

Консультация для родителей
«Если в семье особенный ребенок».

Часть 1:

Взаимоотношения с вашим супругом

**Семья и «особенный»
ребенок.**



Подготовила педагог-психолог
КГКП «Ясли-сад «Кораблик»
Шиляева Н.А.

Большинство родителей, узнав, что их ребенок особенный, переживают ужасное потрясение: пытаются понять, что же это значит для них сейчас и в будущем, они испытывают скорбь, опустошенность, даже отчаяние.

Что бы ни говорили люди, очень трудно принять, что твой ребенок другой, «особенный». Боль останется с вами навсегда, и проблемы никуда не исчезнут, хотя и будут меняться со временем. Понимание этого постоянно влияет как на ваше отношение к ребенку, так и на отношения с окружающим миром.

Попробуем разобраться, как принять данную ситуацию, построить отношения в изменившейся жизненной ситуации.



Рождение ребенка всегда вносит в отношения семейной пары некоторое напряжение: и отец, и мать должны привыкнуть к своим новым ролям и к тому, что образ их семьи теперь разительно изменился. Особенно страдают отцы; тесная эмоциональная и физическая связь, возникающая между матерью и ребенком, часто заставляет их чувствовать себя ненужными. Мать, в свою очередь, может чувствовать обиду на отца из-за того, что все бремя по уходу за ребенком несет она, а он целыми днями пропадает на работе и считает, что этим и выполняет свои семейные обязанности. Работающему отцу, у которого нет возможности посещать специалистов и видеть ребенка вместе со сверстниками, трудно принять мысль, что его ребенок отстает в развитии.

Однако понимание, что твой ребенок — особый, одинаково страшно для матерей и отцов. Подобно молнии, оно освещает супружеские отношения и высвечивает области напряжения и несогласия, которые в нормальных условиях могли бы никогда не выйти на свет.



Стратегии

- **Прислушивайтесь друг к другу, уважайте мнения и чувства друг друга.** Матери порой может казаться, что только она по-настоящему знает ребенка, однако не следует забывать, что и отец играет в жизни ребенка важнейшую и ничем не заменимую роль.
- **Не торопитесь с заключениями о вашем супруге.** Не думайте, что вы способны читать его мысли, всегда спрашивайте его мнение по любому важному для вас обоим вопросу.
- **Помните, что разные люди справляются с трудностями по-разному.** Ваш супруг может не выказывать своих чувств или проявлять их не так, как вы, но это не значит, что он страдает меньше вас.



- **В споре с супругом не стремитесь «заострять» свои взгляды.** Это распространенная психологическая ловушка: в споре трудно удержаться на взвешенных и умеренных позициях. Каждый из спорщиков в стремлении убедить другого все более подчеркивает свою позицию и выпячивает спорные пункты; через некоторое время оба начинают говорить то, чего на самом деле не думают. При зрелом размышлении может выясниться, что в действительности ваши взгляды гораздо ближе друг к другу, чем кажется. Эта проблема часто осложняется тем, что родители не обладают достаточной информацией о состоянии ребенка и его перспективах на будущее.

Старайтесь получить как можно больше информации — знание облегчает взаимопонимание.



- **Помогайте друг другу.** Постарайтесь распределить семейные обязанности по справедливости. Конкретные советы здесь давать сложно — все зависит от ситуации в семье и приоритетов.
- **Будьте готовы радикально изменить свой стиль жизни.** Люди часто воображают, что после рождения ребенка смогут быстро и без каких-либо серьезных потерь вернуться к прежней жизни. Но в жизни все обычно оказывается гораздо сложнее, тем более, если на руках у вас «проблемный» ребенок. Будьте готовы объективно рассмотреть ситуацию и по-новому оценить свои жизненные приоритеты. Полный рабочий день с длительными поездками на работу и обратно может сильно осложнить жизнь родителя, на котором лежит основной груз заботы о ребенке; поэтому работающему супругу, возможно, придется найти работу, которая позволит ему проводить больше времени дома, с ребенком.



- **Находите время, чтобы пообщаться без детей.** Время от времени стоит оставлять ребенка на попечение няни или родственников и куда-нибудь выбираться вдвоем, хотя бы в ближайшее кафе, где можно посидеть часок и спокойно поговорить. Обсудите проблемы вашего ребенка, поговорите о том, как воспринимаете эту ситуацию вы и ваш супруг. Но только о ребенке говорить не следует: чтобы ваши отношения оставались прочными и гармоничными, у вас должны быть и другие темы для разговоров.

В следующих выпусках мы продолжим разговор о жизненной ситуации семьи, где растет особенный ребенок, поговорим об отношениях с родственниками и друзьями, об отношении к диагнозу малыша

Продолжение следует

