



Отцам обычно удается избегать каждодневных проблем, связанных с воспитанием аутичного ребенка, так как большую часть своего времени они заняты на работе.

Это не значит, что они не переживают чувства вины и разочарования, хоть и не показывают своих переживаний, как матери.

Часто отцы переживают проблемы, связанные с депрессивностью и раздражительностью матери, находящейся в состоянии ежедневного стресса.

Многие отцы осознают, что эти проблемы не кратковременны, а часто пожизненны, поэтому от них требуется особая выдержка, мужество, понимание, способность подставить свое плечо и стать настоящим защитником для своей семьи. Но среди них есть и такие, которые пугаются вороха неприятностей, обрушившихся на их семью, и которым они не в силах сопротивляться. Такие отцы сдаются и начинают отдаляться от своей семьи.

Если вам не удастся справиться с проблемами в семье, стоит обратиться в специальный центр поддержки, где объяснят, что происходит с ребенком и помогут наладить с ним контакт, заставят поверить в свои силы.

## НАУЧИТЕСЬ ЖИТЬ, ПРИНЯВ СИТУАЦИЮ, И ОБСТАНОВКА В ВАШЕЙ СЕМЬЕ СТАНЕТ НАМНОГО ЛУЧШЕ!

Департамент социального развития  
Ханты-Мансийского автономного округа – Югры

Бюджетное учреждение  
Ханты-Мансийского автономного округа – Югры  
«Методический центр развития социального обслуживания»

Совет директоров государственных учреждений,  
подведомственных Департаменту социального развития  
Ханты-Мансийского автономного округа – Югры

Издательство бюджетного учреждения  
Ханты-Мансийского автономного округа – Югры  
«Методический центр развития социального обслуживания»  
628418, Тюменская обл., ХМАО – Югра, г. Сургут,  
ул. Лермонтова, д. 3/1, т./ф.: 8(3462) 52-11-94,  
e-mail: zentr@dtszhmao.ru; official site: <http://methodcentr.ru>

Подписано в печать 21.12.2017. Формат 60x90x1/16. Бумага ВХИ.  
Гарнитура «Arial». Печать цифровая. Усл. печ. л. 0,5.  
Тираж 50. Зак. № 368.

Издание отпечатано в ГУП СО МЦЗ «Березовская типография»  
Адрес типографии: 623700, Свердловская обл.,  
г. Березовский, ул. Красных Героев, д. 10.



*Памятка для  
родителей*

## ЭФФЕКТИВНОЕ РОДИТЕЛЬСТВО

## ХОЧЕШЬ ПОМОЧЬ СВОЕМУ РЕБЕНКУ – НАЧНИ С СЕБЯ!

### Уважаемые родители!

Воспитание ребенка, больного аутизмом, – большая проблема, с которой вы столкнулись. Особенно она тяжела для мамы, испытывающей стресс каждый день. Мама не только ограничена в своей свободе, но и не ощущает в полной мере «радость материнства»: она слишком зависима от своего ребенка, у нее занижена самооценка, часто она считает, что не состоялась в роли матери. Ведь ребенок с раннего возраста не способен «поощрить» ее своим поведением, не улыбается и не общается с ней даже на своем языке, не смотрит в глаза и предпочитает не бывать на руках. Он не выделяет ее из общей массы, соответственно, женщина не получает эмоционального отклика на свою заботу. В семье с ребенком-аутистом часто возникают скандалы, депрессии у родителей, приводящие к эмоциональному истощению.



Чтобы облегчить существование себе и ребенку, необходимо воспринимать его адекватно, не делать из ситуации большой беды.

Познакомьтесь с советами, которые облегчат вам жизнь и помогут вашей семье быть счастливой и полноценной, несмотря на болезнь ребенка:

- Научитесь быть защитниками для своего ребенка и использовать любую возможность, чтобы помочь ему.

- Заводите знакомства с людьми, которые квалифицированы в вопросах аутизма: они обучат вас необходимым навыкам и дадут всю нужную информацию. Вы почувствуете себя увереннее и сильнее.

- Вы чувствуете гнев и грусть одновременно, и это нормально. Главное, вашу злость нужно направить на борьбу с заболеванием, а не на реакцию людей на поведение вашего ребенка, и ни в коем случае не на него самого.



- Не спорьте друг с другом о проблемах, связанных с аутизмом: такие споры чреваты серьезными конфликтами в семье. Объедините свои усилия, научитесь отвлекаться от проблемы и не говорить о ней слишком часто. Любите своего ребенка, несмотря ни на какие обстоятельства.

- Любая, даже самая мелкая победа ребенка должна быть по достоинству оценена родителями. Не стоит сравнивать его достижения с достижениями обычных детей.

- Заведите дружбу с родителями, имеющими детей с аутизмом, вы почувствуете их поддержку, они как никто понимают ваши переживания. С такими людьми можно делиться уникальным опытом воспитания аутичного ребенка, освоить конкретные примеры по воспитанию.

