



## Когда в семье ребенок с ограниченными возможностями

Каждый ребенок имеет право на особую заботу и помощь от нашего общества. Но есть дети, у которых физическое и умственное состояние требует повышенного к ним внимания. Это дети с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ), которые имеют разную степень инвалидности.

Способом выживания семьи, воспитывающей ребенка-инвалида является стратегия, основанная на попытках сохранить образ нормальности семьи в глазах общества. Много сил семья тратит на то, чтобы замаскировать проблему, избежать навешивания социальных ярлыков, опровергнуть медицинские диагнозы. Но в этом случае она не может планировать будущее, ведь особенный ребенок требует особенного подхода. В результате родители сталкиваются с неопределенностью семейных отношений в социальном плане. Отношения окружающих, соседей, друзей имеют для них решающее значение в борьбе преодоления трудностей ребенка с ограниченными возможностями (ОВЗ).

Главным в поведении родителей является состояние принятия особенностей ребенка и выполнение своих родительских функций. К сожалению, далеко не все мамы и папы проблемных детей приходят к правильному решению, обретая жизненную перспективу и смысл жизни. Многие это самостоятельно сделать не могут. В результате нарушается способность приспособления к социальным условиям жизни. На семью с ребенком-инвалидом накладываются медицинские, экономические и социально-психологические проблемы, которые приводят к ухудшению качества ее жизни, возникновению семейных и личных проблем. Не выдержав навалившихся трудностей, семьи с детьми-инвалидами могут самоизолироваться, потерять смысл жизни.

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

1. *Выявление факта нарушения развития ребёнка.* Возникновение страхов, неуверенности в воспитании ребенка. Горе от безысходности.
2. *Старший дошкольный возраст.* Понимание того, что ребенок не сможет учиться в общеобразовательной школе.
3. *Подростковый возраст.* Осознание ребенком своей инвалидности приводит к трудностям в налаживании контактов со сверстниками и, особенно с противоположным полом. Обособление от общества.
4. *Старший школьный возраст.* Трудность в определении и получении профессии и дальнейшего трудоустройства.

Казалось бы, в этом случае особенно должна быть ощутима помощь со стороны родственников, друзей. Но когда родственники и знакомые узнают о сильной травме или болезни ребенка, они тоже испытывают свой психологический стресс. Каждому приходится задуматься о своем отношении к ребенку, к его родителям. Кто-то начинает избегать встреч, потому что боится как собственных чувств и эмоции, так и чувств родителей данного ребенка. Особенно тяжело родителям супругов (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 данного ребенка.

## **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.

## **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 о ней.

