



www.kao.kg

[электронные ресурсы](#)

Методические рекомендации

ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ СЕМЬИ С РЕБЕНКОМ С ОВЗ

Составитель: научный сотрудник

Абакирова Айгуль Рыскуловна

abakirova.71@mail.ru

Бишкек – 2020

Особенности работы психолога с родителями детей, имеющих психофизические нарушения восприятия отклонений в развитии ребенка как трагедии всей жизни.

- наличии стойкого конфликта между имевшимися ожиданиями родителей по отношению к ребенку и реальной ситуацией;
- депрессивном фоне настроения и восприятия жизненных перспектив;
- отказе от собственных жизненных планов и смыслов; специфических защитных реакциях родителей и компенсаторном поведении.



Условиями для начала работы с родителем являются следующие положения:

являются следующими положениями:

- ☐ многократность встреч психолога с родителем;
- ☐ активность родителя в коррекционном процессе;
- ☐ участие в коррекционной работе других членов семьи;

1-й этап

- Родителям предлагается письменно или устно ответить на вопрос: "Почему люди стремятся иметь детей?"
- Родитель, записывая ответы на этот вопрос, возвращается в ситуацию, когда ребенка еще не было.
- После того как родитель прокомментировал свои ответы, психолог приближает его к собственной семейной ситуации: попытайтесь вспомнить и проанализировать, какие именно ожидания были характерны для Вашего супруга/супруги?
- *Коррекция родительских ожиданий (I блок).*

2-й этап

- Работа с собственными реализованными и нереализованными ожиданиями родителя (II блок).
- Родителю необходимо подумать и написать сочинение на тему "Моя семья через 5 лет".
- Обсуждение сочинения строится по следующему плану: *Почему Вы видите свою семью в будущем именно такой? Почему именно эта роль отводится Вашим домочадцам? Какие ожидания реалистичны, какие - нет? Какие позитивные сдвиги произойдут в развитии семьи? Какие для этого есть предпосылки? Каким образом будут преодолены негативные факторы? Какие возможности для этого есть?*

○ Устранение чувства вины и депрессивного фона настроения (III блок)

Чувства вины и депрессия обуславливают следующие психологические проявления: самобичевание, ощущение бесперспективности. Невозможность найти выход из ситуации. Ощущение «*непонятности, брошенности, покинутости*» окружающими. Испытывается гнев, ничем не мотивированный страх.

○ Расширение жизненного пространства родителя, помощь в организации его личной жизни, реструктуризация жизненных ролей (IV блок).

○ Психолог помогает им составить перспективные планы на неделю, на месяц. Планы эти необходимы для "воскрешения" супругов к полноценной социальной жизни, особенно досуговых ее форм и личных интересов

«Идеальный ребенок»

- ✓ "Родителю предлагается составить психологический портрет идеального ребенка.
- ✓ Лист бумаги делится на две части, в одну из которых и вписываются качества идеального ребенка.
- ✓ По ходу обсуждения психолог постоянно прибегает к уточнениям: Действительно ли у Вашего ребенка, отсутствует это качество? Оно отсутствует полностью или просто не развито? Попробуйте ответить на вопрос: на сколько процентов это качество развито в Вашем ребенке в данный момент?

Трансформация ожиданий родителя.

- ✓ Родителю предлагается в одной колонке написать конкретные краткосрочные ожидания, связанные с развитием ребенка и отношением к нему, в другой — долгосрочные.
- ✓ Задача психолога — прояснить весь спектр эмоций, мыслей, действий. Как Вы считаете, это ожидание реализуемо в Вашей ситуации? Если реализуемо, то как близки Вы к цели? Что мешает окончательному его воплощению? Какие Ваши чувства стоят за этим ожиданием? Почему именно оно имеет такое значение? На сколько процентов реализовано это ожидание?

Мысли- катастрофизации

- «Все пропало! Это конец!»

Мысли- обязательности

- "Ты должен", "Ты обязан", "Тебе следует«

Мысли- обвинители

- Дихотомия "хорошо — плохо"
- Условные предположения и выражения потребностей.
"Если бы ты делал..., то наша семья..."
- Коррекция иррациональных суждений

Упражнение «Мысли и чувства»

Родителям предлагается
разделить лист бумаги на две части.

- В одной колонке они должны записать **иррациональные суждения**, которые слышали сегодня от окружающих либо продуцировали сами.

- Во второй колонке записываются *чувства, которые испытывал родитель после того, как столкнулся с тем или иным суждением*. Кроме того, он может указать реакцию окружающих на его иррациональные суждения.

Задача психолога

Задача психолога — показать, что эти мысли не только являются вредными, но и оказываются *чаще всего чужими и навязанными*.

В заключении родителям предлагается составить перечень иррациональных суждений относительно своего ребенка с особенностями психофизического развития, привести доводы против их неразумности и составить им альтернативы.



Примерная схема работы с проблемами вины и депрессии

- 1. Поиски доказательств. Не делать поспешных выводов
- 2. Выработка альтернатив негативным мыслям.
- 3. Попытка предвидения ситуации.
- 4. Выработка стратегий поведения на основе полученных гипотез развития событий.
- 5. "Что бы вы сказали другу?»
- 6. Исследование фактов. Не полагаться слепо на чужие (и свои) слова и суждения они могут быть ложными или ошибочными.
- 7. Внимание к частичным успехам.
- 8. Опрос. Вы считаете, что поступили правильно, но не чувствуете эмоциональной уверенности в этом?

Коррекция родительских установок
прежде всего ориентирована
на формирование родительского оптимизма



*Вне зависимости от обстоятельств
можно собраться с силами и удивить
самого себя и окружающих тем, что
есть внутренние ресурсы!*

Спасибо за внимание!

