

«ПОМОГИ МНЕ СДЕЛАТЬ ЭТО САМОМУ!»

Рекомендации для родителей,
воспитывающих детей с
ограниченными возможностями
здоровья (ОВЗ)



Мудрая притча

Горчичное зерно

Однажды Мудрецу повстречалась пожилая женщина. Она горько плакала из-за своей нелёгкой жизни и попросила Мудреца помочь ей. Он пообещал помочь ей, однако только в том случае, если она принесёт ему горчичное зерно из дома, в котором никогда не знали горя. Ободрённая его словами, женщина начала поиски такого дома, а Будда отправился своим путём.

Много позже он встретил её опять — женщина полоскала в реке бельё и весело напевала. Будда подошёл к ней и спросил, нашла ли она дом, жизнь в котором была счастливой и безмятежной? На что она ответила отрицательно и добавила, что поищет ещё попозже, а пока ей необходимо помочь постирать бельё людям, у которых горе еще тяжелее её собственного.

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.

Зачастую родители, испытывая страх за судьбу малыша, передают его ребенку. Интуитивно чувствуя постоянное напряжение взрослых,

детки приобретают черты нервозности, издерганности. Мучительные сомнения многих пап и мам о том, знает ли ребенок о своей болезни и о том, насколько она тяжела, напрасны. Действительно, категория ОВЗ ничего не добавляет к ежедневным ощущениям и переживаниям ребят. От понимания своего статуса им не становится ни лучше, ни хуже. Оптимальным может считаться такое поведение взрослых, которое позволяет детям с ограниченными возможностями здоровья быстрее адаптироваться к своему положению, приобрести черты, компенсирующие их состояние. Эгоистическая любовь родителей, стремящихся оградить своих сыновей и дочерей от всех возможных трудностей, мешает их нормальному развитию. Дети с ОВЗ остро нуждаются в родительской любви, но не любви-жалости, а любви альтруистической, учитывающей интересы ребенка, просто потому, что ребенок есть, такой – какой есть.

Малышу предстоит дальнейшая не самая легкая жизнь, и, чем более самостоятельным и независимым он будет, тем легче сможет перенести все трудности и невзгоды. Дети, о которых идет речь, нуждаются не в запретах, а в стимуляции приспособительной активности, познании своих скрытых возможностей, развитии специальных умений и навыков. Конечно, закрывать глаза на то, что малыш серьезно болен, нельзя. При этом и постоянно держать его под стеклянным колпаком тоже не годится. Чем меньше внимание больного будет сконцентрировано на нем самом, тем больше вероятность и успешность взаимодействия его с окружающими. Если родителям удастся научить ребенка думать не только о себе, то судьба его сложится гораздо более счастливо.



Рекомендации родителям, имеющим детей с ограниченными возможностями здоровья:

1. Никогда не жалейте 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 ребёнком 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!

ЧТО РЕБЕНОК ДОЛЖЕН ДЕЛАТЬ САМ?

Родители всегда стараются помочь своему ребенку и оградить его от неудач. Но есть вещи, которые всецело должны выполняться именно детьми, чтобы в них вырабатывалась самостоятельность и умение справляться с трудностями. Итак, что нам нельзя делать за нашего ребенка?



Переадресованные вопросы

Бывало ли такое, что вы машинально отвечали за своего ребенка на вопросы, адресованные ему лично? В гостях, в поликлинике, школе или магазине? Если да, то попробуйте в следующий раз сдержать себя и дождаться ответа малыша. Совершенно безобидная, на первый взгляд, родительская привычка со временем может помешать ребенку научиться говорить за себя. Когда же вы видите, что кроха смешался и просто не знает, что сказать, дайте ему нужный вектор, обронив пару слов, но постарайтесь дождаться полного ответа именно от него самого. Это полезно не только для навыка формулирования своих мыслей, но и для того, чтобы малыш понимал, как важно рассчитывать только на свои силы, ведь вы не будете рядом с ним каждую минуту.

Предоставляйте ребенку возможность делать самому все, что он может сделать, ставьте его в ситуацию, когда он должен приложить волевое усилие, проявить волевые качества (спросить у незнакомого человека, сколько времени; сказать спасибо; вежливо отвечать и т.д.)

Обучение игре

Игра важна не только потому, что ребенок интересно проводит свободное время. В процессе игровой деятельности происходит коррекция психических функций ребенка (внимания, памяти, мышления и т.д.), развивается его эмоционально-волевая сфера.

Ваша задача – научить ребенка играть. Например, медвежонок вывалился из машины – его надо пожалеть, приласкать; лошадка долго скакала – ее необходимо напоить водой, накормить. В течение дня как можно больше времени играйте с ребенком.

Какими бы ни были размеры вашей квартиры, обязательно отведите ребенку специальный уголок, где на коврике расставьте игрушечные мебель, разложите посуду, предметы быта, одежду и т. д.

В игровой форме вам будет проще познакомить ребенка с цветом, формой, величиной предметов, привить навыки пространственной ориентировки.

Приучайте ребенка бережно относиться к игрушкам, содержать их в порядке, убирать на место. Когда он еще слишком мал, убирайте игрушки сами, а малыш пусть их подает. Со временем ребенок все будет делать сам, но под вашим контролем и руководством. И наконец, когда вы научите его всему необходимому, он справится с заданием самостоятельно.

Выбор друзей

Многие родители мечтают, чтобы их чадо подружилось с детьми взрослых друзей семьи. Конечно, это очень удобно: можно «дружить домами» и устраивать многолюдные веселые вылазки в парк или на выставки. Нет ничего плохого в том, что вы попытаетесь познакомить своего ребенка с другими детьми. Но если вы видите, что их дружба не заладилась, не стоит настаивать и заставлять все равно проводить время вместе. Предоставьте ребенку самостоятельно сделать выбор.

Другая распространенная ошибка родителей – пытаться решать конфликты с одноклассниками ребенка. Желание мамы и папы наказать обидчиков своего сына или дочери вполне понятно. Однако это тот самый случай, когда взрослым нужно отойти в сторону, дав напутственные мудрые советы ребенку, но позволив ему разобраться самостоятельно. Иначе отношения со сверстниками могут еще больше накалиться, а ваше чадо так и не получит бесценный опыт налаживания отношений.

Конфликты с учителем

Ребенок с раннего детства должен видеть авторитет в своих воспитателях и учителях. Без этого условия он вряд ли сможет общаться с ними уважительно, что не только пошатнет его учебу, но и негативно скажется на восприятии материала, поскольку он не будет доверять педагогу. Что должны делать родители, чтобы не допустить плохих отношений своего чада и учителя? Прежде всего, не ставить под сомнение личность последнего. Откажитесь от фраз: «Ну и зачем он просит это сделать?» и т.д. Также не пытайтесь скандалить с педагогом, если вам кажется, что он занижает оценки вашего ребенка. Если уж вы решились на разговор, пусть он будет тактичным и вежливым, как и подобает взрослым людям.



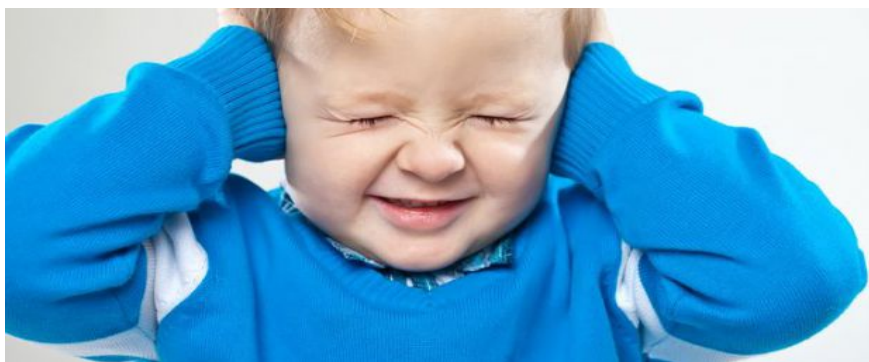
Домашнее задание

Многие родители боятся, что если они сами не будут контролировать выполнение домашнего задания и делать его вместе с ребенком, то он просто ничего не успеет, не сможет. Этот подход справедлив для первого года обучения в школе, но далее мама и папа должны возвращать в своем чаде самостоятельность и навыки расчета времени. Лучший вариант - позволить ребенку самому запланировать время и выполнить домашнее задание, предупредив, что в определенный час вы проведете проверку. На случай обнаружения ошибок, заложите 30-40 минут на их исправление **вместе с ребенком**, но не делайте за него задачу целиком. Возможно, при таком сценарии не миновать ситуаций, когда малыш просто засидится у телевизора и забудет о своих обязанностях, но это-то как раз и станет «учебой на собственных ошибках». Кроме того, когда он получит отличную оценку за свою работу, но будет знать, что это его личное достижение.

Когда ребенок манипулирует родителями?

Манипуляция отличается от настоящих слез ребенка своей демонстративностью. Чаще всего ребенок идет на это, когда рядом есть не только родители, но и посторонние люди — как «зрители в театре». Понимая, что мама с папой не любят публичных сцен, малыш начинает резко кричать и плакать, разыгрывать симптомы мнимой болезни добиваясь своего. Примечательно, что он успокаивается тут же, как слышит желаемое обещание от родителей, тогда как действительно расстроенные дети не способны взять себя в руки за минуту.

Истерики-манипуляции свойственны не всем малышам, а лишь тем, кто отчаянно жаждет привлечь к себе внимание. Им нравится не только получать новые игрушки или сладости, но и чувствовать себя **«главным героем»**. Однако не стоит списывать такую тактику поведения на плохой характер. На самом деле, манипуляторами обычно становятся те дети, которым не хватает родительской ласки и заботы. Соответственно, главная ошибка кроется в поведении членов семьи, а не самого ребенка.



Что делать при надуманной истерике?

- Выдержите небольшую паузу и мягко попросите ребенка успокоиться.
- Объясните причины, по которым вы не можете выполнить детское требование.
- Не пытайтесь «замять» скандал, пообещав ребенку пойти на уступки.
- Будьте готовы к тому, что малыш будет «истерить» еще какое-то время.
- Когда ребенок успокоится, обнимите его и скажите о своей любви, несмотря на происшедшее.

Важно следовать этому плану действий при каждой истерике-манипуляции, как бы это ни казалось сложно. Стоит малышу понять, что его излюбленная тактика больше не работает, и он перестанет плакать и бунтовать нарочно.

РОДИТЕЛИ – ОСНОВНЫЕ УЧАСТНИКИ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ ПОМОЩИ

Для создания благоприятных условий воспитания в семье необходимо знать особенности развития ребенка, его возможности и перспективы развития, организовать целенаправленные коррекционные занятия, сформировать адекватную оценку, развивать необходимые в жизни волевые качества.

Для этого важно активное включение ребенка в повседневную жизнь семьи, в посильную трудовую деятельность, стремление к тому, чтобы ребенок не только обслуживал себя (самостоятельно ел, одевался, был опрятен), но и имел определенные обязанности, выполнение которых значимо для окружающих (накрыть на стол, убрать посуду). В результате у него появляются интерес к труду, чувство радости, что он может быть полезен. Уверенность в своих силах.

Часто родители, желая избавить ребенка от трудностей, постоянно опекают его, оберегают от всего, что может огорчить, не дают ничего делать самостоятельно. Такое воспитание по типу гиперопеки приводит к пассивности, отказу от деятельности. Доброе, терпеливое отношение близких должно сочетаться с определенной требовательностью к ребенку. Нужно постепенно развивать правильное отношение к своему состоянию и возможностям. Родители не должны стыдиться своего ребенка. Тогда и он сам не будет стыдиться своей болезни, уходить в себя и свое одиночество.

Пока дети маленькие, родителям это кажется это неважным, они все делают за них, но, в конце концов, это перерастает в большую проблему, решить которую с годами все труднее. Если мать постоянно подменяет действия ребенка, происходит остановка его развития, растет страх беспомощности и зависимость от посторонней помощи, и в такой обстановке ребенок теряет самостоятельность. Все это приводит в конечном итоге к социальной пассивности. Физические недостатки ведут к изолированности ребенка от внешнего мира и общения со сверстниками и взрослыми. Создается замкнутый круг-звено «физических недостатков» сменяет звено «психических недостатков».

Вырастая, подобный ребенок оказывается неспособным к самостоятельной жизни не столько из-за своего дефекта, сколько из-за несвоевременного формирования личностного развития.

Задача родителей (да и специалистов) состоит в разрыве этого порочного круга и создания условий для адекватного развития и формирования личности детей с ограниченными возможностями. здоровья

Хотите ли вы выработать у своего ребенка жизненно необходимые умения и навыки? «Что за странный вопрос?» – ответите вы. Какие родители не желают видеть своего ребенка самостоятельным? Вас, вероятно, неоднократно тревожила мысль – что для этого нужно сделать и как. На это есть ответ: **обучение детей с ограниченными возможностями должно строиться таким образом, чтобы они могли преодолевать определенные трудности, уметь справляться с ними.** И тут встает еще один вопрос: «Что же делает обучение правильным?» Вы скажете, что обучение требует терпения. Но кроме **терпения** необходимы **специальные знания**. Ребенок учится лишь у тех, кого любит, кому доверяет, кого не боится. А это значит, что именно вы, родители, являетесь его самыми лучшими учителями.

