

Советы родителям, воспитывающим детей с особыми образовательными потребностями

Мы хотим предложить некоторые рекомендации, которые возникли в результате опыта работы с родителями, воспитывающими детей с проблемами в развитии. Надеемся, что эти советы помогут Вам преодолеть психологические трудности.

Совет 1. Постарайтесь преодолеть страх и отчаяние.

Факт появления на свет ребенка, не такого, как у всех стал причиной сильного стресса, который Вы испытываете, в первую очередь как его родители. Вам очень трудно сейчас. Преодолейте страх и отчаяние. Помните, что не отчаяние и неверие в свои возможности, а любовь к ребенку и терпеливая постоянная работа с ним позволят Вам добиться наибольших успехов.

Совет 2 (отцу ребенка): постарайтесь понять чувства и переживания вашей жены. Не ставьте ей в укор то, что ребенок родился таким. Виновных нет! Есть проблема, которую необходимо решать обоим. Создайте домашний очаг. Жена и ребенок держатся за вас, как за соломинку. Кроме вас, у них нет другой опоры в жизни. Будьте для них этой опорой.

Совет 3 (матери ребенка): помогите себе, измените отношение к себе.

Если вам очень плохо, а помочь некому, постарайтесь вспомнить какое-либо приятное событие из вашей жизни, ощущения и чувства, которые вы тогда испытывали. Постарайтесь задержаться на этих воспоминаниях, чтобы уравновесить ваши настоящие (негативные) ощущения. Для вашего организма подобные воспоминания станут своеобразным психологическим «витамином», с помощью которого вам удастся преодолеть психологический дискомфорт. Поощрите себя и в случае возникновения тревожного или депрессивного состояния научитесь говорить себе СТОП. Научитесь смягчать, нейтрализовать любой конфликт доброжелательным отношением к окружающим.

Прогнозируйте любую ситуацию, участниками которой становитесь ваш ребенок, вы и окружающие вас лица. Если вы почувствовали недоброжелательное к себе или к ребенку отношение, не старайтесь изменить позицию другого лица, доказывая, что он не прав. Не тратьте силы на бессмысленный спор. Просто отойдите от этого человека.

Постарайтесь найти среди ваших знакомых тех, кто бы мог адекватно принимать вас и вашего ребенка, тех, на которых вы могли бы его оставить, в случае необходимости на некоторое время, которые могли бы вас поддержать в трудную минуту.

Совет 4. Постарайтесь принять факт наличия проблемы развития в Вашего ребенка.

Многие родители много времени, сил и энергии тратят на процесс отрицания существующей у их ребенка проблемы. Такое понимание проблемы непродуктивно и не принесет пользы ни вам, ни вашему ребенку, ни окружающим. Постарайтесь также не поддаваться агрессии, раздражению, подавленности и страху, которые, естественно, могут возникать из-за волнения о здоровье вашего ребенка.

Совет 5. Будьте активными в общении со своим ребенком.

В настоящее время доказано, что именно мать обладает специфическими и высокоэффективными возможностями стимуляции развития ребенка. С первых дней жизни ребенка мать должна осуществлять разнообразную деятельность, направленную на развитие ребенка. Она должна разговаривать с ним, показывать ему различные игрушки и предметы, привлекая к ним его внимание, предварительно ознакомившись с рекомендациями врача, стимулировать ребенка к самостоятельным активным действиям.

Дети с проблемами в здоровье пассивны, они реагируют на мать позднее. Именно поэтому матери необходимо быть активнее самой, больше уделять времени ребенку и не ограничивать свои контакты с ним удовлетворением лишь биологических потребностей (кормление, купание и т. д.) Но и во время этих каждодневных забот нужно тоже общаться с ребенком, разговаривать с ним, ласкать его.

Совет 6. Необходима определенность. Вы должны уяснить ситуацию, в которой находится ваш ребенок.

Постарайтесь оценить сложившуюся ситуацию трезво. Чтобы разрешить ситуацию, надо действовать. Ребенку требуются различные виды помощи: медицинская, педагогическая, психологическая.

Совет 7. Определите, какая помощь необходима вашему ребенку и вашей семье в первую очередь.

Вы обязательно должны проконсультировать своего ребенка у невролога, детского психиатра. Особое внимание медицинским рекомендациям должны уделить родители тех детей, у которых выявлено раннее и сложное отставание в сроках психомоторного, психоречевого и психофизического развития.

Одновременно ваш ребенок может иметь и другие проблемы (нарушения слуха, зрения, двигательные нарушения), которые могут быть диагностированы только специалистами.

Отнеситесь внимательно ко всем рекомендациям врачей и старайтесь точно их выполнять. Врачи назначают медикаментозную терапию и подскажут план дальнейшей реабилитации ребенка.

Чтобы исправить выявленные у вашего ребенка нарушения, одной медицинской помощи недостаточно. Необходимы психологическая и педагогическая коррекция. Если проблема четко определена и очерчена, она может быть и разрешена. В образовательных учреждениях (детских садах, школах) специалистами (дефектологом, логопедом, психологом) используются специальные методы обучения, развития и адаптации к социальной среде.

Совет 8. Измените отношение к вашему ребенку, не считайте его бесперспективным.

Не преувеличивайте проблемы вашего ребенка. Никогда не говорите себе, что из него ничего не выйдет. В жизни есть много такого, что предсказать с позиций сегодняшнего дня трудно. Все зависит от вашей мудрости, вашего терпения и усилий.

Совет 9. Примите вашего ребенка таким, каков он есть.

Ваш ребенок в любом возрасте, будь он младенец или уже подросток, все равно ваш ребенок.

Любите своего ребенка. Не отвергайте из-за его физического или интеллектуального несовершенства. Поверьте, что через некоторое время эти недостатки для вас перестанут быть значимыми. И вам станет важно только то, что он есть, что он вас любит, что ему нужны ваши тепло, ласка и защита.

Для определения образовательного маршрута для вашего ребенка можно обратиться в психолого-медико-педагогическую комиссию по месту жительства.

Литература

1.Ткачева В.В. Гармонизация внутрисемейных отношений. М., 2000.

2.Популярная психология для родителей. Под ред. А.А.Бодалева. М., 1989.