

Я - не очкарик!

Я - Гарри Поттер!



Тифлопсихологи

(тифлопсихология – это раздел специальной психологии, который изучает психическое развитие слепых и слабовидящих людей, пути и способы ее коррекции. Тифлопсихология изучает и особенности людей с глубокими нарушениями зрения и с амблиопией и косоглазием)

отмечают, что до 4-5 лет ребенок вообще не осознает своего отличия от окружающих.

Однако ко времени поступления в школу дети постепенно начинают осознавать свои особенности и связывать с ним личный негативный опыт общения со зрячими сверстниками, а также неумение выполнить то, что другие могут сделать очень быстро (вдеть нитку в иголку, найти упавшую вещь, налить сок из пакета в стакан, рассказать, что нарисовано на картинке и т.д.).

Осознав свои особенности, многие дети начинают стесняться отличия от окружающих и переживать настолько, что, находясь в среде нормально видящих, часто доводят себя до невроза. Поэтому необходимо сформировать у ребенка адекватное отношение ребенка к самому себе.

Родители - первые помощники

1. Постараться избежать у ребенка формирования **комплекса неполноценности**, т.к. это чувство мешает им жить, провоцируя внутренний дискомфорт и конфликты с окружающими.

2. Важно помнить, что неадекватное отношение к своему физическому недостатку в сочетании с негативными свойствами личности формируется у детей, прежде всего, под влиянием семьи. Например, **гиперопека** родителей, любящих и жалеющих ребенка с нарушением зрения, воспитывает у него иждивенческие наклонности, эгоизм, повышенные требования к окружающим и заниженные – к себе. Гиперопека может привести к возникновению ряда специфических социальных установок типа: «Я инвалид – уступите (дайте) мне!».

3. Не ограничивайте деятельность ребенка. Часто бывает, что родители (из-за боязни возможных травм) ограничивают инициативу ребенка, из-за этого могут появиться страхи (например, страх передвижения), нежелание учиться самостоятельно выполнять практические действия, неуверенность в себе и т.д. В данной ситуации следует руководствоваться правилом: «**Помоги мне это сделать самому**».

4. В случаях, когда родители стесняются особенностей ребенка или не хотят причинить дискомфорт повышенным вниманием окружающих (прячут от соседей, гуляют в безлюдных местах, заставляют снимать очки на улице и т.д.), у детей могут сформироваться такие черты как **замкнутость, неуверенность в себе, подавленность в отношениях с окружающими** и т.д. Здесь необходимо подготовить ребенка к возможным вопросам и нужным ответам на эти вопросы окружающих (например, «Да, я плохо вижу и ношу очки, а еще я умею придумывать интересные игры и с удовольствием поиграю с тобой»).

Родители - первые помощники

5. Главной задачей родителей, воспитывающих детей с серьезным нарушением зрения состоит в том, чтобы педагогическими средствами помочь им **осознать, чем они отличаются от нормально видящих сверстников**, раскрыть способы преодоления трудностей.

6. Желательно воспитывать у ребенка **чувство собственного достоинства**, самоуважения на основе целесообразно организованной деятельности, направленной на приобретение различных практических навыков, без которых невозможны самостоятельность и мобильность ребенка.

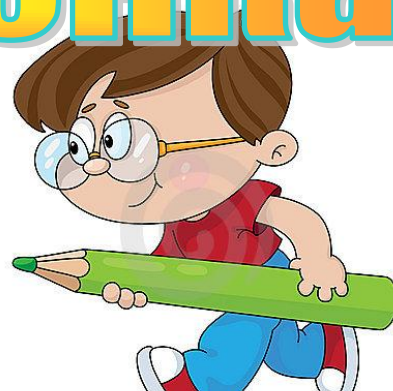
7. **Принятие ребенка таким, какой он есть.**

8. Знать, что окружающие (особенно дети и даже взрослые) не всегда осознают трудности детей с нарушением зрения, не всегда информированы о его возможностях, поэтому им также необходима ваша помощь. Стремитесь **к контактам с нормально видящими сверстниками** (особенно вне детского сада). Будьте готовы к некорректным вопросам и повышенному вниманию. Среда здоровых сверстников – жизненно необходима для вашего ребенка. Постарайтесь избавиться от повышенного чувства тревожности в такие моменты. Интуитивно чувствуя постоянное напряжение взрослых, дошкольники приобретают черты нервозности, издерганности.

9. **Единство и адекватность требований** к ребенку всеми членами семьи (включая бабушек и дедушек). Зачастую дети очень переживают из-за многочисленных запретов и непрерывных увещаний со стороны взрослых. Гиперопека и попустительский стиль воспитания – это не ваш вариант.

Самооценка

Самооценка – это представление человека о важности своей личной деятельности в обществе и оценивание себя и собственных качеств и чувств, достоинств и недостатков.



6 ступенек для формирования адекватной самооценки у дошкольников:

- 1. Любовь к ребенку** (безусловное принятие, внимание и искренняя забота к ребенку. Не стоит сравнивать ребенка с другими детьми).
- 2. Развивайте чувство компетентности у малыша** (Делайте так, чтобы ребенок многое умел сделать сам своими руками, решал задачи и опирался только на свои силы, а это все приносило ему гордость за достижения, сделанные им самим. Отыщите ту сферу деятельности, где ваше чадо сможет проявить себя с самой лучшей стороны. Помните, что один успех порождает стремление к следующим!).
- 3. Поощряйте как можно больше ребенка и меньше наказывайте его** (Важно, чтобы малыша хвалили не только его родители, но и посторонние люди. Создайте для ребенка такие условия, чтобы его старания могли оценить и окружающие. Это все отыграет заметную роль в поднятии его самооценки).
- 4. Не нужно требовать от ребенка невозможного** (Всегда стоит соблюдать равновесие. С одной стороны необходимо, чтобы ребенок получил опыт, а с другой – не перегружать его).
- 5. Прививайте ребенку уверенность в том, что он хороший человек** (Для этого необходимо научить ребенка делать хорошие поступки и получать от этого удовольствие, что поднимет его самоуважение).
- 6. Как можно меньше критикуйте ребенка** (Основные правила формирования здоровой самооценки гласят, что не стоит подмечать все промахи и неудачи ребенка и вешать на него «ярлыки». Если он опрокинул стакан, не нужно называть его «неуклюжим». Такие слова могут из-за частого применения убить в ребенке самоуважение, снизить его самооценку, заставив поверить его в то, что он такой есть. Откажитесь от «острых» реплик. Помните, что при похвале и поддержке у него получится многое и он вырастет с адекватной самооценкой!)

Составитель: педагог-психолог Зеленская Н.А.