В помощь родителям детей с ограниченными возможностями здоровья

- Не считайте обращение к специалисту (неврологу, психиатру или психологу) «клеймом на всю жизнь», не настраивайтесь негативно, если такую консультацию вам предложат воспитатели или учителя. Невозможно помочь детям, не понимая, в чем причина их проблем. Чаще прибегайте к советам педагогов и психологов. Каждый ребенок с ОВЗ требует специфического подхода, а также специальных знаний и умений для его воспитания и развития. Больше читайте, и не только специальную литературу, но и художественную.

- Примите ситуацию как данность, смиритесь с нею, не думайте о том, как и почему это случилось, размышляйте о том, как с этим дальше жить. Зачастую родители, испытывая страх за судьбу малыша, передают его ребенку. Помните, что все ваши страхи и «черные мысли» ребенок чувствует на интуитивном уровне. Поэтому если вы не хотите, чтобы ваш ребенок рос нервным, издерганным, мрачным, постарайтесь найти в себе силы с оптимизмом смотреть в будущее.

- Признайте за ребенком право быть таким, какой он есть. Примите его таким – с невнятной речью, странными жестами. Ведь вы любите его, пусть ваша любовь и переживает трудные времена. В конце концов, какая разница, что скажут о вашем ребенке незнакомые люди, которых вы больше никогда не увидите или тетя Дуся из соседней квартиры?

- Не предъявляйте к ребенку повышенных требований. В своей жизни он должен реализовать не ваши мечты, а свои способности. Ни в коем случае не стоит стыдиться своего ребенка. Чаще хвалите ребенка. Ласково обнимайте, давайте ему какую-нибудь маленькую награду, когда у него что-нибудь получается или когда он очень старается. Если ребенок старается сделать, но у него не получается, лучше обойдите это молчанием или просто скажите: "Жаль, что не вышло, в другой раз получится". Пытаясь чему-то научить ребенка, не ждите быстрого результата. Начните с того, что ребенок умеет делать хорошо, а затем побуждайте его сделать немножко больше. Правильная помощь и в нужное время принесет успех и радость и ребенку, и тем, кто ему помогает. Научитесь радоваться даже небольшим его достижениям. Постепенно он выучит все, что сможет и проявит свои знания. Запаситесь терпением на годы.

- Не ограждайте ребѐнка от обязанностей и проблем, развивайте умения и навыки по самообслуживанию. Придумайте ему простенькие домашние обязанности, постарайтесь научить ребенка заботиться о других. Решайте все дела вместе с ним.

- Рассказывайте о своем ребенке – пусть все знают, что такие дети есть, и что им нужен особый подход! Не замыкайтесь в своем мире. Старайтесь чувствовать себя спокойно и уверенно с ребенком на людях. Доброжелательно реагируйте на проявления интереса со стороны посторонних, не отталкивайте их от себя жалобами, раздражением, проявлением озлобления. Как показывает опыт, люди в своем большинстве гораздо более терпимы, чем, кажется на первый взгляд.

- Общайтесь с другими семьями с детьми с ОВЗ. При таком общении нередко родители перестают чувствовать свое одиночество, свою обособленность и особенность. Ощущение того, что существуют семьи с такими же проблемами, приободряет, а семьи, прошедшие этот путь раньше могут помочь советом по уходу за ребенком. Общаясь между собой можно не стеснятся своих детей, не переживать из-за их странного поведения, научиться доброжелательно относиться к странностям других. В результате такого общения налаживаются новые дружеские связи, жизнь приобретает новые оттенки. Возможно, это поможет вашему ребенку в будущем научиться строить отношения с людьми, общаться. Он возьмет вас и ваших друзей за образец.

- Невозможно быть идеальным родителем 24 часа в сутки. Если тяжело, позвольте себе иногда рассердиться, позавидовать, быть несчастным или уставшим. Не забывайте о супруге и других детях. Если будете уделять им внимание и не отгораживаться, они могут быть вашей поддержкой и опорой. Не лишайте себя жизни, удовольствий и интересных событий. Что-то вы можете делать вместе с ребенком, но у вас обязательно должна быть и собственная жизнь. Слепая жертвенность не принесет пользы ни ребенку, ни вам. Если вы будете удовлетворены жизнью, вы несравнимо больше сможете дать и нуждающемуся в вас маленькому человеку. Видя вас бодрыми, веселыми, верящими в лучшее, малыш станет чаще улыбаться и тем самым приближать свое выздоровление.

Педагог-психолог Позднякова С.В.