

detkityumen.ru

## "Повторение, запугивание, плохие оценки не помогут"

**Нейропсихолог — о рассеянности, причинах дислексии и гиперопеке**

В реабилитационном центре «Три сестры» нейропсихолог **Ксения Воронина** занимается восстановлением детей и взрослых после травм и болезней. А нам рассказывает о том, в каких случаях специалист может потребоваться здоровым детям и почему важно давать им как можно больше самостоятельности.

### «Нейропсихолог — не репетитор»

#### **Чем нейропсихологи отличаются от обычных психотерапевтов?**

Сейчас вошла в моду приставка «нейро». Появились «нейрологопеды», «нейродефектологи» и так далее. Многим кажется, что и нейропсихология — это просто трендовое название, коммерческая уловка. Но это не так.

Нейропсихология — один из разделов клинической психологии. Однако, в отличие от психотерапевтов, мы не занимаемся взаимоотношениями между людьми, конфликтными ситуациями, не прорабатываем травмы и так далее. Мы тоже работаем с эмоциональной сферой, но на другом уровне — учитываем особенности нервной системы, работаем непосредственно с мозгом. Часто делаем это в связке с неврологом, физиотерапевтом — и в итоге помогаем человеку решить какие-либо когнитивные проблемы.

#### **Если речь идет о детях, что конкретно имеется в виду?**

Часто к нейропсихологу приводят первоклассников: ничем не отличающийся от других ребенок идет в школу, и становится ясно, что он не может выполнять какие-то задания. При этом ребенок не отстает в развитии, нормально соображает, рассуждает. Но как только дело касается, скажем, математических примеров или письма, наступает ступор.

Человек не то чтобы не понимает материал — он делает постоянные однотипные ошибки. Скажем, пишет буквы в зеркальном отражении. И в этом нет ничего страшного именно на этапе обучения письму. Детсадовец, который только начинает осваивать подобный навык, действительно может писать зеркально: для него это новое, довольно сложное действие, символов много, все их надо запомнить.

До школы или в начале первого класса зеркальное письмо не считается отклонением. Тревожно, если такие ошибки постоянно совершает второклассник

В этом случае учитель должен посоветовать родителям обратиться к нейропсихологу — бессмысленно с таким ребёнком 10 раз писать слово «корова». Повторение, запугивание, плохие оценки здесь тоже не помогут, а скорее усугубят ситуацию. Нужно работать с нарушениями: они могут быть несерьёзными, но без корректировки человек, скорее всего, не сможет до конца освоить навык.

#### **Что это за нарушения?**

Например, если ребёнок не может решать математические примеры, то чаще всего виной тому — пространственные нарушения. С таким человеком можно сколько угодно биться над сложением и вычитанием, но если не поработать с пространственным представлением — право и лево, вверх и вниз, — толку не будет.

Наше представление о пространстве строится на восприятии своего тела. В норме младенцы в определенный период начинают переворачиваться, тянуться к игрушкам, затем сидеть, ползать, делать первые шаги. Но может случиться и так, что один из этих этапов пропущен. Например, в квартире было холодно или, скажем, там находились домашние животные и ребёнка не выпускали ползать на пол — он вместо этого сидел в кроватке либо в манеже. Казалось бы, что такого? Но пропуск одного из этапов изучения пространства может отразиться на развитии мозга и потом аукнуться такой вот проблемой. Ну или человек просто будет плохо ориентироваться — есть же среди нас люди, которые с трудом читают карты или во взрослом возрасте путают право и лево.

### **Как нейропсихолог компенсирует такие состояния?**

В нейропсихологии есть направление — метод замещающего онтогенеза, его автор — доцент **Анна Владимировна Семенович**. Суть методики — поэтапное проживание всех фаз развития, чтобы помочь мозгу «включиться» и заработать в полную силу. То есть с детьми, даже со школьниками, врачи ползают, делают определенные физические упражнения и так далее.

Я сама не отношусь к этому как к панацее, скорее склоняюсь к тому, что подобную практику лучше использовать в сочетании с другими. Приходит, например, к вам десятилетний ребёнок с дислексией — не будете же вы с ним часами ползать. У него другие проблемы, конкретные запросы, он писать не умеет, а пока вы с ним будете ползать, время будет идти. Так что я за то, чтобы совмещать методики, искать для каждого случая индивидуальный подход, даже изобретать что-то новое — в нейропсихологии это не порицается.

При этом важно понимать: нейропсихолог — не репетитор. Когда я только начинала работать, трудилась ещё в частном центре, родители, бывало, жаловались: «Мы к вам пришли примеры решать, а вы в классики с ним играете. Как это вообще относится к нашим проблемам в тетради?» Но нейропсихология для того и придумана, чтобы устранить причину нарушения, а не натаскать человека выполнять определенные действия. Способы могут быть самые нетривиальные — от головоломок до дыхательных практик.

### **А что будет, если вовремя не обратиться к специалисту?**

Всё зависит от нарушения. Если оно тяжёлое, то, скорее всего, родители такое не пропустят и пойдут как минимум к неврологу, начнут искать выход. Но бывает и так, что нарушение не очевидно. Ну не даётся ребёнку математика, или координация движений страдает — родители не видят в этом большой проблемы. Его просто не отдадут в физматкласс или на условные танцы, и человек живет обычной жизнью.

С возрастом происходит компенсация, мозг делает так, чтобы почти никто не замечал, что человек, например, плохо считает или не сразу соображает, где право, где лево

Другое дело — повреждения в результате травм, болезней, хирургических вмешательств. Грубо говоря, человек раньше был олимпиадником, а сейчас не может сориентироваться в собственной комнате, потому что определенная область мозга пострадала. Или ребенок с ДЦП, полностью интеллектуально сохранный, но из-за того, что он постоянно сидит и пропустил определенные этапы развития, не понимает, как писать буквы, читать. С такими людьми нейропсихолог должен работать обязательно, сама по себе компенсация тут вряд ли произойдет.

### **«Пациенты осознают, что у них плохо работает рука или нога, а что поврежден мозг — почти никогда»**

### **Чем занимается нейропсихолог в реабилитационном центре?**

До «Трёх сестёр» я работала в частном центре — туда, как правило, дети приходили с проблемами дислексии, дисграфии. Здесь же мы работаем в плотной связке с неврологами, физиотерапевтами, эрготерапевтами, логопедами и так далее — вместе восстанавливаем когнитивные функции мозга. Хотя сами пациенты не всегда осознают, что им нужна такая помощь. Условно, человек переживший инсульт (а он может случиться как у взрослого, так и у ребёнка), сразу видит, что у него не работает рука или нога, а то, что он теперь ничего не запоминает, — не осознает. Часто, когда я прихожу к пациентам, спрашиваю, чего они сами хотят. В ста

процентах случаев ответ — снова начать полноценно двигаться. То, что нужна работа ещё и с мозгом, люди понимают только после вопросов и беседы со мной, а иногда могут так и не понять.

## **И что происходит дальше?**

Диагностика — важнейшая часть нашей работы. В нейропсихологии есть такое понятие — фактор. Пока ты не понял, что с ребёнком, какой нейропсихологический фактор нарушен, — не лезь ему помогать. У детей с черепно-мозговыми травмами или после инсульта, например, полностью нарушается ощущение своего тела — они могут не чувствовать его часть или даже просто игнорировать полностью. И тут мы работаем в плотной связке с физиотерапевтами и эрготерапевтами, потому что нужно собрать все эти связи воедино.

Люди, которые не разговаривают, тоже мои пациенты. Мне их очень жалко, потому что есть такой стереотип: человек, который не говорит, неполноценный, с ним как со стулом — привёз, положил, перевернул, а он не может ничего ответить. Конечно, не всегда это так. Моя задача — помочь таким пациентам, придумать для них способы коммуникации. Например, графические карточки, на которые можно показывать и с их помощью объяснять, что ты хочешь или чувствуешь, специальные приставки на компьютеры для детей, которые обездвижены. Когда к такому пациенту подбираешь подход, начинаешь с ним коммуницировать, как правило, случается хороший скачок в восстановлении, положительная динамика.

## **Мозг ребёнка, который перенёс инсульт, может полностью восстановиться?**

Вполне. Детский мозг вообще восстанавливается быстрее, потому что он все ещё развивается. Если здоровый ребёнок попадает к нам после какой-либо травмы или болезни, есть хорошие шансы наверстать упущенное. Но тут очень важна роль родителей. Многие дети не наделены рефлексией, критикой к себе, они пока не знают ничего о мотивации, не всегда могут осознать, что с ними случилось. А тут ещё и родители окружают их заботой, гиперопекой.

Но человек так устроен: он из всего пытается извлечь выгоду. Есть даже определение «вторичная выгода болезни». Ребёнок может просто не понимать, зачем ему куда-то двигаться, восстанавливаться, напрягаться, если мир и так вращается вокруг него. В школу ходить не надо, о тебе заботятся, исполняют все твои желания — многим такая жизнь кажется лучше той, что была до болезни. Поэтому наша задача здесь ещё и в том, чтобы понять, к чему человек готов на данном этапе, и обязательно давать ему возможность проявлять эту самостоятельность ежедневно.

## **«Что самое страшное в отношениях между родителями и детьми? Недоверие»**

### **Как правильно учить самостоятельности здорового ребёнка?**

Давать человеку возможность делать что-то самому — постоянно, с раннего возраста. Не кормить с ложечки, не одевать на прогулку до пяти лет и так далее. При кризисе трех лет, наступлении этапа «я сам» поощрять порывы ребёнка, придумывать ему какие-то небольшие домашние обязанности — на этом этапе развития он будет выполнять их с удовольствием. Разумеется, хвалить, радоваться вместе с ним, если что-то получилось. Все это помогает правильно сформироваться лобным долям мозга, отвечающим за программирование и контроль своих действий. Пустив этот этап развития на самотек, мы получаем детей, которые не могут никуда собраться, ничего сделать сами, все постоянно забывают и путают. И сами на них потом жалуемся. Но дети не виноваты, ведь это вы не научили их жить иначе.

### **Нужно ли вести ребёнка к нейропсихологу за год до школы, чтобы исключить или быстро скомпенсировать эти и другие проблемы?**

Если у вас нет жалоб, невролог в поликлинике тоже не видит каких-либо нарушений, то не нужно. Главное в этом возрасте как раз не перегружать ребёнка занятиями, в том числе и походами к психологам. Лучшая подготовка ребенка к школе — дать ему спокойно, без какой-либо гонки наиграться, психологически созреть.

Я против того, чтобы отдавать ребёнка в школу в шесть лет: этот год ему ещё нужен для игр, для фантазий, для развития

Бесполезно водить его к нейропсихологу, чтобы тот помог ему лучше учиться. Идеальная терапия тут — ещё один год дома или в садике.

### **Как вообще правильно готовить ребёнка к школе?**

Не перегружать дополнительными занятиями, развивашками, иностранными языками раньше времени. Пусть он лучше хорошо освоит родной язык, начнет на нём мыслить, заинтересуется буквами. Хвалить, конечно. Человек должен чувствовать поддержку и не сомневаться в себе. С другой стороны, нужно, чтобы ребёнок понимал, что такое критика. Если он дерётся, а мама всё равно внушает, что он лучше всех, — это перекося в другую сторону, и ему же не пойдет на пользу. Перегибать не нужно, чтобы не было самовлюблённости и неуважения к другим.

Я вообще за взаимное уважение всегда и везде. Очень не люблю, когда с ребёнком общаются неуважительно на том основании, что он маленький и якобы глупый. Да, это маленький человек, но он член общества. Так что не нужно отмахиваться, если дошкольник вдруг задает вопросы на неудобные для вас или сложные темы.

Что самое страшное в отношениях между родителями и детьми? Недоверие. Если до школы не установить уважительный, доверительный, дружеский контакт, то, пойдя в школу, оказавшись совершенно в другой среде, ребёнок может отдалиться от вас. Поначалу вы, возможно, этого даже не заметите. А когда, ближе к подростковому возрасту, ситуация станет критической, наверстать упущенное будет почти невозможно.

**Ксения Воронина**, <https://mel.fm/zdorovye/>

Адрес на сайте «Детки!» [detkityumen.ru/biblio/category135/category138/4436/](http://detkityumen.ru/biblio/category135/category138/4436/)