

Алина Медведева

дефектолог | методист

ЗАВТРАК С ДЕФЕКТОЛОГОМ

Истории из кабинета,
где пахнет *печеньем*

Истории
про детей,
родителей
и доверие



Алина Медведева

ЗАВТРАК С ДЕФЕКТОЛОГОМ

«Автор»

2026

Медведева А.

**ЗАВТРАК С ДЕФЕКТОЛОГОМ / А. Медведева — «Автор»,
2026**

У меня в кабинете всегда лежит печенье. Обычное, квадратное, из «Пятёрочки». За десять лет оно стало главным диагностическим инструментом. Эта книга — не учебник по дефектологии. Здесь нет инструкций и пошаговых протоколов. Здесь — живые истории про детей, которые не говорили, но научились объяснять. Про родителей, которые боялись карточек, а потом клеили их на холодильник. Про ошибки, выгорание и минуты, когда хочется всё бросить. И про то, что самое важное в нашей работе — просто быть рядом. С чаем и печеньем.

© Медведева А., 2026

© Автор, 2026

Алина Медведева

ЗАВТРАК С ДЕФЕКТОЛОГОМ

Вместо предисловия

Печенье

У меня в кабинете всегда лежит печенье.

Обычное, квадратное, с зубчиками по краям. «Юбилейное», если кому-то важно название. Я покупаю его раз в две недели в «Пятёрочке» у дома и кладу в верхний ящик стола.

За десять лет это печенье стало главным диагностическим инструментом.

Я не шучу.

По тому, как ребёнок тянется к печенью, можно понять всё. Смотрит или не смотрит. Берёт сам или ждёт, чтобы вложили в ладонь. Нюхает. Кладёт в рот целиком или откусывает по миллиметру. Терпит, если печенье сломалось, или требует целое.

Про родителей – отдельная история. Мама, которая говорит «он такое не ест», хотя ребёнок уже тянется. Папа, который прячет упаковку в рюкзак, чтобы «дома доесть». Бабушка, которая приносит своё печенье, потому что «у них там пальмовое масло».

Печенье не врёт.

Я помню мальчика, который ненавидел всё. Занятия, карточки, чужих людей, этот кабинет, меня. Единственное, что он соглашался делать, – сидеть под столом и раскачиваться. Мать сидела рядом на корточках и говорила: «Ну давай, ну пожалуйста, ну съешь хоть кусочек».

Однажды я положила на пол печенье. Просто положила. Не протянула, не предложила, не сказала «смотри, какое вкусное».

Он смотрел на него двадцать минут. Я сидела в кресле и делала вид, что проверяю почту. Мать замерла и не дышала.

На двадцать первой минуте он вылез из-под стола, взял печенье и съел.

Через три месяца он протянул мне карточку с этим печеньем. В первый раз сам.

Это не заняло полгода. Это заняло три месяца и одну упаковку «Юбилейного».

Я не знаю, заговорил ли он потом. Я ушла из того центра, а они переехали в другой город.

Но я часто вспоминаю его лицо в тот момент, когда он брал печенье.

Он не улыбался. Он просто сделал выбор.

Это было громче любой речи.

В этой книге не будет инструкций.

Не будет пошаговых протоколов и списков «что делать, если». Я уже написала одну научную статью, и её вполне достаточно, чтобы подтвердить квалификацию.

Здесь будут истории.

Про детей, которые не говорили, но научились объяснять. Про родителей, которые боялись карточек, а потом клеили их на холодильник. Про меня и мои ошибки, которых за десять лет накопилось ровно на десять лет.

И про печенье. Куда же без него.

Если вы открыли эту книгу и думаете: «Господи, ещё один специалист будет учить меня жить», – выдыхайте.

Я не буду.

Я просто налью чай.

Печенье – в верхнем ящике стола.

Суп

Я ненавижу суп.

Не в смысле «не люблю есть». В смысле – как специалист. Потому что суп – это самое страшное, что может случиться с ребёнком с сенсорными проблемами в первой половине дня.

Представьте, что вы – это вы, но у вас во рту в десять раз больше нервных окончаний, чем должно быть. И кто-то пытается засунуть туда ложку с горячей жидкостью, в которой плавают кусочки. Кусочки разной формы. Разной температуры. Разной степени «хлюпкости».

Для вас это суп.

Для ребёнка с РАС – пытка, которую придумали специально.

Я долго не понимала, почему один мальчик, назовём его Дима, орал каждый раз, когда мама доставала тарелку. Я думала: ну суп же, все едят суп, что не так.

А потом я попросила маму принести суп на занятие. Просто поставить перед нами и ничего не делать.

Дима смотрел на тарелку так, как я смотрю на бумаги из налоговой. С ужасом и обречённостью.

Я взяла ложку. Он дёрнулся.

Я поднесла ложку к его рту. Он зажмурился и сжал зубы так, что, кажется, скрипела эмаль.

Я убрала ложку.

Мы сидели так минут десять. Я, Дима, тарелка супа и полная тишина.

Потом я взяла его руку в свою и медленно, очень медленно опустила его палец в суп. Просто коснуться. Не есть. Просто почувствовать.

Дима отдернул руку. Посмотрел на меня с таким выражением, будто я предложила ему сунуть палец в розетку.

Потом снова посмотрел на тарелку.

И сам – сам! – ткнул пальцем в суп. Быстро, как будто крадёт.

И замер.

Я не дышала.

Он посмотрел на мокрый палец. Лизнул.

И... улыбнулся.

Через полгода он ел суп ложкой. Через год – просил добавки.

Но тот момент, когда он сам, без принуждения, ткнул пальцем в тарелку – это был момент, когда суп перестал быть врагом.

Иногда, чтобы научить есть, надо разрешить не есть.

Иногда, чтобы войти в контакт, надо выйти из инструкции.

Суп – это не про еду. Суп – это про доверие.

И да, я до сих пор не люблю суп.

Честно. Если у меня есть выбор между тарелкой шей и бутербродом – я выберу бутерброд. И не потому, что я плохой дефектолог, а потому что у каждого есть право на маленькие странности.

Просто теперь, когда я отодвигаю тарелку с супом в сторону, я думаю о Диме.

И улыбаюсь.

Яблоко

У неё были длинные, очень красивые волосы. Мама заплетала их каждое утро в тугую косу, перевязывала белой резинкой, и коса лежала на спине, как знак того, что всё будет хорошо.

Девочку звали Алиса. Ей было пять, она не говорила, почти не смотрела в глаза и очень любила яблоки. Только зелёные. Только твёрдые. Только порезанные дольками, но не тонко, а чтобы можно было взять в руку.

Я работала с Алисой третий месяц. Всё шло ровно. Без взлётов, но и без падений. Мы сидели за столом, я протягивала карточку с яблоком, она протягивала руку. Иногда смотрела на меня. Иногда нет. Но обмен происходил.

В тот день я порезала яблоко неправильно.

Я даже не вспомню сейчас, что именно сделала не так. Может, слишком тонко. Может, кусочки были неровные. Может, просто попалось не то яблоко – рыхлое, не её сорт.

Я положила дольку на тарелку.

Алиса взяла её. Посмотрела. Положила обратно.

Я протянула карточку снова. Она отодвинула мою руку.

Я сказала: «Алиса, хочешь яблоко? Покажи карточку».

Она посмотрела на меня.

Потом на яблоко.

Потом встала, подошла сзади, вцепилась зубами в мою руку и прокусила кожу до крови.

Не сильно, но до крови.

Я зашипела от неожиданности. Мама подскочила, начала кричать:

– Алиса, что ты делаешь? Как тебе не стыдно? Извинись сейчас же!

Алиса стояла и молчала.

Я смотрела на свою руку, на кровь, на Алису, на маму и думала только одно: «Что я пропустила?»

Потому что дети не кусаются просто так. Они кусаются, когда у них кончились слова. Или когда слов никогда и не было.

Я попросила маму выйти в коридор. Посидеть пять минут, выпить воды.

Мы остались вдвоём. Я, Алиса и неправильно порезанное яблоко.

Я села на пол. Не за стол, а на пол, как она любила.

Алиса стояла у окна и смотрела в стекло.

Я взяла дольку яблока. Надкусила сама. Громко, хрустко.

Она обернулась.

Я взяла другую дольку и протянула ей. Не на тарелке, не через карточку, просто в руке.

Она подошла. Взяла. Съела.

Потом подошла ещё ближе и положила голову мне на плечо.

Мы сидели так минут десять. Я, Алиса, яблоко и тишина.

Когда мама заглянула в кабинет, она замерла на пороге. Потом заплакала.

– Она никогда ни к кому так не прижимается, – сказала мама.

Я кивнула.

Я всё ещё не знала, что пропустила. Но уже начала догадываться.

Я пропустила момент, когда ребёнку стало больно от того, что мир устроен не так, как надо. Когда единственный понятный язык – яблоко – вдруг сломался. И сказать об этом было нечем.

Алиса не хотела меня укусить.

Она хотела сказать: «Ты меня не слышишь».

Просто у неё не было других слов.

Чай без сахара

Она приходила всегда с одним и тем же термосом. Старый такой, советский ещё, в цветочек, с отколотой эмалью у горлышка. Я такие в детстве видела, у бабушки.

В термосе был чай. Чёрный, крепкий, без сахара.

– Он пьёт только мой чай, – говорила мама, ставя термос на край стола. – Из других кружек не будет. И если сахар – вообще не притронется.

Я кивала. За десять лет я наслушалась таких «только»:

- Только синюю тарелку.
- Только с мамой.
- Только если свет выключить.
- Только когда сам захочет.

«Только» в нашей профессии – это не каприз. Это карта местности. Если ребёнок говорит (или показывает), что ему нужно что-то одно, – значит, остальное для него пока – тёмный лес. И лезть туда без подготовки нельзя.

Мальчика звали Степан. Пять лет, РАС, без речи, но с очень внятной системой предпочтений. Синяя тарелка, чай мамы, никаких сюрпризов.

Первые две недели я просто пила с ним чай.

Да, именно так. Я наливала себе обычный чай из пакетика, мама наливала ему из термоса, мы садились за стол и молча пили. Иногда я что-то говорила. Иногда просто смотрела в окно. Степан держал кружку двумя руками, грел ладони и смотрел в одну точку.

Никаких карточек. Никаких заданий. Просто чай.

На третьей неделе он сам протянул мне пустую кружку.

Я замерла.

– Налить? – спросила я.

Он не ответил. Но кружку не убрал.

Я налила ему чай. Из его термоса. В его кружку.

Он взял, отпил и поставил обратно на стол.

Всё.

Мама, которая всё это время сидела в углу и делала вид, что читает книгу, закрыла лицо руками.

– Он первый раз что-то попросил у чужого человека, – сказала она шёпотом.

Я кивнула.

Это не было победой в привычном смысле. Никто не заговорил, не начал обмениваться карточками, не посмотрел в глаза. Просто ребёнок протянул кружку.

Но для меня это было важнее любого «первого слова».

Потому что сначала надо, чтобы тебе налили чай. Потом уже можно и поговорить.

Через полгода Степан сам наливал себе чай. Из маленького чайника, который мы специально купили. Без сахара, конечно. И только в свою кружку.

А ещё через год он впервые сказал «дай», глядя на термос.

Но тот первый раз, когда он просто протянул пустую кружку, я запомнила навсегда.

Иногда нам кажется, что мы учим детей говорить. А на самом деле мы учим их доверять. Сначала – чаю. Потом – тому, кто наливает.

И да, я до сих пор не знаю, что было в том термосе. Может, правда особенный чай. А может, просто мамино тепло, которое можно было взять с собой и не бояться, что оно закончится.

Папа

Он вошёл в кабинет с таким видом, будто его сюда привели силой. Руки в карманах, взгляд в пол, челюсть сжата. За ним, как буксир за ледоколом, плыла жена с мальчиком лет четырёх.

– Садитесь, – сказала я как можно мягче.

Он сел. На самый край стула. Чтобы сразу было понятно: он здесь случайно, он здесь ненадолго, он здесь только потому, что «жена настояла».

Я таких пап видела сотни. Они бывают двух типов: те, кто всё время снимает на телефон («а покажите, как вы делаете, я потом дома повторю»), и те, кто сидит с каменным лицом и молчит весь приём.

Этот был из вторых.

Я рассказывала про PECS. Про карточки, про обмен, про то, как это помогает запустить коммуникацию даже у неговорящих детей. Жена кивала, записывала, задавала вопросы. Он смотрел в окно.

Потом я протянула карточку с печеньем.

– Вот, смотрите. Ребёнок протягивает карточку – получает желаемое.

Он вдруг ожил.

– То есть вы хотите сказать, что мой сын будет как собачка? Носить вам карточку, чтобы получить кусочек? – голос жёсткий, почти агрессивный.

Жена побледнела.

Я выдохнула.

– Нет, – сказала я спокойно. – Я хочу сказать, что ваш сын сейчас не может попросить то, что хочет. Совсем. Ни словом, ни жестом, ни взглядом. Он может только плакать или биться головой, когда ему что-то нужно. А это больно. Ему больно. Вам больно. Мы предлагаем ему мостик. Карточка – это не награда. Это язык.

Он посмотрел на меня. Впервые за весь час – прямо, в глаза.

– Язык, – повторил он медленно.

– Да. Который он выучит за несколько недель. А потом, возможно, заговорит сам. Потому что поймёт: общаться можно, общаться не больно, общаться – это про то, чтобы тебя слышали.

Он кивнул. Один раз. И снова уставился в окно.

Мы закончили приём. Жена забрала памятку, расписалась в документах, улыбнулась на прощание. Он вышел первым, не попрощавшись.

Через месяц мне пришло сообщение в WhatsApp.

Фото. Мальчик сидит на кухне, перед ним на столе – карточка с печеньем. А рядом – настоящая пачка печенья, раскрытая. И рука папы, которая держит телефон.

Подпись: «Извините. Работает».

Я смотрела на это фото и улыбалась.

Потому что за этим «извините» стояло столько всего. Признание, что был неправ. Благодарность, которую трудно сказать вслух. И главное – принятие.

Не метода. Не карточек. А самого мальчика. Такого, какой есть.

С языком, который у него пока один. Но это не навсегда.

Я иногда вспоминаю этого папу. Интересно, сказал ли он уже сыну, что гордится им. Не за карточку, а просто так.

Надеюсь, что да.

Мужчины редко говорят это вслух. Но они умеют признавать ошибки. Даже если на это уходит месяц.

Мама, которая не спит

Я узнаю её ещё в коридоре.

По походке. По тому, как она держит спину – слишком прямо, слишком ровно, как будто если расслабится, то упадёт. По голосу – тихому, спокойному, без интонаций, потому что интонации требуют сил, а силы кончились года два назад.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «Литрес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на Литрес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.