

Быть родителем трудно, а быть родителем ребенка с альтернативными возможностями – трудно вдвойне. Трудно, но это то, что может подарить особое вдохновение и увлеченность, а жизнь сделать глубокой и интересной. Вместе с вызовами приходят и награды. Вместе с рождением особого ребенка у Вас открывается особенный потенциал. Вы – вдохновитель, друг, опора, медсестра, педагог, наставник для своего ребенка. Но, помните, что Ваша роль как родителя – это ещё не весь Вы. И хоть воспитание особенного ребенка похоже на марафон, позволяйте себе паузы и остановки для отдыха, находите возможности для того, чтобы побыть с собой, не теряйте себя. Каждый человек индивидуален, не сравнивайте. Любые, даже маленькие достижения – повод для радости. Радуйтесь мелочам, делитесь этой радостью с близкими. Будьте терпеливы, вкладывайте время и силы в сохранение и развитие семейных отношений, дети от этого только выиграют. Вы лучше всех знаете своих детей. Врачи, учителя, терапевты – отличные помощники и профессионалы. Но если Вы не чувствуете, что Вас слышат, или потребности Вашего ребенка не удовлетворяются, обратитесь за помощью к другому специалисту. Не бойтесь бороться за своего ребенка и его интересы.



*Находите время, чтобы получить удовольствие от общения со своим ребенком*



### Рады видеть Вас в нашем центре

Мы занимаемся социальной реабилитацией детей-инвалидов и детей раннего возраста, имеющих проблемы в развитии в Санкт-Петербурге.

### Наши контакты

Телефон: +7(812)645-79-15

Электронный адрес: [csri-mosk@mail.ru](mailto:csri-mosk@mail.ru)

Веб-сайт: [www.cpci.pf](http://www.cpci.pf)

### График работы

Понедельник, среда – с 9.00 до 18.00

вторник, четверг – с 9.00 до 20.00

пятница – с 9.00 до 17.00

Обеденный перерыв – с 13.00 до 13.48



### ЦСРИДИ МОСКОВСКОГО РАЙОНА

Санкт-Петербург,

пр. Космонавтов, д. 31



### ФОНД ПОДДЕРЖКИ ДЕТЕЙ, НАХОДЯЩИХСЯ В ТРУДНОЙ ЖИЗНЕННОЙ СИТУАЦИИ



# БЫТЬ РОДИТЕЛЕМ ОСОБОГО РЕБЕНКА

*Буклет. Часть 1.*



*Быть родителем особого ребенка большая ответственность, как и просто, быть родителем*

## **ЧТО НЕОБХОДИМО ПОМНИТЬ РОДИТЕЛЮ ОСОБОГО РЕБЕНКА**

### **У Вас всегда есть возможности...**

Для каждого родителя, который приводит в жизнь ребенка не обычного, а с альтернативными способностями, априори открыта дорога расширения познания, расширения своих собственных возможностей. Ведь только при условии раскрытия своего потенциала и познания своих истинных ресурсов, осознания себя и своей роли, а так же формирования самодисциплины (как внутреннего стержня, воли), будет наиболее продуктивно и развиваться и ярко проявляться Ваш ребенок.

Но часто это условие трактуют стереотипно, грубо и с деструктивной позиции, как «родитель всегда обязан».

Очень частое заблуждение, что от усилий родителя зависит всё, поэтому он должен делать всё возможное и невозможное. «Хороший» родитель посвящает себя детям, знает всё о развитии и реабилитации ребенка, не испытывает негативных чувств к ребенку, не имеет права на слабость, всегда готов ко всему, собран и прочее... А если есть раздражение, агрессия, усталость, злость, слабость, то он должен всё это отместить и продолжать делать невозможное.

К чему это приводит? Подумайте...

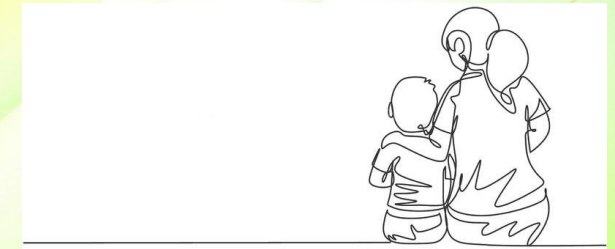
### **У Вас всегда есть права...**

- Право быть родителем
- Право раздражаться
- Право злиться
- Право на отдых
- Право на человеческое достоинство
- Право спрашивать мнение другого специалиста
- Право быть главным экспертом
- Право устанавливать границы
- Право на защиту частной жизни
- Право продолжать попытки несмотря на обстоятельства и помнить о том, что потенциал роста заложен в вас обоих

---

**«Находите лучшее, что есть в Вас и Ваших детях»**

---



*Принимайте свое дитя таким, каким он есть, и развивайтесь вместе*

Всегда помните одно неоспоримое правило развития: **дорогу осилит идущий!**

### **Что поможет раскрыть Ваш потенциал...**

*Помните: Вы не одиноки.* Если будете открыты миру, Вы найдете поддержку, будь то в кругу семьи или близких, в центрах помощи и реабилитации, в среде таких же родителей как Вы и, что немаловажно, сами сможете оказывать поддержку кому-то нуждающемуся в ней. *Вы сами заслуживаете, чтобы о Вас заботились.* Учитесь принимать помощь, а также не забывайте сами *заботиться о себе.* Это очень важно. Вам придется идти по непростому жизненному пути, практически без передышки и *придётся принимать тяжелые решения,* делать непростые вещи; *прощайте себя,* ведь просто *невозможно делать всё правильно всегда.* *Никто не идеален – и это нормально!* *Сохраняйте чувство юмора – это оградит Вас от лишних обид,* поможет отвлечься и посмотреть на ситуацию с оптимизмом. Напоминайте себе, что часто люди говорят что-то не для того, чтобы расстроить или обидеть нас, а просто не подумав.