

Томак Елена Александровна
студент,
Новосибирский государственный педагогический университет,
Россия, Новосибирск

РОЛЬ СЕМЬИ В СОЗДАНИИ БАЗОВЫХ УСЛОВИЙ РАЗВИТИЯ И ВОСПИТАНИЯ ДЕТЕЙ С ОСОБЕННОСТЯМИ РАЗВИТИЯ

В статье рассматривается роль семьи в воспитании и развитии ребенка, а также анализируются условия, формирующиеся со стороны семьи и влияющие на положительное течение развития и реабилитации ребенка с особенностями в развитии.

The article examines the role of the family in a child's upbringing and development and analyzes the conditions created by the family that influence the positive course of development and rehabilitation for a child with developmental disabilities.

Ключевые слова: семья, режим, развитие, воспитание, реабилитация, особенности развития.

Keywords: family, routine, development, upbringing, rehabilitation, developmental characteristics

Воспитание и развитие ребенка – это сложный, длительный процесс формирования индивидуальности, личности, ценностей, характера, самостоятельности и других важных и необходимых качеств. Главной целью данного процесса является формирование гармоничного человека, способного делать осознанный выбор, умеющего взаимодействовать с обществом и брать ответственность за свои поступки.

Ребенок в семье появляется полностью беспомощным, и его жизнь прямо зависит от родителей. Именно они обеспечивают его основные потребности. Это в равной степени относится к физиологическим потребностям (пища, тепло и т. п.) и потребностям психологическим (любовь, внимание, безопасность и др.).

Под влиянием экзогенных или эндогенных факторов развитие и формирование ребенка может изменить вектор направления от нормотипичного развития, которое предполагается в период ожидания ребенка, к воспитанию ребенка с ограниченными возможностями здоровья.

Развитие ребенка в норме и патологии имеет значительные отличия. При нормальном физиологическом развитии процессы освоения навыков происходят самопроизвольно, и не требуют активного внешнего вмешательства. Дополнительные занятия с ребенком, в таком случае, будут играть, скорее, второстепенную роль и могут способствовать более быстрому развитию и формированию необходимых навыков.

При патологии или отклонении в развитии может происходить недоразвитие одной или нескольких функций, которые могут запустить цепочку дальнейших нарушений. В таком случае, для помощи ребенку, необходимо участие специалистов различного профиля, таких как дефектолог, реабилитолог, логопед, педагог, нейропсихолог, психолог, специалист по массажу и лечебной физкультуре, а также педиатр, невролог, психиатр и др. Сегодня во всем мире имеют широкое распространение различные системы помощи детям раннего возраста: системы ранней помощи, раннего вмешательства, раннего обучения.

Немаловажную роль в скорости и качестве компенсации и реабилитации ребенка играет участие и вовлеченность семьи. Семья составляет первостепенное и ближайшее окружение ребенка. Она определяет основные базовые направления формирования характера, становления личности, круг интересов и круг общения ребенка. Именно семья принимает ключевые решения, касающиеся развития, обучения, оздоровления, воспитания, обеспечения и развлечения ребенка. В тоже время, основной задачей воспитания и развития для родителей становится не обязанность дать ребенку «всего и как можно больше», а необходимость найти разумный баланс между информацией/развитием и психическим здоровьем/адекватным поведением, между «надо» и «можно».

В процессе воспитания ребенка у родителей формируется ряд правил и норм жизни, которые подходят и необходимы ребенку с особенностями

развития. Основные пункты, которые будут положительно влиять на рост и развитие детей и на которые имеют прямое влияние родители и семья можно сформулировать следующим образом:

- режим дня,
- режим сна и бодрствования,
- режим питания,
- прогулки на свежем воздухе,
- регулярность коррекционных занятий,
- ограничение теле-, видео- и аудиостимулов,
- создание эмоциональной стабильности в окружении и контроль стрессовых (стимулирующих) ситуаций,
- предсказуемость повседневной жизни.

Режим дня – это базовая, важнейшая составляющая роста и развития ребенка. Режим дня является организованным распорядком жизни, который способствует стабильной работе всех органов и систем организма, стабильной работе нервной системы, структурированному развитию когнитивных навыков и в целом улучшает качество жизни. При правильном построении режима дня и рациональном распределении времени можно охватить значительный периметр необходимых для роста и развития ребенка направлений, а также определить время для отдыха, развлечения и приема пищи.

Режим дня играет критически важную роль. Постоянство и предсказуемость, которые обеспечивает четкий распорядок, помогают нервной системе ребенка работать более эффективно, снижая необходимость в постоянной адаптации и экстренном реагировании на хаотичные изменения, что критически важно для ребенка, имеющего особенности эмоционального и поведенческого развития.

Когда ребенок придерживается регулярного графика сна, приемов пищи, физической активности и отдыха, нервная система получает четкие сигналы, которые позволяют подготовиться к предстоящим событиям. Это значительно снижает уровень неопределенности и стресса, который является одним из

главных расшатывающих факторов для детской нестабильной нервной системы. Постоянные часы приема пищи оптимизируют работу пищеварительной системы, а запланированная физическая активность способствует более эффективному управлению стрессом и улучшению всех функций организма.

Режим сна и бодрствования – это составляющая распорядка дня, которой выделяется одно из главных ролей. Во время бодрствования все системы организма работают слаженно, для обеспечения необходимого уровня активности в течение дня. Но, так как, организм не может функционировать круглосуточно, то, на определенный временной период, меняющийся в зависимости от возраста, состояния здоровья, уровня активности и других факторов, необходимо выводить все системы организма в режим отдыха. Во время сна происходят важные процессы во всех системах растущего организма. У ребенка активно растут ткани тела, перерабатывается полученная за день информация, мозг развивается, а также переводит воспоминания из кратковременной памяти в долговременную память. В целом, организм восстанавливает силы, происходит укрепление иммунитета и выстраивается работа внутренних органов.

Считается, что сон является основной деятельностью мозга в первые годы жизни ребенка. За первые два года малыш, в среднем, спит почти 10 000 часов (около 14 месяцев) и примерно 7 500 часов (около 10 месяцев) бодрствует. За это время мозг ребенка достигает 90% от размера мозга взрослого человека, и маленькому человечку становятся доступными сложности познавательного процесса, языка, осознания самого себя, социоэмоционального развития и физического умения. Постепенно, примерно к 5-ти годам, соотношение между сном и бодрствованием уравнивается.

Сон играет важную роль в развитии мозга и регуляции деятельности организма. Нарушения сна сами могут вызывать у детей и подростков эмоциональные и поведенческие проблемы, но также они могут быть непосредственно вызваны каким-либо психологическим расстройством.

Недостаток сна связан с возбуждением, импульсивностью и дефицитом внимания.

Режим питания для детей с особенностями развития требует отдельного внимания, так как имеет много нюансов. Для таких детей одним из главных факторов при построении меню является индивидуальность, так как не редким случаем является избирательность в продуктах, способах приготовления и видах подачи. Данные факторы значительно усложняют насыщение ребенка сбалансированным рационом. В случаях, когда присутствует особенность работы организма, при диагнозах напрямую или косвенно касающихся пищеварительной системы, очень важно соблюдать время приема пищи и временные интервалы между едой.

Активная свободная игра на свежем воздухе способствует здоровому сенсорному и моторному развитию детей, помогает при перегруженности различными занятиями. Пребывание на свежем воздухе пробуждает и восстанавливает психику и задействует одновременно все чувства.

На природе дети учатся рисковать, преодолевать страхи, заводить новых друзей, регулировать эмоции и создавать воображаемые миры. Важным является ежедневная возможность пребывания на свежем воздухе.

Регулярность коррекционных занятий зависит от сложности нарушения и возраста ребенка. В среднем занятия проводятся от 2 до 4 раз в неделю. Системность и постоянство — главные условия для успешного преодоления трудностей в развитии. Регулярные коррекционные занятия способствуют стабильному последовательному усвоению новых знаний, умений и навыков, а также формируют у ребенка дисциплину, ответственность, волю, самоконтроль.

Еще один параметр, влияющий на развитие ребенка и подвластный контролю родителей, — это теле-, аудио-, видеостимулы. Сюда можно включить телевизор, компьютер, телефон, радио, музыкальные проигрыватели, различные игровые приставки. Длительное использование данной техники влечет за собой различные последствия, проявляющиеся во многих системах организма ребенка.

Негативные последствия можно заметить в ухудшении зрения, моторном развитии, когнитивных функциях (мышление, внимание, память, воображение и т.д.), речевом развитии (скудный словарный запас, задержка развития речи, использование простых предложений и фраз). Также могут произойти изменения в поведении, качестве сна, эмоциональных реакциях и работе нервной системы.

В современном мире, с развитыми технологиями родителям может быть сложно полностью изолировать ребенка от влияния гаджетов, но значительное временное ограничение в использовании данных средств повлечет положительные последствия для всех систем организма ребенка.

Нервная система ребенка с особенностями развития менее стабильна, чем у других детей. Нестабильность делает ребенка эмоционально уязвимым. Из-за чрезмерной стимуляции – движения, люди, суматоха, изменение режима, шум, требования, болезнь – он может утратить контроль над своими эмоциями. Родителю необходимо научиться чувствовать приближение таких критических моментов. Как только приближается ситуация, в которой ребенок может не справиться с определенными стимулами, его необходимо увести из стимулирующей среды или сократить стимулы. Родитель должен оберегать ребенка от ситуаций, перегружающих нервную систему. Также родителю необходимо следить за своим спокойствием, так как родитель является важной частью окружения ребенка, и его эмоциональное состояние имеет значительное влияние на состояние нервной системы ребенка.

Домашняя обстановка, создаваемая родителями, играет ключевую роль в развитии любого ребенка. Ощущения, которые она дает, стимулируют мозг ребенка большую часть суток. Очевидно, что терапия будет более эффективна, если ребенок проводит свободное от развивающих занятий время в правильно организованной среде. Структурирование обстановки обычно помогает нестабильному мозгу обрести стабильность. Упорядочивание жизни и среды способствует организации работы мозга, и как следствие корректному развитию когнитивных навыков. Основа порядка – структурирование времени и пространства.

Каждый вид активности проходит в отведенное ему время, и каждый момент времени занят определенным видом активности. Все предметы находятся на привычных местах, и находятся они там большую часть времени. Родители могут существенно помочь ребенку компенсировать неполадки в плохо организованной нервной системе, научив его четко распоряжаться временем и поддерживать порядок, то есть помочь ребенку сформировать навыки самодисциплины.

Важность родительской заботы для ребенка с особенностями развития часто остается в тени и недооценивается. Родители, как никто другой, могут изменить мир для ребенка с проблемами в обучении или поведении. Без родительского понимания и поддержки трудности ребенка усугубятся. Именно забота родителей и стиль семейного воспитания, включающий в себя всю совокупность методов и способов воздействия на ребенка, в контексте воспитательного процесса, заботу и опеку, позволяют детям стремиться и достигать самостоятельной, осмысленной жизни.

Список литературы:

1. Жихарева Ю.Б. Практические рекомендации для специалистов и родителей по воспитанию, развитию и коррекции детей. Из опыта работы детского логопеда и психолога: методическое пособие. М.: Издательский Центр ВЛАДОС, 2023.
2. Айрес Э. Дж. Ребенок и сенсорная интеграция. Понимание скрытых проблем развития [пер. с англ. Юлии Даре]. 5-е изд, М. : Теревинф, 2026
3. Маш Э., Вольф Д. Детская патопсихология. Нарушения психики ребенка. СПб.: Прайм-ЕВРОЗНАК, 2003

4. Хэнском Анджела Дж. Босые и счастливые. Как организовать пространство для игр на свежем воздухе и позволить детям искать приключения. ООО «Издательство «Эксмо», 2023