

ЕЛЕНА ТИМОШЕНКО

500

ОТВЕТОВ
НЕЙРОПСИХОЛОГА

Как помочь
МОЗГУ
РАБОТАТЬ?

УДК 613.95
ББК 51.28
Т41



Тимощенко, Елена.

Т41 500 ответов нейропсихолога. Как помочь мозгу работать? / Е. Г. Тимощенко. — Москва : Издательство АСТ, 2023. — 206, [2] с. : ил. — (Про вашего ребенка: вопрос-ответ).

ISBN 978-5-17-151077-0.

В этой книге заботливые родители найдут ответы на самые важные вопросы, которые касаются особенностей развития мозга, высших психических функций ребёнка — речи, мышления, памяти, внимания. Какие бывают нарушения и как их вовремя заметить? Как заниматься с ребёнком в раннем возрасте? Что делать, если ребёнок неусидчивый? Почему возникает левшество и что с этим делать? Как понять, что ребёнок готов к школе? Здесь нет места мифам и псевдоисследованиям! Вся информация из проверенного источника. Автор книги нейропсихолог, нейрореабилитолог, медицинский логопед Елена Тимощенко — специалист экстра-класса с огромным опытом работы.

Для широкого круга читателей.

УДК 613.95
ББК 51.28

В оформлении использованы материалы, предоставленные фотобанком Shutterstock/FOTODOM

ISBN 978-5-17-151077-0.

© Тимощенко Е. Г., текст, 2023
© ООО «Издательство АСТ», 2023

Оглавление

Предисловие	5
Глава 1	
Вредные мифы о развитии ребёнка	10
Глава 2	
Секреты мозга и основные вопросы к нейропсихологу	26
Глава 3	
Как заниматься в раннем возрасте?.....	60
Глава 4	
Что такое сенсорная интеграция и почему она так важна?.....	90
Глава 5	
Непоседы: как помочь детям управлять собой?	108
Глава 6	
Стоит ли переучивать левшу?.....	123
Глава 7	
К школе готов?	146
Заключение	171
ПРИЛОЖЕНИЯ	
Комплекс нейропсихологических упражнений для детей	174
Как проводить занятия на дому? Памятка для родителей	203




- планирование
- контроль и др

Лобная доля

- тактильные ощущения
- пространственное восприятие
- интеграция сенсорной информации

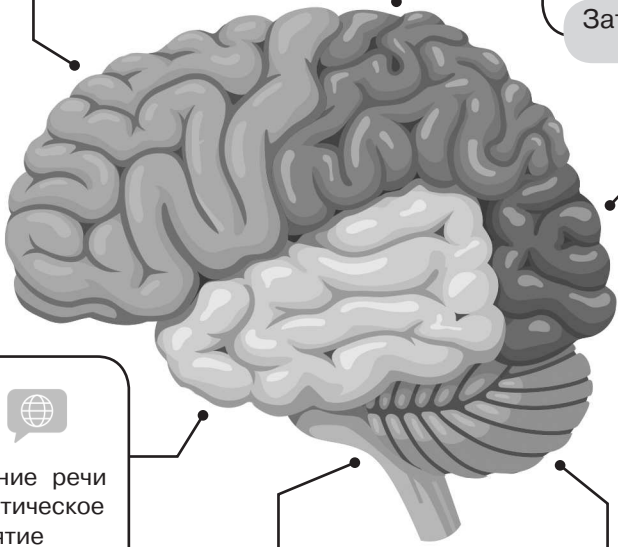


Теменная доля



- зрительное восприятие
- распознавание цвета
- память на лица

Затылочная доля



- понимание речи
- фонематическое восприятие
- слухоречевая память

Височная доля

Ствол мозга



- дыхание
- температура
- сердечный ритм и др.

Мозжечок

- координация
- баланс
- внимание и др.



ПРЕДИСЛОВИЕ

«Почему ребёнок до сих пор не говорит, не может запомнить буквы, неусидчивый? Нам надо заниматься или подождать? А если заниматься, то с кем?» — часто спрашивают меня обеспокоенные родители. Всех интересует: в чём причина трудностей, как с ними справиться и стоит ли вообще волноваться, ведь «троюродный брат заговорил в пять лет целыми предложениями»?

Должна огорчить тех, кто рассчитывает найти универсальную таблетку, которая поможет разом решить все проблемы развития ребёнка. Когда дело касается функционирования такой сложной и до сих пор недостаточно изученной структуры, как человеческий мозг, медикаментозный подход недостаточен. И желание родителей получить лекарство, которое запустит неговорящему ребёнку речь, научит читать и писать без ошибок, к сожалению, неисполнимо! Медицинские препараты бывают необходимы, но они не заменяют занятия с нейропсихологом или логопедом, а лишь создают благоприятную для этого базу.

Тайны мозга давно волнуют учёных. Некоторые из них удалось раскрыть. Управляется

мозг сложными биохимическими процессами, а его развитие начинается внутриутробно и продолжается всю жизнь. Значительное влияние на мозг оказывает внешняя среда, те явления окружающего мира, с которыми сталкивается человек. Особенно важен детский возраст! Именно в раннем детстве закладываются особенности дальнейшего развития. Происходит это в определённой последовательности и в конкретный возрастной период. Не успела сформироваться речь до 5 лет — и уже, увы, время упущено! В этом случае без помощи специалистов — логопедов, нейропсихологов, дефектологов — просто не обойтись.

Наиболее эффективными для раскрытия мозгового потенциала, диагностики и коррекции признаны нейропсихологические методы. Суть этого подхода состоит в том, что развитие ребёнка, его речи, двигательных умений, памяти, внимания связываются с последовательным созреванием мозга, его определённых структур.

Больше 23 лет я занимаюсь диагностикой и коррекцией различных нарушений, связанных с речью, памятью, вниманием, эмоциональным взаимодействием. Первыми моими

ПРЕДИСЛОВИЕ

пациентами были взрослые с последствиями мозговых катастроф: инсультов, черепно-мозговых травм, ранений, опухолей, менингитов в Центре патологии речи и нейрореабилитации. Это самые тяжёлые больные в клинике. Именно здесь ко мне пришло глобальное понимание значения речи для человека. Я увидела невероятные возможности мозга для восстановления и в то же время его хрупкость и уязвимость.

Позже, уже работая в суточном стационаре с детьми, я смогла убедиться, насколько важна ранняя реабилитация. Мозг ребёнка только формируется, и его потенциал велик. Тут главное — не упустить время! К сожалению, детей с нарушениями функций мозга становится всё больше, и очень не хватает профессионалов для их восстановления.

Создание такого уникального, единственного в своём роде отделения для детей с последствиями локальных поражений мозга было заслугой профессора Виктора Марковича Шкловского, выдающегося учёного и удивительного человека. Мы работали под его руководством многопрофильной командой и добивались отличных результатов! Дети, получившие тяжёлые травмы и инсуль-

ты, восстанавливались и успешно учились в школе, общались со сверстниками, занимались музыкой и рисованием. К родителям возвращалась вера в будущее. К нам приезжали на восстановление дети из Ханты-Мансийска, Дагестана, Чечни и других уголков страны. Частыми гостями были коллеги из-за рубежа.

Я начала писать диссертацию. Каждый случай был уникальным, возможности восстановления превосходили все ожидания. Но пластичностью детского мозга можно управлять, только обладая знаниями по нейропсихологии и медицинской логопедии, выстраивая программы с учётом нарушения, возраста ребёнка и зоны ближайшего развития.

Желание делиться опытом привело меня к преподаванию. Затем были эфиры на радио, телевидении. Я стараюсь вести социальные сети и свой сайт, чтобы как можно больше людей получили жизненно важную для себя информацию. Но главным делом для меня всегда остаётся работа с детьми, ежедневная практика.

Мне запомнился недавний случай. Я консультировала маму 7-месячного малыша. Она

ПРЕДИСЛОВИЕ

настояла, хотя многие ей говорили, что ещё очень рано. Оказалось, не рано, интуиция её не подвела! Были тяжёлые роды, малыш перенёс гипоксию, и советы по профилактике нарушений развития оказались очень своевременными. Уже на самом раннем этапе можно заметить и предотвратить серьёзные последствия!

Чтобы помочь родителям заниматься с ребёнком дома, я пишу книги и составляю пособия. На страницах этой книги я постаралась ответить на самые важные вопросы о развитии детей, которые часто задают мне на приёме. Надеюсь, она станет полезной подсказкой и стимулом к действию в случае необходимости.

Будьте счастливы!

Елена Тимощенко

Глава 1

ВРЕДНЫЕ МИФЫ О РАЗВИТИИ РЕБЁНКА

- ⬇ Не надо обращаться к логопеду до 3 лет?

«Ребёночек хороший, сам заговорит. Это вы, мамаша, слишком тревожная! Ждите, выпейте валерьяночки и успокойтесь!» С такими репликами некоторых специалистов порой встречаются родители детей с речевыми задержками.

Я спросила маму восьмилетнего Дани, которая всеми силами пытается помочь сыну учиться и до сих пор не уверена, что они удержатся в общеобразовательной школе: с каким мифом о развитии речи детей она сталкивалась?

Вот её ответ:


«Самое большое заблуждение, это когда плохую речь ребёнка до трёх лет считают некритичной проблемой. Надеются, что он заговорит, разговорится... Но получается, что родители теряют дорогое время».

Это самый вредный миф, потому что он очень популярен даже среди детских специалистов и приводит к большим проблемам. Речь формируется последовательно от первых звуков, слогов, слов, фраз к развёрнутому высказыванию. На основе устной речи формируются память, внимание, словесно-логическое мышление, чтение и письмо. Если ребёнку удаётся заговорить только после трёх или пяти лет, то его мозг должен успеть усвоить то, чему другие дети обучались с года. Это сложно, и к школьному возрасту не каждый малыш может справиться самостоятельно. Кроме того, речевые нарушения часто бывают первыми симптомами серьёзных заболеваний, таких как аутизм, последствия органического поражения головного мозга, снижение слуха и зрения, алалии, умственная отсталость и др. Мне приходилось наблюдать детей с тяжёлой задержкой речевого развития и аутичными чертами, у которых в результате обследования выявлялась целиакия (глютенонепереносимость). Совместные усилия педагогов и врачей могут значительно уменьшить или даже исключить многие заболевания и последствия ранних поражений централь-

ной нервной системы. Но этот «золотой» период ограничен!

⬇ Раннее изучение иностранных языков делает малышей умнее?

Действительно, способность к усвоению языков наиболее ярко проявляется в первые годы жизни. Особенно если ребёнок имеет двуязычных родителей или живёт в иноязычной среде. Но ребёнок-билингва — это не соединение двух монолингвов в одном ребёнке. Если его речь развивается в соответствии с возрастом на одном языке, то и второй язык он может усвоить без негативного влияния. Тогда малыш начинает пользоваться преимуществами своей билингвальности, и его интеллектуальное развитие ускоряется. Две языковые системы развивают гибкость мышления и интеллектуальную активность. Но если малыш не может освоить один язык и его речь не развивается соответственно возрасту, то обучение второму языку будет непосильной задачей для мозга и часто вызывает задержку развития.

 **Случай из практики**

Олегу 3 года и 1 месяц. Словарный запас около 10 слов. Мальчик очень вспыльчивый и неусидчивый. «Что делать? Дома невозможно находиться. Мы оба много работаем, а когда приходим домой, слышим постоянные истерики», — тревожно рассказывает мама. Семья пришла на приём с няней из Филиппин, которая не знает русского языка и понимает только обиходные фразы. Уровень двухлетнего малыша. Родители дома общаются на английском и русском языках, чтобы не потерять языковую практику. Малышу приходится лавировать между русскими и английскими словами, фразами и предложениями. Детский мозг не может усвоить грамматические категории двух языков. Решение отдать ребёнка в детский сад привело к истерикам, тикам и отказу от еды. В данной ситуации общение на языке социальной среды, в которой растёт и развивается ребёнок, будет наиболее приемлемым и оптимальным.

- ⬇️ **Надо заставлять переписывать классные и домашние работы, пока не уйдут ошибки?**

Если у ребёнка частые ошибки на письме, следует обратиться к специалисту (логопеду или нейропсихологу), чтобы выяснить причину. Стойкие трудности письменной речи и чтения являются нейропсихологической проблемой. Они называются дисграфией и дислексией. Существуют различные методики для коррекции этих нарушений.

🔍 А **Случай из практики**

Мама Никиты, ученика 3 класса, поняла трудности ребёнка только после упорных часов переписывания классных работ на фоне бурных протестов сына. У ребёнка начинались истерики при одном только упоминании о письме. Количество ошибок не уменьшилось, а отношения с мамой испортились окончательно.

- ⬇️ **Чем больше занятий, тем лучше?**

У ребёнка в любом возрасте должно быть свободное время. Истории, когда ма-

лыш курсирует от одной секции к другой, перекусывая по дороге от бассейна к музыкальной школе, ни к чему хорошему не приводят. Дети исключаются из круга общения с друзьями, лишаются возможности сами выбирать себе увлечение, становятся заложниками родительских амбиций. Задача родителей — увидеть склонности своего ребёнка и направить его развитие в оптимальное русло. Непосильные задачи истощают детей и в дальнейшем приводят к протестным реакциям и отсутствию мотивации в любых видах деятельности.

⬇️ Мальчики начинают говорить позже, поэтому не стоит беспокоиться раньше 5 лет?

Действительно, есть некоторые особенности развития мальчиков и девочек. Во многом это связано с подходом к воспитанию, который складывается с момента рождения малыша. Независимо от пола ребёнка речевые задержки приводят к отставанию в развитии логического мышления и вербальной памяти, без речи невозможно выстраивать коммуникацию со сверстниками и взрос-