

Занятие на тему: «Психология детско-родительских отношений»

Форма проведения: семинар-практикум.

Цель: изучение особенностей детско-родительских отношений.

Задачи:

1. Определение понятий «материнство» и «отцовство» и их составляющие;
2. Определение проблемных родительских позиций;
3. Анализ особенностей детско-родительских отношений в онтогенезе ребенка;
4. Обучение навыкам конструктивного общения с детьми;
5. Анализ психологического климата в родительском доме.

Оборудование: бланк с нарисованным кругом диаметром 110 мм; кукла; средней ширины ленточки (длина не менее 30 см); широкий непрозрачный шарф; ватман с нарисованной поляной для цветов, цветы «ромашки» (центр желтый с диаметром 5 см, 7 белых лепестков длиной не менее 5-7 см) с двусторонним скотчем на обратной стороне, ручки или фломастеры; памятки «Я-высказывания» и «Конструктивное общение с детьми» (Приложение 4).

План занятия

1. Вводная часть

- 1) Упражнение «Семейная социограмма».

2. Основная часть.

- 1) Дискуссия на тему «Проблема «хорошей» матери, «хорошего» отца
- 2) Упражнение «Какой я родитель».
- 3) Упражнение «Моя и мамина (папина) рука».
- 4) Упражнение «Кукла».
- 5) Упражнение «Пространство общения».
- 6) Упражнение «Слепой повадырь».
- 7) Особенности детско-родительских отношений в семье, воспитывающей ребенка с ОВЗ.

3. Заключительная часть

- 1) Упражнение «Поляна цветов».
- 2) Домашнее задание.

1. Вводная часть

Здравствуйте уважаемые родители!

Сегодня наше занятие будет посвящено отношениям детей и родителей и особенностям таких отношений на разных возрастных этапах. Начнем наше занятие с упражнения, которое может способствовать взгляду «со стороны» на свою семью.

1) Упражнение «Семейная социограмма»

Оборудование: бланк с нарисованным кругом диаметром 110 мм.

Инструкция: Каждому участнику выдается бланк.

«На листе перед вами изображен круг. Нарисуйте в нем самого себя и членов своей семьи в форме кружков и подпишите их именами». Члены семей выполняют это задание, не советуясь друг с другом.

Рефлексия: Как вы думаете, почему у всех (у многих, у некоторых) по-разному расположены кружочки? Что означает то или иное положение кружочков?

2. Основная часть

Вы убедились, что в каждой семье отношения выстраиваются по-разному: разные стили воспитания, модели взаимодействия, разные стили общения и т.д. Сейчас я попрошу Вас найти на вашей социограмме себя. А теперь, пожалуйста, найдите Вашего супруга (вашу супругу). Кем Вы приходите ребенку? (Мама и Папа, Мать и Отец)

Развитие ребенка, его восприятие себя, то есть то, как он к себе относится, те успехи, которых он достигнет, во многом зависят от того, как к нему относятся родители - мать и отец, как они с ним общаются. Дефицит, недостаток какой-либо из моделей общения приводит к сложностям в отношении к окружающему миру и самому себе и искажениям в восприятии. Два основных компонента родительства - материнство и отцовство.

1) Дискуссия на тему «Проблема «хорошей» матери, «хорошего» отца»

Как вы думаете, кого сегодня можно назвать «хорошей» матерью? Что подразумевается под понятием «материнство»?

Понятие «мать» у всех народов означает начало чего-либо, жизнь и дом. Материнство - это и функция женского организма, направленная на продолжение человеческого рода, включающая биологический аспект - вынашивание, рождение и кормление ребенка, и социальная функция - воспитание ребенка.

Если проследить эволюцию представлений о материнстве, то можно обнаружить, что уже с эпохи верхнего палеолита женщина-мать являлась предметом специального религиозного культа, магических ритуалов и обрядов. Выполнение женщиной своих природных функций - вынашивание, рождение, кормление ребенка - было основным условием существования рода, члены которого заботились как о рождении здорового ребенка, так и о сохранении жизни и здоровья матери. С точки зрения религии, материнство воспринимается как обязательный для каждой женщины опыт.

Кого можно назвать «хорошим» отцом? Что подразумевается под понятием «отцовство»?

К сожалению, очень часто отцовство воспринимается не как нечто уникальное, ни на что не похожее, а как лишь дополнение к материнству. Отцовство - это не просто кровное родство между отцом и его ребенком. Отцовство определяется и как врожденное чувство, которое побуждает мужчину поступать в отношении ребенка (или своих детей) с сопереживающей ответственностью, т.е. отцовство - это способность обеспечить условия развития ребенка, и не только с материальной точки зрения. Но отцовство еще и предоставляет уникальные возможности

проявления личности самого мужчины. Главное в формировании чувства отцовства для мужчины - будущего отца - осознание изменений образа «Я», осознание себя как отца. Основная цель происходящих психологических перестроек - обеспечение мужчиной, мужем наиболее благоприятных условий для развития и рождения нового человека, для сохранения психического и физического здоровья жены. Эти изменения включают серьезную для мужчины переоценку собственных ценностей, расстановку новых приоритетов в жизни. У него появляется множество новых обязанностей и функций, происходят изменения в отношениях с женой (ведь она становится матерью его детей), появляются новые, не испытанные им раньше чувства и эмоции, и даже расширяется словарный запас (как минимум на терминологию, связанную с беременностью и уходом за новорожденным).

Существует три этапа формирования отцовской сферы:

- а) стереотипное представление об отцовстве до беременности жены;
- б) переосмысление стереотипов в течение беременности;
- в) собственно формирование чувства отцовства после рождения ребенка.

Для многих мужчин период беременности супруги, ожидание рождения и, наконец, само рождение ребенка могут сильно повлиять на формирование их мужской зрелости. У мужчин, стремящихся примерить новую роль отца, возрастает чувство самоуважения, они через ребенка осознают и подтверждают свою мужскую состоятельность. В результате мужчина приобретает новый как личностный, так и социальный статус. У него появляется родовое сознание, ощущение ответственности за свой род.

Какими качествами должны обладать «хорошая» мать и «хороший» отец?

Немецкий психолог Эрих Фромм, анализируя традиционную семью, противопоставлял материнскую и отцовскую любовь как любовь безусловную и любовь требовательную. Материнская любовь по своей природе безусловна, не связана с достоинствами и достижениями ребенка. Любовь матери, по Фромму, слепа и не знает справедливости. Мать изначально признает самоценность ребенка и строит отношения по типу альтруистической любви, готовности к самопожертвованию, самоотдаче. Материнская любовь дана ребенку изначально как дар, она является основой формирования у ребенка базового доверия к миру, открытости и готовности с ним взаимодействовать (Э. Эриксон). Отцовская любовь - требовательная, условная, это любовь, которую ребенок должен заслужить. Она, в отличие от материнской, не имеет врожденных предпосылок, а формируется на протяжении первых лет жизни ребенка. Чтобы заслужить отцовскую любовь, ребенок должен соответствовать определенной системе социальных требований. Традиционная роль отца - носитель социальных норм и требований по отношению к ребенку, образец стандартов поведения. Любовь отца выступает как социальное одобрение поведения ребенка, соответствие определенным ожиданиям.

2) Упражнение «Какой я родитель?»

Инструкция: каждый участник должен записать не менее 10 характеристик - ответов на вопрос: «Какой я родитель?» и «Какой я ребенок?». Затем участники садятся в большой круг и по очереди высказываются, комментируя свой рассказ о себе и отвечая на вопросы.

Становление родительского поведения, приспособление к роли родителя - одно из главных направлений личностного развития взрослого человека. Трудность этой задачи в том, что по мере роста, взросления ребенка родительская роль многократно видоизменяется, наполняется все новым и новым содержанием.

Ребенок в своем развитии проходит через определенные стадии, но и его родители минуют один закономерный этап за другим, причем у каждого этапа своя специфическая задача, особенности, опасности, трудности. «Важно, чтобы духовное развитие ребенка гармонировало с жизненным созреванием его родителей и других воспитателей, чтобы эти процессы были ритмичными и слаженными», - отмечает чешский психолог З.Матейчек, исследовавший проблему психического здоровья детей.

Новорожденность. На начальном этапе развития решающее условие выживания новорожденного - это взрослый человек, удовлетворяющий все его жизненные потребности. Период новорожденности ребенок физически отделен от матери, но физиологически с ней, остро нуждается во взаимодействии.

Младенчество. Родители на первом году жизни не только ухаживают за ребенком и удовлетворяют его основные жизненные органические потребности в еде, сне, тепле, комфорте и т.д. Непосредственно-эмоциональное общение со взрослым (прежде всего с матерью) составляет основу психического развития в младенчестве. Обмениваясь выражениями внимания, радости, интереса и удовольствия от взаимодействия, ребенок и родитель находятся в ситуации неразрывного эмоционального единства.

Гармоничное, эмоционально принимающее, поддерживающее родительское отношение, компетентное, уверенное и пластичное, способствует формированию у ребенка базового доверия к окружающему, интереса к материальному миру, к предмету, усвоению форм делового взаимодействия с другим человеком.

На этих 2-х этапах важнейшим будет невербальное общение между родителем и ребенком: мимика, прикосновения и т.д. Следующее упражнение поможет нам вспомнить детство и «погрузиться» в «мир» невербального общения.

3) Упражнение «Моя и мамина (папина) рука»

Инструкция: В родительских парах участникам предлагается сесть напротив друг друга и выполнить инструкцию ведущего: выбрать в паре кто будет «ребенком», а кто «родителем»:

«Поздороваться» друг с другом указательными пальцами;

«Родителю» погладить своим пальцем ладонь «ребенка»;

«Родителю» погладить «ребенка» по спине;

«Родителю» «спрятать» ладони «ребенка» в своих ладонях;
«Попрощаться» друг с другом безымянным пальцем.
Затем поменяться ролями.

Рефлексия: Что Вы чувствовали, когда были в роли родителя? Что Вы чувствовали, когда были в роли ребенка? В какой роли Вам было комфортнее? Как Вы думаете, чем особенно важен такой способ общения с ребенком? Что при этом чувствует ребенок?

Для дошкольного возраста характерной ведущей деятельностью является игра. На данном этапе игра выступает вектором формирования личности ребенка, т.к. в рамках игровой деятельности происходит усвоение основных приемов орудийной деятельности и норм социального поведения.

Наряду с игровой деятельностью, формируются также и другие формы деятельности: конструирование, рисование. Существенным в формировании личности становится согласование мотивов и желаний ребенка друг с другом, разбиение мотивов на более или же менее значимые, за счет чего происходит переход от импульсивного ситуативного поведения к опосредованному каким-либо правилом или образцом. Также в этом возрасте возрастает познавательная активность: развиваются восприятие, наглядное мышление, появляются зачатки логического мышления.

4) Упражнение «Кукла»

Оборудование: кукла, средней ширины ленточки (длина не менее 30 см).

Инструкция: «Посмотрите, у меня на коленях сидит кукла. Так же есть множество ленточек. Мы с Вами сейчас попробуем проследить, как часто мы говорим ребенку: «Нельзя!». И представить на месте этой куклы своего ребенка».

Родителям по очереди необходимо сказать свой вариант «нельзя»: «нельзя бегать», «нельзя кричать», «нельзя прыгать», «не маши руками», «не показывай пальцами» и т.д. В это время ведущий перевязывает ленточками кукле ноги, руки и т.д., т.е. ту часть тела, к которой относится «нельзя».

Рефлексия: Что случилось с куклой? Как Вы думаете, что чувствует ребенок, слыша слово «нельзя» или «не делай»?

Младший школьный возраст - это возраст интенсивного интеллектуального развития. Возникает произвольное и намеренное запоминание, способность произвольно сосредоточить внимание на нужном объекте, произвольно вычленять из памяти то, что нужно для решения текущей задачи; ребенок научается выделять цель, условия и средства ее достижения, появляется способность к теоретическому мышлению.

Также у ребенка в данный период происходит:

- становление адекватной самооценки;
- развитие критичности по отношению к себе и окружающим;
- усвоение социальных норм;
- развитие навыков общения со сверстниками, установление прочных дружеских контактов.

На данном этапе происходит усвоение роли «ученик» и начинают сформировываться модели «взрослого» поведения, усвоение социально-нравственных норм и правил. В связи с этим, общение со значимым взрослым выходит на качественно новый уровень и в зависимости от выстраивания данного общения, ребенок усваивает общественные нормы и правила взаимодействия. Давайте попробуем разобраться, как же лучше выстраивать общение на данном этапе, а поможет нам в этом следующее упражнение.

5) Упражнение «Пространство общения»

Инструкция: Повернитесь, пожалуйста, друг другу спиной и начните беседу. Теперь я попрошу одного из пары сесть, а второго встать и продолжить диалог. Поменяйтесь местами. Теперь попробуйте пообщаться на «одном» уровне (т.е. оба сидят) и на максимально комфортном расстоянии друг к другу.

Рефлексия: Что Вы чувствовали, стоя друг к другу спиной? Что Вы чувствовали, когда находились на разных «уровнях»? Что Вы чувствовали, находясь на одном «уровне»? В каком случае Вам было наиболее комфортно общаться? Почему, как Вы думаете?

Подростковый возраст. Этот возрастной период детей требует особого внимания родителей к тем переменам, которые происходят с растущим ребенком, особой гибкости их педагогической тактики, огромного терпения, взвешенности, умения видеть позитивное и истинное в вызывающем поведении подростка. Родитель должен учитывать сложность подросткового периода и для самого подростка, характерные для этапа гормональной перестройки организма неустойчивость настроения, физического состояния и самочувствия, ранимость, неадекватность реакций.

Парадоксы подростковой психики:

- подросток хочет вырваться из-под опеки взрослых, получить свободу, при этом не зная, что с ней делать;
- интересно все сразу и ничего;
- хочется всего, сразу и если позже - «то вообще тогда зачем»;
- при всей своей самоуверенности подросток очень неуверен в себе;
- потребность в общении сменяется желанием уединиться.

Именно в этом возрасте мы встречаем внутренний конфликт между:

- Я - уникальная личность;
- Я - такой же, как и все.

Чувство взрослости

Подросток объективно не может включиться во взрослую жизнь, но стремиться к ней и претендует на равные со взрослыми права. Изменить он пока ничего не может, но внешне подражает взрослым.

Отсюда и появляются атрибуты «псевдовзрослости»: курение сигарет, употребление алкоголя, наркотиков, тусовки, (внешнее проявление «я тоже имею свою личную жизнь»). Копирует любые взрослые отношения.

Борьба подростка происходит:

- за то, чтобы перестать быть ребенком;

- за утверждение среди сверстников.

В этот период ребенок начинает «осваиваться» в социальном пространстве и именно по этой причине особенно важной становится роль родителей - они являются проводниками в сложной системе «взрослых» взаимоотношений, а также образцом поведения для ребенка. Сейчас мы выполним упражнение, которое поможет нам ощутить, как в этот период чувствует себя родитель и как чувствует себя ребенок.

б) Упражнение «Слепой и поводырь»

Оборудование: широкий непрозрачный шарф.

Инструкция: Для того чтобы начать упражнение, нужны два человека. Один из них будет слепым - ему завязывают глаза. Второй - его поводырем, старающимся аккуратно и бережно перевести слепого человека через дорогу с оживленным движением. Это «движение» психолог создает заранее, расставив в комнате стулья и какие-то другие вещи таким образом, чтобы они мешали свободно перейти с одной стороны помещения на другую. Если есть еще желающие принять участие в игре, то они могут создавать «баррикады» из своих тел, расставив руки и ноги и замерев в любом месте комнаты.

Задача проводника - аккуратно перевести слепого на другую «сторону шоссе» (где это место, договоритесь заранее), оберегая его от столкновений с различными препятствиями. После того как задача будет выполнена, происходит обмен ролями.

Примечание. В этой игре «проводник» может контактировать со «слепым» разными способами: говорить о том, что нужно делать, или просто вести его за собой, поднимая ногу «слепого» на нужную высоту, чтобы перешагнуть преграду. Можете чередовать эти варианты, введя запрет на один из них, тренируя таким образом владение то вербальными (речевыми), то невербальными средствами общения. Если ваш «слепой» норовит самостоятельно пройти весь путь, игнорируя помощь проводника, то в следующий тур постарайтесь ухудшить его ориентацию в пространстве, расставив по-другому препятствия и раскрутив на месте родителя после того, как ему завязали глаза.

Рефлексия: Что Вы чувствовали, когда были в роли «слепого»? Сложно ли было довериться «поводырю»? Что Вы чувствовали в роли «поводыря»? Какие возникали сложности?

Период юности называют иногда временем «вырывания корней», некоторого дистанцирования молодежи от родителей, вынужденных с пониманием относиться к растущей эмоциональной независимости детей.

Для родителей наступает подготовка к новому периоду жизни, связанному с отрывом взрослеющего ребенка от семьи, с его вступлением в реальную взрослость. Отношения с детьми все более теряют иерархический характер, становятся взаимодействием между взрослыми равными людьми. Этот процесс может пройти с меньшими осложнениями, если родители настроены на принятие изменений, своевременно поощряют претензии

подростка на самостоятельность и реальное продвижение в этом направлении.

На любом возрастном этапе самым главным остается психологический климат в семье. Как Вы думаете, что такое психологический климат?

Психологический климат - это отображение уровня общения в семье, отношение родственников друг к другу. Психологи выделяют два типа климата в семье: положительный, или благоприятный, и отрицательный, или неблагоприятный. В семье с благоприятным психологическим климатом обычно царит миролюбие и понимание. Даже переходящие периоды, считающиеся сложными для подростков, в положительном психологическом климате переживаются семьями легче и спокойнее. Понять психологический настрой семьи можно следующим образом: стремление проводить вместе свободное время, знание о подробностях общественной жизни членов семьи, планов на будущее, поддержание хороших отношений с ближайшим окружением семьи. Коммуникативная сфера имеет большое значение для развития и сплочения семьи.

Как же создать благоприятный психологический климат?

Важно понять, что для сохранения в семье благоприятного климата нужно поддерживать на должном уровне коммуникативную сферу жизни. Говорить можно о чем угодно! Главный закон - чувствовать комфорт при общении. Можно также ввести семейные традиции, связанные с коммуникацией: чаще ужинать в кругу семьи и разговаривать о событиях дня, делиться впечатлениями; в свободное время всей семьей смотреть фильмы, или посещать развлекательные заведения (важно, чтобы выбранное место подходило всем членам семьи). Так у вас появятся общие темы для обсуждения, обмена ощущениями и мнениями.

7) Особенности детско-родительских отношений в семье, воспитывающей ребенка с ОВЗ

Мы хотим предложить некоторые рекомендации, которые разработаны в результате опыта работы с родителями, воспитывающими детей с отклонениями в развитии. Надеемся, что эти советы помогут Вам преодолеть психологические трудности и обрести надежду и смысл в жизни.

Совет первый: *постарайтесь преодолеть страх и отчаяние.*

Рождение ребенка с отклонениями в развитии воспринимается вами как величайшая трагедия. Факт появления на свет ребенка не такого, как у всех, стал причиной сильного стресса, который Вы испытываете, в первую очередь как его РОДИТЕЛИ. Не корите и не вините себя.

Вам очень трудно сейчас. Вы столько времени ждали долгожданного часа, когда родится ваш малыш. Вы надеялись вместе с ним строить его и вашу жизнь. А теперь вы полагаете, что все рухнуло. Жизнь кажется вам наполненной непроходящей тоской и болью.

Не отчаивайтесь! Не все так безнадежно! Возьмите себя в руки! Вашему малышу, каким бы он ни был, нужна помощь, и эта помощь должна прийти именно от Вас. Вы ему нужны мужественными, сильными, а не слабыми и беспомощными. Наберитесь терпения и помогите ему и... себе.

Преодолейте страх и отчаяние. Помните, что не отчаяние и неверие в свои возможности, а любовь к ребенку и терпеливая постоянная работа с ним (именно так можно назвать повседневное выполнение заданий с ребенком) позволят Вам добиться наибольших успехов. Успокойтесь и постарайтесь следовать нашим рекомендациям.

Совет второй: необходима определенность. Вы должны уяснить ситуацию, в которой находится ваш ребенок.

Постарайтесь оценить сложившуюся ситуацию трезво. Ведь Вы и сами знаете, что любая проблема может быть разрешена только в том случае, если ее четко себе представляешь. Сейчас Вам мешают и страшат неизвестность и неопределенность. Чтобы разрешить ситуацию, лучше действовать, а не предаваться переживаниям. Но действовать нужно обдуманно. Мы предлагаем следующее.

В связи с тем, что у вашего ребенка имеются недостатки в развитии, ему, а, возможно, и Вам требуются различные виды помощи, а именно: медицинская, педагогическая, психологическая.

Совет третий: определите, какая помощь необходима Вашему ребенку и Вашей семье в первую очередь.

Возможно, что Вы уже обращались за консультацией к врачам и получили ее. Тем не менее, мы уточним, что должен включать в себя каждый из видов помощи.

Медицинская помощь:

Вы обязательно должны проконсультировать своего ребенка у невропатолога, детского психоневролога или детского психиатра независимо от того, дал ли такую рекомендацию педиатр. Это можно сделать в детской поликлинике по месту жительства или в любом детском медицинском учреждении, в котором есть такие специалисты. Каким бы ни был поставленный Вашему ребенку диагноз, постарайтесь не терять присутствие духа. Ведь диагноз может еще уточняться в процессе первых лет жизни ребенка. А ребенок он Ваш, потому и дорог именно Вам.

Однако нельзя терять время, необходимое для лечения ребенка, так как существуют заболевания, которые в случае их ранней диагностики оказываются практически излечимыми. Заболевания у детей раннего возраста могут быть различными. Особое внимание медицинским рекомендациям должны уделить родители тех детей, у которых выявлено раннее отставание в сроках психомоторного, психоречевого и психофизического развития.

Одновременно Ваш ребенок может иметь и другие проблемы (нарушения слуха, зрения, двигательные нарушения), которые могут быть диагностированы только специалистами (отоларингологом, окулистом). Не забудьте побывать и у них.

Отнеситесь внимательно ко всем рекомендациям врачей и старайтесь точно их выполнять. Врачи назначат медикаментозную терапию и подскажут план дальнейшей медицинской реабилитации Вашего ребенка.

Если встанет вопрос о рождении других детей в семье, не забудьте обратиться в генетическую консультацию. Уровень развития современной науки позволяет достаточно точно определить риск повторного рождения «неблагополучного» ребенка.

Диагностика и психолого-педагогическая помощь:

Чтобы исправить выявленные у Вашего ребенка нарушения, одной медицинской помощи недостаточно. Необходимы психологическая и педагогическая коррекции. Если проблема четко определена и очерчена, она может быть разрешена.

В нашей стране существует широкая сеть специальных дошкольных и школьных учреждений, в которых обучаются дети с различными отклонениями в развитии (неслышащие и слабослышащие, невидящие и слабовидящие, с тяжелыми нарушениями речи, с нарушениями функций опорно-двигательного аппарата, с задержкой психического развития, умственно отсталые, страдающие ранним аутизмом). В этих учреждениях используются специальные методы их обучения, развития и адаптации к социальной среде.

Если Ваш ребенок дошкольного возраста имеет такие отклонения, Вы можете обратиться в областную психолого-медико-педагогическую комиссию (ПМПК), в Социальный Центр помощи семье и детям (СЦПС и Д) или Центр психолого-педагогической реабилитации и коррекции (ЦППР и К) по месту жительства. Опытные специалисты (врачи, психологи, педагоги) окажут Вам квалифицированную помощь, уточнят диагноз и определят профиль учреждения, в котором Ваш ребенок сможет получить доступное ему образование.

Совет четвертый: *постарайтесь принять факт наличия проблемы развития у Вашего ребенка.*

Не пытайтесь убедить специалистов, к которым Вы пойдете на консультацию, в том, что Ваш ребенок такой, как все. Будьте внимательны к их советам и рекомендациям. Не бойтесь постановки ребенку «страшного» для Вас диагноза (олигофрения, умственная отсталость, дебильность имбицильность, детский церебральный паралич, ранний детский аутизм и др.). Не уподобляйтесь страусу, который прячет голову под крыло, чтобы не видеть опасность. Примите существующую реальность - нарушение развития у Вашего ребенка.

Часто родители таких детей много времени, сил и энергии тратят на процесс отрицания существующей у их ребенка проблемы. Некоторые стараются как бы ее не замечать, другие слишком много думают о ней, внутренне страдают и стараются доказать окружающим, что ее нет. Такое понимание проблемы непродуктивно и не принесет пользы ни Вам, ни Вашему ребенку, ни окружающим. Поступая таким образом, Вы вовсе не разрешаете ее, а лишь закрываете глаза на ее существование. Не отрицайте наличие проблемы. Найдите в себе мужество признаться в том, что у Вашего ребенка есть проблемы в развитии. В сущности, не столь важно, как называется заболевание или состояние, в котором находится Ваш ребенок.

Это лишь термин, которым пользуются специалисты. На наш взгляд, Вам важнее знать, какие возможности преодоления этого состояния существуют. А в этом Вам помогут специалисты - врачи, психологи, педагоги. Не травмируйте себя и не стыдитесь из-за поставленного диагноза.

Постарайтесь также не поддаваться агрессии, раздражению, подавленности и страху, которые, естественно, могут возникнуть, из-за волнения о здоровье Вашего ребенка.

Совет пятый: *измените отношение к вашему ребенку, не считайте его бесперспективным.*

Испытывая чувства отчаяния, горечи, боли, многие родители склонны к гиперболизации проблем своего больного ребенка и рассматривают его будущее как бесперспективное.

Не преувеличивайте проблемы Вашего ребенка.

Никогда не говорите себе, что из него ничего не выйдет. В жизни есть много такого, что предсказать с позиций сегодняшнего дня трудно. Все зависит от Вашей мудрости, вашего терпения и усилий.

Но одновременно не стройте себе «розовые замки», не ждите чуда. Его не будет. Никто не сможет сделать так, чтобы у Вашего ребенка не осталось проблем. Только в Вашей власти сделать для него максимально много.

Не старайтесь быть также «скорой помощью» для Вашего ребенка. Не делайте за него то, что он может сделать сам. Постепенно приучайте его преодолевать посильные для него трудности. Только руководя этим процессом, Вы сможете ему помочь. В случае неповиновения ребенка, его непослушания, переходящего в истерику или упрямство, покажите ему выход из проблемной ситуации. Проявите ему при этом свою любовь.

Не поддавайтесь унынию, ведь Вы только в начале жизненного пути Вашего ребенка. Этот путь, безусловно, сложнее, чем у нормальных его сверстников. Но и ему улыбнутся радость, успех и счастье быть любимым, нужным Вам и Вашим близким и даже чужим людям.

Совет шестой: *примите Вашего ребенка таким, каков он есть.*

Постарайтесь строить Ваши отношения с ребенком как оптимальные. Ваш ребенок в любом возрасте, будь он младенец или уже подросток, все равно Ваш **РЕБЕНОК**. Он нуждается в заботе.

Наличие у Вашего ребенка нарушений развития вовсе не означает, что Вы и он несчастны. Наоборот, такие дети чистосердечны и бесхитростны. Их отношение к людям проникнуто сердечностью, дружелюбием, искренностью, преданностью, любовью.

Любите своего ребенка. Не отвергайте из-за его физического или интеллектуального несовершенства! Поверьте, что через некоторое время эти недостатки для Вас перестанут быть значимыми. Думайте о том, что это Ваша плоть и Ваша «кровинка». И Вам станет **важно только то, что он есть**, что он Вас любит, что ему нужны Ваши тепло, ласка и защита.

Совет седьмой: *Вашему ребенку нужна педагогическая помощь. Чем раньше Вы начнете специальную коррекционную работу с ребенком, тем большего успеха достигните.*

Но что значит специальная и коррекционная работа? Она предполагает помощь специалистов, владеющих специальными методами коррекции дефектов, имеющихся у Вашего ребенка. Чтобы получить необходимые знания по этим вопросам, Вам также необходимы консультации специалистов.

В связи с этим Вам следует обязательно пойти на прием к районному логопеду, который объяснит Вам, как и чему нужно учить ребенка. Если ребенок нуждается в занятиях с дефектологом, а в поликлинике таких специалистов нет, найдите его в любом детском консультативном учреждении. В нашей стране такие функции выполняют различные специализированные центры, о месте расположения которых можно узнать в соответствующем управлении образования и здравоохранения. Вы можете обратиться в районную психолого-медико-педагогическую комиссию, где также окажут подобную помощь.

Если же в Вашем городе или населенном пункте нет таких центров и ваши попытки найти нужного специалиста (логопеда, дефектолога, психолога) оказались безуспешными, не отчаивайтесь, а воспользуйтесь предлагаемыми рекомендациями и обратитесь к литературе, указанной в приложении.

Совет восьмой (матери ребенка): *помогите себе, измените отношение к себе.*

В первую очередь не думайте о том, что у Вас родился и растет не такой, как у всех, ребенок. Боль, которую Вы перенесли и которая сейчас в Вашем сердце, наносит Вам огромный вред. Запретите себе подобные мысли. Не фиксируйте свое внимание на мрачном, не «застревайте» в печальных состояниях. Ваше сознание не должно постоянно вращаться вокруг проблем Вашего малыша. Жизнь представляется невыносимо трудной, когда события негативны по отношению к Вам.

Если Вам очень плохо, а помочь некому, **постарайтесь вспомнить какое-либо приятное событие из Вашей жизни**, ощущения и чувства, которые Вы тогда испытывали. Постарайтесь задержаться на этих воспоминаниях, чтобы уравновесить Ваши настоящие (негативные) ощущения. Для Вашего организма подобные воспоминания станут своеобразным *психологическим «Витамином»*, с помощью которого Вам удастся преодолеть психологический дискомфорт. Если печальные мысли постоянны, это следует делать каждый день.

Одновременно научитесь управлять собой, своими ощущениями и чувствами, мыслями и действиями. Поощадите себя и в случае возникновения тревожного или депрессивного состояния научитесь говорить себе «СТОП».

Прогнозируйте любую ситуацию, участниками которой становитесь Ваш ребенок, Вы и окружающие с Вас лица. Если Вы почувствовали недоброжелательное к себе или к ребенку отношение, не старайтесь

изменить позицию другого лица, доказывая, что он не прав. Не тратьте силы на бессмысленный спор. Просто отойдите от этого человека. Ведите себя всегда корректно. Не повышайте голос и не кричите. Не превращайтесь в фурию, которая всегда готова защитить своего ребенка, даже если он не прав.

Но умейте защитить себя и ребенка. В случае возникновения неприятных ощущений, связанных с разглядыванием Вашего ребенка, сочувствующими взглядами, расспросами в транспорте, магазине или на улице, мысленно постройте защитную стенку (поместите ребенка и себя в невидимый футляр, броню), отделяющую Вас от любого неприятного и раздраженного субъекта.

Научитесь смягчать, нейтрализовывать любой конфликт доброжелательным отношением к окружающим. Старайтесь заряжать окружающих позитивным настроением, улыбкой, шуткой. Никогда не позволяйте унижать себя.

Не конфликтуйте на улице, в магазине или в транспорте, доказывая окружающим, что Ваш ребенок такой же, как и другие. Научитесь уходить от конфликта, когда Вы не в состоянии перетянуть чашу весов в свою пользу.

Если у Вас есть возможность оставлять ребенка с кем-либо из домашних, постарайтесь найти себе работу. Скорее всего, Вы не сможете найти место, которое соответствовало бы вашей профессии. В большинстве случаев это неквалифицированная и даже низкооплачиваемая работа. Однако, если Вам представится возможность работать в учреждении, где будет находиться Ваш ребенок, обязательно соглашайтесь. У вас появятся новые знакомства, новые отношения, новые обязательства. Работа поможет вам почувствовать себя значимой и нужной другим людям.

Возобновите Ваши старые связи, вспомните старых друзей. Не прячьтесь в своем доме со своим горем и болью, как улитка в раковине. Постарайтесь найти среди Ваших старых и новых знакомых тех, кто бы мог адекватно принимать Вас и Вашего ребенка, тех, на которых вы могли бы его оставить, в случае необходимости на некоторое время, которые могли бы вас поддержать в трудную минуту.

Совет девятый (матери ребенка): *измените отношение к отцу ребенка.*

Не обвиняйте мужа в том, что из-за него ребенок родился с недостатками в развитии, ведь это Ваш общий ребенок. Исключите обвинения из Ваших отношений с мужем. Старайтесь не утратить доверительность и искренность чувств. Поддерживайте с супругом интимные отношения.

Не демонстрируйте мужу свою усталость в виде истерик и скандалов. Лучше скажите ему, что Вы устали и попросите его помочь Вам. Не устраивайте ссор по пустякам.

Если Вы чувствуете, что муж не понимает проблем Вашего ребенка, и между Вами возникло отчуждение, не стремитесь решить все проблемы сгоряча, а попытайтесь наладить отношения. Обсуждайте с мужем проблемы семьи и проблемы ребенка. Обменивайтесь мнениями о его будущем. Даже в

самой тяжелой ситуации научитесь прощать близких. Не обвиняйте их в том, что у Вас с ребенком так много проблем. Прощение помогает снять с души тяжесть, сохранить теплоту отношений.

Для укрепления отношений между ребенком и его отцом старайтесь привлекать мужа к заботам о малыше, давая ему различные поручения.

Не обращайтесь на его заявление о том, что он был на работе, устал, ему нужно отдохнуть. Даже самая ответственная работа не может помешать отцу заботиться о своем ребенке. Пробудите в муже интерес к развитию малыша, зажгите его вашими идеями и маленькими совместными с ребенком успехами. Используйте выходные дни для проведения общего досуга, приобщая к этому процессу и мужа.

Стремитесь к тому, чтобы чувство смущения, которое испытывают многие мужчины, везя в коляске больного ребенка, постепенно исчезло у Вашего мужа. Ведь чем ближе сердцем к ребенку, тем меньше замечаешь его физические и психические недостатки. Учите мужа на собственном примере общаться с малышом и любить его. Поощряйте любые попытки мужа проявить интерес к ребенку. Называйте это любовью и говорите мужу об этом.

Старайтесь не замечать недостатки вашего мужа, постоянно подчеркивайте его достоинства - мужчины это любят. Хвалите его в первую очередь за то, что он любит малыша.

Приобщите к заботе о ребенке и близких мужа. Он это, безусловно, оценит.

Совет десятый (отцу ребенка): измените Ваше отношение к жене.

Ваша жена и мать ребенка находится в состоянии постоянного стресса. Факт того, что именно она родила больного ребенка, вызывает у нее самые противоречивые чувства, следствием которых являются слезы, истерики, непредсказуемый гнев, агрессия, неконтролируемая депрессия или апатия. Женщины очень тяжело переносят подобный удар судьбы, который, по оценкам ученых, равносителен смерти или потере самого близкого человека. Не всякий человек способен выдерживать удар такой силы, да еще и столь длительное время.

Постарайтесь понять чувства и переживания вашей жены. Не ставьте ей в укор то, что ребенок родился таким. Ведь ребенок общий Ваш и ее. Нет смысла выяснять, кто виноват. **Виновных нет! Есть проблема, которую необходимо решать обоим.**

Быть мужчиной - значит быть сильным. Постарайтесь передать хотя бы часть Вашей силы и мужества жене. Она испытывает огромную потребность в этом. Поверьте, ей необходима именно Ваша поддержка.

Многие мужчины считают, что их основная обязанность мужчины - материальное обеспечение семьи. Вы, конечно, правы. Но Вашей жене, женщине, которую Вы любите и которая родила от Вас ребенка, нужна и другая поддержка - психологическая, точнее, просто человеческая, душевная. Поддержите Вашу жену словом, своей позицией, вашим отношением к ней и к ребенку. Пусть она почувствует, что рядом с ней действительно

МУЖЧИНА (а это значит сила и мужество), который не оставил и **НИКОГДА** не оставит ее в трудную минуту.

Некоторые мужчины испытывают психологические трудности, связанные с проблемой вхождения в новую жизненную ситуацию, с проблемой привыкания к своему новому положению - отца больного ребенка. Им больно от мысли, что их ребенок, которому они хотели бы передать весь свой жизненный опыт, свое материальное имущество, свои творческие способности и неосуществленные мечты, оказался неспособным к принятию этого. Не спешите! Примите наш совет: не стремитесь уже сейчас решать эту проблему и решать за ребенка то, что он сможет или не сможет в будущем.

Последуйте нашим рекомендациям:

- старайтесь больше времени проводить с вашим ребенком,
- научитесь помогать ему в том, что он еще пока не умеет (кормите его, одевайте, купайте);
- старайтесь в отдельных случаях заменить мать малыша или участвуйте в этом процессе вместе;
- гуляйте с ребенком в свободное время, предоставив жене заняться домашними делами;
- не обращайтесь на назойливые расспросы и советы окружающих, вызывающие в Вас неприятные ощущения;
- не срывайте свой гнев на ребенке, если он не справляется с каким-либо заданием или не умеет что-либо делать, покажите ему как это нужно сделать, подумайте, как можно его этому научить, посоветуйтесь с женой - у нее больше времени для ознакомления с рекомендациями специалистов.

Вносите в отношения с ребенком больше позитивной энергии, задора, радости; пусть Ваше присутствие в доме всегда будет связано в сознании Вашей жены и ребенка с радостью, счастьем, уверенностью в будущем - им необходимо именно это, а Вы это можете. Создавайте Ваш очаг и Ваш дом. Жена и ребенок держатся за Вас, как за соломинку. Кроме Вас, у них нет другой опоры в жизни. Будьте для них этой опорой, и Вы построите свое счастье!

Совет одиннадцатый (и матерям и отцам): будьте активными в общении со своим ребенком.

Матери ребенка необходимо знать, что в ранний период жизни (от рождения до трех лет), особенно в первые два года, основным фактором развития ребенка является ее общение с ним. В настоящее время доказано, что именно мать обладает специфическими и высокоэффективными возможностями стимуляции развития ребенка раннего возраста. Чем больше времени уделяет мать ребенку, тем успешнее будут преодолеваются недостатки в его развитии.

С первых дней жизни ребенка мать должна осуществлять разнообразную деятельность, направленную на развитие ребенка. Она должна разговаривать с ним, показывать ему различные игрушки и предметы, привлекая к ним его внимание, делать пассивные двигательные

упражнения (двигать ручками и ножками ребенка), предварительно ознакомившись с рекомендациями врача, а также стимулировать ребенка к самостоятельным активным действиям.

Дети с недостатками в здоровье гораздо пассивнее, чем нормально развивающиеся. Они реагируют на мать позднее, чем здоровые, позднее отвечают на ее ласки, ее обращение к ним. Именно поэтому матери необходимо быть активнее самой, больше уделять времени ребенку и не ограничивать свои контакты с ним удовлетворением лишь его биологических потребностей (кормлением, купанием, сменой подгузников). Но и во время этих каждодневных забот нужно тоже общаться с ребенком, разговаривать с ним, ласкать его, дав почувствовать ему свою любовь.

Очень важно, чтобы на этом этапе ребенок научился реагировать на Ваше лицо, улыбку, Ваши действия. Важно вызвать у него положительные ответные реакции - улыбку, смех, вокализации, движения ручками или ножками. Для этого чаще разговаривайте с ребенком, стремитесь к тому, чтобы он научился реагировать на Ваш голос, который всегда должен звучать нежно и ласково. Поиграйте с ребенком в игру «Ищи меня. Где я?». Наклонитесь над ребенком так, чтобы он Вас видел. Затем немного переместитесь в сторону и позовите ребенка. Постарайтесь сделать так, чтобы его взгляд попал на Ваше лицо. Сможете спрятаться за спинкой кровати ребенка или под платком, накинув его на голову. Важно, чтобы Вы потом обязательно «нашлись» и чтобы ребенок радовался вашему появлению.

Совет двенадцатый (отцам, бабушкам и дедушкам): *Не теряйте контакт с Вашим сыном, дочерью и внуками, не считайте, что этим должна заниматься только мать малыша.*

Эмоционально-личностное общение с ребенком осуществляют и другие взрослые. В первую очередь отец, бабушки, дедушки, братья, сестры. Важно, чтобы это общение было не только наполнено теплом и лаской по отношению к ребенку, но и способствовало его развитию и, таким образом, вхождению в мир.

Мы предлагаем родителям краткий план их действий по воспитанию и обучению детей, страдающих эмоциональными, интеллектуальными или двигательными нарушениями. Мы не пытаемся изложить подробно все методики, а лишь сообщаем родителям те направления, по которым им следует работать и по которым они могут получить соответствующие консультации у специалистов, а именно:

- эмоционально-личностное развитие ребенка;
- развитие предметной деятельности;
- обучение навыкам приема пищи, опрятности, одевания и умывания;
- обучение игре;
- подготовка к школе;
- обучение в специальной школе (если в этом возникла необходимость).

Совет тринадцатый (отцам, бабушкам и дедушкам): *окажите поддержку матери больного ребенка в уходе за ним.*

Известно, что вероятность благополучного развития любого ребенка, а тем более ребенка с отклонениями в развитии, выше, если его мать довольна своим положением в жизни и не испытывает внутренних негативных переживаний. Очень важно, чтобы ее самооценка, оценка ее отцом ребенка и окружающими были бы положительными. Это будет способствовать гармонизации взаимоотношений в семье. Окажите ей помощь, будьте добры и ласковы с нею. Поддержите ее в заботах и хлопотах о ребенке.

3. Заключительная часть

Наше занятие подходит к концу. Сегодня много было сказано о детско-родительских отношениях и о том, как их конструктивно можно выстроить. Но не было сказано самого главного: дети - это цветы жизни. И чтобы максимально почувствовать смысл этих слов, я предлагаю вам следующее упражнение.

1) Упражнение «Поляна цветов»

Оборудование: ватман с нарисованной поляной для цветов, цветы «ромашки» (центр желтый с диаметром 5 см, 7 белых лепестков длиной не менее 5-7 см) с двусторонним скотчем на обратной стороне, ручки или фломастеры.

Инструкция: каждый участник получает по одному цветку (количество может меняться в зависимости от количества детей).

В центре ромашки напишите, пожалуйста, имя своего ребенка, а лепестки - это его положительные качества. Когда будете готовы, приклейте ваш цветок на полянку. Посмотрите, какие все дети замечательные, каждый индивидуален и уникален по-своему, хотя казалось бы, у всех «ромашки» одинаковые.

Как Вы думаете, что сделало ваш цветок уникальным?

2) Домашнее задание

а) Коллаж на тему «Мой ребенок». На коллаж поместить фотографии ребенка на разных возрастных этапах и охарактеризовать какой был ребенок на этом этапе.

б) Попробовать применить «Я-высказывания» и навыки конструктивного общения в общении с семьей.

в) Составить презентацию «Как я создаю благоприятный психологический климат в доме».

Спасибо за внимание! Всего доброго!