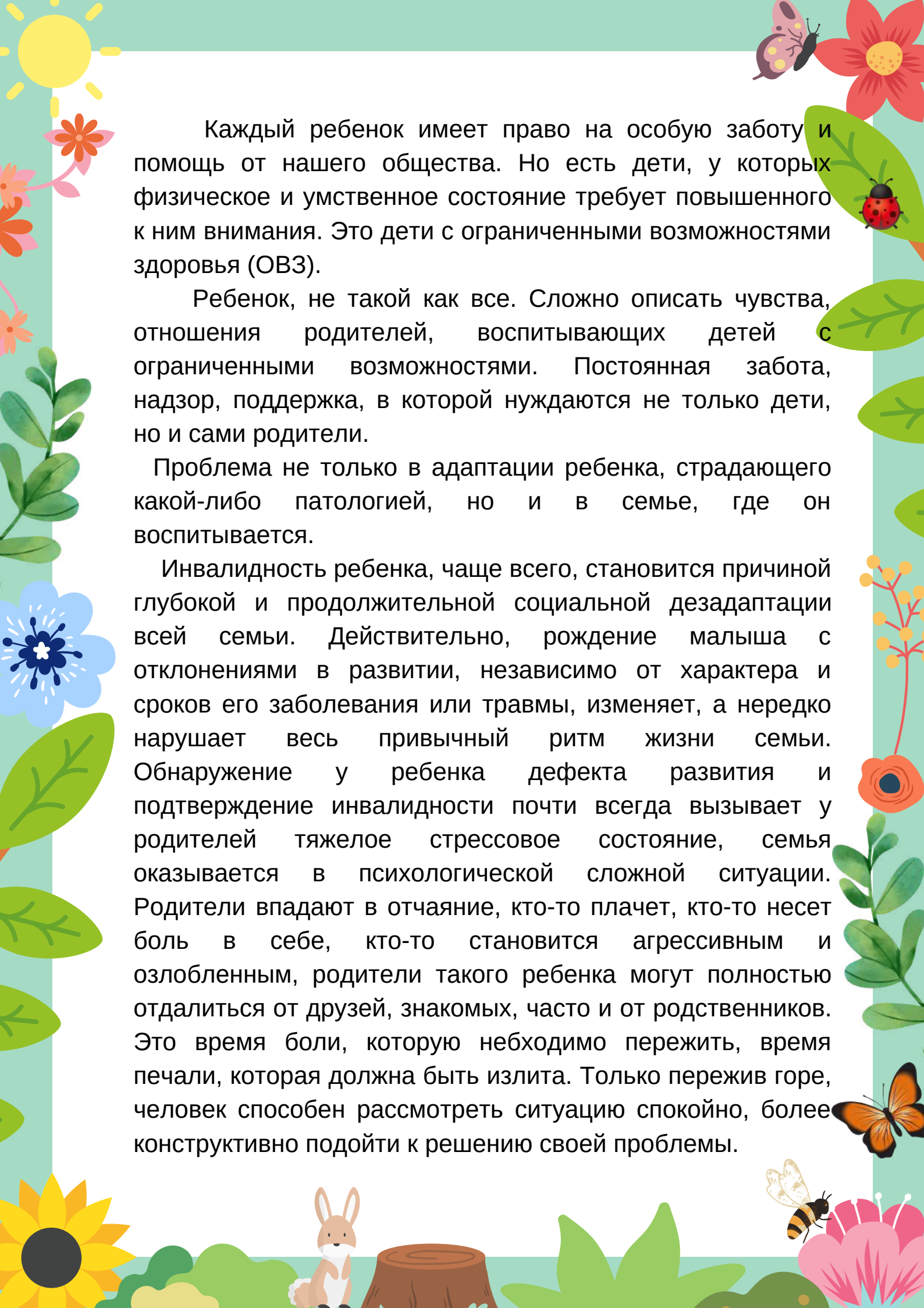


Памятка для родителей
"Если в семье растет
ребенок с ограниченными
возможностями здоровья"

Составитель: педагог-психолог
МБДОУ 82 "Чебурашка" Бабина
Анастасия Анатольевна

A decorative border surrounds the text, featuring a yellow sun in the top left, a pink butterfly in the top right, a red ladybug on a green leaf on the right, a blue flower on the left, a sunflower in the bottom left, a brown rabbit, a tree stump, and a pink flower with a bee in the bottom right.

Каждый ребенок имеет право на особую заботу и помощь от нашего общества. Но есть дети, у которых физическое и умственное состояние требует повышенного к ним внимания. Это дети с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ).

Ребенок, не такой как все. Сложно описать чувства, отношения родителей, воспитывающих детей с ограниченными возможностями. Постоянная забота, надзор, поддержка, в которой нуждаются не только дети, но и сами родители.

Проблема не только в адаптации ребенка, страдающего какой-либо патологией, но и в семье, где он воспитывается.

Инвалидность ребенка, чаще всего, становится причиной глубокой и продолжительной социальной дезадаптации всей семьи. Действительно, рождение малыша с отклонениями в развитии, независимо от характера и сроков его заболевания или травмы, изменяет, а нередко нарушает весь привычный ритм жизни семьи. Обнаружение у ребенка дефекта развития и подтверждение инвалидности почти всегда вызывает у родителей тяжелое стрессовое состояние, семья оказывается в психологической сложной ситуации. Родители впадают в отчаяние, кто-то плачет, кто-то несет боль в себе, кто-то становится агрессивным и озлобленным, родители такого ребенка могут полностью отдалиться от друзей, знакомых, часто и от родственников. Это время боли, которую необходимо пережить, время печали, которая должна быть излита. Только пережив горе, человек способен рассмотреть ситуацию спокойно, более конструктивно подойти к решению своей проблемы.

ЭТО НЕОБХОДИМО ЗНАТЬ

Психологи выделяют четыре фазы психологического состояния в процессе становления их позиции к ребенку-инвалиду.

Первая фаза — «шок», характеризуется состоянием растерянности родителей, беспомощности, страха, возникновением чувства собственной неполноценности.

Вторая фаза — «неадекватное отношение к дефекту», характеризующаяся негативизмом и отрицанием поставленного диагноза, что является своеобразной защитной реакцией.

Третья фаза — «частичное осознание дефекта ребенка», сопровождаемое чувством «хронической печали». Это депрессивное состояние, являющееся «результатом постоянной зависимости родителей от потребностей ребенка, следствием отсутствия у него положительных изменений».

Четвёртая фаза — начало социально-психологической адаптации всех членов семьи, вызванной принятием дефекта, установлением адекватных отношений со специалистами и достаточно разумным следованием их рекомендациям.

Родители должны понимать, что жизнь не останавливается с рождением ребёнка с ОВЗ, она продолжается, и надо жить дальше, воспитывать ребёнка, любить его таким, какой он есть, не проявляя излишнюю ненужную жалость.

Следует научиться воспринимать ребенка с ограниченными возможностями, как ребенка со скрытыми возможностями.

ПСИХОЛОГИ РЕКОМЕНДУЮТ

В трудных жизненных ситуациях, как минимум, всегда есть три варианта:

1. Оставить все как есть, или что-то изменить;
2. Изменить свое поведение, привычки, взгляды, установки или изменить обстоятельства, в которых возникла проблема;
3. Если нельзя изменить обстоятельства, то можно изменить отношение к обстоятельствам, то есть принять их:
 - как необходимую данность;
 - как урок, который необходимо пройти;
 - как катализатор внутриличностных ресурсов и возможностей;
 - как нечто позитивное, которое содержится в том, что пока воспринимается как негатив.



Рекомендации родителям, имеющим детей с ОВЗ:

- никогда не жалеите ребёнка из-за того, что он не такой, как все.
- дарите ребёнку свою любовь и внимание, но не забывайте, что есть и другие члены семьи, которые в них тоже нуждаются.
- организуйте свой быт так, чтобы никто в семье не чувствовал себя «жертвой», отказываясь от своей личной жизни.
- не ограждайте ребёнка от обязанностей и проблем. Решайте все дела вместе с ним.
- предоставьте ребёнку самостоятельность в действиях и принятии решений.
- следите за своей внешностью и поведением. Ребёнок должен гордиться вами.
- не бойтесь отказать ребёнку в чём-либо, если считаете его требования чрезмерными.
- чаще разговаривайте с ребёнком. Помните, что ни телевизор, ни радио не заменят вас.
- не ограничивайте ребёнка в общении со сверстниками.
- не отказывайтесь от встречи с друзьями, приглашайте их в гости.
- чаще прибегайте к советам педагогов и психологов.
- больше читайте, и не только специальную литературу, но и художественную.

-общайтесь с семьями, где есть дети-инвалиды. Передавайте свой опыт и перенимайте чужой.
-не изводите себя упрёками. В том, что у вас больной ребёнок, вы не виноваты!

Помните, что когда-нибудь ребёнок повзрослеет и ему придётся жить самостоятельно. Готовьте его к будущей жизни, говорите с ребенком о ней.



И всегда помните о том, что рано или поздно Ваши усилия, стойкое терпение и непомерный труд в воспитании ребенка с ОВЗ будут обязательно вознаграждены!



КАЖДЫЙ РЕБЁНОК ОСОБЕННЫЙ
ВСЕ ДЕТИ – РАВНЫЕ