

ЖУРНАЛ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ ОСОБЫХ ДЕТЕЙ

СЕДЬМОЙ

СЛЕПЕСТОК

#2 [9]/2012 июль

www.lepestok7.ru



НАРУШЕНИЯ РЕЧИ У ДЕТЕЙ

Как помочь?
Интервью с логопедом
высшей категории
Татьяной Буденной

ШКОЛА ДЛЯ ОСОБЫХ ДЕТЕЙ В США

Записки россиянки из Америки

ПРАВОВОЕ ПРОСВЕЩЕНИЕ

Отвечаем на вопросы родителей

РЕФЛЕКСОЛОГИЯ СТОПЫ

Лечение прикосновением

ДОЛЖНА ЛИ ЖЕНЩИНА БЫТЬ СИЛЬНОЙ?

Психолог и писательница
Ольга Валяева рассуждает о том,
что на самом деле значит
«быть женственной»



ЖУРНАЛ РАСПРОСТРАНЯЕТСЯ БЕСПЛАТНО



Мы благодарны
всем добрым людям, которые внесли
свой вклад в создание этого журнала.

ОСОБАЯ БЛАГОДАРНОСТЬ

Президенту Благотворительного фонда «Лига добра»

Бадалову Норику Егоровичу

за отзывчивость и значительную помощь в издании журнала

Андоновой Ладе Юрьевне (группа компаний ЭЛЕКТРОПУЛ)

за доброту и регулярную помощь в реализации проекта «Седьмой лепесток»

Директору Колесниковой Евгении Михайловне

и коллективу Донской государственной публичной библиотеки

за внимание к проекту и содействие в его реализации

Заведующей сектором Универсального читального зала ДГПБ

Ярушко Людмиле Васильевне

за душевную теплоту и чуткое отношение

к проекту «Седьмой лепесток» и его участникам

Заведующему кафедрой социальных технологий,

доктору философских наук, профессору

Агапову Евгению Петровичу

за внимание к проекту и готовность к сотрудничеству

Замечательному человеку Бондаренко Алле

за пример удивительных человеческих качеств

и содействие в развитии проекта

Кислицыным Татьяне и Егору

за отзывчивость, мастерство и помощь проекту

Фотографам Бессарабовой Алёне и Решетовой Ольге

за отзывчивость и регулярную профессиональную помощь

В НОМЕРЕ

ПИСЬМО ЧИТАТЕЛЯМ — 2

ОБРАТНАЯ СВЯЗЬ — 3

БЛИЦ-ИНФО — 4

ПРОГРАММА ПОДДЕРЖКИ НКО В РЕГИОНАХ

«Центр лечебной педагогики» (г. Москва) реализует программу информационной и методической поддержки регионов по вопросам реабилитации, обучения и интеграции детей с различными нарушениями развития — 6

ПРАВОВОЕ ПРОСВЕЩЕНИЕ

Юристы Нижегородской региональной общественной организации инвалидов «Инватур» отвечают на вопросы, касающиеся прав детей-инвалидов в сфере образования — 7

РЕФЛЕКСОЛОГИЯ СТОПЫ: ЛЕЧЕНИЕ ПРИКОСНОВЕНИЕМ

Особая концепция оздоровления и индивидуальный подход к диагностике и лечению — 22

ЗАПИСКИ О ГАДКОМ УТЕНКЕ

Татьяна Шульман. Рубрика «Моя душа» — 26

ПУСТЬ СКАЗКА ОЖИВЕТ! ЧИТАЕМ И МАСТЕРИМ

Рубрики «Наша мастерская» и «Сказочные страницы» — 30

КАК ЖЕНЩИНЫ СТАЛИ СИЛЬНЫМИ ПОНЕВОЛЕ

Психолог и писательница Ольга Валяева рассуждает о том, почему современные женщины «стали сильными», почему это нам мешает и что на самом деле значит «быть женственной» — 32

НАПОЛОВИНУ ПУСТ ИЛИ НАПОЛОВИНУ ПОЛОН?

Ответив на вопросы теста, вы узнаете, кто вы на самом деле — оптимист или пессимист. Продолжение. Начало в № 1 (8) 2012 — 40

БЛОКНОТ

Полезные адреса и телефоны — 45



ЛЮБИТЬ И ВЕРИТЬ

8

Ольга Валяева известна как психолог и писательница — сегодня ее статьями зачитываются представительницы прекрасного пола. И это совсем не удивительно, ведь она «вдохновляет женщин быть женщинами». Как выяснилось, многим современным женщинам непросто раскрыть в себе женственность. Социальные стереотипы, необходимость или стремление «быть сильной», попытки кому-то что-то доказать приводят к тому, что женщины забывают о своей сути и предназначении, о своей природе. Ольга уверена, что одно из важнейших предназначений женщины — это материнство. Мы попросили замечательного психолога, писательницу и маму стать героиней рубрики «Судьба» и поделиться с нашими читателями своими размышлениями и опытом. Ведь старший сын Ольги — особый ребенок.



ВЫСШАЯ ПСИХИЧЕСКАЯ ФУНКЦИЯ

12

ПОЧЕМУ ВОЗНИКАЮТ ЛОГОПЕДИЧЕСКИЕ ПРОБЛЕМЫ И КАК ИХ РЕШАТЬ

Человеческий детеныш — самый беспомощный на Земле: он не умеет самостоятельно передвигаться, добывать себе пропитание и без опеки взрослых может погибнуть. Но, как ни парадоксально это звучит, эта беспомощность — прямое следствие удивительных свойств человеческого мозга, который таит в себе множество ресурсов. Ведь человек — существо не только биологическое, но и социальное. Только у «хомо сапиенс» в процессе развития формируются высшие психические функции, важнейшей из которых является речь. Речь — основной механизм мышления и сознательной деятельности человека, база для формирования личности. Что же делать, если речевое развитие нарушается? Как помочь ребенку с логопедическими проблемами? Об этом и многом другом мы побеседовали с опытным специалистом — логопедом высшей категории Татьяной Васильевной Буденной.



ШКОЛА В АМЕРИКЕ: ЗАПИСКИ ОСОБОЙ МАМЫ

34

В прошлом номере мы опубликовали статью мамы особого ребенка, переехавшей из Зеленограда в США. Из нее вы смогли узнать о том, как строится реабилитация особых детей в Америке, о специальных домашних программах для таких детишек, об отношении к людям с нарушениями в развитии в США. Статья вызвала большой читательский интерес — многие из вас просили опубликовать продолжение. Мы прислушались к вашим пожеланиям, и в этом номере вы снова сможете прочесть рассказ о жизни российской семьи с особым ребенком в Америке. Сегодня вы узнаете об обучении детей с нарушениями в развитии в Соединенных Штатах Америки, а также о том, как ведут беременность и принимают роды в США.

СЕДЬМОЙ ЛЕПЕСТОК
ЖУРНАЛ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ ОСОБЫХ ДЕТЕЙ

№2 (9)
ИЮЛЬ
2012

СМИ зарегистрировано в Управлении
Роскомнадзора по Ростовской области.
Свидетельство о регистрации
ПИ № ТУ 61-00147 от 24 марта 2009 г.
Учредитель Ксения Берковская.

Распространяется
бесплатно.

Над номером работали: Елена Житнова
(рубрика «Наша мастерская», статья «Школа
в Америке»), Алена Бессарабова (фото).
Корректор: Светлана Шестак.
Верстка и дизайн: Павел Берковский.
Фото на обложке: Ольга Валяева с сыном (фото
из семейного архива).

Подписано в печать 14 июля 2012 г.
Отпечатано: ИП Жукова В. И.
г. Ростов-на-Дону, ул. Чехова, 37, к. 4.
Заказ № 175 ж от 16 июля 2012 г.
Тираж: 3000 экз.

Руководитель проекта: Ксения Берковская,
(863) 256-22-80, e-mail: lepestok7-rnd@yandex.ru
Редактор: Оксана Берковская, 8-903-431-15-48,
e-mail: lepestok7_red@mail.ru

Реклама в журнале: (863) 256-22-80, e-mail: lepestok7-rnd@yandex.ru

Адрес редакции: 344090, г. Ростов-на-Дону, Мильчакова, 118, к. 45.

Почтовый адрес редакции: 344090, г. Ростов-на-Дону, а/я 4869.

Интернет-сайт: lepestok7.ru

Информация, содержащаяся в издании, носит рекомендательный характер.
В каждом отдельном случае необходима консультация специалиста.

Журнал не публикует заказные статьи рекламного характера.

Мнение редакции может не совпадать с мнением авторов.

Журнал для родителей особых детей «СЕДЬМОЙ ЛЕПЕСТОК»
не оказывает материальную помощь читателям.

Все права защищены. Перепечатка и любое использование материалов возможны
только с письменного разрешения редакции. Пересылая тексты, фотографии и
другие графические изображения, отправитель выражает тем самым свое согласие
на использование присланных материалов в журнале. Присланные тексты,
фотографии и другие графические изображения не возвращаются и не рецензируются.



ПИСЬМО ЧИТАТЕЛЯМ

— *Нельзя же поверить в невозможное!*

— *Просто у тебя мало опыта. В твоём возрасте я уделяла этому полчаса каждый день. В иные дни я успевала поверить в десяток невозможностей до завтрака!*

Льюис Кэрролл. Алиса в стране чудес

Дорогие читатели, здравствуйте!

Перед вами необычный номер. Необычность заключается не только в том, что увеличен тираж издания. Хотя это само по себе невероятно значимое событие.

За то время, пока новый номер шел к своему читателю, с ним и со всей редакцией происходили различные события. И хорошие, и такие, которые, на первый взгляд, хорошими назвать сложно. Тем не менее все события и обстоятельства самым волшебным образом сложились, как в детском калейдоскопе, в причудливый узор.

Новый номер не содержит, например, рубрики «Адреса помощи» как таковой — читатели не найдут статьи о каком-либо конкретном учреждении или организации. Тем не менее большой блок материалов посвящен очень важному адресу, по которому можно получить помощь, черпать силы и вдохновение. И этот адрес известен, только зачастую не востребован. Он находится внутри каждого из нас.

Некоторые специалисты, с которыми нам посчастливилось сотрудничать, утверждают, что ни одному особому ребенку нельзя помочь, пока не будет оказана помощь его родителю.

Многие родители рассказывали, что какие-то конкретные ощутимые сдвиги в развитии их детей проявились именно после того, как они, родители, занялись своей собственной жизнью. Когда пуповина, связывающая крепко-накрепко их с ребенком, настолько ослабла, что стала почти незаметной. Ведь часто — только оглянитесь вокруг! — родители и дети напоминают единый неделимый организм.

Синхронные движения, взгляд в одном направлении, ходьба «шаг в шаг». Многие мамы даже дышат в унисон со своим ребенком...

И только тогда, когда родители понижают и принимают себя и свою собственную природу, когда они, найдя свое Предназначение, могут дышать полной грудью и жить полной жизнью — только тогда они в состоянии помочь своему ребенку. Иногда это кажется невозможным. Просто невероятным! Сразу же находится целая куча причин и следствий, объясняющих, «почему нет». Мы же взрослые умные люди! Мы можем привести тысячу и один аргумент в пользу старой, не вполне комфортной, но до боли знакомой жизни. Но подумайте: чувство вины, ощущение «креста», который мы обречены тянуть всю оставшуюся жизнь, депрессия, плохой сон, дни, полные тревог и разочарований, — разве это жизнь?

На самом деле, стоит только попробовать. Изменить что-то в себе и в своем привычном стереотипе мышления — это почти то же самое, как ходить по битым стеклам. Кажется, что этим могут заниматься только йоги. Так же думали и мы сами когда-то. Теперь же мы часто предлагаем своим друзьям и знакомым походить по стеклам, утверждая, что это не больно. И даже приятно:) Конечно, нам не верят сразу. Но большинство, преодолевая свой страх и неуверенность, всё-таки рискуют это сделать. И, знаете, именно те, кто больше всех опасался и сомневался, проникается к этому очень даже экстремальному времяпрепровождению наибольшей симпатией. Они делают это снова и снова.

Ходят кругами вокруг коврика с кучкой бутылочных осколков. Им очень-очень нравится! Нравится то чувство внутренней свободы, которое дарит осознание преодоления своих страхов и опасений. Чувство легкости и веры в себя, в свои силы. Они торжествуют и празднуют собственную победу — ведь общеизвестно, что ходить по стеклам небезопасно. А ты взял и пошел! Ты сделал не-воз-мож-но-е!

Конечно, это непросто — взять и пойти по стеклам. Необходимо знать несколько секретов. В них-то всё и дело! Если узнать, каким именно образом наступать на стекла или ложиться на них спиной, то можно с легкостью делать и то и другое без единой царапинки. Так же и в жизни. У нее есть свои секреты. Во Вселенной существуют свои законы. И, к большому сожалению, нас не учили им в общеобразовательной школе. А если постичь эти премудрости и придерживаться их, то можно научиться жить полной гармоничной жизнью.

Если помните, в одном из своих писем читателям мы как-то рассказывали, что обнаружили тесное переплетение наших личных судеб с судьбой проекта. От номера к номеру мы развиваемся и, как нам кажется, становимся более мудрыми. Мы учимся доверять обстоятельствам и быть благодарными за уроки и опыт. Так случилось и теперь. Наш причудливый жизненный узор сложился в новый номер, который мы с любовью передаем вам, своим читателям. И верим, что каждый увидит в нем свой собственный неповторимый орнамент, которым сможет любоваться в дальнейшем. Ведь всё в наших с вами руках, правда?

Дорогие читатели!

Мы уверены, что среди вас есть немало людей, готовых поделиться своим опытом, знаниями, жизненными взглядами и впечатлениями. Пожалуйста, пишите в редакцию журнала «Седьмой лепесток», и, возможно, в одном из номеров появится именно ваша статья.

Вы можете прислать:

- собственную жизненную историю (в рубрику «Судьба»);
- отзывы о журнале «Седьмой лепесток» или о статье из любого номера журнала;
- материал в одну из рубрик нашего журнала: «Медицинская планета», «Иду вперед», «Маяк», «Адреса помощи», «Социальная защита».

Авторы лучших материалов будут награждены билетами в Трогательный зоопарк (г. Ростов-на-Дону): вы получите три билета.

Лучшие статьи будут напечатаны в журнале «Седьмой лепесток», а их авторы получат подписку на наше издание: редакция будет регулярно высылать на указанный адрес каждый новый номер. Будем очень рады сотрудничеству!

Материалы отправляйте на электронный адрес редактора журнала Оксаны Берковской: lepestok7_red@mail.ru.

За дополнительной информацией обращайтесь по телефону: 8-903-431-15-48.

ОБРАТНАЯ СВЯЗЬ



Здравствуйте, дорогая редакция!

Я с нетерпением жду каждый номер вашего журнала. И когда «Седьмой лепесток» наконец оказывается у нас дома, я его с большим интересом изучаю. А в последнее время интерес к вашему изданию проявляет и моя девятилетняя дочь Маша — ведь «Седьмой лепесток» очень яркий и красочный, в нем много фотографий и рисунков. Но больше всего Маша, конечно, любит рубрику «Наша мастерская».

Последний номер она практически не выпускала из рук целых три дня — даже брала читать журнал на ночь. Особенно поразила Машу поделка из макарон. И в конце концов дочка сказала мне: «Мама, это обязательно надо сделать!»

Безусловно, я с радостью согласилась. Мы с дочерью пошли в магазин и выбрали макароны для будущих

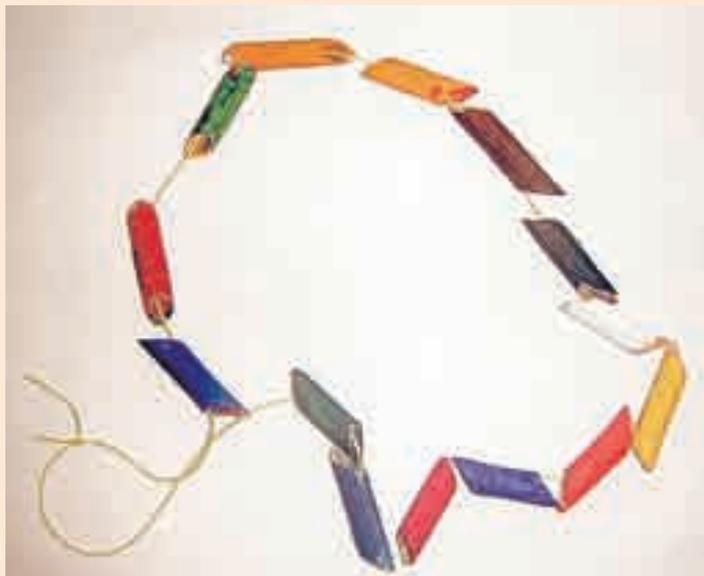


По описанию из журнала «Седьмой лепесток» Маша сделала замечательного барашка...

поделок. А потом и началось собственно творчество. Конечно, я немного помогала Маше. Например, выполнила заготовку для барашка (вырезала фигурку из бумаги). Помогла сделать приспособление для покраски макарон из палочки для шашлыка и пластилина. Но все цвета Маша выбирала сама. И творил ребенок уже совершенно самостоятельно (ну, если не считать инструкции в вашем журнале)! В результате получились красивые цветные бусы и замечательный барашек.

Получается, что благодаря вашему журналу моя дочка проявила инициативу (загорелась поделкой) и нашла себе замечательное занятие. И я хочу сказать всем участникам проекта «Седьмой лепесток» большое спасибо за журнал! Его с нетерпением жду не только я, но и моя дочь. Он у нас теперь семейный.

**С любовью и уважением к вашему труду,
Светлана Широкова (по e-mail)**



... и красивые цветные бусы!

Отвечает редактор журнала «Седьмой лепесток» Оксана Берковская

Дорогая Светлана!

Спасибо Вам за замечательное письмо! Благодаря ему улучшилось настроение у всех, кто причастен к выпуску журнала «Седьмой лепесток». Мы всегда говорим, что нам очень важно получать подтверждение того, что наш журнал помогает людям. Вдвойне приятно было узнать, что наше издание не только приносит пользу родителям, но и доставляет радость детям. А как

это ценно для Елены Житновой, которая является постоянным автором рубрики «Наша мастерская»!

Мы очень рады, что журнал вам нравится. Очень трепетно осознавать, что наша читательская аудитория растет. И что страницы «Седьмого лепестка» порой переворачивают юные читатели. Мы будем очень стараться для того, чтобы наше издание могло быть интересным и полезным для всех вас!

Дорогие читатели!

**Журнал для родителей особых детей «Седьмой лепесток»
выходит на средства от благотворительных пожертвований
частных лиц и организаций.**

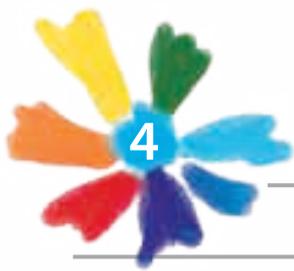
**Бесплатно распространяется в печатном виде и в сети Интернет.
Вы можете поддержать издание и помочь ему развиваться!**

Будем рады Вашей помощи!

Подробнее по телефону (863)256-22-80

и по электронной почте: lepestok7-rnd@yandex.ru





Скоро в Ростове-на-Дону откроется первая Вальфдорская школа

1 сентября 2013 года начинает работать первая в Ростове-на-Дону Вальфдорская школа. Это смогло произойти благодаря инициативе родителей, объединивших свои устремления и усилия.

1 сентября 2011 года начался организационно-подготовительный этап: ведется предварительная запись в первый класс детей 2006 года. Для родителей, готовых через год перевести ребенка из другой школы, открыта запись детей 2005 года рождения во второй класс. **Про-семинар для родителей и подготовительные занятия для детей** начнутся в октябре 2012 года. Тестирование детей на готовность к школе и прием документов будет осуществляться в апреле-мае 2013 года.

Вальдорфская школа имеет статус **негосударственного образовательного учреждения**. К сожалению, в данный момент школа не имеет собственного помещения — местонахождение учебного заведения будет определено за полгода до его открытия. За этот срок учредители обещают подготовить арендованное помещение для получения лицензии на право осуществления образовательной деятельности.

Стоимость обучения в школе будет рассчитываться исходя из стоимости аренды помещения и ежемесячных расходов школы. Согласно закону об образовании, школа в обязательном порядке будет проходить аккредитацию по результатам тестирования каждого второго выпуска. После аккредитации школа имеет право на выдачу официального аттестата.

Дополнительную информацию ищите на сайте школы: <http://walfdorf-don.ru>

Цикл семинаров для специалистов в Ростове-на-Дону

В середине весны 2012 года завершился восьмимесячный цикл семинаров для специалистов в области **особого детства** «Формы и содержание оказания психолого-педагогической помощи и поддержки семьям детей с ограниченными возможностями». **Организатором цикла методических семинаров выступил центр помощи семьям детей с ограниченными возможностями «Содействие» при поддержке кафедры специальной и практической психологии и кафедры коррекционной педагогики ПИ ЮФУ.**

Участники мероприятия отмечали, что цикл методических семинаров позволил не только познакомиться с актуальными формами

и методами организации последовательных этапов коррекционно-развивающей помощи, расширить методический инструментарий и овладеть навыками проведения практических занятий (интегративные танцы, арт-терапия, игротерапия и т.п.).

В ходе семинаров можно было обсудить вопросы, возникающие в процессе работы с особыми детьми, а также обменяться практическим опытом с коллегами. По окончании цикла все участники получили сборник материалов цикла семинаров с дополнением в виде диска, содержащего видеозаписи практических занятий, презентации к теоретическим блокам, фотографии занятий и полезную литературу.

25 августа в парке имени Вити Черевичкина пройдет «АРТ-пикник»

В этот день **состоится ежегодный фестиваль творческой молодежи** — на один день территория парка превратится в открытую АРТ-площадку, разделенную на тематические зоны. В рамках мероприятия пройдет большая **фотовыставка работ фотографов Ростова и области, ярмарка мастеров хенд-мейд, выступление музыкальных коллективов различных направлений**. Также в этот день можно будет **посетить мастер-классы по фотографии, ландшафтному дизайну, хенд-мейд и принять участие в арт-кроссе**.

Формат мероприятия выбран не случайно: ведь лето — время отдыха и общения в хорошей компании. И лучшее место для этого — природа! Таким образом, АРТ-пикник — это сочетание культурного времяпровождения и летнего отдыха.

Ссылка на мероприятие Вконтакте:

http://vk.com/art_piknik
Регистрация участников арт-кросса: 25.08.2012 в 9:00.

Открытие мероприятия: 15:00.

По всем интересующим вопросам обращайтесь к Павлу Кучме, лидеру арт-команды «FreezeLight-Art», по телефону: +7-904-343-34-54.

К вашим услугам консультации высококвалифицированных специалистов:

- педиатра
- невропатолога
- ЛОРа
- аллерголога
- иммунолога
- ортопеда

**УЗИ-диагностика. Массаж на дому.
Контрактное наблюдение
ребенка на дому**

**Ростов-на-Дону, ул. Зоологическая, 30А,
тел.: (863) 2-482-071, 21-9999-0**

Имеются противопоказания. Необходима консультация специалиста

Детский Медицинский Центр
«МОЙ МАЛЫШ»



**Филиалов
нет!**



Помощь детям с онкогематологическими заболеваниями в Ростове-на-Дону

Весной 2012 года в донской столице был **зарегистрирован новый благотворительный фонд, специализирующийся на оказании помощи в лечении и реабилитации детей с онкологическими заболеваниями.**

Несмотря на то что зарегистрирован фонд совсем недавно, деятельность по оказанию помощи семьям с детьми, страдающими раковыми заболеваниями, началась несколько лет назад.

В рамках Благотворительного фонда помощи детям «Доброе дело» выросло целое направление.

Волонтеры фонда «Доброе дело» увидели острую необходимость создания отдельного самостоятельного фонда. Так появился новый **Благотворительный фонд «Дарина»**, ставший перед собой следующие задачи:

- сбор средств на лечение и реабилитацию детей с онкологическими заболеваниями;

- помощь детским онкогематологическим клиникам;

- привлечение общественного внимания к проблемам детей с онкологическими заболеваниями;

- организация досуга детей, проходящих лечение в больницах;

- создание волонтерских групп при детских онкогематологических клиниках;

- содействие развитию безвозмездного донорства крови.

На сегодняшний день Благотворительный фонд «Дарина» — единственный в Ростове-на-Дону благотворительный фонд, специализирующийся на комплексной помощи детям с онкозаболеваниями. Новый фонд — яркий пример так называемых родительских организаций, т.е. создан по инициативе самих родителей больных детей.

Учредителями фонда «Дарина» стали родители, потерявшие своих детей от рака, но стремящиеся помочь справиться с тяжким недугом другим детям и родителям. Один из главных девизов деятельности волонтеров фонда «Дарина» — детский рак излечим!

Добрая традиция — встреча с читателями на ежегодном форуме «Мир семьи»

Южно-Российский форум «Мир семьи» — это не просто выставка товаров и услуг для детей и их родителей. Это замечательный праздник, ставший, к большой радости многих, традиционным. Каждый год после череды официальных государственных майских праздников в донскую столицу приходит еще один. Три дня подряд детвора и взрослые могут посещать мастер-классы и семинары, принимать участие в различных конкурсах и фестивалях, получать подарки, веселиться со сказочными героями из Волшебной страны Смешариков и многое-многое другое.

Для журнала «Седьмой лепесток» ежегодный форум «Мир семьи» также стал доброй традицией. Именно в мае на площадке форума «Мир семьи» происходят встречи редакции нашего издания с читателями и сторонниками проекта. Отраднее осознавать, что многие читатели узнают о нашем участии в «Мире семьи» и целенаправленно приходят пообщаться с нами. Так было и в этом году: с 11 по 13 мая к стенду журнала подходили постоянные читатели, с которыми мы знакомы не один год. Приятно было видеть людей, узнавших о специализированном издании для родителей особых детей совсем недавно. Тем для разговора с читателями — огромное количество. Это как вопросы, касающиеся самого издания и нюансов проекта, так и лечение и реабилитация наших детей, психологические и мировоззренческие особенности самих родителей.

Мы очень рады возможности пообщаться с читателями и сторонниками нашего проекта. Не менее приятно встречать на форуме «Мир семьи» различные благотворительные организации. Год от года на выставке их становится все больше! Мы видим в этом признак возрастания социальной активности граждан, в том числе и родителей особых детей.

Редакция журнала «Седьмой лепесток» благодарит инициаторов и организаторов Южно-Российского форума «Мир семьи» за приглашение принять участие в ярком и полезном мероприятии!

Новые поступления в Донской государственной публичной библиотеке

Литература для родителей особых детей и специалистов

1. Вопросы социального обеспечения. — Журнал. № 10, 2012.
2. Супер-мама. — Журнал для родителей. №3, июнь-июль 2012.
3. Дименштейн Р. Права особого ребёнка в России: как изменить настоящее и обеспечить достойное будущее. Руководство для родителей, социальных адвокатов и работников системы образования и сферы реабилитации. — Москва, 2010.
4. Казаковская В.В. Вопрос и ответ в диалоге «взрослый — ребенок». — Москва, 2011.
5. Копытин А.И. Арт-терапия психических расстройств. — Санкт-Петербург, 2011.
6. Реуцкая О.А. Другой мир «особого» ребенка: помощь, уход, развитие. Книга для родителей. — Ростов н/Д, 2011.
7. Щербинина Ю.В. Речевая агрессия. Территория вражды. — М.: «Форум», 2012.

Это может пригодиться!

8. Аренда и купля-продажа недвижимости: комментарии и образцы документов. — Москва, 2012.
9. Тихомиров А.В. Комментарий к жилищному кодексу Российской Федерации с образцами правовых документов. — Москва, 2012.
10. Некоммерческие организации: правовое регулирование, бухгалтерский и налоговый учет в свете последних изменений законодательства. — М.: «АБАК», 2012.
11. Интернет-магазин: с чего начать, как преуспеть. — СПб.: «Питер», 2012.

12. Картрайт Питер. Кирпичная кладка. Уроки мастера. — СПб.: «БХВ-Петербург», 2012.

Это интересно!

13. Марков А. Эволюция человека. В 2 кн. — М.: «Астрель», 2012.
14. Николас Дж., Роберт М. и др. От нейрона к мозгу. — М.: «Книжный дом», 2012.
15. Басманова Э. Старинный цветочный этикет: цветочные традиции и цветочный этикет в частной и общественной жизни России XVIII — начала XX века. — М.: «Белый Город», 2012.
16. Королевские дворцы. Мир вечной красоты. — М.: «Астрель», 2012.
17. Там, где живет любовь: самые романтические места мира. — М.: «Белый город», 2012.
18. 1000 лучших мест Земли, которые нужно увидеть за свою жизнь. — М.: «Эксмо», 2012.

Для души

19. Володин Д., Пришкевич Г. Братья Стругацкие. — М.: «Молодая гвардия», 2012.
20. Гарсия Маркес. О любви и прочих бесах. — М.: «Астрель», 2012.
21. Казаков М.М. Встречи и расставания. — М.: «Зебра», 2011.
22. Ирвинг, Дж. Мир глазами Гарпа. — СПб.: «Азбука», 2012.
23. Петрушевская Л. Котенок Господа Бога. Рождественские истории. — М.: «Астрель», 2012.
24. Пристли Д.Б. Добрые друзья. — М.: «Астрель», 2012.



Люди с нарушениями развития не должны быть изолированы от социума. Социальная интеграция детей, подростков и молодых людей с нарушениями развития становится всё более актуальной задачей в России.

ПРОГРАММА ПОДДЕРЖКИ НКО В РЕГИОНАХ



К сожалению, основная часть государственных образовательных учреждений на практике не имеет возможности принимать учащихся с тяжелыми и множественными нарушениями развития.

Большинство специалистов системы общего образования не владеет достаточной информацией о том, как обучать детей с нарушениями в развитии, несмотря на то что количество таких ребят постоянно растет. Зачастую родители особых детей тоже не имеют информации о том, как и где их дети могут получать помощь. **Таким образом, очевидна необходимость создания единого информационного пространства по проблеме особого детства, подготовка кадров и распространение передового опыта.**

С января 2012 г. региональная благотворительная организация «Центр лечебной педагогики» (г. Москва) реализует программу «Оказание информационной, консультативной и методической поддержки социально ориентированных некоммерческих организаций регионов России в сфере реабилитации, обучения и интеграции лиц с различными нарушениями развития» при поддержке Министерства экономического развития РФ.

Основная цель программы — оказание информационной, консультативной и методической поддержки социально ориентированным некоммерческим организациям (НКО) и специалистам регионов России по вопросам социальной адаптации инвалидов и их семей.

РБОО «Центр лечебной педагогики» (ЦЛП) оказывает помощь детям, под-

росткам и молодым людям с различными нарушениями развития. Ежегодно в ЦЛП помогают более чем 1000 семей с особыми детьми — с 1989 года около 13 000 семей получили помощь. За 22 года работы Центра накоплен большой опыт работы с детьми и подростками, имеющими тяжелые и множественные нарушения — специалисты ЦЛП помогают своим подопечным реализовать свой потенциал, интегрироваться в общество и жить полной жизнью. Специалисты Центра много лет сотрудничают с зарубежными партнерами, используют современные методики работы с особыми детьми и готовы поделиться своими знаниями.

Выделенные средства позволили за первые месяцы программы провести в Москве на базе ЦЛП курсы повышения квалификации для специалистов. Они были посвящены обучению и социальной интеграции детей с различными нарушениями развития. Всего с начала реализации программы проведено 40 обучающих мероприятий, в которых приняли участие сотрудники НКО из 19 регионов, всего более 750 человек. Организуются круглые столы, на которых обсуждаются вопросы законодательства и правовой защиты людей с нарушениями развития.

Организуются также выездные мероприятия. В результате *более 7000 специалистов из многих регионов России повысили свою квалификацию и прошли обучение в Центре*. Семинары и мастер-классы проводились в организациях Оренбурга, Владикавказа, Котласа (Архангельская область), Владимира, Казани, Павловска (Ленинградская область). Получены запросы на обучение еще от 50

организаций из разных регионов России. Образовалось информационное сообщество профессионалов, объединяющее 500 организаций из 56 регионов РФ, с которыми в ЦЛП поддерживают контакты.

Также ЦЛП консультирует руководителей общественных организаций, специалистов и родителей по вопросам организации и содержания обучения, реабилитации и социальной интеграции детей и молодежи с различными нарушениями развития.

Во всех 83 регионах России будет издан и распространен **пакет методических материалов и печатных изданий** об опыте обучения и интеграции, методах и приемах работы с детьми, имеющими тяжелые и множественные нарушения развития. Данный пакет материалов бесплатно получают все общественные организации, участники программы, а также руководители департаментов/министерств образования во всех регионах России.

В рамках проекта также появилась возможность **провести исследование**, которое позволит оценить, какие виды помощи людям с нарушениями развития доступны в разных регионах, с какими трудностями сталкиваются социально ориентированные организации России и в чем наиболее остро нуждаются. Кроме того, исследование поможет выяснить, как строятся отношения НКО с органами власти и с государственными учреждениями и какая государственная помощь необходима НКО для повышения эффективности их работы. Используя эти результаты, планируется описать успешный опыт взаимодействия, который можно будет распространить в других регионах.

Выездные мероприятия в регионах

Владикавказ (Северная Осетия)



Котлас (Архангельская область)

Смоленск





Дорогие читатели!

Сегодня в рубрике «Правовое просвещение» вы получите ответы на некоторые вопросы, касающиеся прав детей-инвалидов в сфере образования. Мы публикуем материалы из брошюры «Права инвалидов. Ответы на часто задаваемые вопросы», выпущенной в рамках проекта «Правовое партнерство» американской ассоциации юристов в 2012 году.

Издание разработано Балыкиным Дмитрием Георгиевичем и Князевой Екатериной Викторовной, юристами нижегородской РООИ «Инватур». Документ можно полностью найти в Интернете по адресу: http://rlpp.ru/files/0/Prava_gr_i-dostup/brochures/Pravainval.pdf

Может ли ребенок-инвалид находиться в ДОУ вместе с сопровождающим его лицом в том случае, если нуждается в этом?

Согласно письму Минобразования РФ от 30 марта 1994 года № 212/19-12 «О направлении пакета образцов документов, реализующих Типовое положение о дошкольном образовательном учреждении в Российской Федерации», родители (лица, их заменяющие) **имеют право присутствовать в группе**, которую посещает ребенок, на условиях, определенных договором между ДОУ и родителями. В случае если родителя заменяет другое лицо, его необходимо указать в договоре между ДОУ и родителем. Необходимо представить администрации ДОУ письменное заявление родителя (законного представителя) с указанием такого лица и его медицинские документы.

Что необходимо для приема ребенка-инвалида в коррекционную школу?

Согласно Закону РФ «Об образовании», дети и подростки с ограниченными возможностями здоровья направляются в коррекционные школы органами управления образованием **только с согласия родителей** (законных представителей ребенка) по заключению психолого-медико-педагогической комиссии.

В этом году моя дочь, имеющая инвалидность, начнет посещать детский сад. Скажите, предусмотрены ли в нашем случае какие-нибудь льготы по оплате за МДОУ?

По закону дошкольное образование является бесплатным, однако *часть 1 статьи 52.1 Закона РФ «Об образовании»* позволяет учредителям образовательных организаций, реализующих основную общеобразовательную программу дошкольного образования, устанавливать плату, взимаемую с родителей или законных представителей (далее — родительская

плата), за содержание ребенка в указанных учреждениях, если иное не установлено законом.

Пункт 2 части 2 той же статьи устанавливает, что **«за содержание детей с ограниченными возможностями здоровья, посещающих государственные и муниципальные образовательные учреждения, реализующие основную общеобразовательную программу дошкольного образования, а также детей с туберкулезной интоксикацией, находящихся в указанных образовательных учреждениях, родительская плата не взимается».**

Моему сыну 5 лет. Диагноз — синдром Дауна. В прошлом месяце он проходил обследование в ПМПК, по результатам которого комиссия вынесла заключение, согласно которому ему рекомендовано воспитание на дому. Правомерно ли это? Я хотела бы, чтобы в целях социальной адаптации мой ребенок посещал ДОУ.

Отвечая на этот вопрос, необходимо отметить следующее: согласно *международным договорам Российской Федерации, Конституции нашей страны и Закону «Об образовании»*, **право на образование имеют все дети независимо от их состояния здоровья.**

Исходя из этого, заключение ПМПК о признании детей необучаемыми или иным образом ограничивающее их право на образование **противоречат закону**, а также самой сути деятельности этой комиссии. В случае вынесения таких заключений рекомендуем родителям обращаться с жалобами в вышестоящую ПМПК или в органы образования, а при безрезультатности этих обращений — в прокуратуру или в суд.

Сейчас много говорится о внедрении инклюзивного образования. Что это такое и для каких детей оно предназначено?

Инклюзивное (или «включенное») образование — термин, используемый для описания процесса обучения детей с осо-

быми потребностями, в том числе и детей с инвалидностью, в общеобразовательных (массовых) школах.

В основу инклюзивного образования положена идеология, которая исключает дискриминацию, обеспечивает равное отношение ко всем детям, одновременно учитывая их индивидуальные образовательные потребности. Опыт показывает, что *определенная часть детей нередко выбывает из любой жестко регламентированной образовательной системы*, потому что последняя не готова к удовлетворению их индивидуальных образовательных потребностей. Это не только дети, имеющие различные формы инвалидности, но и дети, имеющие задержку в развитии (но не имеющие инвалидности), дети, плохо владеющие языком обучения, одаренные дети и т. п. Количество таких детей составляет до 15% от общего числа обучающихся.

Важно понимать, что не дети терпят неудачу ввиду своей инвалидности или иных обстоятельств, а *система исключает детей.*

Инклюзивные подходы призваны поддержать таких детей в процессе получения образования. Они предполагают **доступность образования для всех детей по месту их жительства независимо от состояния здоровья.** Обучение в инклюзивных школах позволяет всем детям приобрести знания о правах человека и о толерантности, хотя эти предметы им не преподаются специально. В процессе обучения в инклюзивной школе дети с различными формами инвалидности и нормативные дети общаются друг с другом, учатся распознавать и принимать различия, что ведет к уменьшению дискриминации в обществе.

Принципы инклюзивного образования были сформулированы в *Саламанкской декларации «О принципах, политике и практической деятельности в сфере образования лиц с особыми потребностями»*, принятой в июне 1994 года на конференции по образованию лиц с особыми потребностями, проходившей в Саламанке, Испания. **Право инвалидов на инклюзивное образование** было закреплено также и в *Конвенции ООН «О правах инвалидов»*, которую РФ подписала, но еще не ратифицировала.



ЛЮБИТЬ И ВЕРИТЬ

Ольга ВАЛЯЕВА | психолог, писательница, мама двух сыновей



Нашему старшему сыну шесть лет. В июне мы надуваем много-много шариков, зовем гостей и заказываем красивый торт... В общем, устраиваем самый обычный праздник для нашего необычного ребенка. Наш малыш особенный. И не только в том плане, что он самый лучший для нас. Некоторые люди говорят «больной», но я так не считаю. Мне стоило большого труда и смелости написать об этом, хотя это составляет часть моей ежедневной жизни уже три года.

ОТ РЕДАКЦИИ

Ольга Валяева известна как психолог и писательница — сегодня ее статьями зачитываются представительницы прекрасного пола. И это совсем не удивительно, ведь она «вдохновляет женщин быть женщинами». Для кого-то это может прозвучать странно. Зачем женщин учить быть женщинами, а тем более «вдохновлять» на это? Зачем нужны все эти тренинги, семинары и вебинары, расстановки по Берту Хеллингеру?

Конечно, родиться женщиной — это уже само по себе немало. Но, как выяснилось, многим современным женщинам не просто раскрыть в себе женственность. Социальные стереотипы, необходимость или стремление «быть сильной», попытки кому-то что-то доказать приводят к тому, что женщины забывают о своей сути и предназначении, о своей природе. «Наша сила — в нашей слабости», — объясняет Ольга. — Конечно, женщины тоже могут изменить мир и добиться успехов. Но только по своему, по-женски». Об и этом и о многом другом статьи и книги Ольги Валяевой.

Однако на вопрос «кто вы и чем вы занимаетесь?» Ольга всегда отвечает: «Я жена и мама двух мальчишек. Это главное. Остальное — лишь дополнение, штрихи к портрету». Ольга уверена, что одно из важнейших предназначений женщины — это материнство. Мы попросили замечательного психолога, писательницу и маму стать героиней рубрики «Судьба» и поделиться с нашими читателями своими размышлениями и опытом. Ведь старший сын Ольги — особый ребенок.

Прошли те времена, но до сих пор родители атутистов слышат: «Аааа, вы, значит, нанимали няню для прогулок!» Или: «Ну конечно, это потому что вы не кормили его грудью!» Родители особых детей и безо всяких доброхотов заклевали себя самостоятельно. Эти постоянные мысли: «а может, это потому что я в беременность нервничала?», или «это потому что я заболела простудой», или «я зря оставляла его на два часа в день с бабушкой» — они были у каждого. Чем больше я общаюсь с мамочками, тем чаще вижу это хроническое чувство вины.

Но упускается из внимания один важный фактор. Ведь у каждого ребенка есть своя Судьба. Его личный путь, который его душе зачем-то нужно пройти. Почему-то он выбрал именно такой способ получения уроков. И мы, родители, — не Боги.

Данилка безумно красивый ребенок. Наверное, каждая мамочка скажет так же про своего сына. Каждый раз, когда я смотрю в его синие глаза, я тону в них. Его пшеничные волосы всегда пахнут ванилью. Его статные плечи сразу дают понять, что перед тобой маленький мужчина. Внешне он ничем не отличается от сверстников — многих он даже выше на полголовы. Но когда подходишь к нему ближе, то видишь, что что-то не так. Данилка пока не говорит. Точнее, он только начинает разговаривать, общаться. Также ему сложно устанавливать контакт с другим человеком — и глазной, и телесный.

До сих пор помню, как мы в первый раз услышали это слово — «аутизм». Как боль пронзила мое сердце насквозь. Это изменило всю мою жизнь и представления обо всем. И, несмотря на то что это много чего дало мне и нашей семье, я бы никому такого опыта не пожелала.

И грянул гром...

Диагнозы начались, когда Дане исполнилось три года. До этого возраста, по мнению большинства врачей, ребенок имеет право не говорить. Но после трех — уже обязан. нас многие успокаивали, обещая, что малыш вот-вот заговорит, что Эйнштейн заговорил в семь, что начнет Данька болтать сразу предложениями. Но вместо этого в нашу жизнь вошли новые термины — алалия, аутизм, лечение...

Я до сих пор помню этого обычного невролога в детском медицинском центре, которая после двух минут общения с ребенком — если это можно назвать общением — сказала, что наш малыш глухой. Почему она так решила? Может быть, потому что он игнорировал ее отвратительный голос? Но за полчаса до этого он был у окулиста и смирно просидел все процедуры. Может быть, окулист умеет общаться с детьми, а невролог нет?

Мы точно знали, что Данька не глухой. Он прибегает на тихий звук песенки из другой комнаты — он точно слышит. Но тогда что не так? И мы нашли специалиста, которому доверяли наши хорошие знакомые. И именно там — после трех часов общения — прозвучало впервые слово «аутизм». Сказать, что это было громом среди ясного неба — значит не сказать ничего. Я не особо представляла тогда, что такое аутизм, лечится ли это, какие имеет последствия...

По возвращении домой перелопатила кучу литературы и просмотрела несколько видео. Я помню бессонные ночи в поисках ответа и пути. Я помню, как я плакала на кухне и тихо молилась Господу. Мне больше

всего хотелось понять, что происходит и что мне делать. Я не переставала молиться много дней. Мы съездили все вместе к Ксении Блаженной, и я молилась там. При этом не переставала искать материалы в книгах, в Интернете, у знакомых. Мне важно было найти ответы на свои вопросы.

Бог всегда указывает путь

Ответы всегда приходят. Бог всегда указывает путь, если его об этом просят. Мне вспомнилась книга Стивена Кови и история, рассказанная в ней. Один из его сыновей в какой-то момент стал регрессировать — начались проблемы с учебой, с вниманием. Выяснилось, что у ребенка заболевание, которое развивается в определенном возрасте и постепенно сводит к нулю все умственные процессы. Заболевание наследственное и неизлечимое. Папа и мама начали искать путь — они приглашали лучших врачей, покупали дорогостоящие лекарства. Но процесс не останавливался. Сына пришлось забрать из школы и обучать на дому.

Однажды Стивен «в вере и молитве» начал размышлять о том, для чего им дана эта ситуация. Ответ пришел, как всегда, неожиданно. Он осознал, что все его дети являются предметом его гордости. А младший сын не оправдывал надежд родителей. И это внутреннее ощущение, что ребенок должен быть предметом гордости, мешало увидеть в нем Личность.

И тогда Стивен и его жена забрали детей из школы и уехали на Гавайи на год. Они жили в спокойном месте, очень много гуляли и общались со своими детьми. Учились принимать их такими, какие они есть. Учились получать удовольствие от общения с ними. Учились любить бескорыстно.

Прошел год. И болезнь ребенка «испарилась». Никто не понимал, как это произошло. И только Стивен и Сандра, его жена, знали ответ.

Почему именно мой ребенок?

Первое, что я осознала в тот момент — мое отчаянное желание видеть своего ребенка «нормальным» не только не поможет Дане, но и сделает ему хуже. Мне нужно было увидеть Личность за всеми социальными стереотипами. Я начала учиться воспринимать своего сына таким, какой он есть.

Еще несколько десятилетий назад психоаналитики считали, что в аутизме ребенка виновата мама. Более того, на матери ставили некое «клеймо позора», а сына или дочь забирали в специнтернат. Где мать уже никогда не могла встретиться со своим ребенком. А у него не было никаких шансов на выздоровление.





Не нам решать, каким должен родиться наш ребенок и какую жизнь прожить.

Что же с ним не так?

Мой ребенок не типичный аутист, и изначально таким не был. За это время нам ставили несколько десятков диагнозов. Точно сказать, что происходит с ребенком, не смог никто. Сейчас его состояние называют сенсомоторной алалией. И сейчас я понимаю, что диагноз — не самая важная вещь. Важно знать, что что-то не так, и суметь найти верный путь. Диагнозы иногда этому только мешают. Можно всю жизнь бегать за названием болезни. А можно эти силы потратить на поиски пути к Здоровью.

Тем более в случае с аутизмом, где никто точно не понимает причин состояния ребенка. Сейчас я осознаю, что накладывается очень много факторов, которые сплетаются в тугую клубочек. Очень сложно найти конец — чтобы начать распутывать. И процесс получается не таким быстрым, как хочется. Просто проблемы снимаются, как капустные листья — по одной. Обнажая новые просторы для работы. Так было и с Данилом. Мы снимали листик за листиком, при этом открывались новые проблемы и новые возможности.

Я поняла, что на самом деле аутизм — не заболевание. А другой взгляд на мир. Я узнала истории великих аутистов, мой любимый пример — это Тэмпл Грэндин. Я узнала, что аутизм излечим. Существуют дети, мамы которых справились с этим диагнозом. И даже если у ребенка остаются особенности, они уже вписываются в норму.

Если вы мало что знаете об этом, то просто помните, что аутизм — это не

клеймо на лбу. И дети рождаются такими не потому, что мама алкоголичка. Если же аутизм ворвался в ваш мир, не опускайте руки. Ведь у Бога нет рук, кроме ваших. И вашему ребенку очень нужна ваша помощь. Он просит вас об этом, даже если внешне выглядит отстраненным.

И все же — кто виноват

Со временем появилось понимание причин, важных в судьбе нашего малыша. Большинство специалистов сходились во мнении, что огромную роль сыграли прививки, сделанные Данилу по графику, несмотря на явные противопоказания и бурные реакции организма. И именно поэтому я против прививок. И наш младший сын Матвей не получил за свою жизнь ни одного укола с вакциной.

Я увидела, какое влияние на мозг моего ребенка оказывают глютен и сахар. Насколько они увеличивают количество неадекватности и истерик. И увидела своими глазами, как работает диета, хотя многие в нее не верят или ленятся.

Я поняла, как сильно влияет состояние мамы во время беременности, как много значат роды — теперь я верю, что это процесс, который мама с папой должны пройти вместе (хотя бы эмоционально). Как важно, чтобы и после рождения малыша между родителями была гармония.

Я узнала, как важно ставить детям границы. Меня этому никто не учил. Я не понимала, в какой момент ограничения во благо, а в какой — наоборот. И для меня было открытием, что вседозволенность мешает ребенку развиваться. Ведь чтобы расти, ему нужно опираться на родителей. А опереться можно только на нечто твердое.

Важно еще и то, что за чем-то Данилке нужен именно такой путь — и это его

Судьба. Это те Уроки, через которые все мы обязательно должны были пройти.

Конечно, наверняка есть еще что-то, и это что-то может быть не менее важным. В точке здесь и сейчас я могу пока этого не понимать, но это не значит, что оно не существует.

Не больной, а другой

Мой сын самостоятельно передвигается. Практически полностью себя обслуживает. Единственное, что выдает его особенности — это речь. Она пока что не фразовая и не диалоговая. Пока что. Для меня важно другое. Он действительно особенный. Он по-другому видит мир. И вот это на самом деле интересно и стоит внимания.

Он способен увидеть маленький самолет среди облаков. Он сразу заметит поезд на горизонте. У него очень внимательный взгляд, и он быстро все запоминает. Он потрясающе умен. В пять лет он знал весь алфавит и умел считать до двадцати. Причем он научился этому сам. С помощью техники, которую также осваивает самостоятельно.

К сожалению, некоторые видят только диагнозы. Между тем, 25 % программистов в «Майкрософт» — аутисты. Даже сам Бил Гейтс имеет аутичный спектр. Боб Дилан, Ван Гог, Эйнштейн, Ньютон, Спилберг, Линкольн, да Винчи — они больные или гениальные? Темпл Грэндин тоже аутистка. А ведь она потрясающая женщина! Ну и что из того, что она питается только йогуртом и желе! Ведь гораздо интереснее, как она видит мир картинками. Как она чувствует животных. Как она понимает других аутистов. Как она перешагивает через свои страхи и учится общаться с миром. Вот что важно. Мы видим в особых детках проблемы. Но ведь все они обладают и ресурсами!

Семья — самое важное в жизни

Даня — «улиточка». И переезды даются ему непросто.



Папа играет очень большую роль в жизни сыновей. А маме помогает справиться с трудностями.



Рождение брата много дало Даньке. А как любит старшего брата Матвей, как он тянется к нему!





У меня есть знакомый парень, которому сейчас около 25 лет. И много лет назад его отцу сказали, что он никогда не будет ходить и разговаривать. А он бегает. И даже выигрывает соревнования. Он строит бизнес и сам полностью себя обеспечивает. Да, его движения и речь не идеальны. И в том, и в другом видны некоторые сложности. Но разве это важно? Я уверена, что он встретит девушку, которая увидит его потрясающую душу. Ведь он так любит детей, и дети тоже к нему тянутся. А это значит, что у него тоже будут малыши. И он станет самым лучшим отцом.

Что делать с чувством вины

Не каждый родитель это выдержит — я по себе помню. Столько слез пролито и столько душевных мук позади... И слава Господу, что рядом с нами оказались люди, которые нам помогли и помогают до сих пор. Без них мы бы с этим не справились.

Жить с постоянным чувством вины — это только усугублять проблему. Ребенок будет чувствовать, что мама из-за него несчастна. Тогда и его мотивация к выздоровлению будет вялой. Но стоит малышу увидеть, что мама в него верит, любит его и принимает, что-то меняется. Он видит, как мама счастлива от его достижений, и тогда хочет делать новые и новые успехи. Чтобы еще больше радовать свою маму.

Ведь даже если ребенок не смотрит вам в глаза, даже если он не отвечает на ваши вопросы и не дает себя обнять — он любит вас. Потому, что он ваш ребенок. Просто эту любовь он выражает как-то иначе. Делясь с вами любимыми игрушками или едой. Приходя под утро в вашу постель. Стараясь во время занятий. Терпя во время каких-то медицинских процедур.

Да, воспитывать особого ребенка — это по-другому. Нужно перестроить свое понимание процесса воспитания. Нужно научиться видеть глубже. Нужно запастись терпением. Но по мне, так это того стоит. Я ждала слова «мама» четыре с половиной года. И рыдала, когда наконец его услышала. Это точно стоит того.

За диагнозом увидеть ребенка

Смогут ли наши «особые» детки стать обычными? Не нам решать. У каждого человека своя Судьба и свой Путь. Всё, что мы можем — это принимать наших детей такими, какие они есть, и по мере сил и возможностей помогать им. Как садовод, чья яблоня пострадала от ветра или холода. Мы можем создать сейчас для своей яблони хорошие условия и помочь ей поправиться. Но поправится ли она и насколько — это не нам решать. Это не в нашей власти.



вдруг стали очень востребованы. И тогда мы смогли позволить себе больше. Так, например, в 98 году, в марте, я первый раз приехала в Петербург. И окончательно и бесповоротно влюбилась в него. Очень хотела уехать учиться именно туда, но не сложилось. И, наверное, это было верно — ведь в Иркутске я встретила своего замечательного мужа.

АВТОР СТАТЬИ О СЕБЕ

Здравствуйте, дорогие читатели журнала «Седьмой лепесток»! Меня зовут Ольга. Я родилась 1 августа 1982 года в городе Иркутске. Это Восточная Сибирь, рядом с озером Байкал. Меня воспитывала мама — с папой они разошлись еще до моего рождения. Когда мне было два года, папа погиб. Так у меня не осталось возможности познакомиться с ним лично. У меня есть младший брат, родной по отцу. У мамы я одна. До перестройки мы жили очень небогато. Я с года ходила в ясли, потому что маме нужно было зарабатывать нам на хлеб. В деваных годах бухгалтеры

Школьные годы чудесные

У меня были склонности ко многим предметам. Я участвовала во всех олимпиадах и везде занимала места. Химия, физика, математика, русский, литература, английский... Разве что с географией не сложилось — до сих пор долго буду искать на карте какой-нибудь город. Школу я закончила с золотой медалью, и можно сказать, что открыты были почти все дороги.

Лет в 14 решила, что хочу стать психологом. Так сложилось, что ничто другое меня не интересовало. И я готовилась поступать на психологический. В тот год на психфаке еще сдавали математику. Поэтому я готовилась с репетитором по математике целый год.

Моя репетитор была чудесной женщиной. Я очень любила ее. И ее мужа — декана матфака. А она очень любила меня. И решила причинить мне добро:) Посчитав, что с моими мозгами идти в психологию — значит обречь себя на голодное существование, она решила поговорить с моей мамой. После долгих часов телефонных бесед они начали уговаривать меня закончить матфак, а потом уже получать второе высшее по психологии. Чтобы не остаться голодной. Чтобы иметь диплом международного образца. И так далее.

Я долго не поддавалась. Перспектива пять лет копать с формулами меня не прельщала. Но перспектива получить домашний компьютер — другое дело.

Судьбоносный матфак

Так получилось, что я сдалась. И провела пять лет на математическом факультете Иркутского государственного университета на специальности «Прикладная математика».

Там я получила огромный опыт. Например, освоила Интернет, аську, почту, чаты. Научилась сдавать то, что никогда не учила:) И даже диплом умудрилась не писать. Хотя и закончила почти с красным дипломом. С одной тройкой, которую мне было лень пересдавать. Полезного, на самом деле, было очень много. Программирование. Мужская компания. То, что меня в итоге приняли в ту компанию, где я встретила мужа...

В общем, пять лет пронеслись как один день. На пятом курсе я задумалась: чем бы мне заниматься после? Я не видела себя программистом. А тем более математиком. Я все так же грезил психологией.

Долго анализируя возможные профессии и специальности, я остановилась на менеджере по персоналу. Там была психологическая составляющая. И можно было устроиться без психологического образования. Я поступила на полугодовые курсы переподготовки и получила специальность «менеджер по персоналу».

Работа с сюрпризом

После окончания университета я начала искать работу. Ходила по собеседованиям, но почти везде получала отказ из-за непрофильного образования. Однажды я шла на собеседование с желанием оставить все эти бесплодные попытки. Я решила, что эта будет последняя. Но получилось так, что меня очень быстро выбрали. Именно меня и именно из-за моего образования. Потому как мой шеф не любил психологов.

Там я и встретила мужа. Он мне жутко не понравился сначала. Такой самоуверенный и такой помятый:) А главное — наглый. Он почему-то был уверен в своей неотразимости. На тот момент у меня были достаточно долгие и нудные отношения. Поэтому я не собиралась вообще ничего и ни с кем заводила.

Но... Каким-то странным образом он растопил мое сердце. Мы много общались. В аське, по телефону, после работы. Просто как друзья. И... я сказала ему, что мне не надо больше абы каких отношений. А он взял и сделал мне предложение. В тот момент я услышала «да» в своем сердце. Это было так странно, ведь мы были знакомы несколько месяцев. Но я сказала «да». И ни разу не пожалела. Сейчас у нас два потрясающих сына. И я очень люблю своего мужа.

Семейная лодка — врагу не сдаётся наш гордый Варяг

За это время мы многое пережили вместе. Мы были на грани развода после рождения старшего сына — тогда мы потеряли машину, квартиру, бизнес. Когда ребенку был год, мы переехали в Петербург. Но здесь тоже не было легко. И первые полгода стали гонкой на выживание.

Когда ребенку было три года, ему поставили диагноз «аутизм». Началась наша битва за сына, которая продолжается до сих пор. Потом родился малыш Матвей, и мы учились справляться без помощи бабушек и нянь.

И снова психология

И все это время — уже больше десяти лет — психология была рядом со мной. Тренинги, семинары, переподготовка, мастерская Ирины Шевцовой, обучение расстановкам... Сейчас моя мечта наконец сбылась — я веду группы. И пишу. Пишу о том, что помогло мне и моей семье. О том, что мне интересно и нравится. Больше всего меня трогала и трогает тема женственности.

Ведь я всегда была больше мальчиком, чем девочкой. С детства дружила с мальчиками, играла в мальчишеские игры. Моим идеалом в детстве была не Белоснежка, а Алеша Корсаков из «Гардемаринов» и Робин Гуд. Я коротко стриглась и даже рисовала мушку, как у Корсака.

Я всегда носила брюки. Занималась альпинизмом, туризмом и прочими неженскими занятиями. Я вообще всегда хотела быть мальчиком — ведь мне казалось, что им живется интереснее, для них открыто больше дорог. И вообще...

Но когда я вышла замуж, я поняла, что это не приносит мне счастья. Это не делает мою семейную жизнь счастливой. Тогда в мою жизнь пришли знания о женской природе, благодаря которым я смогла наконец почувствовать себя счастливой Женщиной.

Именно об этом я и решила писать. О женственности, отношениях в семье, проблемах в отношениях. Оказалось, что это интересно многим. Мне даже не пришлось раскручивать свои статьи. Люди сами рекомендуют их друг другу. Это очень странно и приятно для меня. Спасибо вам!

Если вам интересно будет узнать что-то еще обо мне и моей семье и почитать мои статьи, приходите ко мне в гости на сайт valyaeva.ru

С любовью, Ольга Валеева



К сожалению или к счастью.

Чьи-то дети идут на поправку семимильными шагами. И родители таких детей зачастую делают для этого безумно много. Я знаю одну семью, девочка в которой не говорила, не ходила и даже не сидела. Девочке было уже пять лет. Родители предприняли грандиозные меры. Они собрали деньги и улетели в Америку, в клинику Гленна Домана. Он давно и успешно занимается лечением деток с различными повреждениями мозга. Вся суть его методики сводится к постоянным упражнениям, ежедневным занятиям. То есть родителям дается точная инструкция, какие упражнения и по сколько раз в день выполнять.

Прошел год. Ребенок всю бегает. Да, еще пока не говорит. Но общается по специальной доске. Читает толстые книги. С полным пониманием содержания. Решает сложные математические примеры.

Мне грех жаловаться. Приехав на дельфинотерапию в Севастополь, я увидела настоящих аутистов. Но я увидела и их родителей. Которые полны веры и решимости. Которые шаг за шагом помогают ребенку реализовать свой потенциал. Я увидела потрясающего парня лет десяти с диагнозом ДЦП. Но разве этот диагноз опишет его сверкающие глаза, когда он идет сам! Да, держась за папу и опираясь на трость. Но сам! Разве этот диагноз расскажет о том, как приятно с ним сидеть рядом и общаться?

Разве может диагноз рассказать о том, как ребенок видит мир? О его способностях и талантах? Сколько среди особых деток потрясающих художников! Они рисуют нестандартно, и этим их картины выделяются.

К чему мы пришли

Недавно пришло понимание, что не все проблемы Дани вызваны заболеванием. Я привыкла все его истерики списывать на «особость». А ведь все дети устраивают «концерты» в определенном возрасте! И это важный этап. Так и мне важно было перестать везде видеть симптомы и диагнозы.

За эти годы мы прошли огромный путь. Наш малыш научился столько, что я не сумею в одной статье описать все это.

Научился ходить в туалет туда, куда нужно. Более того, он давно уже просится в туалет и все дела делает сам.

Научился самостоятельно одеваться. В три года у нас был этакий Маугли, которого невозможно было одеть. Сейчас он сам выбирает себе одежду и сам ее надевает.

Научился ходить пешком на улице. Раньше мы везде его носили на руках. Несмотря на то что мальчик весил 15 кг. И процесс отучения от рук на улице был, пожалуй, самым мучительным и долгим. К тому моменту мы уже знали, что скоро у нас появится второй малыш, и носить на руках их обоих будет нереально. Сейчас Даня ходит сам — за руку. И только когда совсем устает идти, просит взять его на руки.

Научился повторять слова, которые слышит. С этим еще есть проблемы, т.к. все говорит о том, что у Данила имеются проблемы с сенсорикой — все входящие звуки он воспринимает искаженными. Но он уже может ответить, как его зовут, как его фамилия, сколько ему лет, как зовут маму-папу-брата.

Данил некоторое время ходил в замечательный детский садик, который посещают разные ребята — и здоровые, и с особенностями. Сейчас мы его оттуда забрали — решили дать ребенку отдых. Но то, что Даня ходил туда с удовольствием ежедневно по пять часов — это была огромная победа.

Наш старший сын научился играть в сюжетно-ролевые игры, а также строить домики, башенки, заправочные станции из конструкторов, собирать пазлы.

Мы ходили в цирк и на «елки». Конечно, полное представление высидеть пока еще сложно. Но полтора часа в цирке, час в кукольном театре и полтора часа на Смешариках — он смог.

Когда Даня выучил стихотворение, мы все буквально танцевали от радости.

Наш ребенок знает буквы и цифры, собирает из букв слова (особенно поразил нас «Гастроном 811», который находится по дороге в садик и прочно отложился в сознании ребенка).

Он научился рисовать рыбок, снеговиков, вагоны, солнышко — у нас дома уже работает выставка.

Нам есть еще куда стремиться — фразовая речь пока только в зачатке. Хотя под давлением общественности Даня уже выучил «дай фон», что означает «дай айфон». Уж больно стимул был огромен — пришлось пойти на сделку с совестью.

Безумно много дало Даньке рождение братика. Я знаю, что многие родители «особят» боятся рожать снова. Боятся повторения ситуации. Боятся, что не смогут уделять старшему нужное внимание. Боятся за маленького... Мы тоже в какой-то момент переживали. А сейчас я вижу, как много дает Данилу наличие брата. И как любит Даньку Матвей.

Данилка начал понимать, что существуют не только его вещи, но и вещи других

людей. Он начал осознавать границы и собственность. Также он теперь понимает разницу между живым и неживым. Он учится взаимодействовать, играть, делиться, проявлять нежность, рассчитывать свои силы, считывать эмоции других людей. По мере взросления брата наш первенец «отыгрывал» свои детские ситуации. Он спал в Матюшиной кровати (благо сам хозяин отказывался в ней спать). Пробовал снова соски, бутылки, слинги...

Матвей же постоянно дарит старшему брату свою любовь — смотрит на него огромными восторженными глазами, повторяет за ним, стремится к нему каждое мгновение. И помогает ему ставить границы своими возмущенными криками, когда Данька отбирает у него игрушки. Или обнимает слишком сильно.

У Данилки пока еще много стереотипов, и скорость стереотипирования остается высокой. Ему все так же трудно долго концентрировать внимание и сидеть за столом. Но мы и не останавливаемся. Мы идем вперед. С верой и молитвой. И с Божьей помощью мы продолжаем бороться за нашего любимого малыша.

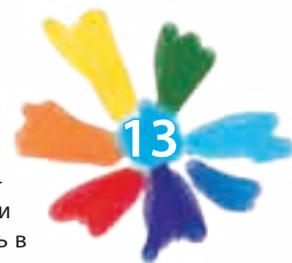
Как-то мы с мужем Лешей смотрели ролик о том, как папа помог сыну осуществить мечту: он сделал своего парализованного ребенка участником соревнований по троеборью. Он нес сына на плечах в беге, крутил педали совместного велосипеда, а когда плыл, то вез за собой байдарку с мальчиком. И глаза ребенка сияли от счастья. Папа смог подарить ему ощущение участия в соревнованиях, победы над собой. Это был самый лучший подарок!

И я уверена, что мы тоже сможем. Я в это верю. И я об этом молюсь.

Папа может всё, что угодно!

Невозможно недооценить роль папы в жизни малыша. Наш папа не просто помогает мне справляться, он активно участвует в обучении ребенка. Именно он учил Даню ходить самостоятельно, он же когда-то помогал ставить ему уколы, возил его на занятия и в детский сад. Сейчас именно папа учит сына плавать, нырять, заниматься, строить города, рисовать... Даня папу очень любит, хотя именно папа бывает с ним строг (конечно, только по делу). После наказания за шалости и хитрости он всегда приходит к папе — «мириться».

Папа всегда важен для сына. А для особенного — особенно. Я знаю, что многие папы не выдерживают и уходят. Но, может быть, отчасти это происходит потому, что женщины в своем горе закрываются и не дают мужчине возможности активно участвовать?



Нам помогают и бабушки с дедушкой. Присылают игры, книги, ссылки на статьи. Но главное, что они дают — это любовь. Даня чувствует, что его любит столько людей, и ему гораздо радостнее и проще жить.

На что мы надеемся

Когда мы входим в очередной кабинет, то снова и снова слышим одни и те же вопросы:

— Какие были роды?

— Когда ребенок пошел?

— Когда вы заметили, что с ним что-то не так?

— На что вы надеетесь?

А знаете, я ни на что не надеюсь. Я знаю, что мой малыш — особенный. Самый лучший. Я не променяю его на десять «здоровых». Потому что здоровье — понятие относительное. Через много лет, возможно,

среди «здоровых» детей будет не так много счастливых. И сколько среди них будет тех, кто проживет свою жизнь «от работы до магазина»?

Мой ребенок — самый лучший для меня. Благодаря ему я уже раскрыла в себе столько, что не перечислить в одной статье. Мое мировоззрение, мои принципы, мой образ мысли и жизни — всё это изменил мальчишка «метр с кепкой». Своими глубокими вдумчивыми голубыми глазами.

Так хочется верить, что настанет день, когда в медицинских ВУЗах начнут читать лекции на темы: «Как увидеть душу за диагнозом», «Как понять потенциал пациента», «Как перестать лечить и начать помогать». А в психологических институтах зададутся вопросами: «Что первично — проблемы или ресурсы?», «Особенности — патология или гениальность?», «Стоит ли подгонять всех

детей под единый календарь развития или необходимо увидеть в каждом личность?»

Слава Богу, хорошие специалисты есть. К ним огромные очереди. Но они стоят этого. Одна встреча с ними способна вдохновить на длительную работу. Для нас таким светом в окне когда-то стала Любовь Николаевна Ененкова. За что ей огромное спасибо. Потом в нашем мире появились и другие замечательные специалисты. И меня радует, что их становится больше.

Я за то, чтобы научиться любить особых детей. Вместо того чтобы постоянно их лечить. Ведь лечить — зачастую значит подгонять под какие-то возрастные нормы и шаблоны. А любить — это, прежде всего, верить в ребенка и помогать ему развиваться.

ВОКРУГ СВЕТА



Последний год мы провели в путешествиях. Это было страшно, учитывая то, что раньше Данилка был загружен занятиями — логопед, дефектолог... Но мы рискнули. И не пожалели! На данный момент за плечами уже 27 стран. Впереди — еще 18! Позади азиатское турне, от которого нас отговаривали приверженцы прививок. А сейчас мы на машине путешествуем по Европе.

За этот год, который мы провели в путешествиях, наш часто болеющий ребенок не болел ни разу. А обычно только за зиму у нас случалось пять случаев серьезной простуды. Он почти шоколадного цвета от солнца. Он научился плавать сам — уже без жилета. И даже умеет нырять с открытыми глазами. Перестал бояться водных горок — и вовсе сам катается. Соблюдая правила поведения и без присмотра.

С ним уже можно договориться, он всё слышит и понимает. Понемногу вытягивается в игры с братом. Точнее, его брат вытягивает — у малыша столько энергии, что так просто от него не скрыться. Данил уже с полным пониманием играет в компьютерные игры на iPad, выполняя задания и побеждая. Сначала нам казалось, что это неправильно. А сейчас мы видим, что это его способ познать мир — через призму техники. Так у него получается быстрее и эффективнее.

Сложнее всего успевать перестроиться. Когда Даня что-то уже может делать сам, а мы продолжаем помогать — по привычке. Тем самым



мешая ему развиваться дальше. Иногда очень помогает взгляд со стороны и мнение специалистов. И мы тогда отпускаем вожжи, предоставив сына самому себе — вместе с поставленной задачей.

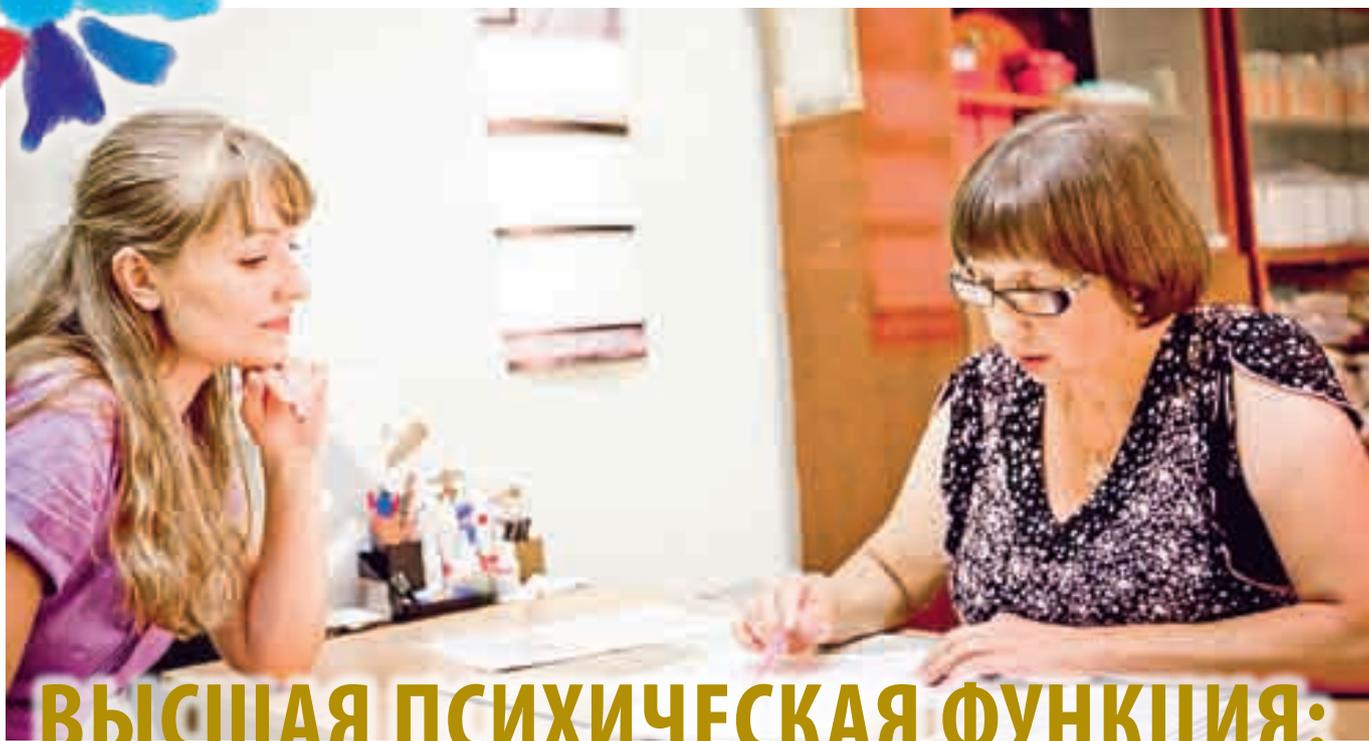
Отсутствие занятий мы наверстали в Крыму на двухнедельном лагере для особых деток. И Даня там дал очень хорошую динамику. За две недели его научили вместо ора при несогласии говорить «не хочу». А раньше мы за это очень долго боролись.

Конечно, переезды даются Даньке непросто — он ведь у нас «улиточка». Но мы заметили, как полезно раскачивать его зону комфорта — так он учится быть гибче и адаптивнее. И стереотипный даже в играх становится меньше.

На данный момент диагноз «аутизм» полностью снят. Хотя три года назад психиатры говорили, что это невозможно. Иногда у сына всплывают аутичные поведенческие моменты, но часто просто по привычке. Он плохо говорит и только начинает строить фразы. Вытягивать речь очень непросто, но результат уже есть.

Это труд. Ежедневный труд. Расчитать особую ребенка. Это не столько занятия, сколько обычная бытовая жизнь, где ему требуется чуть больше внимания и понимания. Но когда я смотрю в бездонные голубые глаза сына, я понимаю, зачем все это. Мы очень любим наше маленькое чудо. Наше большое маленькое чудо.





ВЫСШАЯ ПСИХИЧЕСКАЯ ФУНКЦИЯ: ПОЧЕМУ ВОЗНИКАЮТ ЛОГОПЕДИЧЕСКИЕ ПРОБЛЕМЫ И КАК ИХ РЕШАТЬ

На вопросы отвечала **Татьяна БУДЕННАЯ** | логопед высшей категории
Беседовала **Оксана БЕРКОВСКАЯ** | редактор журнала для родителей особых детей «Седьмой лепесток»

Человеческий детеныш — самый беспомощный на Земле: он не умеет самостоятельно передвигаться, добывать себе пропитание и без опеки взрослых может погибнуть. Но, как ни парадоксально это звучит, эта беспомощность — прямое следствие удивительных свойств человеческого мозга, который таит в себе множество ресурсов. Ведь человек — существо не только биологическое, но и социальное. Только у «хомо сапиенс» в процессе развития формируются высшие психические функции, важнейшей из которых является речь. Речь — основной механизм мышления и сознательной деятельности человека, база для формирования личности. Что же делать, если речевое развитие нарушается? Как помочь ребенку с логопедическими проблемами? Об этом и многом другом мы побеседовали с опытным специалистом — логопедом высшей категории Татьяной Васильевной Буденной.

 Татьяна Васильевна, предлагаю начать нашу беседу с определения понятия «логопед». Что это за специалист и какое у него должно быть образование?

Логопед — специалист в области логопедии, одного из разделов дефектологической науки. Логопед — это так называемый «специальный педагог».

Разница между коррекционным педагогом и специальным заключается в том, что первый работает с детьми, у которых имеются невыраженные нарушения (зрения, речи, слуха и т.д.). Часто эти нарушения можно устранить даже в полном объеме.

Специальный же педагог работает с детьми, у которых есть патологические изменения. И цель специального педагога — используя различные приемы, методы и методики, максимально компенсировать этот дефект за счет других возможностей организма.

Таким образом, логопед — это специальный педагог, который имеет дефектологическое образование, включающее в себя три основных блока: медицинский, психологический и, собственно, логопедический.

Все эти знания крайне необходимы специалисту-логопеду.

 Все логопеды изучают медицину?

Да, обязательно изучают. Программа обучения логопедов включает медико-физиологическое направление. Ведь речь — это высшая психическая функция, и одним из основных факторов успешного ее формирования является сохранность центральной нервной системы. Поэтому фундаментальные знания о ЦНС и основы неврологии — это та база, на которой строится работа логопеда-специалиста.

 Вы сказали, что развитие речи напрямую связано с функционированием ЦНС. Однако нередко родители приводят



ребенка к логопеду с просьбой: «Исправьте нам речь, а в остальном у нас все хорошо». Такое действительно возможно? Бывает ли «только логопедия» без «неврологии»?

Такое возможно только в одном случае: у ребенка страдает произносительная сторона речи и эти нарушения носят **функциональный характер** (здесь и далее значения выделенных слов смотрите в блоке «Логопедический словарь» на странице 21). То есть к нужному времени те функции, которые отвечают за произносительную сторону, не были сформированы по причине **функциональных нарушений** (см. стр. 21), а не органических.

Например, ребенок находился в недостаточной речевой среде или в ближайшем окружении малыша были люди, неправильно произносящие какие-то звуки. Так как дети учатся посредством подражания, то в результате у ребенка возникла задержка развития речи или дефекты произношения. Эти нарушения не связаны с повреждением ЦНС, поэтому они называются функциональными.

Функциональная задержка — единственный случай, когда в основе нарушений произношения не лежат неврологические проблемы. В логопедии это называется **дислалией** — нарушение, которое возникло

по функциональным причинам.

Сразу хочется сказать, что если раньше дислалия занимала ведущее место в речевой патологии, то сегодня процент таких детей резко снизился.

Мы, специалисты-логопеды, часто говорим, что нишу дислаликов в последнее время заняли дети с **дизартрией**. Сказать, что проблемы дизартрика «только логопедические» нельзя. Хотя отличить стертые (легкие) дизартрии от функциональной дислалии при «беглом» осмотре бывает непросто.

Дизартрия, или нарушение иннервации органов речи

 То есть дислалия — это функциональное нарушение произносительной стороны речи, которое объясняется «внешними» факторами (например, недостаточной речевой средой). А каковы же причины дизартрии? И что это вообще такое?

В классических учебниках по логопедии написано так: «Дизартрия — это нарушение произносительной стороны речи, обусловленное нарушением **иннервации органов речи**» (см. стр. 21).

В отличие от дислалии, которая вызывается функциональными нарушениями, в основе дизартрии лежит нарушение иннервации, т.е. передачи нервного импульса к органам речи. Таким образом, причины дизартрии — «органические». Если же говорить о симптоматике, то стоит отметить, что дислалик имеет проблемы только со звукопроизношением, а у дизартрика могут страдать многие функции, обеспечивающие произносительную сторону речи: артикуляция, дыхание, голос, просодика (темп, ритм, интонация).

У дизартрии есть различные степени — легкая, средняя и тяжелая. Самая тяжелая

степень — это **анартрия**, при которой у ребенка нет возможности к артикуляции.

 **Анартрия встречается у деток с ДЦП?**

Да, анартрия может возникать у детей с ДЦП, которые имеют и другие тяжелые нарушения моторных функций. Но иногда паретичны только органы речи. Может быть широкая область поражения, а может быть узкая, при которой страдает только язык и глоточная часть. Так что анартрия может быть самостоятельной речевой патологией, хотя чаще всего она сопряжена именно с ДЦП.

 **То есть у ребенка с дизартрией или даже анартрией не обязательно будут проблемы с мелкой и крупной моторикой, нарушения координации?**

Не обязательно. Все зависит от обширности поражения ЦНС и его локализации. Моторное развитие ребенка может соответствовать возрасту, но при этом у него могут быть выраженные нарушения произносительной стороны речи — от легких, т.н. стертых форм, до самых тяжелых.

 **А что значит «стертая дизартрия»?**

Это значит легкая степень. Часто нарушения тонуса органов речи даже не визуализируются. Парезы могут поражать отдельную мышцу или комплекс мышц, но не явно.

 **То есть отличить легкую степень дизартрии от дислалии может только специалист?**

Абсолютно верно. Иногда при первичном приеме это трудно даже специалисту, особенно если дизартрия невыраженная, стертая. И только в процессе коррекционной работы мы иногда выявляем глубинные причины нарушений. Особенно часто это бывает в тех случаях, когда нет возможности собрать подробный анамнез ребенка: родители не могут дать сведения о раннем развитии или дают неточные данные. Поэтому вначале у логопеда может создаться впечатление, что у ребенка полиморфная дислалия. Но в процессе коррекционной работы становится понятно, что нарушения обусловлены органически. И тогда ребенку ставят легкую дизартрию.

Не хочу травить ребенка химией!

 **Вы затронули очень важный вопрос. Вообще желательно, приводя ребёнка к логопеду, иметь с собой медицинские заключения, функциональные исследования, подтвержденный неврологический статус?**

Я как специалист даже заменила бы слово «желательно» на «обязательно». Потому что родители далеко не всегда могут дать необходимые сведения, особенно о раннем развитии: когда ребенок загулил, каким был его лепет. Конечно, очень желательно, чтобы все эти данные

логопед мог почерпнуть из медицинской документации. Здесь важно всё, начиная от справки из роддома.

 **Для того чтобы понять, где органика, а где функциональные нарушения?**

Совершенно верно. Для того чтобы провести дифференциальную диагностику. Например, у ребенка имеются не очень серьезные нарушения произносительной стороны речи, но мы видим, что в анамнезе есть проблемы неврологического характера. И эта информация позволит

специалисту заподозрить стертую форму дизартрии.

 **Однако иногда родители не хотят обращаться к неврологу. Особенно если нарушения, как им кажется, не очень серьезные («только логопедические»).**

Да, довольно часто не хотят. Но вспомним, что причины дизартрии — это нарушение иннервации, и это мешает мышце правильно выполнять свою работу (напрягаться или расслабляться в нужный момент). К ней поступает неправильный



16 нервный импульс, и мышца находится либо в спастике (то есть зажата), либо в паретичности (то есть слишком расслаблена). Это значит, что команду из центральной нервной системы она не выполняет, что и создает проблемы со звукопроизношением. Когда нарушена иннервация, создать нужный артикуляционный уклад только логопедическими приемами (например, с помощью логопедической гимнастики) невероятно трудно, а иногда невозможно. Даже при легких дизартриях. А фармакокоррекция помогает иннервацию восстанавливать.

 *То есть с этими проблемами можно справиться с помощью препаратов?*

Да, за счет того, что восстанавливается иннервация, снимается спастичность или паретичность мышц. Существует множество препаратов, направленных на улучшение метаболизма ЦНС, то есть способствующих «питанию мозга», миелинизации нервных клеток и нервных волокон — правильному их покрытию. Это помогает нервному импульсу, который передается ЦНС, доходить до необходимой цели.

 *Значит будете всё-таки убеждать родителей провести ребенку курс лечения?*

Буду убеждать до последнего. Конечно, если они, несмотря на все аргументы, откажутся, я буду работать с ребенком. Но предупрежу, что результат не гарантирован, коррекционные сроки удлиняются в несколько раз и конечный результат с большой долей вероятности будет неустойчив.

Кстати, именно легкие дизартрии бывают очень коварными. У таких детей, как правило, небольшое количество нарушений.

Звуки хороший специалист, будучи упорным и настойчивым, скорее всего, оставит. Это не самая трудная задача. **Основная проблема стертой дизартрии — автоматизация звуков.** То есть необходимо научить ребенка правильно пользоваться артикуляционным укладом в спонтанной самостоятельной речи.

Бывает так, что все звуки изолированно ребенок произносит. В отдельных словах он их четко артикулирует, но в потоке речи эти звуки начинают редуцироваться, то есть

В центре системы реабилитации именно родители. Какими бы замечательными ни были специалисты, но если родители по-настоящему не хотят помочь своему ребенку, результат будет скромный. Всё, что решили специалисты, почему они так решили, кто и что будет делать с ребенком, должна знать мама. Ей необходимо «собрать в кучу» советы разных специалистов и выполнять их. Вот такая реабилитация действительно будет эффективна.

упрощаться. А все потому, что мышцы не успевают «срабатывать», и речь становится такая «неряшливая», менее внятная, менее понятная. Часто эти дети говорят, плотно сжимая зубы, почти с закрытым ртом. За счет этого их голос практически не модулирован, речь невыразительная, смазанная. Это и есть классический «стертый дизартрик».

 *Вы описываете такие особенности, которые родители иногда даже заметить не могут...*

Часто они и не замечают. Но проблемы, как правило, все равно рано или поздно всплывают. Иногда там, где их никто не ждет.

Приведу пример из своей практики. Ко мне обратилась мама девятиклассницы с жалобами на то, что ее дочка, раньше хорошо успевавшая по всем предметам, стала хуже учиться. Сама девочка рассказала, что она на уроках отвечает правильно, а учителя почему-то снижают ей оценки.

В ходе обследования выяснилось, что у девочки стертая дизартрия. Родители в дошкольном возрасте с ребенком никогда не обращались, специализированную помощь девочка не получала. В младшем школьном возрасте все было более-менее нормально. Однако по мере взросления у детей меняется скорость протекания мыслительных процессов. У этой девочки темп внутренней речи развивался соответственно возрасту, но артикулировать четко и качественно свои мысли она не

могла — «язык не успевал за мыслью». Сама она прекрасно себя понимала и была уверена, что говорит правильно — ведь в ее голове звучала качественная внутренняя речь. На самом же деле, понять ее было трудно, так как она стала говорить очень неразборчиво. Вот вам один из примеров отдаленных

последствий стертой дизартрии, которая не была своевременно скорректирована.

 *Это очень важный момент. Действительно, если нарушения речи не очень серьезные и ребенок не сильно выделяется на фоне других детей, родители часто не замечают проблемы. Тем более что ребят с логопедическими нарушениями сегодня очень много, поэтому порой бросается в глаза только тяжелая патология...*

К сожалению, так и есть. Причин того, что количество детей с логопедическими проблемами резко возросло, немало. Однако не на последнем месте тот факт, что малышей с повреждениями ЦНС (органическими патологиями, минимальными мозговыми дисфункциями и т.п.) сегодня больше, чем несколько десятилетий назад. Некоторые специалисты приводят такую статистику: из 10 новорожденных 8 имеют те или иные поражения ЦНС, обусловленные различными факторами.

Что такое алалия, или почему дети не говорят

 *Давайте продолжим разговор о речевых нарушениях. Еще один глобальный вопрос — алалия. Что это такое?*

Если по-простому, алалик — это неговорящий ребенок, «безречевой», как мы, логопеды, иногда говорим. Однако причины отсутствия речи у детей разнообразные.

Об алалии можно говорить только в том случае, если у ребенка имеется органическое повреждение центров, отвечающих либо за восприятие речи, либо за ее воспроизведение.

 *То есть даже если ребенок вообще не говорит, диагноз «алалия» без проведения обследования, в том числе функциональной диагностики, ему поставлен быть не может?*

Абсолютно верно. Диагноз «алалия» не может быть поставлен только по той причине, что ребенок не говорит. Множество факторов может привести к тому, что развитие речи будет нарушено. Например, проблемы со слухом. Или если малыш на момент формирования фонематического слуха, с помощью которого развивается

понимание речи, находился в безречевой среде, то есть с ним никто не разговаривал. Такого ребенка назвать алаликом нельзя.

 *А какого неговорящего ребенка можно назвать алаликом? Какова причина этого нарушения?*

Причина алалии — нарушение работы речевых центров в головном мозге. Если поврежден слухоречевой центр (центр Вернике), то мы говорим о сенсорной алалии, если речедвигательный (центр Брока) — о моторной. Только если у ребенка имеются



нарушения работы этих специфических центров, мы называем его алаликом.

Повторюсь, «неговорение» может объясняться сотней причин. Например, при аутизме, умственной отсталости почти всегда есть нарушения речи (вплоть до полного ее отсутствия). Но они вторичны и обусловлены совершенно другими причинами.

 *То есть при аутизме диагноз «алалия» поставлен быть не может?*

Часто диагноз «алалия» (моторная, сенсорная, сенсомоторная) ставится без достаточных на то оснований. В том числе и аутистам. При этом руководствуются только имеющейся симптоматикой. Ведь по внешним речевым проявлениям алалии и аутисты бывают похожи. Но причинная обусловленность (то есть этиология) этих

состояний совершенно различна. По сути, ребенок слышит, но не понимает обращенную речь. При сенсорной алалии это происходит из-за органического поражения речеслуховой зоны, т.е. зоны Вернике. При аутизме же нарушается произвольное слуховое внимание, имеет место быстрая истощаемость внимания, сложности его переключения. Таким образом, реакция на звук речи, обращенный сигнал оказывается слишком слабой, чтобы вызывать понимание, интерес и ответ.

Есть дети, которые наоборот, понимают обращенную к ним речь, но не говорят. При моторной алалии это происходит из-за органического поражения речедвигательного центра, т.е. центра Брока. Аутист же не говорит потому, что у него страдает коммуникативная деятельность и не формируется

коммуникативная функция речи. Теоретически алалия может быть и у ребенка с аутизмом, но в моей практике таких детей не встречалось. Симптоматика сенсорной алалии и аутизма или аутистических состояний иногда бывает очень похожа. Но ведь причины совершенно различные!

 *Если симптомы похожи, так ли важно выяснять точный диагноз?*

Очень важно. От этого зависят методы работы. И успешность реабилитации во многом зависит от верного воздействия на причину. Мы, конечно, можем работать со следствиями: научить ребенка определенным словам, фразам. Но ребенок так и останется на этапе простых фраз, если причина не будет выяснена и устранена.

Нарушения речи при аутизме

 *А какой же тогда диагноз должен поставить логопед неговорящему ребенку с расстройствами аутистического спектра?*

Это будет зависеть от того, какие нарушения у него будут выявлены. Очень важно выяснить: ребенок действительно не понимает обращенную к нему речь или не реагирует на нее? Многие дети с аутистическими отклонениями понимают речь, но не реагируют на нее или же реагируют в зависимости от своего состояния. Это очень важные диагностические аспекты: понимает — не понимает, реагирует — не реагирует.

У детей с аутизмом может быть *нарушение языкового и речевого развития*, а может страдать только *коммуникативная функция речи*. И подходы к коррекции будут разными.

 *Наверное, специалисту за относительно короткое время приема эту дифференциальную диагностику провести крайне сложно...*

Да, это действительно бывает не просто. Именно поэтому основной метод диагностики детей с аутизмом или аутистическими расстройствами — клиническое интервью с родителями. Ребенок часто остается пассивным, а специалист во время беседы с родителями за ним наблюдает. Часто бывает, что взрослые в ходе беседы произносят какое-то слово или фразу, и ребенок тем или иным способом на это реагирует. Для специалиста это знак, диагностический аспект. Иногда бывает, что ребенок сразу не реагирует, но

через какое-то время делает то, о чем его попросили. Логопед обязательно обратит на это внимание. Но основную информацию все же дают родители.

 *Скажите, а вообще логопеды детей с аутизмом и аутичными чертами в работу берут? И если да, то что с таким ребенком можно делать?*

Конечно, берут. От логопедического диагноза (это может быть нарушение речевого развития, нарушение коммуникативной функции речи) будет зависеть коррекционная программа. Если основная проблема ребенка с аутизмом — нарушение коммуникативного поведения, то первоначально помощь ему оказывает психиатр и психолог. И уже после того как коммуникативная деятельность начала формироваться, присоединяется логопед.

 *То есть начала формироваться обратная связь на уровне простых фраз, в быту с близкими ребенок как-то общается — значит, можно подключать логопеда?*

Да, с таким ребенком проводить логопедическую работу уже можно.

У некоторых детей с аутизмом потребность к вербальному общению есть, но языковые и речевые его составляющие не сформированы. Как правило, это связано с нарушением фонематического слуха. То есть в определенный сензитивный период ребенок не был расположен к коммуникации и на речь не обращал внимания, не реагировал. Он речь воспринимал как звук окружающего мира — не вычленил

ее как определенную систему символов, знаков. В связи с этим не сформировался фонематический слух, а поэтому и речь не может развиваться. И вот у этого абстрактного ребенка появляется потребность к общению, а средств общения у него нет (или они недостаточно развиты). И в такой ситуации помощь логопеда, конечно, очень важна.

Кстати, у некоторых детей с расстройствами аутистического спектра страдает только коммуникативная функция. При этом их речевое развитие, несмотря на аутистические особенности, идет нормально. Иногда бывает даже так, что с помощью психолога и психиатра удается устранить причины, вызывающие нарушение коммуникативного поведения, после чего дети начинают общаться. В моей практике были такие пациенты: как только у них появилась способность и желание взаимодействовать, они заговорили. И их речь абсолютно соответствовала возрастной норме.



Татьяна Васильевна Буденная имеет большой опыт работы с детьми и взрослыми с различными речевыми нарушениями. Является автором многочисленных методических пособий (в числе которых «Логопедическая гимнастика», «Специфика логопедической работы при комбинированных нарушениях речи у детей», «Система логопедической работы при дизартрии у детей», «Вопросы раннего вмешательства в логопедии» и т.п.). Живет и работает в Ростове-на-Дону. Ведет прием в МБУЗ «Детская городская поликлиника № 17», лечебно-реабилитационном центре «Феникс», психологическом центре «Свет маяка». Преподает в Ростовском областном институте повышения квалификации и переподготовки работников образования.



Речь как инструмент логического мышления

 *То есть такое всё-таки возможно: до трех лет молчал, а потом заговорил сразу предложениями? Просто когда родители замечают, что ребенок не говорит (или говорит хуже, чем сверстники), то окружающие, как правило, в один голос твердят: «Заговорит, куда денется». И рассказывают многочисленные истории: «Вот соседский Вова вообще молчал до трех (пяти) лет, а потом заговорил сразу чисто и предложениями».*

Во-первых, если ребенок не заговорил, необходимо выявить, почему нарушился онтогенез речевого развития и на какой стадии произошел сбой, какое условие (или несколько условий) развития речи пострадало. Ведь существуют определенные этапы развития (в том числе и речевого), некие средние нормы. Если развитие не соответствует норме, надо понять почему. Не надо ждать трех, четырех или пяти лет.

Возможен, конечно, и тот вариант, который озвучили вы: ребенок не говорил, а потом «вдруг» заговорил. На самом деле, он заговорил не «вдруг». Просто причина была устранена (иногда даже незаметно для близких). Например, у ребенка был определенный негативизм по отношению к речевой коммуникации. Часто такое возникает при аутистических состояниях или в семьях, в которых детям постоянно твердят «скажи то, повтори это», в то время, пока ребенок еще не готов к вербальной коммуникации физически или психоэмоционально. И когда ребенок речевой негативизм преодолевает, то начинает говорить в соответствии с возрастом. **Однако я должна подчеркнуть, что такие случаи единичны. За мой достаточно длительный логопедический опыт их можно пересчитать по пальцам одной руки.**

В основном же если ребенок вообще не говорит или его речевое развитие не соответствует возрастной норме, надо искать и устранять причину. И очень важно сделать это своевременно. Потому что, поверьте мне, если причина не будет устранена, момент, когда ребенок заговорит, может и не наступить, а что-то сделать будет уже гораздо труднее. И чем старше ребенок, тем сложнее проблемы корректировать.

 *Тем более что наша речь очень тесно связана с мышлением. Чем старше становится человек, тем больше мыслительных процессов протекает в речевой форме. И если у него не сформирована речь — ее понимание и ее произносительная сторона — то, наверное, затрудняется и задерживается и психическое развитие?*

Действительно, речь — это инструмент логического мышления. Если у ребенка не развивается речь, он не может логически мыслить. У него формируется только наглядно-действенное и наглядно-образное мышление. Ведь такие мыслительные операции, как анализ и синтез, совершаются только посредством речи. Решая логическую задачу, головоломку какую-то, мы облакаем ответ в словесные формулы. С помощью словесных формул мы анализируем и осмысливаем варианты решения и алгоритмы действий. Да, мы часто не говорим этого вслух, но мы обязательно делаем это «в своей голове».

 *То есть если трехлетний, например, ребенок совсем не говорит (или произносит только отдельные фразы), то у него так или иначе задерживается и психическое развитие?*

Да, как правило, вторичная задержка психического развития в таких случаях бывает. Она зависит от степени нарушения речи и от возраста ребенка. Чем старше ребенок и чем менее развита его речь, тем больше у него вторичных проблем с психическим развитием, различных отставаний, задержек.

 *А если ребенок всё понимает, но не говорит, то мышление страдает в меньшей степени? Допустим, у малыша моторные проблемы. У него внутренняя речь может быть сформирована?*

К сожалению, нет. Вспомним онтогенез: сначала формируется внешняя сторона речи, то есть произносительная, а потом уже внутренняя, с помощью которой совершаются сложные мыслительные процессы. Ведь есть же определенные этапы развития, о которых мы не должны забывать!

Бывает, что нарушение речи вторично — то есть у ребенка серьезные нарушения познавательной функции, вплоть до умственной отсталости. У такого малыша тоже будет страдать речь, потому что речь и мышление взаимосвязаны. А речевая патология, в свою очередь, может привести к вторичной задержке психического развития.

 *То есть легкомысленное отношение к проблемам с речью («у нас только логопедия») недопустимо?*

Конечно, недопустимо. «Только логопедия» может быть в одном-единственном случае — когда у ребенка страдает звукопроизношение отдельных фонем (звуков) и это нарушение носит функциональный характер. Все другие речевые патологии имеют органическую обусловленность и «только логопедии» в этой ситуации не может быть!

Бесперспективных не бывает

 *Татьяна Васильевна, среди наших читателей есть мамы и папы детишек с ДЦП. Такие маленькие пациенты у Вас бывают? И если да, то какова специфика работы с ними?*

Да, конечно, таких деток я регулярно консультирую. У меня есть маленькие пациенты с очень тяжелыми формами ДЦП. Важная часть работы с семьями таких детей — это консультирование родителей. Я обозначаю этапы работы, объясняю, каким образом надо заниматься с ребенком. Такие консультации проходят через определенные промежутки времени. И так

до момента, когда ребенок сможет самостоятельно работать и с ним можно будет проводить полноценное логопедическое занятие.

 *А с самым маленьким пациентом как работаете? Например, у ребенка тяжёлая форма ДЦП, спастика, анартрия, гиперкинезы. На что будете делать упор: на понимание речи, на произношение?*

Это будет комплексная работа: и на понимание речи, и на двигательное развитие, и на нормализацию тонуса (с помощью наших специальных логопедиче-

ских приемов). Например, я в последнее время широко использую искусственную локальную контрастотермию, а также массажи, активную и пассивную гимнастику органов речи. Также попутно развиваем **фонематический слух** (см. стр. 21), привлекаем внимание к речи. И обязательно объясняю родителям, что надо делать дома и как часто. Через какое-то время (временной промежуток в каждом конкретном случае индивидуален) родители снова приходят с ребенком на консультацию. И я снова занимаюсь с ребенком и консультирую родителей.



 Существует точка зрения, что у детей с тяжелыми формами ДЦП, которым трудно или невозможно говорить, нужно активно развивать внутреннюю речь через чтение. Например, в три года уже, как правило, понятно, что ребенок «сложный», — стоит ли его обучать чтению, чтобы не терять время?

Я считаю, что всё надо делать в комплексе. Лично я противница какого-либо одного узконаправленного действия. Я всегда стараюсь применять широкий комплекс мер. Понимаете, компенсаторные возможности человека непредсказуемы, а иногда поистине безграничны. Также существуют зоны ближайшего развития. Иногда сложно бывает даже предположить, «куда кривая выведет». Иногда смотришь на ребенка и про себя думаешь, что у него очень мало шансов когда-нибудь заговорить. Например, шестилетний мальчик, весь скрюченный, который до сих пор на зондовом вскармливании... А начинаешь работать и неожиданно получаешь замечательную динамику. Получается то, чего вначале никто не ожидал: ни специалист, ни родители. Потому что скрытые возможности организма мы не можем никак просчитать!

Поэтому я никогда не буду делать что-то одно: развивать только внутреннюю речь, например. Я считаю, что надо применять всё, что только можно. В том числе осваивать альтернативные виды коммуникации: это может быть чтение, жестовая речь (если позволяют двигательные возможности ребенка). Это может быть язык звуков, когда ребенок общается с помощью разных звуков: например, звон колокольчика будет означать, что он хочет кушать, а дудочка — пить. На том этапе, когда ребенок не способен к вербальной коммуникации, это может быть альтернативой. Чтобы малыш смог выразить хотя бы простейшие свои желания.

Я за то, чтобы работа всегда проводилась по всем возможным направле-

ниям. Поэтому мы пробуем все. Что-то идет хорошо, что-то хуже, что-то вообще не идет. Но пробуем обязательно, ищем путь.

 То есть для вас бесперспективных детей не существует? Или иногда всё же говорите: «Этого точно не возьму, ничего не получится, зря время только потеряю?»

Нет, нет, конечно. Бесперспективных пациентов нет и не может быть. Я всегда в любой ситуации говорю: «Даже ма-аленький шагочек, самый крохотный, может быть огромной победой». Даже небольшие подвижки могут облегчить родственникам и близким общение с ребенком. Главное этот путь искать, и он обязательно найдется.

Даже если у человека двигаются только глаза, он может выражать свои желания с помощью их открывания и закрывания, его можно научить использовать плакатик, пиктограммы. Поверьте, для его близких это будет огромная победа! Потому что они смогут его понимать. Таких пациентов иногда называют «овощами», хотя я очень не люблю, когда так говорят применительно к людям, тем более к детям. Но если не опускать руки, в любой ситуации, практически в любой, можно добиться каких-то положительных изменений.

Бесперспективных не бывает. Всегда есть перспектива, при любых речевых нарушениях. Пусть даже ребенок не сможет общаться вербально, разговаривать. Но с помощью каких-то средств он свое желание сможет выразить. Например, любым способом покажет определенную картинку или пиктограмму. Таким деткам еще делают специальные альбомчики с фотографиями и картинками. И когда ребенок откроет его и покажет определенную картинку, мама поймет, что он хочет спать. Разве ради этого взаимопонимания не стоит потрудиться?

 Конечно, стоит! Этим тоже логопед занимается? Обучением альтернативной коммуникации?

Конечно. Хотя этому может обучить ребенка и другой специалист: например психолог. На самом деле желательно, чтобы с ребенком, у которого есть тяжелые нарушения речи, работал и логопед, и психолог. Мы же помним, что связь «речь — мышление» очень тесная. По сути, одного логопеда достаточно только в случае функциональной дислалии. В других ситуациях необходимо сотрудничество разных специалистов.

Иногда «ведущее место» в реабилитационной программе ребенка занимает психолог, а логопед присоединяется к нему позже. В других ситуациях «первую скрипку» играет логопед, а психолог ему помогает, работает «под него». И, конечно, в этой «связке специалистов» важное место занимает невролог или психиатр. Таким образом, в каждом конкретном случае должна быть работа нескольких специалистов: медика (невролога или психиатра), логопеда и психолога. У кого-то из них будет роль «координатора» — в зависимости от ситуации, это может быть каждый из трех специалистов.

 Желательно, наверное, чтобы специалисты общались между собой и могли корректировать свою работу, взаимодействовать друг с другом?

Это, конечно, идеальный вариант. Но совсем не обязательный! Даже если каждый специалист просто делает свою работу, это уже хорошо. Главное, чтобы эти специалисты были, чтобы они работали с ребенком. Потому что если у маленького пациента имеется тяжелое нарушение речи, даже дизартрия средней степени тяжести, то логопеду в одиночку, даже самому великолепному и замечательному, справиться с этим будет непросто. Работа «по трем направлениям» гораздо более эффективна.

Помогать, а не делать вид

 Наверняка взаимодействие родителей и специалистов очень важно. Каким оно должно быть, как Вы видите?

Это должны быть родители, которые реально хотят помочь своему ребенку, а не просто создают видимость этого.

 Например, родители хотят, но говорят: «Я не знаю, как заниматься ребенком. Я же не педагог, не специалист...»

Я вам объясню разницу. Есть родители, которые говорят: «Я хочу помочь

своему ребенку, но я ничего делать не буду». Например, приходят родители на повторную консультацию, и я начинаю спрашивать, что они делали, как работали с ребенком, как выполняли мои советы, какие получили результаты.

А мне говорят: «Ой, это мы забыли, а это не получилось, а потом мы на два месяца к бабушке уезжали и там не занимались...» Хорошо, я им снова все рассказываю, объясняю, показываю. Через время родители приходят на следующую

консультацию, и я вновь слышу кучу причин, почему с ребенком не работали.

Я даже общалась с психологами, чтобы прояснить суть такого «родительского феномена». Они мне сказали, что есть семьи, которые активно создают видимость бурной деятельности, заботы, но при этом не прилагают никаких усилий для того, чтобы реально помочь ребенку, сделать то, что в их силах. Кстати, потом такие родители могут сказать: «Знаем мы этого вашего логопеда, ходили. Ничем он нам не помог».



Приходила ко мне в течение года одна мама с ребенком — я думаю потому, что их ко мне направляла участковый педиатр (она была такая «дотошная»). С каждым маленьким пациентом мы заводим т.н. речевой дневник — это своеобразная логопедическая история, в которой все фиксируется. За год мама приводила ребенка четыре раза (через каждые три месяца). Когда я просила показать речевой дневник, то получала ответ: «Его нет!» Ничего из моих рекомендаций, естественно, не выполнялось. Мы заводили речевой дневник заново, я записывала туда все рекомендации, а на следующей консультации все повторялось снова: дневника нет, ничего не выполняли. А потом эти родители сказали участковому педиатру: «Вот мы целый год ходили к логопеду, а нам ничего не помогло!»

 *То есть вы считаете, что родители должны с ребенком дома заниматься? Просто есть такая точка зрения: родители выполняют родительскую роль (любить, воспитывают, обеспечивают и т.п.), а занятия должен проводить специалист. Некоторые даже так говорят: «Я к Вам поэтому ребенка и привожу и деньги плачу, чтобы Вы занимались».*

Не знаю, что скажут другие специалисты, но расскажу о своей вотчине — речи. Речь — это условно-рефлекторное образование, особенно произносительная ее сторона. И как любой рефлекс, она требует постоянного подкрепления, многократно повторения моделей. Мозг должен по-

стоянно и регулярно получать сигналы, и тогда те или иные навыки могут автоматизироваться.

А если ребенка водят к логопеду три раза в неделю, то о какой автоматизации и многократном повторении может идти речь? Вот представьте: ребенок был у логопеда в понедельник утром, оставшуюся часть понедельника не занимались, во вторник и в среду тоже отдыхали, а в четверг вечером снова привели. Как вы думаете, вспомнит ли он в четверг вечером то, что мы делали в понедельник утром? Зафиксируется, отложится ли у него что-то в голове, автоматизируется ли? А следующая встреча, допустим, в субботу...

Получается, что мы начали формировать цепочку речевого благополучия: скрутили одно звено — и бросили. Потом еще одно — потеряли. Потом снова... А как же формировать связь между этими звеньями? Вот и получаются такие «рваные связи», и никакая нейрофизиологическая команда при таких условиях выработаться не может, увы. Ведь чтобы нейрофизиологическая команда сформировалась, ее всё время надо подкреплять.

Я поэтому и говорю: самая лучшая, самая эффективная работа с ребенком — это понемногу, но часто. Небольшой объем, но не менее пяти-семи раз в день. А для этого родитель должен действительно хотеть помочь своему ребенку, а не только делать вид.

 *То есть ответственность в первую очередь на родителях? И они, получается, выступают своего рода «разводящими» среди разных специалистов?*

Конечно. Именно родители. В центре всей системы реабилитации именно они. Какими бы замечательными ни были специалисты, но если родители по-настоящему не хотят помочь своему ребенку, результат будет скромный. И именно родители должны найти специалистов, подходящих их ребенку.

Ведь кто такой специалист? Человек, который имеет определенные умения, знания, навыки в своей области. В его компетенции — провести точную диагностику и определить, что этому конкретному ребенку надо. Но всё, что решил специалист, почему он так решил, кто и что будет делать с ребенком — всю эту информацию должна знать мама. Ей необходимо в этом разобраться. Ей необходимо «собрать в кучу» советы разных специалистов и выполнять их. А каждый специалист должен обучить маму и отслеживать ее работу, периодически ее корректируя. Вот такая реабилитация действительно будет эффективна.

 *А мама может присутствовать на логопедическом занятии?*

Она должна там присутствовать. Ведь когда мы работаем с ребенком, мы обучаем не только ребенка, но и его маму! И я периодически обращаюсь к ней: «Посмотрите, вот это надо делать так, а вот это упражнение необходимо повторять столько-то раз». И если мама была на занятии внимательной, если она будет повторять дома с сыном или дочерью упражнения, выполнять советы, которые она получает на консультации, мозг ребенка сможет схватить и запомнить нужную информацию.

Куда пойти учиться

 *Скажите, пожалуйста, какие речевые нарушения могут помешать школьному обучению?*

Если глобально брать, то препятствовать обучению и влиять на его уровень и качество может любое речевое нарушение. Самая незначительная, казалось бы, логопедическая проблема, которая вовремя не была замечена и скорректирована, может повлиять. Ведь речь и мышление тесно связаны. Во многом именно через речь мы познаем мир и получаем знания.

 *И что же делать родителям маленьких школьников с нарушениями речи?*

Конечно, таким детям нужна помощь логопеда и в школе. К сожалению, теперь логопедов в школах становится все меньше и меньше...

 *Допустим, родители в дошкольном возрасте активно занимались ребенком: развивали речь, занимались с логопедом, но ОНР или какие-то другие достаточно серьезные речевые нарушения всё-таки остались. Что для такого ребенка будет лучше — обучение в общеобразовательной школе или в специализированной, для детей с нарушениями речи?*

Сейчас много говорят об инклюзии и интеграции. Но моя точка зрения, которая совпадает с мнением многих специальных педагогов, заключается в том, что ребенок должен находиться в том образовательном

учреждении, где он сможет получить качественное образование и социализацию. Если у ребенка серьезные нарушения речи, то обучение в специализированной школе или классе может быть более эффективным, так как там созданы все условия для его развития и социализации.



КРАТКИЙ ЛОГОПЕДИЧЕСКИЙ СЛОВАРЬ

учреждении, где специалисты знают о его проблемах и понимают, как их решать.

Ребенок с любыми нарушениями, не только с речевой патологией, помещенный в школу или детский сад, где педагоги не знают, что с ним делать, и не понимают сути его проблем, развиваться не будет. И учиться ему будет очень непросто. Например, ребенок с умственной отсталостью может, конечно, посещать общеобразовательную школу. Но если педагог не владеет методикой обучения таких детей, ребенок развиваться не будет. Он будет только присутствовать.

Так что если нарушения речи достаточно серьезные, то, конечно, желательнее предпочесть обучение в специализированной школе. Алалики, дети с ОНР (особенно 1–2 уровня), тяжелые дизартрики требуют особого подхода, который общеобразовательная школа, увы, сегодня дать не может. Если же нарушения не очень серьезные, то ребенок может пойти в массовую школу. Но он обязательно должен получать логопедическую помощь. Даже если остались единичные нарушения каких-то звуков, это уже повод обратиться к специалисту. Потому что это может оказывать влияние не только на звукопроизношение, но и на процесс обучения, психику.



А можно ли «логопедическим» детям поступать в языковые гимназии?

Если у ребенка сохраняются речевые нарушения, то ни о каких языковых гимназиях не может идти речи. Да и вообще изучать иностранные языки таким детям пока нельзя. Если есть проблемы с родным языком, они проявятся и при изучении любого другого. Те же искажения, те же дефекты произношения. И мозг запомнит эти «неправильные модели». А переучить, как известно, гораздо сложнее, чем обучать с нуля. Поэтому лучше повременить с иностранным языком, пока не решились проблемы с родным. Если очень-очень хочется, можно набирать пассивный словарь — пальчиком показывать, слушать что-то. Но активизировать не надо.

Если же ребенок уже скомпенсировался, его проблемы с речью решились, то можно смело поступать в любую гимназию. Те дети, которые прошли занятия с логопедом, работу по развитию фонематического слуха, в языковых школах могут успевать блестяще. Даже лучше, чем те ученики, которые ранее логопедических проблем не имели. Потому что такой ребенок прекрасно понимает, как надо «ставить» сложные звуки, его фонематический слух хорошо развит, и он ухватывает все тонкости и нюансы иностранного языка.

Алалия — полное или частичное отсутствие речи у детей при хорошем физическом слухе, обусловленное недоразвитием или поражением речевых областей в левом полушарии головного мозга, наступившем во внутриутробном или раннем периоде развития ребенка.

Дизартрия — нарушение произносительной стороны речи, возникающее вследствие органического поражения центральной нервной системы.

Дислалия — нарушение звукопроизношения при нормальном слухе и сохранной иннервации речевого аппарата. Эти нарушения проявляются в дефектах воспроизведения звуков речи: искаженном (ненормативном) их произнесении, заменах одних звуков другими, смещении звуков и, реже, их пропусках. Например, ребенок «картавит», «шепелявит» и т.п.

Задержка речевого развития (ЗРР) — задержанное развитие речи, характеризующееся замедленным темпом формирования вербальной (устной) речи с временной фиксацией на более ранних возрастных этапах.

Развитие речи ребенка при ЗРР отличается от нормального только своими темпами, закономерности же формирования лексико-грамматических структур соответствуют нормальному онтогенезу. В анамнезе детей с ЗРР не содержится данных о грубых нарушениях ЦНС. Отмечается лишь наличие негрубой родовой травмы, длительные соматические заболевания в раннем детстве.

Заикание — это нарушение темпа, ритма, плавности речи, вызываемое судорогами в различных частях речевого аппарата. Заикание чаще всего возникает у детей в возрасте от двух до пяти лет.

Иннервация — снабжение органов и тканей нервами, что обеспечивает их связь с центральной нервной системой.

Нарушения темпа речи. К нарушениям темпа речи относятся брадилалия и тахилалия. *Брадилалия* — патологически замедленный темп речи (синонимы: брадифразия, брадиартрия, брадилогия). *Тахилалия* — патологически ускоренный темп речи (синоним тахифразия).

ОНР, или общее недоразвитие речи — это системное нарушение, при котором страдают почти все стороны речи: лексика, грамматика, слоговая структура, звукопроизношение. Клинически в основе ОНР может быть любой диагноз: дизартрия, ринолалия, заикание, алалия, нарушение слуха, снижение интеллекта, недостаточность фонематического слуха. ОНР подразделяют на уровни (согласно этапам нормального формирования речи).

ОНР первого уровня характеризуется отсутствием речи, соотносится с первым периодом усвоения родного языка в онтогенезе (в норме). Имеет условное название «однословное предложение, предложение из двух слов-корней».

Для общения дети с ОНР первого уровня используют в основном лепетные слова, звукоподражания, отдельные существительные и глаголы бытового содержания, обрывки лепетных предложений, звуковое оформление которых смазано, нечетко и крайне неустойчиво.

ОНР второго уровня описывается в логопедии как «начатки фразовой речи» и соответствует периоду усвоения грамматической структуры предложения.

Кроме жестов и лепетных слов появляются хотя и искаженные, но достаточно постоянные общеупотребительные слова. Формы числа, рода и падежа для детей не несут смысловозначительной функции. Словесное обобщение существенно затруднено. Одним и тем же словом называются предметы, имеющие внешнее сходство, близкие по назначению или другим признакам.

ОНР третьего уровня характеризуется наличием развернутой фразовой речи с элементами лексико-грамматического и фонетико-фонематического недоразвития, представляет

собой своеобразный вариант периода усвоения ребенком морфологической системы языка.

Дети на данном этапе уже правильно употребляют простые грамматические формы, пользуются всеми частями речи, пытаются строить сложносочиненные и сложноподчиненные предложения. Они могут свободно рассказать о своей семье, о себе и товарищах, событиях окружающей жизни, составить короткий рассказ. Однако тщательное изучение состояния всех сторон речи позволяет выявить выраженную картину недоразвития каждого из компонентов языковой системы: лексики, грамматики, фонетики. Несмотря на количественный рост словарного запаса, наблюдаются лексические ошибки. Например, замена названия части предмета названием целого предмета (циферблат — «часы»), подмена названий профессий названиями действия (балерина — «тетя танцует») и т.п. В свободных высказываниях дети мало пользуются прилагательными и наречиями.

ОНР четвертого уровня характеризуется отдельными проблемами в развитии лексики и грамматического строя.

На первый взгляд ошибки кажутся несущественными, однако их совокупность ставит ребенка в затруднительное положение при обучении письму и чтению. Вялая артикуляция и нечеткая дикция оставляют впечатление общей смазанной речи. Имеются недостатки фонематического слуха. При обозначении действий и признаков предметов некоторые дети пользуются названиями приблизительного значения (овальный — круглый). Лексические ошибки проявляются в замене слов, близких по ситуации (кошка катает мяч — вместо «клубок»), в смещении признаков (высокий забор — длинный; дедушка старый — взрослый). При составлении рассказа по заданной теме, серии сюжетных картинок нарушена логическая последовательность, присутствуют пропуски главных событий, повтор отдельных эпизодов. В речи преобладают простые малоинформативные предложения.

Причины речевых нарушений. Традиционно все патологические состояния, возникающие в любой системе человеческого организма, подразделяют на органические и функциональные. **Органическая патология** связана с повреждением структуры того или иного органа, степень выраженности которого может колебаться в самых широких пределах. При **функциональных нарушениях** указанных повреждений органа не находят — это нарушения функций органа, причины которых лежат вне этого органа.

Ринолалия — нарушение тембра голоса и звукопроизношения, обусловленное анатомо-физиологическими дефектами речевого аппарата. Звуки русского языка в большинстве своем образуются при прохождении воздуха через ротовую полость. При ринолалии в силу разных причин нарушается звукопроизношение из-за прохождения воздуха «не в то место».

Фонематический слух — это способность выделять, воспроизводить, различать звуки речи (фонемы), то есть речевой слух. Дети часто путают близкие по звучанию фонемы, что в некоторых случаях тормозит развитие связной речи. Ведь заменив даже один звук в слове, мы можем получить совершенно иное слово («коза — коса»). Развитый фонематический слух является необходимой предпосылкой для успешного овладения ребенком чтением, письмом и в целом служит непременным условием обучения грамоте.

Фонетико-фонематическое недоразвитие (ФФН) — нарушение процессов формирования произносительной системы родного языка у детей с различными речевыми расстройствами вследствие дефектов восприятия и произношения фонем. К этой категории относятся дети с нормальным слухом и интеллектом. Фонематическое недоразвитие может быть первичным или вторичным. Вторичное недоразвитие фонематического восприятия наблюдается при анатомических и двигательных дефектах органов речи.



РЕФЛЕКСОЛОГИЯ СТОПЫ: ЛЕЧЕНИЕ ПРИКОСНОВЕНИЕМ

Юлия РЕЗНИКОВ | клинический рефлексолог, натуропат, руководитель медицинского центра «VitaTeva» в Тель-Авиве

Рефлексология стопы — это не просто новая модная процедура. Это особая концепция оздоровления, индивидуальный подход к диагностике и лечению различных патологий через определенное воздействие на стопу. Этот метод имеет тысячелетнюю историю, секреты его использования передавались из поколения в поколение. Сегодня рефлексология уже не является прерогативой узкого круга посвященных, и в этой статье мы постараемся раскрыть некоторые ее секреты.

История рефлексологии насчитывает не одно тысячелетие: археологические находки позволяют предполагать, что о целительных свойствах прикосновения к стопе знали еще в далекой древности.

Современная же рефлексология — в той форме, в которой она известна сейчас —

берет свое начало в XIX веке. В последние десятилетия рефлексологические методы становятся все более популярными и авторитетными как на Востоке, так и на Западе.

В наши дни рефлексологию широко используют как восстановительную терапию в реабилитационных программах, в косметологии и SPA-процедурах, в домашнем уходе

за детьми и близкими. Миллионы людей во всем мире получают пользу от применения рефлексологии, тысячи специалистов используют эти методы в диагностике и лечении различных заболеваний. Тем более что сегодняшняя рефлексология успешно соединяет тысячелетнюю традицию с современными достижениями.

Воздействуем на стопу — помогаем всему организму

Суть метода

Рефлексология стопы — это система диагностики телесных недугов и их лечения посредством контакта или оказания воздействия на определенные области стопы, которые соответствуют тем или иным органам или системам организма.

Эта наука базируется на представлении, что стопа является **соматопическим органом** (от греч. *сосо* — тело, *топик* — карта). Другими словами, рефлексологи уверены, что стопа — это своеобразная *карта тела человека, причем рефлекторные зоны стопы напрямую связаны с конкрет-*

ными внутренними органами и тканями. Например, большой палец ноги связан с головой, все пальцы вместе отражают нервную систему, а пятка представляет собой проекцию тазовых органов. Таким образом, существуют области рефлекса для всех внутренних органов и даже суставов.



Приверженцы рефлексологического метода считают, что, воздействуя на рефлекторные зоны стопы, можно уменьшить боль, снять стресс, стабилизировать энергетический запас организма, улучшить работу всех органов и систем, оказать положительный терапевтический эффект при некоторых заболеваниях.

Но стопа — это не только карта конкретного организма. Она одновременно является и рабочим органом, принимающим на себя весь вес нашего тела, причем далеко не всегда в оптимальных условиях. К счастью, наши стопы удивительно «отзывчивы» и невероятно быстро откликаются на разнообразные манипуляции. Целебное воздействие на организм при работе со стопой практически моментальное. Именно поэтому рефлексологи уверены, что стопа открывает широкие возможности для диагностики и лечения как физических, так и эмоциональных состояний. Умение «считывать» информацию со стопы может иметь большую ценность в диагностике и профилактике различных заболеваний.

Прикосновения: исцеление и забота

Рефлексология — это прежде всего тактильный контакт, возможность понять ребенка без слов, почувствовать его настроение, с высокой степенью достоверности оценить его эмоциональное состояние. Приятное прикосновение всегда связано с ощущением комфорта и положительным настроением, оно также влияет на физическое самочувствие. Существует множество исследований, подтверждающих положительное воздействие тактильного контакта. Значительная их часть была собрана Эшли Монтегу в ставшем классическим труде «Прикосновение» (1986), в котором анализируется, каким образом прикосновение влияет на физическое здоровье людей всех возрастов, начиная с рождения.

Прикосновение передает нежность и заботу, вселяет в ребенка чувство собственного достоинства и позитивный настрой. Идеальный вариант — когда малыш получает ласковые прикосновения в нужных количествах от близкого человека. Исследования показывают, что те дети, к которым прикасаются чаще, имеют более высокую способность к выживанию, чем те, кто лишен такого контакта.

Возможности применения метода

Рефлексология подходит к человеку целостно, рассматривая его во взаимодействии физических симптомов и психо-

Приверженцы рефлексологического метода считают, что, воздействуя на рефлекторные зоны стопы, можно уменьшить боль, снять стресс, стабилизировать энергетический запас организма, улучшить работу всех органов и систем, оказать положительный терапевтический эффект при некоторых заболеваниях.

эмоциональных проявлений. Этот метод может применяться как для диагностики, так и для лечения многих заболеваний и состояний.

Диагностика физических состояний позволяет:

— определить причину заболевания. Например, такая хорошо известная всем проблема, как мигрень может быть вызвана множеством факторов: напряженностью мышц воротниковой зоны, гормональными нарушениями, пищевой непереносимостью, патологией сосудов, нервным напряжением и даже спазмом челюстного сустава. Быстро и эффективно подобрать лечение можно только если точно знать, что из всего перечисленного запускает механизм мигрени. В этом может помочь диагностика по стопе;

— выявить заболевание на доклинической (бессимптомной) стадии. К наиболее часто встречающимся проблемам, которые

можно заранее диагностировать по стопе, а значит, не дать болезни развиваться, относятся гормональные нарушения, увеличение простаты (у мужчин), гипертония и другие;

— определить конституционную предрасположенность к тем или иным заболеваниям или состояниям. Зная свои «слабые места», человек может своевременно осуществлять профилактику и получает возможность лучше заботиться о себе;

— уточнить диагноз (как при хронических, так и при острых состояниях).

Диагностика психоэмоциональных состояний позволяет:

— лучше узнать человека. Диагностика по стопе поможет понять характер, привычки, типичные способы реагирования;

— понять, какие эмоции человек переживает в настоящий момент (то есть во время исследования стопы). Рефлексологи

утверждают, что стопа представляет собой динамичную и постоянно изменяющуюся картину, поэтому, глядя на стопу, можно узнать, какие чувства владеют человеком сейчас. Важность этих знаний в работе с детьми трудно переоценить.

Лечебное рефлексологическое воздействие позволяет:

- повысить иммунитет;
- снять усталость;
- преодолеть внутреннее напряжение и эмоциональную лабильность;
- снять боль;
- лечить различные заболевания ЦНС и психосоматические расстройства;
- восстановить гормональный баланс при различных нарушениях (от предменструального синдрома до менопаузы);
- справиться со страхом, тревогой;
- восстановить внутреннее равновесие и улучшить настроение.

Карта тела

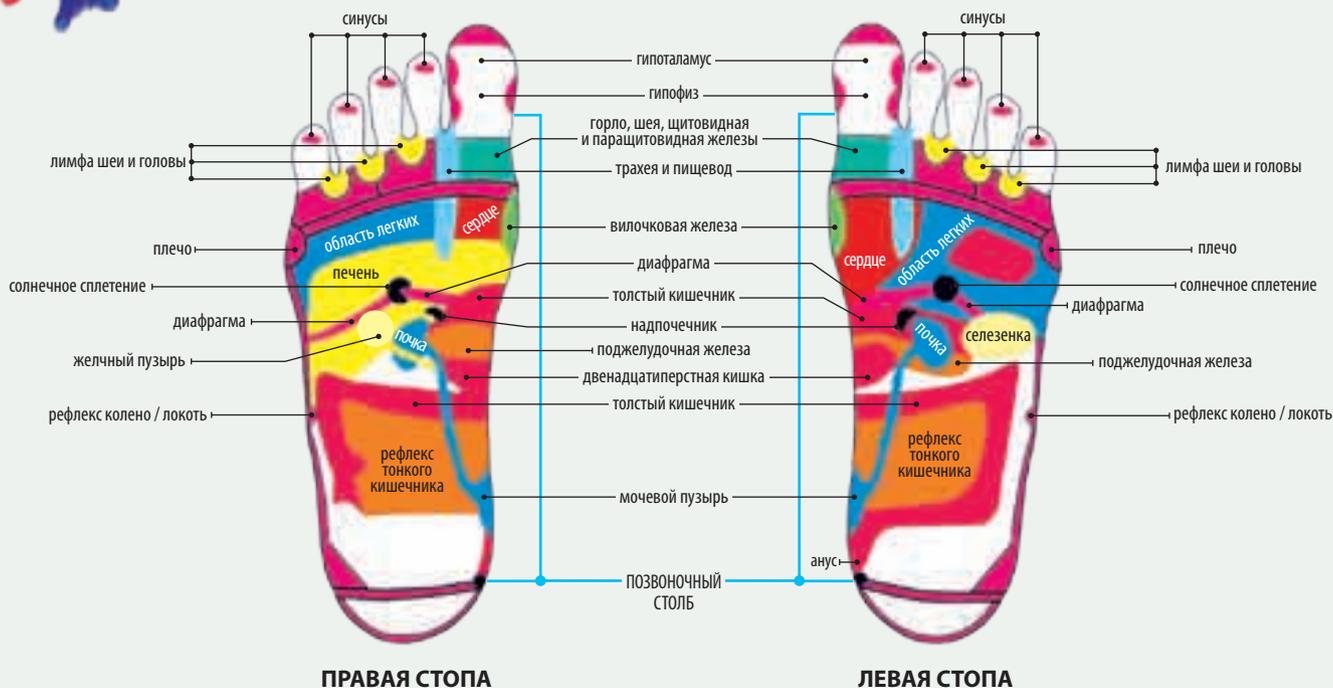
Проекция органов на стопе

Итак, рефлексологи воспринимают стопу как проекцию физического и психоэмоционального состояния человека. На физическом уровне стопу трактуют как «карту органов». Считается, что проекция органов на стопе точно соответствует их расположению в теле.

Так, органы, находящиеся в организме **справа**, будут представлены на правой стопе (например печень и желчный пузырь, которые располагаются в правой сторо-



Атлас зон воздействия на стопе



не тела). Органы же, находящиеся *слева*, представлены на левой стопе (например, селезенка, расположенная в левом подреберье). **Парные** органы (такие как почки или яичники) будут отражены как на правой, так и на левой стопе.

Таким образом, если поставить рядом обе стопы, мы получим полную проекцию тела. Границей левой и правой стороны тела считается позвоночник, проекция которого находится на внутренней стороне стопы (от большого пальца к пятке). Проекция зоны шеи и головы находится наверху стопы (в районе пальцев ног), а пятка представляет собой проекцию таза.

Горизонтальное деление на стихии — оценка психоэмоционального состояния

Психоэмоциональный статус человека также можно понять с помощью диагностики стопы. Для его анализа рефлексологи используют специальные понятия — т.н. стихии: Земля, Вода, Огонь и Воздух. Каждая из этих стихий может быть больше или меньше проявлена на стопе, один элемент может быть выражен за счет другого. Каждый такой рисунок индивидуален и дает ключ к пониманию личности.

Рефлексологи трактуют стихии как основные структуры Космоса и, соответственно, как его основные принципы. Например, принцип Земля в эзотерике представляет материальные процессы — всё,

что связано с жизнью. Вода — это принципы восприятия, а также все пассивное и таинственное (сны, фантазия и интуиция). Элемент Огонь — это динамика, активность, сила воли, импульс и побуждение. Воздух — мышление и логика.

Земля в рефлексологии показывает жизненную устойчивость человека, способность держать удар и постоять за себя. Одним словом — это **выживаемость**. Также эта стихия отражает отношение к деньгам и сексу. В организме человека эта стихия **проецируется** от стоп (вся пятка) до нижней части живота.

Стихия **Воды** указывает на мир чувств и эмоций и на то, как они проявляются у конкретного человека. Одним словом — это **чувствование**. Эта стихия **отражена** на

теле человека в области живота (внешней и внутренней), на стопе — вся мягкая часть от пятки до подушечки под пальцами.

Огонь — это активность и действие, честолюбие и гордость, импульсивность и безрассудство, эго и уверенность в себе. Одним словом — это **деятельность**. Эта стихия **занимает пространство** от диафрагмы до шеи, на стопе — вся область подушечек (до основания пальцев).

Воздух дает представление о том, как человек воспринимает окружающий мир, как он думает и как общается с другими людьми. Одним словом — **мышление**. В теле **проецируется** на области шеи и головы, а на стопе — на пальцы.

Стопа: общая картина и отдельные знаки

Стопа — это своеобразный пазл для рефлексолога. Общая картина складывается из многообразия знаков, каждый из которых по-своему значим. То есть рефлексологу важно не только увидеть конкретные знаки и понять их значение, но и «сложить» их вместе, а затем проанализировать общую картину.

К важным знакам относятся:

- цвет кожных покровов стопы, а также оттенки различных ее участков;
- температура стопы;
- тонус пальцев и мышц стопы;
- гибкость пальцев и амплитуда движения в голеностопном суставе;
- внешняя форма стопы (широкая,



- узкая, напоминающая прямоугольник или треугольник);
- наличие или отсутствие различий в правой и левой стопах;
- форма и величина пальцев (длинные, короткие, ровные и т.д.), а также их расположение относительно друг друга. Так, например, если второй палец длиннее остальных, это указывает на склонность к самоанализу и критическому мышлению;
- расстояние между пальцами;
- сухость или влажность кожи;
- наличие или отсутствие шелушения;
- трещинки, рисунок линий стопы;
- натоптыши и кожные уплотнения.



Как это работает

Процедура рефлексологии стопы

Важно отметить, что рефлексология стопы не идентична массажу стоп — это разные техники. Массаж стопы входит в процедуру рефлексологии стопы, являясь ее элементом, однако на его проведение отводится не более 5–10 % времени сеанса. Массаж стоп призван улучшить кровообращение, снять общее напряжение, в то время как суть рефлексологической процедуры заключается в проработке всех биологически активных зон стопы. Именно это и обеспечивает повышение общего тонуса, профилактику и оздоровление.

В рефлексологии есть понятие «**лечебная формула**» — это последовательность воздействий на стопу, которая повторяется 12 раз в течение сеанса. Лечебная формула обычно подразумевает несколько шагов.

Эти формулы направлены на коррекцию и снятие самых различных заболеваний и состояний: некоторые используются для укрепления иммунной, сердечно-сосудистой, мочеполовой и эндокринной систем, другие оказывают целительное действие при конкретных заболеваниях и состояниях.

Рассмотрим в качестве примера формулу снятия боли с помощью рефлексологического метода. Эта процедура не вызывает никаких побочных эффектов и совершенно безопасна для взрослых и детей; общее время проведения сеанса — около 15 минут. К этим действиям прибегают тогда, когда человек испытывает болезненные ощущения любого происхождения.

Подготавливаем ребенка к лечебному воздействию

Во время процедуры ребенок должен находиться в удобном положении — либо

лежать на спине, либо сидеть в удобном кресле. Важно, чтобы положение взрослого, проводящего рефлексологическую процедуру, тоже было комфортным — в противном случае можно передать маленькому пациенту свое напряжение.

Охватите пятки ребенка и начните сеанс рефлексологии с легких раскачиваний: из стороны в сторону и вперед–назад. Прodelывайте эту манипуляцию в течение двух–трех минут. Это позволит расслабить мышцы стопы и снять общее напряжение, вызванное болью.

Затем в течение минуты производите двумя руками массаж левой стопы ребенка — сначала легкий, а затем более глубокий.

Для достижения наибольшего комфорта желательно использовать любой крем или масло (можно применять ароматические масла). Потом таким же образом помассируйте правую стопу.

Такие манипуляции улучшат кровообращение, а также позволят лучше почувствовать стопу и оценить необходимую силу нажатия. Важно, чтобы движения были медленными, глубокими и соответствовали по силе мышечному тону стопы. После этого можно приступать к применению непосредственно лечебной формулы.

Применяем лечебную формулу

Шаг первый: активизация надпочечников. Большим пальцем руки сделайте 5–6 резких и быстрых движений в проекции надпочечников на левой стопе (см. рисунок выше).

Шаг второй: релаксация. Производите с помощью большого пальца медленные, успокаивающие движения в области солнечного сплетения (SP) на левой стопе (15–20 секунд).

Затем сделайте несколько мягких массажных движений и вновь повторите лечебную формулу (общее число повторов — *шесть раз для каждой стопы*). После того как работа с правой стопой закончена, те же манипуляции и в той же последовательности производятся на левой стопе.

В заключении сеанса обхватите третий палец левой стопы ребенка подушечками большого и указательного пальца правой руки, а подушечками левой руки обхватите третий палец правой стопы. В течение минуты производите легкие вибрирующие движения.

Дополнительную информацию ищите на сайте www.vitateva.com.

Вы можете записаться на курс «Семейная рефлексология» в Интернете. Заявки отправляйте по адресу: julia@vitateva.co.il

Рефлексологические методы могут использоваться как дополнительные в общей реабилитационной программе ребенка, а также в качестве профилактики разнообразных заболеваний. Регулярное их применение может улучшить общее самочувствие ребенка, а также даст ему возможность почувствовать заботу и любовь родителей. Вреда эти воздействия нанести не могут, а польза рефлексологии очевидна. Наш мудрый организм сам порой подсказывает нам, что надо делать. Почему иногда, сидя в кресле, мы неосознанно потираем стопы о ковер? Потому что нам хочется это сделать. Мы просто подчиняемся подсознательным желаниям. Надо уметь слушать свое тело — иногда оно может подсказать решение. Рефлексологию стопы может освоить любой человек, независимо от возраста и профессии. Большую пользу от него получают специалисты — педагоги, психологи. И, конечно, это прекрасный инструмент для самостоятельной семейной терапии. Используйте его, и вы увидите, сколько радости и любви могут принести простые прикосновения!



**Славные у тебя детки! Все
очень-очень милы, кроме одного,
пожалуй... Бедняга не удался!
Хорошо бы его переделать!**

Ханс Кристиан АНДЕРСЕН

ЗАПИСКИ О ГАДКОМ УТЕНКЕ

Татьяна ШУЛЬМАН

При оформлении рубрики «Моя душа» использованы фрагменты из мультфильма «Гадкий Утенок» (СССР, 1956 г., режиссер В. Дегтярев).

Мой сыночек загибает при счете пальцы, особенно когда нужно произвести «сложное» математическое действие, например от одиннадцати отнять восемь. Он до сих пор так и не понимает, почему 13 часов — это не три часа дня, а после 24 часов не будет 25 часов — ведь это так необъяснимо! Мою сыну 19 лет. Он — ИВАНУМ С ДЕТСЛОВА. Что может быть страшнее этого словосочетания?

Когда мне было 15 лет, я спросила у своей бабушки, сурдопедагога и дефектолога: «А почему больных и дефектных детей не усыпляют сразу после рождения? Вот у меня НИКОГДА НЕ БУДЕТ БОЛЬНОГО РЕБЕНКА!»

В этот момент где-то, наверное, прогремел гром и небеса приняли мой вызов. Прости меня, Господи!

6 января, накануне Рождества, в срок или не очень-то в срок родился мой первенец. Мне исполнился 21 год — хотелось петь и танцевать, а рожать и не предполагалось вовсе. Назвали мальчика Сашенькой. Александр Сергеевич Другов. А в марте мой «утенок», который вовсе и не собирался становиться гадким, лежал в реанимационном отделении, весь окутанный проводами и уже не умеющий самостоятельно дышать.

Как это произошло, никто не понимал, ведь нас положили в больницу с диагнозом «диспепсия желудка». Никаких инфекций не находили, только малыш все больше терял в весе и сильно кричал от болей в животике. 20 суток двухмесячный ребенок находился на грани жизни и смерти. Он честно умирал два раза,

но реаниматологи работали до последнего. Однажды мы позвонили в отделение и услышали: «Всё. Надежды больше нет. Мальчик умер».

Из выписки: «Перенес две клинические смерти. Декортикация мозга». Вторая клиническая смерть (как величественно это звучит!) длилась 17 минут. Нигде в мире не вытягивают с того света столь далеко ушедших. Но статистика детских смертей в этот год, видимо, превысила все мыслимые показатели...

Нового, совершенно не узнаваемого мною младенца получила я на руки после выписки в обычное отделение. Он не кричал и не плакал, он умел только тихонечко попискивать, как пищат новорожденные котятка. Врач объяснила мне, что такой у него теперь плач. В возрасте трех месяцев малыш весил два килограмма.

Из справки о рождении: «Мальчик, вес — 3350 г, рост — 52 см. По шкале Ангар — 9/10 баллов».

После «лечения», которое правильно было бы назвать «мучением», мы попали в неврологическую клинику, где мальчику был поставлен беспощадный диагноз: «Глубокая задержка психомоторного развития. Постнатальная гипоксически-токсическая энцефалопатия с синдромом декортикации. Слепоглухонемота.

Ребенок подлежит переводу в специализированный дом ребенка». Меня вызвали к главному врачу и объяснили, почему таких детей не рекомендуется держать дома. Одним из самых важных аргументов был такой: «Вы еще молодая, родите другого малыша!»

Хороша была эта больница тем, что на прогулке в больничном дворике можно было увидеть свое будущее или будущее своего малыша. Вот там мы и познакомились с Мариночкой. Ее невозможно было не заметить. Каштановые кудри обрамляли нежное девичье лицо, а ореховые глаза смотрели грустно мимо вас. Как будто она уже видела что-то свое, только ей ведомое... Именно мне впервые рассказала она свою грустную сказку, устав от боли и одиночества за два месяца больничной жизни.

Девушке было уже 29 лет. Мальчик Костя был вторым ребенком от любимого мужа, красавца-капитана, который обожал свою Мариночку, одевал ее с ног до головы, а об истории их Большой Любви можно было слагать легенды. Доченька Яночка, красивая и умненькая, избалованная вниманием и любовью замечательных родителей, была, тем не менее, приветлива и послушна.

Каждое утро Мариночка выносила во двор колясочку и сажала туда Костеньку, пятилетнего сыночка, у которого не закрывался рот, постоянно текла слюна, а голова была маленькой, «кукольной», с выпученными в никуда глазами. Костенька был «безнадежным». Тяжелая форма микроцефалии, гиперкинетический синдром и масса других заболеваний. Каждый день в колясочке проплывало мое Светлое Будущее...

Лежали в нашей больнице и отказные детки. Мы с Маринкой, юные и постаревшие мамочки, каждый день заглядывали к ним в окна, всё примеряли на себя — вдруг и правда лучше «родить кого-нибудь другого»? Вот единственная медсестра кормит манной кашей сразу человек пять. Каша вываливается из ротиков, а несчастная опять запикивает в раскрытые клювики порции каши, работая со скоростью машины, штампующей детали...

Давятся «ничейные» детки «общественной манкой». Давимся и мы слезами. Потом, не выдержав, рыдаем, воем в голос, обнимая своих «птенчиков»:

— Нет, нет, наши совсем другие!

— Смотри, Тань, он головку немножко держит! Смотри, он вроде немножко улынулся!

А дальше события развивались по совершенно невозможному в советское время сценарию. Ко мне в автобусе подошел человек, сказал, что сможет немножко помочь. Сергей, так его звали, познакомил меня с девушкой Александрой, экстрасенсом. Ей было всего 25 лет.

Каждый день Чудесная Саша приезжала к нам домой и «работала» с моим малышом, который впервые в своей маленькой жизни улыбнулся, глядя на Фею (которая в дальнейшем стала его крестной). Взгляд моего сыночка Сашеньки становился всё более осмысленным. И в один прекрасный день мальчик сел сам, а потом начал ползать. Было малышу тогда два года. И тогда



Чудесная Девушка сказала, что надо крестить мальчика, больше она ничего сделать не сможет.

А затем начались серые будни. Мы многократно делали специальный точечный массаж, и наш мальчик начал ходить. Правда, очень тяжело, припадая на левый бок: голова висела, слюна текла, но ОН САМ ШЕЛ! Когда мы садились в автобус, чтобы добраться с Комендантского до Гражданки, где находился спецсадик, весь автобус дружно поворачивал головы в нашу сторону. Было на что посмотреть: головка набок, ручки висят и хаотично дергаются, слюна течет, ножка волочится следом...

Моя двухлетняя доченька бегает с мячиком по детской площадке, а я не перестаю любоваться ее отточенными движениями, ее крепенькими ножками в красных туфельках с бантиками. Конечно, она самая прекрасная Принцесса в том самом королевстве детских площадок, куда в течение столь долгого времени — целых семнадцати лет! — я так и не могла зайти со своим первенцем.

Но сегодня мы совсем не страшные. Уже не течет слюна изо рта, голова лишь слегка наклоняется набок, и нет на ногах знаменитых ортопедических ботинок, за которыми приходилось ездить на другой конец города, отстаивая в очередях, чтобы их заказать.





который с трудом передвигал ножки. Только пешком, невзирая на плач и крик. Никакие «на ручки» не признавались.

В течение похода придумывались сказки про камни, деревья и лесных духов, которые нам так помогали в дороге. В деревне никто не смотрел нам вслед и не спрашивал, как же мы такого родили. Нам носили картошку и огурцы, ребята брали Сашку с собой на прогулки и на рыбалку. Сын научился кататься на двухколесном велике. Одним словом, комплексы «убогих родителей» стали постепенно сходить на нет.

Потом мы зачислили Сашу в специализированный по ДЦП детский садик. Но он снова оказался «не таким, как все». Врач невзлюбила нас с самого начала. Саша уж очень был странный, с ее точки зрения: не нормальный «тихий дэцэпэшник», а чрезмерно активный «непонятнокто». И когда Сашка столкнул мальчика, сидящего на его месте в столовой, на пол, его увезли в психиатрическую больницу. Родителей туда не пускали, никаких родительских дней не было. Своего сынишку мы не видели ровно один месяц. Малыша трех лет побрили

наголо (такие требования!). Но это оказалось далеко не самым страшным. Мальчик после выхода стал неузнаваем.

Евпатория, детская здравница, 1987 год. Помнишь, Ирка, мы идем по набережной (ах, нам всего по 25 лет!), и солнце светит так волшебно, и Чёрное море так нежно шумит... А впереди «бегут» наши утята — твоя «дэцэпэшная» Ксюшка со спастикой обеих ног в коричневых ортопедических ботинках и мой сыночек Сашка, ходячая выписка из истории болезни: «гиперкинез конечностей, мозжечковая недостаточность, органическое поражение ЦНС, левосторонний парез».

Эх, не так уж и быстро бегут наши зайчики! А мы шагаем сзади и старательно не замечаем нашего поражения ЦНС и всех остальных органов. Ну не побеждены мы еще, мы еще верим в Чудо! И вдруг навстречу идет Она — куколка, малышка, Дюймовочка. С белым бантом в кучерявых волосах, а на ножках — ой! ой! ой! — туфельки на каблучках: цок! цок! цок! Увидела. Смотрит на парочку с недоумением и оглядывается: «Мама, это ляли?» А мама громко и четко ей говорит: «Отойди от них, Машенька, это больные дети!»

Мы — УРОДЫ! УРОДЫ МЫ!

Что ж ты так громко кричишь, Ирка, вцепившись в мою руку, а потом вдруг шепчешь так тихо и страшно: «Я их задушу! Всех, в туфельках!!!»

Когда мы в три года пытались научить Сашу ездить на трехколесном велосипеде, нас многие считали ненормальными: «У вашего ребенка гиперкинетический синдром, ему бы стоять научиться!» Конечно, в свои три года наш малыш заметно отличался от здоровых сверстников. На него показывали пальцем, и жить нам было очень непросто.

И тогда мы уехали в глухую деревню, в которую надо было идти от станции семь километров пешком по лесной дороге. Мы сняли маленькую избушку и стали жить-поживать. Каждое утро папа обливал себя и мальчика холодной колодезной водой. Через день мы ходили в соседнюю деревню за молоком (пять километров туда и пять обратно), таская за собой своего «инвалидика»,

«Растение, овощ», — так сами медики порой называют таких вот существ, тихих и убогих. Говорить Саша не хотел совсем, только все повторял одну и ту же фразу: «Принеси, бл..., води!» Видимо, кто-то из более старших ребят часто хотел пить.

Я узнала много новых названий: «неулептил», «сонапакс», «арап». А то, что после этих лекарств ребенок не мог ходить, говорить и постоянно смотрел в одну точку, — так это «то, что надо!» Вот теперь, наверное, мы в садике числились бы одними из лучших... Только больше мы туда не пошли!

Начался очередной «новый этап» в жизни. Я работала учителем в школе и могла много времени уделять воспитанию Саши. Мы рисовали красками, мелками, карандашами, пели бардовские песни, ходили в походы на байдарках. Вдруг выяснилось, что у Саши абсолютный музыкальный слух, да и работы его художественные выделялись неожиданным подбором цветов.

Появился еще один Настоящий Доктор в нашей жизни. Он, пожалуй, единственный, кто заинтересовался Сашиной историей болезни и долгие годы нам помогал. Баиров Али Гиреевич, пототственный хирург, врач от Бога, первым сказал: «Парень из вас дураков делает, а в голове у него — компьютер».

Каждые два месяца мы ездили к Доктору делать точечный массаж головы и спинного отдела позвоночника. А самое главное, Али Гиреевич учил меня правильно воспитывать Сашу: мы привыкли в нем видеть только больного ребенка. Сдернул очки с бабушки — вот умница! Сам придумал! А Доктор учил меня видеть подростка — не похожего на остальных, более интересного и неподдающегося. «Не превращай его в овощ своими лекарствами, а учи жить!» — говорил Баиров, а я, дурочка с переулочка, сомневалась в правоте его слов...



Оказывается, вместо того, чтобы лечить болезнь, которая не лечится, можно было учить человека с этой болезнью ЖИТЬ в обществе. Но Система требовала жертв: «Пусть будет, как все!» — верещала она. И я отдала своего мальчика в первый класс обычной школы. Да, обучение на дому, да, мало что смыслил в математике. Но зато на тетрадках с гордостью выведено маминной рукой: «Ученика 1 "В" класса 40-й школы».

*Обыватель: «А где же ваш мальчик учится?»
«В обычной школе!» — с гордостью отвечаю я. Но Обыватель не успокаивается: «А головку все так же набок держит?» Я тихонько плачу.*

Продержались мы в обычной школе до четвертого класса, огромные усилия положив на совместные выполнения домашних заданий. Правда, за это время Саша стал неплохо писать и читать по слогам, но математика так и осталась непознанной наукой. И только к шестому классу мы попали в школу-центр РиМ (реабилитации и милосердия), где мальчика стали обучать вышивке. Какие чудесные там педагоги! Самое страшное наказание для Саши (а он в свои девятнадцать лет все еще ученик 12-го класса) — «не пойдешь завтра в школу!»

Спасибо вам огромное, дорогие учителя школы-центра РиМ! Видели бы те товарищи от медицины, которые нам гиперкинез пожизненный гарантировали, его 18 фартуков с цветами и пестухами, в которых щеголяют все наши родственники, друзья и их дети. Ладно вышивать, мы еще и нитку в иглоку на второй

год обучения научились вдевать! Вот тебе и «гипер» с «кинезом»! А какие скатерти, собственноручно вышитые, повез Саша в подарок в Финляндию! Говорят, финны очень уважительно относятся к ручному труду.

Ну, Финляндия — это отдельная тема. Мало им, видно, своих инвалидов — решили они помочь «убогим из России». Организация ГАООРДИ в Питере (объединение родителей детей-инвалидов) и финская сторона организовали в нашем городе проект «Ясный язык». Стали выпускать газету, сняли великолепный игровой фильм «Сказ про царский указ», где все роли исполняют ребята с очень тяжелыми диагнозами: ДЦП, синдромом Дауна и т.п. Я была на первом показе фильма, где выступали все артисты. Двух девочек, играющих русалок, внесли на сцену на руках: это дети с заболеванием ног, неходячие.

А Александр Другов еще и занял второе место в конкурсе рисунков «Мой Пушкин» — изобразил себя, «очкарика», и Александра Сергеевича рядом. Его работы побывали на различных выставках в Русском музее, Эрмитаже, Манеже, Доме журналиста, Доме актера, Ледовом дворце. Одну картину купили датчане — это были первые Сашины деньги, заработанные самостоятельно!

Пришло новое время. Пусть медленно, пусть не все еще получилось, но... Тсс... вы слышите? Звенит капель, и улыбки все чаще и чаще появляются на лицах наших чужах. Будет весна, поверьте мне, и мы с вами еще полетаем!

**И вот крылья его
зашумели, стройная шея
выпрямилась, а из груди
вырвался ликующий крик:
«Нет, о таком счастье
я и не мечтал, когда был
еще гадким утенком!»**

Ханс Кристиан АНДЕРСЕН





ПУСТЬ СКАЗКА ОЖИВЕТ! ЧИТАЕМ И МАСТЕРИМ

Автор сказок | **Ольга ГРАЖДАНЦЕВА**
Поделку мастерила | **Елена ЖИТНОВА**

Становясь взрослыми, мы часто утрачиваем способность видеть чудеса в повседневной жизни. Помните, как нам казалось, что все вещи имеют свой характер и настроение, а сказка была повсюду? В сказках, которые мы предлагаем сегодня вашему вниманию, дело так и обстоит: герои стихотворения «Сказка о носках» совсем как люди ссорятся и выясняют, кто главный, а старые перчатки страдают из-за незаслуженного забвения. А может, не только прочесть сказку с ребенком, но и попробовать ее оживить? Последуйте примеру героев стихотворения «Перчатки» и смастерите забавного кота! Тем более что это совсем не сложно! Некоторые этапы работы можно доверить даже ребенку: например, сделать надрезы и набить игрушку ватой или синтепоном.

ПЕРЧАТКИ



Жили в мире две перчатки
В старом твидовом пальто.
Были много лет в порядке,
А теперь совсем не то:
Их проела моль за лето —
Дырка здесь и дырка там.
И хозяин их за это
Поселил в ненужный хлам.
Ох, перчатки огорчились:
«Разве можно с нами так?
Лучше б взяли починили —
Пара дырок ведь пустяк!»
Только разве тут поспоришь?
В старом ящике на дне
Сохнут, бедные, от горя
И становятся бледней...
Дни бегут. Живут перчатки.
Дотянули до весны.
Рядом с ними — шарф в заплатках,
Пара варежек цветных,
Шапка детская без лямки,
Старый вязаный носок,
Две потертые панамки
И забытый поясок.
День за днем живут в печали —
Дни с тоскою пополам.
Очень сильно заскучали
Вещи, брошенные в хлам.
Ведь была всегда работа
У перчаток и носка.
А теперь не жизнь — болото
И зеленая тоска.
Но однажды ближе к ночи
Над коробкой свет зажгли.
Удивились вещи очень
И затихли: мало ли...

Видят вещи: к ним ладошки
Тянут двое малышей!
Смотрят на перчатки крошки —
И улыбки до ушей:
Волшебство в большой коробке!
Им восторга не унять!
И спросили дети робко:
«Деда, можно это взять?»
Дед смеется: «Непоседы,
Ну зачем вам этот хлам?»
А они опять: «Ну деда!...»
«Эх, ну как откажешь вам?»
Целый день идет работа:
Что-то режут, что-то шьют,

И по выкройкам кого-то
То и дело создают!
Из перчаток вышли кошка
И забавный толстый кот!
И работа понемножку
Над носком уже идет...
Вещи все теперь при деле:
Там отрежь, а тут пришей!
Жизнь вторую дать сумели
Дети каждой из вещей.
И теперь в шкафу у деда
Из игрушек — целый ряд.
Ждут детей. Они приедут —
Снова что-то смастерят.

КОТ ИЗ ПЕРЧАТКИ



НАША МАСТЕРСКАЯ



Для работы вам понадобятся:

- старая перчатка;
- нитки, иголка;
- наполнитель для игрушки (вата, синтепон, специальный наполнитель для мягких игрушек);
- ножницы;
- бусинки, пуговицы для носа и глаз;
- ленточка, тесьма, чтобы украсить котика и выделить ему голову.



СКАЗКА О НОСКАХ



В старом
маленьком
комоде,
Что уже давно
не в моде,
В средней стопке
у замка
Жили-были
два носка.

Плотной вязки, цвет неброский
(Белый в серую полоску),
Без прорех и без заплат —
Не носки, а просто клад.

У носков была работа:
На ногах носил их кто-то,
И в неделю раз носки
Попадали в башмаки.

В общем, были вещью нужной,
Жили вместе тихо-дружно.
Но однажды от тоски
Вдруг поссорились носки.

Заявил тут гордо правый:
«Потрудился я на славу!
Ногу укрывал, как мог,
Чтоб хозяин не продрог!

Ты же вовсе не трудился!
Видно, где-то прохутился!
Грею ноги я сильней —
Значит, в паре я главней!»

Ну а левый отвечал:
«Ты с чего всё это взял?
Я не меньше потрудился:
На ноге я находился.
Не отлынивал от дел
И, конечно, всюду цел.
Ты уж помолчать изволь:
На твоей ноге мозоль,

А моя нога здорова!
В нашей паре я — основа!»
Уж устал терпеть комод,
Ну а спор еще идет:

Оба спорят до упора,
И конца не видно спору —
Выясняют, кто неправ,
Проявляют оба нрав.



Спорят целую неделю,
Кто же главный, не поделят.
В общем, если в двух словах,
Разругались в пух и прах.
И решили как-то ночью:
В паре жить нет больше мочи.
Раз уж спор дошел до точки,
Проживем поодиночке!
Правый в стопке жить остался,
Левый где-то поскитался
И забрался под кровать,
Чтоб хозяйский тапок ждать.



День прошел, другой проходит,
Но никто их не находит,
И не нужен даже даром
Никому носок без пары.

Оба третий день в печали,
Без работы заскучали:
Оказалось, никому
Не нужны по одному.

И решили, что недаром
Их всегда носили парой!
Значит, был напрасным спор —
Ерунда и просто вздор.

Помирились два носка
Уж теперь наверняка!
И живут легко и дружно.
Хорошо быть вещью нужной!



Ход работы

1. Возьмем старую перчатку иотрежем от нее мизинец и средний палец. Верх перчатки тоже обрежем, наметив форму кошачьих ушек.
2. Затем зашьем отверстие на месте среднего пальца и пришьем четвертую лапу напротив большого пальца.
3. Теперь заполним туловище и лапы кота наполнителем, перевяжем шею ленточкой. Маленький совет: если к наполнителю добавить горошины или бусинки, то игрушка поможет развивать

4. мелкую моторику малыша. Можно в одну лапку добавить рис, в другую что-то шуршащее, в третью фасоль, в четвертую — маленькие монетки. Еще можно вшить в игрушку небольшой колокольчик, превратив ее в погремушку.
4. Пришьем глаза, нос и сделаем усы из ниток. Теперь наполним голову синтепоном и зашьем верх перчатки. Можно сшить потайным швом, а можно петельным швом.

Наш кот готов! Желаем вам с малышом веселых и интересных игр!

ЗАНИМАЯСЬ С РЕБЕНКОМ

ЛЮБЫМ ВИДОМ ТВОРЧЕСТВА, НЕОБХОДИМО СОБЛЮДАТЬ НЕСКОЛЬКО ПРОСТЫХ, НО ОЧЕНЬ ВАЖНЫХ ПРАВИЛ

1. Отложите занятие, если у вас или у малыша плохое настроение.
2. Начинайте с самого простого для вашего ребенка, чтобы первые неудачи не погасили в нем желание творить.
3. Заканчивайте занятие, как только увидите, что у малыша начинает пропадать к нему интерес.
4. Обязательно найдите, за что можно похвалить вашего художника. Пусть даже за что-то совсем незначительное.



Я не профессиональный историк, и многое из того, что я напишу — это просто мое личное мнение. Пишу я о русских женщинах, на Западе всё было иначе. Я думаю, что описанные в статье факторы сыграли большую роль в том, что произошло с современными женщинами. Хотя были и другие факторы, безусловно. И каждый из вас может добавить в эту историю что-то свое.

Ольга ВАЛЯЕВА | психолог, писательница, мама двух сыновей

КАК ЖЕНЩИНЫ СТАЛИ СИЛЬНЫМИ ПОНЕВОЛЕ

Предлагаю начать с революции. Почему с нее? Потому что до этого, как мне кажется, многие женщины занимались тем, что рожали и воспитывали детей, вели домашнее хозяйство, носили платья.

Товарищи, все строить БАМ!

А потом мы стали «товарищами». Товарищ Иванова, товарищ Валяева. Примерно тогда же появилась мода работать на заводах. Женщины устремились к станкам и не только. А за станком стоять в красивом платье неудобно. Да и невыгодно заводу: а вдруг все слесари будут смотреть только на подол твоей юбки и отрежут себе пальцы?

Поэтому товарищи женщины стали носить брюки. А потом товарищи женщины стали отдавать грудных детей в ясли. Чтобы выполнять свой долг перед Родиной. До сих пор часто слышу истории о том, как отдавали трехмесячных или даже месячных малышек. Чтобы выполнять планы пятилеток и идти к светлому будущему.

Таким было общество в тот момент. И очень многие из этих правил живы до сих пор. Например, кормление грудью каждые три часа. Многие ли знают, что это правило придумал не ВОЗ какой-нибудь, а Надежда Крупская? У которой не было своих детей. Этот временной промежуток — три часа — просто оптимальный временной перерыв, за который

мама может успеть покормить малыша и вернуться на завод.

Сейчас, слава Богу, возвращается естественное кормление по требованию. Но наши мамы, свекрови и бабушки до сих пор говорят: «А я тебя кормила не чаще, чем раз в три часа», «Кормить каждый час — вредно» и так далее.



Осталась мода и на брюки. Просто пройдитесь по улице и посчитайте, сколько там вы увидите женщин в юбках и сколько — в джинсах. Дальше уже очень многое пред-

делено. Женщине в брюках под силу очень многое. Например, таскать тяжести. Или крутить болтики. Или чинить краны.

А женщине, у которой маленькие дети в садике, можно тащить на себе еще больше. Потому что внутренне есть комплекс «плохой матери» (что бы ни говорила Родина). И тогда очень хочется заработать много денег или хотя бы на Доске почета висеть. Чтобы они гордились тобой.

Потом была война

Война вообще страшная штука. А разом выкосившая почти всех мужчин — страшнее в разы. Сколько осталось матерей-одиночек с детьми на руках! У которых не было другого выбора, кроме как выживать самим и помогать выжить детям. Нелегко пришлось и послевоенным девочкам, которые видели мамины страдания. У многих автоматически в этот момент включилась программа лояльности к маме: если мама была несчастна, то я не имею права быть счастливой из любви к ней.

Конечно, эта программа подсонательная, недекларируемая. Ведь в реальной жизни мы все хотим быть счастливыми. И все мамы хотят своим детям счастья. Но психика ребенка реагирует на трудности и проблемы близких часто именно таким образом, и это подтверждают семейные динамики. Чтобы девочка решила себе быть счастливой, ей важно



получить на это разрешение от мамы. Искреннее разрешение. И лучше вслух.

Но сердце женщины, пережившей боль и горе, блокирует многое, чтобы просто выжить. И вместе с горем и болью, к сожалению, блокируются способности испытывать чувства. Целое поколение женщин разучилось вмиг обнимать своих детей и говорить им о любви. Разучилось радоваться.

Проверка на прочность

А потом еще одно испытание для женщин и мужчин — перестройка. Крах всего того, что раньше было стабильно. Мужчины потеряли возможность кормить семью привычными способами. Реагировать нужно было очень быстро. Но это получилось не у всех. Многие впали в депрессию и начали пить, деградировать.

Я столько видела замечательных мужчин, которые просто не справились с этим стрессом! Например, папа моего друга. Он был самым лучшим папой района — мы все мечтали, чтобы у нас тоже были такие папы. Каждый вечер после работы он брал сына и гулял с ним. Он постоянно придумывал какие-то игры для всех нас, организовывал детские дни рождения. Я очень хорошо помню его именно таким.

Но после перестройки он сломался. Он не смог больше быть главой семьи. Его любимая работа больше не приносила семье достаточно денег. И он начал пить.

Женщины устроены немного иначе. И пока женщине есть о ком заботиться, она не имеет возможности сдаться. Так устроены мамы, которые могут годами не спать по ночам, лишая себя многого. И в такие моменты женщины взяли бразды правления в свои руки. Потому что нужно было кормить детей. Так товарищ превратился в бизнесвумен. Женщина научилась сама обеспечивать не только себя, но и своих детей. И даже мужа, если таковой был.

Любовь = секс?

И завершающий штрих внесла сексуальная революция. О времена, о нравы! Мы изо всех сил хотим, чтобы нас любили, но одеваемся так, чтобы нас хотели. Так теперь принято, что любовь равняется сексу. Ведь если нас хотят, то вроде как и любить должны? И мы своими декольте, обтягивающими джинсами, открытыми животами и ярким макияжем пытаемся разбудить в мужчинах рыцарей. А пробуждаем — животных.

С некоторых пор сексуальность и сексапильность стали синонимами женственности. Но разве это действительно так? Длинные изогнутые ногти, яркие губы, кричащие мини, высоченные шпильки — разве это женственность?

Для меня идеальное воплощение термина «женственность» — это Пресвятая Дева, Мадонна. С младенцем на руках. В простом платье. Светящаяся изнутри очарованием и любовью.

И что мы имеем?

Теперь мы имеем современных нас. Не знающих любви и ласки, не умеющих носить платья и украшения. Не умеющих воспитывать детей и не желающих их рожать. Зато умеющих решать все проблемы самостоятельно и не понимающих, зачем нужен

Для меня сила женщины — в ее счастье. Поэтому хочется, чтобы мы все с вами стали сильными женщинами. Сильными своим Счастьем и Любовью.

мужчина. Призывно одетых и накрашенных. Всячески отрицающих свою настоящую внутреннюю женственность. Мы продолжаем оставаться «товарищами». Это так привычно, это не страшно, это проверено.

Да, иногда бывает тяжело и хочется сильного плеча рядом. Но ненадолго. Потому что потом придется что-то менять. А это страшно. Ведь нужно будет перестать быть товарищем. А стать — женщиной. А отношения все равно рано или поздно завершатся...

Ты — женщина. И в этом твоя сила

Мы с вами проанализировали происхождение «сильных женщин» в нашем обществе. Это и есть наша исходная точка.

Наш старт. И эти навыки позволили нескольким поколениям женщин выжить.

Сейчас же важно осознать, что нам эти родовые сценарии уже мешают. Да, они помогли моим прабабушке, бабушке и маме остаться в живых, вырастить и прокормить детей. Но мне они уже не нужны. Мы не можем вернуться назад и изменить свой старт. Но каждая из нас может изменить свой финиш. Осознание этого — уже первый шаг к исцелению.

А потом, возможно, последуют следующие шаги. Например, вы найдете в своем гардеробе женскую одежду — юбки и платья. И перестанете носить джинсы. Это и будет второй шаг.

Затем можно понемногу начать знакомиться с собой: «Какая я? Чего я хочу? Что делает меня счастливой?» Заодно спросите себя: «А на самом ли деле мне нравится быть сильной? Правда ли я хочу всё сама? Или в глубине души я все же мечтаю о сильном плече мужчины?»

Самое важное, что тебе не нужно отказываться от своей силы. Это то, что у тебя уже есть. И ты в любой момент сможешь этим воспользоваться. Но попробуй и по-другому. А вдруг понравится? Для меня сила женщины — в ее счастье. Только счастливая женщина в моем понимании действительно является сильной.

Поэтому мне хочется, чтобы мы все с вами стали сильными женщинами. Сильными своим Счастьем и Любовью.

Множество информации о женском предназначении и женской сути вы найдете на авторском сайте www.valyaeva.ru





ШКОЛА В АМЕРИКЕ: ЗАПИСКИ ОСОБОЙ МАМЫ

Юлия Залевская | мама особого ребенка
Подготовила Елена Житнова | журналист

В прошлом номере я рассказала вам о том, как началась наша «американская жизнь»: поведала о переезде из Зеленограда в США, о том, как строится реабилитация особых детей в Америке, о специальных домашних программах для таких детишек. Сегодня я расскажу о других важнейших событиях из жизни моей семьи: об обучении нашего особого сына Антошки в американской школе и появлении у нас малыша Глебушки.

В США все дети начинают посещать школу с пяти лет. Образование — неотъемлемое право каждого ребенка, и никакой диагноз не может помешать реализации этого права. Исключение составляют детки с очень слабым иммунитетом — те малыши, которым опасно долго находиться в обществе. Они получают образование на дому.

Государственное образование является бесплатным на всех трех ступенях обучения — начальной, средней и высшей.

Проезд в школу на специальном автобусе тоже бесплатный: нормативные детки обычно ждут школьный транспорт в условленном месте, собираясь группами, а каждого особого малыша автобус забирает прямо у его дома. В автобусе кроме водителя обычно находится еще и воспитатель.

Водители, как правило, уступают дорогу школьному транспорту — подрезать или не пропустить такой автобус считается плохим тоном. Перед тем, как остановиться для посадки или высадки маленьких пассажиров, водитель школьного автобуса заранее предупреждает об этом других участников дорожного движения (с помощью специальных сигналов). И все водители останавливаются на это время.



ЭТО ИНТЕРЕСНО!

Домашние питомцы

Примерно год назад моя подруга Танюшка приобрела собачку, заранее изучив, какие в США существуют правила на этот счет. Питомцу обязательно надо сделать все положенные прививки. Также у собаки должны быть четыре медальона-чипа, с помощью которых по базам регистрации найдут владельца, если животное потеряется.

За собачку положено ежегодно платить в казну налог. Причем если питомец стерилизованный, сумма налога будет меньше. Животное обязательно нужно водить на плановые осмотры к ветеринару. Также за своим питомцем необходимо убирать на улицах. Кстати, тут почти с каждым поводком продается небольшая коробочка с пакетиками — такой набор для прогулки. Когда хозяев нет дома, животные должны сидеть в клетке. В том числе и собаки с кошками.

Очень распространен гостиничный сервис для домашних животных: уезжая в командировку, вы можете пристроить своего питомца в учреждение, где с ним поиграют, погуляют, покормят. Таня не раз пользовалась такой услугой и говорит, что когда они приходят туда, то собачка очень радуется — это значит, что ей там нравится.

Кстати, в Америке я ни разу не встретила на улице бездомного пса или кота (хотя белки, зайцы и олени с енотами нам попадались).

Водительские права в США

В США можно садиться за руль в 15 лет. В этом возрасте получают ученическое разрешение на вождение автомобиля. Оно предусматривает массу ограничений. Ограничено время вождения, а управление автомобилем возможно только под чутким присмотром взрослого, сидящего на переднем пассажирском сидении и имеющего стаж вождения более пяти лет. Кстати, если бы мой стаж по российским правам был меньше 18 месяцев, я бы тоже могла рассчитывать только на такие права.

Подостижении 16 лет можно получить переходные права. Они тоже предусматривают ограничение по времени, а также запрет на перевозку лиц до 20 лет, не являющихся близкими родственниками. Нарушив правила, можно лишиться права управления автомобилем до 18 лет. Для того чтобы заменить ученические права на переходные, нужно принести письмо от родителей или опекуна, где будет указано, что юный водитель уже имеет опыт вождения не менее 50 часов в дневное время и не менее 10 — в ночное.

Если у вас есть водительское удостоверение любой страны, учиться в автошколе не нужно. Необходимо изучить материал о вождении под воздействием алкоголя или наркотиков. Это я сделала онлайн: прочитала лекции, сдала тесты и получила сертификат. Затем через несколько дней поехала сдавать еще один тест в специальном заведении: правильно ответила на все 20 вопросов, и мне тут же выдали сертификат. После получения сертификата я отправилась в местное «ГАИ»: там я прошла тест на зрение и сфотографировалась. Мне предстояло ответить на двадцать вопросов в течении 15 минут (надо было правильно выполнить хотя бы 17 заданий). Теорию я сдала!

Затем настала очередь самого вождения. Мы сели с инструктором в машину. Я очень старалась, и в итоге инструктор сказал, что у меня 14 штрафных баллов, но это очень даже хороший результат! Потом мы снова пошли к окошам, где я заплатила 27 долларов, и через три минуты мне выдали заветную «корочку».

Иногда родители предпочитают обучать своих детей в частных платных школах. Часть потраченных средств они могут позднее вернуть, получив налоговый вычет по итогам года. Также есть гимназии при церкви, которые практикуют раздельное обучение мальчиков и девочек.

Особые детки и школа

В Америке словосочетание «школа для всех» — это не просто слова. Особые детки начинают «учиться» уже с трех лет: в США существуют две основные программы подготовки к школе для детей с нарушениями в развитии — **классик (classic)** и **бегиннинг (beginning)**. Особые детки могут заниматься как в обычной школе, так и в специализированной.

Программа **классик** рассчитана на ребят с легкой и средней степенью отставания в развитии. Многие из детей, посещающих данные занятия, в пять лет пойдут в обычный класс обычной школы и практически не будут отличаться от одноклассников.

Занятия по программе **классик** проводятся три раза в неделю и длятся два-три часа.

Программа **бегиннинг** предназначена для деток с тяжелыми нарушениями в развитии и тоже рассчитана на ребят в возрасте от трех до пяти лет. Впрочем, отдавать малыша в школу в три года не обязательно — специалисты могут прийти к вам домой до достижения малышом четырех лет. Таким образом, момент поступления в школу определяют родители.

В классе находится не более 6–8 учеников, на которых приходится один учитель и два помощника. Также в школе постоянно присутствуют специалисты (реабилитологи, логопеды и т.д.), а периодически и волонтеры, которые помогают учителям. Занятия по программе **бегиннинг** проводятся пять раз в неделю, ребенок пребывает в школе каждый день около пяти часов. Сначала мне показалось, что это слишком для таких ребят. Но мне объяснили, что именно поэтому, что наши малыши имеют серьезные особенности, им нужно уделять больше времени, чем обычным деткам.

О том, что Антошке предстоит посещать школу, я узнала задолго до достижения им положенного возраста. Куратор нашей реабилитационной программы много рас-

сказывала о школе и ее плюсах. Но долгое время я воспринимала всю эту информацию только как познавательную. Я никак не примеряла ее к нашему сыну, потому что даже и предположить не могла, что он сможет ходить в школу! Я не представляла, как он будет находиться там почти целый день — без меня и других близких, с чужими людьми, которые совсем его не знают!

Но чем ближе мы подходили к трелетию Антошки, тем настойчивее терапевты и кураторы убеждали меня отдать сынулю в школу. Они в один голос твердили, что деткам там очень нравится, что для них это невероятно полезно. Но я всё равно сомневалась. Тогда они предложили мне совершить экскурсию в подобную школу.

Учиться — это весело!

И вот я вместе с переводчиком отправилась в одну из таких школ. Сначала мы побывали на занятиях младших деток в классик-группе. Все ребята сидели на специальных стульчиках, которые слегка

раскачивались. Как мне потом объяснили, это способствует расслаблению — дети могут более длительное время концентрироваться и меньше устают. Я увидела, как логопед разыгрывает театральную сценку с малышами: они пели, хлопали в ладоши и отгадывали загадки.

Потом дети начали делать аппликации: им раздали бумагу и ножницы, а вот клей не дали. Это один из очень распространенных способов обучения в аме-

риканских школах — ставить детей в нестандартные ситуации, чтобы они сами искали выход и учились задавать вопросы.

В соседнем кабинете проходили занятия у малышей из **бегиннинг**-программы. Увидев ребят, которые были так похожи на моего сынулю, я не смогла сдержать слез. Оказывается, если продумать всё до мелочей, то даже такие «сложные» детки, как Антошка, могут обучаться в школе и получать от этого удовольствие! Во время нашей экскурсии по школе я смогла наблюдать, как специалист по играм занимается с детками: он пел песенки и показывал разные жесты. Ребята (в основном с помощью взрослых) пытались повторять их: поднимать ручки вверх, стучать ладошками по столу. Мне объяснили, что развитие жестов очень важно для наших деток.

Сначала я думала оставаться на домашней программе обучения до Антош-

Я даже и предположить не могла, что Антошка так полюбит школу! Он очень тянется к одной из одноклассниц — она самая развитая и общительная. Кстати, каникулы и выходные сынок очень не любит. Всё время поглядывает на свою коляску, которую еще недавно терпеть не мог. А когда слышит шум приближающегося автобуса, то всегда улыбается и всеми способами показывает, как он счастлив!

Все продумано для того, чтобы получение образования было комфортным для особых детей и их родителей

Антон с нетерпением ждет школьный автобус у своего дома.



Сыночка поднимают в автобус с помощью специального подъемника.



Глеб навещает старшего брата в школе.

Комната для занятий физическими упражнениями.



ШКОЛА В АМЕРИКЕ: ЗАПИСКИ ОСОБОЙ МАМЫ

киного четырехлетия. Но у нас родился младший сын Глеб, и стало ясно, что в школе наш первенец будет получать больше внимания, которое так ему необходимо. И мы решились. Была собрана целая комиссия — в нее входили терапевты, кураторы и другие специалисты. Они подвели итоги прошлого периода и поставили цели и задачи на будущее. Кстати, когда Антошка начал посещать школу, некоторые из них были пересмотрены — педагоги лучше узнали сынишку и постарались сделать акценты на том, что ему больше нравится и что у него получается лучше.

Школу нам тоже подобрали специалисты. Я сначала расстроилась, поняв, что это будет специализированная школа, расположенная достаточно далеко от дома (автобус следует в одну сторону примерно 30–40 минут). Но, как потом оказалось, поездки на автобусе пришлись по душе нашему Антошке, а сама школа очень понравилась как нам, так и сыночку.

В первый раз в первый класс

Как же я волновалась, когда Антошка в первый раз отправлялся в школу! В тот день утром сынок позавтракал и принарядился. Потом мы взяли новенький рюкзак с подгузниками, едой, капельками для животика, пустышкой и сменной одеждой и на коляске отправились к автобусу. Школьный транспорт подъехал почти сразу. Открылась задняя дверь, и с помощью специального подъемника сыночка вместе с коляской подняли в автобус и пристегнули ремнями. И вот наш Антошка поехал в школу!

Мы заранее договорились с учителями, что к одиннадцати часам приедем навестить ребенка и покажем, как его кормить. Педагоги заверили меня, что со всем остальным они и сами прекрасно справятся. Я еле дождалась положенного времени! Конечно, не смогла удержаться от того, чтобы предварительно позвонить учителям — мне сказали, что в автобусе и в школе Антошка немного поплакал, но быстро отвлекся и к девяти часам уже улыбался.

В школу мы приехали вместе с Глебом. Когда зашли к Антошке в класс, то увидели, что наш школьник отдыхает на подушках, слушая русские детские песенки. Узнав, что сынок их очень любит, учитель сразу предложила принести в школу диск — потом я заметила, что другие детки тоже слушают его с интересом.

Мне объяснили, что в первое время у Антошки будет щадящий режим, включающий в основном индивидуальные занятия, чтобы сынок мог спокойно освоиться в школе. В свой самый первый день Антошка в основном слушал сказки,

играл с игрушками и немного порисовал. Кстати, в нашей школе есть специальный столик с углублениями, где детки могут рисовать водой. А когда сын чем-то перепачкал брюки, их, к моему удивлению, забрали в прачечную!

Школьные будни...

Постепенно я привыкла к тому, что Антошка каждый день отправляется в школу. Он тоже там освоился и полюбил свои занятия и педагогов. Мне объяснили, что можно давать ребенку в школу привычную ему еду. Впрочем, всегда можно приобрести что-то в местном кафетерии (предварительно согласовав с учителем меню ребенка).

У всех учеников есть специальная тетрадка, что-то наподобие **дневника**. Каждый день учитель записывает там, как прошел день, чем ребенок занимался, как себя вел, во что играл. Родители тоже могут писать в этой тетрадке свои пожелания и вопросы. Конечно, мы общаемся с учителями по телефону и по электронной почте. Но ведь записи, сделанные рукой, намного интереснее читать! От них так и веет теплотой — чувствуется, что специалисты принимают искреннее участие в жизни нашего сыночка! Мы с мужем очень любим почитать этот

Немного о праздниках

В США довольно много государственных праздников, но лишь немногие из них являются нерабочими днями. Если праздник выпадает на выходной, то рабочие дни не переносятся. «Коротких дней» тоже нет. Я познакомилась еще не со всеми американскими праздниками, поэтому коротко расскажу только о тех, о которых успела что-то узнать.

День матери

В этот день поздравляют матерей и беременных женщин. В США этот праздник отмечается во второе воскресенье мая. Существует традиция носить в этот день на одежде цветок гвоздики. Цветная говорит о том, что мать человека жива, а белые гвоздики прикалывают к одежде в память об ушедших матерях.

День пап

Этот праздник отмечают в третье воскресенье июня. В этот день принято выражать благодарность отцам. Государство в честь этого праздника оказывает поддержку папам с низкими доходами, которые одни воспитывают детей.



Здорово, что в школе Антон получает не только знания, но и позитивные эмоции и яркие впечатления!

Особая любовь Антона — занятия в бассейне!



Самый первый рисунок, который Антон привез в подарок маме.

Валентинки, полученные Антошкой от одноклассников и педагогов.



дневник: из него мы узнаем много удивительных для нас вещей. Например, как наш Антошка сажал помидоры в зимнем саду, активно размахивая лопаткой. А потом он будет их поливать и собирать урожай!

Каждый день в школе проходят групповые занятия: чтение книг, компьютерный класс, рисование, музыка, йога. Наш сынок часто радует нас новыми поделками: рисунками, аппликациями. Также регулярно проводятся индивидуальные уроки с логопедом, физикал-терапевтом и другими специалистами. Антошка играет в стендоре, ходит по общему коридору в ходунках и даже катается на специальном велосипеде! Этот факт сильно меня удивил, но учителя заверили, что сын просто обожает это занятие и, когда велосипед останавливается, бурно показывает свое недовольство.

В нашей школе есть бассейн, который Антошка очень любит посещать. По расписанию занятия в бассейне у его класса в пятницу, но, видя, как сынок обожает плавать и какую пользу ему это приносит, его приглашают и в другие дни, когда такая возможность есть. В бассейне очень уютно: там играет приятная музыка и все улыбаются. Ведет занятия мужчина — невооруженным глазом видно, как он любит

свою работу и своих подопечных. Вода в бассейне очень теплая (около 36 градусов). Такая температура способствует расслаблению мышц. Кстати, родители могут присоединиться к занятиям, захватив с собой купальник!

...и праздники!

В школе детки обязательно отмечают праздники — готовят подарки и концерты. Например, в День святого Валентина все обменивались открытками и поделками, на Пасху угощали друг друга специальным печеньем и шоколадными яйцами. На Рождество к ним приходил Санта Клаус и пел песни под гитару. Родители активно привлекаются к участию во всех мероприятиях. Например, в преддверии Дня святого Валентина я, уложив своих мальчишек спать, клеила «валентинки» для одноклассников сына.

Недавно была активная неделя — каждый день нужно было одеваться в определенном стиле. Понедельник был Днем цветов школы (у нашей школы это красный и белый), вторник — Днем футболок, среда — Пижамным днем, четверг — Днем хиппи, а пятница — Днем рок-музыки. Также наши детки ездили на экскурсию в зоопарк, участвовали в репетиции эвакуации из автобуса. Кстати, подобные праздники и мероприятия проводятся и в обычных школах. Это лишний раз доказывает, что не стоит возводить лишние границы между особыми и обычными детьми. Ведь разница только в некоторых возможностях. А организовать обучение так, чтобы все дети могли получать необходимые знания и впечатления — дело взрослых.

Я даже и предположить не могла, что Антошка так полюбит школу! Он очень тянется к одной из одноклассниц — она самая развитая и общительная. Кстати, каникулы и выходные сынок очень не любит. Все время поглядывает на свою коляску, которую еще недавно терпеть не мог. А когда слышит шум приближающегося автобуса, то всегда улыбается и всеми способами показывает, как он счастлив!

В нашей школе такие детки, как наш сынок, обучаются до 21 года. Затем их переводят во взрослые сервисы. Летние каникулы длятся с 15 июня до начала осени, но для ребят, обучающихся по программе бегиннинг, двери школы будут открыты до конца июля, только время ежедневного пребывания сократится с пяти часов до трех с половиной. Учителя говорят, что это поможет деткам не забыть приобретенные навыки. Надеюсь, август пролетит быстро и наш ученик не успеет слишком истосковаться по своей любимой школе!

День памяти

Это национальный праздник в США, который отмечается ежегодно в последний понедельник мая. Он посвящен памяти американских военнослужащих, погибших во всех войнах и вооруженных конфликтах, в которых США когда-либо принимали участие. Этот день нерабочий. Обычно принято посещать разные памятники и мемориалы, отдавая дань памяти погибшим военным. Также негласно этот день считается началом лета, и многие американцы устраивают пикники.

День флага

14 июня в Америке празднуется День флага. Он отмечается на официальном уровне, однако является рабочим днем. Нужно с самого рассвета вывесить флаг около своего дома, а убрать его только на закате. Флаг не должен касаться земли, а если начнется дождь, его необходимо убрать или укрыть. Если флаг уже значительно обветшал, его нужно либо сжечь, либо захоронить. Но ни в коем случае не выкидывать! Этим традициям уже не менее двухсот лет.



Беременность



Я беременна!

Я хочу рассказать вам о появлении на свет нашего младшего сына Глебушки. Выносила и родила я его в Америке и думаю, что вам будет интересно узнать о том, как проходили моя беременность и роды. Антошкой я сама забеременеть не могла, так как у меня был поликистоз на фоне повышенного содержания уровня некоторых гормонов. Планируя второго ребенка, мы решили сначала попробовать обойтись без специалистов. И у нас все получилось!

Первым делом я пошла на прием к моему терапевту. Там мне сделали анализ и уже на следующий день позвонили и поздравили с беременностью, что меня очень приятно удивило. Сразу скажу, что всю беременность меня не переставало поражать, как искренне все вокруг радуются за меня. Когда животик стал заметен, то несколько раз я принимала поздравления на улице от прохожих — совершенно незнакомых людей. А однажды за мной даже бежал полицейский, чтобы... догнав, поздравить меня с ожидающимся прибавлением!

Первый визит к гинекологу

Перед самым первым посещением гинеколога я очень сильно волновалась и, конечно, успела передумать обо всех возможных ужасах беременности. Я пришла с мужем, и администратор клиники сразу вручил нам целую кипу бумаг, которые нужно было заполнить. Так как муж знает язык гораздо лучше меня, то он помогал мне в этом непростом для меня деле, благодаря чему много узнал об исключительно женских нюансах.

Кроме мужа к гинекологу меня сопровождал Антошка. Кстати, всю беременность я посещала врачей вместе с сыночком, и ни разу никто из них не выказал недовольства по поводу его присутствия, хотя Антон во время приема частенько прослушивал свои детские песни или даже возмущался. Спасибо тебе, сынок, за терпение и за то, что составлял мне компанию!

Пришла медсестра — она измерила мой рост и вес и отправила сдавать анализ мочи. Данную манипуляцию я потом проводила

перед каждым визитом к гинекологу, прямо в клинике. Очень удобно! В эти моменты я всегда вспоминала, как в Зеленограде шагала зимним утром в женскую консультацию с заветной баночкой под мышкой. Кстати, с анализом крови здесь тоже очень просто — его берут не на голодный желудок и не в отдельный день, а по мере необходимости в конце приема. Лишь в 28 недель перед анализом на сахар нужно было провести специальную подготовку — выпить предварительно бутылочку с глюкозой. Когда анализы

готовы, беременным звонят и сообщают результаты. Особо переживающим их даже могут выслать по почте.

Перед посещением гинеколога мне измерили давление и нарядили в одноразовую одежду для осмотра на кресле. Зашел доктор с медсестрой. Ее, увидев мою группу поддержки в лице мужа и Антошки, врач тут же отпустил. Доктор объяснил, что в присутствии медсестры теперь нет необходимости: оказывается, в Америке если пациент и врач разного пола, то на осмотре обязательно должен быть кто-то третий!

Ведение беременности в Америке

Вскоре я пошла на первое УЗИ. Мне поставили срок в восемь недель, сразу показали ручки и ножки малышу, дали послушать сердечко. Запомнилась забавная деталь: на потолке прямо над кушеткой в кабинете УЗИ были приклеены разные картинки-комиксы про беременность. Видимо, чтобы не скучно было лежать во время исследования. Антошка тоже был с нами и слушал свои любимые песенки.

Затем я снова встретилась с доктором, и мы обсудили дальнейшие планы на беременность. Я узнала, что в Америке первые семь месяцев врача обычно посещают один раз в месяц (если женщина и специалиста ничего не беспокоит). Начиная с восьмого месяца беременные навещают доктора каждые две недели. УЗИ здесь делают три-четыре раза за весь срок: при первом обращении (для установления точного срока), в 12–13 недель, в 22–24 и в 34–36.

В клинике работают пять врачей, с каждым из которых надо познакомиться, то есть попасть на прием хотя бы один раз за беременность. Это необходимо для того, чтобы ваши роды принимал уже известный вам специалист (они по очереди дежурят в госпитале). Если же предстоит плановое кесарево сечение, как и было в моем случае, то можно выбрать день и врача заранее, причём как основного, так и запасного (если первый по каким-то причинам не сможет провести операцию).

Как только мы встали на учет к гинекологу, нам начали приходить всевозможные рекламные брошюры для беременных. Среди них очень часто попадалась реклама пуповинной крови. Поговорив с Антошкиным невропатологом, мы решили не делать эту манипуляцию, так как в Америке официально не проводят такого лечения ДЦП. Мотивируют это тем, что, так как нет официальных данных о пользе и побочных эффектах использования пуповинной крови, все манипуляции с ней — эксперимент, который невозможно проводить на детях. Так же дело обстоит и с лекарствами. Если не доказан их положительный эффект, официальная медицина не рекомендует их применять.

Меня немного удивляло, что в конце беседы врач отправлял меня домой «кушать, гулять, пить много воды, а также не забывать про витамины». Я пыталась было рассказать, что во время первой беременности пила не только витамины «от А до Я», но и горсти других таблеток. Но доктор был непреклонен: витамины и вода — это всё, что мне нужно. Все остальное лишнее.

Исследования во время беременности

В начале беременности мы сразу же обратились к генетикам из детского госпиталя. Они стали искать причины Антошкиного диагноза, так как кровоизлияние в мозг у него было несколько нетипичным. Сына проверили на некоторые виды генетической гемофилии. Результаты оказались отрицательными, но выяснилось, что у Антошки понижено содержание протеинов С и S, а именно они отвечают за свертываемость крови.

Генетики порекомендовали мне сдать анализ на данный протеин (оказалось, что его в случае необходимости можно поднять с помощью препарата), а также сказали сделать в 22 недели МРТ. Кроме того, мне посоветовали обратиться в специальный центр: там наблюдают сложные и нетипичные беременности, ведут будущим мам в возрасте от 35 лет и тех, у кого могут быть генетические отклонения. Я так и поступила: наблюдалась в этом специализированном центре (в основном общалась с генетиками и делала 4D УЗИ), но не забывала посещать и свою клинику.

Запомнилась и приятно удивила одна мелочь: во время проведения УЗИ гель, который наносят на живот, достают из специального шкафчика с подогревом. Так просто и так приятно — я сразу вспоминала, как во время первой беременности подпрыгивала, когда кожа касалась этот неприятно холодный гель. Также мне провели амниоцентез. Эту процедуру я перенесла очень легко: всего десять минут — и можно идти домой. Результаты прислали домой в два этапа: через три дня были готовы исследования на четыре самые распространенные патологии, а через неделю пришла картинка с изображениями всех пар хромосом. И это с учетом того, что само письмо добиралось до меня два дня! В центре хорошо понимают, каким тяжелым и томительным может быть ожидание. Также я очень благодарна за



и роды в США

то, что нашли русского специалиста, который позвонил мне и все объяснил.

Специальный центр передал все необходимые бумаги в Детский госпиталь, где мне и сделали МРТ на двадцатой неделе беременности. После проведения этой процедуры нам с мужем показали целый «фильм» о мозге Глебушки. Доктор наконец нас успокоил — все показатели в норме!

Экскурсия в госпиталь

Примерно в двадцать четыре недели врачи настойчиво попросили определиться с госпиталем, в котором я собираюсь рожать, так как команда врачей, у которых я наблюдалась, может оперировать сразу в двух клиниках. Для того чтобы беременные могли сделать выбор, правила госпиталя предусматривают специальную экскурсию. Эта услуга бесплатная — нужно лишь зарегистрироваться на сайте клиники, заполнив небольшую анкету, или просто позвонить. Выяснилось, что детей младше четырнадцати лет с собой приводить нельзя. Возникла проблема: с кем оставить Антона? Мы объяснили ситуацию, и нам пошли навстречу: предложили провести индивидуальную экскурсию утром в будний день. И вскоре мы отправились на нее всей семьей, с Антоном в коляске.

Когда мы туда приехали в назначенное время, то даже немного заблудись в огромном комплексе из множества корпусов. На первом этаже в холле было не по-больничному уютно: небольшие диванчики, удобные кресла. У главного входа несколько дежурных кресел на колесах: возят в них не только инвалидов, но и всех, кто неважно себя чувствует — нужно только дать понять, что это необходимо.

Родильное отделение располагается на третьем этаже. Выходишь из лифта и сразу попадаешь в просторный холл: повсюду стоят аппараты с водой, автомат с бесплатным чаем и кофе. На полу — ковровое покрытие, однако никаких бахил надевать не надо. Вместо них используют антибактериальную пенку для обуви и влажные салфетки — они в клинике повсюду в свободном доступе. Сильно бросилось в глаза отсутствие белых халатов: младший персонал в зеленых или синих брюках и рубашках в некрупный рисунок, а врачи одеты в специальные костюмы, под которыми виднеются обычные вещи в строгом стиле.

Вскоре подошла наша куратор, у которой я первым делом уточнила, что нужно брать с собой на роды. Оказалось, что в списке обязательных вещей — только удостоверение личности. Все остальное предоставляет госпиталь. А еще нам посоветовали не забыть фотоаппарат и видеокамеру. Куратор разъяснила, что при выписке обязательно нужно иметь автомобильное кресло — если его не будет, малыша домой не отпустят.

После того как мы удовлетворили первое любопытство, началась собственно экскурсия. Сначала нам показали общую комнату, в ко-

торой можно сварить кофе и заварить чай. В этом же помещении можно провести время с гостями, так как в палате нельзя принимать больше трех человек, а также посетить мастер-класс по грудному вскармливанию.

Новорожденные могут находиться как с мамой, так и в детской комнате. При совместном пребывании на маму и малыша одевают специальные браслеты — если женщина и младенец удалятся друг от друга на определенное расстояние, сработает сигнализация, а также будут заблокированы двери отделения и лифт! Так что если маме вдруг захочется попить чаю в общей комнате, то она должна отправиться туда вместе с малышом, прикатив его на кроватке с колесиками. Также мы узнали, что папа может ночевать (и проживать) вместе с нами.

Рождение Глеба

Все запланированные операции проводятся в госпитале в 8.30 утра, но приехать надо к шести, чтобы успеть подготовиться. Когда мы прибыли в госпиталь, я показала у стойки

а потом как закричит! Его сразу положили на столик — помыли, нарядили в шапку, носки и подгузник и тут же дали мне поцеловать! А папа наш Глебушку успел сфотографировать. И, конечно, все нас поздравляли с рождением чудесного малыша!

Потом меня отвезли в послеоперационное отделение, где за мной наблюдали пару часов, а затем на кресле доставили в палату. Что касается Глеба, то еще в операционной у врача появилось подозрение, что у него из легких вышла не вся жидкость. Для уточнения диагноза малыша отправили на рентген, а потом в комнату интенсивной терапии. И хотя врачи в один голос твердили, что всё нормально, что так бывает с десятью процентами детей при кесаревом сечении и они знают, что надо делать в этих ситуациях, но, думаю, наше состояние легко предстать. Муж постоянно пытал доктора, как на допросе (может, ожидал, что врач лукавит и невзначай проговорится?), но тот каждый раз терпеливо объяснял ему то же самое. И прибавлял, что все должно нормализоваться в течение двух-трех суток.

Вскоре муж уехал встречать моих родителей, которые прилетали к нам в гости, а я осталась отдыхать. Через пару часов проснулась и познакомилась со своей медсестрой — ей оказалась миловидная девушка с большим животиком, которая говорила на русском без акцента. Она рассказала мне о состоянии Глеба, дала попить чай и объяснила, как пользоваться специальным пультом вызова персонала. Впоследствии я этот гаджет оценила: оказалось, что с его помощью можно не только с персоналом переговариваться, но и регулировать освещение в палате, и телевизором управлять.

Вскоре меня повезли к Глебушке. Комната интенсивной терапии оказалась очень уютной — вдоль стен небольшие ниши, в которых размещались кюветы, всевозможная аппаратура и кресла для родителей. Ведь в этой палате находятся в основном недоношенные детки, которых мамы с папами могут навещать в любое время — считается, что это очень полезно. В комнате дежурит доктор и несколько медсестер, каждая из которых присматривает только за двумя малышами. Доктор подробно рассказал мне о Глебе и уточнил, собираемся ли мы делать обрезание и прививки после того, как его состояние стабилизируется. Кстати, в тот же день у Глеба побывали папа и бабушка с бабушкой. Доктор, наверное, окончательно был замучен одними и теми же вопросами. Но держался стойко и не выказывал никакого недовольства.

И вот начались наши будни: я сцеживалась через каждые три часа — иногда молочко относил Глебушке медсестра, но чаще меня возили к нему в палату, где я и кормила его. Все ночи в клинике, кроме самой первой, со мной рядом был любимым муж. Когда состояние сыночка нормализовалось, его перевели в мою в палату. И вскоре мы отправились домой!



администратора свои водительские права и мне завели историю. Вскоре к нам подошла медсестра и пригласила в предоперационное (оно же и послеоперационное) отделение. Там я переоделась в специальную одежду и удобно разместилась на кровати. Медсестра тут же подложила мне под бок пару подушек и укрыла меня подогретой простыней. Затем на меня надели плотные чулки и махровые носки, подключили к компьютеру для постоянного мониторинга и поставили две капельницы. Вскоре пришел мой врач, который еще раз подробно рассказал, как все будет проходить.

И вот мы все (я, муж, врач, анестезиолог, медсестра, ассистент, детский доктор) в операционной. На мои ноги надели специальные манжеты, которые все время то надувались, то сдувались — это было нужно для правильного кровообращения. Муж трепетно держал меня за руку. Еще немного — и на свет появился Глеб! Сыночек сначала помолчал чуть-чуть,



НАПОЛОВИНУ ПУСТ

ИЛИ НАПОЛОВИНУ ПОЛОН?

Продолжение.
Начало в номере 1[8]/2012



Виолетта ВЛАСКИНА | психолог, мама особого ребенка

В прошлом номере журнала мы с вами затронули тему оптимизма и пессимизма. Мы поняли, что некоторым людям не хватает стойкости — в трудных ситуациях они ломаются. Другие же способны выстоять — упрямо собрав волю в кулак, они продолжают бороться несмотря ни на что. У них есть то, что некоторые люди называют «волей к победе» и «верой в свои силы». К счастью, природа этих замечательных качеств теперь не является загадкой. И последние полтора десятилетия группа ученых во главе с Мартином Зелигманом занимается прикладными аспектами этого открытия.

КТО ВЫ — ОПТИМИСТ ИЛИ ПЕССИМИСТ?

Итак, снова вечер и снова я вами. И снова в сказочном мире шахматных фигур разыгрывается очередная партия. Кстати, вы какого цвета фигуры предпочитаете? Лично мне всегда ласкала слух фраза «Белые начинают и выигрывают». Как-то это звучит уверенно и неоспоримо! Согласитесь, у белых всегда на один шанс больше!

Очень хочется к белым! И тот факт, что фраза о том, как белые выигрывают, ласкает мой слух, говорит о моей явной подсознательной склонности к оптимизму. А как насчет вас? И вот тут-то и начинается все самое непростое, но вместе с тем самое притягательное и интересное. Для начала, конечно, необходимо понять, на каком поле вы сейчас играете. А потом соответственно выбрать стратегию, которая приведет вас к победе в самой вашей главной партии — на шахматном поле жизни.

Еще в XX веке Мартин Зелигман заинтересовался, почему одни люди впадают в отчаяние и опускают руки при малейших

неприятностях, а другие с оптимизмом смотрят в будущее и неудачи не способны сломить их. Ученый доказал, что в основе пессимизма лежит беспомощность. Более того, психолог выяснил, что в большинстве случаев мы имеем дело с так называемой «приобретенной беспомощностью» — и животные, и люди, потерпевшие неудачу на определенном отрезке жизненного пути (по объективным, не зависящим от них причинам), склонны были опускать руки и впадать в беспомощное состояние в дальнейшем (даже тогда, когда разрешить ситуацию было в их силах).

Мартин Зелигман подверг тестированию большое количество людей. В прямой или косвенной форме участники исследования делали выводы о неприятностях, больших и малых, выпадающих на их долю. В результате все испытуемые были разделены на две категории. Первая категория — это **люди, которые при столкновении с трудностями легко сдаются**. Часто они, привычно размышляя о своих неудачах, говорят: «Я совсем не удивлен. Со мной всегда случается нечто подобное. Неудачи

следуют за мной по пятам». Вторая категория — **люди, которые стараются не пасовать перед трудностями**. Они не воспринимают свои неудачи как нечто фатальное, довольно быстро адаптируются к новым условиям и ищут выход. Эти люди говорят: «Так сложились обстоятельства, никакой моей вины тут нет, я сделал всё, что мог. К счастью, в моей жизни в целом все прекрасно, и эта неприятность быстро пройдет».

Мартин Зелигман утверждает, что то, каким образом люди трактуют неприятности, то есть их **стиль объяснения** жизненных невзгод — не просто слова. Это привычка мыслить определенным образом, приобретенная в детстве и юности. И это и есть тот самый критерий, который проясняет, кто перед нами — оптимист или пессимист. Хотите узнать, кто вы на самом деле? Сегодня у вас такая возможность есть. Я предлагаю вашему вниманию тест, разработанный Мартином Зелигманом.

Сам тест сконструирован так, чтобы оценить стиль объяснения. Прежде чем вы начнете читать вопросы теста, хочу остановиться на одном, на мой взгляд, очень важном моменте. Тест писался в Америке, а это значит, что в нем подчас встречаются ситуации, с которыми мы в нашей российской действительности не сталкивались и думаем, что никогда не



ПРИ ПОДГОТОВКЕ СТАТЬИ ИСПОЛЬЗОВАНЫ СЛЕДУЮЩИЕ ИСТОЧНИКИ:

1. Зелигман М. Как научиться оптимизму. Советы на каждый день. — М.: «Вече-Персей-АСТ», 1997.
2. Ромек В.Г. Основы поведенческой психотерапии. — Ростов н/Д: «ЮРГИ», 2002.
3. Ромек В.Г. Теория выученной беспомощности Мартина Зелигмана // Журнал практического психолога. — 2000, № 3, 4, с. 218–235.
4. Циринг Д.А. Психология выученной беспомощности. Учеб. пособие. — М.: «Академия», 2005.
5. Циринг Д.А. Современные подходы к коррекции выученной беспомощности у детей и подростков // Сибирский психологический журнал. — 2008, вып. 29, с. 63–68.



столкнемся. Подчас такие вопросы ставят в тупик. Однако очень советую не паниковать по этому поводу. И не думать, что из-за того, что ответы на некоторые вопросы выбрать сложно, результаты тестирования будут неверны или не близки к истине. Ничего подобного! Как ни парадоксально, но даже в непонятных или непривычных

для российского человека ситуациях мы все равно интуитивно, подсознательно (если хотите, то неизвестным науке чудом) всё равно выбираем именно те ответы, которые нам близки и максимально точно характеризуют особенности нашей личности. Именно те особенности, которые мы так хотим узнать. Познакомившись с ме-

тодичкой в полном объеме, я убедилась в этом окончательно, а пройдя тестирование, получила этому прямое подтверждение. Итак, приступим к выполнению теста. Для начала вам следует знать кое-какие правила.

Правила заполнения теста

1. Главное и самое основное правило — сначала заполняете тест, а только потом читаете все комментарии к нему. Ведь вы же хотите получить корректные результаты?

2. Отвечая на вопросы, думайте столько времени, сколько вам необходимо. Не спешите — постарайтесь почувствовать ситуацию, понять, как бы вы поступили, если бы нечто подобное произошло с вами. В среднем на тест обычно требуется около пятнадцати–двадцати минут, но вы не ограничены во времени.

1. Проект, за который вы отвечали, оказался весьма успешным (PsG)

- а) Я внимательно следил(а) за работой каждого.....1
- б) Все отдавали ему много времени и сил0

2. Вы и ваш супруг (друг, подруга) миритесь после ссоры (PsG)

- а) Я простил(а) его (ее)0
- б) Обычно я прощаю1

3. Вы заблудились, когда ехали к дому друга (PsB)

- а) Я проскочил(а) поворот1
- б) Друг неправильно объяснил дорогу0

4. Ваш друг (друг, подруга) удивляет вас подарком (PsG)

- а) Он/она получили повышение0
- б) Я сводил(а) его (ее) вчера на специальный обед.....1

5. Вы забываете про день рождения своего супруга (друга, подруги) (PmB)

- а) Я плохо запоминаю дни рождения1
- б) У меня голова была занята другими вещами0

6. Вы получаете цветок от неизвестного воздыхателя (PvG)

- а) Я для него (нее) привлекательна (привлекателен)0
- б) Я популярная личность1

7. Вы боретесь за выборный пост и добываете его (PvG)

- а) Я уделяю много времени и сил выборной кампании0
- б) Я всегда упорно работаю во имя достижения цели.....1

8. Вы пропускаете важную встречу (PvB)

- а) Иногда память подводит меня1
- б) Иногда я забываю посмотреть еженедельник0

9. Вы баллотируетесь на выборный пост и проигрываете (PsB)

- а) Я недостаточно энергично провел(а) кампанию1
- б) У человека, который выиграл, было больше знакомых0

10. Вы успешно провели банкет (PmG)

- а) Я был особенно обаятелен (обаятельна) в этот вечер0
- б) Я — хороший хозяин (хозяйка)1

11. Вы помешали преступлению, вызвав полицию (PsG)

- а) Мое внимание привлек странный шум.....0
- б) Этой ночью я был(а) начеку1

12. В этом году ваше здоровье было особенно хорошим (PsG)

- а) В моем окружении почти не было больных, вот я и не заразился(лась)0
- б) Я старался(лась) хорошо питаться и достаточно отдыхать1

13. Вы должны библиотеке десять долларов за просроченную книгу (PmB)

- а) Когда книга меня по-настоящему увлекает, я часто забываю про срок.....1
- б) Я так был(а) занят(а) отчетом, что забыл(а) вернуть книгу.....0

3. Не пытайтесь отвечать «как надо» или «как правильно». Выберите тот вариант ответа, который наиболее точно отражает именно вас. Среди ответов нет правильных или неправильных.

4. Если, с вашей точки зрения, ни один из ответов не подходит вам в полной мере, постарайтесь выбрать тот вариант, который кажется вам наиболее точным.

5. На каждый вопрос можно выбрать только один вариант ответа. Обведите его простым карандашом. Пока (времененно) не обращайтесь на буквенные коды.

14. Ваши акции принесли вам порядочный доход (PmG)

- а) Мой маклер решил вложить деньги во что-нибудь новенькое0
- б) Мой маклер — первоклассный инвестор1

15. Вы выиграли спортивное соревнование (PmG)

- а) Я чувствовал(а), что я — непобедим(а)0
- б) Я здорово тренировался(лась).....1

16. Вы провалили важный экзамен (PvB)

- а) Другие экзаменующиеся были ловчее меня1
- б) Я недостаточно хорошо готовился(лась).....0

17. Вы приготовили для друга специальное угощение, а он (она) к нему почти не притронулся(лась) (PvB)

- а) Я неважный повар1
- б) Я готовил(а) второпях.....0

18. Вы проиграли спортивное соревнование, к которому долго готовились (PvB)

- а) Не такой уж я атлет1
- б) Я не очень силен (сильна) в этом виде спорта0

19. У вашей машины кончился бензин в позднее время на темной улице (PsB)

- а) Я не проверил(а), сколько бензина осталось в баке.....1
- б) Указатель был сломан0

20. Вы рассердились на друга (PmB)

- а) Вечно он (она) меня раздражает1
- б) Он (она) был(а) агрессивно настроен(а).....0

21. Вас оштрафовали за то, что вы не сдали вовремя декларацию о доходах (PmB)

- а) Я вечно откладываю уплату налогов1
- б) Я поленился(лась) оформить налоги в этом году0

22. Вы предложил(а) ей (ему) встретиться и получил(а) отказ (PvB)

- а) В этот день я потерпел(а) крах1
- б) Когда я просил(а) о свидании, мое красноречие меня покинуло0

23. Во время коллективной игры ведущий выбрал вас (PsG)

- а) Я сидел(а) на видном месте0
- б) Я выглядел(а) самым увлеченным(ой).....1

24. Вас часто приглашают танцевать на вечеринке (PmG)

- а) Я выделяюсь на вечеринках1
- б) В этот вечер я был(а) в прекрасной форме0

25. Вы купили своему супругу (другу, подруге) подарок, а ему (ей) он не понравился (PsB)

- а) Я не достаточно думаю, выбирая подарки.....1
- б) Уж очень он (она) привередничает0

26. Вы дали отличное интервью о своей работе (PmG)

- а) Во время интервью я чувствовал(а) себя очень уверенно0
- б) Я вообще хорошо даю интервью1



- 27. Вы пошутили, и все смеялись (PsG)**
- а) Смешная была шутка 0
б) Я идеально выбрал(а) момент 1
- 28. Начальник дал вам очень мало времени, чтобы закончить проект, но вы все-таки успели (PvG)**
- а) Я знаю свое дело 0
б) Я человек шустрый 1
- 29. Последнее время я чувствую себя вымотанным(ой) (PmB)**
- а) Вечно мне некогда отдохнуть 1
б) На этой неделе я был(а) особенно загружен(а) 0
- 30. Вы приглашаете кого-то на танец и получаете отказ (PsB)**
- а) Я недостаточно хорошо танцую 1
б) Ему (ей) не хочется танцевать 0
- 31. Вы спасли человека, который чуть не задохнулся (PvG)**
- а) Я знаю, как спасать от удушья 0
б) Я знаю, что делать в кризисных ситуациях 1
- 32. Предмет ваших симпатий хочет, чтобы вы немного поостыли (PvB)**
- а) Я слишком думаю о себе 1
б) Я не провожу с ним (с ней) достаточно времени 0
- 33. Ваша подруга говорит что-то, оскорбляющее ваши чувства (PmB)**
- а) Вечно она болтает, не задумываясь о других 1
б) У нее было плохое настроение, и она выместила его на мне 0
- 34. Ваш руководитель обратился к вам за советом (PvG)**
- а) Я специалист в той области, о которой меня спросили 0
б) Я прекрасно даю советы, причем полезные 1
- 35. Друг благодарит вас за помощь в трудную минуту (PvG)**
- а) Мне было приятно помочь ему (ей) в трудную минуту 0
б) Я забочусь о людях 1
- 36. Вы прекрасно провели время на вечеринке (PsG)**
- а) Все были дружелюбно настроены 0
б) Я был(а) настроен дружелюбно 1
- 37. Доктор говорит, что вы в хорошей физической форме (PvG)**
- а) Я стараюсь почаще делать упражнения 0
б) Я придаю большое значение здоровью 1

Теперь «лишние знания» уже не смогут повлиять на корректность тестирования. Поэтому вам остается только узнать его результат! Для этого необходимо ознакомиться с тремя основными параметрами стиля объяснения: это *постоянство* (Pm — PmB, PmA), *широта* (Pv — PvB, PvA) и *персонализация* (Ps — PsB, PsA). Это именно те буквенные коды, на которые мы просили вас временно не обращать внимания. Время настало!

Постоянство

Permanent Bad — постоянно плохо

Постоянство — это характеристика временная. Некоторые люди легко падают духом и верят, что **причины их неприятностей носят постоянный характер**. Они считают, что невзгоды и трудности всегда будут отравлять их жизнь.

Их стиль объяснения жизненных невзгод — пессимистический. Те же, кто сопротивляется беспомощности, верят, что **причины неприятностей — временные факторы**. Это особенность мышления оптимиста.

Конечно, неудача каждого из нас делает беспомощным. Вопрос в том, на какое время. Все мы хорошо знаем, что некоторые матери особых детей остаются

беспомощными навсегда, а другие быстро распрямляются и находят в себе силы приспособиться к новым обстоятельствам. Этот параметр характеризует, в течение сколь долгого периода человек находится в состоянии капитуляции. Объяснение плохих событий постоянно действующими причинами приводит к длительной беспомощности. А объяснение плохих событий причинами временными обеспечивает запас прочности и позволяет найти силы для их преодоления.

Найдите в тесте вопросы под номерами 5, 13, 20, 21, 29, 33, 42, 46. Напротив них стоит отметка «PmB», что означает «Permanent Bad» — постоянно плохо. Они проверяют, считаете ли вы постоянными причины своих неприятностей. Сум-

мируйте ваши очки по параметру PmB и проверьте свои результаты:

- 0–1: вы весьма оптимистичны по этому параметру;
- 2–3: вы умеренно оптимистичны;
- 4: средний результат (промежуточный);
- 5–6: вы достаточно пессимистичны;
- 7–8: вы весьма пессимистичны.

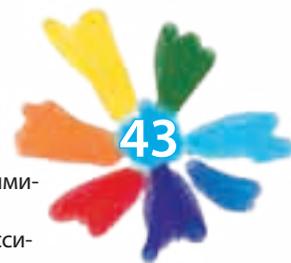
Permanent good — постоянно хорошо

Критерий PmG (Permanent good — постоянно хорошо) тоже очень важен в характеристике личности, особенно для вскрытия «скрытого пессимизма». Он позволяет понять, каким образом вы трактуете то хорошее, что случается с вами. Оптимисты верят,

НАПОЛОВИНУ ПУСТ ИЛИ НАПОЛОВИНУ ПОЛОН?

Окончание. Начало теста на предыдущей странице.

- 38. Ваш супруг (друг, подруга) увозит вас, чтобы провести выходной с вами (PmG)**
- а) Ему (ей) было нужно уехать на несколько дней 0
б) Он (она) любит новые места 1
- 39. Доктор говорит, что вы слишком много едите сахара (PsB)**
- а) Я не очень слежу за своей диетой 1
б) Куда денешься, сахар — во всем 0
- 40. Вас просят возглавить важный проект (PmG)**
- а) Я успешно выполнил(а) подобный проект 0
б) Я — хороший руководитель 1
- 41. Вы много ссорились в последнее время со своим супругом (другом, подругой) (PsB)**
- а) Я что-то совсем озверел(а) последнее время 1
б) Последнее время он (она) был(а) враждебно настроен(а) 0
- 42. Катаясь на лыжах, вы много падаете (PmB)**
- а) Лыжи — дело не простое 1
б) Лыжня совсем обледенела 0
- 43. Вы получили престижную премию (PvG)**
- а) Я решил(а) важную проблему 0
б) Я оказался(лась) лучшим работником 1
- 44. У ваших акций всё время низкий курс (PvB)**
- а) Я ничего не знаю о деловой конъюнктуре 1
б) Я плохо выбрал(а) акции 0
- 45. Вы выиграли в лотерею (PsG)**
- а) Просто повезло 0
б) Я выбрал(а) верные номера 1
- 46. Во время отпуска вы прибавили в весе и теперь не можете его сбросить (PmB)**
- а) В долговременном аспекте диета не работает 1
б) Диета, которую я попробовал(а), не работает 0
- 47. Вы в больнице, и вас почти не навещают (PsB)**
- а) Когда я болею, то становлюсь раздражительным(ой) 1
б) У меня невнимательные друзья 0
- 48. В магазине неуважительно относятся к вашей кредитной карточке (PvB)**
- а) Я иногда переоцениваю оставшуюся сумму 1
б) Я иногда забываю перечислить деньги на свою карточку 0



что **хорошие события обуславливаются постоянными причинами**: особенностями их характера, способностями, талантами. Пессимисты же объясняют свои достижения **временными причинами**: настроением, везением, случаем.

Те, кто верит, что хорошие события имеют постоянные причины, вслед за успехом

стараются еще усерднее. Люди же, которые видят лишь временные причины хороших событий, могут сдать даже после собственного успеха, считая его случайным.

Узнайте свой результат по параметру РmG, проверив ответы на вопросы под номерами 2, 10, 14, 15, 24, 26, 38 и 40 и подсчитав сумму:

- 0–2: весьма пессимистическая оценка;
- 3–5: умеренно пессимистическая оценка;
- 6: умеренно оптимистическая оценка;
- 7–8: вы очень оптимистично настроены и уверены, что хорошие события будут продолжаться.

Широта

Универсальные объяснения неприятностей: Pervasivness Bad — с широтой плохо

Универсальные объяснения причин неприятностей приводят к **беспомощности** во многих ситуациях, а **конкретные объяснения** позволяют **ограничить зону проявления беспомощности** областью неприятности.

Узнайте свой результат по параметру РvB, суммировав очки за ответы на вопросы 8, 16, 17, 18, 22, 32, 44, 48.

- 0–1: очень оптимистическая оценка;
- 2–3: умеренно оптимистическая оценка;
- 4: средний показатель;
- 5–6: умеренно пессимистическая оценка;
- 7–8: весьма пессимистично.

Конкретные объяснения неприятностей: Pervasivness Good — с широтой хорошо

Оптимист верит, что у **плохих событий — конкретные причины**, а хорошие события — это проявления его положитель-

ных свойств и качеств. В то время как пессимист верит, что **плохие события имеют универсальные объяснения**, а хорошие события вызываются конкретными факторами. Узнайте свой результат по параметру РvG, суммировав ответы на вопросы 6, 7, 28, 31, 34, 35, 37, 43:

- 0–2: очень пессимистично;
- 3: умеренно пессимистично;
- 4–5: средний показатель;
- 6: умеренно оптимистично;
- 7–8: весьма оптимистично.

Персонализация

Personalization Bad — персонализация в плохих условиях

Когда происходят неприятности, мы можем обвинять в них либо себя, обращаясь вовнутрь, либо других людей и обстоятельства, обращаясь вовне. Те, кто **обвиняет в неудачах себя**, приходят в итоге к **низкой самооценке**. Они считают себя никудышными, бесталанными и непривлекательными. Те, кто **обвиняют внешние обстоятельства, не теряют самоуважения** в неблагоприятных условиях. В целом они больше нравятся себе, чем те, кто во всем обвиняет себя. Вспомним, что одна из важных фраз, которую учится говорить ребенок: «Это он сделал, а не я!»

Чтобы узнать, что вы считаете виной своих неприятностей — себя или обстоятельства, подсчитайте свои баллы по критерию PsB. Ответы с цифрой 1 — пессимистические (внутренние, личные оценки причин), ответы с цифрой 0 — оптимистические, нацеленные вовне. Узнайте свой результат, суммировав баллы за ответы на вопросы 3, 9, 19, 25, 30, 39, 41, 47:

- 0–1: очень высокая самооценка;
- 2–3: умеренная самооценка;
- 4: средний показатель;
- 5–6: умеренно низкая самооценка;
- 7–8: очень низкая самооценка.

Personalization Good — персонализация в хороших условиях

Оптимист считает, что **хорошие события** объясняются скорее **внутренними**, чем внешними факторами. Люди, которые верят, что являются причиной хорошего, нравятся себе больше, чем те, кто считает источником хорошего других людей или обстоятельства.

Узнайте свой результат по критерию PsG, суммировав баллы за ответы на вопросы под номерами 1, 4, 11, 12, 23, 27, 36, 45:

- 0–2: очень пессимистическая оценка;
- 3: умеренно пессимистическая оценка;
- 4–5: промежуточная оценка;
- 6: умеренно оптимистическая оценка;
- 7–8: очень оптимистическая оценка.

ТРОГАТЕЛЬНЫЙ ЗООПАРК

ДОМАШНИЕ И ДИКИЕ 2 ЭТАЖА

ЖИВОТНЫХ РУКАМИ ТРОГАТЬ

ежедневно 10 - 20

Без перерыва
Без выходов

Т. 263-37-79

Парк Революции

www.trogay.ru

Цена
150 руб.



**Надежда**

Надежда — параметр совершенно уникальный — ведь мы живем надеждой! Именно она позволяет нам не сложить руки в трудных ситуациях, бороться за свое счастье. По Мартину Зелигману, искусство **надежды** состоит в том, чтобы суметь обнаружить временные и конкретные причины неудачи. Временный характер причины неудачи **ограничивает чувство беспомощности во времени**, а конкретная причина неудачи **сводит беспомощность к конкретной, частной ситуации**. Напротив, **постоянные причины экстраполируют беспомощность далеко в будущее**, а **универсальные раздвигают ее границы в пространстве**. Поиск постоянных и универсальных причин неудач — прямой путь к отчаянию.

И именно поэтому *самым важным итогом теста является коэффициент надежды (Hov)*. Его вы можете узнать, сложив очки по параметру PvB с суммой PmB:

- 0–2: вы преисполнены надежд;
- 3–6: умеренные надежды;
- 7–8: промежуточная ситуация;
- 9–11: вы умеренно безнадежны;
- 12–16: вы абсолютно безнадежны. Вы находите постоянные и универсальные объяснения для своих неприятностей, имеете свойство ломаться под бременем невзгод, причем в различных ситуациях.

Подсчет окончательного результата

Сначала необходимо сложить все три суммы «Bad»: $PmB + PvB + PsB = B$. Это и есть **итог по неблагоприятным событиям**:

- 3–6: вы очень оптимистичны, и я искренне поздравляю вас;
- 6–9: умеренная оптимистичность;
- 10–11: промежуточные значения;
- 12–14: умеренная пессимистичность;
- более 14: вы очень пессимистичны. Надо задуматься над результатами тестирования самым серьезным образом и постараться внести в свою жизнь хоть небольшие, но коррективы.

Теперь сложите все три суммы «Good»: $PmG + PvG + PsG = G$. Общий результат — это **итог по благоприятным событиям**:

- 19 и более: вы относитесь к хорошим событиям весьма оптимистично;

- 17–19: ваше мышление умеренно оптимистично;
- 14–16: промежуточные значения;
- 11–13: вы рассуждаете пессимистично;
- 10 и меньше: глубокий пессимизм.

Подвести **окончательные итоги тестирования** можно вычтя из суммы G сумму B ($GB = G - B$):

- разность более 8: вас следует признать весьма оптимистичным в широком диапазоне условий;

Самое время вспомнить, что мы и только мы являемся хозяевами своей жизни, и если что-то нас не устраивает, в наших силах это изменить. Главное только захотеть — эта фраза сегодня стала банальной, но она отражает истинное положение вещей.

- 6–8: умеренная оптимистичность;
- 3–5: промежуточные значения;
- 1–2: умеренная пессимистичность;
- итоговая разность 0 или меньше: глубокая пессимистичность.

Почему родителям особым детям выгодно быть оптимистами?

Для родителя ребенка с нарушениями развития (будь то мать или отец) очень важно выяснить, является ли его стиль объяснения причин неудач или достижений пессимистичным. Родители особого ребенка, получившие **высокие баллы по шкале пессимизма**, могут столкнуться (или уже сталкивались) с различными неприятностями. Во-первых, им угрожает депрессия. Во-вторых, они могут добиться в профессии меньше, чем позволяют способности. В-третьих, физическое здоровье, включая иммунитет, может оказаться хуже, чем следовало бы, а с возрастом ситуация может усугубиться. И, наконец, жизнь может приносить недостаточно радости. Обобщенно говоря, **пессимистический стиль объяснения влечет за собой страдания**.

Если результат относится к **промежуточным значениям**, то в обычных ситуациях может не встретиться особенных проблем. Но **в кризисных моментах**, с которыми могут столкнуться все

родители особых детей, люди с промежуточными значениями по шкале пессимизма-оптимизма **могут оказаться в глубокой депрессии**. Они рискуют утратить вкус к жизни, им будет очень трудно приступить к чему-нибудь серьезному. Будущее может представляться в мрачном свете. К сожалению, такое настроение может тянуться на протяжении недель и даже месяцев, что с учетом тесного материнско-детского симбиоза прямо влияет на состояние ребенка с нарушениями в развитии.

Если же вы набрали **высокие баллы по шкале оптимизма**, то вам значительно легче будет пережить тяжелые времена и не дать неприятностям и стрессам ввергнуть себя в депрессию. Потенциальные выгоды нового

стиля объяснения этим не исчерпываются. Оптимистичные люди, по мысли Зелигмана, имеют целый ряд преимуществ: они более инициативны и энергичны, реже впадают в депрессию, результаты их деятельности обычно выглядят более внушительно. В целом, они производят лучшее впечатление на окружающих. В случае тесного симбиоза мать-дитя возможно прямое влияние на состояние ребенка посредством улучшения состояния женщины. Это особенно важно, когда кроха еще достаточно мал или в случаях с депрессивными и аутичными детьми.

Что же делать, если результаты тестирования выявили высокий уровень пессимизма — явного или скрытого? Неужели все пропало? Неужели это еще один повод опустить руки и плыть по течению? Вовсе нет! Самое время вспомнить, что мы и только мы являемся хозяевами своей жизни, и если что-то нас не устраивает, в наших силах это изменить. Главное только захотеть — эта фраза сегодня стала банальной, но она отражает истинное положение вещей. Мартин Зелигман предлагает систему профилактических мер по снижению уровня пессимизма и беспомощности — эти принципы уже многократно опробованы и абсолютно безопасны в применении. Методика Зелигмана обучает основным принципам перехода от пессимистической модели восприятия к оптимистической. Хотите узнать, как работает эта система?

Тогда дождитесь следующего выпуска нашего журнала. А пока не отчаивайтесь и верьте в то, что ваша самая главная шахматная партия не проиграна, а просто ненадолго отложена.



БЛОКНОТ

Городской общественной Совет семей,
воспитывающих детей-инвалидов г. Ростова-на-Дону

«Огонек надежды»

поддержка родителей детей
со всеми видами инвалидности

различные мероприятия,
праздники

юридическая поддержка
и защита прав потребителей



ДАЕМ ЛЮДЯМ
НАДЕЖДУ

Председатель:
Гордеева Светлана Леонидовна
8-904-340-44-86

АДРЕСА  **МИЛОСЕРДИЯ**
БЛАГОТВОРИТЕЛЬНОЕ ОБЩЕСТВО

сбор и распределение
адресной помощи
тяжело больным детям и взрослым

горячая линия по благотворительности
8 (499) 250 64 63

www.admil.ru

ИППОТЕРАПИЯ

Слошадка Барби

ждет ребят на занятия!

8-928-189-23-31

Иппотерапевт Жердева Наталья Владимировна

ЗАНЯТИЯ ПРОВОДЯТСЯ В КЛУБЕ ВЕРХОВОЙ ЕЗДЫ ТАТЬЯНЫ НАГОРНОЙ
г. РОСТОВ-НА-ДОНУ, ул. ДУБОВАЯ, 462

Центр поддержки грудного вскармливания



291-64-34
279-10-70
237-69-54

**ПОМОЩЬ
В РЕШЕНИИ ПРОБЛЕМ
ПРИ ГРУДНОМ ВСКАРМЛИВАНИИ**



 **содествие**

Центр помощи семьям детей
с ограниченными возможностями

Центр реализует обучающие и развивающие программы
для особых детей их семей,
оказывает информационную, методическую
и психологическую поддержку родителям и специалистам.

г. Ростов-на-Дону, пер. Ставропольский, 1.
(863) 2-70-33-24 www.sodejstvie.ru

Благотворительный
фонд помощи детям с
онкогематологическими
заболеваниями



ДАРИНА
в заботе о детях

- Сбор средств на лечение и реабилитацию детей с онкологическими заболеваниями
- Помощь детским онкогематологическим клиникам
- Привлечение общественного внимания к проблемам детей с онкологическими заболеваниями
- Организация досуга детей, проходящих лечение в больницах
- Создание волонтерских групп при детских онкогематологических клиниках
- Содействие развитию безвозмездного донорства крови

Директор: Татьяна Авдеева
Телефон: +79286051624
e-mail: bf-darina@yandex.ru



ЛУЧ СОЛНЦА

ПРИГЛАШАЕТ ДЕТЕЙ
от 3 до 6 лет
на занятия по программе
социальной и психологической
подготовки к школе
для инвалидов от 1,5 лет
группа занятия проводятся по субботам
Занятия по телефону: **232-49-57**
8 950 845 55 14 **8 903 405 09 65**

Чудо - Дети
логопедический кабинет

**Кабинет
«Чудо-Детки»**

Помощь в развитии речи,
мышления, памяти,
творческого потенциала,
эмоциональной и познавательной
сферы ребенка.

- * **ЛОГОПЕД**
- * **ПСИХОЛОГ**
- * **ПОДГОТОВКА К ШКОЛЕ**

занятия проводятся в индивидуальной и групповой форме

Телефоны для справок и для записи на консультацию
8-951-528-39-15 **8-919-876-11-77**

г. Ростов-на-Дону, ул. Зорге 31/1 (рядом с ТЦ ТАЛЕР)

Спрашивайте журнал у фармацевтов в филиалах сети «Донская аптека»

г. Каменск-Шахтинский

- пр. Карла Маркса, д. 75
Телефон для справок: (863 65) 7-57-35

г. Ростов-на-Дону:

- пр. Ленина, д. 125
Телефон для справок: (863) 295-43-79
- ул. Туполева, д. 20
Телефон для справок: (863) 291-68-81
- пр. Коммунистический, д. 43
Телефон для справок: (863) 224-28-88
- Рабочая площадь, д. 1
Телефон для справок: (863) 223-89-56
- ул. Немировича-Данченко, д. 78/3
Телефон для справок: (863) 244-69-64
- пр. Королева, д. 9 в
Телефон для справок: (863) 280-06-73
- пр. Шолохова, д. 126з (Ст. Автовокзал)
Телефон для справок: (863) 246-81-39

г. Таганрог

- Свяжитесь с представителем журнала «Седьмой лепесток» Лидией Гурской по телефону: 8-909-410-77-80

г. Азов

- ул. Мира, 26, помещ. 1
Телефон для справок (86342) 5-19-87
- бульвар Петровский, 50, помещен. 1
Телефон для справок (86342) 5-48-26

г. Батайск

- р-н Северный массив, 7-е филиал сети «Донская аптека»

г. Зерноград

- ул. Чкалова, д. 27а/25а
Телефон для справок: (863 59) 4-05-34

г. Шахты

- ул. Советская, д. 1456
Телефон для справок: (8636) 25-43-66

г. Волгодонск:

- Аптека «Аира-Плюс» ул. Гагарина, д. 19 а (напротив БСМП).
Телефоны для справок: (863 9) 228-100, 228-200

г. Аксай

- пр. Ленина, д. 20
Телефон для справок: (863 50) 5-83-53

Здесь же можно бесплатно получить специализированный журнал «Эпилепсия», адресованный людям с эпилепсией и их близким.

ПОМНИТЕ!

ВСЕ НОМЕРА ЖУРНАЛА «СЕДЬМОЙ ЛЕПЕСТОК» ВЫ МОЖЕТЕ НАЙТИ В ДОНСКОЙ ГОСУДАРСТВЕННОЙ ПУБЛИЧНОЙ БИБЛИОТЕКЕ, А ТАКЖЕ В ЦЕНТРАЛЬНЫХ, ГОРОДСКИХ И РАЙОННЫХ БИБЛИОТЕКАХ РОСТОВСКОЙ ОБЛАСТИ.

Журнал для родителей особых детей «СЕДЬМОЙ ЛЕПЕСТОК» РАСПРОСТРАНЯЕТСЯ БЕСПЛАТНО.

Электронную версию любого номера можно скачать с сайта www.lepestok7.ru



ЖУРНАЛ «СЕДЬМОЙ ЛЕПЕСТОК»
ВЫХОДИТ НА СРЕДСТВА ОТ БЛАГОТВОРИТЕЛЬНЫХ ПОЖЕРТВОВАНИЙ.
ВЫ ТАКЖЕ МОЖЕТЕ ПОМОЧЬ ИЗДАНИЮ, ЕСЛИ СЧИТАЕТЕ ЕГО ПОЛЕЗНЫМ!
ПОДРОБНЕЕ ПО ТЕЛЕФОНУ (863)256-22-80
или e-mail: lepestok7-rnd@yandex.ru