

## Информация полезная родителям

### «КАК НАРУШЕНИЕ ЧУВСТВА РАВНОВЕСИЯ МОЖЕТ ВЛИЯТЬ НА СПОСОБНОСТЬ РЕБЕНКА ОБУЧАТЬСЯ»

#### РАЗВИТИЕ РАВНОВЕСИЯ



Проблемы с чувством равновесия, нарушение в функционировании ствола головного мозга влияют на способность ребенка обучаться, познавать. Дети, имеющие нарушения в работе вестибулярного аппарата имеют зеркальное письмо, дефицит внимания, гиперактивность и прочие проблемы.

Как чувство равновесия влияет на психику ребенка? Как сбои в работе вестибулярного аппарата влияют на поведение детей?

Представьте, что вы наблюдаете за детьми в процессе их деятельности. Первый ребенок постоянно «ерзает» и качается на стуле. Второй – не может в процессе рисования правильно располагать (соотносить по размеру) объекты на листе бумаги. Третий – неуклюж в движениях, не может оценить, сколько места ему нужно, чтобы обойти препятствие (стол, тумбочку) и, врезается в нее, при этом говорит хуже сверстников. Четвертый – невнимательно слушает, не запоминает длинные инструкции и вообще «считает ворон». А есть такие, у которых – эмоциональные или поведенческие проблемы.

Все эти нюансы частично вызваны сбоями в обработке сенсорных сигналов в вестибулярной системе. И это не удивительно ведь она взаимосвязана почти со всеми зонами мозга.

Как же влияет эта система на ребенка? Какие нарушения возможны? Известный невролог Ньюкиктьен считает, что расстройства

функционирования вестибулярной системы и ствола мозга могут приводить к следующим последствиям:

- нарушение внимания
- нарушения уровня активации нервной системы, что приводит к гиперактивности и потере концентрации
- задержка формирования схемы тела – ребенок долго продолжает путать лево-право. Это может стать причиной трудностей в освоении математики и чтения.

- нарушения процесса контроля позы и положения тела.

- нарушения контроля движений глаз. Из-за этого ребенок не может «прослеживать» глазами во время чтения и письма, ему трудно писать или списывать текст. Особенно ярко это выражается у гиперактивных детей. Движения глаз у них не плавные, взгляд либо отстает от предмета, либо резко «дергается», как бы догоняя его.

Альфред Томатис (известный французский профессор, врач) пишет, что детская вестибулярная система работать начинает уже в материнской утробе на двадцать первый день после зачатия, созревает она к 11 годам. Данный факт свидетельствует о том, что вестибулярная система нуждается в длительной подготовке для выполнения своих жизненно важных функций. Подготовительный процесс осуществляется посредством накапливания опыта, значительным источником которого считается движение. По этой причине особенно важно, чтобы в течение беременности мама много двигалась, а после рождения ребенка следует часто носить на руках и качать – до той поры, пока сам он не сможет передвигаться в пространстве.

Существует два типа вестибулярных нарушений, которые имеют отрицательное влияние на поведение и обучение: слишком слабая или слишком бурная реакция мозга на вестибулярные сигналы.

Длительность постротаторного нистагма (непроизвольные колебательные движения глаз высокой частоты) помогает определить эффективность функционирования вестибулярной системы. После долгого катания на карусели можно посмотреть в глаза малышу и заметить подергивание глазных яблок – нистагм. В случае, когда нистагм слишком быстро прекращается либо проявляется неравномерно, можно считать, что вестибулярные ядра некорректно обрабатывают вестибулярные импульсы или же, получает их слишком мало.

Когда же нистагм проявляется довольно долго, это сигнал о чрезмерной реакции вестибулярной системы на импульсы, по причине неудовлетворительного действия подавляющих ее сил.

Проведенные в Соединенных штатах, Южной Америке и Австрии исследования, выдали информацию о том, что у пятидесяти процентов детей, имеющих проблемы с обучением и речью – слишком короткий нистагм.

*Дети, обладающие низкой чувствительностью вестибулярной системы – любители острых ощущений.* Особое наслаждение таким деткам доставляет катание на каруселях, ощущение движения в пространстве. Такой ребенок может дольше других участвовать в подвижных играх. Ребенок может выглядеть неорганизованным или «потерянным в пространстве», он может демонстрировать неритмичные и резкие движения. Такие дети, в целом, развиваются типично, однако могут столкнуться, со сложностями в обучении считать или читать.

*По наблюдениям у некоторых детей могут встречаться следующие особенности:*

- путают верх и низ, лево и право;
- переворачивают буквы зеркально;
- сидя за столом, не могут держаться прямо либо скрючиваются;
- не в состоянии удерживать на движущемся предмете взгляд;
- чаще сверстников падают;
- с заданиями, в которых задействованы обе стороны тела или руки, плохо справляются.

Снижение активности вестибулярной системы способно приводить к развитию одинаковых навыков для левой и правой руки, для левого и правого полушария мозга. Вместо привычного использования только одной руки для точных движений, ребенок попеременно работает то правой, то левой рукой. Таким образом, оба полушария мозга одновременно заняты одной задачей, вместо отдельных специализаций для повышения эффективности. Подобная ситуация существенно влияет на письмо и речь.

### **РЕКОМЕНДАЦИИ СПЕЦИАЛИСТОВ:**

**Внимание!!! Никогда не кружите малыша слишком долго или сильно.**

- для детей полезны занятия, которые стимулируют координацию движений головы, глаз и рук: игры с мячиком, стрельба по мишеням, кидание различных предметов, занятия настольным теннисом и пр.;
- билатеральные игры (с привлечением обеих сторон тела): гребля и плавание, прыжки со скакалкой, игра на музыкальных инструментах и т.д.;
- занятия, в которых необходимо поддержание равновесия: борьба, езда на велосипеде, катание на коньках и пр.;
- различные занятия (игра, чтение, раскрашивание) опираясь на локти, в положении лежа на животе;

- эффективным методом помощи детям с пониженной активностью вестибулярной системы являются занятия на балансировочной доске.

*Дети, обладающие повышенной чувствительностью вестибулярной системы, так называемые «трусички»,* которые боятся высоты, при спуске по лестнице, они непременно держатся за перила и не очень любят качели. Стоит отметить, что любое изменение положения или перемещение такими детьми ощущается, как угроза своей безопасности. У них «выбивает почву из-под ног» даже легкое движение, и это - очень сильный страх. Часто взрослые не могут понять, отчего одобрения и слова поощрения на таких детей не действуют. Лучшее, что в этом случае, вы можете сделать для малыша – уважать его потребности и медленно, постепенно, шаг за шагом укреплять ощущение безопасности в нем, всеми доступными способами.

### РЕКОМЕНДАЦИИ СПЕЦИАЛИСТОВ:

- когда ребенок пытается выполнить действия, пугающие его, - не торопите малыша;

- для усиления чувства безопасности, при лазании либо движении, поможет дополнительная весовая нагрузка;

- если вы запланировали посещение какого-либо мероприятия или события, к примеру, в незнакомом парке пикник, сводите малыша в указанное место заранее, чтобы он мог привыкнуть и осмотреться – так ребенок легче справится со страхом.

Ребенок, развивая чувство равновесия, учится: справляться с любыми ситуациями, в любой ситуации удерживать себя, получает общее чувство надежности и ощущение безопасности, внутренний покой и равновесие, готовность к риску, внимательность.

Важно понимать, что равновесие человека – это нечто большее, нежели равновесие биомеханическое. Равновесие психики, движений, эмоций, ритма бодрствования и сна, пищеварения и обмена веществ оказывают влияние друг на друга, они неразделимы.

**ЖЕЛАЮ УСПЕХОВ В ОБЩЕНИИ С ВАШИМИ ДЕТЬМИ!**