Формирование здоровых телесных ощущений как основы эмоционального контакта ребенка со взрослым. Развитие тактильного чувства

Т.А. Басилова, Н.А. Александрова

*Отрывок из книги: Как помочь малышу со сложным нарушением развития : Пособие для родителей / Т.А. Басилова, Н.А. Александрова. – 1-е издание. – М. : Просвещение, 2007.*

Как правило, у недоношенных детей, длительно пребывавших в отделении интенсивной терапии, тактильное чувство и вообще телесные чувства грубо повреждены и нуждаются в дальнейшем восстановлении. Многие дети с врожденными сложными дефектами прошли реанимацию, тяжелое лечение и операции под общим наркозом. С рождения они часто получали курсы интенсивной физиотерапии и  инъекций лекарств, болезненный массаж. Перенесенные заболевания ушей, операции глаз, неудачные попытки раннего слухопротезирования также не могли способствовать комфортному ощущению себя и окружающего. Болезненные телесные ощущения могут преследовать их долгое время, накладывая тяжелый отпечаток на все контакты с окружающим миром.

Воспитание тактильного чувства и формирование здоровых телесных ощущений у ребенка – это первое, на что обращает внимание специалист, наблюдая за контактами матери и ребенка. Удобная для матери и комфортная для ребенка поза при его кормлении (даже искусственном) – важное условие для формирования эмоционального контакта между ребенком и матерью. У здорового ребенка уже на втором месяце жизни возникает реакция оживления на лицо матери. Поврежденность (дефектность) зрения или нарушение движений иногда делают невозможным полноценный зрительный контакт ребенка с матерью, но практически всегда остается возможность телесного или осязательного контакта. Ребенок может чувствовать тепло рук матери, запах  молока. Очень важно, чтобы и мать и ребенок были в это время спокойны и расслаблены. Мама не должна расстраиваться, что малыш мало и плохо сосал – ребенок с множественными врожденными нарушениями более слаб и имеет право отставать в весе от ровесников.  Если нервничает мать во время кормления, то обязательно  плохо и ребенку. Поэтому так важно помочь ей сохранить душевное равновесие для  таких важных моментов первого общения.

Очень часто дети с врожденными нарушениями выглядят пассивными, равнодушными, никак не реагируют на происходящее вокруг них или их реакция связана только с их собственным внутренним состоянием. Важно попытаться преодолеть эту пассивность. Лаская малыша, спокойно лежащего на коленях, мама особенно внимательно должна отнестись к тем своим действиям, которые особенно приятны ребенку, и повторять их снова и снова. Можно не только целовать и гладить ребенка, но дуть на его лицо и рот, осторожно тянуть за ручки и ножки, растирать пальчики, щекотать. Замечательно, если ребенок начинает привыкать к этим действиям и, замирая, ждать их, или выражать плачем свое недовольство при их отсутствии. Для слишком спокойного, безразличного малыша хорошо, если он начинает успокаиваться при укачивании на руках и плакать, когда его кладут в кроватку. Ношение

|  |
| --- |
| Телесный контакт позволяет   ощутить чувство   защищенности и комфорта |

ребенка на руках – часто единственная возможность для него ощутить чувство защищенности и комфорта, почувствовать всем телом движение тела взрослого, приспособиться к его движениям, двигаться вместе с ним. Ношение ребенка на руках, укачивание, поглаживание и целование необыкновенно полезны каждому младенцу со сложными нарушениями. Особенно полезно и даже показано укачивание на руках для больного ребенка.

Другим известным способом принести младенцу удовольствие является теплая ванна с водой. Это не только необходимое средство ухода за младенцем, но и верный способ его успокоить. Тепло воды,

|  |
| --- |
| Купание приносит пользу |

яркие блики света на воде и стенах, приятные запахи – все это привлекает внимание ребенка. Купание ребенка также очень хорошая возможность для развития его движений. После купания вполне естественны занятия по развитию тактильного чувства (растирание, например), необыкновенно важного для развития чувства собственного тела и, в будущем, для овладения им. После ванны хорошо использовать лечебные эфирные масла, согревающие  и имеющие приятные успокаивающие или пробуждающие ароматы.

При укладывании малыша спать чрезвычайно важно и полезно еще и петь ему колыбельные песни, даже если он плохо или совсем не слышит. Слова колыбельной имеют чудесное действие, они важны не

|  |
| --- |
| Колыбельная успокаивает малыша   и придает силу и уверенность матери |

 только для ребенка, но и для матери. В пении знакомых с детства фраз она опирается на собственное детство. На детство ее родителей, бабушек и дедушек. Песня успокаивает малыша и придает матери силу и уверенность. В народной колыбельной разворачивалась перспектива жизни ребенка, его становление. На ней намечались основные вехи будущей жизни малыша (обучение, работа, замужество или женитьба), задавались нравственные ориентиры. Индивидуальность матери, нюансы отношения к младенцу выражались как в словах (в колыбельной всегда произносилось имя ребенка), так и через мелодию, ритм (обычно определяемый частотой ее дыхания), движение. Укачивание ребенка перед сном было принято в культуре, а если малыш был беспокойным, крикливым, оно сопровождалось поглаживанием, прикосновением к лобику.

Нахождение на руках у матери так же важно в состоянии бодрствования. Важно потому, что ребенку комфортно в пространстве ее тела, он еще зависим от нее, не отделен от нее окончательно. Уже во время беременности мать может создать ситуацию безопасности для ребенка, сознательно выстраивать различные способы своего общения с ребенком, а также общение отца с еще неродившимся ребенком.

Качество коммуникации матери и отца с малышом до его появления на свет влияет на будущую устойчивость человека к стрессам и способность преодолевать жизненные затруднения. В первые дни жизни малыша тело матери, ее ритмы – дыхания, сердцебиения, ее вкусы уже знакомы ребенку. Особое значение приобретает то, как мать держит ребенка на руках. Удобное и долгое нахождение на руках у матери придает ребенку уверенность в благожелательности мира и позволяет быстро развиваться эмоционально.

Сегодня не вызывает сомнения положительная роль укачивания и ритмичного поглаживания младенцев, их особая важность при выхаживании недоношенных. Доказано, что стимуляция вестибулярного аппарата укачиванием благотворно влияет на их здоровье, уменьшая вероятность остановки дыхания и синдрома внезапной детской смерти. А

|  |
| --- |
| Укачивание на руках   благотворно влияет   на здоровье ребенка |

ритмичное поглаживание крохотных недоношенных младенцев, находящихся в «инкубаторах» помогает регулировать их дыхание и другие физиологические потребности, сокращая сроки пребывания младенца  в стационаре.

В более старшем возрасте важно развитие более точных тактильных ощущений. Этой цели хорошо служат известные всем игры с младенцами, такие, как «Сорока-ворона», «Идет коза рогатая» и другие. А ещё чуть позже к ним присоединяются разнообразные пальчиковые

|  |
| --- |
| Пальчиковые игры приносят   удовольствие от общения   и пользу для развития |

игры, которые выполняются сначала взрослым, который берет в свои руки ручки малыша и выполняет действия его пальчиками и ладошками. Важной целью подобных упражнений является удовольствие ребенка от совместных движений со взрослым в определенном ритме.

 Игры рассматриваются нами как наглядные примеры ежедневной работы мамы с ребенком. Они могут  использоваться только как «отправные точки» для самостоятельного поиска матерью различных способов диалога с ребенком. Помогая ребенку почувствовать ритмы дня, недели, месяца, мы вводим новые упражнения или изменяем отдельные элементы уже знакомых игр постепенно. При этом важно оставлять упражнения неизменными в течение определенного времени (недели или месяца). Каждое из упражнений повторяется несколько раз (если оно нравится ребенку). Между ними необходимо соблюдать паузу, в течение которой ребенок может показать голосом, движением, эмоциональным проявлением свое отношение к повторению этого упражнения (начиная или не начиная двигаться в такт песенке или протягивая или отодвигая ладошку и т. д.). Каждое движение выполняется медленно, уверенно и обязательно сопровождается речью. Ритм движений и пения должен быть не жестким. Он должен быть связан с индивидуальными особенностями дыхания матери, некоторые звуки могут специально тянуться.