

*Ганжала Г.П.,
Тюменский государственный университет,
Филиал ГАУК ТОНБ «Специальная библиотека для слепых», г. Тюмень,
Малярчук Н.Н., доктор педагогических наук, кандидат медицинских наук,
Тюменский государственный университет*

ВОСПРИЯТИЕ СОБСТВЕННОГО ТЕЛА ДЕТЬМИ С ГЛУБОКИМИ НАРУШЕНИЯМИ ЗРЕНИЯ

Аннотация: в статье акцент авторами сделан на изучении основных трудностей восприятия детей с глубокой патологией зрения своего тела, а так же на путях решения этих проблем, особенностях коррекционной работы с детьми с нарушениями зрения.

Описаны нарушения вестибулярного, слухового восприятия и восприятия телесности. Осуществлен анализ работы с телом и двигательной сферой как одного из основных этапов в коррекционной работе с детьми с глубокими нарушениями зрения, предвещающим последующие виды деятельности и направлений коррекции.

Научная новизна. Представлено одно из направлений коррекционной работы психолога филиала ГАУК ТОНБ «Специальная библиотека для слепых» г. Тюмени с детьми от 3 до 11 лет с глубокими нарушениями зрительного анализатора. Выявлены следующие особенности: наличие схожих трудностей в восприятии собственного тела детьми, имеющими разные патологии развития; нарушение восприятия себя как целостного организма детьми с глубокой патологией зрения; затруднения волевой регуляции слепого ребенка; трудности в удержании статичной позы и нарушения тонуса мышц у незрячих детей при различных движениях.

Практическая значимость. Наблюдения за двигательной активностью незрячих детей позволило увидеть несколько проблемных зон и путей их преодоления: слепой ребенок испытывает трудности в понимании динамики различных групп мышц, в связи с этим и создание первоначального представления о двигательном акте также будет затруднено. Необходимо предоставить ребенку возможность исследовать и изучать строение собственного тела под контролем специалиста. Для формирования двигательных умений и навыков необходимо создавать возможности для контроля через концентрацию на моменте «здесь и сейчас». С целью расширения компенсаторных возможностей слепого ребенка необходимо закрепление в его памяти достаточно большого числа образов освоенных им элементарных движений. Важным условием понимания ребенком собственных движений является расширение словаря, связанного с речевым описанием выполняемых действий.

Описаны особенности работы по коррекции восприятия своей телесности и развитию двигательной активности слепого ребенка: стимулирование глубокой чувствительности, нормализация функционирования уровня тонической регуляции; обучение группировке отдельных мышечных групп; постепенное усложнение двигательных эталонов; расширение активного словаря о своем теле и его отдельных частях; развитие

умения по словесному описанию занимать исходное положение, следовать словесной инструкции для выполнения двигательного акта.

Ключевые слова: восприятие своего тела, слепота, движение, глубокая чувствительность, тонус, телесная чувствительность, границы тела, двигательный навык, нарушение зрения

Успешность социализации ребенка с ограниченными возможностями здоровья во многом зависит от его физического и психического здоровья. Важное значение для компенсации нарушенных функций у слепых детей имеет двигательный анализатор. Еще И.М. Сеченов писал об огромной роли мышечных движений в психическом развитии человека. При утрате зрения с помощью мышечного чувства (кинестезии) слепые осуществляют самоконтроль и саморегулирование движений при ориентации во время ходьбы, при выполнении движений, при микро ориентировке в учебной работе.

Проблема в том, дети с нарушениями нарушением зрения имеют нарушения восприятия разного плана (Архипова Б.А., Максимова Е.В., Семенова Н.Е.):

- нарушение вестибулярного, чаще гравитационного восприятия: ходьба без опоры, спуск по лестнице, даже раскачивание на балансирах или качели без специальной тренировки и обучения является для слепого ребенка трудно осваиваемой деятельностью;

- нарушение слухового восприятия у детей, которые слышат: наблюдаются искажения восприятия источника звука в пространстве, это связано с тем, что ребенок плохо ориентируется в пространстве, может путать право/лево;

- нарушение восприятия телесности, в первую очередь глубокой (протопатической) чувствительности: незрячие дети испытывают трудности в

группировке мышц, напряжении и расслаблении различных участков тела.

Сделаем акцент на том, что у незрячих детей слабы «мышцы кора» (К. Косински) – группа мышц, расположенных в нижней и средней частях спины и на животе. Их функция – поддерживать позвоночник по всей длине туловища, в том числе тазового и плечевого пояса, что влияет на осанку и стабильное положение тела. Если у ребенка эти мышцы слабо развиты, он нередко испытывает значительные трудности во время выполнения повседневных дел, с трудом поддерживает правильную осанку, за партой – горбится, ему трудно не только писать, но прыгать вперед или подпрыгивать на одном месте, он не может кататься на велосипеде или самокате [1, с. 25].

Особое внимание к позе и движениям незрячего ребенка неслучайны, поскольку ему необходимы специальные условия для освоения поступающей информации. Наблюдения показывают, что многие дети с нарушением зрения испытывают трудности в том, чтобы удерживать статичную рабочую позу школьника: ровно сидеть за партой, удерживая голову прямо. Чаще всего незрячие дети ложатся на парту или подпирают голову рукой, горбятся, тем самым тело минимизирует возможные шансы в освоении информации, так как тело не сгруппировано. Информация при нарушениях зрения усваивается фрагментарно, ребенку трудно усвоить объем материала и составить целостное представление об изучаемом объекте. Требуется

немало усилий для поддержания нужного уровня концентрации внимания и удержания интереса к предъявляемой информации.

У части детей с глубокими нарушениями зрения проявляется вялость тонуса мышц, такой ребенок «расплывается» в кресле, на стуле и совершенно не готов к тому, чтобы выполнять задания сидя за столом. В тоже время у другой группы незрячих наблюдается и не только слабость, но и усиление тонуса мышц, в этом случае движения ребенка затруднены и скованы [1, с. 27].

Именно поэтому важным этапом в коррекционной работе с детьми с глубокими нарушениями зрения является работа с телом и двигательной сферой. Этот этап является предваряющим для последующих видов деятельности и направлений коррекции.

В филиале ГАУК ТОНБ «Специальная библиотека для слепых» г. Тюмени нами ведется работа с детьми от 3 до 11 лет с глубокими нарушениями зрительного анализатора. Мы на протяжении нескольких лет фиксируем следующие факты:

- детям, имеющим разные патологии развития, свойственны схожие трудности, связанные с особенностью восприятия собственного тела и умения управлять и двигать им;

- особенностью детей с глубокой патологией зрения, является нарушение восприятия себя как целостного организма: зачастую ребенок путается в схеме собственного тела, имеет трудности в управлении отдельными частями тела, группировке и расслаблении тех или иных групп мышц;

- причины основных трудностей, возникающих у ребенка при выполнении работы с тактильными книгами, коренятся в том, что ребенок слабо осознает собственное тело и его возможности, плохо

умеет управлять телом, в связи с этим падает внимание и интерес к заданиям, выполнить которые оказывается трудно; ребёнок, не зная возможностей своего организма, оказывается в ситуации неуспеха, а чувство успешности необходимо для закрепления результата и развития двигательной сферы;

- волевая регуляция действий слепого ребенка затруднена, наблюдаются вялость, отсутствие статичной позы, слабость в работе рук, что со стороны может выглядеть как проявление лени, неусидчивости, отсутствие мотивации и интереса к предлагаемым видам деятельности;

- трудности в удержании статичной позы и тонуса мышц у незрячих детей наблюдаются при различных действиях руками: 1) при удерживании предметов на вытянутой руке отмечается провисание локтей; 2) при отбивании мяча на резинке кулаком наблюдается вялость в кистях рук; 3) при пальцевом захвате и удержании в кисти даже легкого предмета в течение длительного времени ребенок испытывает трудности; 4) статичное удержание вытянутых в сторону либо вверх рук в положении стоя, либо отведение ноги в сторону с переносом веса на вторую также является проблематичным;

- дети не могут передвигаться или даже какое-то незначительное время находиться с закрытыми глазами, поскольку возникают страхи из-за «телесного непонимания» и неопознанности при восприятии себя;

- слепой ребенок находится в постоянном движении, непрестанно меняет позу тела как раз для того, чтобы почувствовать собственное тело, определить его положение, в то время как зрячий

делает это при помощи наблюдения за собой, либо при отражении в зеркале;

- наблюдаются казались бы «лишние», но необходимые ребенку движения рук и ног: при нарушении восприятия плечевого пояса и рук – потряхивание и размахивание руками, а при нарушениях восприятия таза и нижних конечностей появляются раскачивания всем телом, об этом пишут и другие авторы [2, с. 30].

Таким образом, в связи с тем, что ребенок с глубокими нарушениями зрения не может увидеть внешнее очертание своего тела, его границы, происходит рассогласования в работе отдельных частей тела и мышц. Теряется общее представление о целостности организма, тела, отдельные фрагменты не складываются в единую картину, теряется взаимосвязь. Именно поэтому необходимы методы работы, которые позволят почувствовать незрячему ребенку целостность своего тела, включить его чувствительность не только на уровне поверхности кожи, но и на уровне глубокой пропатической чувствительности, которая постоянно информирует центральную нервную систему о состоянии всего тела и всех воздействий на него [2, с. 30].

Поскольку слепота отрицательно сказывается на пространственной ориентировке и моторно-двигательной функции ребенка, а традиционные методические приемы, заключающиеся в показе осваиваемого движения, недоступны ребенку с глубокими нарушениями зрения мы учитывали следующие основные стадии при овладении ребёнком движением (Семенов Л.А., Шлыков В.П.): сначала создается общее представление о двигательном действии, формируется первоначальное умение на основе представления (особое значение

имеет контроль, осуществляемый органами чувств, за тем, как движение выполняется, насколько соответствует имеющемуся эталону), на основе этого корректируются возникшие неточности, а совершенствуется двигательное умение путем его многократного исполнения. Первые стадии являются наиболее важными при освоении любого двигательного действия: именно их реализация затруднена для слепого. И формирование представления, и контроль за правильностью выполнения двигательного действия на первых этапах происходят у зрячего за счет зрительного восприятия и анализа, чего лишен слепой ребёнок. И только на стадии совершенствования двигательного умения роль зрительного анализатора уменьшается и заменяется двигательными ощущениями [4, с. 3].

Сделаем акцент на том, что специалист, занимающийся с ребенком, является для незрячего носителем знаний о работе тела, когда сам хорошо чувствует собственное тело, понимает происходящие в нем процессы. Занятие выстраивается через тактильную коммуникацию на очень близком расстоянии между специалистом и незрячим ребенком с опорой на глубокую чувствительность.

Работа с незрячим ребенком строится на границе контакта, границе его тела для того, чтобы помочь ему осознать и почувствовать границы своего тела, чтобы выделить себя в пространстве. Телесный контакт всегда связан с доверием, поэтому необходимо, чтобы сформировался достаточно высокий уровень доверия и эмоционального принятия между ребенком и специалистом. Наш опыт свидетельствует, что радость и удовольствие должны быть основой взаимодействия, что позволяет снимать эмоциональные и психологические

барьеры ребенка с тяжёлым нарушением зрения перед глубокой работой с телом. Мы видим, что ритмизация и музыкальное сопровождение играют большую роль в организации занятий.

Заметим, что дети с нарушением зрения зачастую не знают терминологии простейших движений и положений, они не в состоянии дать словесное описание немногочисленных выполняемых ими упражнений из тех, которые они знают. Именно правильное описание движения, точно соответствующее содержанию выполняемого движения, способствует созданию четкого представления о движении, позволяет сохранить в его памяти. Речевое описание движения и способа его выполнения активизирует мышление, приводит к его интеллектуализации процесса обучения слепого ребенка двигательным действиям.

Почувствовать целостность тела ребёнку помогают телесные техники, суть которых заключается в различных по степени интенсивности и характеру прикосновениях по всей поверхности тела с названием всех частей тела, на которые оказывается давление. Активизация глубокой чувствительности происходит за счет активного и ритмичного прижимания соединительной ткани к костной структуре («обхлопывания», «обжимания»). Прикосновения по интенсивности могут быть легкими, средними и достаточно интенсивными для того, чтобы задействовать различные слои: от поверхности кожи до нервной системы, находящейся в соединительной ткани.

Мы используем различные виды воздействий и прикосновений по всей поверхности тела незрячего ребенка (температурное, вибрационное, разное по силе и напряжению). Характер прикосновений различен: поглаживания, похлопывания, давле-

ние, ритмичные быстрые прикосновения, медленные согревающие прикосновения.

Наблюдения за двигательной активностью незрячих детей позволило нам увидеть несколько проблемных зон и их разрешений:

- во-первых, как ребенку создать первоначальное представление о двигательном действии, если он плохо ориентируется в собственном теле, слабо понимает его границы и путается в схеме тела, имеет затруднения в понимании динамики различных групп мышц. Предлагаем детям с нарушением зрения предоставлять возможность исследовать и изучать строение собственного тела, приобретать опыт чувствования границ своей телесности;

- во-вторых, для формирования умения в двигательной сфере необходим контроль, а контроль возможен, когда незрячий ребенок полностью сконцентрирован на моменте «здесь и сейчас», его внимание и речь (если таковая имеется) связаны с заданным действием.

Для расширения компенсаторных возможностей слепого ребенка необходимо закрепление в его памяти достаточно большого числа образов освоенных им элементарных движений, которые послужат в дальнейшем, при освоении более сложных движений, вспомогательными ингредиентами, необходимыми любому двигательному действию. Также необходимо глубокое осмысление движения, так как движения регулируются не только чувствованием, но и вместе с ним – мыслью. Носителем же мысли является слово, речь. Поэтому возникает необходимость расширения словаря, обеспечивающего речевое описание выполняемых движений [4, с. 4].

И в заключении, работа по коррекции восприятия своей телесности и развитию двигательной активности слепого ребенка имеет следующие особенности:

1. Необходимо начинать со стимулирования глубокой чувствительности, нормализации функционирования уровня тонической регуляции.

2. Ребенка с глубокими нарушениями зрения важно научить чувствовать как группируются отдельные мышцы, включаются в работу связки, сухожилия для того, чтобы привести в движение суставы. Это глубокая исследовательская работа самого ребенка под чутким руководством и разъяснением специалиста. В отличие от детей с сохранным зрением, которые усваивают большинство движений по образцу и подражанию, незрячему ребенку необходимо разъяснение на уровне тела: где и какая мышца должна быть задействована и как ее нужно напрячь и расслабить в нужный момент для совершения движения.

3. Освоение основных двигательных эталонов и движений осуществляется с постепенным их усложнением. Незрячий ребенок научается лучше понимать себя, свое тело, выделять его границы и

получает возможность управлять телом и контролировать самого себя.

4. Важно расширение активного словаря о своем теле и названия его отдельных частей (кисть, запястье, предплечье, поясница и т.д.). Необходимо связывать для незрячего ребенка каждое движение и ощущение со словом, создавать условия, в которых ребенок проявляет умение обозначать движения правильным словом или словосочетанием.

5. Необходимо тренировать у ребёнка умение давать характеристики движениям (резкое, ритмичное скользящее и т.д.) и ощущениям в теле (напряжение, боль, расслабление, вибрация и т.д.) через описание существительными и прилагательными.

6. Важно развитие у ребёнка умения по словесному описанию занимать исходное положение (сидя на корточках, лежа на животе, стоя на одной ноге и т.д.) и уметь действовать в соответствии с инструкцией словесной (поворот головы влево, согнуть правую руку в локте и т.д.).

7. Необходимо создавать условия, в которых незрячий ребенок сумеет объяснить другому человеку суть своих движений.

Литература

1. Косински К. Эрготерапия для детей с аутизмом: Эффективный подход для развития навыков самостоятельности у детей с аутизмом и РАС: пер. с англ. У. Жарниковой; науч. ред. С Анисимова. Екатеринбург: Рама Паблишинг, 2017. 192 с.

2. Алексеевич А.Б., Максимова Е.В., Семенова Н.Е. Нарушения восприятия себя, как основная причина формирования искаженного психического развития особых детей // Сборник статей. М.: Диалог – МИФИ, 2011. 64 с.

3. Селезнева Е.В. Коррекционная направленность занятий по формированию представлений о себе у дошкольников с нарушением зрения: дис. ... канд. пед. наук. Москва, 1995. 151 с.

4. Семенов Л.А., Шлыков В.П. Азбука движений для слепых детей. Москва, 1984. 68 с.

References

1. Kosinski K. Ergoterapiya dlya detej s autizmom: Effektivnyj podhod dlya razvitiya navykov samostoyatel'nosti u detej s autizmom i RAS: per. s angl. U. ZHarnikovej; nauch. red. S Anisimova. Ekterinburg: Rama Pablishing, 2017. 192 s.
2. Alekseevich A.B., Maksimova E.V., Semenova N.E. Narusheniya vospriyatiya sebya, kak osnovnaya prichina formirovaniya iskazhennogo psihicheskogo razvitiya osobyh detej // Sbornik statej. M.: Dia-log – MIFI, 2011. 64 s.
3. Selezneva E.V. Korrekcionnaya napravlenost' zanyatij po formirovaniyu predstavlenij o sebe u doshkol'nikov s narusheniem zreniya: dis. ... kand. ped. nauk. Moskva, 1995. 151 s.
4. Semenov L.A., SHlykov V.P. Azbuka dvizhenij dlya slepyh detej. Moskva, 1984. 68 s.

*Ganzhala G.P.,
Tyumen State University,
Branch of Special Library for the Blind, Tyumen,
Malyarchuk N.N., Doctor of Pedagogic Sciences (Advanced Doctor),
Candidate of Medical Sciences (Ph.D.), Tyumen State University*

PERCEPTION OF THEIR OWN BODY BY CHILDREN WITH DEEP VISUAL IMPAIRMENTS

Abstract: in the article the authors describe the major difficulties for perception of children with deep visual impairments of their body and ways of solving these problems, characteristics of correctional work with children who have visual impairments.

Disorders of the vestibular, auditory perception and the physicality are described. The analysis of bodywork and motor industry as one of the main stages in correctional work for children with profound visual impairment, anticipating follow-up activities and directions correction is made.

Scientific novelty. One of the directions of correctional work of the psychologist of the branch of Special library for the blind of Tyumen with children from 3 to 11 years old with deep visual analyzer disorders is presented. The following features were identified: the presence of similar difficulties in the perception of their own body by children with different developmental pathologies; violation of the perception of themselves as a whole body by children with deep visual pathology; difficulties in volitional regulation of a blind child; difficulties in maintaining a static posture and violations of muscle tone in blind children with different movements.

Practical significance. Observation of the motor activity of blind children allowed us to see several problem areas and ways to overcome them: a blind child has difficulties in understanding the dynamics of various muscle groups, and therefore creating an initial idea of the motor act will also be difficult. It is necessary to give the child the opportunity to explore and study the structure of their own body under the supervision of a specialist. For the formation of motor skills, it is necessary to create opportunities for control through concentration on the moment "here and now". In order to expand the compensatory capabilities of a blind child, it is necessary to fix in his memory a sufficiently large number of images of elementary movements mastered by him. An important condition for understanding the child's own movements is to expand the vocabulary associated with the speech description of the actions performed.

The article describes the features of work on correcting the perception of one's own corporeality and developing motor activity in a blind child: stimulating deep sensitivity, normalizing the functioning of the level of tonic regulation; learning to group individual muscle groups; gradually complicating motor standards; expanding the active vocabulary about one's body and its individual parts; developing the ability to take a starting position according to a verbal description, follow verbal instructions for performing a motor act.

Keywords: perception of one's body, blindness, movement, deep sensitivity, tone, bodily sensitivity, body boundaries, motor skill, visual impairment