

Рекомендации педагога-психолога для родителей детей с особыми возможностями здоровья, детей-инвалидов.

Для полноценного и гармоничного развития личности ребенку нужно расти в теплом семейном окружении, в атмосфере счастья, любви и понимания.

Особенно это важно для ребенка с особыми возможностями здоровья.

Такой ребенок нуждается в усиленной поддержке и помощи близких ему людей.

Создание и поддержание в семье здорового психологического климата служит гарантией правильного развития ребенка и позволяет полностью раскрыть его потенциальные возможности.

Результат воспитания зависит от отношения родителей к самому факту рождения «особого» ребенка, выбора стиля и тактики его воспитания, понимания особенностей заболевания на всех этапах развития ребенка и сохранения уважительных отношений между всеми членами семьи. Даже само понимание того, в каком состоянии родители находятся, производит терапевтический эффект. Все негативные переживания имеют право на существование. Человек не робот и он не может реагировать по-другому. Эмоции, которые испытывают родители, очень неприятные и тяжелые, но все же, они попали в ситуацию тяжелой травмы, которая и предполагает их присутствие.

Принять ситуацию, это не значит бездействовать. Напротив - это означает действовать, исходя из тех условий, в которые попала семья, искать оптимальное решение. Родителям нужно осознать истинное состояние ребенка, принять и выполнить рекомендации данные врачом, психологом, педагогом-дефектологом, логопедом по дальнейшему обучению и воспитанию их ребенка. Семье, воспитывающей ребенка с особыми возможностями, также необходимо понять и принять свои переживания. Обратиться за помощью к специалисту – не малодушие, а знак того, что человек хочет изменить свое состояние, хочет успешно действовать в сложившейся ситуации. Чтобы справиться с тяжелым эмоциональным состоянием, следуйте советам.

Что делать родителям в сложившейся ситуации?

**Примите ситуацию, как данность. Не думайте о том, почему и как это случилось. Размышляйте о том, как с этим дальше жить. Помните, что все ваши страхи и «черные» мысли ребенок чувствует на интуитивном уровне. Ради успешного будущего своего ребенка постарайтесь найти в себе силы с оптимизмом смотреть вперед.

***Никогда не жалеете ребенка из-за того, что он не такой, как все.**

* Дарите ребенку свою любовь и внимание, но помните, что есть и другие члены семьи, которые в них тоже нуждаются.

Стремитесь к тому, чтобы у всех членов семьи была **возможность саморазвития и полноценной жизни. Помните, ребенку с первых месяцев жизни важно ощущать стабильность и спокойствие своего окружения.

Организируйте ваш быт так, чтобы **никто в семье не чувствовал себя «жертвой», отказываясь от своей личной жизни.

** Не ограждайте ребенка от обязанностей и проблем. Если состояние ребенка позволяет, придумайте ему простенькие **домашние обязанности**, постарайтесь научить ребенка заботиться о других. Решайте все дела вместе с ним.

**Предоставьте ребенку самостоятельность. В действиях и принятии решений.

Стимулируйте его приспособительную активность; помогайте в поиске своих скрытых возможностей. Развивайте умения и навыки по самообслуживанию.

****Учитесь отказывать ребенку** в чем-либо, если считаете его требования чрезмерными. Однако, проанализируйте количество запретов, с которыми сталкивается ваш ребенок. Подумайте, все ли они обоснованы или стоит сократить ограничения. Проконсультируйтесь с врачом или психологом.

*Запреты и ограничения замените на правила поведения. Каждое указание нужно перевести в **правило без частицы «НЕ»**. Ситуации:

1 Вместо «Нельзя переходить улицу на красный свет!»- Скажите: «Переходим улицу только тогда, когда светит зеленый огонек светофора».

2 Вместо: «Не спеши во время еды!»- «Ешь медленно!».

Или «Не кричи так громко!» - замените «Разговаривай тише!».

Вам придется зазубрить все варианты позитивных реакций на поведение ребенка и невозмутимо каждый раз проговаривать только один вариант реплики!

Чаще разговаривайте с ребенком. Помните, что ни телевизор, ни компьютер не заменят Вас. **Создавайте условия для общения ребенка со сверстниками.

Стремитесь к встречам и общению **с друзьями, приглашайте их в гости. Пусть в вашей жизни найдется место и высоким чувствам, и маленьким радостям.

Чаще **используйте советы педагогов и психологов. Каждое определенное заболевание ребенка-инвалида требует специфического ухода, а также специальных знаний и умений.

****Больше читайте**, и не только специальную литературу, но и художественную.

* **Общайтесь** с семьями, где есть дети с особыми возможностями здоровья.

* **Передавайте свой опыт и перенимайте чужой**. Это важно не только для Вас, но и для ребенка, которому вы можете оказать услугу на всю жизнь найдя для него друзей или (что бывает часто) спутника жизни. Помогая друг другу, вы, прежде всего помогаете себе!

Находите в себе силы и **сохраняйте душевное равновесие. Перестаньте изводить себя упреками.

**Старайтесь чувствовать себя спокойно и уверенно с ребенком-инвалидом на людях.

. **Доброжелательно реагируйте** на проявление интереса со стороны посторонних., не отталкивайте их от себя жалобами, раздражением, проявлением озлобления.

****Ведите дневник наблюдений** за ребенком, отмечая малейшие перемены в его состоянии. Дневник с одной стороны, помогает, успокаивая Вас, с другой – способствует правильной организации всей лечебно-коррекционной работы.

****Будущее вашего ребенка во многом зависит** от того, **насколько он социализирован**, адаптирован в обществе. Делайте все возможное, чтобы он привык находиться среди людей и при этом не концентрироваться на себе, умел и любил общаться, мог попросить о помощи.

Помните, что ребенок повзрослеет и **ему придется жить самостоятельно.**

Готовьте его к будущей жизни, говорите о ней.

В результате следования этим простым советам произойдет трансформация Ваших родительских ожиданий и представлений о ребенке из негативных в позитивные. Постепенно отстранятся ваши чувства вины, депрессивный фон настроения,
страхи и комплексы.

Ребенку с ОВЗ особенно важны Ваши уравновешенность и доброжелательность!