[Памятка для родителей, воспитывающих «особого ребенка»](http://ppmsanapa.ru/korabl-druzei/pamyatka-dlya-roditeley-vospitivaiuschich-osobogo-rebenka.html)

**Ваша семья-это лучшая поддержка**

Говорите с вашим супругом, семьей и другими значимыми для вас людьми. Важно понимание того, что вы можете по-разному воспринимать свою роль, как родители, видеть разные пути решения проблем. Как можно больше проводите вместе со всей семьёй, обсуждая прожитый день, делясь проблемами, советуйтесь друг с другом. Главное – абсолютное принятие ребенка со всеми его достоинствами и недостатками. Это залог взаимопонимания в доме.

Если у вас есть другие дети, говорите с ними тоже, не забывайте о них, удовлетворяя их эмоциональные потребности. Если вы чувствуете себя опустошенными и не можете нормально общаться с другими вашими детьми, найдите в вашей семье человека, который на время возьмет на себя эти обязанности. Боль, разделенная, не так тяжела, иногда помочь может и профессиональный психолог. Если вам кажется, что это принесет результаты, используйте и помощь профессионалов.

**Живите сегодня**

Мысли о будущем могут парализовать вас. Нужно отбросить вопросы: что если в будущем…? Это может казаться невероятным, но хорошие вещи начнут происходить каждый день. Беспокойства о будущем только истощат ваши ограниченные ресурсы. Вам есть, о чем подумать, проживайте каждый день шаг за шагом.

**Выучите терминологию**

Когда вы сталкиваетесь с новой терминологией, не бойтесь узнавать смысл слов. Если во время разговора, кто-то использует непонятное вам слово, остановите разговор и выясните значение этого слова.

**Ищите информацию**

Самое важное – искать точную правдивую информацию. Не бойтесь задавать вопросы, ответы на вопросы будут первой ступенью к пониманию ребенка.

Правильное формулирование вопросов – это искусство, которое может сделать вашу жизнь легче в будущем. Хорошо перед встречей написать вопросы и записывать их, когда они возникают по ходу встречи. Просите копии всех документов и записок о вашем ребенке у врачей, педагогов и других специалистов. Хорошо купить папку, в которую складывать все документы, касающиеся ребенка.

**Не позволяйте себя запугать**

Многие родители чувствуют себя неуверенно в присутствии медиков или педагогов из-за их профессионального опыта, и иногда из-за их манеры себя вести. Не пугайтесь профессионализма тех людей, которые взаимодействуют с вашим ребенком, вы имеете право узнавать обо всем, что происходит. Не беспокойтесь, что вы надоели специалисту своими вопросами: это ваш ребенок, данная ситуация больше всего влияет на его и вашу жизнь, и поэтому для вас очень важно узнать как можно больше.

**Не бойтесь показать свои чувства**

Многие родители, особенно отцы, подавляют свои чувства. Им кажется, что показав их, они будут выглядеть слабыми. Самые сильные отцы детей с инвалидностью, не боятся показать свои чувства, поскольку понимают, что это не сделает их слабыми. Чаще показывайте детям, как сильно вы их любите, не скрывайте этого.

**Научитесь работать со своими чувствами горечи и злости**

От горечи и злости не уйти, когда вы понимаете, что должны пересмотреть планы и мечты, которые были связаны с ребенком. Очень важно понимать, что вы злы, и работать с этой злостью, может быть, и с посторонней помощью. Может, сейчас вы не поверите, но жизнь будет улучшаться, и придет тот день, когда вы снова будете видеть все в положительном свете. Понимание и работа над своими негативными чувствами помогут вам быть сильнее и подготовиться к другим вызовам жизни, а также эти чувства перестанут отнимать у вас энергию и силы.

**Будьте реалистом**

Быть реалистом значит понимать, что в жизни есть вещи, которые мы можем изменить. Быть реалистом значит также понимать, что в жизни есть вещи, которые мы не можем изменить. Наша задача, понимать, что мы можем изменить, а что нет.

**Помните, что время играет на вас**

Время действительно лечит. Это не значит, что воспитание ребенка с инвалидностью дается очень легко, но это будет справедливо, если мы скажем, что со временем многие проблемы решаются. Поэтому время на вашей стороне.

**Не забывайте о себе**

Во время стресса все ведут себя по-разному, но все равно некоторые общие советы можно дать: помните о себе, достаточно отдыхайте, ешьте так хорошо, как сможете, выходите из дома и общайтесь с людьми, которые могут вам оказать эмоциональную поддержку и зарядиться положительным настроем.

**Избегайте жалости**

Инвалидом ребенка делает жалость ваша и других. Жалость не то, что вам нужно. Вам нужно скорее сочувствие.

**Решите как реагировать на окружающих**

В этот период вас может огорчать или злить отношение других к вам или вашему ребенку. Многие реакции людей на серьезные проблемы происходят по причине незнания, непонимания, страха перед чем-то неизвестном или просто незнанием, что сказать. Поймите, что многие люди не знают как себя вести при встрече с инвалидами. Решите для себя, как реагировать на пристальные взгляды, вопросы, не отдавайте слишком много энергии на переживания по поводу неприятных вам реакций чужих людей.

**Помните, что это ВАШ РЕБЕНОК**

Это ваш ребенок, и это самое главное. Может быть, его развитие будет отличаться от развития других детей, Но это не означает, что он менее ценен, менее полноценен и меньше нуждается во внимании и любви. Любите своего ребенка и получайте удовольствие от него. Во-первых – это ребенок, а, во-вторых, он инвалид, помните об этом. Постарайтесь делать позитивные шаги навстречу ребенку, вам обоим это будет полезно, и вы научитесь думать о будущем с надеждой. Не бойтесь попросить совета у вашего ребёнка – это только сблизит вас.

**Помните, вы не одни!**

Чувство одиночество и изоляции испытывают все родители. Эта статья содержит информацию, которая поможет вам преодолеть это чувство. Понимание того, что эти чувства испытывают многие, а также осознание того, что услуги и понимание будут доступны для вас и вашего ребенка поможет вам.

Педагог-психолог МБДОУ д/с ОВ №4 Бельчакова О.Н

**Памятка для родителей детей с ОВЗ**

**Общие рекомендации родителям по оказанию ребенку помощи в развитии:**

**1**. Чаще хвалите ребенка. Ласково обнимайте или давайте ему какую-нибудь маленькую награду, когда у него что-нибудь получается или когда он очень старается. Если ребенок старается сделать, но у него не получается, лучше обойдите это молчанием или просто скажите: “Жаль, не вышло, в другой раз получится”.

**2.** Больше разговаривайте с ребенком. Объясняйте все, что вы делаете. Ребенок слушает и начинает усваивать язык задолго до того, как заговорит. Если вы считаете, что ребенок не слышит, говорите с ним и используйте “язык жестов”. Убедитесь, что он смотрит на вас, когда вы говорите.

**3**. Помогая ребенку осваивать новый навык, мягко и осторожно направляйте его движения своими руками.

**4.** Используйте зеркало, чтобы помочь ребенку узнать свое тело, научиться владеть руками.

**5**. Используйте подражание. Чтобы научить ребенка новому действию или навыку, сначала выполните действие сами и пригласите ребенка повторить его, подражая вам. Превратите это в игру.

**6.** Побуждайте ребенка двигаться или тянуться, стараясь достать то, что он хочет.

**7**. Сделайте учение забавой. Всегда ищите способы превратить обучающие занятия в игру.

**8.** Пусть старшие братья и сестры показывают ребенку новые приспособления, предметы, игрушки и т.д.

**9.** Ребенок часто лучше усваивает, когда рядом нет учителя. Дети часто прилагают большие усилия, когда им чего-нибудь очень хочется, а рядом нет никого, кто поможет. Учить ребенка - важно, но не менее важно давать ему возможность исследовать, пробовать свои силы и самому делать для себя то, что он может.

**10**. Пусть ребенок по мере сил обслуживает себя сам. Помогайте ему только в той мере, в какой это необходимо. Это - “золотое правило реабилитации”.

Когда ребенку трудно что-нибудь сделать, или он делает это медленно и неумело, родителям очень часто хочется “помочь” ребенку, сделав это за него. Однако, для развития полезнее, если вы дадите ему возможность сделать это самому, - поддерживая и поощряя, и помогая лишь теми способами, которые позволяют ребенку по мере сил самому себя обслуживать.

**Этапы построения программы специального обучения и раннего стимулирования детей с ОВЗ:**  
1. Внимательно наблюдайте за ребенком, чтобы оценить, что он может и чего не может в каждой области развития.  
2. Отметьте, какие вещи он только начинает делать или пока делает с трудом.  
3. Решите, какому новому навыку его нужно научить или какое действие нужно поощрять, чтобы использовать те навыки, которые у него уже имеются

4. Разделите каждый новый навык на маленькие ступени - на такие действия, которые ребенок может освоить за один - два дня, после чего переходите к следующей ступени.

Родителям необходимо помнить следующее: не ожидайте слишком многого сразу. Начните с того, что ребенок умеет делать хорошо, а затем побуждайте его сделать немножко больше. Правильная помощь и в нужное время принесет успех и радость и ребенку, и тем, кто ему помогает.

Педагог-психолог МБДОУ д/с ОВ №4 Бельчакова О.Н

**Советы для родителей, воспитывающих детей–инвалидов РАННЕГО ВОЗРАСТА**

Семьи, имеющие детей с ограниченными возможностями здоровья (дети – инвалиды), нуждаются в психолого-педагогической помощи с первых месяцев жизни ребенка.   
Сейчас во всем мире уже широко распространены различные системы помощи детям раннего возраста: системы ранней помощи, раннего вмешательства, раннего обучения.  
Очень важно, чтобы у ребенка-инвалида заработало осязание (кожная чувствительность). Ведь кожа - самый большой по площади орган человеческого восприятия. Стимуляция кожной чувствительности пробуждает ощущение собственного тела, что будет основой для формирования схемы тела, для целевой координации движений, установления контакта с помощью движений.  
Приведем упражнения, в которых используются доступные продукты (крупа, фасоль и т.п.) как пример характера воздействия. Аналогичные воздействия можно обеспечить и другими способами. Можно использовать любые неопасные материалы, в частности гравий, мелкий щебень, камешки, песок, гальку и др.  
**1. Сенсорная стимуляция рук**

**а)** Насыпать в тазик гречневую крупу (она довольно крупная и колкая на ощупь) и вместе с ребенком, запустив в тазик руки, перебирать ее, прятать в ней руки, пересыпать из руки в руку, прятать в ней мелкие предметы (ракушки, мелкие игрушки и т.д.) и, перебирая крупу, находить их, руками насыпать крупу в баночку.  
Через несколько занятий необходимо сменить материал: например, начать играть точно также с мелким песком, фасолью, рисом, макаронами и т.п.

**б**) Очень полезно играть с водой, несколько раз за занятие меняя ее температуру, чтобы руки чувствовали то холодную, то теплую моду;

**в**) Хорошо рисовать гуашью, но не кисточкой, а руками. Здесь важен не рисунок, а ощущения рук. Поэтому можно просто закрашивать краской весь лист или оставлять на бумаге следы ладоней. Во время занятий, как бы балуясь, пачкайте ребенку краской и наружные стороны кистей рук. Когда краска на наружной стороне кистей рук засохнет, важно обратить на это внимание ребенка: рассмотреть руки, подробно обсудить с ребенком его ощущения.  
  
Во время таких игр обязательно нужно комментировать свои ощущения (как бы чувствуя себя на месте ребенка), тогда ребенок невольно будет сопоставлять ваши ощущения со своими и запоминать.  
  
г) Очень полезно играть с глиной. Если ребенок не умеет лепить, можно шлепать по глиняной лепешке ладонями, пальчиками делать и ней ямки и т.д. Важно испачкать руки глиной, трогать ее. Когда глина начнет подсыхать, рассмотрите вместе руки, расскажите, что вы ощущаете, а затем вместе отправляйтесь их мыть (опять делая воду то теплой, то холодной).  
  
д) Соберите коллекцию мячиков (лучше маленьких, размером с теннисный) с разной фактурой поверхности. Например, теннисный мяч не (мохнатый), резиновый (гладкий); можно самим сделать мячики из разных материалов: меховой, вязаный из грубой шерсти, кожаный. Хорош также резиновый мячик, покрытый пупырышками. Желательно, чтобы мячики были разного веса (самодельные можно набить ватой, песком, свинцовой дробью и т.п.).  
  
Очень полезно эти мячики трогать, перебирать, подбрасывать, катать друг другу. И обязательно обсуждать, какой мячик: тяжелый, гладкий, шершавый, пушистый и т.п.  
  
**^ 2. Сенсорная стимуляция ног**  
  
а) И первую очередь необходимо начать ходить босиком и дома, и на занятиях с педагогом. Во время игры на пути ребенка должны попадаться разные по фактуре поверхности: ковер, голый пол, резиновый массажный коврик, полиэтиленовая пленка, ткань - все, что придет маме в голову. Это сильно обогатит палитру ощущений ребенка;  
  
б) В пластмассовый тазик с плоским дном (или на лист фанеры, у которого по краям прибиты рейки-бортики) насыпать гречку и потоптаться по ней босыми ногами. На следующем занятии насыпать рис, фасоль, макароны - это дает очень сильные ощущения;  
  
в) Ножки полезно раскрашивать краской (лучше гуашью) или обмазывать глиной, рассматривать, обсуждать возможные ощущения при таком воздействии. То же самое можно делать и со всем остальным телом (спина, грудь), например, в ванной перед купанием;  
  
г) Можно придумать историю про ножки и, рассказывая ее, пощипывать ножки, катать по ним шишку (еловую, кедровую, сосновую). С шишками вообще очень полезно играть: брать их в руки, засовывать ребенку за шиворот, за пазуху. Важно только, чтобы все эти игры проходили при обоюдном удовольствии и с точки зрения ребенка выглядели не как занятие, а были похожи на шалости.  
  
**^ 3. Сенсорная стимуляция запахами**  
  
Если ребенок слабо реагирует на запахи, то начинать лучше с более сильных запахов (например, одеколона, лака для ногтей, уксуса и т.п.). Обязательно следите за выражением лица ребенка: как только он среагировал на запах, сразу убирайте источник запаха и в зависимости от мимики ребенка прокомментируйте его ощущение.  
  
Когда реакция на резкий запах появляется без задержки, переходите к более слабым и приятным запахам. Обязательно говорите ребенку, что именно так пахнет: мыло, восковая свечка, цветок и т.п.  
  
Позже можно играть с запахами в «угадайку»: ребенок закрывает глаза, вы даете ему что-то понюхать, а он должен угадать, что именно нюхал (назвать или показать этот предмет). И т.п.  
  
Нелекарственная стимуляция в системе коррекционных мероприятий является инструментом тонкого и дифференцированного воздействия на психическое развитие ребенка. Выбор конкретного вида стимуляции, ее интенсивности и направления воздействия не может быть случайным. Назначение к проведению необходимых занятий вырабатывается специалистами при обязательном участии невролога Важно не механически стимулировать развитие ребенка с помощью лекарств или массажа, а правильно организовать среду. И основное, чему надо учить мать, - это общение с ребенком, взаимодействие, организация среды.  
  
  
Рассмотрим чуть более подробно отдельные аспекты организации среды.  
  
а) В помещениях должно быть достаточно светло, при этом ребенок не должен жить только при электрическом свете. Часть жизни ребенка обязательно должна проходить при естественном освещении;  
  
б) Звуковой аспект среды не менее важен. Полезно, чтобы около ребенка звучали разные голоса, а не только мамин, особенно для ребенка с проблемами. Если мама растит его одна - пусть ходит в гости или приглашает знакомых к себе. Это важно для развития слухового анализатора: живой голос человека больше побуждает ребенка вслушиваться, чем аудиозапись.  
  
Необходимо петь ребенку, даже если у вас нет голоса и слуха. Это важный момент эмоционального взаимодействия мамы с ребенком. Хорошо, чтобы звучала разная подходящая музыка;  
  
в) Для развития ребенка очень важны зрительные впечатления. Однако зрительный анализатор устроен так, что привычный предмет очень быстро перестает стимулировать рассматривание. Для того, чтобы поддерживать зрительную активность, достаточно, например, развернуть или переместить кроватку, развернуть ребенка в кроватке, сменить картинку на стене, поменять расположение предметов;  
  
г) Ребенок должен бывать на руках у разных людей, иначе могут возникнуть проблемы в установлении контакта с окружающим миром. При избыточной связи мать-ребенок (или не мать, а няня или бабушка) у него возникает чувство недостаточной защищенности в присутствии других людей и из-за этого плохо формируются социальные функции.  
  
д) Многие родители ограничивают передвижение ребенка по полу, опасаясь грязи и холода. Из-за этого слишком много времени (или даже все время) малыш вынужден проводить в манеже или кроватке. Отметим, что для развития, формирования двигательных функций, последующего формирования речи и пространственных представлений крайне важно обеспечить ребенку возможность большую часть времени свободно ползать по всей квартире, имея доступ ко всем вещам, до которых он может достать. Опасные для ребенка или ценные для родителей вещи должны быть изолированы так, чтобы у ребенка не возникало чувства, что для него есть недоступные места. Необходимо, чтобы он мог вынуть вещи из ящика шкафа, достать и рассмотреть все с полок, до которых смог дотянуться. Это обеспечивает естественную сенсорную стимуляцию, смену тактильных ощущений от разных поверхностей и фактур, многообразные впечатления. Свобода передвижения и возможность формирования представлений обо всем пространстве квартиры особенно важны для развития ребенка с проблемами. В то же время у ребенка дома обязательно должны быть ограниченные места (манеж, кроватка и т.п.), в которых он проводит меньшую часть времени.  
  
Отметим важность рельефа поверхности, по которой ползает ребенок. Полезно ползать не по ровной поверхности: хорошо накидать на пол подушки, валики от дивана и т.п. Такое ползание может отчасти заменить ребенку занятия физкультурой;  
  
е) Важен подбор, количество, расположение игрушек, а также разнообразие их материала. Многие родители предпочитают резиновые и пластмассовые игрушки из-за того, что их легче мыть (стерилизовать). Но игрушки должны быть из разных материалов: дерева, ткани и др. Игрушек нужно не слишком много, они должны быть разными и регулярно меняться; для развития ребенка-инвалида особенно важно следить за количеством, разнообразием и сменой игрушек. Благополучно развивающийся ребенок в случае недостатка ощущений самостоятельно привлекает самые неожиданные предметы для игры; ребенок с проблемами, оказавшись в подобной ситуации, тоже может воспользоваться посторонним предметом, однако его действия скорее всего будут носить характер однообразных манипуляций;  
  
ж) Ребенок должен быть включен в жизнь семьи, это еще один из важных аспектов организации среды. Если у ребенка имеются проблемы - задерживается и формирование самостоятельности, особенно и случае, если его кормят отдельно и т.п. и у него нет возможности наблюдать действия других детей и членов семьи за столом и во многих других ситуациях.  
  
**Двигательная стимуляция** - система воздействий, направленных на активизацию и нормализацию двигательной сферы. Двигательная стимуляция, в отличие от сенсорной, гораздо более известна, и ее рамках разработано немало систем, в частности давно применяемая лечебная физкультура (ЛФК).  
  
При работе с ребенком в основном может быть использован традиционный классический способ массажа и ЛФК, но обязательно, если это назначено врачом, с добавлением глазодвигательных упражнений на прослеживание и конвергенцию. Если в карте есть запись невропатолога о нарушении прослеживания или конвергенции, то работа над этими функциями входит у нас в задачи массажиста.  
  
Важно отметить, что в структуре курса заметно увеличена доля активных упражнений относительно пассивных по сравнению с обычно принятым курсом массажа, особенно для детей в возрасте от рождения до года. При каждой возможности массажист побуждает ребенка к тому, чтобы тот сам сделал движение, а не пассивно лежал, пока двигают его ручкой, ножкой и т.п.  
  
Наилучшие результаты в моторном развитии ребенка достигаются при своевременной постановке диагноза и немедленном начале оказания всех видов помощи, в том числе специальных коррекционных занятий. В случае раннего начала занятий есть возможность предупредить формирование неправильных (дефектных) двигательных навыков.  
  
Часто родители стремятся сформировать у ребенка двигательные навыки, соответствующие, по их представлениям, его возрасту. Это обычно приводит к грубому искажению двигательного развития и образованию патологических движений, а иногда и деформаций скелета. При этом родители неэффективно используют время занятий, расходуют впустую энергоресурсы ребенка, которые и так ограниченны, а главное - усугубляют имеющуюся патологию, которая потом трудно поддается коррекции. Поэтому задача специалиста в такой ситуации - мягкое, но настойчивое удержание родителей в рамках последовательного продвижения по двигательной программе.  
Закрепление появившихся у ребенка двигательных навыков должно осуществляться постепенно: сначала изолированное вызывание самого движения, затем использование этого движения в специально организованных облегченных условиях и затем - формирование его практического применения. Перед родителями стоит задача как можно более частой инициации движения, организация игровых и бытовых ситуаций для облегченного и практического использования двигательного навыка. При этом необходимо помнить, что использование новых возможностей может вызывать у ребенка как радость, так и страх. Кроме того, пока новые движения не освоены в достаточной степени, они не очень эффективны. Нужно учитывать, что многие двигательные навыки лучше всего закрепляются в элементах самообслуживания. Поэтому родители должны находить возможности их включения в бытовые ситуации, несмотря на то, что иногда это значительно усложняет уход за ребенком.  
  
 **Несложные советы родителям по развитию и воспитанию детей**

**с ограниченными возможностями здоровья**

1.В домашних условиях занимайтесь с ребёнком дополнительно, причём продолжительность занятий не должна превышать 20 минут.

2.Соблюдайте смену деятельности: занятие – отдых.

3.Не фиксируйте внимание на неудачах, старайтесь чаще подбадривать ребёнка, стимулировать его работу, поощрять за успехи, хоть они даже и незначительные, создавайте ситуацию успеха.

4.Используйте разнообразные формы несловесной поддержки ребёнка (улыбку, подбадривающее прикосновение руки, поглаживание по спине и т.д.).

5.Важно организовать  в пространстве дома посильную трудовую деятельность, с учётом ведущей деятельности.

6.Уделяйте внимание полноценному, разноплановому воспитанию и развитию личности ребёнка.

7. Не навязывайте себя ребёнку, если не знаете, как воздействовать – ОСТАНОВИТЕСЬ!

8.Устраните из вашего общения с ребёнком те способы или формы взаимодействия, которые вызывают у него протест или негативную реакцию.

9. Исключите свои отрицательные эмоции  в общении в ребёнком.

10.Соблюдайте принцип равенства и сотрудничества с ребёнком.

11.Не сравнивайте ребёнка с кем-либо, не ставьте никого в пример, своё сравнение больше обращайте на успехах вчера и сегодня.

12.Воспитывайте Вашего ребенка сами – не стоит доверять воспитание телевизору, компьютеру, сомнительной литературе и вредоносным играм.

13.Интересуйтесь тем, что смотрит, что читает, во что играет Ваш ребенок. Что остается  в его памяти после просмотренного фильма, прочитанной книги.

14.Обсуждайте с ребенком увиденное, услышанное, прочитанное. Формируйте правильное восприятие и отношение к фактам, событиям, персонажам.

15.Наблюдайте, в какие игры играет ваш ребенок, какие роли выбирает, кого копирует; что рисует, какие выбирает цвета; какие фильмы предпочитает смотреть.

16. Рисуйте вместе с ним, играйте, сочиняйте сказки. Меньше смотрите телевизор сами – больше общайтесь с ребенком.

17.Строго отбирайте фильмы  для детского просмотра. Смотрите фильмы вместе с детьми и объясняйте, приучайте ребенка думать, анализировать.

***Поддержка, забота, участие в жизни ребёнка –***

***самая эффективная помощь!*** ***Педагог-психолог МБДОУ д/с ОВ №4 Бельчакова О.Н***

**ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ,**

**ИМЕЮЩИХ РЕБЁНКА С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ**

**КАК ПОДДЕРЖАТЬ РЕБЁНКА**

**Психологическая поддержка** - это процесс, в котором взрослый сосредоточивается на позитивных сторонах и преимуществах ребёнка с целью укрепления его самооценки, помогает ребёнку поверить в себя и свои возможности, поддерживает при неудачах. Родители, имеющие ребёнка с ограниченными возможностями здоровья, должны помнить, что от их отношения к ребёнку, от правильного выбора собственного поведения, от внутрисемейного психологического климата будут зависеть уверенность, комфортность подрастающей личности, удовлетворен­ность собой и другими людьми.

**Поддерживать можно посредством:**

- отдельных слов, высказываний: «Прекрасно», «Здорово», «Отлично», «Я рад твоей помощи», «Ты молодец» и т. п.;

- прикосновений, совместных действий: обнять, погладить, подержать за руку;

- мимики: улыбка, кивок головой, подмигивание.

**Укрепление уверенности - с**амый надёжный способ уберечь своего ребёнка от глубоких психологи­ческих потрясений - укрепить его уверенность, что родители всегда рядом и готовы помочь ему в любых неудачах и проблемных ситуациях, что он любим и его ценят как личность. Слова поддержки: «Зная тебя, я у верен, что у тебя это получится»; «Да, это трудно, но я думаю, ты справишься».

**Выражение одобрения -**всегда очень полезно наградить ребёнка словами одобрения за достигнутые успехи, которые он сам считает важными. Одобрение вызывает чувство удовлетворения собой, подкрепляет стремление к достижению новых высот, формирует позицию победителя: «Я горжусь тобой»; «Здорово у тебя получилось»; «Ты хорошо справился».

**Положительная ориентация на других людей -**если ребёнок воспринимает похвалу только в свой адрес, этого недостаточно. Научите его замечать хорошее в других людях. Чаще собирайтесь всей семьей и обсуждайте успехи всех её членов.

**Поощрение дружеских отношений**- поиск друга - важная проблема для ребёнка. Дружба даёт возможность испытать драгоценное сознание того, что ты нужен другим. Ребёнку важно находиться в кругу сверстников, чувствовать себя принятым группой -будь то учебный класс или кружок. Если ваш сын (или дочь) в силу объективных причин большую часть времени проводит в стенах собственной квартиры, пусть её двери всегда будут открыты для друзей. По возможности помогите ему расширить круг общения со сверстниками, которые навещали бы его дома, проводили время в совместных занятиях.

**Организация взаимодействия ребёнка с ограниченными возможностями здоровья с окружающей средой**

-  *Не забудьте о необходимости подготовить ребёнка к встрече с незнакомыми людьми.*Если он может понять ваши рассказы, поясните, куда придёте, чем люди (дети) будут отличаться от старых знакомых. Если ребёнок не воспринимает ваших пояснений, особые усилия приложите к подготовке людей, с которыми будете встречаться.

-  *Не упустите из виду особую эмоциональную восприимчивость своего ребёнка.*Приготовьтесь к тому, что возможно он будет стремиться спрятаться, не отходить от вас. Найдите в   себе  силы   выдержать некоторое время. Общение с внешним окружением необходимо разумно ограничивать. Начинайте с нескольких минут, постепенно увеличивая время.

- *Не «навязывайте» своего ребёнка, если в данный момент кто-либо его не воспринимает.* Это не его вина, просто предлагаемая среда для игры или общения пока не готова его принять, попробуйте ещё раз найти способы подготовить окружение к приходу особого ребёнка, а в случае, если почувствуете нереальность поставлен­ных задач, **не отчаивайтесь**, ищите других людей, других сверстников.

**Рекомендации родителям, имеющим детей-инвалидов:**

Рождение ребенка с нарушениями в развитии всегда является стрессом для семьи. Проблема воспитания и развития «особого» ребенка чаще всего становится причиной глубокой и продолжительной социальной дезадаптации всей семьи. Дети с ограниченными возможностями находятся в очень сложном положении эмоционально, морально и психологически. Детям нужно учиться функционировать в быту и общаться с людьми, но из-за своих ограниченных физиологических возможностей они не могут полноценно выполнять какую-либо деятельность. На родителей таких детей, так же, ложатся большие нагрузки, в связи с деятельностью по уходу за больным ребёнком и ответственностью за его жизнь. Многочисленными исследованиями выявлено, что родители данной категории детей испытывают эмоциональное напряжение, тревогу, чувство вины, обиды, находятся в хроническом стрессовом состоянии и т.д.

Всё это влияет на отношение родителей к своим детям. Следовательно, им так же, как и их детям, нужны психологическая помощь и поддержка.

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.

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, слово «инвалид» 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-инвалидам 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-инвалиды 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.

Что касается самих родителей – не забывайте о себе! Депрессия - нередкий спутник родителей больного ребенка. Механизмом запуска для нее может послужить и длительное ожидание диагноза, и ненадежность, невнимание близких и друзей в тяжелое время, и отчаяние в глазах ребенка, и бессонные ночи. На фоне постоянной, хронической усталости и недосыпания, достаточно мелочи, чтобы спровоцировать нервный срыв. Но ведь малышу вы нужны сильными, бодрыми, уверенными. Поэтому, необходимо научиться справляться и с этим. Из лекарств подойдут валериана и успокоительные травяные сборы, например шишки хмеля, пустырник, мята и валериана, о чем желательно проконсультироваться с врачами. Если врач все же пропишет антидепрессанты, не забудьте, что это временная мера! Психологическая поддержка может оказаться для вас одной из важных процедур на пути адаптации, как вас, так и вашего ребенка.

Очень важно найти того, кто сможет помочь вам, хотя бы на время, или просто даст выспаться. Преодолеть сложный период может социальный работник, психолог или те родители, у которых ребёнок с похожим отклонением в развитии, и они успешно преодолели трудный период. Необходимо иметь возможность поделиться своими переживаниями, услышать слова поддержки. Помогая друг другу, родители забывают о своём горе, не замыкаются в нём, таким образом, находят более конструктивное решение своей проблемы. Видя вас бодрыми, веселыми, верящими в лучшее, малыш станет чаще улыбаться и тем самым приближать свое выздоровление.

Не лишайте себя жизни, удовольствий и интересных событий. Что-то вы можете делать вместе с ребенком, но у вас обязательно должна быть и собственная жизнь.

Слепая жертвенность не принесет пользы ни ребенку, ни вам. Если вы будете удовлетворены жизнью, вы несравнимо больше сможете дать и нуждающемуся в вас маленькому человеку!

**Рекомендации родителям, имеющим детей-инвалидов:**

Примите ситуацию как данность, не думайте о том, как и почему 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 Вашего ребенка постарайтесь найти в себе силы с оптимизмом смотреть в будущее.

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

Дарите ребёнку 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.

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

Не ограждайте ребёнка 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 ребёнку самостоятельность в действиях и принятии решений. Стимулируйте его приспособительную активность; помогайте в поиске своих скрытых возможностей. Развивайте умения и навыки по самообслуживанию

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

Учитесь отказывать ребёнку в чём-либо, если считаете его требования чрезмерными. Однако проанализируйте количество запретов, с которыми сталкивается ваш ребенок. Продумайте, все ли они обоснованы, нет ли возможности сократить ограничения, лишний раз проконсультируйтесь с врачом или психологом.

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

Создавайте условия для общения ребёнка 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 прибегайте к советам 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-инвалиды. 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 очень часто бывает) спутника жизни. Помогая друг другу, вы, прежде всего, помогаете себе!

Находите в себе силы и сохраняйте душевное равновесие. Не изводите себя упрёками. В противном случае велика вероятность того, что ребенок вырастет психологическом монстром, а это неизбежно усилит его социальную дезадаптацию и усугубит страдания. В том, что у вас больной ребёнок, вы не виноваты.

Воспитывайте в себе новые качества, прежде всего наблюдательность, терпение, самообладание.

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.

Помните, что 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. ***Педагог-психолог МБДОУ д/с ОВ №4 Бельчакова О.Н***

***Рекомендации родителям детей с нарушенным слухом***

Для своевременного выявления нарушения слуха у вашего малыша необходимо пройти обследование у ЛОР врача в первые 2-3 месяца, в год и далее каждые полгода. Если у вас появились какие-то подозрения, что со слухом ребенка не все в порядке, необходимо незамедлительно обратиться к врачу и попросить направление на аудиограмму (исследование слуха).

Если у вашего малыша слух все-таки нарушен, следует с помощью специалистов подобрать ребенку слуховые аппараты, по возможности на оба ушка. Постоянное ношение аппаратов поможет развитию слухового восприятия и речи. Пользоваться слуховыми аппаратами ваш ребенок может уже с первого месяца жизни.

После подбора слуховых аппаратов вам нужно сразу же обратиться к сурдопедагогу- специалисту, который занимается со слабослышащими и глухими детьми. Сурдопедагог поможет вам правильно организовать занятия с вашим малышом, а также научит вас приемам работы с вашим ребенком.

Основная задача родителей малыша с нарушением слуха — приучение ребенка к ношению слуховых аппаратов, знакомство ребенка со звуками окружающего мира и поддержка желания малыша пользоваться устной речью. Эффективнее всего делать это в игре или совместной деятельности.

Помните, для того, чтобы ребенок полноценно развивался, необходимо использовать все возможности для того, чтобы ребенок общался с другими детьми и взрослыми. Для этого необходимо посещать детский сад, кружки, секции, ходить в театры и музеи. Очень полезным для вашего малыша будет общение с нормально слышащими детьми — вы можете приглашать их домой и организовывать для них игры, таким образом, чтобы ваш ребенок мог развивать свои коммуникативные навыки, а здоровые дети — научиться чуткости и доброжелательности.

**Помните, что ваша задача — сделать все возможное, чтобы ребенок рос и развивался на равных с нормально слышащими детьми. Запаситесь любовью, терпением и добротой, и у вас все получится!**

***Педагог-психолог МБДОУ д/с ОВ №4 Бельчакова О.Н***