

## Рекомендации родителям детей с задержкой психического развития

1. Диагноз ЗПР ставится врачом – неврологом.
2. Диагноз ЗПР означает, что ребенок развивается так же как и все остальные дети, только медленнее.
3. Чем раньше начать занятия с ребенком с ЗПР, тем быстрее ребенок догонит своих сверстников.
4. Причины ЗПР:
  - медицинские (проблемы беременности, проблемы родов, перенесенные заболевания);
  - психологические (отсутствие развивающей среды, проблемы в семье).
5. Специалисты, которые могут Вам помочь:
  - врач-невролог, психоневролог;
  - учитель-дефектолог;
  - педагог-психолог;
  - учитель-логопед.

### Развитие умения общения с детьми.

#### *Изменение поведения взрослого и его отношения к ребенку.*

- Стройте взаимоотношения с ребенком на взаимопонимании и доверии. Общайтесь с ребенком. Учите его общаться, просить о помощи, помогать другим. Создавайте условия для общения ребенка со сверстниками, друзьями, так как никакие средства массовой информации не заменят живого общения. Чем раньше ребенок начнет общаться с другими детьми, тем больше шансов, что он адаптируется в будущем.
- Старайтесь сохранять спокойствие, доброжелательность, дружелюбие в общении с ребенком, между собой и другими людьми. Ребенку с первых лет жизни важно ощущать стабильность и спокойствие своего окружения. Хвалите своего ребенка, когда у него что-то получается сделать или чего-то достичь. Помните, что чрезмерная болтливость, подвижность и недисциплинированность ребенка не являются умышленными.
- Научитесь обоснованно, спокойно и терпеливо отказывать ребенку в случае необходимости, это позволит ему ориентироваться в социальных условиях среды. Контролируйте поведение ребенка, не навязывая жестких правил. Избегайте с одной стороны чрезмерной мягкости, а с другой завышенных требований к ребенку. Не давайте категорических указаний, избегайте слов «нет» и «нельзя».
- Излагайте свои мысли четко, конкретно, последовательно, коротко – для детей с ЗПР это важное условие. Повторяйте свою просьбу одними и теми же словами много раз. Для подкрепления устных инструкций используйте зрительную стимуляцию.
- Позволяйте детям выполнять домашние обязанности и поручения, самостоятельно одеваться, ухаживать за собой, следить за чистотой.

Развивайте умения и навыки по самообслуживанию, поскольку это стимулирует развитие и приспособительную активность детей, делает их самостоятельными, менее зависимыми.

- Интересуйтесь мнением ребенка, внимательно выслушайте его, прежде чем критиковать. Будьте готовы принять его точку зрения и согласиться с ним. Это укрепит в ребенке чувство самоуважения. Дайте возможность самостоятельно отвечать на вопросы, которые требуют размышления, вдумчивости. Помогайте ребенку в сложных ситуациях.

- Старайтесь самостоятельно работать с ребенком по советам специалистов. Особое внимание следует уделять занятиям по развитию речи и мышления, тренировкам памяти.

- Будьте внимательны к развитию вашего ребенка, ведите дневник наблюдений за поведением, эмоциональными реакциями, интеллектуальным развитием. Это позволит понять как ребенок развивается, что необходимо еще делать, чему научить, что скорректировать, к каким специалистам обратиться.

- Заботьтесь о здоровье ребенка. Занимайтесь совместно спортом, гуляйте, посещайте кружки и секции, ведите активный образ жизни, следите за питанием, учите заботиться о других – это стимулирует развитие.

- Заботьтесь о себе. Следите за своим здоровьем, внешностью, поведением, эмоциональным самочувствием. Ваше здоровье и настроение – основные качества жизни вашей семьи. Видя Вас бодрыми, веселыми, верящими в лучшее, Ваш ребенок станет чаще улыбаться и научиться справляться с трудностями.

*Подготовила учитель-дефектолог Степкина Алла Анатольевна*