

Государственное бюджетное образовательное учреждение
«Краевой центр психолого-педагогической реабилитации и коррекции»
Ресурсный центр "Растем вместе"

МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ
ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ ПО ТЕМЕ:

«С МОИМ РЕБЁНКОМ ЧТО-ТО НЕ ТАК! ЧТО ДЕЛАТЬ?»
АЛГОРИТМ ДЕЙСТВИЙ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ»

подготовила:

педагог-психолог
Ресурсного центра
Кулик А.Н.

Август, 2021 года

Появление ребёнка в семье знаменуется для родителей большим счастьем и радостью! Но вместе с тем приходит и тревога за жизнь и здоровье своего чада. Для новоиспечённых родителей особенно характерно испытывать такую гамму чувств и эмоций.

По мере того как ребёнок растёт, взрослые становятся свидетелями многих удивительных вещей, происходящих с их малышом: гуление, первая ответная улыбка для мамы или папы, первое слово и первые шаги, первое «Не хочу» и «Я сам». Это чудо! Маленький беззащитный комочек превращается в уже «что-то могущего» человека. Первые успехи ребёнка приносят огромную радость родителям.

Но бывает так, что некоторые моменты в его развитии могут настораживать взрослых, может показаться, что что-то не так, так не должно быть. В голове появляется клубок из различных мыслей, зачастую негативных. Итак, что же делать, если вам кажется, что с вашим ребёнком что-то не так? С чего начать?

1. Начать сначала.

Проанализировать и понять, по каким признакам вы определили, что что-то не так с вашим ребёнком. У молодых родителей обострённое чувство беспокойства по поводу развития своего малыша и любое слово со стороны может сыграть роль экспертного мнения («А мой в год заговорил!», «Ой, что-то он у тебя вялый какой-то!»). Это может быть кто угодно, от самых близких людей до незнакомой женщины на игровой площадке. Любой комментарий зарождаёт сомнения в голове родителя! Помните, с чего всё началось, и «холодной» головой проверьте это на объективность.

2. Перестать сравнивать.

Иногда этим человеком «на игровой площадке» являетесь вы сами. Сравнивая сына или дочь с другими детьми, вы должны понимать, что всегда найдёте что-то не в пользу вашего ребёнка. Ваш ребёнок УНИКАЛЕН просто по факту своего существования. Старайтесь помнить это в минуты соблазна сравнить своего спокойного и избирательного в общении Колю с соседским весёлым и общительным Мишей.

3. Исключить физиологические причины

Если вы всё-таки склонны считать свои подозрения объективными, и в словах сторонних экспертов есть доля правды, обратитесь к истории развития малыша. Посетите своего педиатра и вместе со специалистом на основе данных медицинской карты вашего ребёнка проанализируйте его развитие. Получите консультацию специалиста. Чем раньше выявить причину каких-либо физиологических нарушений, тем проще их будет устранить.

В ЛЮБОМ СЛУЧАЕ ПРАВИЛЬНО БУДЕТ НАЧАТЬ ИМЕННО С КОНСУЛЬТАЦИИ ПЕДИАТРА ДЛЯ ИСКЛЮЧЕНИЯ ФИЗИОЛОГИЧЕСКИХ ПРИЧИН!

4. Строго следовать рекомендациям

Необходимо выполнить все рекомендации педиатра. Это очень важно. Если рекомендовано дообследовать у других специалистов-дообследуйте.

Если всё в рамках нормы, но вы убеждены что то, что вас настораживает, лежит в рамках компетенций такого специалиста как детский психолог, то найдите хорошего специалиста и получите консультацию.

5. Отбросьте стереотипы!

В нашей стране на данный момент культура психологического здоровья развита слабо. Многие убеждены, что обратиться к психологу это зазорно, это слабость, «я не псих». Хотя в независимости от того, считаем ли мы так или нет, суть вещей остаётся одна - у всех есть трудности в семье, на работе, с самим собой. Маленькому человеку вдвойне тяжелее справиться с этим миром, он адаптируется к нему, всё для него в новинку, что не может не тревожить порой. Поэтому очень важно грамотное поведение родителей.

Большинство не разделяют понятия психолог и психиатр! Отсюда эти стереотипы типа «я не псих», чтобы идти к психологу. Психиатр и психолог-разные специалисты.

Психиатр - это врач, работающий с психическими заболеваниями. Работает в больнице, в белом халате.

Психолог - специалист, не врач, работающий с трудностями в семейной, личной, профессиональной жизни. Работает с психической нормой!

Не стесняйтесь обратиться к психологу за помощью, если чувствуете в этом потребность! Это не значит, что вы или ваш ребёнок какой-то не такой, это значит лишь одно, что вы мыслите шире, чем многие. Именно от вас зависит благополучие малыша! Помните, нет ничего важнее, чем вы сами и ваша жизнь, частью которой и являются дети!