

# РОЗВИТОК КОМУНІКАЦІЇ ТА ГРИ У НЕМОВЛЯТ

*Саллі Дж. Роджерс, Лорі А. Вісмара*



ЦЕЙ ПРОЄКТ БУВ ПРОФІНАНСОВАНИЙ ГРАНТАМИ ВІД NICHD/NIMH (R21 HD065275; ROGERS R01MH068398; OZONOFF) Й ПІДТРИМУВАВСЯ ОРГАНІЗАЦІЄЮ “АУТИЗМ ГОВОРИТЬ” ТА ФОНДОМ ДЖОНА ТА МАРСІЇ ГОЛДМАН. ВІДТВОРЕННЯ ТА ПОШИРЕННЯ ЗАБОРОНЕНО.

**Copyright© 2023, Програма Навчання ESDM, Інститут MIND, UC Davis Health, Сакраменто, Каліфорнія 95817.**

*Переклад та редакція: Анастасія Гутник, Анна Смирнова, Юлія Жук, Марина Балганбаєва,  
Юлія Алімова, Валерія Байбарза, Тетяна Дудіна. Верстка: Тарас Сімчук*

# Мета цього посібника

Деяким немовлятам складніше, ніж іншим переймати ті моделі поведінки, які їм пропонують батьки. Вони можуть не відгукуватися з таким захопленням та зацікавленням, як це очікується. Інші діти реагують, але не проявляють ініціативи, щоб розвинути цю взаємодію. Деякі діти не використовують багато комунікативних навичок, які були перераховані вище, або ж вони використовують їх ледь помітно чи досить змішано, через що стає дуже важко зрозуміти, що саме дитина відчуває.

З 2010-2012 рр. доктор Лорі Вісмара та доктор Саллі Роджерс здійснювали проект, профінансований Національним Інститутом Здоров'я, зосереджений на дослідженні методів підтримки родин, які були стурбовані можливими симптомами аутизму у своїх немовлят віком до 12 місяців. Ми зустрічалися щотижня з невеликою кількістю батьків і немовлят, щоб дізнатися більше про дітей та разом працювати над залученням малюків у соціальну комунікацію та гру під час щоденних взаємодій між батьками та дітьми. Методи, які ми використовували, були розроблені на базі наявних досліджень про розвиток немовлят у сферах розвитку дити-

ни, комунікації та дитячої психіатрії/психології. Результати цього проекту були опубліковані у статті 2012 року (див. посилання нижче).

Одним із результатів проекту було написання посібника, де ми зібрали концепції, які ми пропонували батькам під час проекту. Батьки, які брали участь, помічали, що під час спілкування діти були менш зацікавлені у соціальній взаємодії, ніж більшість інших малюків. Деякі батьки описували, що діти не встановлюють або не утримують зоровий контакт достатньо довго або достатньо часто. Інші батьки описували дітей як досить тихих, які не використовували голос чи мову тіла, щоб повідомляти батьків про те, що вони люблять, а що – ні. Деякі немовлята були цілком задоволені тим, що розважалися самі та, здавалося, що не потребували багато соціальної уваги. А деякі діти здавалися настільки зацікавленими предметами або власним тілом, що не реагували на своїх батьків та інших членів родини так, як це роблять інші.

Посібник був створений, щоб познайомити сім'ї з темами, які ми розглядали на наших спільних заняттях. Для деяких родин було корисно переглянути його після сеансів. Інші могли поділитися ним із членами своєї родини, щоб тримати всіх в курсі. Кожний розділ посібника описує одну характеристику реакції малюка та надає батькам/опікунам деякі варіанти розуміння того, що може намагатися повідомити дитина. Також там описані ідеї активностей, які можуть задовольняти потреби дитини та розвивати її соціальні та комунікативні навички. Важливо зазначити, що це дослідження не було клінічно

рандомізованим. Це було пілотне дослідження і його формат не надає експериментального підтвердження, що запропоновані тут поняття точно допомогли учасникам. Ми ще не проводили подальших досліджень методу. Крім того, родини, які брали участь у дослідженні, були переважно білими американцями та їх соціально-економічний статус був від середнього до вищого середнього рівня.

З моменту публікації дослідження ми отримали так багато запитів про допомогу від родин, що ми відкриваємо доступ до посібника з надією, що він може надати необхідну підтримку сім'ям, які хвилюються щодо своїх немовлят та шукають підтримку у своїй спільноті. Ми хочемо відзначити багатьох людей, які працювали над цим дослідженням. Зокрема наших колег та партнерів у вивченні раннього втручання та діагностиці аутизму – д-р Саллі Озонофф і д-р Джеральдін Доусон.

*Саллі Роджерс та Лорі Вісмара*

Роджерс, С. Дж., Вісмара, Л. та ін. Терапія аутизму у перший рік життя: пілотне дослідження старту немовлят. Втручання, реалізоване батьками немовлят у групі ризику. Журнал про Аутизм та Розлади Розвитку. Грудень 2014; 44(12), 2981 - 2995.

Rogers, S.J., Vismara, L. et al. Autism treatment in the first year of life: A pilot study of Infant Start, a parent- implemented intervention for symptomatic infants. Journal of Autism and Dev Disorders. 2014 Dec; 44(12), 2981 - 2995.



# Вступ



Немовлята готові навчатися та реагувати на навколишнє середовище з того моменту, як вони народжуються. Вони приходять до нас з готовим комплексом різної поведінки, яка допомагає їм досліджувати світ, регулювати свій стан і стежити за тим, щоб їх основні потреби задовольнялися впродовж перших кількох тижнів, до того моменту, як вони почнуть багато чому навчатися через взаємодію із зовнішнім світом.

Як і немовлята, батьки мають природний, інтуїтивно зрозумілий набір навичок для піклування, любові та захисту, яких потребують новонароджені діти. Обидві сторони демонструють інтуїтивно зрозумілі репертуари поведінки, які формують та впливають на дії один одного. Немовля плаче, а мама починає говорити тихіше та бере немовля на руки, щоб заспокоїти його. Дорослий нахиляється до дитини – вона захоплено посміхається.

В результаті маємо взаємодію, яка характеризується синхронізованими, ритмічними кроками та рухами між мамою і дитиною. Часом дорослий веде "танець", роблячи перший крок, щоб привернути увагу дитини. Він може погукати на ім'я та простягнути предмет, щоб немовля його побачило, або ж підняти малюка на рівень очей, щоб почати взаємодію. В інших ситуаціях дитина може проявити ініціативу, щоб донести дорослому свої потреби або бажання: вокалізуючи, тягнучись до предмета або через плач. Незалежно від того, хто веде, обидва партнери помічають один одного, вони чутливі до рухів іншого та до тих повідомлень, які передаються цими діями. Якщо є збій або помилка у взаємодії, то танець, ймовірно, припиниться. Дитина може відвернутися та вигнути спину, через що стає дуже складно підтримувати зоровий контакт. Так само й дорослий може змінити фокус своєї уваги на іншу людину, яка говорить, чим випадково перериває взаємодію з дитиною. В обох ситуаціях був порушений той момент зв'язку, який допомагає батькам та немовляті рухатися разом, щоб зрозуміти поведінку, думки, почуття та дії один одного. Танець треба починати спочатку.

Від народження усі діти мають індивідуальні особливості та відрізняються тим, як вони реагують на шум, людей та місця, а також на свої внутрішні сигнали, такі як голод і втома. Деякі діти здаються досить спокійними та безтурботними у своїх реакціях на внутрішнє та зовнішнє середовище. Водночас інші діти більш чутливо реагують на події, які відбуваються з ними. Нове середовище, люди та сенсорні стимули можуть викликати інтерес і захоплення у деяких немовлят, але в інших дітей спровокують неспокій, незадоволення та уникання взаємодії з людьми. Деякі діти, коли засмучуються, можуть потребувати та гарно реагувати на втішання й обійми від дорослих, а інші ще більше засмучуються через це, то ж їм легше заспокоюватися через сповивання і пустушку. Ці різні сценарії демонструють нам індивідуальні реакції немовлят на події зовнішнього або внутрішнього середовищ та особливості регуляції власних емоцій та ритмів. Зчитування сигналів малюків дає нам можливість допомогти регулювати їхній емоційний стан. Тоді вони зможуть сприймати події, що відбуваються навколо, як цікаві, приємні або дивовижні, замість того, щоб реагувати на оточення, проявляючи засмучення чи відгороджуватися від навколишнього світу. Як ви можете зрозуміти сигнали дитини та зреагувати на них таким чином, щоб допомогти їй почуватися комфортно та бути залученою?

### **Репертуар соціально-комунікативної поведінки немовлят**

Під час взаємодії немовлята самі підказують батькам, що вони відчувають у цей момент.

Загалом ми можемо думати про дитячу соціально-комунікативну поведінку, поділяючи її на дві категорії: (1) прагнення до більшого залучення та (2) прагнення до меншого залучення. Сигнали залучення – це види поведінки, які сигналізують про готовність дитини до взаємодії з близькими. Немовля повідомляє про готовність взаємодіяти з дорослими через рухи, міміку, вокалізації, погляд, прислухання та інші схожі види поведінки.

Приклади:

- рух очей, голови або тіла у бік близької людини, коли та розмовляє;
- моторні рухи, які включають дотягування, нахили, повзання або кроки у бік дорослого чи предмета у навколишньому середовищі;
- вокалізації;
- зоровий контакт та постійна взаємодія з обличчям іншої людини;
- активні рухи тілом.

Сигнали відключення – це форми поведінки, які сигналізують про потребу дитини у перерві або зниженні інтенсивності взаємодії. Сигнали відключення демонструють спроби малюка самостійно регулювати свій рівень збудження та кількість взаємодій, з якими він може комфортно впоратися у цей момент. Як ми знаємо

– інтенсивна взаємодія з іншими може виснажувати. Немовлятам, як і дорослим, потрібно регулювати свої емоції під час взаємодії таким чином, щоб вони не стали занадто інтенсивними.

Деякі немовлята від народження здатні вчасно регулювати свій емоційний стан, не засмучуючись занадто сильно, тоді як інші потребують додаткової допомоги, щоб підтримувати або відновлювати комфортний внутрішній стан. Зчитування сигналів немовлят щодо їх потреби у зменшенні активності дозволяє дорослим вчасно знизити інтенсивність соціальної взаємодії до того, як дитина засмутиться. Конкретні приклади форм поведінки, які вказують на те, що дитина потребує меншої інтенсивності:

- відвертається від обличчя дорослого;
- менше реагує на дорослого;
- фокусується на чомусь іншому, а не на соціальному партнері;
- плаче або хникає;
- нейтральний або напружений вираз обличчя;
- гикавка, відригування або блювотні позиви;
- нервові чи різкі рухи;
- дитина насуплюється або кривиться;

- збуджені рухи або постукування руками/ногами;
- виглядає сонною або засинає;
- тіло напружується або дитина відвертається.

Коли діти підростають до трьох місяців - вони вже можуть взаємодіяти зі світом триваліший час і чіткіше вказувати на те, що їх цікавить або що їх швидко втомлює. Діти кажуть нам про свої відчуття через міміку, зоровий контакт, мову тіла та звуки. Мати співає для дитини та бачить, що малюк дивиться на неї та уважно слухає, посміхаючись та копаючи ніжками від захвату. Мама нахилиється, щоб поцілувати обличчя дитини - і малюк дістає до волосся мами та лепече. У цьому випадку дії малюка сигналізують, що ця активність повністю відповідає його можливостям обробляти присутні типи стимуляцій.

Тепер, скажімо, мати бере руки дитини та хитає їх туди-сюди під віршик. Малюк застигає та відводить руки назад, вигинає спину, відвертає обличчя від мами, а його лепет перетворюється на хникання. Дитина демонструє дискомфорт. Мати відпускає руки дитини, уповільнює пісню та чекає, доки малюк знову сфокусується на ній, що він і робить після короткої паузи. Дитячі реакції на пісню залежать від того, як змінюються дії мами. Мати весь час зчитує сигнали дитини та коригує свої дії, щоб знайти спільні моменти комфортної для них взаємодії під час пісні. Не тільки сигнали дитини та дії дорослого впливають на гру, але і їх темпераменти.



Темперамент дорослого також відіграє свою роль. Деякі батьки очікують яскраві реакції від дитини – широку посмішку, голосний сміх та неймовірне захоплення. Інші ж мають м'якший підхід до немовлят та шукають спокійні та розслаблені види взаємодій зі своїми дітьми. І, як ми згадували раніше, темпераменти дітей теж бувають різними. Коли темпераменти дитини та дорослого збігаються, то обмін сигналами та налаштування відбувається легше. Але це може бути досить складно для дорослих – зчитувати сигнали дитини та підлаштовуватися під них, якщо темпераменти протилежні, коли один партнер насолоджується й демонструє багато яскравих реакцій, а інший надає перевагу тихим та спокійним взаємодіям.

Один із варіантів аналізу емоційних та фізичних реакцій вашої дитини полягає у використанні зображення "циферблату інтенсивності", який показує діапазон, скажімо, від -5 до +5, де позначка 0 означає спокійний і тихий стан, позначка +5 - це високий рівень позитивного хвилювання чи приємних емоцій, а -5 буде означати високий рівень невдоволення. Наприклад, ви наспівуєте веселу пісеньку дуже розслабленій та спокійній дитині (рівень 0), але вона не посміхається у відповідь і не змінює вираз обличчя на ваші рухи та голос. Отже, ви намагаєтеся проспівати трошки швидше або з яскравішими емоціями, й тут вже очі дитинки розширюються, вона починає посміхатися та стає більш уважною та зацікавленою у грі – рівень активності виріс до +2 або +3.

Іншим разом стан вашої дитини може змінюватися

від задоволення під час взаємодії (середня точка на циферблаті) до високої активності та деяких з перерахованих вище ознак дискомфорту або відчуження: хникання та фізичного уникнення. Наприклад, ви почали гойдати дитину на колінах та побачили, що її зацікавленість і гарний настрій (+2) переходять в азарт і сміх (+5), але потім змінюються на гримаси та хникання, дитина напружується й відводить погляд (-3). Ви повільніше погойдуєте її – і тоді знову стан дитини змінюється від напруженого до щасливого із встановленням зорового контакту, посмішкою та лепетанням. Тут ви успішно допомогли вашій дитині стабілізувати настрій та забезпечили комфорт й зв'язок між вами. Сигнали дитини допомагають вам направляти соціальні ігри таким чином, щоб підтримати взаємодію дитини з іншими людьми, з тим, що вони бачать та чують, діями та об'єктами із навколишнього середовища.

Як же ми можемо допомогти немовляті знайти та утримати стан оптимального залучення для навчання та взаємодії зі світом? Деякі з наших інструментів передбачають близькість, темп та афект, які ми регулюємо у відповідь на сигнали малюка. Близькість – це фізична відстань до дитини. Малюк, який відвертає голову, коли батько нахиляється до нього ближче, або вивертається з рук, наче говорить: "Будь ласка, відійди. Мені потрібно більше простору". Дитина може не реагувати на те, що батько робить "Ку-ку", доки він не наблизиться до обличчя малюка на достатню відстань, повідомляє: "Будь ласка, підійди ближче. Мені так більше подобається!".

Темп — це про рух і дії. Час від часу діти демонструють нам, що їм більше подобається гра тоді, коли ми прискорюємо темп. Батьки можуть помітити, що гра у м'яч, будівництво вежі з кубиків або надування бульбашок у пришвидшеному темпі краще утримує увагу дитини та покращує її включеність у діяльність, менше відволікається та не втікає. Збільшення темпу та додавання позитивних емоцій може допомогти старшим дітям пройти через небажані діяльності, такі як зміна підгузків або одягання. Однак дорослі часом взаємодіють занадто активно і дитина відповідає на це засмученням та уникненням. Повітряна кулька, яка літає по кімнаті, може рухатися занадто швидко і налякати дитину, тоді як в іншій ситуації, коли батько тримає її в руці, щоб повітря виходило повільно, дитина зможе спостерігати й пізніше доторкнутися до повітряної кульки. Мама, яка сповільнює темп пісні може помітити, що дитина спостерігає більш уважно та намагається ручками повторювати рухи дорослого.

Афект – це зовнішня демонстрація почуттів і емоцій, які батьки показують своїм немовлятам за допомогою міміки, характеристики голосу, пози, дій з предметами, мови тіла. Це може бути гучність або тембр голосу, зморщені чоло та ніс, великий розмах рук, усмішка або насупленість. Коли батьки більш емоційні, їх прояв стає більш драматичним. Наприклад, батько, який підіймає кожну ногу якомога вище у повітрі, щоб зробити величезні кроки у бік своєї дитини, викликатиме сильний сміх у малюка. Мати голосно видає звуки, вдаючи, що їсть пластиліну з рук дитини, змусить дитину пищати від захвату та активно жестикулювати, щоб просити про продовження гри. Батьки, які

збільшують свою емоційність, можуть додати ще більше задоволення у нейтральні рутини, такі як одягання або ж допомогти полегшити такі проблемні моменти, як зміна підгузків, адже анімація процесу дає можливість дитині сфокусуватися на чомусь іншому, а не на тому, що їй неприємно.

Однак в інших ситуаціях, особливо коли діти налякані, вередливі, втомлені, голодні, хворі або плачуть, надмірна емоційність з боку дорослих можуть призвести до негативної реакції у дитини. Це сигналізує нам про те, що малюк потребує заспокоєння та зменшення емоційності батьків через стишення, більш ніжні та ритмічні рухи, спокійні усмішки та інші теплі, невербальні сигнали, які будуть говорити дитині про те, що все добре.

Мета всіх цих коригувань — допомогти дитині бути присутньою, щоб сприймати все, що відбувається навколо, і таким чином, вона може робити те, для чого створена - навчатися та розвиватися. Немовлята навчаються та ростуть у цей період набагато швидше, ніж будь-коли впродовж життя. І навчання є невід'ємною частиною усіх заходів з догляду, які батьки мають забезпечувати.



# Взаємодія впродовж дня

## Список на холодильник

1. Помічайте сигнали “Я хочу взаємодіяти з тобою”.
2. Помічайте сигнали “Мені потрібна перерва”.
3. Соціальні моменти навчають дитину найкраще.
4. Щоденні рутини містять найбагатші соціальні моменти!
5. Знайдіть час для соціальних взаємодій під час кожної рутини з дитиною.
6. Бути соціальним партнером = повна концентрація на дитині.

Бути батьками немовляти чи маленької дитини – зовсім не схоже на будь-які інші стосунки, які ми до цього мали. Немовлята та маленькі діти потребують догляду цілий день, що може бути несподіваним для молодих батьків.



Ось у вас сонний малюк у лікарні, який іноді навіть не прокидається на достатній час, щоб встигнути його погодувати, однак, як тільки ви повертаєтеся додому, то розумієте, що справ стає настільки багато, що вже важко знайти час навіть для години сну. Догляд за дитиною ніколи не припиняється! Прання, годування, перевдягання, одягання, купання, колисання, заспокоєння та налагодження сну можуть заповнити усі вільні від вашого сну години.

Це важко для батьків, але це так чудово для дітей, адже кожна мить спілкування з близькими – це можливість для навчання. Мозок та тіло немовлят побудовані таким чином, що будь-який досвід сприяє змінам у нервовій системі дитини. Кожна взаємодія з батьками зміцнює вже встановлені нейронні зв'язки та стимулює утворення нових, які формуються в мозку та центральній нервовій системі (яка контролює рухи дитини та її дії). Люди відрізняються від інших ссавців розміром та складністю мозку, нашими здібностями до навчання, а дитинство – це саме той час, коли відбувається найінтенсивніший розвиток мозку за все життя людини. Обсяг знань, які малюк отримує впродовж перших трьох років життя, є унікальним. Ми більше ніколи не будемо вчитися так швидко і легко, як дитина у цей період.

Усе це навчання відбувається завдяки спілкуванню з батьками та іншими близькими. Може здаватися, що дитина розвивається сама по собі, але багато різних досліджень показують, що діти, які не мали тривалих соціальних взаємодій з сім'єю, не розвиваються так швидко, як це

роблять інші малюки, які мають доступ до цього. Те, що потребують діти – це догляд та соціальні взаємодії, які стимулюють їхнє навчання. Це відбувається не через розвивальні матеріали типу Бейбі Ейнштейн, не через мобільні телефони й інтерактивні іграшки, а через розмови під час зміни пелюшок, через соціальні ігри під час купання або ж пісні під час засинання, спілкування вічна-віч під час годування чи під час спільних ігор з предметами, іграшками та книгами. Найпотужнішими техніками для розвитку дитини є взаємодія з нею через розмови, дотики та веселі рутини.

Допомога дітям у розвитку мовлення, вивченні соціальних ігор та рутин не означає, що батьки повинні щодня окремо присвятити годину навчанню своєї дитини. Мати постійно вільну годину – це рідкість для батьків. Батьки і так витрачають багато часу на те, щоб доглядати за дитиною, так що звичайні щоденні рутини вже є чудовою можливістю для навчання малюка. Деякі діти самі по собі стимулюють батьків взаємодіяти з ними на постійній основі під час усіх щоденних рутин. Інші ж діти більш спокійні та можуть не вимагати багато соціальної уваги. У такому випадку батькам потрібно брати на себе ініціативу та створювати спільні взаємодії.

Під час цього втручання ви будете використовувати щоденні рутини, щоб заохочувати свою дитину до певних навичок – зокрема соціальних, ігрових, комунікативних, мовленнєвих та навичок імітації. Для немовлят віком до 15 місяців ми поділили ці рутини на шість видів: 1) час годування; 2) фізичний догляд: купання, одягання, переодяган-

ня; 3) книги; 4) ігри на свіжому повітрі; 5) соціальні ігри (на ліжку, дивані, колінах та на руках); 6) ігри з предметами. На якій навичці ви б не зосередилися впродовж тижня, ви знайдете можливість потренувати її в усіх 6 рутин. Таким чином, ви зможете створити сотні моментів, коли ваша дитина зможе потренувати це під час щоденної взаємодії з вами. І такий вид навчання – у багатьох рутин, у різних місцях та з різними об'єктами, і, ймовірно, з різними людьми, сприяє дуже стійкому розвитку, коли формується багато нейронних зв'язків у мозку і закладається міцний фундамент для подальшого навчання.

У кожному розділі ми будемо фокусуватися на конкретній навичці вашої дитини. Ми будемо думати про те, як додати її у кожен із 6 рутин. Для більшості батьків, після невеликої практики, така взаємодія, з урахуванням цільової навички, стає досить природньою і вони розповідають, що це стає “другою натурою” - вони навіть не замислюються про це більше.

Цього тижня, подумайте про ці 6 видів рутин. Зверніть увагу на те, як вони у вас з дитиною проходять, щоб почати легко їх розрізняти. На наступній сторінці ви знайдете список, який можна прикріпити на холодильник, щоб завжди пам'ятати про ці рутини та усвідомити той час, який ви проводите разом, і зосередитися на тому, як ви вже залучаєте дитину до цих занять.

Будь ласка, під час спілкування з дитиною будьте обережні з використанням свого телефону. Дослідження підтверджують, що користуванням телефоном під

час спільної взаємодії перериває увагу дитини та її можливість навчитися чомусь у цей момент. Навіть швидка перевірка того, хто вам дзвонив або залишив повідомлення, змінює ваш фокус уваги від дитини, а діти до цього дуже чутливі. Дуже гарною звичкою буде залишати свій телефон у певному місці поза полем зору та у недосяжності, коли ви починаєте заняття з дитиною та доки не закінчите його, змінюючи місце свого перебування. Ваша увага повинна бути повністю прикута до дитини під час спільних взаємодій, включаючи годування та прогулянки на природі! Ви маєте бути доступним, щоб реагувати на те, що дитина бачить, чує, переживає, відчуває та робить, щоб забезпечити навчальні можливості, які їй необхідні.

## СПІЛЬНІ РУТИНИ НЕМОВЛЯТ

Книги



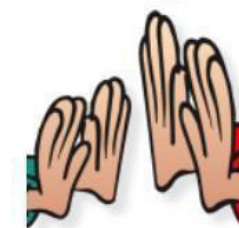
Одягання



Ігри на вулиці



Соціальні ігри



Годування



Гра з іграшками



Купання





# Потрапити у центр уваги

## Список на холодильник

1. Визначте, що повертає увагу вашої дитини.
2. Підготуйте середовище та займіть у ньому своє місце.
3. Усуньте конкурентів!
4. Будьте у центрі уваги дитини.

Малюки до року багато чого ще не вміють робити, але є дещо, що вони роблять неймовірно добре – дивляться та навчаються. Немовлята починають добре бачити досить швидко після народження і вони дізнаються багато нового про світ, людей і предмети довкола них, спостерігаючи за предметами та діями людей.

Немовлята також надзвичайно добре відслідковують закономірності, пов'язані з діями людей і предметами навколо них. Вони очікують, що люди та предмети будуть рухатися та діяти у звичний спосіб. Їх дивують та інтригують



несподівані події більше, ніж знайомі, й вони звертають більше уваги на щось незвичне, щоб зрозуміти це.

У цьому розділі ми запропонуємо деякі способи, які можуть покращити зоровий контакт дитини з вами, підвищити її соціальний інтерес до вас та інших, а також зробити кращою взаємодію між вами і вашою дитиною. Ми сподіваємось ознайомити вас з кількома стратегіями щодо вашого положення відносно дитини та привернення її уваги, що в свою чергу зробить зоровий контакт тривалішим та приведе до задоволення і залучення вашої дитини до соціальної взаємодії.

Коли немовлята спостерігають за людьми, вони бачать, що люди роблять і невдовзі починають передбачати їхні дії. Це видно по тому, як малюки рухаються у цей момент. Тіло людини реагує фізично, коли вона бачить, як інші люди виконують знайомі дії. Наше тіло внутрішньо відтворює ті самі моделі дій, за якими вони спостерігають, починаючи з дитинства. Це стосується як фізичних дій, наприклад, хання предмета, так і жестів з емоціями. Ми бачимо докази зв'язку між спостереженням і наслідуванням, коли малюк імітує: посміхається у відповідь на дружню посмішку, видає дитячі звуки у відповідь на розмову людей з ним, відкриває свій маленький ротик у відповідь на відкритий рот матері, коли вона починає пропонувати ложку, або ж імітує кашель чи чхання, показує язик.

Навіть якщо ми не бачимо реакції, то вона все одно відбувається всередині, у тілі дитини, і це дуже фундаментально пов'язує дитину та батьків. Ми бачимо

таку саму реакцію у поведінці батьків – наслідування за дитиною є дуже поширеною реакцією батьків на дії дітей, і це настільки природно, що вони часто не усвідомлюють цього. Отже, спостереження за людьми є дуже важливою навчальною діяльністю для немовлят – однією з найважливіших з тих, що існують, і більшість дітей віддають перевагу спостереженню за людьми та спілкуванню з ними, ніж будь-якій іншій діяльності. Ми вважаємо, що їхній мозок влаштований таким чином, щоб спостерігати за дорослим та взаємодіяти з ним. Взаємодія з іншими людьми для немовлят є найбільш приємною діяльністю (за умови, що вони не голодні, не втомлені чи не почуваються дискомфортно з інших причин).

Однак деяким немовлятам не так сильно подобається спостерігати за людьми та спілкуватися з ними, як іншим. Чому так трапляється? Цілком ймовірно, що деякі діти просто не відчують такого задоволення під час соціальних взаємодій. Можливо, деяких немовлят більше приваблюють предмети та фізичний світ, ніж люди. Також може статися так, що деякі малюки настільки захоплюються та стають збудженими від спілкування, що їм стає трохи некомфортно, тому вони відводять погляд, щоб контролювати це надмірне збудження, яке вони відчують. А можливо, деяким дітям важко зрозуміти та вивчити моделі поведінки людей, тому вони погано "зчитують" іншу людину, не знають чого очікувати, і вважають інших непередбачуваними. Всі малюки різні.

Однак, якщо діти не приділяють багато уваги людям, які за ними доглядають, то вони втрачають дуже

важливі можливості для навчання. Тому що навчання спілкуванню та емоціям, мові та соціальній взаємодії – усе це відбувається завдяки досвіду спостереження та взаємодії з близькими людьми. Таким чином, якщо діти не дуже "налаштовані" на своїх батьків, якщо вони не дуже зосереджені на їх обличчях, голосі та іграх, і якщо це уповільнює їхнє соціальне навчання, тоді ми хочемо збільшити інтерес дитини до інших. Як ми це будемо робити?

### **(1) Визначте, що привертає увагу вашої дитини.**

Що привертає увагу вашої дитини? Поспостерігайте за тим, чого ваша дитина справді хоче або що їй подобається. Які предмети ваша дитина любить роздивлятися, хапати або тримати? Які заняття любить ваша дитина? Що саме змушує вашу дитину посміхатися і сміятися вголос?

### **(2) Підготуйте середовище, займіть своє місце у ньому.**

Соціальна комунікація в першу чергу відбувається за посередництва очей та обличчя. Ми хочемо, щоб діти дивилися на нас, постійно встановлювали зоровий контакт, чітко бачили наше обличчя, міміку, погляд та рот, коли ми розмовляємо. Спробуйте розташуватися так, щоб дитина добре бачила ваше обличчя. Ви хочете привернути увагу малюка до свого обличчя та очей. Будьте поруч, обличчям до обличчя дитини, наскільки це можливо під час гри з іграшками та соціальних ігор. Є кілька способів розташувати себе і дитину так, щоб налагодити взаємодію було простіше.

Положення, в яких дитина лежить на спині, а ви сидите над нею або поруч з нею, чудово підходять для соціальних ігор, ігор з пальчиками, пісеньок і вправ.

Час зміни підгузків на пеленальному столику або на підлозі – це чудовий час, щоб розташуватися обличчям до обличчя і поговорити з дитиною, поспівати пісеньки чи пограти з пальчиками.

Ви сидите на підлозі, витягнувши ноги перед собою, а дитина лежить на спині на ваших ногах або між ними – це чудове положення для "маленьких ніжок", "ку-ку", "тосі-тосі", "лізе рак-неборак", лоскотів животика та будь-яких інших пальчикових ігор (наприклад, "сорока-ворона").

Існує також декілька способів посадити дитину обличчям до себе, щоб сприяти взаємодії. Під час соціальних ігор та одягання (сорочки, куртки) немовлята можуть сидіти на колінах у батьків обличчям до них. Годування вашої дитини у дитячому стільчику дає вам чудову можливість сидіти обличчям один до одного за кухонним столом. Ви можете трошки підняти стільчик для годування дитини та поставити свій стілець навпроти й нижче, щоб ви могли легко годувати дитину та бути обличчям до обличчя. Це чудове положення і для годування, і для вокальних ігор, і для різних наслідувань.

Сидяче положення дитини може бути ефективним, тому що стілець підтримує спинку та не дає дитині можливості сповзти. Розташування дитини в дитячому кріслі, на маленькому стільчику, кріслі-мішку, стільчику для годуван-



ня або в кутку крісла чи дивана у вітальні, коли дорослий сидить на підлозі перед нею – також чудові положення, що забезпечують можливість бути обличчям до обличчя з дитиною. Ви можете використовувати такі положення для пісень, пальчикових ігор, ігор з іграшками та книжками, а іноді і для одягання.

Коли садите дитину, переконайтеся, що ноги дитини добре спираються, не висять в повітрі, а її спина підтримується. Немовлятам комфортніше, коли їхньому тілу зручно. Коли спинка крісла підтримує їх, а ноги стоять на твердій поверхні – вони залишатимуться на місці довше.

Крісла-мішки також дозволяють посадити дитину навпроти себе. Таким чином, соціальні ігри та навіть активності з книжками можна проводити обличчям до обличчя, тримаючи книгу перед дитиною, при цьому ви можете вказувати на малюнки, а ваші очі та обличчя знаходяться на рівні дитини та досить близько для того, щоб можна було швидко встановити зоровий контакт, зробити смішний чи здивований вираз обличчя, прокоментувати щось в книжці та озвучити. Деякі малюки настільки люблять рухатися, що не хочуть довго сидіти. Особливо після того, як дитина почне повзати та ходити, вона може захотіти постійно бути у русі. Але через місяць-другий практики вам буде вже легше привчити дитину сидіти і гратися.

Коли діти навчилися підтягуватися з сидячого положення та стояти біля опори, то спирання на меблі або журнальний столик також може забезпечити необхідне положення. Немовлята люблять стояти біля журнального столика

і гратися з простими предметами. Стіл має бути важким і достатньо низьким, щоб він не ковзав, коли малюк за нього тримається і на нього було зручно спиратися животиком або нижньою частиною грудей, і при цьому мати вільні руки, щоб брати предмети та тягнутися до вас. Ви можете розташуватися на підлозі навпроти дитини (стіл між вами) обличчям до обличчя. Якщо дитині потрібно докладати зусиль, щоб утримувати рівновагу, то вона не зможе добре стежити за вами, тому переконайтеся, що немовля впевнено почувається в будь-якій позі, коли ви плануєте спільну діяльність.

### **(3) Усуньте конкурентів.**

Іноді інші речі в кімнаті відволікають увагу немовлят від людей. Спостерігайте за своєю дитиною, коли ви спілкуєтеся віч-на-віч, подивіться, чи є речі, які заважають утримувати увагу малюка. Телевізор або комп'ютер, іграшки та інші люди, особливо інші діти та домашні тварини, можуть бути такими. Якщо це відбувається, то подумайте, чи можете ви щось змінити в оточенні, щоб у вас було менше конкурентів у боротьбі за увагу дитини. Сховайте зайві іграшки або ті іграшки, якими ви не користуєтеся, щоб вони не відволікали вашу дитину. Вимкніть телевізор і комп'ютер. Якщо інші люди в кімнаті відволікають дитину, перейдіть в інше приміщення на декілька хвилин для спілкування з дитиною. Велике ліжко часто є чудовим місцем для соціальних ігор.

Якщо інші люди намагаються взаємодіяти з дитиною

одночасно з вами, домовтеся з ними про те, щоб вони у цей момент почекали, а коли ваша взаємодія закінчиться, тоді починали гратися з дитинкою. Для немовляти, яке не дуже залучене до соціальних взаємодій краще, щоб під час однієї взаємодії був з нею тільки один дорослий, а інший трошки почекав, а не намагався спілкуватися втрьох. Соціальна взаємодія є найважливішим інструментом навчання, який ми маємо, і саме тому ми хочемо її захистити та збільшити увагу дитини у ці моменти.

Отже, навіть якщо кілька членів вашої родини одночасно знаходяться поруч з дитиною, намагайтеся взаємодіяти з дитиною по одному і не переривати увагу дитини та її спілкування з іншою людиною.

#### **(4) Будьте у центрі уваги дитини.**

Тепер, коли ви вже знаєте, що цікавить дитину та усунули конкуренцію, зайняли правильне положення для спілкування обличчя до обличчя - настав час зосередитись на тому, щоб привернути увагу малюка.

Ви визначили, що цікавить вашу дитину (крок 1). Тепер поекспериментуйте – як можна використовувати ці інтереси, щоб привернути увагу дитини до (1) ваших очей і обличчя, (2) рухів вашого тіла, (3) вашого голосу, звуків та слів.

Діти готові до взаємодії, коли спостерігають за вами та часто переводять погляд між вашим обличчям і предметами. Якщо вони не дуже уважно дивляться на вас, то це

саме той час, коли треба почати більше експериментувати з тим, як потрапити в центр їхньої уваги.

Спробуйте пропонувати улюблені предмети дитини, тримаючи їх між вашими та її очима. Також, спробуйте по чергово гратися з улюбленими іграшками малюка. У наступному розділі ми обговоримо більше ідей щодо того, як привернути увагу дитини, але завдяки ідеям з цього розділу ви підготуєте основу для більш активної соціальної взаємодії.

#### **Висновки**

Ми обговорили як покращити взаємодію з дитиною в положенні обличчям до обличчя. Спостерігаючи за дитиною, ви помітите, на чому вона зосереджена та що саме потрапляє у центр її уваги, приєднайтеся до неї. Обережно розташуйтеся так, щоб ви з дитиною були обличчям один до одного і щоб між вами не було великої відстані. Це дає дитині можливість дивитися на ваші очі, обличчя та рот, а також звертати увагу на всю соціальну інформацію, яка надходить від обличчя.

Нехай таке положення буде обов'язковою частиною всіх видів взаємодій, як рутин, так і гри. Ми також говорили про те, щоб забезпечити багато соціальної взаємодії у подібних положеннях. Для деяких батьків дуже природно розмовляти та гратися з дитиною в такому положенні під час догляду та гри. Для інших батьків це не такий звичний спосіб взаємодії з дитиною. Однак немовлятам, у яких ми намагаємося підвищити інтерес до інших людей,

необхідно пропонувати багато соціальної взаємодії під час щоденних доглядових рутин та гри. І не забувайте тримати свій телефон якомога далі: щоб його не було видно та чутно! Тепер отримуйте задоволення, практикуючи ці кроки!

### Ось вправа для вас:

Спостерігайте за вашою дитиною, щоб побачити на що вона дивиться, до чого тягнеться або торкається, що викликає посмішку або викликає такий інтерес, що малюк аж широко розплющує очі. Це магніти для уваги вашої дитини і саме з цього ви можете почати: з речей, які цікавлять вашу дитину, речей, які знаходяться у центрі її уваги, усередину якої ви можете проникнути. Що відбувається далі, коли ви приєднуєтеся до своєї дитини та використовуєте свої очі, обличчя, дії та голос, перебуваючи у центрі уваги вашого малюка?

Використовуйте форму "Примітки" на сторінці 58, щоб записати: (1) як ваша дитина реагує, (2) які дії є сильним магнітом для уваги вашої дитини та (3) які стратегії слід використовувати, щоб допомогти дитині налаштуватися на вас.

## Розділ 4

# Початок взаємодії

### Список на холодильник

1. Перевірте сигнали дитини: чи вона готова до взаємодії?
2. Знайдіть "зону комфорту" дитини.
3. Зупиніться, щоб дитина зробила свій хід.
4. Дивні звуки або ім'я дитини можуть привернути її увагу.
5. Слідуйте за дитиною у грі.
6. Описуйте дії дитини.
7. Наслідуйте дії малюка.

У попередньому розділі ми обговорювали положення, яке допоможе привернути увагу малюка до вашого обличчя та тіла. У цьому розділі ми поговоримо про способи залучення дитини до взаємодії з вами під час діяльності віч-на-віч. Під залученням і взаємодією ми маємо на увазі: зоруву увагу дитини до вашого обличчя, ваших очей, вашого





тіла та реакції дитини під час взаємодій – вона рухає руками та ногами, видає звуки, посміхається чи зацікавлено дивиться. Ми також будемо шукати способи збільшити кількість соціальних ініціатив – моментів, коли дитина починає взаємодію, дивлячись, посміхаючись, "гукаючи" вас і жестикулюючи, що свідчить про бажання дитини привернути вашу увагу.

### **Яка відстань буде достатньою?**

Почнімо із розмови про те, наскільки близько треба бути під час активності віч-на-віч. Як тільки ви почнете пробувати різні положення віч-на-віч, ви ймовірно опинитесьдесь у межах витягнутої руки від малюка. Це природне положення для годування, переодягання та тактильних взаємодій. Хоча більшість немовлят реагують на обличчя із зацікавленням, але деякі діти можуть відвертатися, якщо обличчя буде дуже близько. Якщо ваша дитина дивиться вбік, коли ви намагаєтеся привернути її увагу віч-на-віч, то віддайтесь! Це суперечить інстинктам більшості людей. Природне бажання – підійти ближче або доторкнутися до обличчя дитини, чи зробити щось, щоб привернути її увагу. Однак є діти, які віддають перевагу більшій відстані, щоб насолоджуватися взаємодією віч-на-віч. Якщо ви бачите, що при наближенні до дитини, немовля відводить погляд (уникнення погляду — інший термін для цього), то варто відійти назад на крок-два туди, де ви були до того моменту, як дитина відвела погляд. Перевірте, чи малюк знову почне дивитися на вас з такої відстані. Якщо ні – варто збільшити відстань ще трохи та спробувати ще раз. Тут вам доведеться провести невели-

ку детективну роботу, щоб дізнатися від малюка, як саме йому комфортно спостерігати за вами і насолоджуватися спілкуванням. Цей простір є дитячою "зоною комфорту" для взаємодії і він буде вашою інтерактивною зоною. Цілком можливо, що через деякий час, коли у вас з малюком вже буде кілька знайомих, приємних сенсорних ігор, дитині буде комфортно з вами на ще меншій відстані. Але насправді, не так важливо близько чи далеко ви знаходитесь, головне - це увага дитини та комфортна взаємодія між вами.

Після того, як ви визначите "зону комфорту" і положення обличчя до обличчя, можливо, вам знадобляться деякі ідеї для занять у цих положеннях. Як ми вже говорили раніше, одним батькам може бути легко це зробити, однак, іншим – навпаки. Якщо ви не впевнені, що саме треба робити, аби підтримати інтерес вашої дитини та підвищити залученість, то читайте далі. Решта розділу стосується цієї теми. Спочатку поговоримо про тип взаємодії, який надає дитині багато можливостей для навчання. Ось невеликий опис соціальної взаємодії між дитиною та мамою, який демонструє комфортне залучення та спілкування.

*Дастіну 9 місяців, він наймолодший із трьох братів, у перших двох аутизм. Дастін повзає на килимку у вітальні, де його мати сидить на підлозі, притулившись до дивану посеред іграшок. Він підповзає до неї і вона каже "Гей, ти!", бере його на руки та садить собі на коліна, які зігнуті під кутом 45 градусів таким чином, щоб малюк зручно сидів на них. Тепер вони знаходяться навпроти один одного на відстані 2 кроків. Вона посміхається і рухає пальцями по*

*його животику, роблячи смішні короткі звуки. Малюк дивиться, посміхається, хіхікає й тягне свої руки до мами. Вона каже: "Тобі весело?" і забирає пальці, усміхаючись та дивлячись на Дастіна. Мама тримає руки на рівні грудей, з широко розведеними пальцями, щоб лоскотати, і чекає його сигналу. Малюк дивиться прямо на неї, посміхається і видає тихий звук. Одразу після цього мама каже: "добре!", рухає пальцями й знову обережно лоскоче та тихо вигукує. Дастін із задоволенням сміється, мама також. Мама знову відводить руки, кажучи: "тобі це справді подобається", і кілька разів поплескує його по животику. Вона знову повертає руки назад до грудей, широко розводить пальці, і малюк дивиться на неї, широко посміхається й тягнеться до її рук. "Ти хочеш ще?", — каже мама і повторює гру ще раз, щоб його втішити.*

Що важливо у цій взаємодії? Кілька важливих пунктів. По-перше, мама створює взаємодію, де є постійна соціальний контакт, включаючи зоровий. По-друге, вона починає невелику гру, а потім чекає на відповідь Дастіна. Щоразу, після того, як мама зробить свій хід, вона очікує на реакцію малюка. По-третє, дитина так чи інакше спілкується кожного разу, коли мама робить паузу, тому партнери узгоджують один з одним подальші дії. Мати сигналізує своїм тілом, а дитина відповідає обличчям, голосом і тілом одночасно. По-четверте, мама узгоджує інтенсивність своєї гри із сигналами немовля. Щоразу, коли він просить більше, то вона продовжує трошки інтенсивніше та швидше. Зрештою, дитина демонструє своє задоволення та бажання продовжувати різними способами – поглядом, виразом обличчя, голосом, руками і тілом.



Щобільше, він поєднує у своїх сигналах кілька різних способів комунікації: під час останнього кола гри він і посміхається, і регоче, і дивиться, і тягнеться. Це робить його сигнали дійсно чіткими, і ми бачимо “комплексну комунікацію”. Те, що Дастін посилює свої комунікації з кожним ходом означає, що мамине продовження гри – це вірна відповідь на його сигнали. Це те, до чого ми прагнемо у взаємодії: дует між двома активними партнерами, які спілкуються один з одним, використовуючи обличчя і тіло.

### **Як почати**

Іноді важко зрозуміти як почати соціальну взаємодію з дитиною. Якщо ви сидите на рівні очей дитини і вона дивиться на вас або посміхається, то ви завжди можете почати з посмішки та сказати: "Привіт, малюче! Як ти?" і, можливо, легенько торкнутися або поплескати в долоні.

Якщо дитина не дивиться і не посміхається вам після того, як ви сіли навпроти неї, то ви можете спробувати назвати її ім'я і зробити декілька звуків (подмухати, поцокати язиком, сказати "Я спіймаю тебе"), можливо, ніжно погладити або полоскотати животик. Іноді немовлята люблять більш інтенсивну взаємодію, наприклад, щоб їх підіймали вгору, полоскотали носом шию або погладжували ноги чи руки. Дитина може реагувати на звуки від улюбленої іграшки, як-от брязкальце або іграшки-пищалки. Тримайте іграшки біля свого обличчя і коли дитина повертається на звук, здивовано та емоційно промовляйте: "Ось ти де!". Ви можете таким чином повторити звук кілька разів, че-

каючи на відповідь малюка, а потім спробувати соціальну гру.

### **"Куди ти поведеш, туди я і піду"**

Іноді батьки бачать, що їхні діти дуже зосереджені на чомусь, але все одно намагаються переключити увагу на щось інше, що не так захоплює увагу малюка. Наприклад, дитина може стукати ложкою по таці дитячого стільчика. Якщо дорослий припиняє цю діяльність, забираючи ложку (це все ж таки голосно!), і намагається зацікавити дитину іграшкою, то малюк може ігнорувати дорослих або злитися і засмучуватися. Така ситуація може призвести до відчуття збентеження або розчарування у дорослих через відсутність позитивної реакції малюка на нове заняття.

Якщо малюк вже на чомусь зосереджений, то зазвичай більш ймовірно досягти успіху, якщо ви будете слідувати за увагою дитини і приєднаєтесь до її інтересу/діяльності/предметів, створюючи соціальну гру з ними, ніж намагатися змінити фокус уваги дитини. У цьому випадку ви додаєте соціальний інтерес до простої діяльності з предметом. Як приєднатися до діяльності малюка? Коментуючи, захоплюючись, допомагаючи та наслідуючи.

### **Кожній історії потрібен оповідач**

Приєднання до дитини починається, коли ви демонструєте свій інтерес до дій малюка шляхом спостереження, посмішки, кивання, жестикуляції ("активне спостереження") і коментування дій дитини – ви стаєте



оповідачем для неї. Використовуйте прості окремі короткі фрази, щоб прокоментувати або описати саме те, що дитина зараз робить. Використання простої мови допоможе вашій дитині почати чути окремі слова та асоціювати їх з предметами та діями. Якщо ваша мова занадто складна, тоді ваша дитина може не зрозуміти, яке саме слово чи фраза описує предмет, який ви тримаєте, або ж дію, яку ви демонструєте. Наприклад, якщо малюк бере в руки іграшковий потяг на підлозі, то можна сказати: "ось потяг". Якщо дитина котить його, ви можете сказати: "чух-чух-чух, ту-туууу" і допомогти малюкові покатати його. Якщо дитина показує на колесо, ви можете також вказати на нього і сказати: "це колесо". Такі дії активного спостереження, описування та залучення до дитячої гри (без перебивання або зміни гри немовля) можуть допомогти утримати увагу дитини тоді, коли ви почнете додавати навчальні моменти у гру. Не забувайте розташуватися так, щоб малюк бачив ваше обличчя та рот та міг спостерігати за тим, як ви говорите. Такий вид "активного слухання" – спостереження і коментування або описування може тривати весь час, коли ви зі своїм малюком. Ваш голос розповідає, коли ви змінюєте підгузок, пропонуєте їсти або купаєте дитину. Ваш опис створює ситуацію, в якій ви обидва приділяєте увагу одному й тому самому, а спільна увага – це потужний інструмент для навчання дитини. Це робить мову значущою і це ставить вас у центр уваги дитини – на перше місце!

### **Будьте помічником**

Інший спосіб привернути увагу дитини – це запропо-

нувати допомогу. Віддавайте дитині іграшки під час гри, переодягання чи купання після того, як малюк проявить до них інтерес. Не залишайте ці об'єкти там, де дитина може просто дістати їх сама. Під час перекусу давайте по одному або по два шматочки їжі за раз, а не кладіть все одразу на дитячий столик, а самі сідайте перед дитиною і розповідайте про те, що відбувається.

Коли ваша дитина починає тягнутися до предмета поза межами досяжності, ви можете зреагувати, сказавши: "Ти хочеш ...? Ось, тримай ...!" і передати це своєму малюку. Або ви можете розділити їжу на кілька шматочків (наприклад, розламати печиво на шматочки) та давати по одному. Більше частин означає більше навчальних можливостей для вашої дитини, щоб спілкуватися з вами та запам'ятовувати слова та дії, які ви демонструєте.

Під час гри ви можете бути помічником, коли дитина з усіх сил намагається досягнути бажаної мети. Переконайтеся, що ваша допомога є очевидною для дитини. Те, що ви приносите та дістаєте дитині бажані предмети, робить вас важливою людиною під час гри та допомагає малюку бути уважнішим до того, що ви кажете. Почекайте, доки дитина вкаже на бажаний предмет через жестикуляцію, погляд та/або озвучування перед тим, як віддати бажане – і таким чином ви будете заохочувати її до взаємодії та спілкування.

Для дітей старшого віку (12 місяців і більше) ви можете спеціально створювати ситуацію, де потрібна ваша допомога: залиште улюблені іграшки чи їжу в прозорих пла-

стикових контейнерах з кришками, щоб малюк міг бачити й торкатися його, але відкрити самостійно не міг. Тоді ви зможете запропонувати допомогу: простягніть руку та запитайте, чи потребує дитина її, після чого відкриєте контейнер і дістанете малюку бажаний предмет. Коли дитина впізнає предмет у контейнері, то вона може виявити інтерес та забажати отримати його, переводячи погляд з контейнера на вас і назад, або вокалізувати, дивлячись на контейнер, або облизувати його чи стукати по ньому руками. Навіть якщо ви не впевнені, чи хоче ваша дитина предмет всередині контейнера, ви все одно можете відкрити контейнер і дати їй цей предмет. Коли ви вже повторите цю дію декілька разів з різними матеріалами, то гра може розвинутися. Звуки вашої дитини та/або дії є хорошими показниками того, що вона взаємодіє зі своїм оточенням та з часом ці дії будуть перетворитися на спілкування.

### **Імітуйте за своєю дитиною**

Ще один спосіб створення взаємодій – імітація або віддзеркалення вашої дитини.

Грайте тією ж іграшкою чи предметом, що й дитина, по черзі, або використовуйте другу іграшку чи предмет для наслідування дій дитини, щоб вам не довелося відбирати їх у дитини. Наприклад, якщо немовля починає катати машину назад і вперед, то ви можете використати іншу машину, щоб катати туди-сюди, імітуючи швидкість, з якою малюк робить це, а також будь-які інші жести або дії дитини. Розташуйтеся перед дитиною та імітуйте – це

швидше всього приверне увагу вашого малюка. Якщо дитина намагається покласти кубик у коробку, то подавайте кубики малюку по одному і одночасно з цим деякі складайте самі також. Якщо дитина стукає ложкою по таці для дитячого стільчика, візьміть іншу ложку і стукайте у ритм з дитиною. Ви, ймовірно, побачите посмішку та встановлення зорового контакту, особливо, якщо ви розташовані правильно у положенні “обличчя до обличчя”.

Імітувати також можна звуки, які робить дитина. Ця стратегія імітації гри дитини допомагає привернути увагу та підвищити усвідомлення про вас, як про соціального партнера.

### **Висновки**

Ми говорили про те, як ви можете підтримати залученість свого малюка під час гри віч-на-віч. Потрапляючи у центр уваги дитини, ви даєте їй можливість навчатися у вас. З часом дитина буде починати підказувати вам та відповідати поглядом, голосом і жестами – це і є початок спілкування. Також, вона стане більш активним учасником соціальної взаємодії з вами. Мовлення розвивається саме з таких видів активних та комунікативних взаємодій з іншою людиною. Окрім цього, ми обговорювали способи налаштування соціальних взаємодій і те, як очікувати підказку з боку дитини для продовження спільної діяльності. Ми також обговорювали варіанти активного приєднання до інтересів та дій дитини, щоб створити більше навчальних можливостей під час соціальних взаємодій. Ми обговорювали "активне спостереження" за

допомогою коментарів, описування та надання допомоги малюку. Це можна робити, щоб приєднатися до інтересів і уваги малюка навіть тоді, коли він не потребує допомоги. Ми обговорили необхідність імітації дій дитини для розвитку уваги та взаємодії.

Ви зрозумієте, що досягли успіху – ваша дитина буде слідкувати за вами, спостерігати та посміхатися. І ви забудете, що таке телефон та де він знаходиться.

### **Практична вправа для вас:**

Почніть розповідати про те, що робить ваша дитина під час активності. Які іграшки чи предмети є у неї? Як він або вона грає з ними чи використовує їх? Використовуйте свій голос, щоб описати все це, як міг би описати спортивний коментатор. Далі починайте наслідувати те, що робить ваша дитина, по черзі взаємодійте з іграшкою, якщо ваш малюк пропонує її вам, або використовуйте для цього схожу іграшку. Виконуйте ті самі дії, що й дитина та коментуйте це. Спостерігайте, чи хоче малюк обмінятися предметами. Можливо, дитина сміється від грайливого звуку, який ви робите або їй подобається, коли ви перебільшуєте свої дії з іграшкою? Можливо, вам сподобається використовувати форму приміток, яку ви можете знайти в кінці цього посібника, щоб записувати, як малюк реагує на стратегії описування, захоплення, наслідування та вашу допомогу. Ці стратегії є дуже потужними інструментами для соціального спілкування та взаємодії з немовлятами.

## Розділ 5

# Розвиваємо лепет



Говоріння настільки легко дається дорослим, що їм важко оцінити, скільки практики потрібно немовлятам, щоб контролювати свій голос, формувати всі звуки своєї мови та навчитися поєднувати різні звуки. У цьому розділі ми зосередимося на трьох наступних навичках: цілеспрямоване керування голосом, використання голосу для передачі повідомлень та розвиток мовленнєвих звуків чи “фонем”.



# Збільшення звуків

## Список на холодильник

1. Відповідайте на звуки дитини.
2. Імітуйте звуки дитини.
3. Додавайте звукові ефекти до дій.
4. Дитячий лепет – це добре.
5. Розповідайте вашій дитині.
6. Робіть це коротко і мило!

Деякі діти – "галасливі діти". Вони лепечуть і видають звуки більшу частину доби, коли не сплять. Вони граються зі своїм голосом у ліжечках і мають великий репертуар різних звуків, які вони можуть видавати. Інші діти тихіші. Вони не видають так багато звуків, а коли видають, то їх кількість може бути дещо обмеженою.

Деякі звуки немовлят – це здебільшого голосні звуки, такі як а, о, у, та і, а також лепет та гуління. Інші малюки

використовують приголосні звуки у своїх вокалізаціях і утворюють склади на кшталт бабаба, ада або гагага. Вони також вчаться робити звуки, використовуючи язик та губи, наприклад, клацання язиком або поцілунок губами. Ці звукові ефекти та приголосні вимагають більшої координації від дитини, ніж відкриті голосні та агукання, і це свідчить про те, що дитина розвиває контроль над м'язами та структурами, які беруть участь у розвитку мовлення. Ось види звуків, які ми хочемо чути у 6-12-місячних дітей – імітації звукових ефектів і спонтанне повторення складів з кількома різними приголосними і голосними (комбінації звуків).

Друга зміна, яку ви можете помітити в цей період – це зміна звучання голосу дитини. У період 6-12 місяців немовлята вивчають звуки своєї мови, а також вивчають контури, або мелодику того, як звучить речення. У міру того, як вокалізації стають довшими і містять більше складів, вони починають звучати так, ніби діти розмовляють власною "мовою" з контурами речень і запитань – їхні голоси підвищуються і знижуються, стають короткими і виразними.

Обидві ці тенденції (збільшення звуків і контурів у голосі) свідчать про те, що дитина дізнається більше про мовлення і набуває більшого контролю над своїми звуками. Немовлята іноді видають звуки випадково, без мети чи наміру це зробити. Звуки – це свого роду випадкова поведінка, яка просто трапляється, і дитина грається зі звуками деякий час, тому що це весело і цікаво. Але як тільки дитина починає імітувати звукові ефек-

ти і деякі звуки вашого мовлення, то вона демонструє більш свідомий контроль над своїм голосом. Мовлення є цілеспрямованим процесом і немовлята повинні навчитися обирати, який звук вимовити, а потім координувати те, що для цього потрібно. Наприклад: форму рота, положення язика, рух щелепи, контроль над гортанню, контроль над диханням – все, що потрібно для того, щоб говорити. Це вимагає ретельної координації язика, губ та інших м'язів, які допомагають вимовляти цілеспрямовані звуки.

Щоб допомогти дитині перейти від випадкових звуків до цілеспрямованих – повторюйте за нею. Коли ви імітуєте звуки дитини, вона може почати імітувати їх у відповідь. Тоді дитина демонструє цілеспрямований контроль над голосом і мовленнєвою системою. Виглядає це так: спочатку немовлята вимовляють звук, потім чують його повторення, а далі знову видають звук. Іноді батьки вимовляють звук, який раніше чули від дитини, і намагаються заохотити її відтворити його, але дитина може цього не зробити. Однією з причин може бути те, що, хоча її м'язи та органи мовлення можуть вимовляти цей звук, це відбувається лише випадково для дитини. Малюк ще не може скласти "план", щоб скоординувати всі аспекти, необхідні для того, щоб вимовити цей звук. Відповідно звук не є цілеспрямованим. Щоб зробити його таким, потрібен час та досвід.

Ми знаємо, що дитина навчилася цілеспрямовано контролювати свої звуки тоді, коли вона може імітувати звуки іншої людини, або коли регулярно використовує їх задля комунікації – для того, щоб донести повідомлення до

іншої людини, поєднуючи їх з поглядом або жестом. Немовлята повинні цілеспрямовано контролювати свій голос і звуки, перш ніж вони зможуть відтворювати мову. Якщо дитина ще не має цілеспрямованого контролю над своїм голосом, ми повинні зосередитися над розвитком цієї навички. І якщо малюк дуже мовчазний, то ми хочемо створити більше ситуацій, коли він може використовувати свій голос. Втручання однакові для обох випадків і це те, що ми розглянемо у нашому розділі.

Але почнемо з початку, а саме з того, як ви будете використовувати власне мовлення, щоб розвивати мовлення дитини. Немовлята вчаться розмовляти, наслідуючи своїх батьків та інших вихователів, і те, як батьки розмовляють зі своїми дітьми, має реальний вплив на те, як швидко і наскільки добре дитина навчиться розмовляти.

### **Як слід розмовляти з дитиною?**

Існує два основних підходи, які ви можете використати. По-перше, переконайтеся, що ви використовуєте прості короткі слова та звукові ефекти у своїх іграх. Ваш голос може бути частиною кожної взаємодії. Не стримуйтеся самі використовувати "дитячий лепет" під час ігор та повсякденних справ. Немовлятам подобаються повторення, спрощені слова та музична манера, в якій дорослі так по-особливому розмовляють з ними. Це неправда, що говорити з малюком по-дитячому погано, як може здаватися деяким людям. Це, навпаки, допомагає їм, адже привертає увагу до звуків мови, які гіперболізовані у дитячому лепеті.

По-друге, поговоримо про коментування рутин для вашої дитини, розповідайте дитині про неї ж. Розмови з дитиною про те, що відбувається – це ще один дуже важливий спосіб для вивчення мови. Задовго до того, як немовлята починають розуміти будь-які слова, вони вже вивчили звуки своєї мови – окремі звуки, різну будову тверджень, запитань, коментарів, вигуків. Кожна мова звучить по-різному. Немовлята вивчають звукову систему перш ніж починають виокремлювати слова, адже ми знаємо, наскільки по-різному можуть звучати різні мови. Вам не потрібно розуміти ні слова німецькою чи китайською, щоб почути різницю між ними, і малюки теж її чують. Як тільки немовлята вивчають звуки своєї рідної мови, вони віддають їй перевагу перед іншими і "налаштовуються" на неї. Що більше вони налаштовані, то більше вони слухають, а слухання дозволяє їм чути закономірності мови – так вони починають розуміти окремі слова. Але це буде пізніше. А зараз зосередьмося на тому, що чує дитина: ваш голос, ваша розповідь, ваші імітації звуків дитини та звукові ефекти. Розглянемо приклад.

Шона миє посуд своєї молодшої дитини, 8-місячного Натана, після обіду. Обличчя, руки та нагрудник Натана вимазані морквяним пюре. Шона приносить теплу губку і каже: "Витрімо з тебе моркву, щоб ти міг злізти. Поглянь на своє обличчя!" (Вона витирає йому обличчя, а Натан метушливо протестує). "Все гаразд, просто треба витерти моркву". (Вона витирає йому губи, і він видає невеликий звук), "пах-пах-пах, ось ти де. А тепер твої руки, ось одна рука, і все чисто, ось інша рука, знову чисто. Ось, дві чисті ручки". Вона витирає тацю. "Прибери це все, ти ж любиш

свої пластівці, чи не так? Прощайте, пластівці. Витри нагрудник, добре, ти чистий, хлопчику. Знімемо цей нагрудник, розв'яжемо його, ось так, тягни. Знімай. О, ти зняв його, маленький негіднику. Знімай свою тацю, ти готовий злізти?". Він піднімає свої ручки вгору. "Хочеш вгору, гаразд, давай я зніму твій ремінь, ось так, клац, знімай, давай сюди, малий, піднімайся, піднімайся, піднімайся" (Розгойдує його в повітрі і він сміється. Вона притискає його до себе, притискається до його шиї і він реагує так, ніби йому лоскотно), "Мама любить свого Натана" (притискає його до себе в обіймах).

Тут ми бачимо безперервну розповідь про активність матері, як вона вмиває Натана, і уривчасті маленькі соціальні ігри, в яких вона переключається на звукові ефекти і прості, повторювані склади (гра з губами, па-па-па-па, коли вона імітує звук, який видають його губи; гра "вгору"). Для деяких батьків така розповідь є дуже природною, і вони роблять це не замислюючись. Для інших – розмовляти з такою маленькою дитиною незвично, але ввести це батькам за звичку буде важливо, адже це вагомий мовленнєвий досвід для малюка. Тому вперед до практики - тут немає правильного чи неправильного способу. Ви просто розмовляєте з дитиною так, ніби вона все розуміє, і пам'ятайте, ми робимо це для того, щоб дитина почула більше звуків. Ми говоримо: **"ми вкладаємо у вуха дитини ті звуки, які хочемо почути з її рота"**.

Взаємодія з дитиною починається тоді, коли ви цікавитесь тим, що робить дитина, спостерігаючи, посміхаючись, киваючи, жестикулюючи ("активне спостереження") і ко-



ментуючи дії дитини – стаєте для неї оповідачем (спортивним коментатором). Використовуйте прості слова або короткі фрази, щоб прокоментувати або описати те, що дитина в цей момент робить. Використання простої мови сприяє тому, щоб допомогти дитині почути окремі слова та асоціювати їх з предметами і діями.

Якщо ваша мова занадто складна, то дитина може не зрозуміти, яке слово чи фраза описує предмет, який ви тримаєте в руках, або дію, яку ви демонструєте. Наприклад, якщо дитина піднімає іграшковий потяг, що лежить на підлозі, ви можете сказати: "потяг". Коли дитина котить його, ви можете сказати: "чух-чух-чух" і допомагати дитині котити потяг. Якщо дитина натискає на кермо, ви можете сказати: "Це кермо". Цей акт активного спостереження, залучення та розповіді про гру дитини (не перериваючи і не змінюючи фокус уваги дитини) може допомогти утримувати увагу немовляти на діяльності, водночас надаючи при цьому можливості для навчання. Станьте навпроти дитини. Завдяки тому, що малюк буде бачити ваше обличчя та губи, йому буде легше помічати увагу від інших людей та їх мовлення.

Цей вид активного спостереження і коментування, або розповіді, може тривати весь час, поки ви перебуваєте з дитиною. Це робить мовлення значущим і ставить вас у центр уваги дитини.

## Розділ 2

# Збільшення кількості звуків дитини

### Список на холодильник

1. Імітуйте звуки дитини, перебуваючи обличчям до обличчя.
2. Відразу реагуйте на голос дитини!
3. "Перекладайте" невербальну комунікацію дитини.
4. Спробуйте пограти з дитиною в прості ігри з ротом.
5. Дослідження предметів ротом – це нормально. Але "дурник" веде нас у протилежну сторону від мовлення.
6. Книжки щодня – заради малюнків, а не тексту.

## Збільшуємо кількість звуків у немовлят

Ми говорили про те, як батьки можуть використовувати власну мову та гру, щоб підтримувати вокалізації немовлят і допомагати їм розвивати контроль над своїм голосом. Батьки можуть розповідати, імітувати та створювати звукові ефекти під час взаємодії. Практикуйте такі "розмови" з дитиною під час гри, їжі, перевдягання, купання і під час читання книжок. Це може відбуватися в машині, в продуктовому магазині, в кабінеті лікаря, на прогулянці. Крім того, ось кілька конкретних стратегій для того, щоб допомогти мовчазній дитині збільшити кількість вокалізацій і контролювати свій голос.

Коли дитина вокалізує, сядьте в полі її зору і з посмішкою імітуйте звуки малюка так, ніби ви говорите з ним по черзі, потім зупиніться і зачекайте, поки дитина повторить свій звук. Буде краще, якщо ви зможете бути достатньо близько для того, щоб немовля чітко бачило ваш рот. Дитина, швидше за все, буде стежити за вашим ротом, коли ви імітуєте її звуки – це добре, тому що спостереження за тим, як ви рухаєте ротом, коли вимовляєте звуки, допомагає стимулювати артикуляційні рухи дитини. Якщо дитина повторює звуки – це чудово, ваша черга імітувати знову. Продовжуйте робити звуки по черзі, доки у малюка зберігається інтерес до цього – це "розмова" у дитячому стилі.

Якщо під час паузи дитина не наслідує за вами, а просто спостерігає, повторіть звук ще раз, а потім знову зробіть паузу. Доки дитина зацікавлено спостерігає за вами, про-

довжуйте вимовляти звук, дивлячись на неї, потім зробіть паузу і дочекайтеся черги малюка, а потім повторіть, навіть якщо він не вокалізує. Пам'ятайте, що зоровий контакт дитини - дуже важлива комунікація й ознака зацікавленості дитини, а увага дитини до вашого обличчя – це сигнал, щоб ви продовжували. Навіть коли дитина не вокалізує у відповідь, але дивиться і слухає, вона все одно вчиться у вас, очікує ваших звуків та дій і по черзі з вами використовує невербальну комунікацію (погляд, жести, рухи тіла, вираз обличчя та зацікавленість) замість голосу.

Коли ви припиняєте все і реагуєте на звуки дитини, то це дає їй розуміння, що її голос привертає вашу увагу і зацікавлює. Це призводить до захопливої взаємодії та допомагає збільшити кількість власних звуків дитини та шанси на те, що дитина пізніше їх буде знову повторювати.

Коли дитина видає звук, то впевніться, що ви одразу відреагували на нього, щоб вона зрозуміла, що її голос – це потужний інструмент для привернення уваги. Коли дитина вокалізує – реагуйте! Якщо ви не контактуєте з нею в цей момент, то поверніться до дитини, поговоріть з нею, подивіться на неї та посміхніться. Встановіть соціальний контакт з дитиною. Або повторіть те, що сказав малюк, або скажіть щось на кшталт: "Я почув тебе!", "Ти розмовляєш зі мною!", "І тобі привіт!".

Коли дитина спілкується очима, тілом, руками, обличчям, але не голосом, то ви самі додаєте голос – говорите те, що дитина "розповідає". Наприклад, якщо ви

даєте ложку горохового пюре, а дитина робить обличчя відрази і випльовує його, імітуйте це обличчя і скажіть перебільшено щось на кшталт: "тьху, тьху, тьху, тьху горох, Міссі не хоче горох!". У якийсь момент дитина видасть кілька звуків у відповідь на ваші слова. Імітуйте звуки дитини, а потім повторюйте свої власні звукові ефекти. Отже, в цьому прикладі, якщо після того, як ви скажете: "Міссі не хоче горох!", дитина видасть булькітливий звук, то відповідайте: "Так (булькання), гидкий горох!" своїм анімованим обличчям і голосом. У цьому прикладі ваша розповідь про досвід дитини сприяла чудовій комунікації з нею, де зоровий контакт, жести і голос об'єдналися разом, щоб передати задоволення дитини від взаємодії. Ви влаштували невеличку виставу для дитини, і це призвело до комунікації з нею. Це і є магія, над якою ви працювали! Це одна з наших головних цілей - дитина, яка спілкується голосом, очима і тілом, надсилаючи цілеспрямоване повідомлення про свої почуття іншій людині. Це те, з чого розвиватиметься мовлення, і з часом дитина буде робити це без особливих зусиль під час соціальних взаємодій.

### **Збільшення кількості різних приголосних або фонем**

Немовлята проходять різні етапи у період розвитку звуків, перш ніж вони починають формувати склади, які дедалі більше нагадують справжні слова. Спочатку вони белькочуть і воркують, вимовляючи переважно голосні та деякі "г" та "у". Потім, десь у віці 6 місяців, більшість дітей починають вимовляти деякі приголосні, використовуючи звуки губ і язика, у своїх вокалізаціях. Коли зуби прорізуються, то починають з'являтися такі звуки, як "д", які вимагають

взаємодії язика та зубів. Ми чуємо звуки "ба-ба-ба" і "ді-ді-ді", які ми обговорювали раніше - це лепет. На наступному етапі дитина може змішувати приголосні в одному зі своїх "слів" замість того, щоб повторювати один і той самий приголосний, створюючи щось на кшталт "бада" або "гая". Потім вона починає нанизувати все більше і більше складів разом у рядки, які звучать як щось схоже на мову, хоча в ній немає справжніх слів. Це називається "жаргон", і він показує нам, що м'язи і нерви, які підтримують мовлення дитини, а саме губи, зуби, язик, щелепа, діафрагма, гортань і дихання, працюють синхронізовано разом. На цьому етапі дитина, ймовірно, зможе імітувати кілька звуків по черзі разом з вами. Саме в цих імітаційних обмінах немовлята починають підбирати слова. Вони повинні вміти імітувати звуки, щоб утворювати слова.

Одна зі стратегій, яку батьки можуть використовувати, щоб збільшити кількість звуків у дитини, яка здебільшого воркує і не вимовляє багато приголосних - це грати з дитиною короткі ротові ігри під час того, як ви з дитиною імітуєте голосні звуки по черзі. Але тут важливо звернути увагу на те, що для деяких дітей дотики до їх рота можуть бути досить неприємними. Якщо ви хочете спробувати ці ігри, будьте уважні до реакції дитини на ваші дотики до обличчя, губ і підборіддя. Будь-яка ознака того, що дитині це не подобається, означає, що потрібно зупинитися і повернутися до того, що ви з дитиною робили раніше.

Якщо ви хочете спробувати, ось вам ідея. Оберіть час, коли дитина розслаблена і щаслива та говорить звук "а". Спробуйте дуже обережно доторкнутися до її рота до-



лонею, щоб вийшов звук "ба-ба", коли вона вокалізує. Ви також можете імітувати його. Зробіть це коротко і зупиніться, щоб побачити реакцію дитини на цю нову активність. Шукайте сигнали, які нам скажуть, що дитина хоче продовження гри або сигнали зі значенням: "Це виглядає дивно, і я не думаю, що мені подобається", щоб вирішити, чи повторювати цю гру ще.

Інша ідея: поки дитина вокалізує "ooo", обережно покладіть свій палець під її нижню губу і швидко підштовхніть її вгору, щоб вона зустрілася з верхньою губою, а потім відпустіть, щоб перетворити "oooo" на "бо". Якщо дитині це подобається і вона продовжує вокалізувати, ви можете повторити такі дії кілька разів, щоб вийшло "бо-бо-бо". І ще одна ідея: якщо ви дуже обережно зведете губи дитини разом і швидко відпустите, коли вона каже "а" - ви почуєте "па". Спробуйте грати у такі ігри по черзі, роблячи спочатку на своєму обличчі, поки дитина спостерігає, а потім з дитиною, переконуючись, що вона отримує від цього задоволення.

Друга стратегія, про яку ми згадували раніше - це імітація дитячих звуків. Імітація є потужним інструментом, який допомагає немовлятам практикувати свої звуки, і чим більше практики вони отримують, тим більше розвиваються їхні м'язи та нейронний контроль, що дасть можливість вимовляти більше звуків.

Споріднена стратегія, яку батьки можуть використовувати, полягає в тому, щоб імітувати за малюком складніші звуки, а не прості. Під складними звуками ми маємо на

увазі приголосні та склади. Прості звуки - це воркування, булькання та голосні. Наприклад, якщо малюк видає серію голосних, які включають "а, а, аба, аба, абабаба", батько імітує у відповідь "абабаба", а не "а". "А" - це простий голосний звук, тоді як "абаба" - комплекс звуків.

Не перешкоджайте дитині вивчати різні об'єкти ротом. Багато батьків зупиняють дітей, коли вони беруть до рота різні предмети, але такі дослідження є важливою частиною розвитку м'язів і усвідомлення відчуттів у роті. Для немовлят абсолютно нормально і природно брати до рота різні предмети, а дослідження ротом розвиває оральну координацію.

Іншим аспектом заохочення до більшої кількості вокалізацій є зведення до мінімуму використання смочка, коли немовлята не сплять. Коли діти тримають пустушку в роті, вони не можуть вокалізувати. Смоктання пустушки та великого пальця - це способи, якими немовлята регулюють, втішають і заспокоюють себе, тому вони корисні для втомлених, засмучених і хворих немовлят. Якщо ви турбуєтеся про вокалізації малюка, то намагайтеся використовувати пустушку лише для специфічних цілей, але уникайте її під час періодів активності дитини, особливо це відноситься до моментів взаємодій під час переодягання, годування, соціальних ігор та ігор з предметами. Якщо ви зберігатимете смочок в спеціальному контейнері в дитячій кімнаті, це полегшить обмеження його використання в активний час і залишить для спокійних періодів. Те ж саме стосується пляшечок з молоком або водою. Пляшечки для годування.

Ще одним стимулом, який заважає розвиватись вокалізаціям, є перегляд відео. Немовлята набагато більш вокалізують, коли вони граються наодинці або з іншими людьми. Відео зачаровує немовлят і заважає соціальній взаємодії та розвитку мовлення. Також намагайтеся не вмикати фонову музику, телевізор чи радіо надовго. Тихіша атмосфера стимулює немовлят робити більше вокалізацій і допомагає вашому мовленню ставати більш помітним для дитини.

Нарешті, приділяйте час для книг з дитиною щодня! Малюки ніколи не бувають занадто маленькими для книжкових рутин. Але з немовлятами ми насправді не читаємо книжки. Ми робимо те, що робили в наших взаємодіях: проста розповідь (спортивний коментатор), звукові ефекти та соціальні ігри. Використовуйте книжки з простими, великими малюнками, отворами, в які можна просовувати пальчики, текстурами, які можна помацати, дзеркалами, в які можна подивитись - це книжки, які розроблені для немовлят. Це скоріше книжки з картинками, а не книжки з історіями. Показуйте на малюнки, називайте те, на що дитина дивиться або торкається, додайте звукові ефекти (звуки тварин, транспортних засобів тощо). Вказуйте на частини тіла на малюнку і на дитині, а також показуйте на собі. Ви можете імітувати те, що дитина робить з книжкою. Розповідаючи і коментуючи, пам'ятайте, що ваша мова має бути простою - два або три слова за раз, з частим повторенням, звуковими ефектами, співом. Намагайтеся розповідати книжки однаково щоразу, щоб малюк навчився передбачати певні звуки. Намагайтеся розташуватися так, щоб дитина могла бачити ваше обличчя і рот, а також книжку.

## Висновки

У цьому розділі ми розглянули багато питань. Ми обговорювали, як немовлята вчаться мовленню. Ми говорили про те, як мовлення розвивається від здатності виробляти все більше і більше мовленнєвих звуків до імітації мовлення інших людей. Для немовлят, які вимовляють дуже мало звуків, особливо приголосних, або які не можуть легко імітувати чужі голоси та використовувати свої звуки для спілкування - батьки можуть створити репертуар мовленнєвих звуків та вокальних ігор через додавання звукових ефектів до іграшок, книжок, пісень, пальчикових ігор та ігор з ротом, а також інші соціальні ігри, які заохочують немовлят до участі. Імітування звуків немовлят у відповідь і розвиток вокальних ігор, що включають цикли імітацій - це надзвичайно корисний вид діяльності. Ви досягнете мети цього розділу тоді, коли дитина зможе брати участь у кількох раундах вокалізацій з вами по черзі, зможе імітувати деякі з ваших звуків і вимовляти багато маленьких складів з приголосних і голосних звуків у своїй дитячій мові.

# Спільна гра з предметами



Зазвичай, малюки починають проявляти великий інтерес до предметів, як тільки навчаються тримати їх у руках. Коли вони тримають іграшки та маніпулюють ними, то уся їх увага зосереджена на цьому. У такому віці увага дитини може бути спрямована на щось одне – або на людей, або на предмети. Але у період між 9 та 12 місяцями малюкам вже легше переключати увагу з предметів на людей та назад.

# Переключення уваги

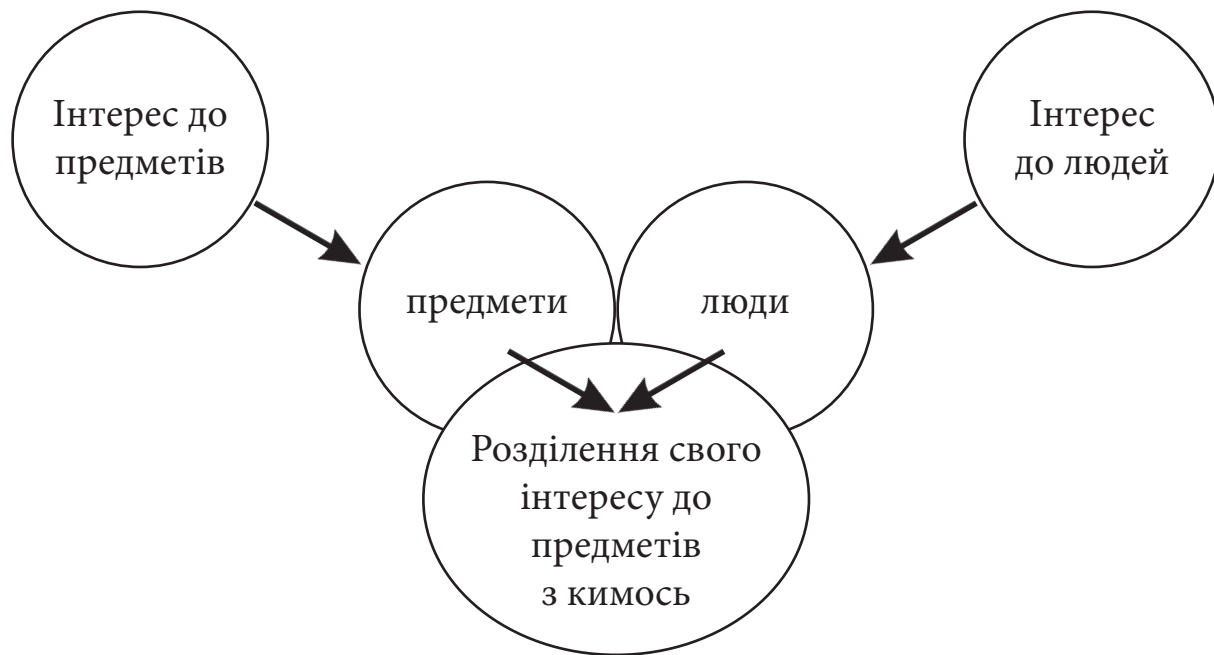
## Список на холодильник

1. Слідуйте за інтересами дитини та розвивайте соціальну гру по черзі з улюбленими предметами.
2. Методи: граємось предметами по черзі або використовуємо "парні іграшки" (по одній для кожного).
3. Це допомагає дитині переключати увагу з предметів на батьків, розвиває паралельну гру, імітацію та сприяє обміну емоціями.

Як тільки діти починають переключати свою увагу з предметів на людей та назад, то ці два інтереси – люди та предмети – зливаються. І з цього моменту діти можуть ділитися з близькими своїм зацікавленням предметами.

Деякі діти цю навичку закріплюють важче. Деякі немовлята виглядають занадто сфокусованими на предметах і їм





важко переключити свою увагу, щоб поділитися враженням з іншою людиною.

У цьому розділі ми будемо говорити про те, як допомогти дітям переключити їх увагу, щоб вони могли ділитися своїми інтересами з іншими людьми під час гри з предметами. Завдяки цьому у дітей з'являється можливість дізнатися набагато більше від батьків про предмети, мову та гру.

У цьому й полягає перевага розділення інтересів до предметів з іншими – старший соціальний партнер значно розширює навчальні можливості для малюка, коли ділиться своїми знаннями про цю річ. Але якщо немовля не звертає увагу на соціального партнера і не сприймає ту інформацію, якою з ним діляться, то він втрачає можливість вчитися у дорослого.

Наша мета — розвинути здатність дитини переключа-

ти увагу між предметами і людьми, а також збільшити соціальні взаємодії під час гри з предметами. Перед тим, як перейти до стратегій тренування переключення уваги, важливо поговорити про те, які саме дитячі сигнали нам демонструють, що діти діляться інтересом до предметів з близькими людьми. Існує декілька ключових форм поведінки, які ми будемо шукати. **Це форми поведінки спільної уваги.**

Перший варіант - **це просте переведення погляду.**

*Дев'ятимісячний Нікі сидить у своєму дитячому стільчику і смочке брязкальце у той час, як мама сидить перед ним за кухонним столом і п'є свою каву. Нікі підіймає погляд на неї та продовжує смоктати, а мама каже: "Смачно? Ням". Після цього мама робить ковток кави. Він знову опускає свій погляд на руки, жує, а потім знову дивиться на маму. Вона каже: "Ти все ще голодний? Ось ще трохи пластівців" і простягає йому жменю. Просте переведення погляду Нікі спонукає маму коментувати, що сприяє спільному проживанню цього моменту.*

Незабаром після того, як діти починають переводити погляд, ми помічаємо, що вони вже **дають різні предмети** своїм батькам, пропонують їжу, годують їх, дають речі і потім забирають їх назад. Давати – це важливий спосіб поділитися чимось і це викликає багато соціальних взаємодій. Інший спосіб ділитися чимось – це **показувати предмети**. Часто ця навичка з'являється у віці між 9 та 12 місяцями. Коли немовлята показують предмети, то вони тримають їх навпроти обличчя своїх батьків, а

ті у свою чергу, зазвичай, коментують і називають предмет. Часто це досить коротка поведінка – дитина підіймає предмет і дивиться на батьків, очікуючи їх коментаря, а потім опускає предмет і продовжує гратися. Те, що малюк встановлює зоровий контакт з батьками, чекає на їх погляд та коментар, показує нам, що дитина насправді звертає увагу на те, що роблять батьки. Таке враження, що дитина тепер розуміє, що за очима батьків знаходиться їх свідомість.

Ще одна поведінка з метою ділення з оточуючими включає жестикуляцію – **вказування або жест відкритою долонею – на об'єкт**. Ми можемо спостерігати це як з предметами, які знаходяться поруч, наприклад, малюнки в книгах, так і з предметами, які знаходяться поза межами досяжності, які дитина побачила і хоче поділитися цим з батьками. Дитина очікує, що батьки подивляться на те, на що вона вказує і щось скажуть про це. Немовлята часто перевіряють обличчя батьків, щоб побачити, чи дивляться вони на вказаний предмет. Таким чином, дитина демонструє своє розуміння, що її увага та увага батьків може зосереджуватись на одному й тому самому предметі. Для розвитку мовлення є вкрай важливо, щоб дитина зрозуміла явище спільної уваги. Коли батьки щось говорять під час спільних активностей, то дитина знає, що саме вони мають на увазі – предмет, на який вона вказувала – і, таким чином, слова набувають значення того, на чому була сфокусована їх увага. Таким чином малюк дізнається значення слів.

Усі ці форми поведінки – переведення погляду,

віддавання, демонстрація предметів та вказування пальцем на них – називають **спільною увагою**, коли вони використовуються для того, щоб привернути увагу інших та поділитися своїм інтересом. Вони є фундаментальними для розвитку мовлення. Нещодавно ми говорили, що наша мета полягає у тому, щоб сприяти переключенню уваги дитини між предметами та соціальними партнерами, а також збільшити соціальні взаємодії під час спільної гри з предметами. Ми збираємося робити це, стимулюючи розвиток цих чотирьох навичок окремо. Тепер поговоримо про стратегії, які батьки можуть використовувати, щоб допомогти своїм дітям досягти цього.

### **Будьте в центрі уваги**

Щоб тренувати переведення погляду, батьки повинні бути поруч та у центрі уваги своєї дитини. Завдяки цьому дитині одразу стає набагато легше дивитися на них. Якщо дитині некомфортно, коли дорослий сидить навпроти, то варто трошки відсунутися у бік. Знайдіть своє місце, щоб дитині було комфортно. Після цього час провести невелику детективну роботу. Що ви можете зробити, щоб спонукати дитину перевести погляд з предмета на вас, але при цьому не дратувати її? Ось деякі ідеї, які можна спробувати.

### **Коментуйте та додавайте звукові ефекти**

Приємним голосом проговорюйте короткі фрази, які описують дії дитини та те, у чому вона зараз зацікавлена. "Бум-бум-бум!" – якщо дитина стукає або "ням-ням", коли

дитина щось жує. Чи дитина подивилася на вас? Якщо так, то посміхніться та повторіть ще раз те, що ви говорили. Якщо ж дитина не звернула на вас увагу, то спробуйте ще раз з іншим звуком, змініть гучність або додайте анімацію. Поспостерігайте за тим, які ваші дії можуть допомогти вам привернути увагу дитини.

### **Повторюйте за дитиною**

Візьміть такий самий предмет, як і у дитини та повторюйте її дії, додаючи різні звукові ефекти. Якщо малюк тягнеться, щоб забрати ваш предмет, то віддайте, натомість візьміть той, що був до цього у дитини. Якщо малюк хоче обидва, то візьміть собі третій. Зараз ще не час працювати над навичкою ділитися – дитина занадто маленька та це не є нашою метою. Наша мета – це переключення уваги і на цьому варто фокусуватися.

### **Робіть по черзі**

Простягніть відкриту долоню до предмета та скажіть: "моя черга" або "мамина черга", або "дай мені". Якщо дитина віддає, то візьміть предмет, назвіть його, показуючи дитині, а потім швидко зробіть щось цікаве з ним. Ви можете повторити дію дитини або вигадати щось інше, або весело прокоментувати "Вау! Гарний м'ячик" і так далі, а потім одразу поверніть іграшку малюку. Якщо ваша дитина не віддає, то не починайте боротьбу за предмет. Спробуйте взяти інший предмет, щоб продемонструвати свою дію. Після кількох повторень, спробуйте попросити ще раз. Також ви можете спробувати обміняти свій

предмет на те, що тримає дитина і знову зробити ефект, який може сподобатися малюку. Коли ви будете пробувати ці стратегії, то пам'ятайте, що ми робимо це, щоб взаємодія була радісною і для вас, і для дитини.

### **Віддавати, щоб розділити увагу**

Після того, як дитина вже частіше під час гри з предметами переводить погляд з предмета на людину, ми переходимо до тренування **навички віддавання предметів**. Це нам потрібно для того, щоб створювати моменти зі спільною увагою. Нам треба поєднати жест відкритої долоні з проханням "Дай мені", коли ми просимо дитину віддати. Також, варто і самому давати дитині багато різних речей. Коли ми щось віддаємо, то простягаємо руку з предметом до дитини і очікуємо, щоб вона потягнулася у відповідь та забрала. У цей момент проговорюємо: "Ось, тримай, хочеш..., ось твій..." тощо.

Стратегія: Коли малюк пропонує вам предмет, простягніть відкриту долоню до нього та попросіть "дай мені" або "віддай мені". У цей момент тримайте свою простягнуту руку під предметом і допоможіть дитині покласти його вам в руку. Якщо малюк не робить цього одразу, тоді єдиний варіант – це швидко взяти предмет, зробити щось смішне або цікаве з ним і миттєво повернути його дитині. Використовуйте цю стратегію лише у тому випадку, якщо це не роздратує дитину, і повертайте предмет так швидко, щоб дитина не встигла почати плакати або кричати. Не варто чекати, коли дитина "попросить" його назад. Ідея полягає у тому, щоб показати малючку, що віддавати вам щось – це



безпечно і весело, адже це приводить до цікавих подій, і він завжди отримає іграшку назад, тому немає причин уникати вашого прохання. Дуже важливо не створювати конфлікти через іграшку. Ми хочемо, щоб цей процес залишався веселим і радісним, як для дитини, так і для вас. НЕ використовуйте цю стратегію тоді, коли ви хочете забрати іграшку!

### **Передавання багатьох різних предметів**

Коли ви берете такі продукти, як мюслі, чорнослив, невеликі шматочки фруктів, зоологічне печиво тощо, то краще висипати їх у миску та давати дитині по одному шматочку кілька разів підряд. Потім попросіть дитину дати вам один шматочок і допоможіть їй зробити це, після чого зі смаком та яскравими емоціями з'їжте його. Потренуйте передачу їжі, коли ви самі годуєте дитину. Після того, як декілька разів підряд ви дали їй з'їсти щось смачне, то нахиліться досить близько і попросіть тепер погодувати вже вас, одразу допомагаючи малюку зробити це. Створіть веселе шоу з їжею зі звуковими ефектами, перебільшеними емоціями або жартівливими діями, і швидко повторюйте – ви годуєте дитину, дитина годує вас.

### **Предмети у контейнерах**

Схожа гра може відбуватися з предметами у контейнері. Металеві коробки, в яких ви зберігаєте різдвяне печиво, можуть добре підійти для цього завдання завдяки звуку, який вони створюють. Підготуйте деталі від великого конструктора, м'ячики для пінг-понгу або палички, які дитина зможе легко тримати. Поставте контейнер між вами на

підлозі або на тацю від дитячого стільчика та розкладіть усі предмети, які ви підготували, довкола банки. Після цього візьміть одну іграшку, киньте її в контейнер, коментуючи "кубик всередині", "бум" і т.д., а потім передайте наступний предмет малюку – "ось", – щоб дитина теж могла кинути його в контейнер. Повторюйте це кілька разів, а потім, коли будете передавати один предмет дитині, то одразу простягніть руку та попросіть: "Дай мені", після чого допоможіть малюку передати вам цей предмет, щоб ви теж могли кинути його. Повторюйте цю почерговість, поки це буде весело для дитини та для вас!

### **Демонстрація іграшок іншим**

Продовженням того, коли ми навчали дитину передавати об'єкти нам, як було описано вище, може бути тренування навички показувати предмети іншим людям. Щоб розвивати навичку демонстрації об'єктів, нам треба буде трошки інакше реагувати на те, що дитина пропонує нам іграшку. Коли ми вчили малюка віддавати, то ми брали іграшку, коли він її пропонував, і потім повертали назад. Щоб допомогти малюку навчитися показувати нам, то не варто забирати запропоновану іграшку собі. Замість цього треба звернути на неї багато уваги та створити веселе враження, кумедно коментуючи іграшку та посміхаючись. Після цього можна додати: "Ти показав/ла мені ...".

Ми також хочемо, щоб дитина вивчила правильні слова для демонстрації предметів. Коли вона навчиться показувати, простягаючи вам предмети і слухаючи ваші коментарі, то час почати робити це вже на ваше прохан-

ня: "Покажи мені", яке супроводжується жестом руки до предмета, як при "Дай мені". Скажіть "Покажи мені ..." і витягніть руку, щоб спонукати дитину віддати вам предмет. Якщо дитина з готовністю передає вам предмет, то не беріть його, а просто яскраво прокоментуйте, створюючи веселе враження. Потрібно часто показувати предмети дитині впродовж періоду навчання, щоб вона встигла звикнути до цього. Щоб втілити це, варто взяти цікавий предмет і, тримаючи його перед дитиною, сказати: "(Ім'я), дивись!/ Подивися на ... / Подивися – це ...", і тоді відразу віддати їй цей предмет, як тільки дитина подивиться. Правильний часовий проміжок відіграє тут важливу роль – віддайте предмет у той самий момент, коли дитина подивилася на нього.

## **Висновки**

Цей розділ був про те, як можна допомогти дитині ділитися своїм інтересом до предметів з вами та переключати фокус уваги з предметів на людей і назад. Переводити погляд, а також використовувати жести і зоровий контакт, для того, щоб ділитися, вказувати, демонструвати, давати предмети – усе це є основними способами, за допомогою яких малюки діляться увагою. Коли батьки додають мовлення під час спільної уваги з дитиною, то це стає одним із найпотужніших наших інструментів у тому, щоб допомогти дітям вивчати мову.

## **Вправа для вас:**

Перш ніж ви дасте щось своїй дитині, перевірте, чи може

вона перевести погляд від цього предмету на вас, коли ви називаєте та тримаєте його біля свого обличчя таким чином, щоб дитина не могла дістати. Якщо ваш малюк потребує трошки більше допомоги у цьому, то спробуйте додати кумедний звук, озвучуючи предмет, щоб спонукати дитину подивитися на вас. Або ви можете додати крок, який дасть вашій дитині ще одну причину подивитися на вас перед тим, як ви віддасте їй предмет. Скажімо, ваша дитина хоче свою пляшечку. Покажіть їй, як ви відкриваєте та знімаєте кришку, називайте кожну дію, додайте звуки "Уф", щоб допомогти дитині перевести погляд з пляшки на ваше обличчя. Покажіть дитині рідину, назвіть її і тільки потім наливайте її у пляшечку зі смочком. Подивіться, чи звертає ваша дитина увагу на вас, коли ви призупиняєте процес наливання, і якщо вона встановила зоровий контакт – продовжуйте наливати. Після цього притримайте кришку від пляшки, щоб показати малюку, що тепер ви будете повертати її на місце. Робіть це, супроводжуючи звуком "Уф", коли ви обертаєте кришку. Те, що могло б бути лише однією дією – наповнення пляшечки зі смочком для вашої дитини, тепер стало трьома етапами, на кожному з яких ваша дитина має можливість подивитися на вас, коли ви виконуєте кожну дію. Використовуйте "Примітки" на стор. 58, щоб записати, як ваша дитина реагує на ваші дії та ідеї щодо спільної уваги до предметів.

# Гнучка гра



Усі немовлята повторювально граються з предметами та власним тілом. У них небагато способів взаємодіяти з об'єктами, тому вони схильні робити одне і те ж саме знову і знову. Повторення допомагає розвивати моторні навички – ви знаєте, що "Доки не впріти, доти не вміти". Бажання повторювати – це природня гарантія, що малюки отримають достатньо практики, щоб з легкістю використовувати свої нові навички.

# Заохочення до гнучкої гри

## Список на холодильник

1. Моделюйте нові дії з предметами, які малюк міг би робити.
2. Повторюйте за малюком.
3. Повторюйте, а потім змінюйте.
4. Повторюйте, а потім додайте інші об'єкти.
5. Якщо у дитини виникають проблеми з цим, переключіться на інші улюблені іграшки та ігри.

Зазвичай немовлята найбільше схильні повторювати свої нові навички. Однак схоже, що деякі діти витрачають багато часу на повторення рухів і дій, які вони давно вже опанували, замість того, щоб відпрацьовувати нові навички та вивчати складніші способи гри. Або вони витрачають весь свій час, роблячи щось одне з предметом (чи повторюючи один і той самий звук чи рух тіла), а не граючи з ним різними способами. Хоча це досить типово та



адаптивно для немовлят до 9-12 місяців, які здебільшого ще вчаться контролювати рухи свого тіла, у той час, як старші малюки отримують більше користі завдяки участі у різноманітних іграх. Це відбувається через більшу кількість можливостей для навчання, які виникають, коли вони урізноманітнюють свої дії з об'єктами, вивчають різні характеристики об'єктів і використовують своє тіло для взаємодії з широким спектром матеріалів. У цьому розділі ми зосередимося на способах допомогти немовлятам у тому, щоб розширити кількість дій та об'єктів у їх грі.

### **Гнучка гра з предметами**

Ось кілька ідей, як допомогти немовлятам урізноманітнити свої способи гри з предметами. Загалом, наша перша ідея полягає в тому, щоб заохочувати дитину використовувати всі навички, які вона вже має. Варто почати з того, що проаналізувати всі способи, якими дитина здатна гратися або досліджувати предмети. Більшість 6-9-місячних малюків можуть брати предмети в руки, засовувати в рот, стукати, хапати та трясти їх. У 9-12 місяців діти також можуть тримати предмети в обох руках і стукати ними, перекладати їх з однієї руки в іншу, стукати обома по столу одночасно, відпускати предмети, кидати їх, складати в контейнери тощо. Виділіть трохи часу, щоб скласти подумки або на папері список усіх дій, які дитина може робити з предметами у грі. Це допоможе вам знайти нові дії, до яких ви можете заохотити свою дитину.

Ще одна ідея полягає у необхідності створенні цікавих

подій. Варто створювати веселі та приємні заняття для дитини. Саме різні веселощі спонукають дітей спробувати щось нове, бути уважними та продовжувати гру. Ви знаєте свою дитину і, ймовірно, маєте багато ідей щодо того, що їй може сподобатися. Коли дитина реагує з інтересом, тягнеться, посміхається, стає більш активною або виявляє інші ознаки ентузіазму, то це сигнали того, що ваші дії були приємними для дитини. Іноді те, що ми пробуємо, на перший погляд, не приносить дитині задоволення. Вона стає серйозною та нерухомою або починає злитися, плакати, дивитись вбік або відсторонюватись. Так ми розуміємо, що це не спрацювало, і треба спробувати щось інше. Однак іноді, коли ми щось пробуємо вперше, то дитина ще не знає весело це чи ні. Це нове, це інше і дитина не знає що її чекає далі. Малюк виглядає наче нейтральним або трохи здивованим чи настороженим. Коли ми отримуємо таку відповідь, то варто спробувати цю ж ідею знову, але трохи обережніше, щоб дати дитині можливість зрозуміти чого їй очкувати. Після двох-трьох повторень ви можете побачити, як дитина стане жвавішою і почне отримувати більше задоволення від гри.

Однак іноді малюк у нейтральному настрої може бути трохи схвильованим. Він може частіше моргати, його обличчя може бути серйозним, він трохи відсторонюється або, навпаки, може бути занадто нерухомим. У такій ситуації ви можете спробувати повторити якусь нову дію, але робіть це дуже обережно та уважно спостерігайте за реакцією немовля. Якщо дитина виглядає так само стурбовано або ще більше, то краще не продовжувати. Якщо після другого та третього повторення дитина почуваетсяя

менш комфортно, ніж першого разу, то краще не продовжувати. Ми не хочемо втратити увагу або залучення малюка. Ось ще декілька способів, які варто спробувати для розширення дій дитини.

### **Повторюйте за малюком**

Для цієї гри потрібно мати два набори однакових предметів або матеріалів та наслідувати дії дитини. Приверніть увагу дитини до того, що ви робите, знаходячись поруч та навпроти неї. Скопіюйте дії малюка, додавши кілька слів до того, що ви робите ("Натане, тряс-тряси-тряси?" (у той час, як повторюєте трясіння з іншим брязкальцем). "Анно, бум-бум-бум?" (імітуючи ритмічне стукання паличками). Дитина може зупинитися і спостерігати, як ви виконуєте дію. Якщо так, то зачекайте кілька секунд і подивіться, чи почне дитина імітувати те, що ви щойно зробили. Якщо так, то чудово! Відреагуйте на це та озвучте дію ("Так! Ти стукала! Бум-бум-бум!"). Після цього зробіть дію ще раз, імітуючи малюка та озвучуючи. Тепер ви двоє по черзі виконуєте цю дію і це стало грою в імітацію. Фантастика!

### **Повторюйте, а потім змінюйте**

Ця діяльність є продовженням тієї, яку ми описали вище. Після кількох повторів наслідування може стати одноманітним і, можливо, трохи нудним. Якщо так, то трошки змініть те, що ви робите з матеріалами під час своєї черги, використовуючи іншу ідею з вашого списку (список дій, які дитина потенційно може робити з

іграшками). Якщо ви трясли предмет, то як щодо того, щоб замість цього стукати ним об стіл? Або якщо ви вже стукаєте, як щодо постукування ложкою? Як тільки ви продемонструєте варіацію, дайте дитині матеріали та подивіться, чи вона повторить за вами. Якщо ні, продемонструйте свою ідею ще раз. Якщо малюку цікаво, але він не повторює, то допоможіть це зробити. Як тільки немовля повторить за вами, радісно прокоментуйте та повторіть цю дію ще раз. Якщо дитина не наслідує, але виглядає зацікавленою, продовжуйте робити цю послідовність знову, спочатку показуючи приклад на собі, а потім допомагаючи малюку. Якщо дитина наполегливо повертається до першої дії, яка була на початку, то ви можете повторювати її за дитиною ще декілька разів, а потім спробувати знову ввести нову ідею. Допомагайте дитині навчитися імітувати і нові дії, і вже знайомі — це великий і важливий крок.

### **Додайте інші об'єкти**

Це ще один спосіб урізноманітнити репертуар імітації. Однак замість зміни дії, яку ми обговорювали вище, у цьому варіанті ви змінюєте матеріали. Після того, як ви кілька разів повторювали дії малюка, змініть або додайте предмети. Якщо дитина стукає ложкою по таці дитячого стільчика, то ви можете на початку стукати двома ложками, а потім запропонувати дитині стукати ложкою об ложку, а не по таці. Або ви можете стукати хлібною паличкою замість ложки. Якщо дитина трясє паличкою, тепер ви можете потрясти брязкальцем або маракасом замість палички. Зробіть це таким самим чином, як ми описували

раніше: спочатку повторюючи за малюком кілька разів, супроводжуючи це озвучуванням та похвалою, а потім, під час наступного разу, замініть старий предмет на щось нове та продовжуйте імітувати дію. Коли дитина спостерігає за вами, то продемонструйте їй дію, після чого запропонуйте новий матеріал, спонукаючи її повторити за вами. Якщо малюк не імітує, допоможіть зробити це. Потім знову ваша черга. Покажіть цю дію ще кілька разів. Якщо малюкові цікаво і він старається, чудово! Якщо малюк не дуже зацікавлений або втрачає інтерес, то варто повернути до першого предмета, який був на початку. Ви показали дитині щось нове і дитина спостерігала за вами та мала можливість це спробувати – це була чудова можливість для навчання!

### **В крайньому разі - приберіть предмет**

Найчастіше, описані нами варіації гри допомагають малюкові перейти до використання нових дій. Однак іноді діти настільки зацікавлені у предметі або дії, що просто немає способу змусити їх урізноманітнити свою гру. Ми не хочемо нескінченно імітувати однотипну повторювану поведінку. Якщо дитина не розширює свою гру, слідуючи за вами, до нових дій або нових предметів, і якщо дитина налаштована продовжувати повторювальну гру після кількох раундів наслідування, то варто відволікти дитину іншим предметом, або фізично змінити місце гри. Зміна середовища приносить з собою різні варіанти, різні матеріали та різні ігрові ідеї. Вихід на вулицю, гра з водою у раковині або використання доступних фізичних активностей (дитяча гірка, батут, великий м'яч тощо) може бути

привабливим для дитини та відкривати нові можливості для навчання.

### **Повторювані (однотипні) рухи тілом**

До цього ми говорили про те, що робити з повторювальними діями з об'єктами. Але як щодо повторюваних дій тіла, як-от махи руками, погойдування тіла або махання зап'ястками ("крильця")? Подібно до повторювальних дій з предметами, усі немовлята використовують однотипові моторні рухи, як спосіб навчитися керувати своїм тілом. Однак, якщо дитина настільки зосереджена на повторювальних рухах, що їй важко залучити до спілкування, тоді ми хочемо допомогти дитині бути більш гнучкою у своїй увазі та діях.

На відміну від ідей із залученням предметів, які ми обговорювали в попередньому розділі, ми зазвичай не імітуємо повторювальні рухи тіла, якщо ми не можемо включити їх у звичайну пісню чи соціальну гру. Наша мета – розширити ці рухи до більш значущих дій. Ось деякі техніки гри, які варто спробувати:

### **Додайте значення, вбудовуючи рух у соціальну рутину**

Деякі дії, як-от махи рукою чи ворушіння пальцями, можна використати в прощанні чи пісні: наприклад "Сорока-ворона" та "Йшла велика черепаха". Якщо це так, тоді ви повинні імітувати жест, додаючи слова з початку пісні або віршика. Після того, як ви проспіваете кілька рядків, додаючи рухи до пісні, зробіть паузу та зачекайте, доки дитина



повторить рух, після чого ви ще раз зробіть рух і продовжуйте пісню. Таким чином, ви створюєте нову соціальну рутину, що містить рухи малюка, які стануть піснею з жестами. Нехай рутинна буде простою, лише з основним жестом, але оскільки з часом це стане звичною рутинною, ви зможете додати ще один жест і ще один рядок пісні, поступово допомагаючи дитині імітувати нові рухи.

Так само, такий рух, як повторюване хитання головою, може перетворитися на "ні-ні", з додаванням слова та імітації. Похитування головою, що означає "ні" – є значущим жестом. Отже, якщо у дитини цей рух є повторюваною дією, ви можете спробувати змодельювати його та викликати, коли дитина відмовляється від чогось, що їй не подобається, наприклад від гороху. Якщо дитина негативно ставиться до чогось, що ви пропонуєте, відвертається, метушиться або робить незадоволене обличчя, змодельюйте похитування головою, коли ви говорите щось на кшталт "Оля каже: "Ні, не треба горох!"". Дитина може повторити за вами та також похитати головою.

### **Запропонуйте іншу діяльність**

Іноді дитина використовує повторювані дії як "заповнення тиші", тому що він чи вона ще не придумали, чим зайнятися. Запропонуйте книжку чи іграшку, лоскотки чи пісеньку. Діяльність, яку ви пропонуєте, може бути набагато цікавішою для дитини і якщо вона продемонструє свою зацікавленість у вашій пропозиції, тоді нова активність природним чином замінить повторювані рухи більш гнучкою та цілеспрямованою поведінкою.

### **Додайте предмет**

Деякі жести, що повторюються, можна перетворити на довільні та цілеспрямовані дії з предметами. Струшування або махи руками можуть легко перетворитися на струшування маракасом або помпоном. Розгойдування може стати початком гри у кріслі-гойдалці, з коником-гойдалкою або гри на колінах та інших схожих ігор.

### **Змініть положення**

Деякі повторювані дії відбуваються переважно в одній позі. Зміна положення дитини часто змінює поведінку. Якщо дитина любить лежати на спині й гойдати головою з боку в бік, ви можете пересадити її на диван, щоб пограти з вами. Або поставте її на рачки, а потім почніть повзти до неї, щоб пограти у невеличку гру. Якщо дитина стукає головою по спинці дитячого стільчика і цю поведінку важко змінити, то спробуйте стілець із низькою спинкою, щоб не було можливості дістати до неї головою. Також, можна підкласти подушки за спину дитині, щоб збільшити відстань між головою та спинкою.

### **Якщо малюк ходить навшпиньки – згинайте коліна!**

Згинання стоп під час ходьби допомагає дітям розвивати спритність ходьби, бігу та розвиває навички великої моторики. Деякі малюки починають ходити навшпиньках, що є менш стабільною та плавною моделлю ходьби. Ви можете допомогти малюку легко відновити більш стабільну позицію "стояння на всій стопі". Станьте позаду дитини

та запропонуйте гру у гойдання: покладіть руки під стегна дитини, а руками надійно тримайте дитину та підніміть її в сидячому положенні. Погойдайте дитину 2-3 рази між ваших ніг та потім поставте дитину назад, все ще добре зігнутою, сидячи у вас на руках. Взування на ноги взуття також дає дітям певний захист від різних поверхонь, які їм можуть здаватися неприємними. Це також може призвести до ходіння навшпиньках, якщо дитина намагається зменшити контакт із поверхнею.

### **Спробуйте доторкнутися**

Деякі маленькі діти мають повторювані рухи рук, пальців, голови та тіла, що турбує їхніх батьків, тому що дитина, здається, не може зупинитися або переключити увагу на когось іншого або щось інше. Ми помітили, що деякі діти змінюють орієнтацію на людей і предмети після того, як до них доторкнуться з приємним м'яким тиском, наприклад, поклавши руку їм на плече або спину. Обережно потираючи спину чи голову або погладжуючи руку, або пальчикова гра може змінити модель їхніх рухів. Поклавши руку на плече, ви часто зупиняєте повторювані рухи руками, а іноді й ходьбу навшпиньки. Торкаючись дитини, спробуйте продовжити гру з якимось предметом або переключити увагу малюка на іншу діяльність.

### **Повторювані вокалізації**

Подібно до повторюваних рухів, діти видають однотипні звуки, щоб опанувати цю здатність створювати нові звуки. Це нормальна і важлива частина розвитку, яка готує ди-

тину до мовлення. Зазвичай діти віком 6-12 місяців повторюють приголосні та голосні звуки, які схожі на ту мову, що дитина чує кожен день.

Почути, як немовлята відпрацьовують свої звуки, дуже заспокоює, оскільки це означає, що вони на шляху до мовлення. Подібно до своїх моторних рухів, вони мають тенденцію повторювати звуки, які є найновішими, серед тих, що вони вивчили. Ми можемо допомогти дітям відпрацювати звуки та підготуватися до мовлення за допомогою наведених нижче ігор для батьків.

### **Імітуйте та створюйте коротку "розмову"**

У попередньому розділі ми пропонували наслідувати повторювані дії і в такий спосіб додавали значення гри з предметами та створювали паралельну гру. Так само ми можемо імітувати вокалізації дитини під час пауз і намагатися робити це по черзі з дитиною. Це дуже корисно для дитини, оскільки це допомагає їй все більше контролювати свій голос. Для цього сядьте обличчям до дитини на комфортній та близькій відстані та імітуйте звук дитини після того, як вона його видасть (коли дитина робить паузу; не "розмовляйте", поки дитина говорить), а потім дочекайтеся черги дитини. Якщо дитина наслідує вас, повторюйте звуки і продовжуйте чергувати, доки не відчуєте, що настав час змінити звук. Ви створюєте "дитячі розмови" у такому взаємному обміні. Якщо дитина не наслідує вас, то знову вимовте звук, дивлячись на малюка з очікуванням. Ви можете спробувати це два або три рази,

але якщо дитина не наслідує вас, не хвилюйтеся – звук може бути занадто новим, щоб вона могла його повторити. Просто продовжуйте використовувати цей підхід, коли ви повторюєте звуки за дитиною, і коли дитина буде готова, то вона повторить за вами.

### **Наслідуйте і змінюйте**

Якщо у вас є "дитяча розмова" зі звуковою імітацією, яка повторюється кілька разів, і здається, що настав час змін, тоді змодельуйте інший звук, який дитина вже може видавати та зачекайте, поки дитина повторить. Спробуйте повторити це кілька разів із новим звуком. Як і вище, дайте дитині кілька шансів спробувати це, переконавшись, що ви поруч, щоб вона могла бачити ваш рот і очі, очікуючи на ваш приклад та даючи малюку декілька шансів повторити за вами. Тепер це нова "розмова". Дуже важливо моделювати звуки, які дитина може легко видавати. Імітувати абсолютно новий звук занадто важко для дитини 6-12 місяців. Це навичка, яку малюки опановують набагато пізніше.

### **Використовуйте фізичні підказки, щоб змінити звук**

Ще один спосіб урізноманітнити звуки дитини та створити нову гру зі звуками – додати кілька фізичних ігор, поки дитина вокалізує. Це може добре спрацювати, коли дитина белькоче або видає різні голосні звуки, під час яких ви обережно поплескуєте їй по губах, коли вона вокалізує (видаючи звук "ва-ва-ва") або легенько натискаючи на живо-

тик трохи вище пупка та відпускаючи коли вона вокалізує, щоб створити ще один цікавий звуковий ефект ("ха-ха-ха"), або навіть підняти нижню губу до верхньої губи, щоб видати звук "ба-ба-ба". Ви також можете імітувати ці звуки під час паузи та створити іншу гру, вокалізуючи по черзі.

### **Висновки**

Ми обговорювали способи зміни повторюваної поведінки немовлят, яка хвилює батьків. Ми можемо це робити за допомогою наслідування їх дій та додавання рухів у соціальні ігри, змінюючи дії та матеріали. Наша мета – розвинути якомога більше навичок дитини, її звуків і дій.

Хоча повторювані ігри є типовим способом опанування нових навичок для немовлят, але надмірне повторення тих, що легко даються дитині та які вже тривалий час є незмінними, може стати на заваді вивченню нових дій і звуків. А іноді дитина може бути настільки зосереджена на цих повторюваних діях, що дорослим стає важко взаємодіяти з дитиною.

Отже, запропоновані ідеї передбачають додавання компонента соціальної гри, зосередження на процедурах почергової імітації між батьками та дитиною, а також допомогу дитині у зміні дій та звуків. Створення шаблону "спочатку – я, а потім – ти", "дитяча розмова", копіювання звуків або дій по черзі допомагають підготувати основу для всіх видів ефективного соціального навчання.



## Ось вправа для вас:

Зверніть увагу на "зелені сигнали" або "жовті сигнали" (застереження) від малюка, коли ви імітуєте та додаєте інші рухи, дії тіла або жести, які ваша дитина має зробити. Використовуйте сторінку для приміток, щоб занотувати, як ваша дитина реагує.

Цього тижня скористайтеся формою "Примітки" на сторінці 58, щоб занотувати "зелені" або "жовті" сигнали вашої дитини під час ігор з імітацією та додавання інших об'єктів до гри вашої дитини.

"Зелене світло": усмішка чи прояв зацікавлення, чи нахил до вас, чи активні рухи тілом, чи радісні звуки, чи коли вона тягнеться до вас – вперед, продовжуйте гру!

"Жовте світло": серйозне обличчя, стишення, замовкання, погляд вбік, відхилення від нас, часте кліпання, завмирання. Спробуйте ще раз повільно, тихіше, обережніше – перевірте це ще раз або два. Немає "зеленого сигналу"? Зупиніть гру.

## Розділ 8

# Мова тіла



Коли ми говоримо про комунікацію, то більшість з нас схильні думати про мовлення дитини, не замислюючись, що комунікація є важливішою, ніж мовлення. У цьому розділі ми зосередимося на довербальних комунікативних навичках, які закладають підґрунтя для розвитку мовлення: погляд, жести і рухи тілом, які нам говорять про певні бажання дитини та розподіляють увагу між дитиною та дорослим.

# Налаштовування на жести

## Список на холодильник

1. Підвищення вашої компетентності у дитячій комунікації.
2. Дитина намагається вам щось сказати?
3. Що "говорить" вам тіло дитини?
4. Озвучте це для дитини!
5. Шукайте дії для спільної уваги – ці особливі трикутники спілкування.

Ми розглянемо чотири основні теми: невербальне спілкування, довільне спілкування, спільну увагу та способи, якими батьки можуть допомогти своїй дитині підвищити цілеспрямоване домовленнєве спілкування.

## Домовленнєва комунікація: "мова тіла"

Якщо говорити про нейротиповий розвиток, то у немовлят і малюків розвиваються різноманітні способи

спілкування, перш ніж вони почнуть говорити. Вони використовують "довербальну комунікацію", яка передбачає зоровий контакт, міміку, жести та пози тіла. Це необхідно, щоб повідомляти про своє бажання і вони стають дуже вправними комунікативними партнерами, використовуючи довербальну комунікацію ще до розвитку мовлення. Багато дослідників мовлення вважають, що довербальна комунікація є надзвичайно важливим кроком для розвитку мовлення. Говоріння стає додатковою комунікативною системою, яка побудована на основі вже функціональної системи невербальної комунікації, що включає жести та інші невербальні комунікативні дії. Не лише невербальна комунікація критична для мовленнєвого розвитку, але це спосіб, яким користуються люди різного віку, спілкуючись протягом усього життя. Невербальне спілкування, або мова тіла, супроводжує говоріння і надає додаткового значення спілкуванню, включаючи емоційне забарвлення. Діти вчаться використовувати своє тіло та мімічні рухи, звуки та жести для передачі повідомлень іншим, а потім, коли слова розвиваються, то вони додаються до всіх наявних навичок невербального спілкування.

Є два аспекти спілкування: вираження себе і розуміння свого партнера. Це стосується як невербального спілкування, так і вербального. Люди, від немовлят до дорослих, використовують своє тіло, як експресивну систему – щоб повідомляти про свої внутрішні потреби, думки та стани іншим. Одночасно з цим, люди читають та інтерпретують повідомлення, надіслані за допомогою невербальної комунікації їхніх партнерів, зчитуючи їхню "мову тіла". Це означає інтерпретацію думок партнера че-

рез невербальні сигнали. Зчитувати сигнали означає читати думки! У даному розділі ми зосередимося на тому, як розвивати саме ці сфери.

## Цілеспрямоване спілкування і спільна увага

У ранньому дитинстві є період, коли діти ще не знають, що вони можуть передавати повідомлення іншій особі. Вони можуть вередувати, плакати, звиватися, відкидати речі та робити вираз обличчя, який їхні батьки сприймають як значущий, але дитина не мала наміру сигналізувати про щось. Малюк просто так реагує і вся робота по спілкуванню лягає на плечі батьків. Але діти у віці від 9 до 12 місяців починають розуміти, що вони можуть обирати спосіб спілкування та можуть намагатися передавати повідомлення іншій особі. Дитина може показати свій намір спілкуватися, спрямовуючи своє повідомлення на обличчя і тіло батьків. Ми можемо побачити, як у дитини (1) розвивається намір, потім (2) вона звертається до батьків і повідомляє про своє бажання, інтерес, задоволення або потребу у допомозі через голос, жест, та/або погляд, а потім (3) повертається назад. Таке 3-крокове переключення уваги є прикладом **спільної уваги** і є важливим орієнтиром цілеспрямованої комунікації, про яку ми говорили у Розділі 6. Зверніть увагу на них! Спільна увага передбачає комунікацію з партнером **щодо** події чи предмета.

Таким чином, спільна увага передбачає переведення погляду з предмета на партнера і назад, і це часто поєднується з жестами та/або звуками. Немовлята вико-

ристовують спільну увагу, щоб спілкуватися та ділитися своїми інтересами, попросити про щось та ділитися своїми емоціями. Вони можуть демонструвати спільну увагу, використовуючи таку просту дію, як погляд або такий складний елемент, як вказування, демонстрація чогось або передавання об'єктів.

Досі ми обговорювали використання рухів тіла для спілкування, які розвиваються ще до того, як діти починають використовувати слова для комунікації. Ми також говорили про довільне спілкування, коли дитина навмисно передає повідомлення – воно має ціль і зроблено спеціально, а не випадковим чином, як може здатися. І нарешті ми поговорили про спільну увагу, дуже важливий вид довільного невербального спілкування, яке дозволяє дитині ділитися її бажанням, почуттями чи інтересом щодо об'єктів і подій.

Коли батьки знають, що немовлята можуть намагатися спілкуватися невербально, то вони можуть забезпечити коментування цього процесу, що допомагає дитині розвивати мовлення. Далі будемо говорити про способи розвитку невербальної комунікації вашої дитини, але наразі знайдіть час, щоб побачити та оцінити рівень цих навичок вашого малюка. Спостерігайте за невербальними сигналами вашої дитини та вашими власними стосовно немовляти. Подумайте, чи дитина має намір поспілкуватися, спрямовуючи комунікативні сигнали безпосередньо на вас і обов'язково додайте свої слова та коментарі, щоб озвучити дії дитини. Пошукайте приклади спільної уваги – 3-крокове переведення погляду, коли погляд дитини



переміщується на мамині очі, щоб поділитися емоціями, віддати або показати предмет. Можливо, вам сподобається робити список невербальних комунікативних реакцій, які використовує ваша дитина та ті, які використовуєте ви.

### Ось вправа для вас:

Цього тижня зверніть увагу на те, як ваша дитина формує свої повідомлення для вас: погляд, звуки, жести, міміка, інші рухи і положення тіла. Ви можете використовувати нотатки в кінці документа, щоб записувати ті рухи тіла, які дитина використовувала, як домовленнєву комунікацію та для передачі повідомлень вам.

## Частина 2

# СТИМУЛЮЄМО БІЛЬШЕ НОВИХ ЖЕСТІВ (для дітей 10-12 місяців)

### Список на холодильник

1. Помічайте сигнали “Я хочу взаємодіяти з тобою”.
2. Помічайте сигнали “Мені потрібна перерва”.
3. Соціальні моменти навчають дитину найкраще.
4. Щоденні рутини містять найбагатші соціальні моменти!
5. Знайдіть час для соціальних взаємодій під час кожної рутини з дитиною.
6. Бути соціальним партнером = повна концентрація на дитині.

Немовлята використовують свої очі та тіло, щоб повідомляти дорослому про початок або продовження соціальної взаємодії, вимагати або відмовлятися від їжі, предметів та ігор, щоб сказати "допоможи мені" або виразити такі емоції, як "Я втопився" або "Я не думаю, що мені це подобається". Ми хочемо допомогти дитині розвинути "мову тіла" для спілкування, створивши більше можливостей для рухів. Це необхідно, щоб вони могли бути активними учасниками у процесі передачі своїх думок й почуттів. Замість того, щоб розраховувати на те, що ви і без цього зможете зрозуміти, що саме вони відчувають або про що думають. Наприклад, можна простягнути руки до немовляти, але при цьому почекати доки дитина не подивиться на нас та не підніме свої руки вгору, і тоді вже взяти її на руки. Або наповнити пляшку і запропонувати малюку, але перед тим, як віддати, то дочекатися погляду або звуку з боку дитини. Також, це може бути тоді, коли малюк вже втретє хоче продовження улюбленої гри у літачок і перед тим, як почати гру знову, батьки очікують доки дитина не подивиться, зробить звук або жест, щоб донести своє бажання. Очікування того, що малюк скористається цими невеликими можливостями для спілкування, вимагає невеликих змін у діях батьків, але це може мати великий вплив на навчання та поведінку дитини протягом днів і тижнів, не лише під час ігор, а й під час щоденних рутин, пов'язаних з прийомами їжі, одяганням, купанням та переодяганням. Для немовлят, які не повідомляють про більшість своїх бажань, не дивлячись на те, що їм вже 8-12 місяців, ми хочемо знайти якомога більше можливостей щодня, щоб вони могли спілкуватися через свої власні умисні дії. І ми можемо створювати бага-

то навчальних можливостей протягом щоденних рутин у повсякденному житті.

І з немовлятами старшого віку, які ще не використовують своє тіло для спілкування, батьки теж можуть розвивати цю здатність. Ми можемо допомогти їм розвинути "мову тіла", роблячи менше та надаючи дітям шанс зробити більше. Робити менше – це часто означає для батьків діяти так, ніби ми не знаємо, чого хоче малюк, тримати предмети, а не залишати їх у межах досяжності немовляти, пропонувати більше, ніж одну річ або пропонувати ті речі, які дитина скоріше за все і не хоче. Це означає, що нам потрібно очікувати сигнал: жест, зоровий контакт або вокалізацію. Спочатку ми хочемо, щоб немовля використовувало зоровий контакт, жест або вокалізацію, коли виражає свої наміри та ідеї. А як тільки малюк навчиться використовувати кожен із з цих дій окремо, ми допоможемо об'єднати два або три види поведінки під час прохань. Саме так старші немовлята спілкуються невербально, щоб дорослі зрозуміли їх повідомлення.

Ми допомагаємо немовлятам розвивати "мову тіла" для того, щоб вони могли краще повідомляти про свої потреби та бажання. Для того, щоб діти були активними учасниками комунікації, а не пасивними спостерігачами важливо створювати для них можливості робити більше рухів своїм тілом. Ми можемо трохи затримати у себе якусь річ перед тим, як дати дитині – не ігноруючи її потреби, але натомість надаючи простір для здійснення необхідної для отримання предмета дії. Таким чином дитина почне розуміти зв'язок між своїми комунікативними діями

(через тіло) і отриманням того, що вона хоче. Інші приклади ситуацій можуть виглядати так: простягати руки до малюка і очікувати, коли дитина подивиться і підніме руки у відповідь; наповнити пляшку водою і пропонувати її дитині, але робити паузу допоки малюк не подивиться і не подасть сигнал вокалізацією; або зберігати бажаних іграшок на видному, але недоступному місці, напр. контейнері, щоб навіть якщо дитина дісталася до нього, то не змогла відкрити сама без звернення до вас. Ці маленькі зміни, можуть мати великий вплив на вашого малюка через дні та тижні, не лише під час ігрових взаємодій, але й протягом щоденних рутин, які включають прийом їжі, одягання, купання і переодягання. Роблячи це, ви надаєте набагато більше можливостей вашій дитині навчитися використовувати своє тіло для спілкування та зрозуміти, що таке комунікація.

### **Розуміння жестів інших людей**

Немовлята ще не знають значення довербальної комунікації інших людей. Як правило, немовлята у період 6-12 місяців вчаться багатьом значенням, пов'язаним із жестами батьків, позами тіла, мімікою та словами: жест "дай мені" з відкритою долонею або значення вказівного жесту, коли ви хочете, щоб немовля подивилося або потягнулося до конкретного предмета, на який ви показуєте, значення вашого переляканого чи радісного виразу обличчя. Ми можемо допомогти старшим немовлятам зрозуміти ці значення, якщо будемо уважніше використовувати мову свого тіла. Під час спільної діяльності з предметами батьки можуть підкреслювати жести в рутині, просячи

малюків передати або взяти деталі, щоб почати або завершити діяльність, або коли відбувається гра по черзі. Ми також можемо додавати послідовності дій з предметами, використовуючи жести та вираз обличчя – побудувати вежу, а потім за допомогою жесту повідомити час, щоб її зламати або граючи у пазли, вказувати на порожні місця для кожного з елементів. У соціальних іграх ми яскраво підкреслюємо міміку і рухи тіла. Перебільшення емоцій, жестів або поз позначають сенсорні-соціальні ігри, і вони стають яскравими "ярликами" для малюка, коли ви пропонуєте гру. Практикування цих ігор у досить повторюваний спосіб допомагає старшим немовлятам навчитися асоціювати жести та вирази з іграми, і вони починають все більше зосереджуватися на обличчях, жестах і тілах дорослих.

### **Вправа для вас:**

Поверніться до свого списку, де ви відзначали комунікативні сигнали, які ваша дитина надсилає вам своїми рухами. Тепер допоможемо вашій дитині користуватися поглядом та тілом більше, щоб передавати свої сигнали іншим. Подумайте про моменти, коли дитина може підказати вам щось поглядом, жестом, звуком або рухом. Можливо, це буде для початку гри або щоб заспівати наступний куплет пісні, обрати іграшку, попросити більше їжі чи завершити щось. Використовуйте форму приміток, щоб занотувати моменти, які ви створюєте для невербальної комунікації, і те, як ваша дитина реагує на них.



# Цілеспрямована та комбінована комунікація



Немовлята спілкуються з нами різними способами і розповідають так багато задовго до того, як починають говорити: про свої почуття, бажання, настрій, використовуючи для цього своє обличчя, голос та тіло. У цьому розділі ми будемо обговорювати, як допомогти вашому малюкові використовувати різноманітні сигнали для того, щоб передавати вам чіткі довербальні повідомлення.

# Акцент на спрямованій комунікації

## Список на холодильник

1. Використовуйте стратегії, щоб малюк частіше використовував комбіновані комунікації: поєднання голосу та жесту разом з поглядом під час спрямованої комунікації.
2. Стимулюйте більш комплексні комунікативні комбінації.
3. Збільшуйте ефективність комунікативних комбінацій.
4. Майстерно використовуйте паузи, щоб стимулювати більш комплексну довербальну комунікацію.

Більшість малят вже вміють передавати повідомлення про свої потреби за допомогою свого обличчя, очей, голосу та тіла, поєднуючи усі ці елементи тоді, коли досягають віку 9-12 місяців. Дитина, яка хоче, щоб її підняли на руки, у той час, як ви розмовляєте по телефону, може одночасно тягнути вас за ногу, дивитися на вас, скаржитися та хмурити брови, доки ви не піднімете її. Така комунікативна поведінка передає дуже чітко повідомлення про те, що саме хоче дитина. Коли малюк із задоволенням грається з татом у м'яч на підлозі, то він проситиме батька продовжувати кидати йому м'яч за допомогою зорового контакту, усмішки, протягування рук та радісних звуків. А коли він спіймає цей м'яч, то використає свій погляд, щасливий сміх та усмішку, щоб виявити своє задоволення та радість. Ось це і є щасливою комунікативною поведінкою – задоволення, радість, успіх та насолода, які були об'єднані та направлені татові.

Деякі діти схильні використовувати лише один спосіб комунікації за раз, а не ось такі комунікативні комбінації, які ми описали раніше. Вони можуть щось хотіти та демонструвати це через ниття або вокалізації так, щоб ми знали, що їх щось не влаштовує. Але якщо у цей момент дитина не повертається у наш бік, немає жестів або мови тіла, то дуже важко зрозуміти, що саме вона хоче. Те саме стосується виразу обличчя. Вираз обличчя дитини може щось пояснити нам, але якщо відсутній зоровий контакт, жести та звуки, то хто може знати, що саме відчуває дитина?

## Спрямована комунікація

Люди скеровують свою комунікацію на партнерів через позиціонування тіла (обертаючись обличчям і тілом до партнера). Також вони спрямовують її через жести, адресовані партнеру. Саме це говорить соціальному партнеру про факт комунікації! Для малят, які не дуже чітко спрямовують свою комунікацію, ми хочемо налаштувати "соціальний простір" так, щоб їм було легше встановити зоровий контакт і передати своє повідомлення. Коли ми розташовуємося перед дитиною низько та наближаємося до рівня її очей (враховуючи її зону комфорту), ми полегшуємо собі процес зчитування комунікативних сигналів дитини та відповіді на них. Що більше позитивних відповідей ми будемо давати на дитячу спрямовану комунікацію, то частіше вона буде у них виникати.

Звертайте увагу на те, як дитина направляє свою комунікацію. Якщо вона не спрямована на вас, то зробіть щось, щоб змінити це. Ви можете спробувати одну із наступних рекомендацій: (1) підійдіть ближче, (2) притримайте бажаний предмет, але не віддавайте його, (3) піднесіть цей об'єкт до свого обличчя, (4) зробіть паузу під час віршиків або фізичної гри (лоскотки, закручування) і подивіться, чи дитина буде ініціювати продовження такої активності.

Іноді те, що ви знаходитесь дуже близько та очікуєте, щоб дитина знову спілкувалася з вами, може викликати невеликий стрес у дитини. Така ситуація буде вимагати більше зусиль від малюка, щоб він зміг надіслати вам своє

повідомлення за допомогою чіткішої та більш направленої комунікації під час наступної, вдалої спроби. Ми хочемо створити мотивацію до комунікації у дітей, але не викликати стрес чи занепокоєння.

### Вправа для вас:

Скористайтеся бланком "Примітки" на сторінці 58, щоб записати, як саме ваша дитина повідомляє вам, чого вона хоче або не хоче. Як вона вам "говорить" про те, що потребує допомоги або не впевнена у чомусь? Перевірте, чи ви отримуєте чіткі та спрямовані комунікативні сигнали від вашої дитини? Або чи ви робите усе можливе, щоб інтерпретувати та відповідати на її не дуже чіткі реакції.

## Частина 2

# РОЗВИТОК КОМУНІКАТИВНИХ КОМБІНАЦІЙ

### Список на холодильник

1. Шукайте цілеспрямовані комунікації.
2. Розрізняйте та визначайте пріоритетні комбіновані комунікації.
3. Розширюйте комбіновані комунікації.
4. Почекайте більш комплексні комунікативні сигнали перед тим, як підкріплювати їх.

Ми спочатку визначаємо те, що вже дитина вміє, і чого б ми хотіли її навчити далі. Після цього цілеспрямовано допомагаємо їй навчитися це робити. Такий підхід допомагає малюку швидше опанувати комунікативні комбінації, щоб адресувати свої повідомлення іншим людям. Якщо дитина вільно та часто вокалізує, то ми можемо почати створювати ситуації, в яких для досягнення своєї



мети їй доведеться одночасно і вокалізувати, і тягнутися до того, що вона хоче. Скажімо, ваша дитина любить лоскотки і демонструє своє задоволення через сміх та звук "аах". Для того, щоб навчити дитину використовувати комунікативні комбінації, то спочатку треба буде утриматися від реагування на один окремих комунікативний сигнал (у цьому прикладі – на звук "ааах"), доки малюк не поєднає його із ще однією поведінкою, наприклад, жестом. Ви могли б навчати цьому, коли простягаєте руки, рухаєте пальцями і запитуете свою дитину: "лоскотати?". Ключове значення тут має підтримання та збільшення інтересу дитини до того, що має відбутися далі, але одночасно з цим і стримання своїх реакцій до того моменту, як малюк зробить трошки більше дій і ускладнить свою комунікацію.

Ваша дитина може зреагувати сміхом, нахилом тулуба вперед, простяганням рук або дотиком до ваших долонь, що є типовим набором комунікативних сигналів, які говорять "будь ласка, лоскочи мене!". Така гра, коли ви простягаєте руки та очікуєте на вокалізацію та жест дитини, може потребувати кількох повторень, але саме завдяки цьому малюк зможе навчитися новій комунікативній комбінації.

Якщо ви впевнені, що зоровий контакт не є неприємним для дитини, то ви можете використовувати такий самий підхід, щоб додати зоровий контакт до комунікативної комбінації. Ви можете почати навчати свого малюка додавати зоровий контакт до його жестів або звуків завдяки тому, що захопите його увагу, коли гукаєте на ім'я,

торкаєтесь дитини, пропонуєте цікавий предмет або робите, що завгодно, щоб привернути увагу дитини до себе.

Повертаючись до прикладу з грою у лоскотки, ви можете спробувати підняти руки до обличчя, покликати дитину на ім'я та посилюючи інтонацію голосу, сказати "Я іду за тобою". Зачекайте, коли дитина на мить подивиться на вас та одразу продовжуйте гру. Наша мета полягає у тому, щоб дитина могла спілкуватися одночасно за допомогою погляду, жестів та голосу під час соціальних ігор, гри з іграшками, годування, купання та інших рутин. Але ми будемо фокусуватися на одному кроці за раз – спочатку розвивати кожну дію та сигнал окремо (інші розділи описують, як це робити), а потім працювати над поєднанням двох форм поведінки, а в кінці усіх трьох.

У цьому розділі наша увага буде зосереджена на тих комунікаціях малюка, де комбінуються голос, зоровий контакт та жести. Такі поєднання є пріоритетними для нас. Якщо дитині ще не вдається часто поєднувати комунікативні сигнали, то дуже важливо показати їй, що такі дії дійсно вагомі та важливі для нас. Як показати це дитині? Заплатити найвищу ціну! Своєю увагою, реакцією та послідовними діями. Якщо дитина тільки навчається координувати зоровий контакт та голос, то зробіть усе можливе, щоб реагувати на такі сигнали максимально швидко та одразу, як тільки дитина зробить це. Діти повинні знову і знову бачити, наскільки важливими та потужними є такі комунікативні комбінації у контексті донесення свого повідомлення до вас. Ваша увага, реакції та слідування – це валюта спілкування.

## Очікуйте більшого

Коли малюк почне робити комунікативні комбінації досить часто та легко, то ви можете почати трохи менше реагувати на комунікативні сигнали, які не супроводжуються зоровим контактом або звуком. Іноді, якщо дитина голосно демонструє свої почуття, але не встановлює зоровий контакт, а ви на це не реагуєте, то це може призвести до того, що дитина знову голосно почне виражати свої почуття, але вже з поглядом, щоб подивитися, чому ви не реагуєте. І саме тоді буде ідеальний момент, щоб швидко зреагувати та відповісти. Ми не очікуємо, що малюки будуть поєднувати свої сигнали кожного разу, але хочемо, щоб вони комбінували більшість своїх комунікацій, адже це робить їх чіткішими та зрозумілішими. Ви можете допомогти дитині, регулюючи свої реакції. Наша сильніша реакція на комунікативні комбінації (якщо дитина їх легко створює), а не на поодинокі сигнали, допомагає дитині зрозуміти, що комунікативні комбінації є більш ефективним способом повідомлення про свої потреби. Існує технічний термін для маніпулювання "винагородою", яку ми надаємо дитині – це диференційне підкріплення. Це означає, що ви підкріплюєте мету навчання – комунікативні комбінації – більше, ніж поодинокі сигнали. Це дуже потужний навчальний інструмент.

Ви можете навчати дітей комбінувати свої комунікації під час гри з предметами або ж сенсорно-соціальних ігор, які включають пісеньки (наприклад, "павучок" та інші) та під час фізичних ігор ("Я тебе спіймаю", "Хто такий великий?", "Ку-ку"). Частиною цих рутин є налаштування гри

і очікування комунікативного сигналу від вашої дитини, щоб продовжити гру. Іноді достатнім сигналом може бути одна дія – зоровий контакт, протягнута рука або звук – і це чудово, адже дає дитині спосіб вираження своїх бажань та почуттів. Витягнута рука говорить вам: "Так, я хочу цей кубик". Погляд в очі, коли ви перестали співати, може означати: "Чому ти перестав співати? Продовжуй!". Підскакування під час гри у коника, може означати "Підкинь мене знову". Слідуючи за їх проханнями та потребами, ми винагороджуємо зусилля дитини у комунікації. Це навчає малюка, що кожна така дія – це повідомлення, яке ми чуємо та на яке реагуємо, передаючи бажаний предмет, співаючи пісню або продовжуючи гру. У інші моменти ви можете спонукати дитину демонструвати трохи більше реакцій. Наприклад, дивитися у очі та тягнутися до бажаного об'єкту, зробити звук та встановити зоровий контакт, коли ви перестали співати або підстрибнути та зробити звук коника. Моделювання (демонстрація на собі) різних комбінованих дій під час спільних взаємодій, може навчити вашу дитину надсилати вам різні комунікативні повідомлення, коли ви робите паузу і очікуєте на її відповідь.

Наприклад, уявіть, що ви співаєте "Зірко, зірко, мерехти", додаючи жести до кожного рядка. "Зірко, зірко, мерехти" - відкриваємо та закриваємо руки, "Недосяжна в небі ти" – підіймаємо плечі та руки, "Сяєш ніжно мені ти" – підіймаємо руки вгору, "Мов коштовність уві сні" – з'єднуємо великі та вказівні пальці на кожній руці, щоб утворився діамант, "Зірко, зірко, мерехти" – відкриваємо та закриваємо руки, "Недосяжна в небі ти" – підіймаємо плечі та руки.

Ви можете почати це робити, коли співаєте пісню своїй дитині і супроводжуєте слова жестами 1-2 рази, а потім на третьому колі почніть робити паузи та очікуйте реакції дитини, щоб вона показала, що хоче продовження за допомогою одного руху (особливо, якщо це нова пісня) або вже комбінованої комунікації. Можна сповільнювати спів, щоб підтримати вашу дитину у комунікації під час пауз. Підсилюйте кожний жест на початку рядка, а потім робіть паузу у кінці кожної фрази, щоб побачити, чи повторить дитина жест або ж видасть звук. Якщо ні, то ви можете взяти руки вашої дитини, щоб допомогти їй зробити цей рух під час співу пісні. Або ж ви можете не робити цього. Багато дітей можуть демонструвати опір до фізичної допомоги. Переконайтеся, що ви висловлюєте своє захоплення тоді, коли ваша дитина робить рухи!

На початку гри оберіть правильне положення тіла. Сядьте навпроти дитини на відстані простягнутої руки та тримайте свої руки перед собою на рівні грудей або вище, щоб дитині було легко переводити погляд між вашими рухами та обличчям. Продовжуйте практикувати цю рутину так, щоб ваш малюк зрозумів різні рухи та дії, які пов'язані з грою та мав можливість навчатися імітації та різним комбінаціям дій, щоб також брати активну участь у грі.

Приклад моделювання та очікування комбінованих дій може відбуватися під час рутин з предметами, коли ми будуємо вежу із кубиків разом з дитиною. Гра полягає у тому, щоб ставити кубики один на одного до того моменту, коли вежа стане занадто високою та впаде. Додавання

звукових ефектів та пауз між діями може допомогти вашій дитині зрозуміти, що тепер її черга демонструвати вам комунікативний сигнал. Ви можете робити смішні звуки (наприклад, звук ракети/гелікоптера або потяга) у той момент, коли повільно та драматично ставите кубик на вежу, яка стоїть між вами. Смішні звуки мають викликати інтерес у вашої дитини й утримання кубика між вами дає можливість дитині координувати погляд та слідувати ним за кубиком. Ваша дитина подивиться на джерело звуків – і це будете ви!

Коли ви зробите звук і ваш малюк подивиться на вас, то варто запропонувати йому кубик, щоб потренувати комунікативну комбінацію – зоровий контакт одночасно з тим, щоб тягнутися за об'єктом. Продовжуйте гру, використовуючи звук кожного разу. Ваша дитина зможе повторити його за вами, коли буде ставити кубик на вежу – чудова вербальна імітація. Також, подібно до цього, ви можете додавати інші звуки, коли вежа буде майже падати або врешті-решт розвалиться: (1) покажіть дитині різні дії під час гри і (2) зробіть паузу та потренуйте комунікативний сигнал від вашої дитини, щоб продовжити гру.

## **Висновки**

Комунікація не може бути успішною, якщо партнер не зрозуміє повідомлення, яке намагається передати відправник. Відправники повинні адресувати свої повідомлення отримувачам. Особливо у випадку невербальної комунікації, діти повинні чітко давати зрозуміти, що саме вони намагаються повідомити. І тільки комбіновані комунікації дають



зрозуміти отримувачеві те, що намагається сказати дитина. Деякі малюки навчаються цьому самі, а інші потребують допомоги. Ви можете допомогти вашому малюку передавати чіткіші повідомлення, використовуючи поєднання свого голосу із рухами тіла або жестами, щоб краще доносити свої бажання, почуття та інтереси. Аналізуючи свої власні реакції, ви можете регулювати їх та використовувати для сприяння чіткішим та комбінованим комунікаціям. Ви можете самі спонукати дитину використовувати необхідні, обираючи ті, на які ви реагуєте.

### **Вправа для вас:**

На цьому тижні особливу увагу приділіть комунікативним комбінаціям вашої дитини. Оберіть одну активність для кожного дня (див. список активностей у другому розділі), щоб зняти її на свій телефон, а потім передивитися кілька хвилин та визначити усі спроби комунікації, які робила ваша дитина. Знімайте відео різних активностей кожного дня, щоб визначити, які з ваших щоденних рутин більше насичені комунікативними сигналами, а які потребують допрацювання у цьому напрямку!

Ми дійшли до кінця батьківського посібника і сподіваємося, що ідеї, які ви випробовували протягом цих тижнів, коли використовували його, мали позитивний вплив на вас та вашого малюка. Бажаємо вам і вашій родині всього найкращого!

*З повагою,  
Саллі Роджерс і Лорі Вісмара*

# ПРИМІТКИ

Дата: \_\_\_\_\_  
Діяльність: \_\_\_\_\_  
Гра з предметом \_\_\_\_\_ Соціальна гра \_\_\_\_\_ Гра на вулиці \_\_\_\_\_  
Годування \_\_\_\_\_ Купання \_\_\_\_\_  
Одягання/переодягання \_\_\_\_\_ Книги \_\_\_\_\_  
Що ви помітили?

---

---

---

---

Дата: \_\_\_\_\_  
Діяльність: \_\_\_\_\_  
Гра з предметом \_\_\_\_\_ Соціальна гра \_\_\_\_\_ Гра на вулиці \_\_\_\_\_  
Годування \_\_\_\_\_ Купання \_\_\_\_\_  
Одягання/переодягання \_\_\_\_\_ Книги \_\_\_\_\_  
Що ви помітили?

---

---

---

---

Дата: \_\_\_\_\_  
Діяльність: \_\_\_\_\_  
Гра з предметом \_\_\_\_\_ Соціальна гра \_\_\_\_\_ Гра на вулиці \_\_\_\_\_  
Годування \_\_\_\_\_ Купання \_\_\_\_\_  
Одягання/переодягання \_\_\_\_\_ Книги \_\_\_\_\_  
Що ви помітили?

---

---

---

---

Дата: \_\_\_\_\_  
Діяльність: \_\_\_\_\_  
Гра з предметом \_\_\_\_\_ Соціальна гра \_\_\_\_\_ Гра на вулиці \_\_\_\_\_  
Годування \_\_\_\_\_ Купання \_\_\_\_\_  
Одягання/переодягання \_\_\_\_\_ Книги \_\_\_\_\_  
Що ви помітили?

---

---

---

---

Дата: \_\_\_\_\_  
Діяльність: \_\_\_\_\_  
Гра з предметом \_\_\_\_\_ Соціальна гра \_\_\_\_\_ Гра на вулиці \_\_\_\_\_  
Годування \_\_\_\_\_ Купання \_\_\_\_\_  
Одягання/переодягання \_\_\_\_\_ Книги \_\_\_\_\_  
Що ви помітили?

---

---

---

---

Дата: \_\_\_\_\_  
Діяльність: \_\_\_\_\_  
Гра з предметом \_\_\_\_\_ Соціальна гра \_\_\_\_\_ Гра на вулиці \_\_\_\_\_  
Годування \_\_\_\_\_ Купання \_\_\_\_\_  
Одягання/переодягання \_\_\_\_\_ Книги \_\_\_\_\_  
Що ви помітили?

---

---

---

---