

– СЕМЕЙНЫЕ ЦЕННОСТИ –

## Слово – матери

28 ноября в России отмечается День матери. В преддверии праздника мы решили обратиться к психологу, врачу, послушнице женского монастыря, которых объединяет одно – все они матери. Мы обратились к ним с одним вопросом: что можно посоветовать мамам, которые воспитывают ребенка с ограниченными возможностями здоровья?



**Людмила Викторовна Кочкаева, психолог высшей категории, директор Пермского центра социально-психологической адаптации «Доверие»:**

– Дети с ограниченными возможностями здоровья приходят в нашу жизнь не

просто так. Есть много версий и мировоззренческих тем. Так, например, считается, что такой ребенок приходит в семью, в наш мир, чтобы научить нас любить. Это не простой человек. Он не может жить без помощи других, и поэтому, оказывая ему помощь, живя с этим человеком всю его жизнь и даже без него, мы научаемся не просто любить, но и смиренно принимать и терпеть. Терпение, смирение, самые лучшие качества человеческой души проявляются, если в семье есть инвалид, тем более, если это инвалид от рождения. В моей практике было много случаев, когда любовь к ребенку с ограниченными возможностями выражалась настолько полно и глубоко, что когда эти дети уходили из жизни, такая рана душевная, такая пустота наступала у родителей, особенно у матери, которую ничем невозможно было заполнить. Рядом могут жить дети здоровые, внуки появиться, но они не заполняют ту пустоту, потому что наше человеческое кредо – больше отдавать, чем брать.

Также такие дети приходят не только нас научить любить, но и сохранить семью. Есть достаточно таких тончайших струн души, которые будут звучать в нашем сердце, не позволяя уйти от больного ребенка. И я знаю семьи, где только ребенок сохраняет супружеские отношения своих родителей, которых объединяет забота, любовь к ребенку, понимание долга. Сохраняется семья – полноценная ячейка общества.

Часто такие дети приходят в наш мир и для того, чтобы мы могли задуматься о самих себе, у которых есть все – руки, ноги, глаза, уши и разум. Как много нам дано! И как мы должны это ценить и правильно его использовать. Вообще рождение и жизнь такого ребенка в нашем обществе, наверное, спасает еще от очень многих бед. Такой своеобразный оберег в семье. По большому счету у нас не остается времени на глупости. Если в такой семье появляются здоровые дети или есть старшие здоровые дети, то они вырастают более полноценными, более качественными. Житейские примеры, судьбы человеческие показывают, насколько эти дети вырастают самостоятельными, ответственными, и у них есть хороший результат в жизни.



Поэтому сказать матерям можно следующее: как хорошо, что в их семье есть такой ребенок! Такими скорбями на земле проходя, они тоже получают свой маленький венец в той жизни, которая предстоит нам после земного пути. Такая мать не будет испытывать одиночества, потому что этот ребенок будет всегда рядом.

Вообще, огромная тайна – наша жизнь, и неисповедимы пути Господни. Не нам судить, почему так складываются судьбы человеческие. Один рождается здоровым, но рано умирает, другой рождается больным, но может жить долго...

Есть еще такая точка зрения, что мы небольшие веточки своего родового древа. И по всей вероятности, приход такого ребенка в нашу жизнь – это отдача долга кого-то, кто в этом роду проявил, может быть, жестокость, равнодушные, причинил боль другому, и вот мы рождением ребенка уравниваем то зло, ведь природа не терпит пустоты. Все в этом мире гармонично и закономерно.

Существует еще одна версия, что это выбор самого ребенка – родиться таким. Может быть, во время беременности бу-

дущая мать ненадлежаще строила отношения с отцом этого ребенка, было много разных условностей, отрицательных эмоций, она не бережно относилась к своему психическому здоровью, состоянию, настроению. А ведь как только женщина узнает, что она будет матерью, она должна перестроить образ своих мыслей и чувств, настроение и быт – все перестроить на великолепное, загадочное, волшебное состояние, которое происходит внутри нее – зарождающаяся жизнь, и бережно относиться к отцу этого ребенка. Любить его только за то, что это его семья прорастает в ее лоне, нашло там благодатную почву.

А чаще всего женщина озлоблена, нервная, не готовая к браку. Беременность не всегда бывает кстати, часто она бывает без официального брака. Говоря православным языком – блуд. Это все может явиться следствием того, что сознательная мудрая душа, у которой, может быть, бесконечные знания, плоть этого ребенка еще внутриутробно понимает, что, родившись здоровым ребенком, она будет больше страдать, нежели если она придет в этот мир чего-то недополучив.

Продолжение – на 2-й стр.

– ИТОГИ –

26 октября 2010 года в Законодательном собрании Пермского края состоялось рабочее совещание по решению вопросов, изложенных в коллективном обращении родителей детей с расстройствами аутистического спектра (РАС).

## Шанс выйти из замкнутого круга?

Встречу инициировали руководитель комитета по социальной политике Законодательного собрания Пермского края В. М. Чупраков и уполномоченный по правам ребенка в Пермском крае П. В. Миков. На совещании присутствовали представители министерств социального развития, здравоохранения, образования и ведомств, в которые было направлено коллективное обращение родителей детей с РАС.

После того как было заслушано выступление председателя Общества помощи аутичным детям Ю. В. Корелиной о ситуации, сложившейся в крае по проведению ранней диагностики, воспитанию и обучению аутичных детей, было постановлено:

- рекомендовать Министерству социального развития Пермского края разработать способ статистического учета аутичных детей в рамках работы над статистическим учетом инвалидов на территории Пермского края;

- рекомендовать Министерству образования Пермского края проработать с психолого-медико-педагогической комиссией Пермского края способы ранней диагностики аутичных детей, провести встречу с представителями общественности по вопросу воспитания и образования аутичных детей, обязать специалистов муниципальных образований учреждений посещать курсы по обучению работе с аутичными детьми;

- рекомендовать Министерству здравоохранения уточнить статистическую информацию по аутичным детям, проходящим через медицинские учреждения;

- поручить председателю комитета по социальной политике Законодательного собрания Пермского края обратиться к председателю правительства Пермского края с предложением о создании рабочей группы по решению проблем воспитания, образования и социальной адаптации аутичных детей.

Протокол совещания вызывает надежду на решение существующих проблем, так как намечены некоторые шаги по решению проблем детей с РАС и назначена следующая встреча на 23 ноября 2010 года.

Главное – довести начатое дело до конца и не отступать.

# Слово – матери

Окончание. Начало – 1-й стр.

Есть умственно отсталые дети, психически больные. Я думаю, что это не просто так – отнятие ума. Мы достойны тех детей, которые даются нам. И ребенок, у которого серьезное психическое поражение, по всей вероятности, за нас проживает какую-то часть того, что предназначено нам. И если мы этого не осознаем, то часто возникают у взрослых, я таких клиентов знаю, психические расстройства – из-за внутреннего неприятия своего ребенка таким, какой он есть. Вторая часть жизни таких родителей, как правило, бывает трагичной, они потихонечку сходят с ума. Что значит внутреннее неприятие? Внутреннее неприятие – ощущение себя несчастным. Счастье – есть ребенок! Вот он такой. Не даром народная мудрость говорит: маленькие детки – маленькие бедки, большие детки – большие бедки. А этот ребенок всегда останется маленьким! Значит, это маленькие бедки в нашей жизни. Принять этого ребенка – да, да, да. Надо все правильно воспринимать, тогда этот ребенок может стать спасителем семьи.

Все в этой жизни разумно. Мы достойны того, что мы имеем – тех событий, окружения, жизненного сценария.

Много можно говорить на философские, мировоззренческие темы. По всей вероятности, есть какая-то глубокая непостижимая тайна божественного промысла, который позволяет этой душе пройти особый путь в этом теле. И она соглашается со всем тем, что ей предстоит прожить в теле такого человека. Значит, это нужно нашей душе. Таких детей обязательно надо вести к Богу, потому что путь калеки – это непростой путь.

День матери... Я не особо читаю этот праздник, практика моей работы показывает, что пока я еще ни разу настоящую мать не увидела. Может быть, потому что работа чаще всего связана с кризисами. В

наш центр обращаются люди за утешением, советом, поддержкой, ища разрешения конфликтов, за снятием остроты переживания горя. К нам приходят жертвы, к нам приходят люди одинокие, поэтому увидеть в них настоящую мать, родителя, наверное, сложно. Что значит настоящая мать? Есть некие идеалы, но себя настоящей матерью не считаю. Наверное, настоящие матери есть, я хочу в это верить, иначе мир будет несовершенен.



**Светлана Борисовна Петрова, врач высшей категории, психотерапевт, практикует в частных клиниках:**

– Есть общая проблема – воспитание детей. Редкие родители готовы к воспитанию детей. Проблема в воспитании возникают и там, где растут здоровые дети. Ребенок, любой ребенок – это дар для взрослого человека. Вы будете вместе с ним заново проживать свою жизнь. Ребенок будет вам отзеркаливать ваши поступки, мысли, и вы будете видеть свои недостатки, он вам их покажет своим поведением. Ребенок с ограниченными возможностями здоровья живет, развивается в рамках своих возможностей, как и обыкновенный ребенок без диагнозов, он учится прыгать, бегать, падать. Ребенок не осознает своего состояния, проблемы чаще всего возникают у родителей.

Поэтому я всегда говорю – начните с себя! Хотите помочь своему ребенку – идите и помогайте сначала себе. Придите на консультацию с личными проблемами, и мы поговорим о вас, тогда вам будет легче жить и воспитывать. А воспитательный процесс очень труден. Часто проблема – это

индивидуальная проблема конкретной семьи конкретных родителей с конкретным ребенком. Вот почему нужны индивидуальные консультации. Конечно, приятно видеть и слышать, что многие родители читают специальную литературу о воспитании детей, но, увы, не всегда можно прочесть о своей проблеме. Поэтому выберите психолога, к которому вы будете обращаться по мере необходимости.

Зачастую родители особенных детей задают себе вопрос: почему это случилось именно со мной? Не надо застревать на вопросе, на который нет ответа, надо расширять свой взгляд на мир. Я ведь не одна такая, поучимся у других...

Есть такой публицистический фильм «Секрет», основная идея которого – материализация мысли. Как мы думаем, так и происходит. Поэтому повторюсь, начните с себя.

**Послушница Пермского Свято-Успенского монастыря Нина (Гаджиева):**

– Дети, которые болеют и имеют ограниченные возможности здоровья, – это боль нашего времени. Важно понимать, что человек страдает за отступление от Божественных законов. Мы осознаем, что человек, преступающий гражданские законы, является преступником и несет наказание за преступление. Человек, который преступает Божественный закон, называется грешником. Естественно, последствия этого греха сказываются на детях, потому что еще в Ветхом завете было сказано, что Господь за грехи родителей карает и детей. Но для нас с вами с приходом Спасителя на Землю, конечно, такая суровая



кара получает безмерное облегчение. В каком плане? Если человек согрешил, он может принести покаяние. И тогда Господь прощает этого человека, изглаживаются его грехи, и он и его близкие получают облегчение.

Это социальная беда, причем она имеет тенденцию к увеличению, потому что все большее и большее количество детей страдает. Все общество должно помогать родителям таких детей растить этих деток. Если в семье появляется такой ребенок – это не только наказание, но и возможность семье расти духовно. Это значит явить милосердие, терпение такому ребенку, необходимые христианские добродетели. Это еще возможность родителям прийти к покаянию. Что такое покаяние? Это греческое слово, обозначающее «перемена ума, изменение всей жизни человека, всего мировоззрения». Поэтому родители таких детей должны услышать призыв Божий и обратиться к Богу. Постараться вспомнить всю жизнь, начиная с 7-летнего возраста. Когда произойдет это очищение души, разума и сердца от всего греховного, то Господь даст человеку по-другому взглянуть на эту непростую ситуацию и, конечно, не оставит и детей. Родителям необходимо самим причащаться и причащать своих деток, потому что соприкосновение ребенка со святостью освящает его душу, дает возможность душе обновляться и расти духовно.

Надо помнить, что промысел Божий благ. Самые неприятные события Господь обращает во благо человеку.

Много значит для ребенка и материнская молитва. Всегда надейтесь на милость Божию и в трудных ситуациях всегда обращайтесь за молитвенной поддержкой к Богу, Пресвятой Богородице и ко святым, которые предстоят престолом Божиим. Господь никогда не оставит мать, молящуюся Ему. Говорят, молитва материнская поднимает со дна моря. Из любой трудной ситуации Господь укажет выход, причем самый лучший выход.

## Равные возможности с самого детства

Вот уже двадцать лет во Дворце детского (юношеского) творчества г. Перми ведется углубленная работа по социальной реабилитации детей с ограниченными возможностями здоровья, где реализуется целевая комплексная программа «Детство. Равные возможности». По этой программе занимаются с детьми, имеющими тяжелое заболевание центральной нервной системы – детский церебральный паралич. Для каждого из них составляется отдельная программа реабилитации, подбирается оптимальная система коррекционных и социально-педагогических мероприятий.

Под руководством опытных педагогов такие ребята занимаются декоративно-прикладным и изобразительным творчеством, музыкой и оздоровительным пением, осваивают основы программирования и русские шашки. Большинство занятий проводится индивидуально, на дому, а для тех, кто может самостоятельно передвигаться, – во Дворце.

Кроме образовательных услуг детям предлагается разнообразная культурно-досуговая деятельность, где они имеют возможность пообщаться друг с другом и со здоровыми сверстниками, что компенсирует для них дефицит общения.

Благодаря программе «Детство. Равные возможности» дети с ограниченными возможностями здоровья наряду со здоровыми детьми участвуют в соревнованиях, турнирах, научно-

практических конференциях, добиваясь не меньших результатов, чем их здоровые сверстники. Программа помогает детям развить творческие способности, расширить кругозор, адаптироваться в социуме и самореализоваться.

Своими воспитанниками педагоги гордятся и не теряют с ними связи даже после выпуска. Среди их выпускников достаточно много талантливых и успешных людей. Вот один из них – Христоролюбов Сергей – улыбающийся молодой человек, позитивно смотрящий на мир, увлеченный и целеустремленный – яркий пример тому, как надо жить, бороться и побеждать. «Я забил на все свои комплексы и стал нормальным человеком, – делится с нами Сергей секретом своего оптимизма. – Я просто ловлю от жизни кайф. Мне не по-



нять здоровых людей, у которых, допустим, сломался каблук, и это для них становится мировой проблемой. У меня есть знакомые ребята, они не могут ходить, лежат на кровати. Знакомый программист носом пишет программы! Сейчас мы хотим создать очень умные

программы, умнее человека... Мне это интересно как творческий процесс...»

Его достижения заслуживают уважения. В свои 28 лет он получил два высших образования: окончил педагогический университет по специальности информатика и экономика, ПГУ – экономическая кибернетика, финансовое планирование. Сейчас он организовал свою компанию Rise Technology, которая специализируется на создании информационных технологий для бизнеса, разработке корпоративных порталов для предприятий, а также на управлении и продвижении уже существующих IT-проектов. Помимо этого компания начала работу в новом направлении – создании интеллектуальных систем.

Сегодняшний его успех – это результат многолетнего труда и огромной любви его родителей, которые сыграли большую роль в его становлении. Велика роль и педагогов Дворца, где Сергей когда-то увлекся русскими шашками. Тогда, много лет назад, он поставил перед собой цель стать мастером спорта по шашкам. И стал. Он достиг прекрасных результатов, занимая в юношеских соревнованиях первые места по России, второе место – в мире. Это были всего лишь одни из первых его побед, а сколько их будет еще впереди!..

– ВОПРОС –

## Что такое школьные спортивные сертификаты?

С этим вопросом мы обратились в дирекцию краевой целевой программы «Развитие физической культуры, спорта и здорового образа жизни в Пермском крае» к администратору этого проекта Галине Борисовне Беловой.

### СУТЬ ЭКСПЕРИМЕНТА

Этот уникальный для России проект «Школьный спортивный сертификат» реализуется в Пермском крае уже несколько лет. Этот проект состоялся благодаря вниманию и поддержке губернатора, правительства Пермского края и депутатов. Суть этого эксперимента проста: дать возможность каждому школьнику заниматься любимым видом спорта, исходя из его интересов и ценностей.

Главная задача, которая ставится перед детьми, – это не достижение высокого спортивного результата, а их оздоровление, чтобы каждый мог получить необходимую для его возраста двигательную активность.

Что такое школьный спортивный сертификат? Это именная книжечка с отрывными талонами на бесплатные занятия спортом. На сегодняшний день сертификат рассчитан на 3 занятия в неделю. Оплачиваются сертификаты из краевого бюджета.

### ГЕОГРАФИЯ ПРОЕКТА

География этого проекта постепенно расширяется. В данное время этот сертификат работает на 9 территориях Пермского края. В 2008 году в начале эксперимента их было всего 3 (Ильинский, Краснокамский, муниципальные районы и ЗАТО Звездный). С 2011 года планируется задействовать уже 18 территорий. С каждым годом предусматривается их дальнейшее увеличение.

### КАК ЭТО БУДЕТ В ПЕРМИ?

В настоящее время в г. Перми данный проект реализуется только в одном общеобразовательном учреждении – МОУ «СОШ № 120». Вопрос о распространении проекта в другие районы и школы города обсуждается и окончательно будет решен после принятия новой программы на заседании правительства Пермского края.

### ГРУППЫ ЗДОРОВЬЯ

Дети с ограниченными возможностями так же, как и остальные учащиеся, принимающие участие в эксперименте, получают этот сертификат через то учебное заведение, где они обучаются. Они имеют возможность посещать группы ОФП (общая физическая подготовка) и группы здоровья. В зависимости от заболевания ребята с ограниченными возможностями под руководством тренера получают определенную нагрузку, которая дает им возможность окрепнуть физически. На данный момент в Министерстве социального развития ведется работа по решению вопроса, касающегося тех детей, которые обучаются на дому и не имеют возможности самостоятельно передвигаться. Возможно, им будут предоставляться определенные услуги на дому.

– ЗАБОТА –

В адрес нашей редакции пришло письмо от Светланы Павловны Ивановой. Она рассказала нам о работе Березниковского центра детского (юношеского) научно-технического творчества, на базе которого действует объединение родителей и детей с ограниченными возможностями здоровья «Мы с тобой». В этом объединении есть семьи с аутизмом, синдромом Дауна, ДЦП – все они считают себя единой и дружной семьей.

## Мы с тобой

Эта история началась в лихих 90-х: менялось все вокруг, перемены часто пугали, но среди социальной кутерьмы рождались новые творческие союзы. Один из таких союзов счастливо сложился в 1991 году в Березниках. Три увлеченных профессионала задумали создание системы комплексной помощи детям с ограниченными возможностями. Владислав Анатольевич Бронников возглавил диагностическое и реабилитационное направление, результат – действующий в городе краевой реабилитационный центр для детей и подростков с ограниченными возможностями «Прометей». Зоя Анатольевна Шевченко повела за собой дошкольное образование, результат – специальное дошкольное учреждение «Добродея», где деток с особыми потребностями окружают добротой и профессиональной помощью. Людмила Михайловна Буторина направила свою энергию на развитие дополнительного образования и реализацию творческого потенциала «особых» детей, результат – живущий

бурной жизнью Центр детского (юношеского) научно-технического творчества. Ситуация для провинциального города уникальная, но, как везде, существенная часть усилий уходила на преодоление административных барьеров разного уровня.

Шло время, за 20 лет многое изменилось, «Прометей» и «Добродея», как прежде, ждут своих воспитанников и пациентов, а ЦДЮНТТ стал не только любимым домом для детского творчества, но и площадкой для общения родителей. Так возникло объединение родителей и детей «Мы с тобой». Зоя Анатольевна – душа и сердце объединения, дети ее не просто любят, а отчаянно обожают. Мудрость, терпение, искорка авантюризма, неподдельная искренность и добрейшая улыбка... Ну как ребятам устоять? Несутся на встречу еще за сто метров! В первый совет родителей вошло 80 человек, передовая идея принесла свои плоды. Предложения о праздниках, поездках, мероприятиях посыпались директору ЦДЮНТТ Людмиле Михайловне Буториной. Тут уж только успевай, на все идеи нет отказа, обеспечить, помочь, на все хватает ее энергии. Людмила Михайловна удивительно «неправильный» директор, потому что к ней можно запросто зайти выпить чаю, рассказать о мечте, поделиться переживаниями и всегда найти неформальный ответ на вопросы.

Постепенно в этой дружной семье нашли себя и семьи с детьми-аутистами. Очень органично «дети дождя» влились в компанию «солнечных деток», родители впервые за



Работа в мастерских кипит...



В спорте наши детки открываются, у них просыпается вкус к жизни, воля к победе.



много лет могли просто пообщаться с приятными людьми и не стесняться за своего ребенка. Тут никто не спросит о больном ребенке, тут спросят о планах на выходные!!! Каждую субботу дружное объединение куда-то плывет, куда-то едет, что-то затевает, и каждый при деле. Многие ребята с РАС именно здесь получили настоящий шанс на социализацию: и даунонок, и аутист, и дэцэпэшник тут чувствуют себя самодостаточными, нужными, счастливыми.

В центр пришли увлеченные педагоги: как при таком потенциале не выиграть проект? Плодотворный проект «Четыре руки» вдохнул жизнь в «Дизайн», «Конструирование», «Оборудование». Тут мальчишки пыhtят над лоскутками, а девчонки склеивают машинки, и все вместе украшают жизнь – свою и окружающих. Дети в объединении имеют возможность индивидуально заниматься с педагогами, учатся практическим навыкам, основам профессии, которая, возможно, спасет их от одиночества и нужды в будущем.

Ну, если мы умеем работать, то отдыхать само собой – лыжи зимой, сплавы летом, шашлыки осенью, экскурсии, чаепития, конкурсы, дискотеки, чего мы только не затеваем!

Мы учимся: право и медицина, педагогика и психология – эти экзамены мы сдаем каждый день, отвыкая из лап аутизма себя и своих детей. Без помощи трудно, иногда остро нужен совет, простое человеческое участие. Общество помощи аутичным детям в Перми уже несколько лет подставляет родителям деток-аутистов свое сильное плечо. 9 октября 2010 года пермяки впервые приехали к нам в гости с рабочим визитом, а получилась дружеская встреча... А как иначе? Ведь мы нуждаемся друг в друге. Острые вопросы, юридические консультации, советы от таких же мам, нечаянные слезы от нахлынувших чувств. Самое главное, что каждый унес со встречи внутреннюю уверенность, что «Мы с тобой». Спасибо за равнодушие, за стремление к объединению, за опеку и заботу. Ценная литература, обучающие диски, социальная реклама – все было полезно. Юлия Валентиновна и Светлана Николаевна, сердечно благодарим вас! И ждем в гости!

— ЗДОРОВЬЕ

# Игрушки лечат



Осень. Дети стали чаще болеть. Как организовать их досуг, чтобы ускорить их выздоровление? Используйте для этого лечебную роль игры и игрушки. Оздоровительные игры, организованные вами, могут стать настоящим лекарством для малыша. Найдите время и силы для игр, и вы будете вознаграждены!

Мы хорошо помним, что хорошая игрушка – это культурное орудие и замечательное средство для развлечения, обучения и лечения вашего малыша. Конечно, если она полностью не заменяет вашей заботы и ухода. Известный в прошлом детский ученый-психолог Е. Аркин писал: «Нигде родители не допускают столько ошибок в своем отношении к детям, и нигде эти ошибки не грозят такими тяжелыми последствиями, как в их отношении к больным детям». Как организовать досуг больного ребенка и помочь его выздоровлению с помощью игрушек?



Игрушек у ребенка не должно быть слишком много. Ими не нужно заполнять всю комнату даже здорового ребенка. При их большом количестве идет такое перенасыщение сенсорными раздражителями, что ребенок может перевозбудиться, даже заболеть. Ведь малыш, как уже говорилось, идентифицирует себя с любой игрушкой. С солдатиком – на смелость, храбрость, с машинкой – на скорость и т. д. ребенок по-настоящему погружается в игровое пространство. И когда игрушек слишком много, утрачивается их ценность как культурного ору-

дия, принадлежащего человеку, они подавляют личность ребенка.

Когда у ребенка слишком много игрушек, может случиться, что он быстро потеряет интерес ко многим из них, а найти среди них ту единственную игрушку, которую он по-настоящему полюбит, бывает очень нелегко. Как ни удивительно, избыток игрушек ведет к дополнительным капризам детей. Кроме того, большое количество игрушек оказывает негативное воздействие на ребенка, дезориентирует его в окружающей обстановке и невротизирует.

Решение проблемы состоит в том, чтобы убрать все игрушки за исключением нескольких, предпочтительно тех, с которыми малыш обычно не играет. Дайте ему несколько дней, чтобы наиграться вволю, а потом поменяйте их. Выберите несколько других игрушек, и они покажутся ребенку новыми и совершенно неизвестными. У вас никогда не будет недостатка в игрушках, которые вы могли бы предложить своему малышу, когда ему скучно, когда он капризничает, и вы также избавитесь от беспорядка в детской. Ваш малыш никогда не заметит, что вы сократили число его игрушек.

Итак, надо сделать следующее:

- Незаметно убрать игрушки, вызывающие ненужную активность ребенка, слишком яркие, громкие, большие. Если начались капризы, значит, малыш устал, лучше его уложить и включить тихую музыку, сказку, почитать что-либо вслух.
- Хорошо приобрести или смастерить низкий столик с бортиками, который можно ставить на кровать, он пригодится и для кормления, на него можно положить от трех до семи небольших игрушек.
- Отобрать любимые, те, с которыми он может спокойно играть. Для больного ребенка приемлемыми могут быть маленькие, спокойных тонов, не вызывающие умственного напряжения.
- Хорошо предложить ребенку вырезать из бумаги или рисовать. Не пугайтесь, если характер рисунков изменится: изображения будут мелкие, слабого нажима и одноцветные. Это пройдет.
- Полезны ребенку выкладывание узоров из мозаики, игры-поделки, конструкторы, можно пластмассовый, но лучше простой деревянный. Увлеченный игрой ребенок меньше будет занят болезнью, станет отвлекаться от ее проявлений – кашля, зуда, болей.
- Замечательная игрушка – лото: и познавательная, и занимательная. Можно поставить малышу аудиокассету со сказками или музыкальными пьесами, со звуками при-



роды. Это его успокоит, настроит на отдых и сон. Только не телевизор и не компьютер! Их воздействие однозначно плохо влияет на здоровье.

Когда ребенок болен, очень просто и быстро и, главное, в присутствии малыша сделать новую игрушку из маленьких старых колготок – это туловище с головой за какие-нибудь полчаса. Вырежьте из чулочной части приблизительно по половине – это будут руки, пришейте их по бокам туловища. Оставшиеся части пришейте снова на то же место – это будут ножки. Набейте куклу чем-нибудь не вызывающим аллергию, зашейте верх. Придайте ей такую внешность, какую вам подскажет ваша фантазия и пожелания ребенка. Смешной, веселый и мягкий друг «заберет» детскую болезнь, и если это инфекция, то не жалко будет и выбросить «лекаря» после выздоровления.

Вслед за доктором А. С. Галановым сформулируем важнейшие принципы помощи больному ребенку.

Во-первых, большую роль в выздоровлении играет психоэмоциональное состояние (бодрое настроение, оптимизм и пр.).

Во-вторых, повышение естественной активности улучшает эмоциональный тонус, укрепляет нервномышечный аппарат, работу сердечно-сосудистой и дыхательной системы и всех органов.

В-третьих, ребенку трудно заставить делать упражнения,

если они не сопровождаются игрой.

Наконец, в-четвертых, умело подобранные игры являются механизмом воздействия на большой орган или общее состояние малыша. Не последнюю роль в этих играх имеют хорошие игрушки.

Непринужденная веселая атмосфера, смех не дают ребенку «уйти» в болезнь, что позволяет родителям проявить к нему больше внимания и увеличивает совместное общение с детьми в атмосфере любви, заботы и радости. Это является мощнейшим фактором. Следует учесть, что оздоровительный эффект от игр возможен лишь при частных и длительных занятиях (3-4 месяца по 2-3 раза в день).

Важно помнить, что для ребенка во время болезни следует выбирать игры, не вызывающие большой психофизиологической нагрузки, необходимо акцентировать внимание ребенка на эстетической стороне выполнения того или иного движения, точности действий и соблюдении правил игры. Продолжить одной игры – до пяти минут, но постепенно время игры можно увеличить до 10-15 минут при условии переключения с одной игры на другую с перерывами на отдых, музыкальными заставками и пением. Игры следует комбинировать и сочетать таким образом, чтобы они оказывали разнонаправленное воздействие.

По книге В. Абраменковой «Воспитание игрой». – Лепта, Москва, 2008

— ВМЕСТЕ С ДЕТЬМИ

Забавные композиции из соленого теста могут не только украсить ваш дом, но и стать прекрасными подарками. В подарки, сделанные своими руками, мы вкладываем свое тепло, любовь, добро. Соленое тесто – замечательный материал для поделок с детьми, который абсолютно безвреден, экологичен, и работа с ним позволяет снять эмоциональное напряжение.

## Подарок своими руками

Рецепт кулинарного теста прост:

- полстакана муки;
- полстакана мелкой соли;
- 1 ложка растительного масла;
- немного воды (перемешивая, наливать в муку с солью до получения густой однородной массы).

Сушить фигурки из соленого теста можно в духовке при температуре 80 градусов либо на батарее, а просушенные фигур-

ки раскрасить красками. Из теста можно слепить любые фигурки – зверей, цветы, шарики для бус, овощи и фрукты, рамки для фотографий. На поверхности теста можно отпечатывать разные предметы, например, красивые рельефные пугови-



цы, раковины, а также запечатлеть на память ладошки ваших детей. Лепите фигурки сразу на том противне или доске, где они будут сохнуть. Оставшееся неиспользованное тесто заверните в полиэтиленовый пакет или герметично закрывающуюся емкость.

Пусть рождение шедевра из соленого теста станет для вас запоминающимся событием! Удачного всем творчества и умиротворения!



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

Учредитель и издатель: благотворительный фонд «Социальная деревня Светлая для людей с ограниченными возможностями». Адрес: 614087, г. Пермь, ул. Рабочая, 9. Тел. (342) 235-14-77. E-mail: svetlay-derevnya@yandex.ru www.svetlay-derevnya.ru Директор фонда: Светлана Калина (сот. 89028067002).

Газета издается на средства депутата Государственной думы, члена комитета по экономической политике и предпринимательству Бесчетнова Константина Викторовича; генерального директора ООО «Камский завод масел» Росляковой Ларисы Юрьевны; члена совета благотворительного фонда «Социальная деревня Светлая для людей с ограниченными возможностями» Алексея Ивановича Порошина.

Выпускающий редактор: Светлана Галина. Корректор: Оксана Усталова. Компьютерная верстка: Павел Нагорских.

Подписано в печать: 17 ноября 2010 года. Отпечатано в ООО «ПКФ «Картонтара». Адрес: 617060, Пермский край, г. Краснокамск, ул. Шоссейная, 24а. Тираж 999 экземпляров. Распространяется бесплатно.

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