***Полезные записки для родителей:***

***Внешний вид «особенного ребенка».***

Важный момент в воспитании ребёнка с особенностями развития – это его внешний вид. Ребёнок должен быть чисто, аккуратно, красиво одет – так же, как вы одевали бы детей без особенностей развития. Это очень важно и для вас, и для него: ребёнка это дисциплинирует и является одним из факторов, способствующих социальной адаптации: он привыкает к определённому внешнему виду дома и вне его. А родителям это очень помогает в плане принятия ребёнка, способствует снятию стресса (и, кроме того, несколько снижает степень непрошеного внимания). Кроме того, мнение о том, что ребёнку всё равно, что можно надеть на него грязную и рваную футболку в гости к бабушке, можно привести на приём к врачу в «домашних» колготках, – ошибочно. Вспомните, как вы себя чувствуете, когда надеваете новую красивую одежду. Самочувствие и самооценка повышаются, не правда ли? То же самое ощущает и ваш ребёнок, хотя, возможно, его ощущения несколько отличаются по интенсивности от ваших и он не всегда может сказать об этом.

А вот отношение к нему как к неодушевлённому предмету, которому абсолютно всё равно, как он выглядит, унижает его и снижает степень осознанности в поведении. Обязательно подводите ребёнка к зеркалу, обращайте его внимание на то, как красиво он одет. Кроме того, одежда должна быть удобной. Если вы воспитываете ребёнка с повышенной сенсорной чувствительностью – срезайте с одежды ярлыки и бирки, которые могут раздражать. Покупайте только удобную обувь. Продумывая гардероб на холодное время года, учитывайте, что ребёнку может стать жарко либо холодно, а значит, одежду желательно планировать многослойную, такую, чтобы её легко можно было снять либо расстегнуть без особых проблем. Желательно выбирать вещи из тканей без резко выраженной фактуры; решительно не подходят детям с особенностями «кусачие» шерстяные свитера. Именно неправильно подобранная одежда часто влияет на поведение ребёнка в общественных местах: ощущая дискомфорт, который не может описать, он начинает нервничать, вертеться и вести себя неадекватно.

(Источник: Наталья Керре «Особенные дети. Как подарить счастливую жизнь ребёнку с отклонениями в развитии»)