

ДЕТИ С ОСОБЕННОСТЯМИ

РЕКОМЕНДАЦИИ ПСИХОЛОГА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ И ОКРУЖЕНИЯ





Последнее время увеличилось количество детей с неврологическим статусом, как правило это обычные дети, наблюдающиеся у невролога по каким-то причинам, или дети с диагнозом.

При этом неважно, диагноз это (как синдром Дауна, СДГВ и другие) или особенность, которую замечают родители (высокая чувствительность, плаксивость, замкнутость и т.д.)

В любом случае родители, сталкиваясь с такими нюансами, испытывают разный спектр чувств от беспомощности, непонимания (почему я?) до раздражения, злости (когда он наконец-то вырастет?)



Рекомендации для родителей детей с особенностями



1. Первое что можно сделать, это принять свои эмоции и работать с ними, чтобы не накапливать и не раздражаться на ребенка. Чаще нас раздражает не конкретное поведение ребенка, а то , что он не оправдал определенных ожиданий. Так, например, если мама мечтала, что ее ребенок с рождения будет спать в кроватке, она очень расстраивается, когда к кроватке приходится подходить пять раз за ночь.
2. Развивать, лечить, корректировать сразу, когда стало понятна особенность или диагноз, не ждать, когда пройдет само. Это важно, чтобы не терять время. Чем младше ребёнок, тем проще справиться с трудностью. Например, если у ребёнка задержка речевого развития, то начинать занятия можно с 2 лет.
3. Общаться в сообществах мам детей с такими же диагнозами, чтобы понять кому и что помогло. Особенно искать поддержку у мам, дети которые уже выросли. Важно смотреть на положительные примеры для вдохновения. Смотреть на то, чего ребёнок может достичь, а не на то, что у него никогда не получится.

- 
4. Вкладывать усилия в развитие сильных сторон, а не только в коррекцию слабых. Например, ребёнок с дисграфией может отлично играть в шахматы. Если мы все усилия направим на занятия письмом, он научится писать, но до совершенства в этом не дойдёт однозначно. Но может упустить возможность стать шахматистом.
 5. Поддерживать ребёнка в семье, относиться к нему как к обычному ребёнку, давать задания по силам и чуть, сложнее, чем он может выполнить сегодня. Дело в том, что если постоянно давать ребенку задания не по силам, у него не будет получаться, самооценка будет падать и не будет желания браться за задания дальше.
 6. Не пренебрегать диагностикой разных специалистов. Врачи, психолог, дефектолог, специалист по нейрокоррекции и другие смежные специалисты могут помочь. С их помощью, можно повлиять на поведение, развить компенсаторные способности.



7. Заниматься с ребёнком в домашних условиях. Например, мы знаем что сенсорная интеграция полезна, но мало кто знает, что сенсорной интеграцией можно заниматься в домашних условиях.
8. Относиться к особенности как к черте характера, а не как к диагнозу, от которого в короткие сроки нужно избавиться. Например, гиперактивный ребенок, может вырасти в активного любознательного подвижного многозадачного взрослого, но может быть подавленным, если не направить его активность в нужную сторону.
9. Любая особенность для чего-то нужна ребёнку, она ему помогает, и в коррекции нужно сосредоточиться на вопросе: Что я дам ребёнку вместо этого? Например, у ребенка много страхов, задача специалистов и родителей не должна быть – избавить его от страхов, а должна быть – дать ему почувствовать себя смелым, уверенным, доверять себе.

10. В любом случае направьте внимание на эмоциональное развитие и поведение. Если у ребенка снижены умственные способности – всё равно говорите с ним о чувствах, отмечайте его чувства, работайте с его поведением – это основа его будущей самостоятельной жизни.

11. Готовьте ребенка к самостоятельной жизни, пусть она будет самостоятельной настолько, насколько это возможно именно для него.

12. Если у родителей много страхов и тревог по поводу ребёнка – обращайтесь к психологу. Ребенок склонен оправдывать ожидания родителей, если мама тревожится : "Что же из него вырастет?", то ребенок может постоянно попадать в интересные не всегда приятные истории. Что будет завтра нам неизвестно и всех вариантов не просчитать.
Будьте опорой ребенку сегодня!



13. Помните, что окружающие относятся к ребёнку так, как относятся к нему родители. Поэтому учитывайте его мнение, советуйтесь, будьте уважительны.

14. Развивайте разные навыки. Не нужно думать, что если ребёнок не говорит, то он не сможет понимать речь или читать. Дело в том, что моторные навыки сами по себе более сложные, чем сенсорные. Поэтому ребенок может научиться читать "про себя", в то время как навык чтения вслух может формироваться долго или не сформироваться вовсе.

15. Наслаждайтесь общением с ребёнком, жизнь – это то, что происходит сейчас, а не тогда, когда он научится говорить или "станет нормальным, вылечится".



Если в вашем окружении, есть дети с особенностями, то вы можете:

1. Обсуждать дома, что дети бывают разные, читать книги, смотреть фильмы, говорить о том, что даже если мы разные, у нас есть общее стремление дружить, радоваться.
2. Давать обратную связь родителям особого ребёнка при возникновении спорных вопросов лично наедине. Никто из нас не любит общей критики в родительских чатах или на собраниях. Но если моего ребёнка обижают (например, ребенок с гиперактивностью дерётся), то я могу коротко рассказать об этом родителям, передав им ответственность за решение вопроса. Важно не внушать родителям чувство вины, не стыдить, искать варианты мирных переговоров.
3. Решайте проблемы по мере поступления, не нужно заранее настраиваться на негатив.

*И помните: все дети уникальные
и
особенные*

