му е много по-трудно да го понесе или да разбере.

Отделяйте време за себе си

На първо място, за да запазите нещата в перспектива и да предпазите себе си от това напълно да затънете в цялата ситуация, от жизненоважно значение е да запазите чувство за хумор, и единственият начин да направите това е да имате интереси и дейности в живота Ви, които не се въртят около Вашето дете и неговите проблеми. Второ, Вие ще имате нужда от продължителна подкрепа от семейството и приятелите, която може да бъде трудно поддържана, ако Вашата единствена тема на разговор и интереси е Вашето дете. Вземайте си редовни почивки без детето, колкото и кратки да са те.

Разберете възможно най-много за проблема на Вашето дете

За да бъдете в състояние ефективно да помагате на детето си и в същото време да се примирите с това, което му се е случило, важно е Вие да имате възможно най-много информация за неговото състояние и естеството на проблема му.

Не се срамувайте и не се чувствайте неудобно от Вашето дете

В това да имате дете с увреждане няма нищо срамно. Може да се случи на всеки човек, от всякакъв произход и социално положение, по всяко време. Детето Ви може да има увреждания, но това по никакъв начин не трябва да отнема от значимостта и стойността му като личност в собствените си права, а и да се срамувате от него, по някакъв начин предполага, че го смятате за по-нисш по способности или отклоняващ се от общоприетите стандарти. Бъдете горди с него, просто защото Ви е дете, независимо от неговите трудности, способности или външност. Едно от най-хубавите неща, които можете да направите за него е да му помогнете да развие самоуважение и чувство за себестойност, а това ще стане само, ако расте уверено в това, че освен че го обичате.

Не се страхувайте да поискате помощ

Съществува голямо разнообразие на предлагана помощ от законни организации и/или доброволчески такива и е важно да запомните, че искайки помощ, няма да бъдете сметнати за неспособни родители. За Вас е от съществена важност да усетите кога се нуждаете от помощ, а не да се борите сами докато стигнете предела на силите си. Спомнете си старата поговорка „Желязото се кове докато е горещо“. Малко помощ в по-ранен етап би могла да предотврати големи главоболия по-късно.

НАСЪРЧАВАНЕ НА СОЦИАЛНОТО РАЗВИТИЕ

Една от най-тревожните мисли за родителите на дете с увреждане е как то ще бъде прието от другите и интегрирано в обществото. По принцип, те виждат като най-голяма пречка за това самото му състояние, както от гледна точка на това, че то ще намали възможността му да се приобщи, така и че ще преиначи отношението на останалите хора още преди да са му дали шанс. Докато това безспорно са съществени моменти и не трябва да бъдат пренебрегвани с лека ръка, има други фактори, които вярвам играят дори по-голяма роля при израстването на дете с увреждане, при превръщането му в ценен, уважаван и равен член на общността.

Не подценявайте Вашето дете

Основна грешка, обща за много родители, е да приемат, че понеже детето им разбира малко или нищо и не е в състояние да общува, то вероятно няма да може или няма да е способно да се научи как да го прави по същия начин като децата без увреждания. Вярата в това ще доведе до неизказване на проблеми касаещи семейството по-късно в живота на детето, когато ще е много трудно да намерите нов подход към него. Бебето с увреждане ще се научи толкова бързо, колкото и всяко друго, че ако някой го вдигне, когато плаче, всичко, което трябва да направи, е да плаче всеки път, когато го пуснат, за да осигури възможно най-малко време, в което да бъде оставяно там. Ако предпочита да го храни Мама, всичко необходимо, за да се увеличи шанса това да стане, е то да стои неподвижно и да стегне здраво челюстта си всеки път, когато някой друг се опита. Ако не обича да бъде лекувано или занимавано, ако крещи така сякаш го боли или плаче все едно ще му се пръсне сърцето, това е достатъчно, за да се прекрати заниманието.

Не насърчавайте Вашето дете да се „залепя“ за Вас

Почти всички малки деца преминават през етап, в който не искат Мама да изчезва от поглед, което може да направи живота много труден за определен период от време. Повечето родители се справят с това като настояват, че то трябва да бъде оставено за кратък период от време със своите баба и дядо, лели и чичовци, приятели или детегледачи, знаейки, че накрая то ще се научи, че неговите родители винаги ще се връщат при него и така ще приеме тяхното отсъствие.

При дете с увреждане, обаче, има много реална опасност този етап на „залепване“ да стане постоянен, насърчаван по различни начини без хората да осъзнават това.

Когато Вашето дете е малко, може би няма да Ви притеснява прекалено това, че не можете да го оставите с други хора, но наистина не е в интерес на никой – нито Вашия собствен, нито неговия или този на другите членове на семейството – да му позволите да стане изцяло зависимо от Вас, ако не за друго, то поне в моментите на предпазване от болести, стрес или дейности в другите стаи, което може да Ви принуди да прекарате известно време далеч от него. Също така, за да има възможността да расте и да се развива като личност, то трябва да се научи, че не може да разчита за всичко на Вас.

Насърчавайте взаимодействие с Вашето дете

Тази основа на социално израстване и развитие за всички нас е способността за взаимодействие с другите на различни функционални нива. По тази причина е важно от много ранен етап да опитвате и да създавате ситуации, в които Вашето дете може да Ви отговаря и Ви е на него също. Първоначалните отговори могат да бъдат много прости по природа – задържане на погледа един в друг, смях при гъделичкане, усмивка при смешен звук, гукане, когато му се говори или пее – и могат да станат по-смислени и усъвършенствани, ако те от своя страна генерират отклик от Ваша страна. Тези прости двустранни комуникации между възрастен и дете бързо се разрастват в малки игри и постепенно детето се научава да предвижда Вашия вероятен отговор. Това го окуражава да повтори действията, звуците и т.н., които вероятно пораждаат реакция от Ваша страна, което му харесва най-много, и така започва социалното взаимодействие.

Родителите на бебе с увреждане, или на дете, което е получило увреждане в резултат на травма, често се затрудняват да играят с него. Понякога това е така, защото детето не реагира, както те очакват, което от своя страна намалява тяхната реакция спрямо него. Понякога става въпрос за това, че те се чувстват странно и объркано и не знаят от къде да започнат. В някои случаи родителите са толкова погълнати от проблемите на тяхното дете, че техните основни емоции са тъга, вина, съжаление, което прави много трудно създаването на чувство на забавление или радост с детето.

Запознавайте детето си с различни социални ситуации

Много е важно от много малко да водите детето си на различни места, среди и ситуации, за да може то да се научи как да се приспособява и да не се притеснява от промените. Твърде много деца с увреждания могат да извършват дейности и да се държат добре само при много специални условия, в определени обкръжения с определени хора. Това често започва по много незначителен начин, когато изглежда че, детето е най-щастливо в познати рутини. Разбира се, рутината играе важна роля в живота на всички малки деца, но има много тънка линия, преди да се премине към твърдост, строга дисциплина или дори мания, и когато това се случи, семейството може да забрави за образа на нормалния живот. Родителите не могат да стоят далеч от къщи, тъй като детето става непоносимо нещастно и не може да се успокои, камо ли да заспи. В техните дни няма да има място за спонтанни промени в плановете, тъй като отклоняването от обичайния дневен ред ще породи тръшкане, за да сложи край на всички раздразнения. Вечерните излизания на родителите стават малко и редки, тъй като тяхното дете е подготвено да бъде само с един човек, и те не обичат да се налагат твърде често. Само малко реорганизиране на мебелите или промяна на положението на няколко предмета в стаята могат да причинят несметен стрес.

Помагайте на детето си да осъзнава себе си

За да може едно дете да установява връзка с другите и да си взаимодейства с тях, то преди всичко трябва да познава себе си като човек, а това е понятие, което често не е лесно за едно дете с увреждания. За да повишите самосъзнанието на Вашето дете, трябва често да насочвате вниманието му към частите на неговото тяло, които са разположени извън обсега на неговото възприятие чрез допир, движение и, когато е възможно, ги пренасяйте в неговото ползрение. Също така трябва да споменавате и неговите различни емоционални състояния, използвайки думи като „щастлив”,

„тъжен“, „развълнуван“, „отегчен“, „уплашен“ и т.н., така че то да може да започне да идентифицира своите собствени състояния и тези на другите около него. В същото време, обаче, Вие трябва да говорите за неговата връзка с други членове на семейството, така че неговото самоосъзнаване да не се развива в изолация и изключване от всички останали.

Учете детето си да уважава другите

Освен да развива самосъзнанието си, важно е детето Ви да бъде насърчавано да взима предвид другите и да ги уважава. Всички малки деца са много по загрижени за себе си, за своите желаниа и нужди, за своите чувства и емоции, и т.н., отколкото за това какво се случва с другите около тях. При повечето семейства възходите и паденията в ежедневието са тези, които в крайна сметка учат детето, че то не е единственото, на което се обръща внимание, че нещата, които го карат да се смее всъщност разстройват брат му, че няма смисъл да се крещи и вика, когато майка му го оставя, тъй като това няма да промени нейното намерение, че ако то кара малката си сестра да плаче, Вашето внимание и съчувствие ще се обърнат към нея, а не към него.

Не губете представа за това кое е „нормално“

Твърде лесно (и разбираемо) е за родителите на дете с увреждане да виждат всеки малък проблем като резултат от неговото състояние, докато, всъщност, голяма част от тях не се дължат на друго, освен на факта, че то е дете. Много от социалните проблеми, показани от едно дете с увреждания не се различават от тези, показани от дете без увреждания, освен факта, че те могат да се видят на различна възраст или етап на развитие.

НАСЪРЧАВАНЕ НА ИНТЕЛЕКТУАЛНОТО РАЗВИТИЕ

Изглежда има общоприето вярване, че интелектът се измерва чрез речта – че с цел да докажете, че разбирате какво се казва, трябва да сте в състояние да отговоряте на въпроси и да изразявате себе си словесно. Това е, всъщност, нещо повече от мит. Много деца, дори възрастни, чиито физически увреждания ги правят неспособни да произнасят смислено или да управляват молив, въпреки това са в състояние на високи академични постижения.

Втори мит, засягащ развитието на интелекта, е че или го притежаваме или не – че родовото ни наследство изцяло определя дали сме умни или глупави и малко може да бъде направено, за да се промени това положение. Докато, несъмнено, природата играе голяма роля върху възможността ни за постижения, ние сме еднакво засегнати от заобикалящата ни среда, поведението на други към нас, от дадените ни възможности и от очакванията си.

Никое бебе не се ражда с вродена способност да разбира, това се развива с течение на времето като резултат от взаимодействие с възрастните около него, продължителното повтаряне на звуци и събития, както и постепенното реализиране на причина и следствие.

При раждането си детето е едно празно платно за рисуване и бавното създаване на картина ще зависи много от богатството и разнообразието на използваните „материали“ – с други думи, приносът на грижите за него.

Стимулирайте сетивата

От самото си раждане бебетата започват да се учат, получавайки информация за света около тях чрез всичките си сетива – зрение, слух, допир, вкус и мирис.

В началото това е много инертен процес, като стимулите достигат до бебето почти случайно, но постепенно, докато нещата придобиват смисъл, то активно ще търси ново стимулиране, за да засили процеса на учене – гледайки с интерес към нещо блестящо и движещо се, оставайки очаровано от звука на музикална играчка, опитвайки се да докосне плюшена играчка или поднасяйки всичко, което вдигне, към устата си. Това е нещо естествено, което повечето бебета ще направят, но ако детето има някаква степен на увреждане – независимо дали по рождение или придобито в следствие след боледуване или тежка контузия – е възможно да Ви се наложи да му осигурите преживявания, за да започне учебният процес в съвсем начално ниво.

Зрение

Уверете се, че когато детето Ви е будно, има нещо наблизо, което то да гледа – няма да се научи да съсредоточава поглед, ако всичко, което му е интересно, е извън полезрението му.

Нещата, които е най-вероятно да грабнат вниманието му, са ярки цветове и блестящи повърхности, отразяващи светлина, като например просто украшение, направено от коледни играчки, повесено на 2-3 стъпки разстояние от лицето му, или сноп от блещукащи цветни лампи – разполагането им в дълга колона ще направи зоната прекалено обширна, за да съсредоточи поглед върху тях, и то просто ще ги пренебрегне.

Променяйте редовно стимулите, в противен случай те бързо ще се превърнат в част от фона и няма да бъдат интерес. Веднага след като детето Ви направи контакт очи в очи с Вас, много бавно местете лицето си от една страна на друга през линията му на видимост, поддържайки зрителен контакт и говорейки му през цялото време – това ще го насърчи да започне да следва с поглед. Ако Ви „изгуби“, продължавайте да говорите, докато не Ви потърси и не възобнови зрителен контакт. Също така, ако откриете, че то обича да гледа към нещо определено, местете този предмет във всички посоки, като постепенно увеличавате разстоянието и скоростта на движение, докато се научи да контролира очите си. Когато спре да се взира в предмета, върнете го в полезрението му и го насърчете да го потърси с поглед.

Слух

Преди едно дете да развие чувство за различаване и разбиране на звуци, то трябва първо да се научи да *слуша*.

За много деца с увреждания, проблемът не е свързан с чуването на звуци, а с обръщането на внимание на тях. С други думи, ако има изобилие на шумове около тях, те могат да чуят всички, но не обръщат внимание на някой определен от тях – това е просто хаотичен шум. Резултатът е те просто да не отговарят, когато им се говори или им се представя звук.

Прекарайте време с детето си, насърчавайки го да слуша. Легнете до него и нежно го повикайте, като повтаряте името му, докато не се обърне към Вас. Привлечете вниманието му с музикална играчка, карайки го да я види и чуе и след това я скрийте от погледа му. След като отвлечете вниманието му, накарайте играчката да издаде

звук извън погледа му и го попитайте „къде е?“ Говорете му с различен тон и сила на гласа – като ту шепнете, ту повишавате глас или пеете песен. Направете колекция от играчки и предмети с голямо разнообразие от звуци и ги използвайте, за да привлечете вниманието му.

Допир

Много деца с увреждания имат увреждане на усещането, което ограничава тяхната способност да се учат от допира и могат да доведат до нараняване. Едно дете със слабо усещане на болка, например, може да се търкулне към горещ радиатор и да не разбере, че се е изгорило, така че то няма да се помъчи да се търкулне обратно на далеч от него. Също така, ако едно дете не може правилно да усеща ръцете и краката си, то няма да има мотивация да се опитва да ги движи, което ще увреди у него развитието на движението.

Грижете се за детето си редовно още от ранна детска възраст, като разтривате и масажирате неговите крайници и тяло, гъделичкайки го, галейки го с различни тъкани – парче кожа, мека четка, кухненска гъба. Не пропускайте области, като лицето и врата, гърба, долната част на ходилата и между пръстите.

Вкус и мирис

Когато вече бебетата могат по-добре да усещат и да са мобилни, всичко на което попаднат те поднасят към лицето си, за да го проучат с уста и нос – фаза, която изглежда отчайваща за всички родители! Това, обаче, е нормален и много важен етап на развитие, а не просто неприятен навик, и помага на детето да събере повече информация за света около него. Докато се търкаля и пълзи по пода и се занимава с различни предмети, то постоянно влиза в контакт с различни вкусове и миризми, но дете, което не се движи и не може ефективно да взема предмети, не може да се сдобие с този опит.

Комбиниране на сетивата

Докато е важно да се погрижите всяко от сетивата да бъде стимулирано индивидуално, децата се учат малко в изолация. За това е нужно да показвате на Вашето дете как да комбинира това, което преживява с очите, ушите, ръцете и устата си, за да формира едно по-пълно впечатление. Например, вземете играчка или предмет с ярки цветове и издайте някакъв звук и го дръжте пред лицето му, като го карате да го гледа. Когато се уверите, че то го видяло, го разклатете, така че да произведе звук, като отново с думи го насърчавате да слуша.

Осигурявайте контрасти

Ако Вашето дете има значителни проблеми в областта на зрението, слуха или усещането поради нараняване на мозъка, а не увреждане или дефект на самия орган, Вие можете да го карате да гледа и слуша като увеличавате контраста на стимулите, които давате.

Например, може да бъде много трудно за него да се фокусира върху цветна, блещукаща светлина в нормално осветена стая с много други неща наоколо, които да го разсейват – то вероятно дори няма да знае, че я има, тя просто ще се слива с обстановката. Ако, обаче, преди да го накарате да погледне, Вие напълно затъмните стаята – или, дори по-добре, ако го заведете до тъмен шкаф под стълбите – контрастът

при пускане на светлината ще го улесни да фокусира вниманието си. По подобен начин, когато се опитвате да накарате детето си да реагира на звука на музикална играчка или дрънкалка, първо запазете пълна тишина за няколко секунди, така че ще бъде по-лесно да се чуе звука.

Променяйте посоката на стимулите

В глава втора беше разгледано значението на промяната на позицията на Вашето дете, за да се избегне изкривяване и ограничени движения. По същият начин това е важно за развитието на зрението и слуха. Например, ако детското креватче е до стената, то винаги ще обръща главата си на другата страна, ако иска да види нещо, различно от празна стена и би могло да формира навик да гледа само в една посока. Идеалното местоположение за детското креватче би било в средата на стаята, за да може да вижда неща от всички страни, но ако ограниченията в пространството изискват то да бъде до стената, поне променяйте посоката, в която бебето лежи – веднъж с глава на едната страна, друг път на другата.

Говорете на детето си

Ако се намирахте в ситуация да можете да направите само едно нещо за Вашето бебе с увреждане, това щеше да бъде единственото най-важно нещо по отношение на неговото интелектуално развитие. Интелектът в хората се върти около езика, независимо дали е в устна или в писмена форма, и без разбирането на езика, почти невъзможно е да се покажат интелектуалните способности.

Децата, обаче не се раждат с какъвто и да е вроден език – това е нещо, което трябва да бъде преподавано и култивирано от всички около него докато растат и се учат.

Показвайте книги на детето си

Книгите могат да играят важна роля в живота на всяко дете, но особено на дете с увреждане. Те не само са отличен начин за разширяване речника на Вашето дете и развиване на въображението чрез описване на ситуации, които обикновено са недостъпни за него, те също така могат да осигурят качествено „време заедно“ за дете с увреждане и родител, който не се чувства комфортно да говори абстрактно или да играе с дете с ограничени реакции. Не мислете, че бебето Ви е твърде малко, за да бъде запознато с книгите. Ако то е способно да фокусира погледа си върху предмет, то е способно да гледа картинка от книга. Заемете удобна за Вас позиция с детето в скута си или добре подпряно от едната Ви страна и дръжте книгата с лице и към двамата Ви. Започнете с обикновени книжки с картинки с един предмет на страница и просто му казвайте името на всеки предмет, като в същото време го докосвате или посочвате. Веднага щом сметнете, че то го е видяло, преминете на следващата страница – Вие не се опитвате да го накарате да ги научи, Вие просто се опитвате да му задържите вниманието и да го накарате да чуе думата при виждането на предмета.

НАСЪРЧАВАНЕ НА ФИЗИЧЕСКОТО РАЗВИТИЕ

Когато на дете е поставена диагноза за увреждане на мозъка, често минава доста време, преди да се твърди дали то ще бъде повлияно физически или не, и, ако е така,

до каква степен. Само с течение на времето става видна невъзможността за развитие на мобилността или заболяване на крайниците и за съжаление до тогава би могло да се изгуби доста ценно време. Правилната грижа и позициониране още от началото биха могли да намалят или дори избегнат проблеми, появяващи се на по-късен етап от живота и биха предоставили възможности за развитие на движението.

Когато на дете е поставена диагноза за увреждане на мозъка, често минава доста време, преди да се твърди дали то ще бъде повлияно физически или не, и, ако е така, до каква степен. Само с течение на времето става видна невъзможността за развитие на мобилността или заболяване на крайниците и за съжаление до тогава би могло да се изгуби доста ценно време.

Това е еднакво вярно за случаите на травматично увреждане, при които пациентът може да остане в полуплетаргично състояние в продължение на дни, седмици или дори месеци преди да бъде преценена пълната степен на постоянното увреждане. И в двата случая, правилната грижа и позициониране още от началото биха могли да намалят или дори избегнат проблеми, появяващи се на по-късен етап от живота и биха предоставили възможности за развитие на движението. Все пак, докато стане очевидно, че ще бъде необходима интервенция от специалисти, като физиотерапевти и т.н., родителите и семейството са в недоумение относно нещата, които да направят, и които биха помогнали.

Оставяйте детето си в леглото

За много семейства, на които е съобщено, че детето им има увреждане, ги води бързо до попадане в капана на усещането, че по някаква причина е погрешно то да бъде оставяно в леглото, че трябва да бъде носено на ръце възможно най-много или поне да бъде подпирано в ъгъла на стол или диван, заобиколено от възглавнички. Това е грешно за детето поради няколко причини. Чрез постоянното носене на Вашето дете, вие спирате движенията на неговите крайници и му пречите да се протяга. Ако то няма способността да се подпира, неговият гръбначен стълб ще бъде тласкан към неестествени линии, когато го местите наоколо, за да намерите положения, които са по-удобни и за двамата ви. Опитите за ритане с краченца и махане с ръчички, които то може да направи, вероятно ще доведат до промяна на позицията от Ваша страна, което значи, че то е неспособно да се учи от движенията си. Неговите възможности за развитие на контрола на главата ще бъдат ограничени, тъй като носенето на ръце обикновено ще означава, че главата му е подпряна, или че ако тя се отпусне, Вие бързо ще нагласите неговата позиция, за да компенсирате. Носенето на дете също така обикновено води до стягане на тялото му до някаква степен, така че на него му е трудно да поема дълбоко въздух и да контролира слюноотделянето.

Оставяйки детето си в леглото за периоди от време върху равна повърхност, Вие му давате възможност да научи неща за своето тяло, да експериментира с движения на крайниците си и да усеща чувството на свобода да се движи, за разлика от ограничаването. Легналото положение също така позволява правилно привеждане на гръбначния стълб и за него става по-лесно да обръща главата си от едната на другата страна, като в същото време позволява пълно разгръщане на белите дробове, ако то има нужда да поеме дълбоко въздух.

Постоянно променяйте позициите

Подчертавайки важността на поставянето на детето да лежи, ще има, разбира се, много случаи, в които Вие ще го носите както по желание, така и по необходимост. Най-важното, обаче, е, че Вие не го носите на ръце постоянно в една и съща позиция, дори ако избягването на това, води до минимален дискомфорт за някой от Вас или за двама Ви.

Поддържайте нещата в движение

От момента на раждането, бебетата са физически активни, движат крайниците си и обръщат главите си. Първоначално техните движения са сковани и резки, и преобличането на едно новородено може да бъде изнервящо преживяване при опита Ви да промушите ръце през ръкавите и крака през крачолите. Често съществува усещането, че нещо ще се счупи или изкълчи. С постепенното придобиване на контрол върху движенията си, бебето става по-гъвкаво, но ако неговото увреждане води до физическа пасивност, тази степен на гъвкавост може да се забави или, в някои случаи да не се появи въобще.

Ако Вашето дете покаже признаци на скованост, или ако е отпуснато, но прави малки или никакви волеви движения самостоятелно, важно е редовно да правите пълна гама движения с крайниците му. Това не само ще помогне неговите стави да бъдат гъвкави, но също така ще стимулира мускулния тонус, ще попречи на развитието на контрактури и позиционни изкривявания, ще позволи на детето да се изпъва изцяло и то ще може да направи добри модели на движение.

Движенията не трябва да бъдат форсирани, резки или изпълнени бързо, а да бъдат извършени по нежен начин, без напрежение, никога да не се натиска повече от това, което позволяват установените ограничения в тялото и да се говори на детето в същия момент.

Най-доброто място за работа с детето е на килим върху пода, или върху маса, като то е легнало по гръб. Държейки предлакътника му с едната си ръка и дланта му с другата нежно завъртайте китката му в двете посоки, като в същото време се опитвате да държите пръстите му разтворени. Ако ръцете му обикновено са твърди и в свито положение, подпрете го под лакътя и придържайки китката му, нежно завъртайте долната част на ръката, като я изпъвате колкото е възможно при движението надолу.

След това вдигнете ръката му над главата му и след това нежно я придвижете настрани и надолу, като движение на вятърна мелница, преди да преминете към другата ръка и да повторите същата процедура.

Преминавайки към краката му, вземете ходилото и го извийте така, че първо пръстите да сочат към коляното му и след това на обратно да сочат надолу, последвано от кръгово движение в двете посоки като коляното му е свито. След това сгънете коляното му към коремчето му, като придържате другия крак изправен, след това го движете нежно на страни преди да го върнете към изпъната позиция и повторете движенията с другия крак.

Накрая, нежно завъртете главата му от едната страна на другата, като я завъртате около оста ѝ, така че горната част на ръката Ви всеки път да бъде на същото място върху килима или масата.

Освен движейки крайниците по отделно, Вие също така трябва да ги движите заедно, за да може детето Ви да изпита цялостно движение на тялото. Вдигнете едновременно двете му ръце над главата му, след това ги върнете от двете страни, един път изпънати

надолу, а друг път ги придвижете като ги извивате настрани. Свийте коленете му към коремчето, след това изпънете краката му, или ги сгъвайте последователно като при маршируване. Нежно го завъртете първо на едната страна и след това на другата.

Ако има друг човек с Вас, можете да работите заедно, за да включите повече части от тялото. Единия движейки ръцете му, а другия краката му, първо го изпънете с ръце над главата му и с изпънати крака, след това го сгънете като краката му отиват към корема, а ръцете му от двете му страни. Повтаряйте тези движения ритмично. Това му дава възможност да усети разликата между изпъване и сгъване, което е едно от първите координирани движения, които бебето прави.

Подбирайте внимателно мебелите

Ежедневното оборудване, което използвате за Вашето дете – колички, високи столчета, столчета за кола и т.н. – могат да изиграят огромна роля за физическото състояние и развитие на Вашето дете.

Ако Вашето дете трябва да бъде поставено в седнало положение преди да може да седи самостоятелно, важно е гръбначния му стълб да бъде правилно подпрян и да не му се позволява да се привежда. Много от днешните колички държат детето в постоянно седнало положение, дори когато седалката е наклонена назад, което означава, че гръбнака постоянно е извит, дори когато детето спи.

Вече беше подчертано значението на поставянето на дете в легнало положение върху равна повърхност, особено в ранните етапи, когато мускулния тонус все още се развива, и има детски колички, които позволяват това, обикновено описано в техните инструкции, като имащи „опция за хоризонтално лягане“.

За съжаление, все по-популярните леки колички тип бъги, могат да насърчат детето да приеме постоянна извита полу-седнала позиция, дори когато се повдига, и за това най-много се избягва за малки деца с увреждания.

Друг фактор, който трябва да се има предвид, когато гледате приспособления за сядане, е какво се случва с краката на детето. Докато краката и ходилата на малко бебе обикновено са подпрени от самата седалка, с порастването на детето, тази подпора естествено се скъсява до нивото на бедрото, оставяйки долните части на краката да висят над края на седалката. Ако детето не е напълно изправено, това напъна много гръбнака, което освен, че не е полезно може да бъде и доста неудобно, и ако то има склонност към спастичност, това може да го подтикне към спазъм.

За това трябва да търсите количка, която има подложка за крака, за предпочитание такава, която може да се регулира, така че височината да може да се променя с нарастването на детето, за да може да се поддържа ъгъл, близък до 90 градуса на коленете и глезените и да позволява повдигане до хоризонтала, когато то лежи. Облегалката също трябва да има възможно най-много различни позиции, така че детето да може да бъде издигнато в седнало положение само до нивото, в което гръбнака му все още е подпрян и то не се привежда или извива на една страна. Друга характеристика, която трябва да търсите е пет точков колан, който ще помогне за предпазване на детето да не се хлъзга надолу, когато е в полу-седнала позиция.

Подложките за крака също са полезни и за високите столчета, и самата седалка трябва да кара детето да седи изправено, а не прегърбено или наклонено на една страна. За деца със слаб контрол на главата и опора на горната част на тялото, храненето може да се извърши най-добре в облеганата позиция в количка, седалка за кола или

стабилизирано столче-шезлонг, като всички от тях поддържат главата и врата в правилна линия с гръбнака. Преглъщането е много трудно, ако главата е виси назад или пада напред, а храненето в легнало хоризонтално положение може да доведе до задавяне, докато една подпряна облегната позиция позволява на гравитацията да помогне в този процес.

По отношение на столчетата за кола, деца със слаб контрол на главата ще имат полза от такова с приспособление за облягане, за да се предпази главата от висене напред през целия път, и ако няма вградена подложка за крака, трябва да има място за краката на детето да се опират на самата седалка на колата.

НАСЪРЧАВАЙТЕ САМОСТОЯТЕЛНОТО ДВИЖЕНИЕ

Давайте възможност на детето си да се движи

Вашето дете няма да може да се научи първо да движи своите крайници и след това тялото си, ако е постоянно носено на ръце или подпирано в седнало положение. Преди да достигне етапа на способност да се движи по пода, то първо трябва да се научи да движи отделно ръцете и краката си, а това е процес, който дори при бебета без увреждания, е постепенен.

Когато малко бебе първо маха с ръце и рита с крака, тези движения не са планирани и контролирани, а са изцяло случайни по природа, и са напълно безцелни. Само с чести повторения и факта, че от време на време ръцете или краката случайно ще попадат в контакт с нещо, то ще се научи как да контролира движенията и ще ги направи целенасочени.

Наред с даването на постоянни възможности на Вашето дете да се научи да движи крайниците си, Вие също така трябва да му осигурите възможност да се научи как да използва тези движения целенасочено, за да може да се придвижва напред.

Първото и най-явно изискване е, че детето трябва да бъде поставено по корем. В тази позиция, въпреки, че махането с ръце и ритането с крака все още ще бъдат случайни и безцелни, неговите крайници понякога ще опират земята или килима и, ставайки по-силно, тези движения ще го карат да се движи слабо напред.

Постоянното повтаряне на тези случайни движения в крайна сметка водят до целенасочено движение. Веднъж след като Вашето дете е постигнало самостоятелна мобилност на каквото и да е ниво – независимо дали е пълзене, търкаляне, влачене, лазене или дори вървене – което някои деца правят, пропускайки всички други етапи – то е въпрос на създаване на оптимален брой възможности за следващите етапи на развитие.

Например, ако то може да ходи като се държи за мебелите, но не иска да се пусне, предпочитайки да се върне към пълзене или влачене, за да премине през отворено пространство, запълнете празните места като препоредите мебелите си така, че да е

необходимо то да направи само две-три самостоятелни стъпки, като постепенно разширявате пространството с нарастване на неговата увереност.

Ако пък то може да ходи, но няма представа как се пълзи, създайте възможности за това като подредите масички за кафе и столове в близост едни до други и на земята поставите в средата нещо, което то иска така, че то да трябва да мине под тях, за да го намери. Това може да проработи също и за дете, което се влачи по дупе, което бихте искали да видите да пълзи.

Правете така, че на Вашето дете да му бъде лесно да се движи

За деца с физическо увреждане, опитът за движение може да бъде изключително труден и те често ще се отказват да правят усилия, тъй като изглежда, че те не постигат нищо. По тази причина от съществено значение е Вие да създавате ситуации навсякъде, където това е възможно, за да може по-лесно Вашето дете да успее.

Това може да бъде направено по най-ефективен начин като гледате как обличате детето си и повърхността, върху която го поставяте, във връзка с движенията, които се надявате то да успее да направи. Например, ако го насърчавате да се движи напред по корем, Вие трябва да го поставите да легне върху гладка повърхност – балатум, корк, линолеум, дървени блокчета, и т.н., и да го облечете с къси панталонки и тениска, така че ръцете и краката му да са голи. Причината за това е много проста – тялото е най-тежката част от детето, и трябва да се плъзга плавно, докато крайниците, които често нямат сила, трябва да могат да хванат повърхността, за да придвижат тялото напред.

Поставянето на детето върху килим, одеяло и т.н. напълно обръща ситуацията – тежестта на тялото натиска надолу към повърхността, така че облеклото му се закача здраво, а неговите ръце и крака не са достатъчно силни, за да го преместят. Подобно на това, поставянето му върху гладка повърхност с облечени панталони и дълги ръкави също ще го направят неподвижен, тук защото дрехите върху крайниците му ще се плъзгат по повърхността, като му пречат да се захване за повърхността, за да се отблъсне или дръпне.

Посочвайте причина на детето си да се движи

Тъй като движението често е изключително трудно за дете с увреждане, неговата мотивация за движение трябва да бъде много висока, за да оправдае усилието. Вероятно за него самото движение няма да е приятно и бързо ще се откаже, ако не вижда причина, цел или награда, така че ще трябва непрекъснато да търсите поощрения, за да го насърчавате да извърши усилието, което трябва да направи. Няколко идеи как това да бъде постигнато за начало са дадени, но Вашето дете вероятно скоро ще се отегчи от тях, и след това от Вас ще зависи да измислите естеството на наградата, която осигурява най-високото ниво на мотивация за него.

Ако Вашето дете има малки или никакви волеви движения на крайниците, и Вие се опитвате да го насърчавате да маха с ръце и рита с крака, Вие можете да му помогнете като зашиете малки звънчета върху лента за глава или ластиси за коса и да ги закачите около китките и глезените, така че и най-малкото движение, което то прави, ще произведе звук, който да се надяваме, ще го стимулира да го повтори.

Друго, което може да се направи е да окачите леки предмети – които или издават звук или отразяват светлина, когато се движат – върху връв, така че когато то движи крайниците си ще ги удря, отново предизвиквайки ефект, който ще го накара да поиска да опита отново. Очевидно, ключът тук е позицията на окачените предмети – няма да стане, ако ръката или кракът му не ги докоснат в резултат и на най-малкото движение.

Помагайте, когато е необходимо

Макар да е важно на детето Ви да бъде дадена възможност и насърчаване да се движи само, е необходимо да разпознавате ситуациите, в които просто малка физическа помощ от ваша страна би направила постигането на целта му възможно.

Ако то се опитва да удари клатещ се предмет, но получи спазъм, поставете се да повдигнете нежно ръката му, поставяйки пръст под лакътя му, така че да е в състояние да направи първоначалния контакт.

Ако, когато е по коремче, прави отчаяни опити да се придвижи напред, но не успява, изчакайте докато свие единия си крак и тогава бързо поставете ръката си зад него, за да има опора да се избута – и докато не забравяте да държите ръката си неподвижна, нормалното му ритане ще го накара да се изстрелва напред.

За много деца, етапът между ходенето около мебелите или държането на ръката на възрастен и правенето на самостоятелни стъпки, сякаш отнема цяла вечност, детето се изправя пред прага на това да ходи в продължение на дълго време. Има няколко начина, по които да го насърчите да премине към следващия етап.

Позволявайки му да се отдалечава от стената самостоятелно, а не помагайки му, означава, че то има възможността да се справи само с равновесието си, така че да се чувства стабилно преди да вдигне крака си. Ако е щастливо да върви просто държейки пръста Ви, но също така сяда или Ви сграбчва веднага щом почувства, че се опитвате да премахнете поддръжката, накарайте го вместо това да се хване за къса пръчка, като Ви държите другия край – възможно е тогава да откриете, че докато върви можете да пуснете пръчката без разбере и ще продължи да върви, докато все още има за какво да се придържа.

Стимулирайте равновесието на Вашето дете

Никое дете не е родено с чувство за равновесие, това е нещо, което се развива докато то се отглежда, премества на различни позиции и евентуално се научава да се движи само, успоредно със съзряването на неговото зрение и слух.

Много пъти през деня бебето е вземано на ръце от родителите си, докато лежи в детското легло или количка, и поставяно обратно в тях. Всеки път, когато това се случи, то внезапно пътува през пространството с определена скорост, свързана с неговите размери и тегло. Всеки път, когато е повдигано и изправяно на рамото на Мама, позицията му се променя доста бързо от хоризонтална във вертикална, и обратно, когато е поставено в детското си легло. Когато се научи да се претъркулва, действието на обръщане от гръб по корем и после в обратна посока се повтаря редовно, давайки му честа, бърза смяна на позициите в пространството.

Родителите на деца с увреждания често развиват склонност да ги „крепят като ровко яйце“ и да не искат да ги отглеждат „строго“ като другите си деца. Макар и да е доста разбираемо, те, всъщност, лишават детето си от много жизненоважен опит по отношение на движението му през пространството, което е съществено за развитието на равновесието и подвижността. В допълнение, ако детето има малко волеви или независими движения, то е неспособно да извършва която и да е от дейностите, обикновено осигуряващи на мозъка му допълнителна информация относно равновесието, така че, в действителност, намирате себе си в ситуация като тази с „кокошката и яйцето“ – ограниченото движение възпрепятства развитието на равновесието, а неспособността за пазене на равновесие затруднява още повече усвояването на движенията.

Можете, обаче, да помогнете за стимулирането на развитието на равновесието на детето си, като се уверите, че му давате различни преживявания, що се отнася до движение през пространството, колкото е възможно по-често.

Това може да стане като го люлеете напред и назад или настрани – както и като го държите в ръцете си или когато двама души го хванат, дали за китките и глезените или хващайки ъглите на одеялото, на което лежи, или просто чрез бебешко люшкане.

Гледайте как играят други малки деца и си помислете какво биха сторили братята и сестрите му, и се опитайте, когато е възможно, да възпроизведете същите преживявания и усещания на Вашето дете с увреждане.

Освен, че помага за развитието му, това трябва да се окаже забавно за всички вас.

НАСЪРЧАВАНЕ НА САМОПОМОЩ

Едно от най-трудните неща за разпознаване в едно бебе с увреждания е подходящото време да започнете да го окуражавате да върши неща самостоятелно. Когато виждат малкото си дете да се мъчи да направи нещо, инстинкта на всеки родител е да се намеси и да направи живота му колкото се може по-лесен. И когато времето е от значение, не можете да спрете да мислите, че ще бъде по-бързо и лесно, ако Вие го направите вместо него.

Все пак, не е в интерес на детето да правите така и това да не очаквате или да не му позволявате да върши неща самостоятелно ще доведе, в най-добрия случай, до липса на мотивация а в най-лошия, до придобиване на състояние на „заучена безпомощност“.

Не третирайте детето си като бебе

Когато има забавяне както във физическото, така и в умственото развитие, е много лесно да продължите да мислите за Вашето дете като за бебе и да се отнасяте с него и да му говорите като такова. Винаги се опитвайте да вземате предвид реалната възраст на Вашето дете и да търсите области, в които то би могло да се справи с преживявания и възможности, отнасящи се за деца на тази възраст. Дори ако физически то все още е на етап малко бебе, което не може да сяде или да се движи наоколо, то би могло да разбира достатъчно, за да може поне да Ви помага при преобличането, храненето и т.н. Ако, от друга страна, то е физически способно и активно, но разбира малко, Вие все пак бихте могли да го учите да прави неща самостоятелно, като многократно му

показвате и правите с него движенията. С други думи, *уврежданията на Вашето дете не означават, че Вие винаги трябва да правите всичко вместо него.*

Установете точно време за лягане и ставане

Първите няколко седмици от живота на всяко дете се прекарват в ядене и спане, със случайни периоди на будност. Развивайки съзнаването на неговата околна обстановка и започвайки да реагира на хората, тези периоди на будност стават по-дълги, с определени часове за дрямка, които постепенно стават по-къси. До средата на втората година, най-активните деца могат да минат с една следобедна дрямка – и наистина много родители се стремят да ги държат будни през деня, за да си осигурят спокоен нощен сън. До три годишна възраст не е необичайно за децата да премахнат изобщо съня през деня, освен когато не са добре или са били много дейни. Веднъж след като е създадена рутина, Вие ще видите ясна разлика в качеството на будното състояние на Вашето бебе, както и в неговата отзивчивост.

Давайте тласък на темпа на хранене

Много деца с увреждания остават на течни диети за много по-дълго време, отколкото е необходимо или желателно. Важно е детето да бъде отбито към твърда храна възможно най-близо до съответната за това възраст. Неговото растящо тяло има нужда от повече хранителни вещества, отколкото съдържащите се само в млякото, както за да функционират правилно неговите органи, така и за него да развие издръжливост. То има нужда от разнообразни вкусове, текстури и миризми, които да стимулират сетивата му и накрая, но не на последно място, дейностите на дъвчене и преглъщане ще му помогнат да развие контрол на устата, гърлото и дишането, което ще му е необходимо, когато се учи да говори.

Когато първо започнете да храните с лъжица Вашето дете, опитайте с позиции, докато не намерите тази, която е удобна и за двамата. Някои родители предпочитат да държат детето в скута си, като подпират главата му в свивката на ръката си, докато други обичат да го слагат да седне или да го подпрат с възглавници. Опитайте се да се отпуснете възможно най-много – твърде често храненето се превръща в бойно поле, с напрежението на майката и стреса в детето, появяващи се в еднакви количества.

Един от основните фактори при храненето с лъжица е намиране на подходящия момент. Ако на детето скоро му е давано шише, то няма да бъде гладно, така че предлаганата му храна няма да представлява интерес за него. Ако то е много гладно, ще иска незабавно удовлетворение и ще признае само шишето като средство, което може да му осигури това. За това, най-доброто решение е леко хапване между нормалните хранения.

Въпросът за ходенето до тоалетна

Много родители погрешно смятат, че не е възможно за едно дете, което не е способно да съобщи нуждите си, да бъде научено да ходи до тоалетна, но от собствен опит знам, че това не е така. За да бъде успешно, не трябва да се придава особено значение на научаването на ходене до тоалетна, но в същото време трябва да бъде постоянно. Не е честно спрямо Вашето дете да очаквате то да разбира, че понякога Вие ще сте много ентузиазирани относно това и ще искате то да „извършва това както му е реда”,

и друг път ще сте доволни то да се подмокри, тъй като обучението за ходене до тоалетна не е удобно за Вашия график. Твърде много родители се впрягат за това, спират и започват, и след това се отказват, защото не си струва главоболието. Всичко, което детето научава е, че няма определени правила, така че му е твърде трудно да разбере какво се очаква от него.

Няколко фактора трябва да се вземат под внимание, когато започвате програма за обучение за тоалет, еднакви по важност, изброени както следва.

- ❖ Трябва да бъдете сериозни относно желанието да се заемете с проблема; това не е нещо, с което можете да си играете или да вършите неохотно.
- ❖ Трябва да имате подходящо гърне или притурка за тоалетна, която позволява на Вашето дете да се чувства сигурно и също така да бъде лесно за Вас за манипулиране.
- ❖ След като вече сте започнали, Вашето дете трябва да стои без пелени през целия ден – така че бъдете подготвени за някои инциденти!
- ❖ Максималното време, за което то трябва да бъде оставено там без да има резултат, е две минути.
- ❖ Когато стигнете етапа на много малко „инциденти“, трябва постепенно да започнете да увеличавате времето между посещенията на тоалетната, така че Вашето дете постепенно да придобива по-голям контрол.

Мотивация и чувство за постижение

Когато бебетата станат малки деца и започват да се налагат, те развиват едно непреодолимо чувство на независимост, което често ги кара да искат да опитват неща, които са доста извън техните способности и разбирания. Много родители преживяват разстройването на дете, което настоява, че иска да го направи самостоятелно – независимо дали това ще бъде обличане, хранене и пускане на играчка – когато е ясно, че това няма как да бъде възможно и ще доведе до неизбежно внезапно раздражение, когато детето разбере, че всъщност не може да изпълни задачата. Насърчавайте детето си винаги, когато е възможно, поне да опита – като му помагате, когато е необходимо – и със сигурност го хвалете много за неговите усилия. Покажете му, че очаквате от него да прави някои неща самостоятелно и му предложете помощ, само когато то е направило очевидно усилие. Само с продължително насърчаване и признание на неговите усилия и постижения, то ще придобие самомотивация, която ще бъде жизненоважна за крайното развитие на неговата самостоятелност.

Самостоятелност – крайната цел

За всеки родител на дете с увреждане, крайната цел трябва да бъде то да може да живее колкото се може по-самостоятелно. Това не означава, че то трябва да бъде перфектно, или да постигне високи академични стандарти или да може да участва в публични речи. Това дори не означава то да може да живее само и да се грижи за себе си. Това означава, че в рамките на своето ниво на способност, каквото и да е то, то е способно да прави избор, да показва своите предпочитания, да съобщава за нуждите си на другите и да има влияние върху качеството на собствения си живот.

Най-доброто, за което можем да се надяваме за нашите деца, със или без увреждане, е те да са щастливи и да вземат възможно най-много от живота, да уважават другите и те да бъдат уважавани за това, което са.

Няма *план* за родителство; всичко, което всеки от нас може да направи е да даде всичко от себе си, за да осигури на децата си средствата за възможно най-голям успех предвид техните индивидуални способности.

НАСЪРЧАВАНЕ НА ДОБРО ПОВЕДЕНИЕ

Едно дете, израстващо с увреждане вече е в неизгодно положение по отношение на непознати, независимо дали възрастни или деца, които първоначално ще бъдат внимателни с това как да подхождат към него и да му реагират, просто поради липса на разбиране на самото увреждане. Това неблагоприятно положение ще бъде усложнено, ако детето се държи по начин, който изненадва или дори шокира наблюдаващите, но това поведение изглежда незабелязано или непроверено от самите родители.

Децата не биха били деца, ако се държаха перфектно през цялото време, нито ние бихме искали или очаквали от тях това, но все пак се надяваме, че когато ситуацията го изисква, те ще се държат добре, няма да „ни излагат“ или „разочароват“.

Много родители на деца с увреждания смятат, че те имат достатъчно, с което да се борят в опитите си просто да преодолеят затрудненията на своето дете; това дали поведението на тяхното дете се възприема като „добро“ или „лошо“ е последното нещо, което ги интересува. Всъщност, понякога те смятат, че това е неизбежно последствие от тяхното увреждане, просто още едно нещо, с което те трябва да се научат да се справят, но нещо, което не се оценява високо в общата схема на нещата.

Цялостният проблем на поведението, обаче, и справянето с него би могъл да се отрази и да повлияе върху живота на цялото семейство, и не на последно място на самото дете с увреждане.

Разбиране на нуждата

Нещото, което веднага ще отличи Вашето дете от другите е, ако неговото поведение не съответства на случващото се, като например смее се, когато го боли или е нахокано, крещи и бяга наоколо, когато другите са седнали и гледат телевизия или слушат приказка, или взема предмет, за да го разгледа от близо и след това внезапно губи интерес и го хвърля на земята преди да се разходи и да проучи нещо друго. Не само неговите действия и поведение, обаче, ще привлекат внимание върху него, но също така и начина, по който възрастните около него се справят с това.

Ако, за обикновения наблюдател, това, което изглежда като „лудории“ на „непослушно“ дете, което не се проверява и очевидно не се забелязва от придружаващите го възрастни, можете да очаквате то да бъде предмет на неодобрителни погледи. Ако сте на обществено мероприятие и позволите на детето си да развали удоволствието на други хора, тичайки наоколо, удряйки се в хората и издавайки шум, не очаквайте то да получи разбиране и съпричастност. Ако на Вашето дете е позволено да граби неща от други деца и винаги да става на неговото, не се

изненадвайте, ако родителите не искат децата им да играят с него. Ако в такива случаи, обаче, се вижда, че Вие сте запознати, че неговото поведение е неподходящо за ситуацията и правите опит да му покажете това, което се очаква от него, хората ще бъдат много по-склонни да го приемат и да го насърчават.

Освен, че е в най-добър интерес за детето, насърчаването на добро поведение също така ще бъде от полза за всички членове на семейството, които биха могли да открият, че също са били изключени от покани за социални събития от страх, че могат да доведат със себе си лошо държащото се дете. В допълнение, в края на краищата, с дете, което „разбира правилата“ обикновено се живее по-щастливо и по-лесно.

Какво е добро поведение?

Най-общо казано, образът на дете с добро поведение е такъв, чиито действия са подходящи за съответната ситуация, в която то се намира, което слуша родителите си, което не е шумно или буйно, което не е нито егоистично нито злобно и което показва уважение към другите хора и техните имуществва.

Ето няколко точки, които да вземете под внимание, когато се опитвате да насърчавате или обучавате Вашето дете с увреждане да се държи добре:

1. Децата не се раждат с вродено разбиране за разликата между добро и лошо поведение;
2. Това как реагирате на тяхното поведение влияе много силно върху неговото развитие;
3. Децата няма да се държат добре, само защото Вие им *казвате* – те трябва да се научат, че е *в техен интерес* да го направят и че тяхното поведение има последствия, които те могат в някаква степен да контролират;
4. Децата копнеят за внимание и ще отидат много далеч, за да го получат – но ако те не могат да получат положително внимание от възрастните около тях, то те са готови да приемат негативното!

Формиране на поведението

Когато бебетата станат малки деца и започнат да изучават заобикалящата ги среда, ние започваме да оформяме тяхното поведение като използваме прости термини като „не“, „не пипай“, „остави го“ или „ти си добро момче“, „ти си умно момче“ и „браво“. Когато те са придружени с подходящ тон на гласа и изражение на лицето, това обикновено е достатъчно да промени и засили действията на детето, когато то се опитва да предизвика у Вас положителен отговор. Ако това не стане, следващата интуитивна стъпка обикновено е разсейване – насочване вниманието на детето към нещо друго и по този начин премахване на фокуса от негативното поведение. Много рядко на този етап се случва да се описва някое дете като „непослушно“ или „с лошо държание“.

Постоянството е ключът

Колкото по-постоянни са реакциите на възрастния, толкова по-бързо едно дете ще се научи да променя поведението си в определени ситуации. Ако реакцията на възрастния е непостоянна или неясна, обаче, детето непрекъснато ще пробва да види до къде могат да се разшият границите. Ако в някои случаи са му се скарвали, че се държи по определен начин, но в други случаи същото поведение е игнорирано или

дори простено, детето се обърква и често ще повтаря това същото поведение в опит да разбере какво всъщност искат да кажат възрастните.

Пример за това е дете, което става от леглото през нощта и в девет от десет случаи то е връщано право в леглото, но на десетият път родителите не си мърдат пръста и го оставят будно за още един час. Кое мислите, че детето ще си спомни - деветте пъти, в които е връщано обратно в леглото си или единствения път, в който е оставено да играе още един час? То знае, че веднъж това е станало, така че ще се опитва да го накара да се случи отново – дори ако трябва да го прави 100 пъти!

Обръщане на правилното внимание

Вниманието получено от възрастните играе много голяма роля в това как едно дете ще се държи. Всички ние сме виновни, че обръщаме повече внимание на дете, което стене, плаче или се държи лошо, тъй като тези действия ги поставят в предната част на нашето съзнание и търсят някакъв отклик от нас. Когато детето стане неспокойно или отегчено – тъй като неизбежно то ще стане – и дойде да търси компания или отвлечане на вниманието, ние вероятно ще сме потънали в това, което правим и възможностите са ние просто да му кажем да отиде и да си играе. Това, разбира се, не е неговото желание, то иска внимание, което вижда че няма да стане. Това обикновено е моментът, в който то започва да хленчи и вече започва да получава това, което е търсило, защото колко дълго бихте могли да го слушате без да му кажете да спре? Това води до повече хленчене, в който момент Вие ще се опитате да помислите за нещо, което да му отвлече вниманието. „Защо не отидеш да си донесеш пастелите“ или „върви пусни едно видео“. Всяко от тези неща то би било по-щастливо да прави заедно с Вас, а не самичко, така че започва да плаче, в който момент Вие започвате да се ядосвате и да повишавате тон. То би могло да тропе извън стаята и да мислите, че сте спечелили и че то се е върнало към предишното си занимание – докато не отидете 10 минути по-късно и не видите, че е изрисувало цялата стена или че е отрязало цялата си коса. Вашата реакция ще бъде изцяло предвидима – но познайте какво? – то със сигурност има 100 процента от Вашето внимание в момента, дори и ако то води до сълзи и наказание!

Дори децата с най-сериозни увреждания не са по-различни, когато става въпрос за търсене на внимание и за съжаление тези най-тежко засегнати деца често губят, просто защото те не са в позиция да го изискват. Ако Вашето дете не е способно да се движи наоколо и не може да изрича това, което иска, шансовете са Вие да го успокоите на някое безопасно и удобно място, обградено от неща, които да го стимулират, след това, докато е спокойно да отидете и да се заемете с нещо, което имате да вършите. Ако след кратко време то плаче, Вие най-вероятно ще отидете при него и или ще го вземете или ще направите нещо да го забавлявате, като сте напълно готови да прекарате известно време с него.