

Рекомендации для родителей, воспитывающих детей с нарушенным зрением

Составили:

Баранникова Е.Н., педагог-психолог

Марченко Н.Н., учитель-дефектолог

Дети с нарушением зрения имеют ряд особенностей своего развития и, следовательно, путь помощи им семьей отличен от нормально видящего ребёнка. Перед родителями возникает задача преодоления эмоционального барьера приятия такого ребенка, врачам и педагогам следует объяснить родителям, что воспитывая ребенка с нарушением зрения, необходимо четко представлять характер зрительного нарушения и возможное течение болезни. Тесная и постоянная связь с детским офтальмологом, его консультации, лечение – необходимое условие воспитания. Также следует выполнять рекомендации офтальмолога и соблюдать нормы гигиены охраны зрения. Положение ребёнка с нарушением в семье, его взаимоотношения с близкими людьми, могут или способствовать выработке волевых качеств и эмоциональной устойчивости, или неправильно сложившиеся отношения нарушают эмоциональную стабильность, способствуют развитию негативных сторон личности. Огорчения родителей по поводу дефекта ребенка или высказывания о том, какие трудности его ожидают в будущем, заставляет ребенка фиксировать внимание на себе, как на человеке с особыми потребностями. К такому ребенку следует относиться как к здоровому полноценному человеку. Важно, чтобы правильное отношение было у всех членов семьи. Ребенку нужна не жертвенность со стороны родителей, а нормальное отношение, основанное на разумной любви.

Для ознакомления предлагается краткое описание некоторых, наиболее часто встречающихся у детей заболеваний органов зрения и трудностей, возникающих у ребенка в связи с этим.

Миопия (близорукость)– дефект зрения, при котором человек плохо видит отдаленные предметы.

Близорукие дети испытывают затруднения в восприятии написанного на доске. Для них характерно диффузное (расплывчатое) восприятие предметов в пространстве. Они быстро утомляются, читают, пишут, рассматривают предметы с низко наклоненной головой.

Гиперметропия (дальнозоркость)– дефект зрения, при котором человек плохо видит вблизи.

У дальнозорких детей сужено поле обзора, поэтому им приходится рассматривать картинки и предметы особенно большого размера по частям, им нужно больше времени, чтобы сформировать целостный образ объекта.

Астигматизм – заболевание, при котором нет отчетливого изображения предмета, при этом нарушена: форма, величина, размеры. Исправляется с помощью оптической коррекции (очки).

Детям, страдающим астигматизмом, трудно соединять элементы букв, линии в чертежах и рисунках, они часто роняют ручки и другие школьные принадлежности, так как не видят четко границы парты и других плоскостей.

Косоглазие – заболевание, характеризующееся отклонением глаз от совместной точки фиксации и нарушением глазодвигательных функций. Так же косоглазие характеризуется нарушением бинокулярного зрения – это одинаковое видение двумя глазами, при котором изображение предметов воспринимаются левым и правым глазом, сливаются воедино. При нарушении бинокулярного зрения возникают трудности в ровном написании букв, цифр, рисовании по контуру, чтении, попадании предметом в цель. У детей с косоглазием снижен зрительный контроль, может возникать двоение изображения отсюда ошибки выделения детьми формы, величины, пространственного расположения предметов.

Нистагм – спонтанное колебание движения глаз. При нистагме возникают трудности в длительной работе с предметом на близком расстоянии, чтении, письме.

Слабовидение – значительное снижение остроты зрения, при которой видение предметов или очертаний предметов в пределах от двух до пяти метров в очках. У слабовидящих трудности с ориентировкой в макро- (помещение, улица) и микро- (лист бумаги) пространстве.

Для всех детей данной категории (нарушение зрения) характерна малая двигательная активность, ограниченные возможности практической микро- и макроориентировки, отмечаются затруднения в словесных обозначениях пространственных отношений, в выделении объемных предметов, определении расстояния и удаленности предметов. Восприятие пространства и пространственных отношений носит диффузный, нерасчлененный характер.

Роль семьи в воспитании ребёнка с нарушенным зрением огромна. Важно преодолеть негативное отношение родителей к зрительной недостаточности ребёнка и его возможностям, а также формировать позитивное отношение к будущему своего ребёнка. Большое значение родители должны уделять знаниям возрастных и индивидуальных особенностей детей с нарушением зрения и трудностей их воспитания. Неправильное взаимопонимание среди членов семьи может отрицательно сказываться на детях. Основным условием положительных влияний на детей является согласие, разумные взаимоотношения родителей и старших членов семьи (братьев, сестёр).

Дети не должны быть свидетелями конфликтов и скандалов в семье. Нарушения и недостатки воспитания в семье является отрицательным психогигиеническим фактором риска.

1. Ищите и изучайте информацию. Не стесняйтесь спрашивать у специалистов и других родителей непонятные вам слова, термины. Активно посещайте родительские собрания, изучайте предоставленные специалистами материалы (консультации, рекомендации, советы, памятки) о

развитии, обучении и воспитании детей в «Родительском уголке». Старайтесь найти соответствующую литературу, знакомьтесь с ней. Не бойтесь задавать вопросы, поскольку, задавая их, вы учитесь лучше понимать то, что касается вашего ребёнка. Записывайте вопросы при встрече со специалистами и вопросы, возникающие в ходе разговора. Заведите дневник, в который заносите всю полученную информацию.

2. Не будьте робкими. Многие родители чувствуют себя неловко в присутствии людей с медицинским и педагогическим образованием. Не следует робеть перед профессионалами, занимающимися вашим ребёнком. Вам не нужно извиняться за то, что вы хотите знать, что происходит. Не думайте о том, что вы слишком назойливы или задаёте много вопросов. Помните: это ваш ребёнок, и происходящее может оказать огромное влияние на вашу жизнь и на его будущее.

3. Держите в курсе проблем вашего ребёнка ваших близких. Не скрывайте от них своих чувств, не замыкайтесь на проблемах вашего ребёнка, общайтесь с другими детьми, делитесь с друзьями. Живите сегодняшним днём. Сравнивайте успехи вашего ребёнка сегодня с успехами вчерашнего дня.

4. Не бойтесь проявлять чувства. Многие родители, особенно отцы, подавляют свои эмоции, так как полагают, что выказывать свои переживания – это проявление слабости. Но проявление чувств ничуть не уменьшает силы духа.

5. Научитесь справляться с горечью и озлоблением. Это вполне понятно, когда родители узнают, что с их ребёнком связаны серьёзные проблемы. Но постарайтесь понять, что отрицательные эмоции вредят, ослабляют вас, постарайтесь справиться с ними. Жизнь лучше, когда чувства положительны. Вы будете лучше подготовлены к новым испытаниям, если горькие чувства отступят перед вашей энергией и инициативой.

6. Постарайтесь быть благодарным. Трудно оставаться раздражённым, если чувствуешь благодарность. Иногда, когда всё кажется не привлекательным, не просто найти причину для благодарности. Однако, если вы вспомните всё хорошее, оглянитесь вокруг, возможно, положительные чувства перевесят отрицательные эмоции.

7. Придерживайтесь реальности. Придерживаться реальности – это принимать жизнь такой, какая она есть, и осознавать, что есть вещи, которые мы не можем изменить, и есть вещи, которые мы изменить можем. Ваша задача – научиться отличать то, что мы можем изменить, и затем действовать.

8. Не забывайте о себе. В сложных жизненных ситуациях каждый человек ведёт себя по-разному. Может быть, вам помогут несколько общих советов: отводите время на отдых; питайтесь настолько хорошо, насколько можете; уделяйте время себе; обращайтесь к другим людям за эмоциональной поддержкой.

9. Избегайте жалости. Жалость к самому себе, жалость со стороны других людей или жалость к ребёнку делает беспомощным. Сопереживание, т.е.

способность чувствовать с другим человеком – вот то чувство, которое следует поощрять.

10. Не осуждайте. Бывает, что некоторые родители осуждают людей за их негативную реакцию по отношению к самим родителям или к их ребёнку. Не следует обижаться на людей, которые не способны реагировать так, как хотелось бы Вам.

11. Помните, что это ваш ребёнок. Да, развитие вашего ребёнка может отличаться от развития других детей, но это не делает его менее ценным, менее важным или менее нуждающимся в вашей любви и заботе. Любите вашего ребёнка и радуйтесь ему.

12. Осознайте, что вы не одиноки. Чувство одиночества, когда становится известен диагноз, знаком всем родителям с тяжёлыми нарушениями зрения. Ослабить это чувство вам поможет сознание, что его испытывают многие другие, что понимание и конструктивная помощь доступны для вас и вашего ребёнка, и вы не одиноки.

Родителям, воспитывающим ребенка с нарушением зрения, следует учитывать некоторые рекомендации по профилактике и преодолению трудностей, которые могут возникнуть в обучении.

1. Ознакомиться с заключением врача-офтальмолога о состоянии зрения ребенка. Далеко не всем детям рекомендуются очки для постоянного ношения, а некоторые дети, испытывая чувство стеснения, не одевают их в окружении сверстников.
2. Рабочее место ребенка с нарушением зрения должно быть оснащено дополнительным освещением.
3. В одежде родителю рекомендуется использовать яркие цвета, которые лучше воспринимаются ребенком, имеющим зрительные нарушения.
4. В связи с тем, что темп работы детей со зрительными нарушениями замедлен, следует давать больше времени для выполнения домашних заданий (особенно письменных). Некоторые нарушения зрения осложняют выработку навыка красивого письма, поэтому следует снизить требования к почерку ребенка. Рекомендуются дополнительные занятия с таким ребенком, направленные на развитие навыков письма и черчения по трафарету, навыков штриховки, ориентировки в микропространстве (на листе бумаги), развитие зрительного восприятия, внимания, памяти.
5. Рекомендуется смена видов деятельности, которые являются своеобразным отдыхом для глаз, с использованием упражнений для снятия зрительного утомления (зрительная гимнастика).
6. Родитель должен говорить более медленно, ставить вопросы четко, кратко, конкретно, чтобы дети могли осознать их, вдуматься в содержание. Не следует торопить их с ответом, дать 1 - 2 мин на обдумывание.
7. При проведении занятий с детьми, имеющими нарушение зрения, создаются условия для лучшего зрительного восприятия объекта, различения его цвета, формы, размещения на фоне других объектов, удаленности.

8. Материал должен быть крупный, хорошо видимый по цвету, контуру, силуэту, должен соответствовать естественным размерам, т.е. машина должна быть меньше дома, помидор - меньше кочана капусты и т. п.
9. Размещать объекты нужно так, чтобы они не сливались в единую линию, пятно, а хорошо выделялись по отдельности.
10. При знакомстве с объектом рекомендуется медленный темп, так как детям с нарушением зрения требуется более длительное, чем нормально видящим детям, время для зрительного восприятия, осмысления задачи, повторного рассматривания.
11. Следует использовать указки для прослеживания объекта в полном объеме (обводят его контур, часть).
12. Поскольку у детей с нарушением зрения преобладает последовательный способ зрительного восприятия, то время на экспозицию предлагаемого материала увеличивается минимум в два раза (по сравнению с нормой).
13. При предъявлении материала, связанного с его осязательным обследованием, время также увеличивается в 2-3 раза по сравнению с выполнением задания на основе зрения.
14. Трудности координации движения, несогласованность движений руки и глаза при нарушениях зрения замедляют темп выполнения заданий, связанных с предметно-практической деятельностью, поэтому при выполнении графических заданий нужно хвалить ребенка не за точность воспроизведения, а за правильность понимания и выполнения задания.