

«Особый ребенок ищет семью»: Задержка психического развития (ЗПР)

Почему задержка психического развития (ЗПР) – один из самых распространенных диагнозов детей, воспитывающихся в государственных учреждениях? Ответ, к сожалению, лежит на поверхности: в любом интернате или детском доме есть подходящая среда для развития ЗПР, особенно если причины появления задержки – не биологические, а социальные. Но ЗПР – это не умственная отсталость, и в большинстве случаев это отставание, замедление развития будет явлением временным. При воспитании в семье и сотрудничестве со специалистами задержку можно преодолеть полностью или почти полностью.

Если коротко

ЗПР определяют у 50% детей со школьной неуспеваемостью. Внешне эти дети ничем не отличаются от сверстников. Таких ребят чаще интересует игра, чем учеба, они быстро пресыщаются интеллектуальной деятельностью, у них отмечают наивность в поведении, ограниченный запас знаний и представлений об окружающем мире, ослабление памяти, трудности в чтении, письме или счете. При этом дети с ЗПР вполне сообразительны, и намного продуктивнее используют помощь взрослого, чем дети с умственной отсталостью.

У детей-сирот с ЗПР на первый план обычно выступает задержка развития эмоционально-волевой сферы: простодушие, импульсивность, поверхностность и неустойчивость эмоций. Если ребенок воспитывался в неблагополучной семье, то эти травмирующие условия могли сформировать в его характере боязливость и неуверенность. Все это, возможно, потом проявится в отсутствии у ребенка инициативы, самостоятельности, и в итоге будет плохо влиять на его познавательную активность.

Но при благоприятных условиях со временем дети с ЗПР догоняют сверстников. Особенно если родители, которые приняли в семью ребенка с задержкой психического развития, понимают, что для коррекции ЗПР нужен большой и совместный с ребенком труд. Быстро преодолеть задержку не получится: придется запастись терпением, оптимистическим настроением и самообладанием.

Какие еще условия надо создать в семье? Ничего особенного – все то же самое, что необходимо любому малышу:

- стабильное позитивное общение с близкими взрослыми;
- соразмерность требований возможностям ребенка;
- использование игровых приемов в обучении;
- поощрение познавательных интересов;
- поддержка в преодолении трудностей;
- принятие ребенка таким, какой он есть.

А еще обязательно нужно обратиться к специалистам в своем городе, которые диагностируют уровень задержки, назначат при необходимости медикаментозное лечение или посоветуют врачей, которых тоже обязательно нужно посетить.

Поддержка может быть разной: есть дети, у которых серьезные комплексные проблемы, а иногда достаточно применять специальные формы и методы обучения – смещение сроков поступления в школу, коррекционная программа, щадящий режим занятий. Часто

встречаются совсем легкие случаи, когда ребенок просто педагогически запущен, и ему требуются любовь, уважение, ласка и доброта.

Анна Городиская, медицинский психолог отделения ранней помощи:

«ЗПР — негрубая задержка психомоторного и речевого развития.

Такие дети очень нуждаются в семье, потому что им обязательно нужен ежедневный пример: как научиться прыгать через скакалку, как отжиматься или подтягиваться (2 урока физкультуры – это очень мало), как полить цветок, сложить вещи в шкаф и многое, многое другое. Они не схватят это на лету, но тем ценнее будет результат. Иногда такой ребенок выглядит большим, но рассуждения остаются на уровне более младшего возраста, и тут у родителей есть шанс своим образом жизни, рассказами о себе, совместными увлечениями расширить не только запас знаний, но и пробудить интерес к этой самой жизни.

Поскольку задержка негрубая, то дети осваивают программу массовой школы, и, при соответствующем обучении и воспитании никто никогда не вспомнит, что когда-то был такой диагноз».

Видеозапись вебинара «Особенности детей, переживших травму потери родителей. Причины возникновения ЗПР у отказников и изъятых детей»

Причины и виды ЗПР

Строго научно, ЗПР – это нарушение нормального темпа психического развития, когда память, внимание, мышление, эмоционально-волевая сфера отстают в своем развитии от принятых психологических норм для данного возраста.

Причины ЗПР можно разделить на две большие группы: биологического характера и социально-психологического характера.

К первой группе причин относят патологии беременности, недоношенность ребенка, родовые травмы, различные соматические заболевания, постнатальные (на первом году жизни) травмы и заболевания, алкоголизм и наркоманию родителей. То есть, за исключением последних двух случаев, ребенок с ЗПР вполне может появиться на свет и у абсолютно здоровых, благополучных родителей.

Вторая группа причин – психогенные, обусловленные социальными условиями. Здесь на первом месте стоят дефицит материнской ласки, человеческого внимания, недостаток ухода за малышом, неблагоприятные условия воспитания и жизни ребенка в семье. В таком же положении оказываются и предоставленные сами себе дети, воспитывающиеся в семьях, где родители злоупотребляют алкоголем, ведут беспорядочный образ жизни, а также дети, пережившие психотравмирующие ситуации.

ЗПР принято делить еще и по типам:

1. ЗПР конституционального происхождения. Здесь речь идет о так называемом психическом инфантилизме – это такой комплекс заостренных черт характера и особенностей поведения, который отражается на учебной деятельности ребенка и его адаптационных способностях к новой ситуации. Для этого типа характерна ярко выраженная незрелость эмоционально-волевой сферы: повышенный фон настроения,

бурное проявление эмоций, которые при этом весьма неустойчивы. Ребенок тяжело приспосабливается к новым для него условиям, к школьному возрасту у него на первом плане все еще стоят игровые интересы. Ему трудно принять какое-либо решение без посторонней помощи, усваивать школьную программу, подчиняться общей дисциплине, либо совершить над собой любое другое волевое усилие. Такой малыш может вести себя весело и непосредственно, творчески мыслить, его отставание в развитии не бросается в глаза, однако при сравнении со сверстниками он всегда кажется чуть младше.

2. ЗПР соматогенного происхождения. К этой группе относятся ослабленные, часто болеющие дети. В этом случае задержка психического развития может сформироваться в результате длительной болезни, хронических инфекций, аллергий, врожденных пороков развития (например, порока сердца). Это объясняется тем, что на фоне общей слабости организма психическое состояние малыша тоже страдает. Низкая познавательная активность, повышенная утомляемость, притупление внимания – все это создает благоприятную ситуацию для замедления темпов развития психики. Такие дети чувствуют неуверенность в собственных силах, боятся окружающего мира, легко теряются в непривычных условиях.

3. ЗПР психогенного происхождения. Основная роль здесь отводится социальной ситуации развития малыша: неблагополучные семьи, проблемное воспитание, психические травмы. Если в семье имеет место агрессия и насилие по отношению к ребенку или другим членам семьи, это может повлечь за собой преобладание в характере малыша таких черт, как нерешительность, несамостоятельность, отсутствие инициативы, боязливость и патологическая застенчивость. А если ребенок растет в ситуации безнадзорности, педагогической запущенности, следствием будет отсутствие представлений о моральных нормах, неумение контролировать собственное поведение, безответственность и неспособность отвечать за свои поступки. У таких детей отсутствуют чувство ответственности и долга, они не умеют ограничивать свои желания и зачастую проявляют излишнюю эмоциональность.

4. ЗПР церебрально-органического происхождения. Прогноз дальнейшего развития для таких детей по сравнению с предыдущими тремя типами, как правило, наименее благоприятен. Как следует из названия, дети страдают поражением головного мозга, от размера и времени которого зависит степень задержки психического развития. Дети с подобными задержками могут иметь совершенно разные симптомы.

О госстандарте начального образования детей с ЗПР

ЗПР и сиротство

ЗПР в условиях детского дома, интерната, дома ребенка лишь усугубляется. Ведь дети там находятся не в семейной обстановке, а в неблагоприятной среде, которая негативно влияет на личность ребенка. Любое государственное учреждение – это своего рода казарма, где есть четкие правила и нормы. И эта казенная среда не позволяет личности развиваться должным образом. Там развивается «коллективная личность», умеющая выживать в большом коллективе детей при минимальном участии взрослых. И на этом фоне задержка психического развития может появиться, даже если ее раньше не было.

Те дети, которые попадают в учреждения в случаях лишения их родителей родительских прав, изначально уже травмированы в своей семье. Начинается все с самого рождения

ребенка. Было ли оно долгожданным? Какой образ жизни вела мать, когда ребенок был внутри нее? Все это сказывается на дальнейшем развитии малыша. Если ребенок родился с такими предпосылками, то он уже чувствует – ему здесь не очень рады.

Нередки случаи, когда дети изымаются из семьи еще в младенчестве. Таких малышей передают в дом ребенка, где персональное внимание им почти не уделяется. Между тем специалисты (психологи, врачи, психотерапевты) говорят, что первые годы жизни – самые важные для ребенка.

Это время, когда малыш должен получать основополагающие для своего дальнейшего развития тепло матери, ее прикосновения, заботу. Поэтому дети, попадающие в 2-3 годика в дом ребенка, сильно отстают в развитии от сверстников. Потом это отставание может компенсироваться различными способами, но травма остается надолго.

Дети, которые попали в сиротские учреждения в более старшем возрасте, испытывают другую травму – предательство родителей. Ребенок постоянно задается вопросом: почему они не смогли меня защитить от этой ситуации? Подспудно он оправдывает родителей: «они не смогли, им что-то помешало», чувствуя, что может быть, и он сам в чем-то виноват. Эти мысли пагубно сказываются на развитии ребенка. Он не думает о том, что надо ходить в школу, налаживать отношения со сверстниками. Подросток переживает за своих родителей, проецирует их поведение на себя, и потом зачастую неосознанно совершает такие же поступки, как они когда-то. Он повторяет их в общении со сверстниками, другими детьми, со взрослыми. Для многих детей утрата своих родителей – непреодолимая преграда на пути к нормальной жизни. Родители, чаще всего, живы, они где-то есть, живут себе относительно благополучно, а ребенок все время думает о них. Какая может быть учеба в этот момент?

Ольга Иванова, психолог отдела социальной помощи семье и детям:

«Детям в детских домах психолого-педагогические комиссии ставят диагноз на основании беседы, в ходе которой далеко не всегда можно отличить ЗПП от шокового состояния после потери родителей, утраты прежнего образа жизни.

Дети, находясь в стрессовой ситуации, как бы «замораживаются» в развитии, «ставят себя на паузу». Такие дети в доме ребенка выглядят неблагополучно, но в глубине души они сохраняют представление о том, что с ними происходит что-то неправильное, и просто бойкотируют среду, в которую попали.

Они более сохранены, чем дети, которые адаптируются к жизни в «системе». Таким детям помочь уже сложнее: бывает, что в семью берут, на первый взгляд, обычного ребенка, но если он из тех, кто адаптировался к ненормальной жизни, то вскоре выясняется, что у него есть серьезные проблемы в эмоционально-волевой сфере, которые могут длиться годами. Это тот случай, когда ребенку ничего не интересно, он не хочет преодолевать трудности, у него нет детской жажды познания.

А дети, которые живут в «системе», и не могут этих правил принять – протестуют, очень страдают и отстают в развитии, но сохраняют «сердцевину», самое ценное. Они способны на глубокую привязанность, они готовы принимать изменения, которые готовит им новая жизнь в семье, потому что в глубине души все время верили, что происходящее с ними – ненормально. И их отставание в развитии, скорее симптом сопротивления, воли к жизни».

Репортаж из коррекционного детского сада

Особое поведение

Родителям, которые принимают в семью ребенка с ЗПР, нужно быть готовым к тому, что первое время их ребенок будет немного не таким, как все. И, прежде, чем он встроится в это общество, пройдет не менее полугода. Это первый период, когда ребенок просто оттаивает после всего, что он пережил.

После полугода начинается следующий период, когда ребенок понимает, что здесь, у приемного родителя, ему комфортно: его здесь приняли, его не обижают, кормят, за ним ухаживают – вроде бы все хорошо. И тогда он начинает прощупывать те границы, за которые можно выйти. В этот момент и появляется то истинное поведение, которым он жил до прихода в семью. И здесь может проявиться все, что угодно, от простых капризов до самого непонятного поведения: например, воровства и порчи имущества. Это тоже проявления задержки развития.

Ребенок с ЗПР требует ежедневного повышенного внимания. Вот мама куда-то уходит, и ребенок сразу же интересуется: куда? У него возникает тревога, что она может уйти навсегда. И на фоне этой тревоги он ни о чем больше не может думать, кроме как о том, вернется мама или нет.

Когда ребенок идет в школу, он требует постоянного внимания от учителя. Обычный ребенок без явных симптомов ЗПР просто выполнит задание, и будет ждать следующего, ведя себя, по мнению учителя, адекватно. А ребенок с задержкой развития может или бросить задание, которое ему не по силам (и реакции будет непредсказуемая: плач, истерика или замыкание в себе), или наоборот, выполнив задание, будет требовать еще, еще и еще.

Игорь Соловьев, директор Детской деревни-SOS в Пскове:

«Мы все эти этапы прошли в Детской деревне. Сначала дети выжидали: вот мы такие хорошие, будем себя правильно вести, чтобы нас никуда не отдали. Потом, спустя примерно полгода, стал проявляться характер: это хочу, а это не хочу, это делать буду, а это не буду. И только спустя год, а некоторые дети и два года, оттаяли и поняли, что здесь все стабильно, что здесь каждый день все будет, как и есть сейчас. Будет школа, будет заботливый человек, который каждый день рядом, будет хорошая еда. Не нужно заглядывать в холодильник, осталось там что-то или нет. Не нужно ходить попрошайничать, чтобы что-то поесть. Проходить вместе с детьми эти этапы, конечно, тяжелый труд, но он обязательно даст свои результаты, хоть и не сразу».

В школе

Родителям, воспитывающим ребенка с ЗПР, нужно реально оценивать его силы, и определиться с его уровнем. Если ребенок учится на «тройки», возможно, это его максимальный результат. И здесь важно не загнать его в угол постоянным прессингом, когда родитель хочет, чтобы ребенок получил эту невероятную для него «четверку».

Надо разглядеть, в чем ребенок еще успешен. Может быть, он будет хорош в спорте, и, как спортсмен, достигнет больших результатов, нежели в математике и русском языке,

которые сложны для его понимания? Спорт – сильное организующее явление. Он построен на выполнении определенных упражнений определенное количество раз, будь то индивидуальные или командные виды спорта. И если не выполнять эти упражнения, то успеха не достигнуть. Спорт для ребенка с ЗПР – это развитие волевой сферы, внимания и памяти.

Так же важны занятия музыкой. Многие дети с задержкой развития, неуспешные в школе, благополучно занимаются музыкой, ведь у них может быть свой механизм восприятия звуков и ритма. Есть много примеров, когда ребенок с задержкой обладает отличным слухом, легко запоминает мелодию, интервалы, пишет сложные музыкальные диктанты. Существуют методики, когда педагоги, подмечая это, сначала занимаются с ребенком музыкой, а затем и математикой. И ребенок на фоне успехов на музыкальном поприще дает хорошие результаты в точных науках.

Многие, занимаясь музыкой, посещают еще и танцевальные кружки, ведь танец без музыки невозможен: это и ритм, и способность координировать свои движения. Это великолепно развивает ребенка, поэтому родителям можно пробовать все направления. Но при этом важно не перегрузить ребенка. Если его замучить кружками, включится механизм самозащиты, то результат будет обратным.

Концентрация внимания и ритм восприятия у детей с ЗПР иные, чем у обычного ребенка. Поэтому на уроках они элементарно не успевают. Но если в школе создан класс с педагогической поддержкой, то материал там дается подробнее, чтобы ребенок понял, что за чем следует.

Родителям все это нужно учитывать, и не бояться того, что ребенку поставят диагноз. Практически в любом городе России существуют школы, где задержку успешно корректируют: ребенок там учится до 4-5 класса, а потом спокойно переводится в обычный класс. Здесь многое зависит от того, насколько эффективным будет взаимодействие родителя с учителем. Если учитель отслеживает динамику развития ребенка, делится этим с родителем, а родитель воспринимает эту информацию, то тогда есть и успех. А если учитель дает рекомендации, а у родителей – лишь завышенные требования, то и диалога не будет.

Игорь Соловьев, директор Детской деревни-SOS в Пскове:

«Все успешно корректируется. Когда мы забирали детей из детских домов, то многие педагоги из обычной школы не верили, что эти ребята способны на многое. Ребенок с изначально не очень хорошими данными как ученик, без привычки учиться, со спорными диагнозами, и вот он попадал в массовый класс. Учителя говорили: «Вряд ли он сможет каким-то образом потянуть нашу программу». Но именно комплекс мер, связанный и с медикаментозной поддержкой, и психолого-педагогической, просто добрым отношением к ребенку, уважением к нему, любовью, снимает многие из этих проблем. Важно, чтобы потом ребенок встроился в ту обычную жизнь, которая будет происходить вокруг него. Чтобы он стал обычным гражданином нашей страны: умеющим работать, не потерявшим свою семью, заботящимся о своих детях».

Комплексное лечение ЗПР

И дома понадобится терпение. Не надо стремиться получить от ребенка с ЗПР результат максимально быстро. Простой пример: есть дети, которые не умеют чистить зубы. И родителю может понадобиться чистить с ним зубы целый год, чтобы ребенок, вставая с

утра, уже без напоминаний шел в ванную. Шел не потому, что ему часто напоминали: «у тебя будет кариес, и зубы выпадут». А потому, что его планомерно к этому приучали, чисто механически. Может потребоваться несколько месяцев строгого контроля, когда придется стоять и смотреть, как ребенок чистит зубы, моет щетку, ставит все на место, вытирает руки, чтобы только после этого позволять ему выйти из ванной. Если просто напоминать – ничего не получится. Можно говорить до бесконечности, и повторять одно и то же могут разные люди. Но ребенок все поймет только тогда, когда это войдет в привычку.

Есть одно деликатное, часто встречающееся проявление ЗПР: ночной энурез, а иногда и дневной. Тяжесть этого симптома зависит от психического состояния, в котором находится ребенок. Как правило, если ребенок попадает в благоприятную среду, энурез со временем уходит. Из этого не нужно делать трагедии. Для того, чтобы справиться с энурезом, нужен труд, терпение и предупредительные гигиенические меры. Но ни в коем случае нельзя стыдить ребенка: «Ты такой большой, а не можешь проснуться, и встать на горшок как все люди». Это не способствует, а только добавляет страха, тревоги и других проблем. У старших детей, если энурез не сняли вовремя, это явление может длиться и до совершеннолетия. Существуют, правда, медикаментозные средства, но это потребует обращения к врачам: психоневрологу, психиатру, которые выпишут определенные лекарства. Впрочем, главное воздействовать пониманием, добром и любовью.

Даже в большой семье, где много братьев и сестер, для ребенка с ЗПР все равно должно выделяться индивидуальное время. Тем более, если в большую семью приходит новенький ребенок, и этот ребенок из детского дома, который будет любыми доступными ему способами добиваться внимания родителей. Он станет отодвигать в сторону других детей, и отвоевывать свое место. И этот процесс будет острым, если родители не замечают этих усилий.

Если маленький ребенок начинает плакать, чтобы позвать маму, то ребенок в 7-8 лет не будет лить слезы, и не подойдет и не скажет: «Поговори со мной». Он сделает таким образом, чтобы его заметили: разобьет что-то, украдет, нахулиганит. Может быть, какое-то время он будет и делать уроки, чтобы его похвалили. Но когда он поймет, что похвалы этой не дожидаться, он начнет другими способами привлекать внимание. Насколько для достижения этой цели у него хватит положительных ресурсов? Может быть, проще и быстрее совершить что-то, что выходит из ряда вон? Тогда да, с ним будут беседовать, и он получит то, чего хотел.

Поэтому специалисты и советуют: для любого ребенка (родного или приемного, не важно) должно быть время, предназначенное для общения только с ним. Это может быть поездка в автомобиле вдвоем, когда нет никого на задних сиденьях. А может быть просто беседа в его комнате: «Привет, можно к тебе зайти? Давай поговорим». Такое общение важно для любого близкого человека, не только для ребенка. Но дети не умеют этого делать, и задача родителя – научить его общаться. Сначала рассказать что-то свое: «Ты знаешь, у меня сегодня был такой день, у меня получилось (или не получилось)... А что было у тебя?»

Помощь со стороны

В одиночку семья вряд ли сможет справиться с воспитанием ребенка с задержкой психического развития на 100% — так, чтобы эту самую задержку корректировать. Для того, чтобы достичь успеха, нужно либо быть фанатиком дела, и уделять ребенку именно столько времени, сколько необходимо, либо все-таки попросить помощи у специалистов.

Помощь понадобится различная, и идеальный вариант, когда к ребенку, как при рождении, прикрепляется патронатная сестра или врач, которые наблюдают за его развитием.

Конечно, родители вправе сказать: мы воспитали своих детей, воспитаем и этого. Это так, да не совсем. Ведь этот ребенок – сирота, он появился в новой семье не естественным путем: не было зачатия, не было периода, когда мама вынашивала ребенка, акта рождения. Это ребенок, который появился таким, какой он есть, зачастую уже сформировавшейся личностью. И вот он пришел в семью со своими навыками и умениями, со своими травмами. И наблюдение специалиста, внешнего эксперта, который не погружен в ситуацию семьи, и не проживает с этим ребенком – такое наблюдение просто необходимо. Такой специалист может приходить иногда и пояснять, что именно он наблюдает и что видит. Он может порекомендовать обратиться к врачу определенной специальности, посоветовать курсы, занятия, терапию, которые помогут снять процессы, мешающие развитию ребенка. И это важно.

Часто можно услышать от родителей: «Мы что, психи, что ли, общаться с психологом?» К сожалению, такой стереотип, когда стесняются даже не психиатра или психотерапевта, а простого психолога, все еще очень распространен. Между тем, прием у такого специалиста – часть заботы о здоровье ребенка. И если родители хотят участвовать в его жизни, то следует внимательно наблюдать за ним, оценивать и анализировать ситуацию, что происходит в тех или иных случаях. Если этого не происходит, то для родителя каждый раз будет открытием, что с ребенком что-то не так. В то же время важно не переборщить, и не стать человеком, который излишне мнителен и всегда ищет готовые рецепты на все возникающие вопросы.

Точки общения родителей детей с ЗПР

1. Форум на [сайте «Дети-ангелы»](#)
2. [Форум многодетных родителей](#)
3. [Развитие детей с ЗПР](#)

Где еще почитать о ЗПР

1. [«Задержка психического развития – не приговор»](#). Статья психолога Людмилы Петрановской.
2. [«Что такое ЗПР?»](#)
3. [«Особенности социальной адаптации детей-сирот с ЗПР»](#)
4. [«Усыновление и ЗПР»](#)
5. [«Если решили усыновить младенца...»](#)
6. [Как перевести ребенка с ЗПР в массовую школу](#)

Лечение ЗПР методом микротоковой рефлексотерапии

Родителям, которые решили принять ребенка с ЗПР, следует знать: впереди – большой труд, который потребует совместных усилий ребенка и взрослого. Нельзя привести мальчика или девочку к психологу, и сказать: «Вот, занимайтесь с ним, а потом верните мне его нормальным». Нет – это обоюдный процесс: родитель получает обратную связь от психотерапевта или психолога, и участвует в процессе коррекции. Тогда это даст самый положительный результат. Иначе эта история будет похожа на то, как тренер по

плаванию стоит на бортике в костюме, и рассказывает ребенку, как нужно плавать. Пока кто-то не покажет, пока не сделает вместе с ребенком, то ничего не получится. На этот счет есть отличное выражение, которое приписывают Конфуцию: **«Расскажи мне, и я забуду. Покажи мне, и я пойму. Сделай вместе со мной, и я научусь».**