



Всемирная Организация Здравоохранения

Обучение в обществе для людей
с умственными и физическими
ограничениями

8

Обучающий пакет для членов семьи человека с нарушением движений

Информация об этом
нарушении и о том, что в этом
случае можно делать

Для чего предназначен этот пакет?

Информация, приведенная в этом пакете, поможет вам понять те ограничения, которые имеются у человека с нарушением движений. Инструкции помогут вам начать обучение такого человека.

Русская версия «Обучение в обществе для людей с умственными и физическими ограничениями» издается при поддержке Восточно-Европейского Комитета (Швеция).

Перевод — Белорусская ассоциация помощи детям-инвалидам при участии Санкт-Петербургского Института раннего вмешательства.

Издание второе, исправленное и дополненное.
Опробовано и протестировано в условиях России.

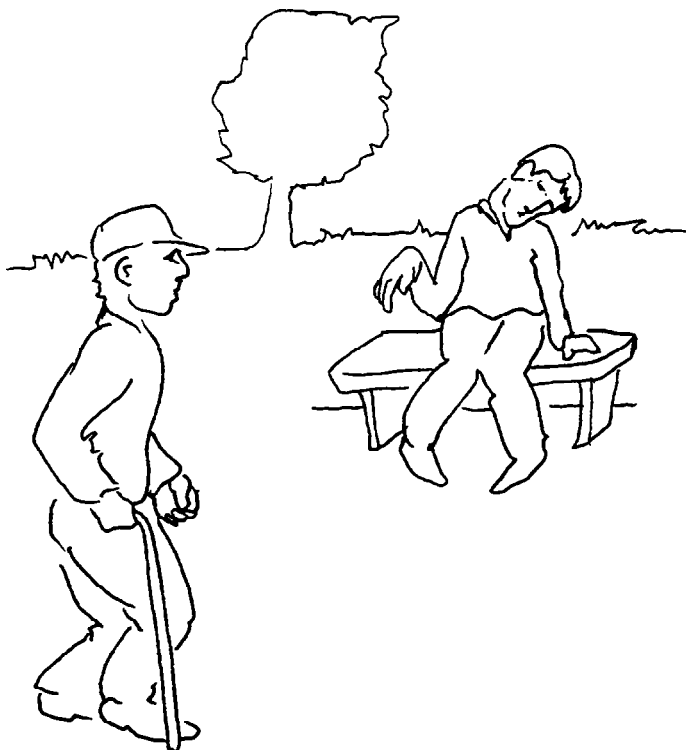
Под редакцией Е. В. Ключковой

Корректор, редактор	Ю. В. Князькина
Верстка	И. П. Лукин

ISBN 5-8049-0050-1

8. Обучающий пакет для членов семьи человека с нарушением движений

Информация об этом нарушении и о том, что в этом случае можно делать



п Человек, у которого имеются трудности с движениями, может быть не в состоянии пользоваться руками и ногами.

Человек с нарушением движений может выглядеть не так, как другие люди. Деформации различных частей тела могут сделать его непохожим на других людей. Также такой человек может двигаться не так, как другие.

У человека с нарушением движений может отсутствовать часть конечности или вся рука или нога, и поэтому ему будет трудно двигаться.

Руки или ноги такого человека могут быть чрезмерно скованными или, наоборот, слабыми, и из-за этого ему трудно правильно двигаться.

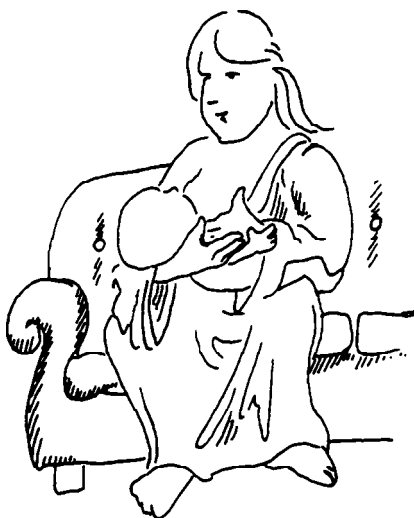
Суставы или спина такого человека могут быть напряжены или болезненны, и поэтому его движения будут затруднены.

п Некоторые люди имеют двигательные проблемы с рождения. У других людей двигательные нарушения появляются после болезни или травмы.

Двигательные нарушения могут также появиться в пожилом возрасте. Кроме того, трудности с движениями могут возникать из-за болезней костей, суставов или позвоночника.

Виды деятельности, которые необходимо выполнять младенцу

Иногда младенца, у которого есть проблемы с движениями, трудно кормить грудью. Иногда такой ребенок не может сосать.



Когда мать держит такого ребенка на руках, он может запрокидывать голову.

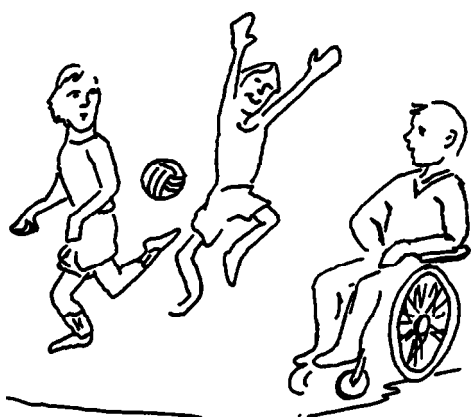
Или младенец может языком выталкивать сосок наружу, когда мать пытается покормить его грудью.

Из-за всего этого младенцу может потребоваться помощь при кормлении грудью или его нужно будет кормить из ложки.

Младенец, у которого есть трудности с движениями, часто не может играть или может не научиться тем видам деятельности, которым обычно учатся другие малыши. Со всеми детьми, которые имеют такие нарушения, необходимо побольше играть, чтобы помочь им развиваться.

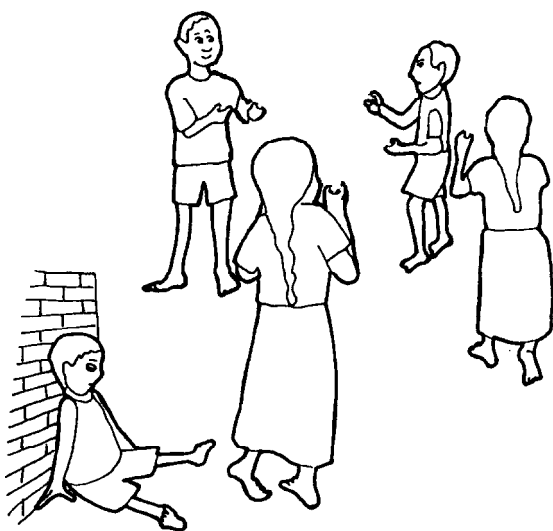
Поговорите с вашим Координатором о кормлении младенца грудью и игре с ним. Он предоставит вам обучающие пакеты, которые вы можете использовать, чтобы облегчить кормление младенца грудью и помочь ему лучше развиваться с помощью игры.

Виды деятельности, которые необходимо выполнять ребенку



Иногда ребенок, у которого есть проблемы с движениями, не может пользоваться руками, сидеть без поддержки или передвигаться. Поэтому он не может играть так, как другие дети. Кроме этого, такой ребенок может не научиться обслуживать себя самостоятельно или не сможет ходить в школу. Ребенок постарше не сможет выполнять какие-то домашние обязанности так, как это делают другие дети.

Большинство детей, у которых есть трудности с движениями, в состоянии научиться очень многому. Но некоторые из этих детей имеют еще и другие проблемы, например, нарушение зрения, слуха или трудности в обучении. Такие дети могут научиться раз-



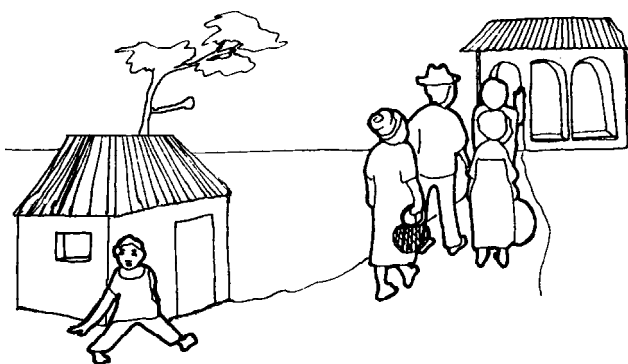
личным видам деятельности, но для этого требуется больше времени.

п Всем детям необходима игра. Игра помогает развивать движения ребенка, его речь, слух и зрение, способствует его обучению. В игре ребенок познает окружающий его мир.

п Ребенку, которого вы обучаете, может потребоваться помощь, чтобы развиваться через игру. Ему, возможно, потребуется тренировка, чтобы научиться самому себя обслуживать и передвигаться. Возможно, такому ребенку следует начать ходить в школу.

п Если ребенку, которого вы обучаете, необходимы эти виды деятельности, поговорите об этом с вашим Координатором. Он предоставит вам обучающие пакеты, которые вы сможете использовать для помощи ребенку.

Виды деятельности, которые необходимо выполнять взрослому человеку



п Взрослый, у которого есть проблемы с движениями, может быть не в состоянии пользоваться руками или самостоятельно сидеть. Такой человек может не обслуживать себя самостоятельно. Возможно, такой человек не может есть, купаться, чистить зубы, причесываться, подстригать ногти, стирать, пользоваться туалетом или одеваться без посторонней помощи.

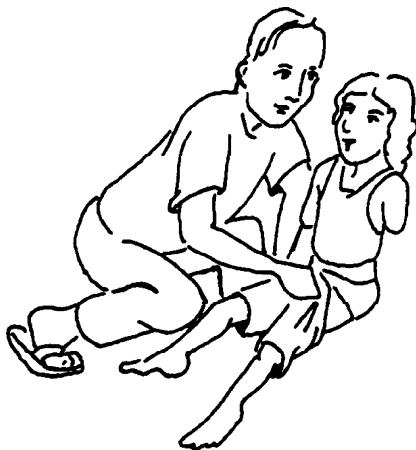


п Такой человек, возможно, не в состоянии передвигаться. Люди с нарушением движений могут не передвигаться самостоятельно в доме или по двору, не доходить до туалета или до того места, где они моются. Такой человек может быть не в состоянии передвигаться по городу или деревне, где он живет, путешествовать на автобусе, в лодке или верхом.

п Может быть, взрослый, у которого есть трудности с движениями, в детстве не ходил в школу. Возможно, он не в состоянии выполнять обязанности по дому и участвовать в семейных и общественных мероприятиях.

п Если взрослому, которого вы обучаете, необходимо учиться этим видам деятельности, поговорите об этом с вашим Координатором. Он даст вам обучающие пакеты, которые вы можете использовать, чтобы помочь такому человеку.

Проблемы с поведением, которые могут быть у такого человека



п Человек с нарушением движений может быть не способен все делать самостоятельно. Тогда ему приходится просить о помощи других людей. Это делает человека, которого вы обучаете, зависимым от них и может огорчать его. Также это может привести к тому, что человек не захочет ничего делать самостоятельно, даже то, что он мог бы сделать без посторонней помощи.

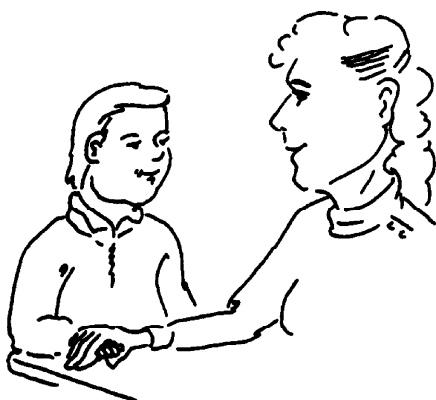
Человек может ждать чрезмерного внимания со стороны членов семьи и друзей.

Такой человек может считать, что его нарушения — это наказание. Он может чувствовать себя неполноценным по сравнению с другими людьми. Такой человек может потерять веру в себя.

п Человек, у которого проблемы с движениями возникли внезапно, может с трудом принимать эту ситуацию. Он больше не может делать те вещи, которые ему всегда нравились, и поэтому чувствует себя несчастным.

п У человека с двигательными нарушениями могут быть сексуальные проблемы, и это может изменять его поведение.

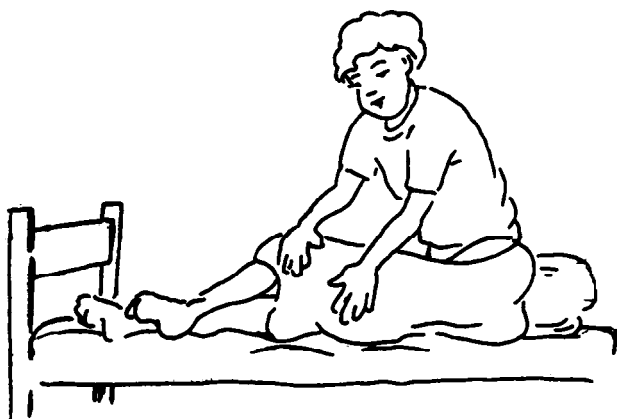
п Если у человека, которого вы обучаете, есть проблемы с поведением, вы должны помнить, что они могут быть следствием его нарушений. Другие члены семьи тоже должны понять это.



п Говорите с этим человеком обо всех этих проблемах. Помогайте ему принять те нарушения, которые у него имеются. Скажите ему, что это не наказание. Помогайте ему поверить в себя, обучая его различным видам деятельности, насколько это возможно. Помогайте ему почувствовать себя равноправным членом семьи. Дайте ему любовь и чувство безопасности. Поговорите с другими членами семьи о том, что они должны делать то же самое.

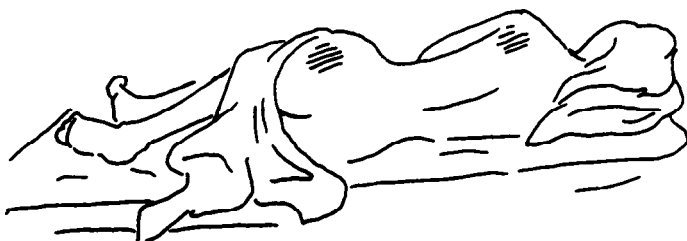
Таким образом вы можете помочь человеку преодолеть проблемы с поведением. Если ему не удастся их преодолеть, поговорите об этом с вашим Координатором.

Другие проблемы, которые могут быть у такого человека



п Человек может быть не в состоянии садиться или переворачиваться с боку на бок без посторонней помощи. Если человек длительное время находится без движения в одном положении, руки и ноги могут стать малоподвижными или деформироваться. Его состояние может стать еще более тяжелым, если он теряет способность двигаться, появится тугоподвижность или деформация конечностей.

п Помогайте предотвращать возникновение тугоподвижности и деформации конечностей у такого человека, часто меняя положение его тела, рук и ног. Поговорите об этом с вашим Координатором. Он даст вам пакет, который поможет вам в профилактике тугоподвижности или деформации конечностей у человека, которого вы обучаете.



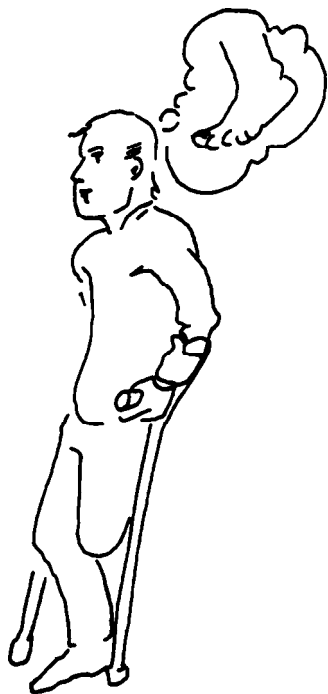
п Человек, которого вы обучаете, может не чувствовать каких-либо частей своего тела. Из-за этого у него могут легко возникать повреждения этих частей тела, и на них могут появиться пролежни. Это происходит тогда, когда человек долгое время остается в одном и том же положении.

Помогайте предотвращать возникновение пролежней у такого человека, часто меняя положение его тела. У вашего Координатора есть обучающий пакет, который вы можете использовать для того, чтобы у человека, которого вы обучаете, не появились пролежни. Обратитесь к вашему Координатору за этим пакетом.

п Если человек, которого вы обучаете, не может контролировать отправление своих естественных надобностей, поговорите об этом с вашим Координатором.

Такой человек будет лучше себя чувствовать и будет более здоровым, если он будет часто менять и стирать одежду. Учите его делать это.

Если человек, которого вы обучаете, не может самостоятельно стирать свою одежду, то попросите кого-либо из членов семьи помогать ему. Помогать человеку соблюдать чистоту и быть сухим очень важно, потому что это помогает предотвратить болезни и появление пролежней.



п Если у человека, которого вы обучаете, нет руки или ноги, он может ощущать, что эта часть тела у него все еще есть. Он даже может чувствовать боль в этих частях тела, хотя их на самом деле нет.

Если у человека есть такие ощущения, объясняйте ему, что это нормально.

п У человека, которого вы обучаете, может быть боль в суставах. Боль может усилиться при выполнении какого-либо вида деятельности. Если боль усиливается, то попросите человека прекратить выполнение этого вида деятельности и обсудите эту проблему с вашим Координатором.

п Некоторые люди, испытывающие трудности с движениями, должны выполнять специальные упражнения. Спросите у вашего Координатора, должен ли человек, которого вы обучаете, выполнять такие упражнения. Координатор даст вам пакет, который вы можете использовать, чтобы обучать человека этим упражнениям.

Как учить человека выполнению какой-либо деятельности



п Вы наблюдали за человеком, которого вы обучаете, и знаете, что он в состоянии делать. Вы знаете, в каком объеме он может выполнять тот или иной вид деятельности. Вы знаете также, чего он не может делать. Например, насколько нужно помогать вашему ребенку одеться или раздеться.

Поощряйте человека делать без посторонней помощи все, что он в состоянии сделать.

п Когда вы обучаете человека выполнять какой-либо вид деятельности, все время наблюдайте за ним. Всегда пытайтесь выяснить, что еще он может сделать без посторонней помощи. После этого помогите ему выполнить ту часть данной деятельности, которую он не может выполнить самостоятельно.

п Учите человека только одному виду деятельности одновременно. Начинайте обучать его чему-то новому только тогда, когда он научится предыдущему.

п Начинайте с такого вида деятельности, которому, по вашему мнению, человек может легко научиться.

На рисунках приведен пример, который показывает, как учить ребенка снимать штанишки.

Вы можете использовать следующий способ, чтобы учить человека выполнять любой вид деятельности.

1. Подумайте о том, как именно человек, которого вы обучаете, должен выполнять данный вид деятельности. Объясните ему, как именно он должен это делать. Также объясните ему, почему он должен выполнять данный вид деятельности и чем ему это поможет.

2. Покажите человеку, как следует выполнять данный вид деятельности. Покажите ему, как вы сами делаете это. Также вы можете показать это ему, выполняя данный вид деятельности вместе с ним.



3. Попросите человека попытаться самостоятельно выполнить данный вид деятельности. Пусть он делает это без вашей помощи настолько, насколько это возможно.

Помогите ему выполнять те части данного вида деятельности, которые он не может выполнить самостоятельно. Помогайте ему, положив свои руки поверх его рук. Также говорите ему, что именно он должен делать вместе с вами, когда вы ему помогаете с выполнением какой-либо части деятельности.



4. Каждый раз, когда человек, которого вы обучаете, завершает вместе с вами какой-либо вид деятельности, покажите ему, что вы довольны и вам это очень приятно.

Когда человек самостоятельно выполняет ту часть деятельности, которую он не мог выполнить раньше, покажите ему, что вы довольны.

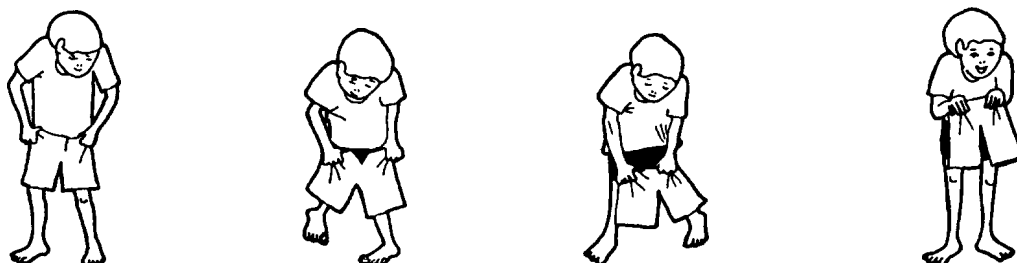
Когда человек, которого вы обучаете, выполняет какой-либо вид деятельности хорошо, покажите ему, что вы довольны.

Вы можете показать ему это, улыбнувшись, слегка похлопав или обняв его. Вы можете сказать ему, что у него все хорошо получилось. Это будет поощрять человека хотеть делать еще больше.

5. Выполняйте этот вид деятельности вместе с человеком, которого вы обучаете, одним и тем же образом всякий раз, когда ему необходимо выполнить эту деятельность.

По мере того как он учится выполнять все большую часть данного вида деятельности, предоставляйте ему все меньше и меньше помощи и указаний. Каждый раз просите его делать без вашей помощи настолько много, насколько это возможно. Кладите свои руки поверх его рук и говорите ему, что нужно делать, только тогда, когда он нуждается в помощи, чтобы закончить выполнение данного вида деятельности.

6. Продолжайте таким образом обучать человека до тех пор, пока он не научится полностью выполнять данный вид деятельности. Это может занять несколько недель или месяцев.



Другие нарушения, которые могут быть у такого человека

Человек, который испытывает трудности с движениями, может иметь также и другие нарушения. У него могут быть судороги, трудности с обучением, нарушение слуха, речи или зрения. У человека, которого вы обучаете, может быть нарушение чувствительности в руках или ногах. В этом случае Координатор может дать вам другие обучающие пакеты, чтобы помочь вам. Поговорите с ним об этом.

Лекарства для человека, которого вы обучаете

- n** Если человек страдает от сильных болей, проконсультируйтесь с врачом или другим медицинским работником. Он может дать вам полезные советы или выписать лекарства.
- n** Помогайте такому человеку учиться правильно принимать эти лекарства (в определенное время дня и определенное количество дней или недель).
- n** Человек должен принимать лекарство до тех пор, пока врач или другой медицинский работник его не отменит.
- n** До того как закончится курс приема лекарства, спросите у врача, потребуется ли новый курс. Если это нужно, то купите новую порцию лекарства до того, как закончится предыдущая. В этом случае вы можете быть уверены, что лекарство всегда будет у вас под рукой, когда оно понадобится человеку, которого вы обучаете.

Результаты

После того как вы прочли этот пакет, проверьте, как вы все поняли, ответив на следующие вопросы:

- n** Каким важным вещам вы должны учить младенца с нарушением движений?
- n** Какие виды игровой деятельности полезны для ребенка с нарушением движений?
- n** Почему для человека, который имеет трудности с движением, важно не оставаться в одном и том же положении в течение длительного времени?

Теперь проверьте себя по пакету, чтобы выяснить, правильно ли вы ответили. Если какой-либо из ответов ошибочен, перечитайте пакет. Затем опять ответьте на тот же самый вопрос и проверьте ваш ответ. Если у вас при этом возникли какие-либо проблемы, вы можете обсудить их с вашим Координатором.

Обучающие пакеты

Для членов семьи человека с нарушением зрения

1. Информация об этом нарушении и о том, что в этом случае можно делать.
2. Как научить такого человека самого себя обслуживать.
3. Как учить такого человека передвигаться.

Для членов семьи человека с нарушением слуха или речи

4. Информация об этом нарушении и о том, что в этом случае можно делать.
5. Ребенок с нарушением слуха, который не умеет говорить, — как обучать такого ребенка общаться.
6. Человек с нарушением слуха, который может говорить, — как обучать такого человека общаться.
7. Ребенок с нарушением речи и движений, который может слышать, — как обучать такого ребенка общаться.

Для членов семьи человека с нарушением движений

8. Информация об этом нарушении и о том, что в этом случае можно делать.
9. Как предотвратить возникновение деформации конечностей.
10. Как предотвратить появление пролежней на коже.
11. Как обучать человека переворачиваться и садиться.
12. Как обучать человека вставать из положения сидя.
13. Как обучать такого человека передвигаться.
14. Как обучать такого человека самого себя обслуживать.
15. Как обучать человека, страдающего болями в суставах, выполнять повседневные дела.
16. Упражнения для укрепления слабых конечностей и уменьшения боли.

Для членов семьи человека, который не чувствует свои руки или ноги

17. Информация об этом нарушении и о том, что в этом случае можно делать.
18. Как предотвратить повреждение и деформацию рук и ног.

Для членов семьи человека со странностями в поведении

19. Информация об этом нарушении и о том, что в этом случае можно делать.
20. Как обучать такого человека самого себя обслуживать.

Для членов семьи человека, у которого бывают судорожные припадки

21. Информация об этом нарушении и о том, что в этом случае можно делать.

Для членов семьи человека с трудностями в обучении

22. Информация об этом нарушении и о том, что в этом случае можно делать.
23. Как обучать ребенка самого себя обслуживать.
24. Как обучать взрослого человека самого себя обслуживать.

Общие

25. Грудное вскармливание.
26. Игра.
27. Школьное обучение.
28. Социальная активность.
29. Домашние обязанности.
30. Трудоустройство.