

[www.detkityumen.ru](http://www.detkityumen.ru)

## Советы психолога родителям детей-инвалидов

Рождение ребенка в семье — большое счастье. Родители и близкие с большим нетерпением ждут появления на свет нового члена семьи. Они мечтают о том, что это будет спортсмен, отличник в школе, а может, он будет талантлив в искусстве...

Но, увы, к сожалению, все чаще и больше появляется детей с проблемами в развитии, которые не удастся преодолеть с годами. Инвалидность — вот перспектива этих детей. Переживания родителей, связанные с рождением больного ребенка, являются очень серьезным испытанием для семьи.

Никогда ни одна семья не готова к тому, что их долгожданный малыш придет в этот мир с тяжелым нарушением здоровья, с инвалидностью. Появление малыша с патологией развития — трагедия для всей семьи. Пройдет немало времени, прежде чем близкие смогут по-настоящему справиться с этим. Идут родители по этому нелегкому пути, ища себе союзников, рука об руку со специалистами и единомышленниками.

Воспитание и развитие таких детей является серьезной педагогической и медицинской задачей. Чтобы успешно решать какую-либо жизненную проблему или трудную ситуацию, необходимо хорошо в ней разбираться. Поэтому родители должны знать определенные психологические рекомендации, что позволит им эффективно и стойко преодолевать жизненные трудности.

Имея немалый опыт психологического консультирования родителей детей с ОВЗ, Пашина Оксана Викторовна, психолог в школе "Новый путь" дает **полезные рекомендации родителям** детей с особыми возможностями здоровья (ОВЗ).

Инвалидность ребенка чаще всего становится причиной глубокой и продолжительной социальной дезадаптации всей семьи. Действительно, воспитание ребёнка с отклонениями в развитии изменяет, а нередко нарушает весь привычный ритм жизни семьи.

Инвалидность ребенка почти всегда вызывает у родителей тяжелое, стрессовое состояние, семья оказывается в психологически 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.

К сожалению, далеко не все мамы и папы проблемных детей приходят к правильному решению. Многие родители не могут самостоятельно приспособиться к социальным условиям жизни. На семью с ребенком-инвалидом накладываются медицинские, экономические и социально-психологические проблемы. Не выдержав навалившихся трудностей, семьи с детьми-инвалидами могут самоизолироваться, потерять смысл жизни. В этом случае особенно должна быть ощутима помощь со стороны родственников, друзей. Но когда родственники и знакомые узнают о патологии или серьезной болезни ребенка, они тоже испытывают стресс. Кто-то начинает избегать встреч, потому что боится как собственных чувств и эмоций, так и чувств родителей данного ребенка. Особенно тяжело бабушкам и дедушкам. Не зная, как помочь и боясь быть бестактными, родственники и знакомые порой предпочитают отмалчиваться, не замечать сложившуюся ситуацию, что еще больше затрудняет положение родителей ребенка.

В первую очередь это относится к глубоко умственно отсталым детям, которые привлекают к себе нездоровое любопытство и неизменные расспросы со стороны знакомых и незнакомых людей. Родителям трудно свыкнуться с мыслью, что именно твой ребенок "не такой, как все".

Страх за будущее своего ребенка, растерянность, незнание психологических особенностей воспитания, чувство стыда за то, что "родили неполноценного малыша", приводят к тому, что родители зачастую отгораживаются от близких, друзей и знакомых, предпочитая переносить свое горе в одиночку.

Жизнь с ребенком с ОВЗ всегда сложна, однако есть периоды, особенно трудные, кризисные.

## **Важно!**

### **Наиболее трудные, в психологическом плане, моменты в жизни семей, имеющих детей-инвалидов:**

1-й период — Выявление врачами факта нарушения развития ребёнка — когда родители узнают, что их ребёнок — инвалид. Это может произойти в первые часы или дни после рождения ребёнка (генетическое заболевание или врождённое качество), и тогда вместо радости родителей ожидает огромное горе от разом рухнувших надежд.

2-й период — Старший дошкольный возраст ребенка (5 — 7 лет). О том, что ребенок не такой, как все остальные дети, родители могут узнать в первые 3 года его жизни или на психологическом обследовании на медико-педагогической комиссии при поступлении в школу (в основном это касается отклонений в интеллектуальном плане). Это известие для родных и близких как "удар обухом". Родители не замечали явных отставаний в развитии ребенка, успокаивали себя тем, что все обойдется, "подрастет, поумнеет", и вот — приговор о том, что ребенок не сможет учиться в общеобразовательной школе.

3-й период — Подростковый возраст ребенка (13 — 15 лет).

Ребенок переживает психофизиологический и психосоциальный возрастной кризис. Он стремится к общению со сверстниками и самоутверждению. У него активно формируются самооценка и самосознание.

В этот сложный для него период ребенок постепенно осознает, что он — не такой, как все.

К семейному кризису, связанному с подростковым возрастом, добавляется и кризис "середины жизни" родителей, кризис сорокалетнего возраста супругов. По мнению детского психолога Е. Вроно, "кризис сорокалетия у взрослых людей протекает не менее остро и болезненно, чем подростковый кризис".

4-й период — Старший школьный возраст (15 — 17 лет) — это период юности ребенка, когда остро встают вопросы формирования его дальнейшей жизни — получения профессии, трудоустройства, обзаведения семьей. Родители все чаще задумываются о том, что же будет с ребенком, когда их не станет.

## **Что же делать?**

В кризисной обстановке человеку, нуждающемуся в помощи, необходимо уделять внимание. В этом случае помочь преодолеть сложный период родителям может психолог или те родители, у которых ребёнок с похожим отклонением и они успешно преодолели трудный период.

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.

Необходимо дарить ребенку тепло, заботу и внимание, радоваться жизни и помогать другим мамам и папам с такими же проблемами обрести душевное равновесие.

### **Рекомендации родителям, имеющим детей с ограниченными возможностями здоровья:**

1. Никогда не жалеете ребёнка из-за того, что он не такой, как все.

2. Дарите ребёнку свою любовь и внимание, но не забывайте, что есть и другие члены семьи, которые в них тоже нуждаются.

3. Организуйте свой быт так, чтобы никто в семье не чувствовал себя жертвой, отказываясь от своей личной жизни.

4. Не ограждайте ребёнка от обязанностей и проблем. Решайте все дела вместе с ним.

5. Предоставьте ребёнку самостоятельность в действиях и принятии решений.

6. Следите за своей внешностью и поведением. Ребёнок должен гордиться вами.

7. Не бойтесь отказать ребёнку в чём-либо, если считаете его требования чрезмерными.

8. Чаще разговаривайте с ребёнком. Помните, что ни телевизор, ни радио не заменят вас.

9. Не ограничивайте ребёнка в общении со сверстниками.

10. Не отказывайтесь от встречи с друзьями, приглашайте их в гости.

11. Чаще прибегайте к советам педагогов и психологов.

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

13. Общайтесь с семьями, где есть дети-инвалиды. Передавайте свой опыт и перенимайте чужой.

14. Не изводите себя упреками. В том, что у вас больной ребёнок, вы не виноваты!

15. 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!

### **Памятка. Важные советы родителям**

- Совет самый главный – хвалим на людях, ругаем наедине!
- Тоже важно – ругаем не ребенка, а его поступки!
- Не "нападаем" на ребенка всей семьей!
- Не жалеем тут же, если отругал отец, держим нейтралитет... хотя бы некоторое время.
- Советуйтесь с ребенком по вопросам, касающимся вашей семьи: что приготовить к обеду, как лучше провести выходные, какую мебель купить в дом и т.д.
- Создайте в семье традицию успешных переговоров. Спросите своего ребенка, что он чувствует, когда участвует в принятии решения наравне со взрослыми.
- Давайте будем говорить нашим детям о том, как мы их любим!
- Разделите, для себя в первую очередь, отношение к своему ребенку и к его поступкам.
- Поговорите с ним о его реальных достижениях и о чувствах, которые у него возникали во время процесса и при получении результата.
- Чаще хвалите своего ребенка за каждую мелочь, поясняя, за что вы его хвалите. Давайте ему приятные определения, закрепляющие хорошее поведение: "старательный ученик", "творческий мальчик", "аккуратная девочка", "настойчивый человек" и т.д.
- Если ваш ребенок на вас обиделся, попросите у него прощения и скажите о том, как сильно вы его любите. Родитель, способный извиниться перед ребенком, вызывает у него уважение, и отношения становятся более близкими и искренними.
- Важно, чтобы ребенок умел деньги считать, тратить, экономить, получать удовольствие от покупок, относиться ответственно к семейным деньгам, уважать труд и тех, кто трудится. И тогда, когда он вырастет, он научится зарабатывать деньги и обеспечивать свою семью.

<https://news-armavir.ru/>