г. Пермь

№ 2 (20) АПРЕЛЬ 2012

ДОБРЫЙ СВЕТ

ГАЗЕТА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ, ВОСПИТЫВАЮЩИХ ДЕТЕЙ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ

Если вы хотите вырастить хороших детей, тратьте на них в два раза меньше денег и в два раза больше времени.

Эстер Селсдон

– ПРОФОРИЕНТАЦИЯ

Поверь в мечту!

Куда пойти учиться после школы и как выбрать профессию?

Кто может посодействовать трудоустройству человеку с ограниченными возможностями здоровья, вступающему во взрослую жизнь? Этот вопрос волнует всех родителей, имеющих детей-инвалидов. Не секрет, что люди с ограниченными возможностями здоровья испытывают серьезные трудности при трудоустройстве. Но, несмотря на это, Светлана Калина, директор благотворительно фонда «Социальная деревня Светлая» считает, что важным, а порою решающим фактором является личная инициатива самого человека с инвалидностью, его желание учиться, адаптироваться в социуме и не отступать от намеченной цели. О том, как эту проблему она решает вместе со своей дочерью, наш разговор.

Светлана Калина с дочерью Инной.

– Светлана, вашей дочери скоро 18 лет. Куда планируете поступать этим летом?

– Моя дочь будет учиться на кондитера. Несмотря на то, что педагоги, которые обучают дочь в школе, предупреждают о возможных трудностях, мы не собираемся отступать. Осознавая ограниченные возможности в здоровье дочери, я с самого рождения старалась воспитывать ее инициативной, целеустремленной и уверенной в себе. Эти качества необходимы и в жизни, и при выборе профессии. Согласитесь, для людей с инвалидностью возможность трудоустроиться – это не только средство самообеспечения, но и средство утверждения личности, его интеграция в общество. Заниматься этим надо начинать как можно раньше. У дочки плохо развита мелкая моторика рук, поэтому все, что она делает руками, получается не всегда красиво и эстетично, но она очень любит общаться. Поэтому пока мы пошли в этом направлении.

ТРИ ЖЕЛАНИЯ

– Что именно вы делаете?

– Для меня важно, чтобы она состоялась как личность и могла себя обеспечивать. Поэтому мы начали с ней с целеполагания. Важно определить для себя мечту, установить сроки, прописать план действий и обязательно действовать. Мы определились с ее мечтами, выбрали десять, потом из них выбрали три на ее взгляд самых главных. Сейчас она мечтает о сенсорном телефоне, о красивом платье на выпускной вечер и о создании собственного бизнеса. Мы стали думать, как эти мечты осуществить. Конечно, есть близкие люди, готовые всегда купить и подарить то, что необходимо. При этом ребенок может не прилагать никаких усилий. Но мне кажется, тогда ценность подарка для ребенка будет ничтожно мала. Если к осуществлению этих желаний он приложит собственный труд, тогда не только ценность подарка, но и сам ребенок вырастет в собственных глазах. Мы решили, что часть средств она будет зарабатывать сама.

В ТЕПЛИЧНЫХ УСЛОВИЯХ НИКАКОГО РОСТА НЕ ПРОИСХОДИТ.

КАРМАННЫЕ ДЕНЬГИ

– Каким образом?

– Моя приятельница работает в сетевой косметической компании и пригласила дочь там поработать. И теперь карманные деньги мы ей не даем, а она сама их зарабатывает. Ее продажи – ее общение. Так она приобретает навыки общения с людьми. Для придания себе уверенности важно, чтобы первые продажи были успешными. Есть такое понятие «теплый» контакт, когда продажи осуществляются человеку, с которым хорошо знаком. Поэтому первые заказы у нее сделала я. При этом у ребенка уже появилось осознание того, что деньги она заработала сама. Потом родственники, друзья, друзья друзей. Понятно, и там продажи осуществить легче. Сложней, когда контакт «холодный», когда абсолютно не знаешь человека. И тогда уже возникают определенные комплексы, страхи, барьеры. Я в свое время тоже училась и продолжаю обучаться эффективным коммуникациям. По сути, мы всю жизнь что-то покупаем и продаем. Даже когда мы ищем работу и проходим собеседование, тем самым мы продаем себя. Надо уметь правильно отвечать на вопросы, вести себя соответственным образом, быть уверенным.

– Как сейчас идут продажи у дочери?

– Мы начали осуществлять «холодные» контакты. Первый «холодный» контакт был осуществлен в кафе. Она была очень рада, когда получила первый заказ! Теперь моя дочь начала немного зарабатывать, поэтому мы завели копилки. Их три, так как три мечты: телефон, платье и собственный бизнес. Любой заработок, который она получает, мы делим на 4 части. 1-ю часть суммы она кладет в копилку на платье, 2-ю часть – в копилку на телефон, 3-ю часть – в копилку на собственный бизнес и 4-ю часть она оставляет на карманные расходы. Здесь ребенок уже сам расставляет приоритеты, в какую копилку сколько положить.

– Вы ей помогаете?

– Я понимаю, что ей нужна моя поддержка. Поэтому каждый вечер мы с ней планируем, что она будет делать завтра. Важно не бояться отказов. Даже у нас, у взрослых, существуют страхи. Порой бывает не всегда приятно, когда нам отказывают, поэтому мы не всегда идем и делаем те шаги, которые могут привести к намеченной цели. Нужно преодолеть страх отказа. И даже если у дочери в какой-то день не случилось никакой продажи, но при этом она приложила определенные усилия, я обязательно ее хвалю. Теперь я вижу, что у нее стало получаться. Для придания ей уверенности мы завели дневник успеха, сделали альбом мечты.

ДНЕВНИК УСПЕХА

– Расскажите об этом подробнее.

– Надо обязательно любую мечту визуализировать. Поэтому мы с дочкой завели альбом мечты, куда наклеили картинки с изображением ее желаний. Ведем дневник успеха, куда каждый день она записывает не менее пяти успехов, которые достигла за день в разных сферах. Если раньше у нее успехи были – просмотр кинофильма, телепередачи, то сейчас у нее успехи – прочитать книжку, помочь бабушке по дому, сделать заказ. Понимаете? Появляются полезные навыки. Дневник ведем уже три месяца. Скажу по секрету, что я сама тоже веду дневник.

– Для чего нужен дневник успеха?

– Когда человек встречается с трудностью, он открывает свой дневник успеха, читает, сколько всего он уже добился, и у него появляется уверенность в себе: «Оказывается, я столько всего могу, сколько я уже сделал… Неужели я с этой трудностью не справлюсь?»

Глядя на дочь, другие подростки стали ей подражать. Поэтому у меня возникло желание транслировать этот опыт. Захотелось обучить этому других детей. Я стала привлекать детей своих знакомых. И вижу, как у детей глаза зажигаются, когда у них получается.

– Правильно ли я поняла, что это здоровые дети?

– Да, и тем больше у них возможностей. Одна девочка начала активно реализовывать свои мечты. И недавно она предложила своей маме, которая печет вкусные манники: «Давай ты будешь их печь, а я их буду продавать…» Здорово, когда уже в десятилетнем возрасте есть этот навык предпринимательства. Но мне пришлось столкнуться и с обратной ситуацией. У дочки другой моей приятельницы я спросила: «Есть ли у тебя мечта?» Она ответила: «Нет. Мне ничего не нужно, у меня все есть». Девочке 12 лет. Ее родители всем обеспечивают. Она захотела одежду, телефон, ей все сразу покупают, и она не прилагает к этому никаких усилий. Я поговорила с мамой. И уже через несколько дней ситуация изменилась.

БОЛЬШАЯ МЕЧТА

– Одно из желаний вашей дочери – иметь собственный бизнес. Как она реализует эту мечту?

– Поскольку дочь хочет иметь собственный бизнес, мы сейчас думаем над тем, что это может быть? А все началось с книги Бодо Шефера «Мани, или Азбука денег», которую мы вместе слушаем. Эта повесть как раз написана для детей. Слушаем, обсуждаем, выполняем все упражнения, которые там прописаны. Я вижу, что у меня ребенок меняется. Прежде чем создать свой бизнес, надо понимать, что хотят окружающие и предложить им это. И за эту услугу можно получать деньги. Самое элементарное, что первое пришло на ум – мытье полов. Допустим, можно пройтись по соседям, собрать заявки у тех, кто не хочет самостоятельно мыть лестничные площадки, и делать это самой, беря за это плату. В день вымыть 10 площадок несложно, да и времени уйдет немного. За месяц получается вполне внушительная сумма для подростка. Потом можно привлечь других подростков к этому, поскольку со временем заказы все равно будут расти. А потом можно создать собственное агентство по уборке квартир, домов, мытья лестничных площадок. И самое главное – не бояться этой работы. Я говорю дочери: «Ты взрослая, решай сама».

– Что в будущем ей может дать этот опыт?

– Сейчас мне важно, чтобы она набиралась опыта и знаний. Поскольку опыт и знания, приобретенные в процессе общения и поиска клиентов обязательно будут полезными. В будущем это позволит ей найти свой путь в жизни, достигнуть высоких результатов и увидеть новые варианты исполнения своей мечты.

Беседовала Светлана Галина

– ВОПРОС ДНЯ

Насколько важно учиться преодолевать трудности?

Если сейчас ребенок все получает просто так, не прикладывая никаких усилий, то во взрослой жизни он столкнется с трудностями, поскольку не всегда рядом будут мама и папа, готовые помочь в любую минуту. Повзрослев, он не научится преодолевать трудности. И когда ребенок пойдет в самостоятельное плавание, он может просто утонуть. Он ничего не сможет. А человек растет только тогда, когда сталкивается с трудностями и учится их преодолевать. А в тепличных условиях, к сожалению, никакого роста не происходит. Жизнь как зебра: полоса – черная, полоса – белая... Как только приходит черная полоса, человек может потеряться: некоторые люди спиваются, уходят из жизни просто потому, что не видят выхода. У них нет того стержня, который должен был сформироваться в детстве.

– ПСИХОЛОГИЯ

STOP стресс!

В рамках работы клуба для родителей детей с ограниченными возможностями здоровья проводятся релаксационные занятия «Ресурсы стрессоустойчивости». Цель этих занятий – профилактика психоэмоционального состояния родителей.

Наталья Малекова: «Снять психофизическое напряжение помогает релаксация».

Семья, где воспитывается ребенок с ограниченными возможностями здоровья, особо нуждается в социально-психологической поддержке. Поэтому важным компонентом в системе коррекционно-психологического сопровождения таких детей является профилактика психоэмоционального состояния их родителей.

В городском психологическом центре родители особых детей имеют возможность бесплатно посещать занятия, где используются методы арт-терапии, цвето- и ароматерапии. Здесь они могут обучиться играм и упражнениям, направленным на выработку успешных копинг-стратегий, а также освоить упражнения по саморегуляции эмоциональных состояний, посетить релаксационные тренинги. На этих занятиях родителям предоставляется возможность ознакомиться с основами дыхательной гимнастики и психогимнастики. Данные занятия способствуют достижению релаксации и активизации различных функций центральной нервной системы, открывают доступ к собственным ресурсам родителя и повышают его стрессоустойчивость в напряженных условиях, тем самым способствуя предупреждению неконструктивного общения с детьми.

О том, как противостоять стрессу, рассказывает психолог высшей категории Наталья Юрьевна Малекова.

– Жизнь современных людей переполнена стрессовыми ситуациями. Хроническое перенапряжение, которое сопровождает человека изо дня в день, буквально съедает его здоровье, поэтому со стрессом надо работать. И начинать надо работать с подготовки всего организма. Для этого существует психогимнастика, дыхательные упражнения, которые готовят организм к нагрузкам.

В центре на релаксационных занятиях мы осваивали разные виды дыхания: брюшное и полное. Уделяли большое внимание выработке правильного дыхания. Насколько оно важно? Оно оптимизирует кровообращение, вентиляцию всех участков легких, способствует общему оздоровлению и улучшению самочувствия. Это и массаж органов брюшной полости.

ПРАВИЛЬНОЕ ДЫХАНИЕ ОПТИМИЗИРУЕТ КРОВООБРАЩЕНИЕ.

Правильное и системное дыхание успокаивает и способствует концентрации внимания. Ведь ритм дыхания – единственный из всех телесных ритмов, подвластный спонтанной, сознательной и активной регуляции со стороны человека. Тренировка делает глубокое медленное дыхание простым и естественным, регулируемым непроизвольно.

Снять психофизическое напряжение помогает релаксация. Релаксация – это такой метод полного расслабления всего тела. Можно применять разные способы, но достичь наибольшего результата можно в рамках организованного психотерапевтического сеанса.

Хотелось бы отметить важное влияние музыки, цвета и запаха на соматическое и психическое состояние человека. Известно, что они могут оказывать тонизирующее, стимулирующее, укрепляющее, восстанавливающее, успокаивающее или расслабляющее действие.

Вообще же релаксация – это умение отрешиться от того, что беспокоит, для того чтобы остаться самим собой. Для этого человеку надо уединиться, насладиться какими-то новыми образами, получить позитивную энергию.

Релаксация – это всегда восстановление. Столкнувшись со стрессом, важно выбрать для себя адаптивный способ, найти в себе ресурсы преодоления этого стресса. Родителей детей с ограниченными возможностями мы обучаем этому на занятиях.

Всех желающих посещать эти занятия мы ждем в нашем центре.

Контактный телефон 244-61-03

Со стрессом надо работать.

– АРТ-ТЕРАПИЯ

На открытии арт-комнаты.

Чудо-комната

Весной на базе Центра психолого-медико-социального сопровождения г. Перми по адресу Комсомольский пр., 84а начала работать комната арт-терапии.

Открытие данной комнаты дало возможность специалистам в процессе занятия сочетать различные техники: изотерапия, фототерапия, слайдотерапия, музыкальная терапия, техника направленной визуализации, сказкотерапия.

Использование данных техник помогает специалистам решать психологические проблемы детей, способствует раскрытию их творческого потенциала и высвобождению их скрытых энергетических резервов.

Комната была открыта при поддержке благотворительного фонда «Социальная деревня Светлая для людей с ограниченными возможностями» и Пермской региональной благотворительной общественной организации «Здоровое поколение».

– ИННОВАЦИИ

Новые технологии на страже здоровья

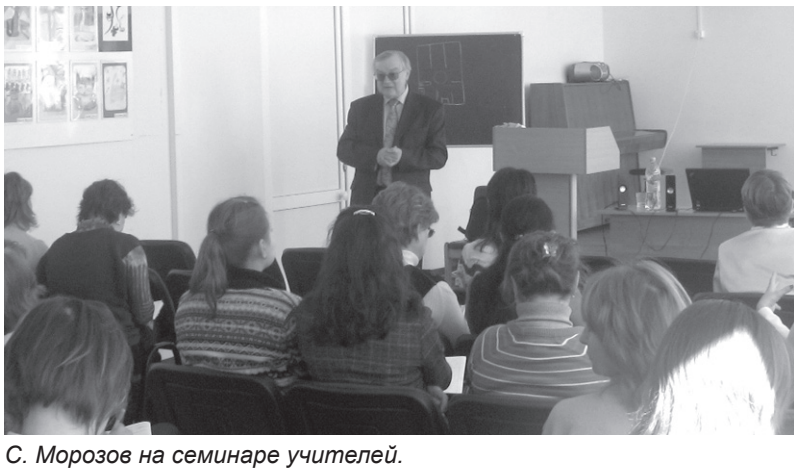
На протяжении последних 40 лет в России успешно развивается информационно-коммуникационная технология «БОС – здоровье» (БОС – биологическая обратная связь), которая с успехом применяется более чем в 8 000 учреждениях образования и здравоохранения. Учителя-дефектологи детского сада № 152 Е. С. Шушакова и Е. Ю. Линкевич поделились с нами своими результатами, достигнутыми за два года работы с детьми по этой инновационной технологии.

– Систематические занятия с детьми, имеющими интеллектуальную недостаточность, по обучению элементам грамоты, окружающему миру, формированию элементарных математических представлений всегда начинаются с комплекса дыхательной гимнастики. На таких занятиях дети получают навыки диафрагмально-релаксационного дыхания, гармоничной работы своей дыхательной системы и сердца.

Специальные компьютерные программы, используемые на оздоровительных занятиях, просты и доступны для детей. В процессе всего занятия у ребенка наблюдается игровая заинтересованность. Особенно эффективны такие занятия для детей с синдромом гиперактивности и дефицита внимания. По сравнению с теми детьми, которые не посещали данные занятия, у детей, занимающихся по технологии «БОС – здоровье», наблюдаются следующие показатели эффективности: снижается заболеваемость ОРВИ; укрепляются сердечно-сосудистая, нервная и бронхо-легочная систем; улучшается поведение; нормализуются психические процессы (память, внимание, восприятие, мышление и речь).

Дидактический материал, используемый на занятиях, усваивается детьми гораздо быстрее и прочнее.

– РЕАБИЛИТАЦИЯ – ВОСПИТАНИЕ – ОБРАЗОВАНИЕ



С. Морозов на семинаре учителей.

Добрая команда из Москвы

В последнюю неделю марта 2012 года Пермь посетила команда специалистов из Москвы во главе с С. А. Морозовым, доцентом кафедры коррекционной педагогики и специальной психологии Академии повышения квалификации и переподготовки работников образования, председателем общества помощи аутичным детям «Добро», кандидатом биологических наук.

- 54 педагога коррекционных школ смогли посетить курсы повышения квалификации по теме: «Организация обучения и применение специальных педагогических технологий при обучении детей с расстройствами аутистического спектра (РАС)».
- Проведен круглый стол по теме: «Пути создания системы комплексной помощи детям с аутизмом в Пермском крае».
- Была организована встреча с психиатрами города Перми.
- Для родителей было проведено два семинара, посвященных подростковым кризам, лечению и проблемам питания аутичных детей. Было обследовано 32 ребенка и проведены индивидуальные консультации для родителей, имеющих детей группы риска раннего и дошкольного возраста.

– ИСПЫТАНО НА СЕБЕ

ДЦП не приговор

Чтобы поднять таких детей, надо много в них вложить

Этот диагноз пугает многих родителей. Что делать, если поставлен такой страшный диагноз? Как дальше жить? К кому обратиться за помощью? Никакой специалист не ответит на эти вопросы лучше, чем те опытные мамы, которые буквально на плечах вынесли своих детей с ДЦП в большой мир, научили их жить, любить и просто радоваться жизни. Для них ДЦП уже не приговор, а всего лишь диагноз, испытание, которое они с честью преодолели. Марина Мазырина, мама десятилетнего Ильи, на страницах нашей газеты делится с читателями своим бесценным опытом.

БЕСКОНЕЧНЫЙ ТРУД

Чтобы поднять таких детей, надо много в них вложить. Это бесконечный, трудоемкий и ежедневный труд. Психологические, реабилитационные центры – только лишь толчки к действию самих родителей. Основная же нагрузка ложится на мамины плечи.

НАЧИНАТЬ НАДО С МАМЫ

Прежде всего, маме надо найти силы внутри. Быть готовой к тому, что это очень длительный и кропотливый труд. У меня есть знакомая, которая на этой почве спилась. Этим она ребенку, конечно, не помогла. Просто она не нашла поддержку ни в обществе, ни в своей семье, где ее упрекают и обвиняют родные, в том числе и муж. И в спиртном она нашла утешение. Я же от мужа всегда чувствовала психологическую поддержку, хотя со стороны его родственников одно время были напряженные отношения. Позднее, когда появились первые положительные результаты, и они увидели, что с ребенком много занимаются, и он неплохо развивается, то отношения потеплели. Сейчас они его очень любят.

Не надо обращать внимания на то, как относится общество, а максимально сконцентрироваться на ребенке. Ведь именно он нуждается в нашей любви и помощи.

САРАФАННОЕ РАДИО

Когда мама встречается с такой проблемой, она не знает, где получить информацию, чтобы помочь своему ребенку, потому что в больницах ничего не рекомендуют, а зачастую не считают нужным что-либо объяснять. В нашей стране связи в цепочке «родители – медицинские учреждения» отсутствуют. Родители не знают, куда идти, к кому обращаться, с чего начинать… Может быть, должно быть выстроено индивидуальное сопровождение каждой семьи? Тогда решится проблема. Сейчас информация идет от родителя к родителю. Одна мама куда-то съездила, результаты хорошие получила, другим мамам подсказала.

В последнее время к нам домой много мам приходило общаться. Они хотели взять адреса, узнать, как наша семья проходила свой путь, но далее никто никуда не пошел. Непонятно почему. Может, сил нет? Это действительно очень сложно.

В свое время мы выходили на министерство здравоохранения и просили, чтобы родителей в реабилитационных центрах обучали работать с ребенком, чтобы дали возможность опытным мамам обучать других мам, подсказывать им. У нас, к сожалению, этого нет.

С ЧЕГО ВСЕ НАЧИНАЛОСЬ

У нас Илья родился раньше срока. Экстренная операция, месяц в ПИТе, полтора месяца в отделении недоношенных, только потом – домой. В роддоме предупредили о сложностях в развитии и о предстоящей большой работе. Домой приехали, сразу же нашли инструктора ЛФК. Она показала, как заниматься. И все – начали плавать, через три дня – нырять. Вода, конечно, свое дело сделала. Сын очень любит воду, серьезно занимается плаваньем и участвует в соревнованиях.

С БОЖИЕЙ ПОМОЩЬЮ

До трех месяцев Илью кормили сначала через зонд, потом – через бутылочку сцеженным молоком, от груди он отказывался. Как-то к нам в город привезли икону Почаевской Божией Матери, и я с Ильей ходила приложиться к иконе. И после этого сын взял грудь, и я кормила его грудью до двух с половиной лет. Такое вот чудо произошло. После этого проблем с кормлением не возникало. За эти годы мы много посетили святых мест. И помощь всегда явственно получали.

ДИАГНОЗ

Диагноз сыну в два с половиной года поставили. Диагноз ДЦП ставится один, но у всех формы разные. У сына средней степени тяжести. У него сильнее поражены ноги. Тетрапарез. Более активные руки, но страдает мелкая моторика. Интеллект не пострадал, хотя до двух лет нам ставили психоречевую задержку развития. Но я считаю, что благодаря бесконечным занятиям с психологом, логопедом, ежедневными занятиями дома ему к двум годам сняли диагноз ЗПРР.

РЕЖИМ ДНЯ

Вот уже десять лет наш день начинается с зарядки. С самого рождения с утра начинали будить пальчики, делали массаж лица и артикуляционную гимнастику, потом лечебную гимнастику на крупную моторику, завтрак, развивающие занятия. С года начали работать с логопедом. А потом сами научились пальчиковым играм и многому другому. Но основное – зарядка два часа утром и вечером, тренировки в бассейне, иппотерапия 4 раза в неделю, логопеды, психологи…

Марина Мазырина: «Наши труды не прошли даром».

О ЖАЛОСТИ

Сына я никогда не жалела. Я понимала, что если его пожалею, смогу тем самым навредить ребенку. Нам часто говорили, что нагрузки большие. Да, большие, но он с ними справляется. Сейчас он настолько привык к нагрузкам, что ему комфортно. За 10 лет он привык жить в таком ритме. И если у него находится свободное время, он не знает, чем себя занять, ему скучно. Он просто начинает мучиться от безделья. У нашего ребенка нет ни праздников, ни выходных. Бесконечные занятия.

Прогулки на свежем воздухе приносят положительные результаты.

ПО РОССИИ

С полутора лет мы начали колесить по России, практически не заезжая домой. Море. Санатории…

В Пятигорске природный ландшафт использовали себе на пользу. На 900 метров поднимались на гору и потом спускались. Уставал, но не жаловался, обратно приходил без сил, падал на кровать и довольный засыпал.

Вот уже 9 лет мы занимаемся дельфинотерапией. Это уникальная методика. В первую очередь идут процессы восстановительные, улучшается работа двигательной системы, речь, логика, умственное развитие. Дельфины сыграли важную роль в развитии сына. Сейчас они наши лучшие друзья.

О СПОНСОРАХ

В стране есть и бесплатные, и частные центры реабилитации. Выбираем те центры, где родителям показывают, как работать с детьми. Бесплатные центры – как сыр в мышеловке – затрачивается время, а результатов ноль. А на реабилитацию в платных центрах мы изыскиваем средства, изыскиваем спонсоров. Благодаря помощи понимающих людей мы многое смогли преодолеть.

СОЦИАЛИЗАЦИЯ

Наши труды не прошли даром. Он хорошо социализировался, у него много друзей. С полутора лет он развивается среди здоровых детей. Среда здоровых детей многое дает и детям с ограниченными возможностями, и здоровым детям. Они многому учатся друг у друга. Не всегда получается, но он доволен теми результатами, которых достигает. На пути нам встречались хорошие специалисты. Воспитатели детского сада и сейчас его с теплотой вспоминают, хотя в свое время диагноз ребенка их пугал. Сейчас мой сын учится в третьем классе общеобразовательной школы. Школа рядом. У нас добрые отношения с учителями, одноклассниками. Дружная команда.

Перед поступлением в школу в первый класс я познакомилась с директором, которая внимательно выслушала и с пониманием отнеслась к нам.

Я считаю, что от нас, взрослых, зависит, какой микроклимат мы создадим для общения и развития в обществе детей.

ИНВАЛИДЫ И ОБЩЕСТВО

Мы много ездили по России, но такого отношения, как в Санкт-Петербурге, я нигде не встречала. Там удивительное отношение к людям-инвалидам. Совершенно незнакомые люди готовы помочь, подсказать, место уступить. Люди очень доброжелательные, открытые. Я когда в первый раз столкнулась с этим, у меня слезы на глаза навернулись. Я спрашивала их: «Вас здесь как-то иначе воспитывают?» А они удивлялись. Для них это естественно.

Сейчас и у нас в Перми есть реабилитационные центры, как в Питере. Даже территориально, где находятся центры в Перми, все равно нет такого отношения среди населения. Почему такое в Питере? Просто удивительно. Загадка.

В Перми иногда нам приходится сталкиваться с так называемым человеческим фактором. Это и отношение в транспорте, и неготовность некоторых педагогов работать с нами. Но мы учим ребенка противостоять этому, в жизни ему не раз придется с этим сталкиваться.

Последние года два нам стал помогать город: для детей выделяются средства для бесплатного посещения гидротерапии в бассейне, иппотерапии, в психологическом центре с родителями и детьми работают психологи. Это же огромная поддержка семье!

О ВЕРЕ И УСПЕХАХ

Когда родители сталкиваются с подобной проблемой, то именно им в первую очередь нужна поддержка. Зачастую, если в семье рождается сложный ребенок, некорректно говорят родителям: «Зачем вам такой нужен, оставьте его». Вместо того, чтобы поддержать. Сколько я знаю семей, когда им в свое время предлагали оставить ребенка как бесперспективного. А сейчас эти ребята заканчивают школу. Пусть они отличаются от других детей, но они могут сами себя обслужить. Просто родителям работать надо. Не лелеять себя надеждами, что придет время, и он сам пойдет, и сам заговорит. У деток с диагнозом ДЦП ничего само собой не приходит. Все, что они приобретают – это благодаря ежедневному и кропотливому вложению родительской любви, их заботы и, конечно, помощи специалистов.

Записала Светлана Галина

– РЕКЛАМА

Спокойны дети – спокойны и родители!

Как часто бывает, что малыш капризничает, не слушается, проявляет характер. Основными его словами становятся «нет» и «не хочу». Проблемы часто начинаются уже в детском саду. Ребенок всё время отвлекается, занимается без удовольствия, плохо усваивает материал.

Врачи такие особенности поведения называют «синдромом дефицита внимания и гиперактивности». Это достаточно частое явление, хорошо знакомое многим родителям, воспитателям детских садов, учителям младших классов.

Ученые считают, что в основе лежит нарушение равновесия между процессами активации и торможения нервной системы. Они проявляются в чрезмерной подвижности, возбудимости, плаксивости, повышенной отвлекаемости и капризности.

Из успокаивающих средств детям чаще назначают отвары и экстракты пустырника, валерианы, чаи из сбора трав. Однако такие лекарства могут вызвать сонливость, вялость, мышечную слабость.

Поэтому российские ученые разработали уникальный препарат «Тенотен детский», который является регулятором работы нервной системы. Он был создан с учетом особенностей детского организма. Именно такая естественная бережная регуляция процессов возбуждения и торможения помогает устранить психо-эмоциональное напряжение, приводит в норму работу вегетативной нервной системы и, как следствие, улучшает настроение ребенка, повышает физическую активность, работоспособность, способность к обучению и запоминанию.

Препарат оказывает быстрое и мягкое лечебное действие и справляется с такими проявлениями вегето-сосудистой дистонии, как головная боль, боль в сердце, чувство слабости и усталости. «Тенотен детский» улучшает общее самочувствие. В отличие от других успокаивающих препаратов «Тенотен детский» не вызывает заторможенности, дневной сонливости и вялости.

Препарат безопасен даже при длительном приеме из-за отсутствия побочных эффектов и возможной случайной передозировки.

ПЕРЕД ПРИМЕНЕНИЕМ ОБЯЗАТЕЛЬНО ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ.

Медицинские консультации по телефону в Москве

688-92-07

с 10 до 17 часов по рабочим дням.

СПРАШИВАЙТЕ В АПТЕКАХ!

www.tenoten.ru

Рег. уд. № ЛС-000542 и ЛСР – 003309/07 ФСНСЗСР

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ
ОЗНАКОМЬТЕСЬ С ИНСТРУКЦИЕЙ

ДОБРЫЙ СВЕТ. ГАЗЕТА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ, ВОСПИТЫВАЮЩИХ ДЕТЕЙ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ

Учредитель и издатель: благотворительный фонд «Социальная деревня Светлая для людей с ограниченными возможностями».
Адрес: 614087, г. Пермь, ул. Рабочая, 9.
E-mail:svetlay-derevnya@yandex.ru
www.svetlay-derevnya.ru
Директор фонда: Светлана Калина
(сот. 89028067002).

Газета издается на средства члена попечительского совета Константина Бесчетнова.

Редактор: Светлана Галина.

Компьютерная верстка: Павел Нагорских.

Подписано в печать: 16 апреля 2012 года.
Отпечатано в ООО «ПКФ «Картонтара». Адрес: 617060, Пермский край, г. Краснокамск, ул. Шоссейная, 24а.
Тираж 999 экземпляров. Распространяется бесплатно.

Мнение редакции может не совпадать с позицией авторов публикаций. Письма и рукописи не рецензируются и не возвращаются.