

Учимся общаться с рождения

Джулия Хьюз, консультант Британской ассоциации Даун синдром

Перевод Н. С. Грозной

Владение навыками общения прямо сказывается на всех сферах развития. Социально-эмоциональный опыт вырастает из коммуникации. Когнитивное развитие и всё, чему учится малыш, также опирается на коммуникацию. Она дает возможность определенного контроля над тем, что нас окружает, позволяет завязывать дружеские отношения, выражать потребности, делиться мечтами. Весь процесс усвоения знаний протекает под влиянием и с непосредственным участием речевых навыков. Словами и понятиями мы пользуемся и тогда, когда думаем, рассуждаем, запоминаем, и тогда, когда усваиваем новые знания. Чтобы понять, как помочь детям с синдромом Дауна сформировать навыки общения, нам необходимо сначала присмотреться к тому, как эти навыки усваивают типично развивающиеся дети, а затем, в свете того, что мы знаем о влиянии синдрома Дауна на различные сферы развития, выявить отличия.



Из чего состоит коммуникация

Многие думают, что новорожденные младенцы только едят и спят (правда, еще и плачут!). Это не совсем так. Лишь только ребенок появляется на свет, он сразу начинает учиться и сразу начинает общаться. Общаться он может взглядом, движениями и плачем. Различия в характере плача начинают проявляться очень рано, сигнализируя о разных состояниях: я голоден, устал, мне больно и т. п. Младенцы наблюдают за лицами близких людей, прислушиваются к их голосам. Они даже могут подражать выражению лица взрослого и движениям его рта!

В течение первого года жизни у ребенка формируются базовые навыки, необходимые для осуществления коммуникации в будущем. В этот период вехами в развитии общения являются плач, появление зрительного контакта, умение слушать и смотреть, умение соблюдать очередность, совместно-разделенное внимание (когда взрослый и ребенок смотрят на одни и те же вещи и говорят о них), жесты, вокализации (гуление). На этих базовых навыках строится усвоение словаря, умение объединять отдельные слова во фразы, усвоение грамматического строя и устная речь. Важно помнить, что навыки коммуникации – сильная сторона детей с синдромом Дауна, даже несмотря на то, что их экспрессивная речь часто развивается с задержкой. Дети хотят общаться и делают это эффективно, прибегая к разнообразным способам. Тем не менее существует определенный, типичный для синдрома Дауна профиль развития речи и навыков общения, и этот профиль включает области, в которых проявляются сильные стороны таких детей, и области, в которых обнаруживаются их слабые места.

Навыки невербальной коммуникации

Для многих детей с синдромом Дауна невербальная коммуникация – заметно проявляющаяся сильная сторона. Младенец способен устанавливать зрительный контакт, улыбаться и смотреть. Эти навыки служат основой для развития общения и социализации. Однако свойственная таким малышам задержка двигательного развития может негативно влиять на формирование навыков общения и речи, так как препятствует исследованию окружающей среды, которым обычно с пользой для себя занимаются типично развивающиеся дети. Задержка моторного развития отражается на освоении языка, потому что из-за нее у малыша оказывается меньше возможностей естественным образом знакомиться со всем, что происходит в течение дня, и таким путем познавать мир. А ведь малышу с синдромом Дауна необходимо иметь больше таких возможностей, чем обычному ребенку!

¹ К невербальным средствам коммуникации между младенцем и окружающими его людьми относятся в первую очередь интонация, мимика, жесты, телодвижения, контакт глаз, улыбка. По мнению специалистов, чтение невербальных сигналов является важнейшим условием эффективного общения. *Примеч. науч. ред. П. Л. Жияновой.*

Совместно-разделенное внимание

Для некоторых детей с синдромом Дауна оказывается трудным удерживать внимание на игрушке или на каком-нибудь виде деятельности продолжительное время. Усвоение умения сосредотачиваться вместе со взрослым на одном и том же предмете или занятии и говорить о нем – очень важная веха в развитии речи, так как это умение помогает накапливать словарный запас и понимать то, что нас окружает. Некоторым детям трудно также переключать внимание с одного занятия или предмета на другой, и это опять-таки уменьшает возможности для познания. Обычно развивающиеся дети в большинстве своем эту веху в развитии проходят сами, без специальных усилий со стороны взрослых. Не так обстоит дело при синдроме Дауна. Здесь с детьми необходимо заниматься отработкой навыка совместно-разделенного внимания до тех пор, пока он не станет составной частью их поведенческого репертуара.

² Совместно-разделенное внимание в данном случае предполагает наличие совместной деятельности взрослого и ребенка, во время которой внимание ее участников направлено и на объект деятельности, и на партнера по взаимодействию. Помимо самого объекта и действий с ним, им интересна реакция партнера на происходящее. Таким образом, владение этим навыком подразумевает и способность переключать внимание с предмета деятельности на партнера. *Примеч. науч. ред. П. Л. Жияновой.*



Жесты

На первых этапах речевого развития все дети используют для общения жесты. Многие исследования определенно указывают на умение пользоваться жестами как на сильную сторону детей с синдромом Дауна. Поскольку для них характерна задержка развития экспрессивной речи, жесты и знаки становятся полезным способом коммуникации в период, пока они не научатся эффективно выражать себя словами, и мостиком для перехода к разговорной речи.

Словарный запас

Большинство детей с синдромом Дауна понимают намного больше, чем могут сказать сами. Иными словами, их импресивная речь сильно опережает экспрессивную. Понимание слов с течением времени неуклонно развивается, особенно если в повседневную жизнь естественным образом включается дополнительная практика, а также специально продуманные структурированные занятия, сфокусированные на той или иной лексике. Произнесение слов запаздывает относительно их понимания и является областью особых трудностей.

Разговорная речь

Итак, экспрессивная речь – наиболее проблемная сфера развития детей с синдромом Дауна. Они знают, что хотят сказать, но им приходится преодолевать огромные трудности, чтобы сделать свое словесное послание понятным и разборчивым. Для многих из них трудно объединить звуки в слова и слова в предложения. Но несмотря на трудности, которые испытывают дети с синдромом Дауна в овладении речью, их стремление к общению проявляется с младенчества. Им интересны голоса, поэтому разговаривать с малышом важно прямо с момента его появления на свет. Когда взрослые разговаривают с младенцем, они пользуются речью, прикосновениями, жестами и мимикой совершенно особым образом, отличающимся от того, который характерен для общения со взрослыми. Подобный стиль связывают с понятием «материнский язык», и такое обращение взрослого, такое звучание его речи малышу гораздо интереснее, чем обычное. То, как именно взрослые разговаривают с младенцем, зависит от культуры соответствующего сообщества. Общение с малышом характеризуется многочисленными повторами, варьированием тона голоса (часто используется более высокий голос), мимикой и жестами. Все, что делает таким образом взрослый, младенец наблюдает и слушает в течение все более продолжительного времени. Малышу есть что сообщить близким. Если взрослый наблюдает за выражением лица ребенка, его телодвижениями и жестами, это помогает ему подстроиться к малышу, и тогда первое общение получается более эффективным. Дети могут улыбаться, хмуриться, ерзать, брыкаться и болтать ручками; они могут закрывать лицо кулачками или копировать нашу мимику. Все эти проявления поведения – мощные средства коммуникации. Если мы будем внимательно отслеживать их и давать младенцу время, чтобы он мог прореагировать на наши действия, выражение лица и тон, мы, взрослые, окажем ему реальную помощь в овладении навыками общения.

Коммуникация – опыт, которым ты делишься с другим

У младенцев представление об окружающем мире начинает формироваться очень рано. Даже будучи совсем маленькими, они дают нам понять, что замечают других людей. Иными словами, они обнаруживают осведомленность о себе и окружающих. Мы замечаем большой интерес, который они проявляют к лицам людей, особенно если эти лица оживлены мимикой. Специалисты считают, что такой интерес помогает детям сформировать паттерны зрительного контакта, который важен при социальном взаимодействии и общении. Зрительное внимание имеет большое значение; оно необходимо почти для всего, чему ребенок будет впоследствии учиться. Особый интерес у младенцев вызывают лица и голоса их родителей. Родители и дети наслаждаются, глядя друг на друга, и эти моменты очень важны, потому что именно тогда у малышей начинают завязываться первые отношения.

Значимые средства общения – слушание и вокализация. Нам приходится учиться слушать звуки, произносимые другими людьми, тон их голоса и речь. Нам также приходится учиться тому, как пользоваться собственным голосом при общении с окружающими. Младенцы, еще не научившись словам, используют свой голос, чтобы привлечь к себе внимание, выразить протест, хихикнуть, поворковать, поплакать или просто порадоваться ощущению и звуку своей игры с голосом. Для младенца это важный период, потому что он усваивает представление о власти, которой обладает голос. С опытом малыш научится использовать голос, чтобы выразить требование, протест, реакцию на обращение к нему, чтобы попросить или спросить о чем-то, что-то описать, сымитировать звуки.

Значение слуха

Маленькие дети умеют слышать с первых мгновений жизни. Они очень быстро начинают реагировать на окружающие звуки. Но важно иметь в виду, что у детей с синдромом Дауна вероятность появления проблем со слухом значительно выше, чем в популяции, и наблюдения показывают, что почти 80 % малышей с синдромом Дауна в той или иной степени страдают от этих проблем. Особенно типичными заболеваниями для них являются отиты. Проблема заключается, во-первых, в том, что гной, образующийся вследствие инфекции, плохо выводится из среднего уха (плохой дренаж). Во-вторых, люди с синдромом Дауна больше подвержены воздействию всех видов инфекций. Кроме того, сера, скапливающаяся в ушном канале, также становится фактором риска, так как она может нанести вред нерву, отвечающему за слух. Наблюдения показывают, что этот последний тип серьезных проблем со слухом может проявиться в более позднем детстве, и это дает достаточно оснований для регулярных проверок слуха. Инфекционные заболевания среднего уха приводят к кондуктивной потере слуха, при которой часто степень снижения слуха колеблется и порой становится такой, что справиться с ней бывает трудно. Если родители чувствуют, что слух у их ребенка не оптимален, им необходимо обратиться за консультацией в местный аудиологический

центр. А педагогу или другому специалисту, работающему с семьей, следует разъяснять родителям необходимость хорошего сопровождения ребенка со стороны отоларинголога и побуждать их быстро реагировать на любые симптомы таких проблем.

Важность слуха невозможно переоценить. Первая проверка слуха у всех детей должна производиться при рождении или вскоре после рождения. Раннее обнаружение ослабленного слуха и лечение принесет большую пользу любому малышу, поскольку невыявленная потеря слуха негативно отражается на всех сферах развития.

Если проблем со слухом у младенца нет, то он быстро начнет реагировать на громкие звуки. Важно отметить, что реагируют малыши по-разному. Некоторые проявляют повышенную активность: начинают двигать руками и ногами, широко раскрывать глаза, переходить из сонного состояния в оживленное, демонстрировать изменение ритма дыхания. Другие малыши, наоборот, услышав звуки, затихают, перестают шевелить руками и ногами, сосать, если их в это время кормят, и т. п. Однако здесь нет правильных или неправильных реакций, ведь родители или специалисты знают, как ребенок вообще реагирует на разные события. Иногда отклик малыша не очень ярко выражен, но взрослым важно отвечать на любую реакцию, которую можно считать реакцией на звук.

Эмоциональный опыт, опыт отношений с близкими в семье влияет на всех детей без исключения. Младенцу необходимо чувствовать, что он любим, желанен, что он в безопасности, и, конечно, что все его основные потребности – в крыше над головой, пище и заботе – удовлетворяются. Специалисту, работающему с семьей, следует обучать родителей проведению в жизнь таких стратегий, которые помогут малышу научиться справляться с неприятными эмоциональными состояниями, такими как огорчение или дистресс. Работа над саморегуляцией позволит ребенку в будущем самостоятельно успокаиваться. Например, если младенец научится сосать палец, то в состоянии сильного стресса не будет нуждаться в том, чтобы ему дали соску, а сумеет утешить себя сам. Начальные шаги в социальном развитии бывают заметны уже в первые недели его жизни, когда малыш начинает устанавливать зрительный контакт и улыбаться взрослому, если тот берет его на руки и разговаривает с ним. Ребенок учится понимать значимость мимики, тона голоса, телодвижений и то, как они отражают чувства человека. Он начинает осознавать значение улыбки как таковой и отклика на улыбку другого человека. Хотя социальные навыки являются, скорее, сильной стороной детей с синдромом Дауна, важно иметь в виду, что в процессе социального взаимодействия им может требоваться больше времени на отклик, а их реплики могут не быть достаточно ярко выраженными. Важно убеждать родителей быть терпеливыми и предоставлять ребенку дополнительное время на ответную реакцию.

Факторы, влияющие на развитие

Детям с синдромом Дауна очень трудно продвигаться в учебе и запоминать словесную информацию, когда ее, ничем не подкрепленную, ребенок должен воспринять на слух. Эта особенность оказывает негативное влияние на развитие речи. Однако зрительная память у многих детей с синдромом Дауна относится к их сильным сторонам. Иначе говоря, сильной стороной у них является способность к усвоению зрительной информации, а не словесной. Работая с ребенком с синдромом Дауна, важно использовать его сильные стороны и опираться на них, когда необходимо задействовать слабые. Поэтому в данном случае, чтобы облегчить малышу усвоение нового материала на слух, полезно подкрепить его зрительной и пространственной информацией, особенно при обучении языку и речи. Такой визуальной информацией, как показывает опыт, могут успешно служить знаки, жесты, картинки и написанные слова.

Потеря или снижение слуха сильнейшим образом влияет на усвоение родного языка, который познается в процессе слушания. Учитывая высокую вероятность потери слуха и зачастую меньший слуховой опыт в раннем возрасте, не приходится удивляться тому, что детям с синдромом Дауна трудно накапливать словарный запас, запоминать слова и по-настоящему овладеть языком. Проблемы со слухом влияют и на усвоение словаря, и на его воспроизведение.



Как поддержать ребенка в освоении навыков общения?

Практические рекомендации, которые следует давать родителям

Разговаривайте, разговаривайте, разговаривайте!

Разговаривать с младенцем – значит прибегать к одному из самых эффективных средств, способствующих развитию коммуникации. Следует говорить нежным и приятным голосом и прежде, чем начать разговор, установить хороший зрительный контакт. Называйте то, с чем так или иначе знакомится ребенок, то, что его интересует. Старайтесь располагаться на уровне его глаз и имитировать звуки, которые он производит. Детям с синдромом Дауна требуется много благоприятных возможностей для того, чтобы суметь связать слово с его смыслом, поэтому стоит разговаривать о тех режимных моментах, которые повторяются каждый день, описывать то, что происходит. Это даст малышу возможность снова и снова слышать речь, которую ему нужно научиться понимать.

Подражайте звукам, которые производит ребенок

Копируйте лепет и вокализации малыша, побуждая его тем самым пользоваться голосом. Установите зрительный контакт с ребенком и произнесите те звуки, которые услышите от него. Потом остановитесь и посмотрите на него выжидательно, чтобы он повторил свою «речь» снова. Играйте то роль говорящего, то роль слушающего, превращая процесс общения и «разговор» в интересное и увлекательное занятие.

Организируйте игры, способствующие накоплению начального словаря

Ребенку с синдромом Дауна нужен многократный опыт столкновения со словом, прежде чем он его поймет и сможет использовать. Постарайтесь найти естественные пути введения первого словаря. Разговаривайте об игрушках и ощущениях. Помимо этого, очень полезно найти возможности для сфокусированной отработки слов в игровой, интересной для малыша форме. Хороши такие игры, как «Что у нас в мешочке?». Положите в мешочек пять игрушек и вынимайте их по одной, называя каждую и говоря о ней. Затем начните складывать игрушки обратно, тоже по одной, прощаясь с каждой: «Пока-пока, мишка! Пока-пока, ляля!» Такая игра дает ребенку возможность повторений и отработки навыков восприятия слов. Она сфокусирована на определенной лексике, которая образует первый словарный запас. Часто в начальный период развития речи в словарь включается много имен существительных, так как мы называем вещи, с которыми играем. Однако не следует забывать и об отработке первых глаголов, таких как «есть», «пить», «спать», «умыться», «чистить», то есть слов, которые большинство детей слышит каждый день.



Старайтесь компенсировать потерю слуха

Даже при снижении слуха умение слушать с практикой можно улучшить. Важно максимально снизить уровень помех, затрудняющих возможность слышать нужные звуки. Так, если выключить радио или телевизор, создающие шумовой фон, ребенку легче будет сосредоточиться на задании, связанном со слушанием. Прежде чем начать говорить, добейтесь зрительного внимания малыша и, разговаривая с ним, располагайтесь на его уровне. Вовлекайте ребенка в игры с неречевыми звуками. Это может быть звук поцелуя, шелкание (или цокание) языком, кучерское «Тпру» (вибрация губами). Обращайте его внимание на звуки окружающей среды – в доме и на прогулке – и называйте источники этих звуков («Ты слышишь? Это собака!»). Подключайте все органы чувств: зрение, слух, осязание и обоняние.

Стремитесь сделать язык зримым

Для детей с синдромом Дауна овладение языком и речью на слух – задача чрезвычайно сложная. Результаты исследований указывают на то, что в очень раннем возрасте развитию разговорной речи может содействовать язык знаков, когда он используется как дополнительное средство. Жесты способны поддерживать активный словарь, так как обычно малыш может изобразить слово жестом прежде, чем научиться произносить его. Однако пользоваться устной речью взрослому нужно всегда, сопровождая ею жесты, чтобы ребенок получал и слуховые, и зрительные подсказки. Сделать язык зримым помогают и картинки, и игрушки, и всякого рода реквизит. Когда вы предлагаете малышу сделать выбор одного предмета из нескольких, вам следует держать эти предметы под рукой, и тогда он и услышит слово, и увидит предмет. Такие приемы позволяют поддерживать эффективное общение взрослого с ребенком.

Помогайте улучшить работу памяти

Рабочая память – это система, которая удерживает получаемую нами словесную и зрительную информацию столько времени, сколько требуется мозгу, чтобы обработать ее для выявления смысла. Как мы отметили выше, задания, требующие подключения слуховой памяти, для детей с синдромом Дауна трудны. И все же даже в раннем возрасте они могут тренировать память и улучшать ее работу. Все игры, предполагающие выбор одного предмета из двух, трех или четырех, после которого следует словесная инструкция (типа «Дай это папе») и ожидание, когда малыш сделает «свой ход», помогают улучшать слуховую память. Когда ребенок научится сидеть в течение продолжительного периода времени, это поможет ему сосредотачиваться и удерживать внимание, что для учебы очень важно. Ребенку постарше будут полезны игры, в которых что-то или кто-то прячется, а также традиционные игры, развивающие память. Полезно завести для малыша персональные книжечки, в которые вы будете помещать фотографии, сделанные в процессе недавнего занятия или игры. Они помогут вспомнить и запомнить этапы этой игры.

Опирайтесь на сильные стороны

Дети с синдромом Дауна охотно общаются, и многие из них хорошо владеют социальными навыками и навыками взаимодействия. Однако необходимо помнить, что все дети разные и в каждой из областей развития их продвижение может происходить с разной скоростью. Некоторые малыши в двигательном отношении заметно отстают и существенно позже своих обычных сверстников достигают таких вех в развитии, как умение тянуться к предмету, сидеть и ходить, другие же обнаруживают лишь небольшую задержку. Есть открытые, дружелюбные, склонные к социальному взаимодействию дети, но есть и застенчивые, замкнутые. Любой ребенок с синдромом Дауна обладает своей неповторимой индивидуальностью. У каждого есть потребности, свойственные всем детям, плюс потребности, которые носят специфический характер. Важно, чтобы каждый взрослый человек помнил это. Полезно знать, какие именно специфические особенности связаны с синдромом Дауна, но также и то, что одно лишь наличие этого синдрома не может полностью характеризовать младенца как личность.

Полезные ресурсы

Down Syndrome Association UK. New Parents. URL: <http://www.downs-syndrome.org.uk/information/for-familiescarers/new-parents.html>

The Developmental Journal for Babies and Children with Down Syndrome.

URL: <https://www.education.gov.uk/publications/eOrderingDownload/ES49-Journal.pdf>

Information for Parents : Down Syndrome. URL: <https://www.education.gov.uk/publications/standard/EarlySupport/Page1/ES13>

The Elizabeth Foundation Home Learning Programme for Pre-school Deaf Children. URL: www.elizabeth-foundation.org

Hanen Approach: It Takes Two to Talk. URL: www.hanen.org

Responsive Teaching by Gerald Mahoney and James MacDonald. URL: <http://www.responsiveteaching.org/>

Speech and Language Development for Infants with Down Syndrome. URL: <http://www.dsinternational.org>

Development in Practice Activities for Babies with Down Syndrome [DVD]. URL: <http://www.dsinternational.org>