

«Принятие своего «особого» ребёнка. Стадии принятия. Сопровождение семьи»

**Педагог-психолог Л.С. Гайнутдинова
МБДОУ «Детский сад №423 г. Челябинска», Россия**

В данной статье представлены «острые моменты», с которыми сталкиваются родители «особого» ребёнка в ситуации принятия. Каждый ребенок уникален и неповторим. У каждого есть свои достоинства и недостатки, сильные и слабые стороны. Очень важно принять своего ребенка таким, какой он есть! Принятие развивает у ребенка чувство безопасности, уверенности, способствует полноценному развитию личности.

Ключевые слова: принятие ребёнка, «особый» ребёнок, этапы принятия.

Родители мечтают, что родившись, их ребенок станет самым – самым. Но бывает так, что малышу ставят страшный диагноз и он приобретает статус ребенок-инвалид. и выясняется, что он не совсем, такой как все.

Родители, столкнувшись с данной проблемой, испытывают растерянность и страх. Что же делать семье воспитывающей «особого» ребенка?

Примите случившееся как факт и не расходуйте свои эмоциональные силы на вопрос: «Почему мы?». Это испытание дано вам и вашему ребенку. Значит, вы должны сдать этот экзамен жизни на «отлично».

Процесс принятия своего «особого» ребёнка не у всех родителей проходит безболезненно и успешно, даже если ребенок имеет незначительные нарушения в развитии: непоседлив, молчалив, тревожен, если нарушено звукопроизношение, регуляция, контроль, контактность и т.д.

А если ребенок с тяжелыми или множественными нарушениями, то родителям, чаще всего, очень сложно принять диагнозы и заключения, создать ему безопасную среду, определенные специальные условия для жизни и развития. И чаще всего, родители не знают или не понимают, какие

необходимы специальные условия для жизни и развития ребёнка, так как не понимают природу своего «особого» ребёнка.

Когда родители узнают о том, что их ребенок не такой, как большая часть других детей — это, конечно же, горе для любой семьи.

Психологи выделяют несколько этапов горевания. Они могут длиться разные периоды и сменять друг друга или существовать одновременно. Но все это нормальная реакция человека на трагические новости, это определенные защитные механизмы человеческой психики при адаптации к проблеме.

Поэтому, прежде чем принять ребенка и создать необходимую, соответствующую среду, родители проживают следующие этапы или стадии.

Стадии принятия «особого» ребёнка.

1. Стадия шоковой реакции, отрицание (хаос во внутреннем мире матери, отца - «этого не может быть», «почему я?», «за что?»)

Стадия отрицания характеризуется тем, что родители, не желая замечать нарушений в развитии ребенка, давят на него, принуждая быть, как все, делать то, что ему не по силам. Родители могут отказываться от психолога – педагогической поддержки и бесконечно ходить по врачам, добиваясь приемлемого для них диагноза.

2. Злость.

Когда человек осознает, что изменения реальны, отрицание переходит в злость, которая может быть направлена совершенно в разные стороны. Родители начинают испытывать чувства вины или агрессии, могут необоснованно обвинять себя, других и даже Бога в том, что так произошло.

3. Торг или сделка.

На этой стадии родители начинают верить в чудодейственное исцеление. Они уверены, что если приложат максимум усилий в реабилитации

ребенка или примут участие в каком-нибудь добром деле, состояние ребенка чудесным образом улучшится. Это своеобразная попытка отложить неизбежное.

4. Депрессия.

Со временем, когда родители понимают, что чудесного исцеления не произойдет и гнев не может изменить состояние ребенка, приходит чувство подавленности, разочарования, опустошенности. Гаснет интерес к жизни, родители впадают в депрессию.

Такая реакция может означать, что взрослые начинают признавать реальность нарушений, и это - поворотный пункт процесса адаптации.

5. Адаптация к диагнозу, принятие или смирение.

Только на этой стадии происходит принятие ребенка и себя в новом статусе, понимание ситуации и, наконец-то, оказание помощи ребенку.

Такое состояние нельзя назвать счастливым. Это скорее покорное принятие, смирение. Но именно теперь родители способны:

- спокойно говорить о проблемах ребенка;
- сотрудничать со специалистами и совместно с ними составлять индивидуальные планы развития своего ребенка;
- не проявлять по отношению к ребенку гиперопеку, чрезмерную и ненужную строгость.
- родитель ориентируется на потребности и возможности ребенка, родитель понимает природу своего ребёнка.
- способны иметь личные интересы, не связанные с ребенком.

Все чувства и эмоции по стадиям от «отрицания» до «принятия» по длительности индивидуальны.

Если по истечении длительного времени принятие так и не произошло, то рекомендуется обратиться за помощью к специалистам, чтобы стабилизировать свое эмоциональное состояние, принять сложившуюся ситуацию, найти внутренние ресурсы для дальнейшей жизни и создания необходимых условий для развития ребенка.

Большинство родителей описывают принятие как нестабильный процесс, как нечто, что приходит и уходит. И речь идет не только о принятии особенностей ребенка, но и принятия того, что изменилась жизнь в целом.

Часто родителям кажется, что жизнь закончилась и ничего из того, о чем они мечтали, уже не случится. Но это не так!

Многое из того, что кажется невозможным и невероятным вначале — становится потом совершенно реально! Постепенно появятся новые мечты.

Самое главное постараться не отказываться от социальных связей, не оставаться один на один со своей проблемой. Очень важно найти людей, с которыми можно откровенно говорить о своих чувствах, даже о самых, неприемлемых и странных. Кроме этого, нужно постараться найти единомышленников, то есть людей, у которых тоже есть «особые» дети. Это очень сильный ресурс. Найти, ту среду, где ты будешь не один.

Эти люди смогут вас понять, поделиться опытом, посоветовать специалистов для развития особых детей, рассказать, как они справляются со своими чувствами. Такая поддержка непременно ускорит процесс принятия особенностей ребенка.

Получая новые знания, опыт, родителям важно постоянно заботиться о себе, не запрещать себе быть самим собой, научиться выражать возникающие негативные чувства безболезненно для окружающих. Это, пожалуй, самый главный путь к принятию ребенка. Важно быть уверенными в себе, уравновешенными, доброжелательными. Дети подсознательно считывают уверенность родителей и чувствуют себя защищенными.

В спокойном состоянии родитель сможет понятно объяснить другим людям, как общаться с их ребенком и в чем конкретно заключается его особенность.

Со временем придет понимание того, что существующие отклонения в развитии — это всего лишь одна сторона малыша. Если не концентрироваться на ней, то можно найти и достоинства ребенка, делающие его неповторимым.

Методы гармонизации детско-родительских отношений разнообразны. Можно предложить некоторые психологические упражнения, игры на принятие своего ребенка.

Игр, упражнений много. Любые из них будут полезны для гармонизации детско-родительских отношений.

Главное помнить о том, что, каким бы ни был ваш ребенок, он — личность, со своим характером, темпераментом, эмоциями и чувствами.

А родители — это самые дорогие и любимые люди в его жизни, самая главная опора и поддержка для него.