

Что такое нейропсихология. Чем она полезна ребенку?

Нейропсихология — наука на стыке психологии (высшие психические функции) и медицины (физиологические процессы и болезни в организме человека). Она изучает, как устроен и функционирует мозг и как это влияет на психику человека (и ребенка) и его поведение.

Другими словами, нейропсихология изучает, какие участки и процессы в мозге отвечают за высшие психические функции: восприятие, память, внимание, мышление, речь.

А нейропсихолог — это клинический психолог, который может эти функции оценить и помочь им развиваться лучше или восстановиться.

Кто обращается за помощью к нейропсихологу? Какую помощь он может оказать?

Клиентом нейропсихолога может стать любой взрослый или ребенок старше 3-х лет. Головной мозг каждого человека развивается индивидуально и имеет как сильные (ресурсные), так и слабые (дефицитарные) стороны, которые не всегда приводят к патологическим изменениям высших психических функций, но могут влиять на продуктивность деятельности.

Основная задача нейропсихолога — выявить сильные и слабые стороны головного мозга и привести их к балансу. Например, ребенок плохо усваивает учебный материал, и психолог выясняет, что у него хорошо развита зрительная память. Тогда ребенок может использовать зрительные подсказки, чтобы лучше успевать в школе.

Как проводится нейропсихологическая диагностика?

Обязательно в тихом, хорошо проветренном помещении, чтобы ничего не отвлекало, при достаточном освещении, за столом. Психолог использует специальные инструменты.

Диагностика состоит из заданий, которые раскрывают особенности внимания, памяти, восприятия, мышления, речи, пространственного восприятия, межполушарного взаимодействия, зрительно-моторной координации, уровня контроля и саморегуляции обследуемого.

Многие задания можно оценить количественно (на сколько баллов развит навык у ребенка). Это нужно не чтобы сравнивать детей между собой, а чтобы следить за развитием самого ребенка (сколько баллов было год назад, сколько стало сейчас). Например, для исследования памяти и внимания используем задание «Запомни 10 слов».

С какими проблемами нужно обратиться к нейропсихологу?

Нейропсихология разрабатывалась для реабилитации людей с локальными поражениями головного мозга (после инсульта, черепно-мозговых травм). Сейчас нейропсихологи много работают с детьми, так как мозг ребенка более пластичен — если есть трудности, их можно быстро преодолеть, мозг быстро адаптируется.

Помощь нейропсихолога необходима, когда ребенок:

- «не слышит» взрослых;
- не может себя контролировать, импульсивен;
- гиперактивен или излишне медлителен;

- путает правую и левую руки (в 6 лет и старше);
- пишет «зеркально» (путает в какую сторону буквы «б» — «д», «з» — «е»);
- больше года занимается у логопеда, а результат минимальный;
- не выделяет существенные признаки предмета (цвет, форма, величина, назначение);
- испытывает трудности в обучении;
- слабая память;
- невнимательность, легкая отвлекаемость и невозможность сосредоточиться;
- трудности в овладении письмом, чтением, счетом;
- быстрая утомляемость;
- отставание в развитии;
- трудности в самостоятельном выполнении учебных и домашних заданий.

В чем заключается лечение в нейропсихологии?

Лечение в нейропсихологии называют нейрокоррекцией. Нейрокоррекция состоит из двух частей: двигательной (напоминает лечебную физкультуру) и когнитивной (похожа на занятие с логопедом или дефектологом). Нейрокоррекция обходится без лекарств.

Включая в программу нейрокоррекции двигательные и когнитивные (умственные) упражнения, мы работаем сразу со всеми навыками. Упражнения «перестраивают» работу мозга так, что ребенок становится более усидчивым и внимательным, допускает меньше ошибок при чтении или письме, улучшаются его память, моторные навыки. Незрелые участки мозга получают развитие, а функции, которых вообще не было, часто появляются — стоит только нейропсихологу подобрать правильное задание.

А сколько длится курс нейрокоррекции?

Это зависит от результатов диагностики: какие нарушения выявил психолог у ребенка и насколько они сильные. Специалист индивидуально разрабатывает программу занятий, так как курс идет от простых упражнений к сложным, а «простые» и «сложные» упражнения у каждого ребенка свои, в зависимости от его слабых и сильных сторон.

В среднем, чтобы «запустить» процессы в мозге в нужном направлении, нужно заниматься не меньше полугода 2 раза в неделю и с регулярными домашними тренировками. Не рекомендуется бросать занятия не дойдя до конца — тогда начатая «перестройка» останется незавершенной, проблемы могут вернуться и даже стать серьезнее.

Во время нейрокоррекции родители должны быть готовы к тому, что развитие не всегда происходит только в сторону прогресса, могут наблюдаться и временные ухудшения. Это нормально, мозг устает, сопротивляется изменениям. Главное — не бросать занятия в этот кризисный этап, набраться терпения и настроиться на результат.

В каком возрасте лучше приводить ребенка к нейропсихологу?

Наиболее продуктивны нейропсихологические занятия для детей от 5 до 12 лет. В этом возрасте мозг уже достаточно сформирован, чтобы ребенок осваивал и развивал навыки, но в то же время еще пластичен, чтобы легко перестроиться.