

ПАМ'ЯТКА ДЛЯ БАТЬКІВ ДІТЕЙ З ООП

на випадок надзвичайних ситуацій

Сьогодні наша держава перебуває у складній ситуації. Наша безпека та життя знаходяться у небезпеці. Емоційна напруга зростає. Психічний стан кожного на критичній межі. Важко оволодіти емоціями. Це те, що сьогодні переживає кожен українець. Наразі усі заклади освіти перейшли на дистанційну форму навчання або на передчасні весняні канікули. Частина батьків також тимчасово на дистанційній формі роботи, інші продовжують працювати. Проблема перебування дітей під наглядом стала для усіх уже, практично, звичною, за умов карантину. Проте, за умов Надзвичайної ситуації, а тим більше Воєнного стану дана ситуація ускладнилась.

Особливу увагу варто приділити батькам дітей з особливими освітніми потребами та дітей з інвалідністю. Адже це та категорія дітей, які незалежно від свого віку не в змозі повноцінно зрозуміти та усвідомити усю складність ситуації. Це ті діти, які потребують цілодобового нагляду та/або допомоги і підтримки, не лише моральної, а й фізичної. Зазвичай, батьки таких дітей є досить сильними духом та витривалими. Проте впровадження Воєнного стану в державі значно переламала звичне життя кожного.

Рекомендації батькам дітей з ООП:

- ваші діти, можливо, і не розуміють усієї складності ситуації, але вони краще за інших відчувають вас та ваш емоційний стан, тому намагайтесь свою напругу не усі «зривати» на них та не проявляти власні страхи та панічні атаки;
- на даний час ви змушені більше часу проводити в обмеженому просторі разом зі своїми дітьми, це також значно перенапружує, тому намагайтесь виконувати звичні справи вихідного дня, залучайте до виконання таких справ своїх дітей (у межах їх можливостей);
- обов'язково приділяйте певний час для спільних ігор з вашими дітьми, під час таких ігор щиро радійте та посміхайтесь, щоб ваші діти відчували те, що вони не є зайвими для вас зараз;
- дотримуйтесь звичного режиму дня відповідно до того, який є у ваших дітей в дошкільному закладі, школі чи щоденному житті: ранковий туалет, сніданок, ранкова зарядка, час для навчання, виконання розвиткових вправ та завдань, обід, денний відпочинок, прогулянка, вечірні розвантажувальні вправи та ігри, вечеря, нічний сон;
- обов'язково обіймайте своїх дітей, нехай вони відчувають тепло ваших обіймів, для них це найважливіше і є найбільшим захистом від усього!

Пам'ятайте! Саме ви - батьки (або законні опікуни) є цілим світом для своїх особливих дітей! І саме від вас залежить їх успіх, благоустрій та емоційний стан! На вас полягає велика відповідальність за захист, допомогу та підтримку ваших дітей, адже самотійно цього зробити вони не зможуть.