



ЕСЛИ ВАШ РЕБЕНОК «ОСОБЕННЫЙ»...

Педагог-психолог Сагайдак И.Ю.

Что каждый в жизни
повстречает?
Испытан будешь ты и я.
Что завтра ждет – никто не знает.
Голгофа – каждому своя.

А. Гайдаева.

«У вас «ОСОБЕННЫЙ РЕБЕНОК» — услышите вы... и вдруг странное чувство пустоты «под ложечкой», и вы падаете, падаете, падаете... В бездонное, невообразимое в своем ужасе и беспощадности горе... Которое все-таки необходимо пережить. И это за вас не сделает никто.

«Но это же не со мной, правда? Какой еще «особенный ребенок»?! Это мой? Это правда мой?!!! Да нет, этого просто не может быть! Просто потому, что со мной этого не может быть!!! Никогда! Это какая-то ошибка. Это просто недоразумение! Вы вообще в своем уме?! Вы что, его подменили?!!!...»

В счастье все люди одинаковы, и только горе каждый переживает посвоему — это очень древняя истина. Отсюда два вывода: во-первых, горе нужно пережить; во-вторых, нет универсальных рецептов для всех.

Этот жизненный путь мало чем отличается от реального восхождения в гору, ну разве что продолжительностью. На нее взбираются миллионы. Но каждый своим путем...

Нужно понимать, что ваш «особенный ребенок» занимает не одинаковое место в жизни каждого из вас и окружения. Не нужно требовать от всех одинаковой жертвенности. И расценивать некоторые поступки как предательство. Каждый отдаст ребенку ту частичку внимания и заботы, которую сочтет нужным. Это не повод для конфликтов и обид.

- Мама часто чувствует себя «виноватой» в рождении «особенного ребенка». И пытается компенсировать это жертвенностью, буквально живя жизнью ребенка. Не видя такой же жертвенности со стороны близких, мама создает собственный изолированный мир для себя и ребенка: «Я лучше всех знаю, что ему нужно». Таким образом, она отрезает помощь близких. В то время как задача настоящей мамы — открыть ребенка миру, помочь близким принять и понять его. Ведь она действительно знает его лучше всех.

- Очень часто родители «особенного ребенка» скрывают свое горе от близких друзей и родственников, не желая делать им больно. В ответ родственники так же обходят эти темы. Это очень опасная блокировка процесса переживания горя. Не нужно стыдиться своих чувств и переживаний. Обсуждайте это в кругу близких людей. Вам нужно обязательно через это пройти.

- Помня о своем первоначальном неприятии ребенка и негативе к нему, испытывая жалость к его недостаткам, родители чувствуют вину. И пытаются компенсировать ее гиперопекой над ребенком. Это наиболее распространенный «чемодан», вызывающий много бед и проблем, тормозящий развитие ребенка. Оценивая степень своей заботы, всегда сравнивайте ее с заботой о здоровом ребенке. Свыше этого — только то, что крайне необходимо.

- Наличие «особенного ребенка» приводит к существенному разделению функций родителей. Как правило, мама занимается ребенком и домом, папа зарабатывает. Обязательно давайте отдохнуть друг другу от основных обязанностей! Обязательно! Пусть час в день, полдня в неделю. Иначе срывы и переутомление неизбежны.

- Часто повышенная требовательность к себе и вполне естественная некоторая закрытость внутреннего мира семьи, обусловленные заботой об особенном ребенке, проецируются на отношения с социумом и государством. Родители либо гипертрофированно воспринимают обязанности государства и общества по отношению к ним, либо вовсе не прилагают никаких усилий для получения положенной государственной поддержки. Здесь важна «золотая середина».

- Прежние надежды, мечтания и привычный образ жизни разрушены. Это факт. Практически все мечтают быть, к примеру, певицами, актрисами, космонавтами или великими учеными. Но 99% становятся бухгалтерами, водителями, медсестрами или воспитателями. Это тоже факт! И причина отбросить нереальные мечты. Но мечтать все равно надо. Просто строить свои мечтания необходимо немножечко ближе к реалиям. Тогда приближение к ним хоть на маленький шагочек будет давать силы и делать жизнь радостной и яркой.

- Ваша жизнь не закончилась. Она не стала короче. Она просто стала другой. Более трудной и заставляющей вас стать взрослее своих лет. Отдать ребенку больше своих сил, чем вы изначально планировали. Но в ней остались ваши родные, друзья, знакомые, работа, увлечения. Какой она будет дальше, зависит исключительно от вас. Вы изменились, но вы не стали хуже.

На заметку...

-Старайтесь по максимуму быть вместе и всегда на связи. Люди редко испытывают одинаковые состояния одновременно. Вы будете опорой и поддержкой друг другу в кризисные моменты. Научитесь слаженно и быстро действовать, ухаживая за своим особенным ребенком. Эта слаженность вам очень пригодится.

- Научитесь открыто обсуждать в кругу семьи все проблемы, даже самые «щекотливые». Попытки уйти от них чреваты отношениями «все хорошо, прекрасная маркиза». И эта «игра» приведет к фактическому

отчуждению каждого. Если в семье еще есть дети — обязательно взвешенно и честно обсудите с ними все произошедшее, выслушайте их мнения.

- Помимо родственников и окружения есть еще много людей, которые будут частью вашей команды. Это семьи, воспитывающие особенных детей. Ищите таких людей и их сообщества. Устанавливайте контакты. Они с радостью откликнутся и поделятся опытом и знаниями. Общайтесь с ними — сопереживание позволит по-другому воспринять собственные переживания.

- Вы узнали о существовании различных специалистов. Тщательно займитесь их изучением. Ведь именно они проложат общий маршрут вашего подъема. И сделано это должно быть максимально профессионально. С осторожностью относитесь к красивым картинкам и «высочайшей эффективности» всевозможных ноу-хау — доверяйте лишь собственным органам чувств и отзывам таких же, как вы, родителей.

- Нарисуйте наиболее неблагоприятную жизненную картину. Это и будет ваша «нулевая точка». Теперь ваша задача – подняться над ней как можно выше. И малейший успех на этом пути будет приносить вам радость победы.

- Определите проблемы, на которые вы никак не можете повлиять. Просто отбросьте их. Иначе вы не сдвинетесь с места. Жизнь — штука длинная и изменчивая. Возможно, ваши неразрешимые проблемы через 10 лет будут устраняться обычным врачом участковой поликлиники. Заиклившись на них сейчас, вы упустите время для решаемых задач.

- Осмыслите то, что ваш особенный ребенок будет требовать заботы как в детском возрасте, так и став взрослым. Исходя из этого, стройте свои планы на жизнь, одновременно прилагая максимум усилий для его адаптации в обществе и навыкам самообслуживания.

- С вами всегда останется страх, что будет с вашим ребенком, когда вы не сможете о нем заботиться, состарившись и отойдя в мир иной. Это невозможно изменить, но и нельзя на этом заикливаться. Состояние переживания горя будет к вам иногда возвращаться. Это нормально. Любой человек повторно переживает свои неудачи и горести в последующих трудных ситуациях. Не бойтесь этого состояния, но и не позволяйте камню горя снова сбросить вас в бездну.

- Сбросьте негатив. Уясните для себя и разъясните окружающим, что все негативные эмоции, имевшие место ранее, были следствием кризиса. Будьте источником положительных эмоций. Ничто не стоит так мало и не делает так много, как улыбка. Не скупитесь на нее.

-Вы преодолели горе. Ряд переживаний, с ним связанных, еще продолжается. Некоторые частички горя останутся с вами на всю жизнь. Самое опасное — «тащить за собой» горестное состояние. Это просто опыт. Опыт преодоления кризисов и трудностей. Он будет вам в будущем помогать. Но он не должен отравлять вам жизнь. Вы такие же, как были. Восстанавливайте круг общения, круг друзей, увлечения, образ жизни. Насколько это возможно. Чем быстрее, тем лучше.

- Помните о развалинах прекрасного фламандского храма? Не повторяйте ошибки варваров. Если вы попытаетесь внутренним усилием сразу разрушить мечту об «идеальном ребенке», то вам останется только горевать на ее развалинах. Это крайне опасно. Вы можете так и не принять реального ребенка и окончательно свалиться в бездну. Для начала «свяжите»

свою идеальную мечту с реальным ребенком. Пусть даже только несбыточными надеждами. Ведь иногда сбываются самые фантастические ожидания. Затем, познавая возможности реального ребенка, возможности его развития и коррекции, стройте новую реальную мечту, новый храм из кирпичиков старого. И кто знает, может, ваш храм будет еще более восхитительным. Ваш внутренний мир должен перетечь от одной мечты к другой, как песок в часах.

Хотелось бы напомнить несколько фактов.

- Ньютон, Леонардо да Винчи, Эйнштейн, Моцарт, Кафка, Стивен Спилберг... Думаете, я перечисляю мировых знаменитостей? Это просто список аутистов. Очень неполный.

- По различным данным, в компании Билла Гейтса — от 10 до 20% «особенных» работников.

- Вы изучаете фундаментальные законы Вселенной? А вот полностью неподвижный лауреат Нобелевской премии Стивен Вильям Хокинг изучает. И делает это лучше всех.

- Послушайте музыку Бетховена. Она поможет вам восстановить силы. Он писал ее абсолютно глухим. Еще можете послушать всемирно известного и с детства слепого Рэя Чарльза.

- Обязательно посмотрите картины и почитайте новеллы Кристи Брауна. Они написаны левой ногой. Тяжелая форма ДЦП.

- Обязательно посмотрите, как улыбается своему сыну и красавице-жене Ник Вуйчич, родившийся с синдромом Тетра-Амелия.

- Посмотрите портфолио модели Кэрри Браун, родившейся с синдромом Дауна.

- Восхититесь, как плавает Таня Кириллова (Джессика Лонг), обладательница 12 золотых медалей и чемпионка мира среди спортсменов без ног.

- Обязательно прочитайте о Киме Пике, Ричарде Воуро, Даниелле Таммете, Стивене Уилтшире, Лесли Лемке, Эллен Будро и сотнях других. Поинтересуйтесь, кто такие саванты и индиго.

А еще есть такой мальчик Леня. Привыкшего тихо и терпеливо переносить издевки детей и равнодушие, и брезгливость взрослых. Леня — мальчишка-аутист из неблагополучной семьи. Ему сложно следить за собой. Но он может ответить, какой день недели будет любого числа любого месяца любого года. Мгновенно, не задумываясь. И... все. Возможно, мир лишился гения. Просто потому, что никто не помог ему взойти на Голгофу...