

Психологические рекомендации родителям,
имеющим детей с ОВЗ

1. Отнеситесь с пониманием к собственным переживаниям по поводу сложившейся актуальной ситуации, какими бы дискомфортными они для Вас не были. Дать право себе быть естественным – залог адекватного отношения к ребенку и социальному окружению в целом.
2. Никогда не жалеете ребёнка из-за того, что он не такой, как все.
3. Дарите ребёнку свою любовь и внимание, но не забывайте, 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.
4. Организуйте свой быт так, чтобы никто в семье не чувствовал себя "жертвой", отказываясь от своей личной жизни.
5. Не ограждайте ребёнка от обязанностей и проблем. Если состояние ребенка позволяет, придумайте ему доступные домашние обязанности, постарайтесь научить ребенка заботиться о других. Решайте все дела вместе с ним.
6. Предоставьте ребёнку возможность почувствовать самостоятельность. Подчеркивайте индивидуальную неповторимость и ценность того, как ребенок адаптируется к актуальной ситуации, включая навыки самообслуживания.
7. Будьте красивыми и успешными, что во многом обеспечивает чувство психологической поддержки и безопасность ребенка.
8. Не поощряйте формирование эгоцентричных черт характера ребенка: не бойтесь отказать 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.

9. Чаще разговаривайте с ребёнком. Помните, что ни телевизор, ни радио, ни интернет не заменят вас.
10. Не ограничивайте ребёнка в общении со сверстниками.
11. Не отказывайтесь от встречи с друзьями, приглашайте их в гости. Пусть в вашей жизни найдется место и высоким чувствам, и маленьким радостям.
12. Чаще прибегайте к советам педагогов и психологов. Каждый ребенок с ОВЗ требует определенного подхода.
13. Общайтесь с семьями, где есть проблемы, схожие с Вашими. 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.
14. Не взирая на внутренние переживания, демонстрируйте внешнее спокойствие, уверенность, доброжелательность, показывая детям пример социального взаимодействия.