

Тема: "Дополнительные формы психологической поддержки родителей детей-инвалидов».

Спикер: Глазкова Юлия Анатольевна, заведующий отделением по реализации отдельных направлений комплексной реабилитации и абилитации детей. КГБУ СО «Реабилитационный центр «Виктория»

 Мы верим в каждого



РЕСУРСНО-
МЕТОДИЧЕСКИЙ
ЦЕНТР
Партнёр



**За потребностями ребёнка
стоит состояние родителя**

*родителя = Стресс
реабилитации ребенка.*

До 60%
родителей имеют
признаки депрессии.

Риск развода
выше среднего в 2-3
раза.



Почему традиционной консультации бывает недостаточно

Формат «психолог — родитель» не всегда учитывает реальные ресурсы семьи.

Усталость на встрече

Родитель приходит на встречу уставшим и перегруженным

Нехватка времени

На регулярную терапию не хватает времени и сил

Конкретная помощь

Часто нужен не анализ проблемы, а конкретная помощь в повседневной ситуации

Трудности рефлексии

Ожидание готовых решений сочетается с трудностями рефлексии

Информационно-правовая навигация снижает тревогу

Бюрократические процедуры

Что может работать:

- Центр сопровождения по принципу «единого окна»
- Помощь юриста и социального координатора
- Понятные инструкции и маршрутизация по инстанциям
- Сопровождение семьи до получения результата
- Упорядочивание реальности становится практической психологической поддержкой



Равные консультанты возвращают чувство «я не один»

Опыт родителей, уже прошедших похожий путь, дополняет профессиональную помощь и снижает переживание изоляции.

Возможные форматы:

- Закрытые группы в мессенджерах
- Очные встречи выходного дня
- Обмен проверенными бытовыми и социальными решениями
- Поддержка без жалости и стигматизации

Темы обсуждения:

- Выбор оборудования
- Взаимодействие с поликлиникой
- Объяснение диагноза старшему ребёнку



Передышка — не роскошь, а профилактика срыва



Родителям необходимы время для сна, медицинской помощи, восстановления и простого уединения.

Программы кратковременной передышки позволяют социальному педагогу взять уход за ребёнком на 3–4 часа в неделю.

Дополнительные возможности:

- Арт-терапевтические программы эмоциональной разгрузки
- Восстановительные занятия для матерей и отцов
- Регулярная помощь до наступления истощения

Передышка поддерживает не только родителя, но и всю семью.

Для маломобильных родителей посещение специалиста может превращаться в сложную логистическую задачу.

Микро-сессии

Видеоконсультации в формате микро-сессий по 15–20 минут

Асинхронное сопровождение

Асинхронное сопровождение в переписке в течение недели

Приложения

Приложения для отслеживания настроения и самочувствия

Партнёрство

Взаимодействие психологов с НКО, органами власти и СМИ

Родителю нужна не единичная консультация, а связанная система помощи

Информационная и правовая навигация

Уменьшает хаос

Равные консультанты

Снижают одиночество

Передышка

Восстанавливает ресурс

Цифровые форматы

Делают помощь достижимой

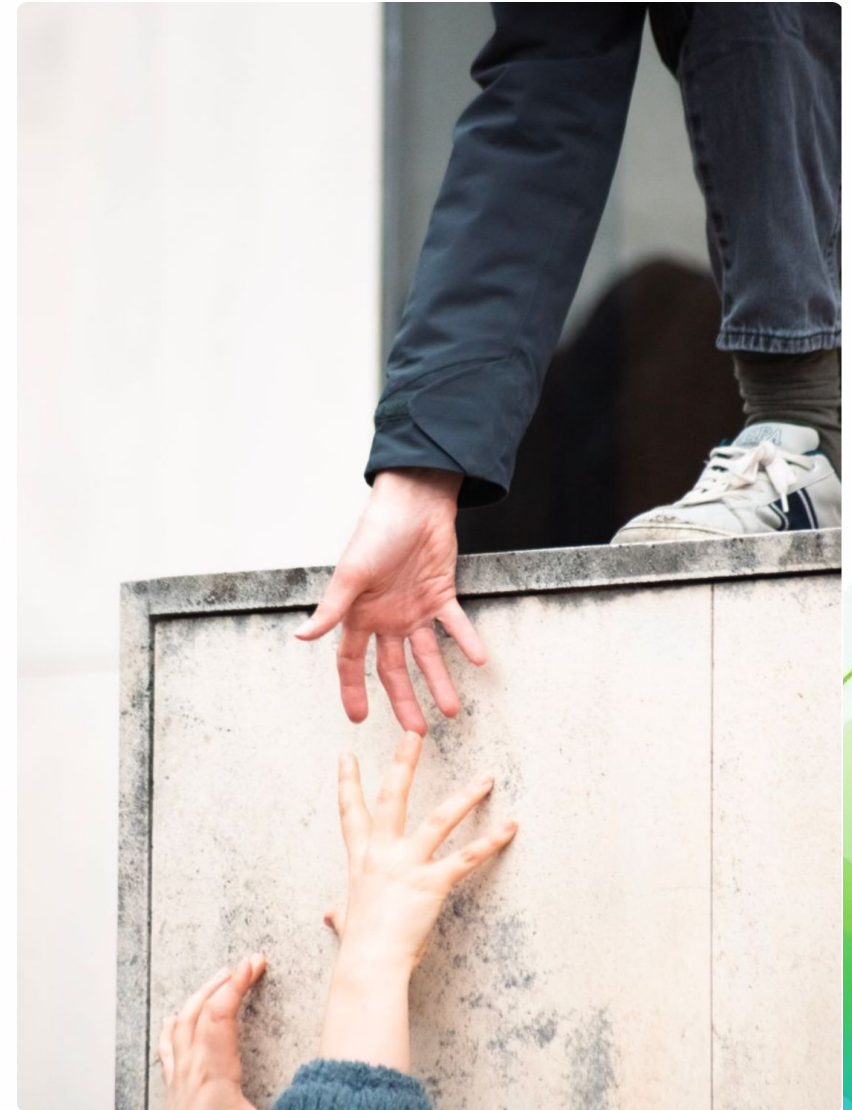
Каждый элемент отвечает на отдельный источник нагрузки и усиливает действие других

Помощь должна приходить до точки истощения

Ребёнок нуждается в реабилитации, а родитель — в восстановлении.

Дополнительные формы поддержки — это не второстепенное дополнение к медицинской помощи, а способ предупреждать семейный кризис.

Важно переходить от реагирования на срыв к ранней профилактике: замечать признаки перегрузки и предлагать помощь заранее.



Помощь, предоставляемая в КГБУ СО «Реабилитационный центр «Виктория»

Мастер – классы, арт-терапия
Йога для родителей
Выезды на турбазу
Кулинарные поединки
Индивидуальные консультации
Юридическая помощь



Первый шаг — внедрить одну форму поддержки уже сейчас

Практический план для организации:

- ☐ Выбрать наиболее актуальную потребность семей
- ☐ Определить доступный формат
«Единое окно», группа равных или сервис передышки
- ☐ Назначить ответственных специалистов и партнёров
- ☐ Запустить пилотный проект на ограниченной группе
- ☐ Собрать обратную связь и расширить работающую модель

Цель — чтобы поддержка приходила не тогда, когда родители сломались, а тогда, когда они только начинают сгибаться под грузом ответственности.

Глазкова Юлия Анатольевна, заведующий отделением по реализации отдельных направлений комплексной реабилитации и абилитации детей – инвалидов.

КГБУ СО «Реабилитационный центр для детей и подростков с ограниченными возможностями «Виктория». г. Норильск

