



ПОРАДИ БАТЬКАМ  
ЩОДО  
ВИХОВАННЯ ДІТЕЙ  
З ОСОБЛИВИМИ ПОТРЕБАМИ

## ПРОБЛЕМИ ЖИТТЄДІЯЛЬНОСТІ СІМ'Ї, ЯКА ВИХОВУЄ ДИТИНУ З ОСОБЛИВИМИ ПОТРЕБАМИ

Одна з нагальних потреб, що вимагає розв'язання, соціально-педагогічна і психологічна допомога сім'ї, яка має дитину з фізичними, розумовими та психічними вадами.

Хвороба, дефект чи стан дитини породжує спеціальні, педагогічні, психологічні потреби в сім'ї. Особливо важкі для батьків перші дні й місяці з того дня, коли поставлено діагноз. Усвідомлення неповноцінності дитини, її страждання, необхідності пристосуватися до нових обставин, а іноді навіть змінювати ритм життя, створює психотравмуючу ситуацію. Батьки намагаються віднайти у своєму минулому помилки, які нібито спричинили неповноцінність дитини: куріння під час вагітності, вживання алкоголю, хвороба тощо. Часто до цього долучається страх за життя дитини, її майбутнє і майбутнє сім'ї. Батьків хвилює, чи є неповноцінність дитини карою Божою, збігом обставин чи наслідком генетичних факторів, спадковості.

Кожна людина, незалежно від особливостей свого характеру, темпераменту, рівня культури, віку, життєвого досвіду і найближчого соціального оточення, по-різному діє в життєвій ситуації, пов'язаній з інвалідністю дитини. Часто діагноз сприймають як вирок і безвихідь. Батько і мати звикають до вад дитини, але нічого не роблять для того, щоб вона набула навичок самообслуговування і спілкування (звичайно, за винятком важких форм інвалідності). Час іде, знайомство з іншими батьками, у яких дитина у такому стані, але досягла певних успіхів у розвитку, викликає почуття безпорадності, розчарування за марно втрачений час, при тому, що певні функції відновити в більш пізньому віці важко, а іноді неможливо. У таких сім'ях дитина відчуває себе в небезпеці.

Інша ситуація виникає тоді, коли батьки примирюються з інвалідністю чи хворобою дитини і починають занадто опікати її, позбавляючи можливості крок за кроком, нехай і повільно, але самостійно вчитися одягатися, умиватися, їсти, мити після себе посуд, користуватися туалетом. Якщо батьки ставляться до дитини як до немічної, хворої, вона розвивається пасивно, важко пристосовується до нових умов, боїться людей, тварин... Ці діти перебувають у стані глибокої емоційної небезпеки, переживають психічні розлади.

Дитина з особливими потребами вимагає від матері й батька повсякденної роботи над собою. Це пов'язано з тим, що у них починає різко змінюватися самооцінка, підвищується невдоволення собою і неприйняття себе як особистості. Подолання страху, відчаю, почуття провини, самотності сприяє постійному творчому, а відтак і особистісному, зростанню. Уважне спостереження за своїми емоціями, психологічними станами забезпечує сприятливий психологічний клімат у сім'ї. Уміння ставити запитання і знаходити на них відповіді, пізнання нового, зацікавленість у вивченні науково-медичної літератури допомагає вивчати особливості захворювання чи дефекту та прогнозувати їх вплив на загальний розвиток дитини. Одна з важливих особливостей розвитку особистості — почуття власної відповідальності за життя доньки чи сина і збереження цілісності сім'ї. Уміння приймати рішення,

упевненість у своїх діях, уміння відповідати за свої вчинки, створюють у сім'ї атмосферу безпеки, емоційного спокою.

Батьківська любов — джерело і гарантія емоційного благополуччя дитини, її психологічного та інтелектуального розвитку. Ще під час вагітності жінки у майбутніх батьків зароджується почуття любові. Природа любові матері й батька різна. Батько мало пов'язаний з дитиною в перші роки життя. Найважливіший для дитини в цей період життя — контакт з матір'ю. Якщо народжується дитина з особливими потребами, то створений раніше образ руйнується. У не дуже благополучній сім'ї один з подружжя, який має занижену самооцінку, починає звинувачувати партнера в тому, що дитина народилася з вадами. Батьківська любов визначається індивідуальним розвитком кожної особистості. Протягом розвитку дитини вона ускладнюється, видозмінюється, позначаючись на сімейних відно- синах.

Сприятливий психологічний клімат у сім'ї — основа позитивного розвитку дитини. І навпаки — дезорганізація сімейного життя дуже впливає на розвиток дитини і підвищує ризик виникнення вторинних симптомів інвалідності — психічних порушень.

Інвалідність дитини спричиняє жаль, співчуття та співпереживання друзів, родичів, сусідів. Але дуже часто все це набуває пасивного характеру і дратує батьків, бо насамперед їм потрібна реальна допомога й підтримка, щоб вивести дитину із замкнутого простору й залучити до повноцінного життя.

Характеризуючи соціально-педагогічні та психологічні умови виховання в сім'ї дітей з особливими потребами, треба мати на увазі особливості захворювання чи дефекту дитини, що впливають на організацію життєдіяльності сім'ї.

## ЗАВДАННЯ БАТЬКІВ, ЯКІ ВИХОВУЮТЬ ДИТИНУ З ОСОБЛИВИМИ ПОТРЕБАМИ:

Незважаючи на інвалідність дитини, ставитися до неї як до дитини з особливими потребами, яка вимагає спеціального навчання, виховання і догляду.

За допомогою спеціальних рекомендацій, порад та інструкцій дефектолога, соціального педагога, лікаря чи реабілітолога поступово і цілеспрямовано:

навчати дитину альтернативних способів спілкування;

навчати основних правил поведінки;

прищеплювати навички самообслуговування;

формувати вміння, що допоможуть подолати стреси;

виявляти та розвивати творчі здібності;

розвивати зорове, слухове, тактильне сприйняття.

Створювати середовище емоційної безпеки:

дитина має виховуватися в атмосфері любові та добрих стосунків між усіма членами сім'ї;

слід додержуватися постійного режиму дня;

треба позбавитися небезпечних речей, предметів, що спричиняють у дитини страх чи іншу негативну емоційну реакцію.

Відвідувати групи підтримки і взаємодопомоги, де можна відверто висловлювати свої думки.

Батьки повинні навчитися:

поважати дитину;

сприймати її такою, яка вона є;

хвалити й заохочувати до пізнання нового;

стимулювати до дії через гру;

розмовляти з дитиною, слухати її, спостерігати за нею;

не боятися щохвилини за її життя;

не піддаватися всім примхам і вимогам дитини;

бути реалістом щодо своїх можливостей;

підтримувати і допомагати один одному;

не забувати про себе, ставитися до себе позитивно й розвивати в себе почуття гумору;

брати тайм-аут.

Розв'язувати ці завдання можна лише тоді, коли батькам надати своєчасну соціально-педагогічну і психологічну допомогу. Соціально-педагогічна допомога сім'ї, яка виховує дитину з особливими потребами, — це сімейноцентрована практика, що спрямована на соціалізацію дитини.

## РІВНІ СОЦІАЛІЗАЦІЇ ДІТЕЙ-ІНВАЛІДІВ

Фізична реабілітація, педагогічна та психологічна корекція, які здійснюються на індивідуальній основі. На цьому рівні вирішуються особливі проблеми та задовольняються особливі потреби дитини. Деякі діти потребують спеціальних вправ та ігор, інших ортопедагогічних апаратів. Кожна дитина ретельно обстежується з метою визначення найбільш ефективних методів соціально-педагогічної допомоги. Чим раніше виявляються специфічні потреби дитини, тим більш дієвим буде процес реабілітації.

Соціально-педагогічна реабілітація, під час якої реалізуються соціальні потреби дитини: участь у сімейних справах, іграх, навчання в школі чи вдома; потреби в дружбі, любові, подорожах, пригодах, участі в громадському житті. На цьому рівні дитина ідентифікує поведінку, групові норми і цінності. Дитина виробляє навички творчої спрямованості в соціальній ситуації, виявляє свою соціальну активність завдяки соціальній адаптації.

За такого підходу соціально-педагогічна допомога дітям-інвалідам визначається як професійна діяльність, спрямована на гармонізацію відносин особистості і суспільства через педагогізацію середовища дитини і надання соціальних послуг. Соціальні послуги являють собою систему соціальних дій, які спрямовані на задоволення потреб людини. Зміст соціальних послуг становить інформаційно-консультаційна допомога сім'ям із правових питань, соціально-психологічне консультування, допомога у догляді й нагляді за дитиною, забезпечення ліками і продуктами харчування, організація життєдіяльності й дозвілля особистості.

Найпоширенішою формою роботи, що прямо чи опосередковано сприяє адаптації дітей-інвалідів, є групи взаємодопомоги батьків. Ці групи базуються на тому припущенні, що батьки часто можуть бути більш обізнаними з проблемами інвалідності дитини, ніж професіонали.

Процес взаємодопомоги — не стихійний, а старанно підготовлений соціальним працівником. До груп взаємодопомоги приходять батьки, яким необхідно полегшити почуття ізоляції, емоційного виснаження, поділитися своїм горем, знайти надію у покращенні свого становища. Соціально-педагогічна допомога сім'ї сприяє соціалізації дитини, покращенню і нормалізації життя родини, а також виробленню нової концепції діяльності всіх спеціалістів, причетних до виховання дітей з особливими потребами.

Виховання і розвиток кожної дитини відбувається за певних умов і під впливом інших осіб, тому конкретних рецептів цих процесів дати неможливо. Кожному, хто виховує дітей, завжди треба пам'ятати слова великого вченого І. Павлова: «... Ніщо не залишається непорушним, а все завжди може змінитися на краще, аби тільки були створені відповідні умови».

*Дітей з порушенням фізичного чи розумового розвитку можна виховувати вдома*

Дітям більше, ніж здоровим, необхідні любов, турбота, увага: вони потребують допомоги в оволодінні навичками самообслуговування. Виховання таких дітей вимагає від батьків багато терпіння, наполегливості, розуміння і часто — педагогічної винахідливості.

У навчанні та вихованні дітей з порушеннями фізичного та розумового розвитку важливо враховувати їхні вікові та індивідуальні особливості. Така дитина теж здатна відчувати ставлення до себе, вона сильніше переживає образу, радіє ласці та доброті. Як і всі діти, вони проявляють гнів, страх, любов, але виражають їх більш відверто, ніж здорові.

Батькам необхідно навчати дитину всього, що тільки вона здатна сприйняти і засвоїти. Всі виконані дитиною доручення необхідно закріплювати винагородою (погратись улюбленою іграшкою, послухати музику, скуштувати щось смачненьке тощо).

Корекційно-виховна робота повинна бути спрямована на максимальну активізацію та розвиток всіх можливостей дитини. Тільки в процесі активної діяльності виявляються можливості дитини, котрі хоч і дуже обмежені, але частіше переважають ті, що можна було б очікувати до тренування, до навчання. Важливо розвивати у дитини емоційне ставлення до того, що її оточує: до людей, тварин, рослин. Можна навчити дитину поливати квіти, годувати домашніх тварин, турбуватися про них. Такий зв'язок з оточенням і живими істотами розвиває у дитини моральні якості, формує, наскільки це можливо, характер і душевну рівновагу.

Не можна нехтувати внутрішнім станом дитини, ігнорувати її схильності, симпатії, якщо вони виявляються. Уважне, добре і справедливе ставлення до таких дітей викликає у них довіру до оточення і готовність іти за його порадами та вказівками, тобто формується необхідна риса — слухняність.

Вдома, в сім'ї дитину можна навчити: самообслуговування, виконання доручень і неважких видів праці, спілкування з іншими людьми.

Для досягнення найкращих результатів виховання та навчання вчити дітей треба починати раніше, тому що 100% для формування у них найпростіших навичок потрібно багато часу та зусиль. В майбутньому дитина буде володіти

тільки тим, що їй дадуть, і зможе зробити тільки те, чого її навчили. Таким чином, її подальше життя повністю визначається вихователями й тими людьми, які її оточують. Від батьків залежить ступінь пристосування дитини до життя. Фізичний та психічний розвиток дитини, яка має якісь порушення, відбувається значно повільніше, ніж розвиток нормальної. Вчити стояти і ходити таку дитину слід під час гри. До охайності її треба привчати поступово, терпляче, лагідно. Якщо дитина смоче свій палець чи іграшку, то вона зможе оволодіти точними координованими рухами, необхідними для того, щоб піднести до рота їжу. Таку дитину вже можна привчати самостійно їсти.

Щоб привчати до точних координованих рухів, спершу краще, якщо дитина буде сидіти на колінах у матері, яка зможе допомогти їй піднести їжу до рота. Поступово вчимо дитину користуватися ложкою, злегка підтримуючи та спрямовуючи її руку. Краще, коли дитина буде сидіти на високому стільчику, а дорослий стоятиме за її спиною. Поступово та терпляче потрібно привчати користуватися чашкою для пиття.

Щодо навичок самостійного вдягання, то воно формується повільно й важко. Батьки роблять це систематично та наполегливо, постійно спонукаючи дитину до діяльності, працюючи разом з нею, спрямовуючи та підтримуючи її руку. Гратись дитину треба теж вчити, тому що гра має важливе виховне значення: під час гри відбувається корекція особистості. Вдало дібрані ігри та іграшки, вміло поставлені пізнавальні завдання сприяють розвитку дітей, розширюють коло їхніх знань та умінь, розвивають мислення. В процесі гри вчимо дітей поводитися в різноманітних ситуаціях, користуватися іграшками, прибираючи їх у визначене місце, пробуджуємо та закріплюємо їхні емоції. Гру неможливо відділити від навчання. Ці два процеси тісно взаємопов'язані, оскільки гра сприяє пробудженню інтересів до діяльності, розвитку уваги та мислення. Засобами гри розвивається дрібна моторика, диференціюються предмети за кольорами та розмірами. Знання, яке сприяє розвитку вправності рук, вмінню точно виконувати визначені дії, а також формуванню терпимості та охайності, — передумови подальшого розвитку дитини.

Надзвичайно важливо формувати у дітей навички культурної поведінки (вітатися, дякувати, поступатися місцем і пропускати старших) та охайності (мити руки перед прийняттям їжі, чистити зуби, користуватися серветкою для носа тощо). Оволодіння навичками культурної поведінки дасть змогу дитині пристосуватися до життя в сім'ї та суспільстві.

Користуючись тим, що діти легко піддаються навіюванню та дуже схильні до наслідування, формуємо навички суспільно корисної діяльності.

Отже, система виховання і формування навичок побутової та суспільно корисної діяльності дітей, які мають порушення фізичного та розумового розвитку, повинна бути гнучкою і розумно застосовуватися з урахуванням індивідуальних особливостей кожної дитини.

## РОЛЬ ПСИХОЛОПЧНОГО КЛІМАТУ СІМ'Ї У ФОРМУВАННІ ОСОБИСТОСТІ ДИТИНИ

Сімейний мікроклімат позначається на розвитку дитини. Дитина з раннього віку повинна отримувати від батьків достатню кількість специфічної інформації у вигляді міміки, жестів, рухів, інтонації, голосу, зовнішності. Особливо це стосується виховання дитини з особливими потребами. Така дитина потребує особливої уваги і любові. Адже хвора дитина думає, що вона нікому не потрібна, обтяжлива для батьків, постійно аналізує, як вони ставляться до неї, стежить за їх рухами, жестами. Вона боїться, щоб батьки її не розлюбили. Чим більше

ображена дитина долею, тим більше батьківської любові вона потребує. Проте така любов не повинна бути сліпою, нерозумною, щоб не спотворити характер дитини. До неї слід висувати посилені вимоги, ставити конкретні завдання, і їх вона має виконувати. Перебування дитини в умовах нормального мікроклімату, батьківська любов, наявність друзів, допомога оточення — це усе відіграє компенсаторну роль у процесі її соціалізації. Тому в такій сім'ї дуже важлива взаємна підтримка, взаємодопомога подружжя, розумний розподіл обов'язків між членами сім'ї. Сім'ї, де виховуються діти з особливими потребами, часто є неблагополучними, батьки розлучаються. Найчастіше причиною розлучень стають безпорадність, педагогічна неосвіченість у питаннях виховання дитини. У таких сім'ях важлива наявність саме обох батьків для нормальної життєдіяльності такої дитини.

На чолі виховного і лікувального процесу дитини з особливими потребами повинна бути мати з її любов'ю і турботою.

Дитина має почуватися щасливою, і це допоможе найбільш повно виявити свої емоційні та інтелектуальні можливості. Звичайно, мати дитини-інваліда потребує спеціальних педагогічних і медичних знань, необхідних для кваліфікаційного догляду. Соціальні служби та лікувальні установи повинні допомогти таким матерям здобути ці знання. Існує досвід підготовки спеціалістів для ме- дико-соціальної реабілітації дітей, хворих на ДЦП. Робота в сім'ях передбачає заняття не тільки з дітьми, а й з батьками, щоб навчити доглядати за дитиною.

Батьки, по суті, безпорадні перед дитячою хворобою, соціально, педагогічно і психічно не підготовлені до діяльності в тій ситуації, у якій опинилися, і потребують соціально-психологічної підтримки, спеціальних педагогічних знань. Вони мають усвідомлювати свою відповідальність за долю дитини і розуміти, що їхні витримка, мужність, сприятливий сімейний мікроклімат — значний потенціал у розвитку такої дитини, формуванні її особистості. Адже контакт з матір'ю має велике значення для розвитку характеру і гармонійного формування дитини. Сім'я створює душевний комфорт, змінює нервові переживання. Батьківська терпимість, доброта, чуйність, делікатність допоможуть дитині знайти своє місце в житті.

## УМОВИ УСПІШНОГО ВИХОВАННЯ ДІТЕЙ У СІМ'Ї

Головним завданням сімейного виховання є гармонійний всебічний розвиток дитини, підготовка її до життя в соціальних умовах, реалізація її творчого потенціалу.

Насамперед зазначимо, що єдиної формули успішного виховання дітей у сім'ї не існує, оскільки вона залежить від рівня моральності й культури батьків, їхніх життєвих планів, ідеалів, вчинків, сімейних традицій тощо.

Основні умови виховання дітей з особливими потребами

Здоровий мікроклімат у сім'ї, його тональність і загальна спрямованість.

Добре, коли сім'я дружна, всі живуть разом цілеспрямованим і радісним життям, де всі люблять один одного, де панує атмосфера взаємодопомоги, щирості, тепла, справжньої турботи. В таких сім'ях якщо і виникають окремі розбіжності думок і суперечки, вони розв'язуються без роздратувань, приниження людської гідності, критики, взаємних образ. У сім'ї панує повага до думки інших членів сім'ї, цінується авторитет батька й матері, дідуся й бабусі.

Довіра до інших дітей, надання їм самостійності.

Якщо дитина бачить, що дорослі вірять у її сили, чесність, доброту, порядність, вірять у те, що вона зможе подолати труднощі в навчанні, виправити поведінку, то ця довіра окрилює її, дарує впевненість у своїх силах, породжує бажання стати кращим. Довіра сприяє самовихованню дитини, її самовдосконаленню. Відверті, довірливі стосунки між батьками і дітьми роблять мікроклімат у сім'ї благополучним.

Чуйне ставлення дітей до найстарших членів родини — бабусі й дідуся.

Батьки мають бути прикладом для своїх дітей у відносинах зі своїми батьками та дідусями і бабусями, вони мають навчати дітей чуйно ставитися до них, цінувати думку старших у родині.

Єдність усіх вимог дорослих у ставленні до дітей.

Головним є таке правило: ні за яких обставин не допускати в сім'ї різних дій, неузгоджених впливів. Єдність вимог, їх розумна послідовність потребують від дорослих нервових зусиль, уміння поступитися власним бажанням. Виключіть з життя сім'ї свавілля, егоїзм. Пам'ятайте: виховання дітей у сім'ї — не особиста справа батька й матері, а справа великої державної ваги, тому що наші діти — це майбутнє нашої держави. Вони творитимуть історію, стануть згодом батьками і матерями, які також виховуватимуть дітей. Наші діти — це наша старість. Правильне виховання — це наша щаслива старість. Погане виховання — це наші сльози, наша провина перед іншими людьми, перед державою.



## РЕКОМЕНДАЦІЇ БАТЬКАМ ЩОДО ВИХОВАННЯ

Повірте в неповторність своєї дитини, у те, що вона єдина, унікальна, не схожа на жодну іншу і не є вашою точною копією. Тому не варто вимагати від неї реалізації заданої вами життєвої програми і досягнення поставленої вами мети. Дайте їй право прожити власне життя.

Дозвольте бути собою, зі своїми вадами, вразливими місцями та чеснотами.

Приймати її такою, якою вона є.

Підкреслюйте її сильні властивості.

Не соромтесь виявляти свою любов до дитини, дайте їй зрозуміти, що любитимете її за будь-яких обставин.

Не бійтеся «залюбити» своє маля: саджайте його собі на коліна, дивіться йому в очі, обіймайте та цілуйте, коли воно того бажає.

Обираючи знаряддя виховного впливу, вдавайтеся здебільшого до ласки та заохочення, а не до покарання та осуду.

Намагайтеся, щоб ваша любов не перетворилась на вседозволеність та бездоглядність.

Намагайтеся впливати на дитину проханням — це найефективніший спосіб давати їй інструкції.

Уникайте помилок у вихованні.

Не перевищуйте владу у стосунках з дитиною. Батьки, які виступають у ролі головної дійової особи, мають похмурий незадоволений вираз обличчя, втручаються у дитячі ігри, карають і вказують, що, як і коли робити.

Не будьте егоїстом, не покрикуйте на дитину при найменших відхиленнях від встановлених вами еталонів її поведінки (дитина заважає вам відпочивати, випадково щось розбила чи розлила, порушує заборону їздити на велосипеді, гратися тощо). Не посилайтеся на зайнятість, головний біль, погане самопочуття.

Не будьте ледачими у відносинах з дитиною, що виявляється в непослідовності у вимогах, у стилі виховання, в небажанні відмовитися від своїх справ та захоплень.

4. Не будьте хвальковитими, не хизуйтеся будь-якими успіхами своєї дитини.

Не реагуйте гостро на успіхи інших дітей. Будьте скромними, вчіть скромності свою дитину. Завжди враховуйте здібності й інтереси дитини.

5. Не будьте надмірно принциповими. Принциповість не завжди виправдана, але батьки мають упередження, що коли вони так сказали, то так і має бути, навіть якщо їх вимоги не завжди виправдані. У результаті такої принциповості батьки нерідко вдаються до фізичних покарань, позбавляють дитину прогулянки, забороняють улюблені угри, не розмовляють з нею тощо.

## БАТЬКИ, ПАМ'ЯТАЙТЕ

Якщо дитину постійно критикують, вона вчиться ненавидіти.  
Якщо дитина живе у ворожості, вона вчиться агресивності.  
Якщо дитину висміюють, вона стає замкнутою.  
Якщо дитина росте в докорах, вона вчиться жити з почуттям провини.  
Якщо дитина росте в терпимості, вона вчиться приймати інших.  
Якщо дитину підбадьорюють, вона вчиться бути вдячною.  
Якщо дитина росте в чесності, вона вчиться бути справедливою.  
Якщо дитина живе в безпеці, вона вчиться вірити в людей.  
Якщо дитину підтримують, вона вчиться цінувати себе.  
Якщо дитина росте в розумінні, вона вчиться знаходити любов у цьому світі.  
Дитина щаслива тоді, коли вона вірить у найдорожчих людей — батька й матір.  
Ну скільки ще повторювати?  
Психологи дійшли висновку, що слова і вислови, які, на перший погляд, ніби й не «не страшні», однак мама їх повторює день у день, завдають чимало шкоди дитині. Навіть якщо ці вислови говорити спокійним тоном, вони дратують дитину не менше, ніж відверті грубощі й крик.  
А є й інші слова, які люди зазвичай соромляться вимовляти, але які можуть «загладити» образи й невдачі дітей, поліпшити їхній настрій, переконати в тому, що вони й гідні, щоб досягти успіхів у своєму житті.

## ЗАБОРОНЕНІ ЗВЕРТАННЯ ДО ДИТИНИ

Ну скільки разів тобі повторювати?  
Я сказала — зроби!  
Ти що, не розумієш?..  
У всіх діти як діти, а ти...  
За що мені така кара...  
Не лізь, коли не можеш зробити...  
І в кого ти такий вдався?..  
Невже тобі важко запам'ятати, що ...

## НЕОБХІДНІ ЗВЕРТАННЯ ДО ДИТИНИ

Давай-но вирішимо разом...  
Як ти гадаєш?..  
Мій любий...  
Це ти добре придумав...  
Я така вдячна долі, що ти в мене є...  
Упевнена, що ти зможеш...  
Тобі добре вдасться...  
Я завжди знала, що ти розумний...

## ОРГАНІЗАЦІЯ СПІЛКУВАННЯ В СІМ'Ї

*Пам'ятка для батьків*

Приділяйте велику увагу повсякденному спілкуванню з дитиною.

Стежте за власним мовленням.

Намагайтесь говорити спокійно, доброзичливо.

Не зловживайте словами «повинен», «треба».

Говоріть дітям «дякую», «вибач».

Давайте можливість дитині не тільки слухати, а й думати, висловлювати власні судження, брати активну участь у спілкуванні.

Ненав'язливо поправляйте дитину, яка неправильно промовила слово чи побудувала фразу, причому краще зробити це під час розмови, щоб не переривати спілкування.

Формуйте в дітей навички ввічливого спілкування: вміти вислуховувати співрозмовника, з повагою ставитися до його думки.

Пам'ятайте: психолог — ваш порадник у проблемах спілкування з дітьми.

Радьтеся з ним.

## ВИХОВАННЯ В ДІТЕЙ ЧУЙНОСТІ, ВВІЧЛИВОСТІ Й ПОВАГИ ДО ЛЮДЕЙ

*Пам'ятка для батьків*

Будьте взаємноуважними, чуйними, уникайте сварок і образ.

Подавайте дітям приклад такого ставлення до сусідів, колег по роботі, а також до людей незнайомих, що потребують допомоги.

Успіх виховання дітей залежить від поєднання поваги до дітей з вимогливістю до них. Дорослі часто забувають про те, як вони поводитися в дитинстві, які інтереси й сумніви сповнювали їхні серця. Вмійте поставити себе на місце дитини. Поважайте в ній людину, цікавтеся її успіхами й невдачами.

Поважаючи дитину, не забувайте про вимогливість. Поважати — не означає потурати!

Вправляйтеся зі своїми дітьми у гуманних вчинках. Організуйте їхнє життя так, аби вони у справах могли виявляти турботу про менших і допомагати старшим (правильний розподіл домашніх обов'язків), щоб вони були готові допомогти своєму товаришеві, бути ввічливими з сусідами і знайомими.

Пам'ятайте: виховуючи дітей, ви виконуєте не лише батьківський, а й громадський обов'язок.

## ТРУДОВЕ ВИХОВАННЯ ДІТЕЙ

*Пам'ятка для батьків*

Щодня привчайте своїх дочок та синів до праці. Доберіть їм посильні трудові доручення і терпляче домагайтеся їх виконання.

Радійте успіхам дитини, заохочуйте її трудові починання. Навчіть малюка, як треба робити правильно.

Ніколи не карайте дітей працею.

Виховуйте працелюбність і повагу до праці інших особистим прикладом, намагайтеся, щоб у вас не розходились слова і справи.

Обов'язково розповідайте дітям про свою виробничу й громадську діяльність, про працю ваших товаришів, яких вони знають.

Не залишайте поза увагою розповідь сина чи доньки про шкільні справи. Вислуховуйте їх до кінця.

Сприяйте участі дитини у трудових справах, які проводяться у класі, школі.

Намагайтеся самі надавати класу та школі посильну допомогу. Вона матиме позитивний вплив на дитину.

Пам'ятайте: учитель — ваш спільник у трудовому вихованні дитини. Радьтеся з ним, підтримуйте його авторитет.

## СТАТЄВЕ ВИХОВАННЯ В СІМ'Ї

### Педагогічні поради

Допомагайте дитині виражати свої, пов'язані зі статтю, інтереси та емоції. «Дитяча» мова смішна й нечітка, «вулична» — чітка, але непристойна. Методична термінологія емоційно нейтральна. Вона допомагає обговорювати й поліпшувати свої відносини

з близькою людиною, а за необхідності — з психологом або лікарем.

Суб'єктивні труднощі дорослих часто такі великі, що батьки готові перекласти статеве виховання на вчителів, учителі — на батьків, а ті та інші разом — на засоби масової інформації й лікарів. Краще, якщо всі узгоджено будуть виконувати свої завдання. Часто можна почути застереження, що статеве виховання, а особливо освіта, сприяють розпусті. Але всім відомо, що розпусті сприяє незнання.

Статеве виховання — не короткочасна кампанія, не педагогічна атака, а планомірна і систематична робота. В ній не доводиться розраховувати на рантовий або швидкий ефект, на стандартні методи — вона спрямована у майбутнє і вимагає від дорослих терпіння, ініціативи й творчості, що збагачує не тільки розвиток дитини, а й особистість вихователя.

І, нарешті, статеве виховання має не тільки моральне і медичне, але й величезне соціальне і демографічне, а відповідно, і державне значення. Посильна, грамотна і зацікавлена участь у ньому — справа всіх, хто готує молоде покоління до життя.

## РАНКОВА ГІМНАСТИКА

Кожен свій день необхідно розпочинати з ранкової гімнастики (зарядки). Вона полегшує перехід від сну до робочого стану, дозволяє «зарядити» організм бадьорістю на цілий день. Ранкова гімнастика — перший і обов'язковий крок на шляху до того, аби стати сильнішими, сміливими і спортивними. Приблизна тривалість зарядки для першокласника 5—10 хв.

Вправи необхідно виконувати на свіжому повітрі або в кімнаті з відкритою кватиркою.

Температура повинна бути не нижчою за 15—16 градусів. Вправи виконуються в певній послідовності: спочатку потягування, потім вправи для рук і плечового пояса, ніг. В кінці — біг, стрибки, а на завершення — ходьба з поступовим зниженням темпу.

Головне правило — зарядку привчайте робити постійно. Тож виховуйте в дитини силу волі.

## ОСОБИСТА ППЕНА

Дотримання особистої гігієни — обов'язковий компонент режиму дня. Кожній людині необхідно тримати своє тіло в чистоті й охайному стані. Привчіть дитину щоденно після сну і перед сном вмиватися і чистити зуби.

Для цього потрібно мати свою зубну щітку, рушник для обличчя і рук, окремий рушник для ніг. Руки необхідно мити з милом перед кожним прийомом їжі.

Особливу увагу приділяйте нігтям на руках і ногах. Нігті необхідно підстригати не рідше одного разу на десять днів. Обтирання та обливання тіла прохолодною водою — дієвий засіб загартовування організму і запобігання простудним захворюванням.

Постільну білизну необхідно змінювати один раз на тиждень. Трусики, носки, колготки міняють кожні 2—3 дні й у міру забруднення.

До школи дитина повинна йти в чистому вигляді, вигладженому одязі, мати охайну зачіску.

## ОСОБЛИВОСТІ ФУНКЦІОНУВАННЯ СІМ'Ї, ЯКА ВИХОВУЄ РОЗУМОВО ВІДСТАЛУ ДИТИНУ

У розвитку людини є різноманітні психофізичні відхилення від норми, зумовлені медико-біологічними або соціально-культурними факторами. Особливо важкі психофізичні вади перешкоджають активній участі людей у суспільному житті, роблять їх абсолютно залежними від оточення. Адже ніхто не може бути впевнений, що завжди буде здоровим, ніколи не матиме якихось вад. Здоров'я — тільки до певної міри заслуга особистості. Хвороба або нещасний випадок можуть раптом усе змінити, навіть призвести до розладів психіки. Кожний з них має пам'ятати про це і з повагою ставитися до тих, хто не такий, як ми.

Усвідомити це повинна сім'я, у якій є розумово відстала дитина. Від того, як прийняла сім'я появу такої дитини, залежить дуже багато. Як правило, у зв'язку з цим у сім'ї виникають складні проблеми, тяжкі душевні переживання. У кожній сім'ї виникає своя конкретна ситуація, яка не завжди завершується благополучним розв'язанням проблем.

Існують різні форми ставлення до розумово відсталих у сім'ї. Деякі батьки глибоко переживають таке горе, оточують дітей надмірною увагою, опікою, звільняють навіть від посильних обов'язків щодо самих себе. У деяких випадках, не бажаючи змиритися з неповноцінністю дитини, батьки завищують її можливості. Іноді вони самі починають вчити з дитиною букви, цифри. Такі «знання» виявляються зовсім не осмисленими, непотрібними, але час і зусилля,

що їх марно витрачають на здобуття знань, можна було б використати на важливіше для дитини:

підготовку до посильної праці, вироблення позитивних звичок. Виховання дитини з відхиленням у психічному розвитку повинно починатися з вироблення в самих батьків правильного розуміння проблем такої дитини й відповідного ставлення до неї.

Створення чи збереження нормальної доброзичливої атмосфери в сім'ї необхідне усім її членам, а хворій дитині — насамперед. Цілком природно, що виховання такої дитини в сім'ї потребує багато терпіння наполегливості, розуміння й певної винахідливості. Правильний підхід, щоденне залучення дитини до виконання посильних завдань з часом дає свої позитивні результати: дитина перетворюється з істоти, яка потребує лише опіки та догляду, на людину, яка не тільки обслуговує себе, а й може бути помічником батькам. У розумово відсталій дитині своєрідно формується ігрова діяльність.

Дитині потрібно спеціально вчити гру з іграшками. Зацікавивши іграшкою, батьки мають показати прості дії з нею, запропонувати дитині повторити їх, а іноді виконати разом з нею, наприклад, навчити годувати ляльку. Відразу пропонуємо виконати ці дії з іншими іграшками. Дітей треба вчити не тільки грати в ігри, а й викликати інтерес до них. Для цього кожна дитина повинна мати постійне й зручне місце для гри, де зберігатимуться її іграшки, де вона могла б спокійно, нікому не заважаючи, гратися. Іграшки добирають відповідно до віку та можливостей дитини. Для розумово відсталій дитини необхідно створювати умови для набуття навичок колективної гри, гри вдвох, втрох. Адже, як правило, нормальні діти не приймають її в гру, і вона, погано розуміючи суть гри, тиняється серед дітей, заважає їм.

Виховуючи розумово відсталу дитину, батьки повинні пам'ятати, що не всі дефекти її розвитку є наслідком органічного ураження центральної нервової системи.

Одними з тих, для кого розв'язання життєвих проблем видається завданням підвищеної складності, є інваліди, зокрема, діти - інваліди.

Інвалідність — це проблема не тільки інваліда, його сім'ї, а й най- ближчого оточення.

Батьки, які доглядають за дитиною з функціональними обмеженнями, не можуть позбавитися почуття провини. У благополучних сім'ях дитину часто занадто опікують, готують до самостійного життя, а в неповних, конфліктних сім'ях, навпаки, вихованню і навчанню таких дітей та догляду за ними не приділяють належної уваги. Батьки стикаються з проблемами, пов'язаними з установленням та підтримкою контакту, розв'язання конфліктних ситуацій, особливо тих, що загрожують цілісності сім'ї. Наявність у сім'ї однієї дитини з явним ознаками інвалідності часто негативно позначається на житті інших дітей. Саме цим і пояснюються особливості соціально-педагогічної та психологічної допомоги молодим інвалідам. Важливими формами соціально-педагогічної допомоги дітям - інвалідам є індивідуальна і групова робота. Отже, соціально-педагогічна допомога сім'ї сприятиме соціалізації дитини, покращенню й нормалізації життя людини, а також виробленню нової концепції діяльності всіх спеціалістів, причетних до виховання дітей з особливими потребами.

## НАДАННЯ ДОПОМОГИ ДІТЯМ, ХВОРИМ НА ДЦП

### *Рекомендації батькам*

Лікування дітей з ДЦП — процес тривалий і не обмежується потребами дитини в лікарні, санаторії — великий тягар лягає на плечі батьків. Мати, яка знаходиться вдома по догляду за дитиною, повинна надати допомогу лікарям у проведенні різноманітних терапевтичних заходів. Їй необхідно досконало володіти методами лікарського догляду й тренування рухових, психічних і мовленнєвих навичок, які можуть застосовуватися в домашніх умовах. Нервово-психічний розвиток тісно пов'язаний з формуванням опорної, захисної та маніпулятивної функції рук.

У дітей з церебральним паралічем уже з перших місяців життя порушено тактильне й кінематичне сприйняття частин свого тіла й предметів. Тому батьки повинні за перших три місяці життя дитини стимулювати різні рухи рук, проводити різні вправи, що стимулюють всі інші частини тіла.

Під час гри й ходіння у дітей з церебральним паралічем часто порушується рівновага, що призводить до падіння. Щоб запобігти травмуванню голови, рекомендується надягати дітям спеціальну шлем-шапочку з козирком на поролоновій основі. Стрічка, що підтримує підборіддя, допомагає закривати рот, чим зменшується виділення слини.

Постійний мовленнєвий та емоційний контакт матері з хворою дитиною, тренування статичних та локомоторних навичок, навчання жування, споживання їжі сприяє виробленню нормального дихання, координованих рухів рота та язика, що створює умови для розвитку мовлення. Розмовляючи з дитиною, мати повинна надати дитині зручного положення, яке б допомагало контролювати положення голови, виправленню тулуба. Мати вчить дитину, як тримати голову, язик, губи, як вимовляти звуки. Мати показує, як дитина повинна все робити, і допомагає їй, підтримуючи язик, укладаючи при цьому в певне положення губи і язик. Але ці вправи повинні бути нетривалі й цікаві, необтяжливі для дитини. Під час сну і в процесі різних вправ рот у дитини повинен бути закритим. Це необхідно для тренування та координації правильного ковтання й дихання. У повсякденному житті необхідно заохочувати дитину до вимовляння різних звуків, відчувати її від спілкування жестами. Терпляче домагатися, щоб дитина всі прохання висловлювала за допомогою звуків, слів. Робота з розвитку мовлення повинна проводитись щоденно, постійно. Необхідно, щоб дитина якомога більше спілкувалася з оточенням. З раннього віку батьки повинні читати дітям книги, розглядати малюнки, пояснювати їх, вчити користуватися різними предметами, іграшками, слухати радіо, платівки, магнітофонні записи, організовувати перегляд телепередач, що є основою успішного формування мовленнєвої функції.

Для дітей, хворих на ДЦП, велике значення має гра.

У грі дитина пізнає себе та світ з його складними відносинами, набуває досвіду. У неї формується відчуття розміру, маси, форми, простору, позитивних і негативних емоцій. Крім цього, гру можна використовувати як засіб тренування рухових, мовленнєвих навичок. Захоплення грою, позитивний емоційний фон сприяють розслабленню дитини, зменшенню різних гіперкінезів, судомних

реакцій. Іноді в грі значно швидше, ніж за цілеспрямованого тренування, виробляються й закріплюються рухові стереотипи, необхідні для подолання дефекту. Під час гри дитина рухається, говорить, наслідує.

Основні принципи гри для дітей з ДЦП такі самі, як і для здорових. Батьки, граючись із дитиною, повинні озвучувати всі довільні дії, слід наполегливо виробляти асоціацію між дією і словом, прямувати до певного результату і почуття задоволення. Імітація гри в різних життєвих ситуаціях дуже важлива для подальшої адаптації дитини, обмеженої в можливості спілкування.

Під час гри хворі діти відчують труднощі, пов'язанні з порушенням м'язового тону, координацією рухів, зору, слуху. Така дитина потребує постійної допомоги й керівництва дорослих.

Особливої уваги потребують діти шкільного віку в період формування особистісної готовності до навчання.

Важливо сформувати психологічну готовність дітей до навчання, яка передбачає загальний рівень психічного розвитку, перший запас знань і уявлень про навколишній світ, розвиток розумових операцій, можливість адекватного спілкування та взаємодії з дітьми і дорослими.

Підтримка сім'ї є головним чинником, який визначає добробут дитини. За правильного своєчасного лікування, навчання і виховання в дитинстві багато осіб із церебральним паралічем, незважаючи на тяжкі вади, живуть активним, незалежним життям, навчаються в коледжах, університетах, працюють тощо

## ЯК ТУРБУВАТИСЯ ПРО ЗІР ДИТИНИ

### Рекомендації батькам

Процес удосконалення зору починається відразу після народження дитини. Немовлята, які щойно народилися, замість обличчя рідних бачать лише розмиті силуети й контури з плямами. Упродовж шести місяців зорові образи стають більш різкими. У дворічної дитини завершується формування стереоскопічного сприйняття оточення.

Батькам слабозорої дитини необхідно знати зміст діагнозу, пов'язані з ним особливості зорового сприйняття. Відповідно до них потрібно організувати побут та робоче місце дитини. Столи і стільці повинні відповідати зросту дитини.

Батьки особливу увагу мусять звертати на можливу появу помутніння рогівки чи кришталика; виправлення потребує і косоокість, оскільки вона заважає дитині сприймати стереоскопічні образи.

У цей час діти, як правило, починають гратися разом. Найгірша працездатність спостерігається при ураженні зорового нерву, дегенерації сітківки.

Дітям шкільного віку для запобігання зоровій втомі необхідно суворо стежити за

виконанням правил гігієни зору та дотриманням певних санітарних вимог.

Привчати дітей виділяти хоча б 20—30 хв на добу для догляду за очима робити промивання очей, температурно-водну симуляцію впродовж 1 хв, стежити за чистотою окулярів, не дозволяти читати лежачи, при недостатньому освітленні, слідкувати за дотриманням рекомендованого носіння окулярів, тільки в такому



випадку можна зберегти або покращити зір, робити вправи для очей, які знімають напруження, відновлюють зір.

Бінокулярний зір починає формуватися у дітей у 3—4-річному віці.

Відновити зір дітям допоможе правильне харчування. У щоденному раціоні дитини повинні бути продукти, багаті на вітаміни А (морква, помідори, петрушка), С (капуста, цитруси, ягоди, яблука), В-комплекс, (горіхи, зернові, риба, жовток яйця, виноград, абрикоси, мед).

Під час проведення індивідуального навчання вдома батькам необхідно правильно організувати освітлення: крім загального освітлення, слід включити настільну лампу на 60 Вт за матовим або темним абажуром. Світло повинно падати на сторінку зошита чи книги ліворуч. Слідкувати, щоб дитини сиділа прямо, очі від робочої поверхні повинні бути на відстані зігнутої в лікті руки (30—40 см). Використовувати підручники та зошити з чітким шрифтом. Відстань від очей до книжки — 30—35 см. Коли ця відстань менша — швидко настає зорова втома та втома м'язів спини та ший.

Між заняттями, пов'язаними з напруженням зору, слід зробити спеціальну зарядку: підійти до вікна і деякий час дивитись у далечінь, виконати кілька гімнастичних вправ, провітрити у цей час кімнату. Більше бути на свіжому повітрі. Корисні рухові ігри.

## АКСІОМА ОЧЕЙ

Все, що корисно для тіла, корисно і для очей.

Вправи для тіла корисно діють на очі, але очам ніколи не буває достатньо тільки цих вправ — їм необхідні ще й власні.

Вправи для очей зміцнюють і розвивають зір лише у тому випадку, коли виконувати їх систематично — щодня і по кілька разів у продовж дня.

Втома очей — одна з ознак загальної втоми тіла. Очі, як і будь-який орган, потребують відпочинку: сама властивість очей до роботи передбачає відпочинок, а відпочинком для них є розслаблення психіки, вправи і сон.

В основі всіх порушень зору лежить напруження і перенапруження психіки.

Ідеальний зір набувається тільки розслабленням. Зробіть рівний та радісний настрій і розслаблення нормою свого життя, якщо хочете мати здоровий зір.

Сонячне світло і бачення чорного поля із закритими очима — два важливі елементи в оновленні й підтримці здорового зору.

Ранкове вмивання очей холодною водою (хлюпання на закриті очі 15—20 разів) і масаж рушником — обов'язковий атрибут кожного ранку.

## РОЗВИТОК ОРІЄНТАЦІЇ В ПРОСТОРІ, ЗОРОВОЇ ТА СЛУХОВОЇ УВАГИ, НЮХУ

Пограти з дитиною в гру «Впізнай за запахом». Дитина повинна закрити очі, а ви запропонуйте понюхати овочі, фрукти, ягоди.

У вихідні дні проведіть з дитиною гру «Вгадай за звуком». Дитині запропонуйте закрити очі й уважно слухати звуки, які видають різні предмети: м'яч, брязкальце, піаніно, будильник тощо.

Разом з дитиною виріжте паперову смужку 4х50 см, під час прогулянки слід визначити силу вітру за допомогою паперової смужки. Хай дитина словесно пояснить, з якого боку дме вітер.

Під час прогулянки запропонуйте дитині показати, які об'єкти (гойдалка, дерево, будинок) знаходяться від неї ліворуч, праворуч, попереду, позаду.

У вихідні дні проведіть з дитиною вправи: на відстані 70—100 см на рівні очей дитини водіть (наближуйте) предмети до носа. Дитина повинна дивитись на предмет доти, доки зіниці можуть слідкувати за рухом предмета. Як тільки зіниці почнуть розходитися, предмет відсуньте у вихідне положення.

Під час прогулянки в лісі проведіть з дитиною гру «Хто шумить у лісі». Хай дитина скаже, з якого боку звук і хто його видає.

Під час прогулянки хай дитина послухає різні звуки: спів птахів, шелест листя. Хай дитина назве, чий звук.

Поправляйте дитину в шнуруванні черевика, навчіть зав'язувати шнурки. Запитайте, який черевик дитина вдягне на ліву, праву ногу.