

# Ребенок с ОВЗ: рекомендации психолога родителям



Ребенок с ОВЗ – ребенок с особенными возможностями здоровья, или как корректнее говорить, ребенок с особыми потребностями. Его развитие, воспитание и обучение требует особых условий. Главная задача воспитания таких детей – создать условия, способствующие максимальному раскрытию личности.

## СОДЕРЖАНИЕ

- 1 Принятие диагноза
- 2 Копинг-стратегии
- 3 Основы воспитания
- 4 Памятка родителям

### Принятие диагноза

Диагноз ребенка для родителей – стресс. Нередко он сопровождается кризисом семьи. Принятие диагноза и ситуации в среднем идет по следующему плану:

1. Отрицание. Родители не хотят признавать диагноз, они проходят нескольких врачей. Сама идея спросить несколько врачебных мнений верная, но в данном случае это превращается в бесконечный бег с уже не раз подтвержденным диагнозом. Это опасно тем, что вместе с принятием оттягивается лечение, а некоторые заболевания требуют его незамедлительного начала.

2. Гнев. Пока отсутствует план коррекции и реабилитации, родителей охватывает отчаяние и растерянность. В ответ на них возникает защитная реакция в виде гнева, направленного на себя, супруга, ребенка, врачей. На этом этапе важно как можно раньше познакомиться с другими семьями, где есть дети с ОВЗ, найти информацию об учреждениях, куда можно обратиться за помощью.
3. Чувство вины. На этом этапе родители склонны обвинять себя в особенностях ребенка, искать причины в собственном поведении. Поможет работа с психологом.
4. Эмоциональная адаптация. Родители принимают ребенка, себя, ситуацию. Преобладают позитивные установки, помогающие выработать навыки для создания счастливого будущего ребенка.

Прохождение этапов длится в среднем от полугода до года. Это стадии переживания психологической травмы. Нужно пройти каждую из них. При застревании на одном из этапов показана работа с психологом. В противном случае родители не смогут корректно воспитывать ребенка, выберут неадекватную копинг-стратегию.

### Копинг-стратегии

Популярны три стратегии поведения. Две деструктивные:

- Пассивное принятие типа «на все воля Бога» или «все само собой образуется». При таком поведении стресс будет только усугубляться, трудности – нарастать.
- Вера в судьбу. Тоже пассивная позиция. От первой отличается наличием постоянного чувства вины и беспомощности, страха обвинений со стороны.

Конструктивная позиция – активное участие в решение проблем, приобретение ресурсов, изменение ситуации. Если что-то пока изменить нельзя, то родители принимают это и контролируют. В остальном же активно действуют.

### Основы воспитания

Родители должны обратить внимание:

- на обеспечение для детей равных прав на образование;
- обучение навыкам самообслуживания;
- обучение отстаиванию своего мнения.

Реабилитация детей обязательно должна проходить в условиях взаимодействия, сотрудничества родителей, образовательных учреждений,

психолога, социального работника, медика. Важна открытость, гуманность, профессионализм, ответственность в отношениях.

Недопустимо ограничивать самостоятельность ребенка, выполнять за него каждое действие. Нужно поощрять самообслуживание, обучать детей даже с тяжелыми степенями умственной отсталости.

Родители и педагоги обязаны:

- создать атмосферу доброжелательности и психологической безопасности;
- успехи ребенка сравнивать только с его же достижениями, а не другими детьми;
- стараться безоценочно принимать ребенка;
- ориентироваться на сохраненные навыки, положительные личностные качества как потенциал для коррекции;
- мыслить позитивно, не акцентировать внимание на особенностях;
- постепенно знакомить ребенка с его реальными особенностями, развивать таланты и способности, чем воспитывать чувство самоуважения и самооценности.

Среди видов деятельности выбирайте ту, что является ведущей для возраста, при этом учитывайте интересы ребенка, индивидуальные особенности ребенка и болезни. Кроме того, обязательно включите в коррекционную программу продуктивные виды деятельности, например, лепку, рисование. Творческая деятельность раскрывает потенциал личности, оказывает психотерапевтическое воздействие, развивает мелкую моторику, улучшает работу мозга.

### Памятка родителям



Вы узнали, что ваш ребенок особенный. Что делать дальше?

1. Прежде всего, обратитесь к психологу и медику, которые будут сопровождать развитие ребенка. Из профессионального и достоверного источника узнайте обо всех тонкостях болезни, перспективах коррекции. Не занимайтесь самолечением и самостоятельной постановкой диагнозов через интернет.
2. Не забывайте, что несмотря на особенности, ребенок живет по общим закономерностям развития. Например, он, как и все дети, проходит возрастные кризисы. Только выраженность их будет ярче. Как и другие дети, ваш ребенок сначала учится играть, а потом понимать и произносить речь. Самостоятельность его тоже нарастает постепенно. Изучите общие принципы развития детей и не забывайте про них.
3. Следите за соблюдением режима дня, исполнением предписаний врачей, приемом таблеток, если это необходимо.
4. Овладейте основами социальной и специальной педагогики, психологии. Попросите у сопровождающего психолога инструкцию для индивидуальных занятий с ребенком дома.
5. Изучите правовые основы сопровождения ребенка с ОВЗ: Закон «Об образовании в РФ», ФГОС ОВЗ, СанПиН, Конвенция о правах ребенка, Конституция РФ и другие тематические документы.
6. Составляйте план занятий на пару недель вперед. Разрабатывайте его вместе с педагогом, психологом, врачами.
7. У большинства детей ОВЗ ниже активность центральной нервной системы, они быстрее устают. Не требуйте от них быстрых реакций, предоставьте больше времени на сон и отдых. Но обязательно проконсультируйтесь со специалистом.
8. Независимо от диагноза проводите игры на развитие ритма движений. Это могут быть любые задания на ритм, хлопки. Дополнительно подобные упражнения улучшают эмоциональный фон ребенка, способствуют развитию речи и внимания.
9. Не ограничивайте самостоятельность ребенка в самообслуживании. Приобретите небьющуюся посуду, следите за безопасностью. Не злитесь на медлительность, например, в завязывании шнурков. Детям с ОВЗ нужно больше времени на приобретение навыков.
10. Не забывайте про похвалу, но используйте разные ее формы, чтобы ребенок не начал относиться к ней как к чему-то естественному.
11. Любое занятие стройте в три этапа: инструкция ребенку, помощь при необходимости, похвала успехов.
12. Полезно вести дневник наблюдений, где фиксируются особенности развития, успехи, пройденные этапы. Ведите его постоянно, на каждом возрастном этапе. Отслеживайте динамику достижений.
13. При игре и обучении ребенка старайтесь чередовать виды деятельности, выбирайте короткие задания. Постепенно усложняйте задачи, но не

забывайте чередовать их с простыми заданиями, тем, что ребенок уже умеет.

14. Каждую игру или цикл занятий начинайте и заканчивайте ситуацией успеха. Ситуация успеха – создание условий, с которыми ребенок обязательно справится. Подумайте, что удастся вашему чаду лучше всего. Это и используйте.

Задачи родителей зависят от возраста ребенка:

- От рождения до 3 лет важно стимулировать психофизическое развитие. Основные методы: эмоциональное общение, прикосновения, объятия, слуховые и зрительные стимулы. В форме игры обучите ребенка активности, ориентации в пространстве, пониманию своего тела.
- 3–4 года. Нужно обратить внимание на развитие памяти, внимания, мышления, речи, мелкой моторики, навыков общения и самообслуживания. В это время вместе со специалистами родители выбирают детский сад.
- 5-6 лет. Этап регулярного сотрудничества со специалистами. Вместе с психологом и врачами нужно выявить способности и интересы ребенка, обучить навыкам труда, самообслуживания, подготовить к школе, составить распорядок дня, выбрать будущее учебное заведение.
- Школьный период. Вместе с психолого-медико-педагогическим консилиумом родители реализуют индивидуальную программу сопровождения и развития ребенка.

Задачи обучения и программа коррекции подбирается индивидуально с учетом сохранных и нарушенных функций, ведущей особенности развития, диагноза, уровня речевого развития, интеллекта, двигательных возможностей. Обратитесь за этим к местному психологу, сопровождающему вашу семью.

Большинство детских садов, реабилитационных центров имеют штатного психолога, готового помочь. Некоторые учреждения организуют школы обучения для родителей, проводят лекции, индивидуальные консультации, работу в группах.