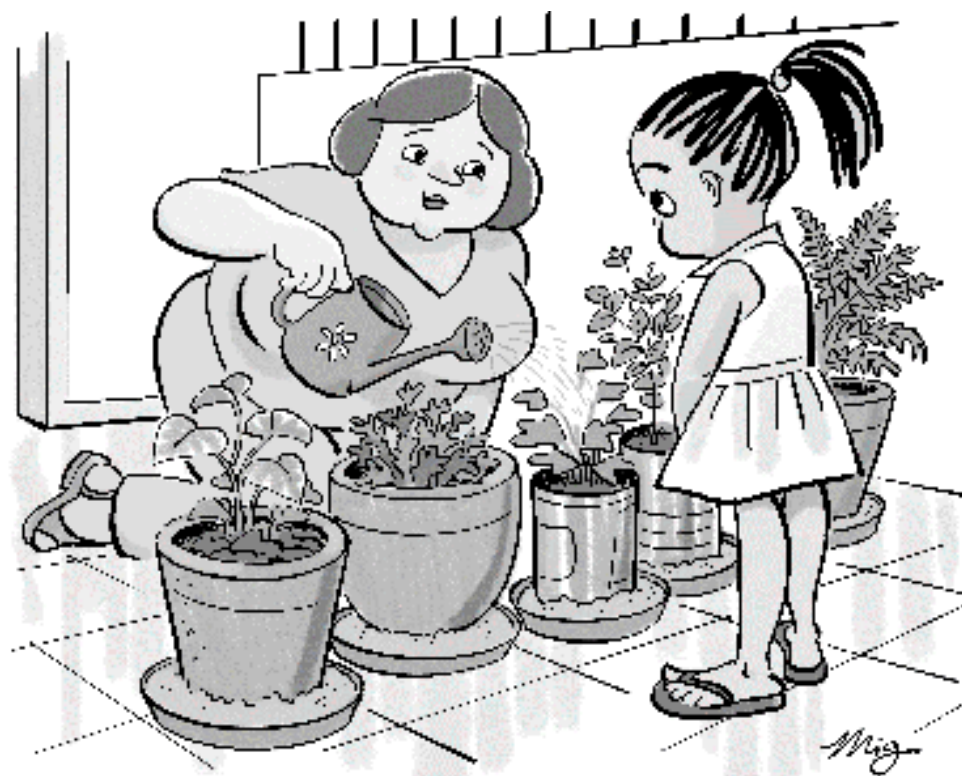


БУКЛЕТ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

ЗАНЯТИЕ 1

КАК ПРИВЛЕЧЬ РЕБЕНКА К СОВМЕСТНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ



Учимся развивать ребенка

Разработано совместно НПЦРСР МТСЗН РК, РНПЦПЗ МЗ РК и ЮНИСЕФ в рамках адаптации Программы ВОЗ «Caregiver Skills Training» (обучение навыкам ухода за детьми) для Республики Казахстан

ЗАНЯТИЕ 1

ВВЕДЕНИЕ В ПРОГРАММУ.

КАК ПРИВЛЕЧЬ РЕБЕНКА К СОВМЕСТНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

СОДЕРЖАНИЕ	СТРАНИЦА
Расписание всей программы	2
Правила группы	3
Цели программы	4
Что мы узнаем сегодня	6
История Марии. Часть 1: Знакомство с Тимуром	7
Ключевое сообщение №1	9
История Марии. Часть 2: Обучение через повседневные действия	10
Ключевое сообщение №2	14
Рекомендация № 1	15
Рекомендация № 2	16
Рекомендация № 3	17
Вопросы самопроверки	18
Ответы на вопросы	19
Дальнейшие шаги	20

РАСПИСАНИЕ ВСЕЙ ПРОГРАММЫ		Дата, время, место
Домашний визит 1		
Регистрация по телефону		
Занятие 1	Как привлечь ребенка к совместной деятельности	
Регистрация по телефону		
Занятие 2	Как поддерживать вовлеченность ребенка в совместную деятельность	
Регистрация по телефону		
Занятие 3	Как помочь участию ребенка в совместных играх и повседневных домашних делах	
СМС или WhatsApp напоминание о следующем занятии		
Занятие 4	Как понимать общение ребенка	
СМС или WhatsApp напоминание о следующем занятии		
Занятие 5	Как развивать у ребенка навыки общения	
Домашний визит 2 (между 5 и 6 занятиями)		
Занятие 6	Как предупредить нежелательное поведение ребенка и помочь ему оставаться вовлеченным и регулируемым	
Регистрация по телефону		
Занятие 7	Как обучить ребенка альтернативам нежелательному поведению	
СМС или WhatsApp напоминание о следующем занятии		
Занятие 8	Как обучать ребенка новым навыкам с помощью маленьких шагов и с минимальной помощью взрослого	
СМС или WhatsApp напоминание о следующем занятии		
Занятие 9	Как решать проблемы, не забывая заботиться о себе	
Домашний визит 3		
Дополнительные занятия:		



ПРАВИЛА ГРУППЫ

ПРАВИЛА ПРИЗВАНЫ ОБЕСПЕЧИТЬ КОМФОРТНОЕ УЧАСТИЕ В ПРОГРАММЕ
ДЛЯ ВСЕХ ЧЛЕНОВ ГРУППЫ

1. МЫ УВАЖАЕМ ПРАВО КАЖДОГО НА ЛИЧНУЮ ЖИЗНЬ, ПОЭТОМУ ЗА ПРЕДЕЛАМИ ЭТОЙ КОМНАТЫ МЫ НИКОМУ НЕ БУДЕМ РАССКАЗЫВАТЬ ТО, ЧТО УЗНАЁМ О ДРУГИХ СЕМЬЯХ, ОСОБЕННО ОБ ИХ ТРУДНОСТЯХ И ПРОБЛЕМАХ
2. МЫ БУДЕМ УВАЖАТЬ РАЗНЫЕ МНЕНИЯ И ТОЧКИ ЗРЕНИЯ ВСЕХ УЧАСТНИКОВ.
3. МЫ БУДЕМ СЛУШАТЬ ДРУГ ДРУГА И ДАДИМ ВОЗМОЖНОСТЬ КАЖДОМУ УЧАСТНИКУ ПОДЕЛИТЬСЯ СВОИМИ МЫСЛЯМИ И ИДЕЯМИ.
4. МЫ БУДЕМ ПОМОГАТЬ ДРУГ ДРУГУ, ДЕЛЯСЬ СВОИМ ОПЫТОМ, ПРЕДЛАГАЯ ВОЗМОЖНЫЕ ВАРИАНТЫ РЕШЕНИЙ ПРОБЛЕМ, ПОДДЕРЖИВАЯ И ПОДБАДРИВАЯ ДРУГ ДРУГА.

ЦЕЛИ ПРОГРАММЫ

Помочь вашему ребенку:



1. Научиться использовать жесты и слова при общении

2. Проводить больше времени в совместных занятиях с вами, и с другими



3. Чаще вести себя адекватно ситуации и реже демонстрировать нежелательное поведение

4. Овладеть новыми навыками и проявлять больше самостоятельности

ЦЕЛИ ПРОГРАММЫ

Помочь Вам:



1. Почувствовать себя увереннее, помогая своему ребенку общаться и узнавать новое

2. Насладиться общением со своим ребенком, выполняя вместе повседневные дела

5



3. Познакомиться с другими родителями, у которых есть подобный опыт

4. Узнать, как поддерживать свое собственное здоровье и благополучие

ГРУППОВОЕ ЗАНЯТИЕ 1

ВВЕДЕНИЕ В ПРОГРАММУ. КАК ПРИВЛЕЧЬ РЕБЕНКА К СОВМЕСТНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

ЧТО МЫ УЗНАЕМ СЕГОДНЯ:

- Более подробно, как эта программа может помочь ребенку и его семье
- Информация об особенностях развития детей.
- Как помочь детям обучаться новым навыкам и развиваться, привлекая их к совместному выполнению повседневных дел.



ИСТОРИЯ МАРИИ. ЧАСТЬ 1: ЗНАКОМСТВО С ТИМУРОМ



Мария живет со своим мужем и тремя детьми: Тимуром, Алиной и Асей. Также с ними проживает свекровь. Тимур первый ребенок в семье.



Когда Тимуру было три года, Мария начала понимать, что он отличается от других детей, потому что он все еще не говорил. Марии казалось, что это ее вина, но она не понимала, что именно она делает не так.



У Тимура случались и серьезные истерики, его было трудно одеть.



Мария говорит:
«Тимур всегда любил смотреть, как я готовлю. Когда он был маленьким, ему было трудно усидеть на одном месте и сосредоточиться, но иногда, когда я готовила, он наблюдал за мной и даже помогал, наливая воду в кастрюлю. Ему это очень нравилось!»



Тимур очень нежный ребенок, Марии всегда нравилось его обнимать



Тимуру уже семь лет, он очень активный мальчик, ему нравится бывать на свежем воздухе и смотреть, как старшие ребята играют в мяч.



Тимур до сих пор любит «помогать маме готовить». Они вместе проводят время за приготовлением еды. Ему нравится класть продукты в кастрюлю, а затем помешивать их ложкой



Тимуру всё ещё сложно долгое время усидеть на одном месте, но он может выполнять короткие задания, делая перерывы между ними. Он добился некоторого прогресса и теперь может использовать несколько слов. Ему все ещё нужно помогать одеваться, но теперь это уже не так сложно.

Ключевое сообщение №1

ВСЕ ДЕТИ МОГУТ ОСВАИВАТЬ НОВЫЕ НАВЫКИ



При соответствующей поддержке дети с особенностями развития могут осваивать новые навыки и принимать участие в повседневных делах семьи

ИСТОРИЯ МАРИИ. ЧАСТЬ 2: ОБУЧЕНИЕ ЧЕРЕЗ ПОВСЕДНЕВНЫЕ ДЕЙСТВИЯ



Когда Тимуру было три года, для Марии и ее мужа это было нелегкое время. Они испытывали неуверенность и сомнения. Патронажная сестра предложила им обследовать Тимура в поликлинике и помогла записаться на прием в удобное для них время. Врач осмотрела ребенка и задала множество вопросов.



Затем врач сказала: «Я проверила уровень развития вашего сына. Говоря о «развитии» я имею в виду то, как по мере своего взросления ребенок приобретает новые навыки, такие как различные движения, ходьба, общение с людьми, игры и познание нового».



Врач объяснила: «Все дети развиваются в разном темпе. Ваш сын развивается по-другому, в некоторых областях – медленнее, чем остальные.

К сожалению, в его развитии есть особенности. Есть много причин, по которым у детей могут быть проблемы с развитием. Мы не знаем точной причины особенностей развития у Тимура».



Она продолжила: «Тем не менее, я хочу, чтобы вы знали, что сложности, с которыми столкнулся ваш ребенок – это не ваша вина, они никак не связаны с какими-либо вашими действиями или действиями других, с «порчей», «сглазом» или другими вещами. Иногда родители винят себя в том, что они мало внимания уделяли обучению своих детей, но известно, что это не является причиной проблем с задержкой развития ребенка»



Врач сказала также: «К сожалению, нет лекарств или лечения, чтобы вылечить вашего сына, но есть вещи, которые вы можете сделать, чтобы помочь ему развиваться».

«Продолжайте показывать ребенку, что вы его принимаете таким, какой он есть и любите его».

«Посещайте занятия, чтобы научиться специальным навыкам, которые помогут вашему сыну и другим членам семьи лучше использовать имеющиеся у вас возможности».



Мария решила принять участие в программе, рекомендованной врачом, и после каждого занятия при общении с Тимуром практиковала навыки, которые она изучила. Ее муж и свекровь не смогли прийти на занятия, но Мария приносила домой буклеты, чтобы показать им.



Поначалу родителям было трудно смириться с тем, что у их первенца есть проблемы. Особенно тяжело переживал отец Тимура. Но и Мария, и ее муж упорно применяли на практике навыки, которым обучали на курсах, и поведение Тимура улучшилось.



Родители стали чаще включать Тимура в повседневные дела. Они обращаются к нему спокойным, дружелюбным тоном, тем самым помогая ему установить контакт и наладить общение с ними, а также научиться общаться при помощи жестов и слов. Навыки, которые они приобрели в ходе программы, также помогли им укрепить контакт не только с Тимуром, но и с младшими дочками.



Сейчас Тимуру семь лет. Теперь он плачет гораздо реже и не так долго. Он может сообщить родителям, что ему нужно, указывая жестом и используя несколько слов. Тимур чаще выглядит счастливым, и атмосфера в доме стала более спокойной.

Ключевое сообщение №2

ВЫ МОЖЕТЕ ПОМОЧЬ СВОЕМУ РЕБЕНКУ РАЗВИВАТЬСЯ, ВОВЛЕКАЯ ЕГО В ПОВСЕДНЕВНЫЕ ДЕЙСТВИЯ И ИГРЫ



Прием пищи,
одевание,
умывание



Уборка



Поход в магазин
или идти
встречать других
детей из школы
или детского
сада



Игра, пение,
чтение,
рассказывание
историй

Рекомендация № 1

ПРАВИЛЬНО ОРГАНИЗУЙТЕ ПРОСТРАНСТВО: УБЕРИТЕ ОТВЛЕКАЮЩИЕ ФАКТОРЫ И ВЫБЕРИТЕ МЕСТО, ГДЕ ВАМ НИКТО НЕ ПОМЕШАЕТ

- Помогите ребенку сосредоточиться на совместном действии и на вас, освободив место на столе или на полу прямо перед ребенком и вокруг него
- Помогите ребенку обратить внимание на занятие, убрав отвлекающие факторы



Уберите или накройте лишнюю мебель, другие предметы и игрушки, которые могут отвлекать ребенка



Выключите телефоны, телевизор, радио. Попросите других взрослых и детей отойти или находиться позади ребенка

Рекомендация № 2

ПРЕДЛОЖИТЕ РЕБЕНКУ СДЕЛАТЬ ВЫБОР ИЗ 2-3 ВИДОВ ПОВСЕДНЕВНЫХ ДЕЙСТВИЙ, КОТОРЫЕ ЕМУ НРАВЯТСЯ (МОТИВИРУЮТ ЕГО) И СЛЕДУЙТЕ ЕГО ВЫБОРУ

- Предложите ребенку выбрать между предметами (например, 2 рубашки, 2 книги, 2 вида еды) или что делать в первую очередь (например, умыться или упаковать сумку)
- Начните с того действия, которое выбрал ребенок
- Выбор дает ребенку некоторый контроль над деятельностью
- Выбор поможет вам понять, какие действия будут мотивировать ребенка делать что-либо
- Если ребенок не делает выбора, сделайте выбор за него и начните занятие



Мама предлагает сыну выбрать, что сделать сначала: умыться или надеть рубашку.

Мама видит, что ребенок смотрит на полотенце и делает движение рукой в его сторону

Сначала умывает ребенка

Затем помогает ему надеть рубашку

Рекомендация № 3

РАСПОЛОЖИТЕСЬ ЛИЦОМ К ЛИЦУ К РЕБЕНКУ, ОПУСТИТЕСЬ НА УРОВЕНЬ ЕГО ГЛАЗ И ПОМЕСТИТЕ ВСЕ НЕОБХОДИМЫЕ ПРЕДМЕТЫ МЕЖДУ ВАМИ И РЕБЕНКОМ

- Расположитесь перед ребенком лицом к лицу, на уровне его глаз
- Сядьте прямо перед ребенком, чтобы предметы находились между вами и ребенком
- Если ваш ребенок сидит у вас на коленях, попробуйте повернуть его лицом к себе и расположите необходимые предметы между вами
- Ребенку легче поделиться с вами, когда и вы и предметы находитесь прямо перед ним



ВОПРОСЫ ДЛЯ САМОПРОВЕРКИ

После группового занятия постарайтесь ответить на эти вопросы, чтобы проверить себя. Затем вы можете свериться с правильными ответами, размещёнными в конце этого раздела

Инструкция: Из приведённых вариантов выберите наиболее подходящий ответ на вопрос и отметьте свой вариант ответа. Затем проверьте, правильно ли вы ответили, и обведите верный ответ

Вопрос 1

Иногда, когда Мария утром помогает Тимуру одеваться, он сильно крутится и его трудно одеть. Что может сделать Мария, чтобы было проще вовлечь Тимура в совместную деятельность?

- A. Выключить телевизор
- B. Опуститься до уровня глаз Тимура
- C. Предоставить ему выбор: надеть сначала рубашку или брюки
- D. Всё вышеперечисленное (A, B и C).

18

Вопрос 2

Мария хочет начать укладывать Тимура спать, предложив ему 2- 3 занятия, а затем последовав за его выбором. Какие два оптимальных варианта она может ему предложить?

- A. Переодеться ИЛИ лечь в кровать
- B. Умыться ИЛИ почистить зубы
- C. Поесть ИЛИ почистить зубы
- D. Лечь в кровать ИЛИ умыться

ОТВЕТЫ НА ВОПРОСЫ

Здесь вы найдёте ответы на вопросы для самопроверки, приведённые на предыдущей странице. Прочтите ответы только после того, как ответите на вопросы. Закончив проверку ответов, откройте страницу с вопросами и обведите правильный ответ

Вопрос 1. Правильный ответ D. Всё вышеперечисленное (А, В и С).

Пояснение:

Выключить телевизор: ДА. Телевизор может отвлекать, поэтому, устранив отвлекающие факторы, Мария поможет сконцентрироваться на выполнении задания.

Опустить до уровня глаз: ДА. Расположившись перед Тимуром и опустившись до уровня его глаз, Марии будет легче обратить на себя его внимание.

Предоставить выбор: надеть сначала рубашку или брюки: ДА.

Благодаря наличию выбора, задания становятся более мотивирующими и приятными для детей.

19

Вопрос 2. Правильный ответ В. Умыться ИЛИ почистить зубы

Пояснение:

- Мария планирует последовать за выбором Тимура и в первую очередь выполнить с ним то действие, которое он выберет. Лучше всего, если она предложит Тимуру 2-3 действия, которые можно выполнять в любом порядке.
- Переодеться ИЛИ лечь в кровать: НЕТ. Переодеться нужно до того, как лечь в кровать, поэтому в данном случае вопрос, что Тимур хочет сделать в первую очередь, не имеет смысла.
- Поесть ИЛИ почистить зубы: НЕТ. Чистить зубы нужно после еды, поэтому очередность этих действий должна определять Мария, а не Тимур.
- Лечь в кровать ИЛИ умыться: НЕТ. Умываться нужно до того, как лечь в кровать. Тимуру лучше предложить выбор из двух заданий, которые можно выполнить в любом порядке.

ДАЛЬНЕЙШИЕ ШАГИ

Дата следующего группового занятия:_____

- На следующем групповом занятии мы продолжим работать над вопросом вовлечения детей в повседневную деятельность и освоению ими новых навыков. На следующее занятие вы можете привести еще одного члена семьи.
- Мы свяжемся с вами перед занятием.
- Если вы по какой-либо причине не сможете посетить следующее занятие, приходите на 3-занятие. Приходите на 15 минут раньше, чтобы мы могли помочь вам освоить пропущенный материал.