

## Советы родителям «Ребёнок и очки»

Родителям, дети которых носят очки, приходится сталкиваться со многими проблемами. И одна из них, которая стоит наиболее остро -это эстетичный внешний вид ребёнка. Понятно, что очки не всегда способны украсить лицо. Но при патологии глаз, зачастую, детям приходится носить их в течение всего дня. Поэтому важно, чтобы очки ребёнку нравились, хотя бы с внешней точки зрения.

При выборе оправы можно и нужно подключать ребёнка, учитывая его мнение. Дети охотно носят то, что выбрали самостоятельно. Но нужно помнить, что очки выполняют, прежде всего, коррекционную функцию (*оптическая коррекция зрения*) и, подбирая их, опираться нужно на рекомендации врача-офтальмолога. Если ребёнок выбрал очки, но они не подходят, нужно спокойно объяснить причину доступным языком, избегая фраз – *«ты не поймёшь»*, *«тебе это знать не нужно»*, *«я сам/сама знаю, какие лучше для тебя»*.

Часто приходится слышать от родителей, что ребёнок не хочет носить очки и снимает их. В таких случаях стоит проявлять настойчивость, ведь от этого зависит дальнейшее здоровье глаз ребёнка. От того насколько родители будут сознательно относиться к ношению очков, настолько и ребёнок будет адекватно воспринимать этот процесс. Но стоит понимать, что это достаточно длительный путь, который требует систематичности.

Ещё одна важная сторона этого вопроса, это отношения в детском коллективе. Очень часто детям, которые носят очки, дают прозвища *«очкарик»*, *«умник»*, *«ботаник»*. В этом случае, родителям стоит рассказать интересные факты из жизни известных людей, у которых проблемы со зрением. И подчеркнуть, что очки не помешали им достигнуть много в жизни. Если ребёнок будет это знать, понимать, а со стороны близких и родных будет чувствовать поддержку и понимание, то процесс ношения очков будет им восприниматься менее болезненно.