

СПОДЕЛЯНЕ НА ПРИТЕСНЕНИЯТА

РОДИТЕЛ С РОДИТЕЛ

Много приятели, роднини, познати може да имат тревоги и притеснения относно развитието на детето, но не са сигурни как да повдигнат въпроса с родителите на детето. Важното е да изразите съмненията си, за да се започне ранна и подходяща интервенция, но това може да бъде трудна задача.

Основавайки се на опита на други родители, ви предлагаме следните насоки:

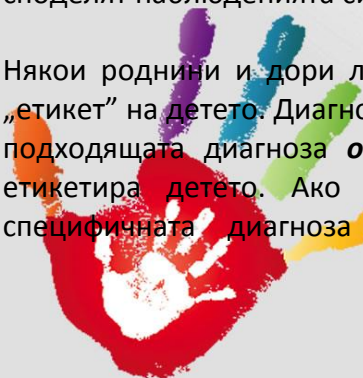
- Изслушвайте родителите на детето, започнете с техните наблюдения и притеснения
- Винаги бъдете подкрепящи, никога осъждащи
- Избягвайте жаргоните, етикетите и терминологията
- Дръжте се позитивно, емпатийно, приемайте всичко на сериозно

Никой родител не иска да чува съмнения за дете си, особено отнасящи се до неговото развитие. Всички родители съвсем естествено искат да защитават децата си. Но ако детето не покрива показателите за детското развитие, или демонстрира някой от абсолютните индикатори или „червени лампи“ за нарушения в развитието, е от съществено значение детето да бъде скрийнирано. А за да се случи това, приятелите, бабите, дядовците, другите роднини и лекарите имат незавидната задача да обсъдят този въпрос с родителите на детето.

Нарушенията в развитието са все още немного известни за много хора от обществото. Малко хора разбират същността на тези увреждания и възможностите за терапевтиране и интервенция. Много от нас може да знаят разликата между физическите увреждания като Церебрална парализа или Даун синдром, но често не сме запознати с по-специфичните „скрити нарушения“ като аутизма, и това как се проявяват при бебетата и малките деца.

Липсата на знания и информация за нарушенията в развитието е още по-сложна от стигма. За нещастие, това което не разбираме, често е плашещо. Този страх може да накара родителите да не задават въпроси и да не споделят тревогите си относно развитието на децата си. Този страх може също да обхване и другите, които са близки до родителите – баби, дядовци, приятели – и да им попречи да споделят наблюденията си.

Някои роднини и дори лекари може да имат притеснения от поставянето на „етикет“ на детето. Диагностицирането не е задължително да етикета детето – подходящата диагноза **описва** особеностите и състоянието на детето, а не етикета детето. Ако детето демонстрира изоставане в развитието си, специфичната диагноза му позволява да има достъп до подходящи





образователни програми и терапии, като психомоторна, логопедична и психологическа терапия.

Ранното установяване и ранната интервенция подсилват ролята на родителите: да разбират индивидуалността на всяко дете и да посрещат неговите специфични нужди, така че да го подготвят за юношеството и зряла възраст. Дете, което е по-добре разбрано, с уважение към неговите индивидуални слабости и способности, ще има по-добро качество на живот. Целта е просто да помогнем на всяко дете да развие пълния си потенциал.

Ако сте разтревожени относно развитието на детето, и трябва да се обърнете към родителите на детето, за да споделите съмненията си, тук има няколко съвета какво можете и не можете да направите:

КАКВО СЕ ПРАВИ:

1. Поставете началото на успешен разговор

„Майка ми ме покани на дълга разходка, за да сподели с мен притесненията си относно детето ми. Това потвърди моите собствени подозрения. След това дълго плакахме.“

Избирането на подходящо време и място за провеждане на разговор относно притесненията е много важно. Опитайте се до говорите с човека, когато сте насаме и няма кой и какво да ви прекъсва. Уговорете си среща. Разполагайте с колкото време е необходимо, за да проведете разговора. Знайте, че емоциите може да са непредвидими. Бъдете готови да предложите помощта си.

2. Започнете с наблюдение и въпроси към родителите на детето

„От съществено значение е да уважавате гледната точка на родителите, да бъдете с ясното съзнание дали имат или не подозрения и тревоги относно своето дете и какви може да са те.“

Преди да споделите своите притеснения, е важно да разберете какво мислят родителите за децата си и тяхното развитие. Родителите може да усещат проблем, но просто да нямат думи да го изкажат. Внимателно разпитвайте и задавайте въпроси, които ще позволят на родителите да споделят своите собствени наблюдения, въпроси и притеснения първи. Тогава споделете вие вашите съмнения. Като направите така ще отворите комуникацията помежду си и ще валидизирате скритите стракове и съмнения на родителите.

3. Поставете се на мястото на родителите. Бъдете подкрепящи, а не осъдителни.

„Ако искате да говорите с родителите, кажете го по любящ начин. Може да е добре да започнете да правите положителни коментари относно силните





страни на детето, и посветеността и обичта на родителите им към тях.”

Някои от най-запомнящите се разговори, за които родителите на специалните деца съобщават, са тези, проведени непосредствено след потвърждение на техните съмнения. Емпатийният подход води до установяване на доверие и разбиране, отколкото осъдителното и емоционално базирано отношение. Тонът на гласа ви, вашите физиономии и жестове трябва да бъдат отворени и предразполагащи. Каквото и да се случи след това, в дългосрочен план родителите ще помнят и оценяват вашето отношение, ако то е базирано на грижа и подкрепа.

4. фокусирайте се върху показателите за детско развитие, върху абсолютните индикатори за отклонения в развитието и вземайте нещата на сериозно.

“Това е толкова емоционална тема, но показателите за детско развитие ми помогнаха да разбера.”

Дайте на родителите нещо позитивно за четене (вижте списъка с показатели и червени лампи за детско развитие). Чек листа дава на родителите тема за размисъл и обсъждане, като никога не поставя етикет на това. Той започва с разговор с лекари и дава специфична информация относно показателите на развитие.

5. Препращайте родителите към други източници на информация. Някои родители се нуждаят да достигнат сами до това разбиране .

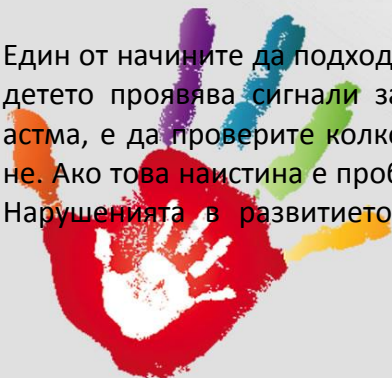
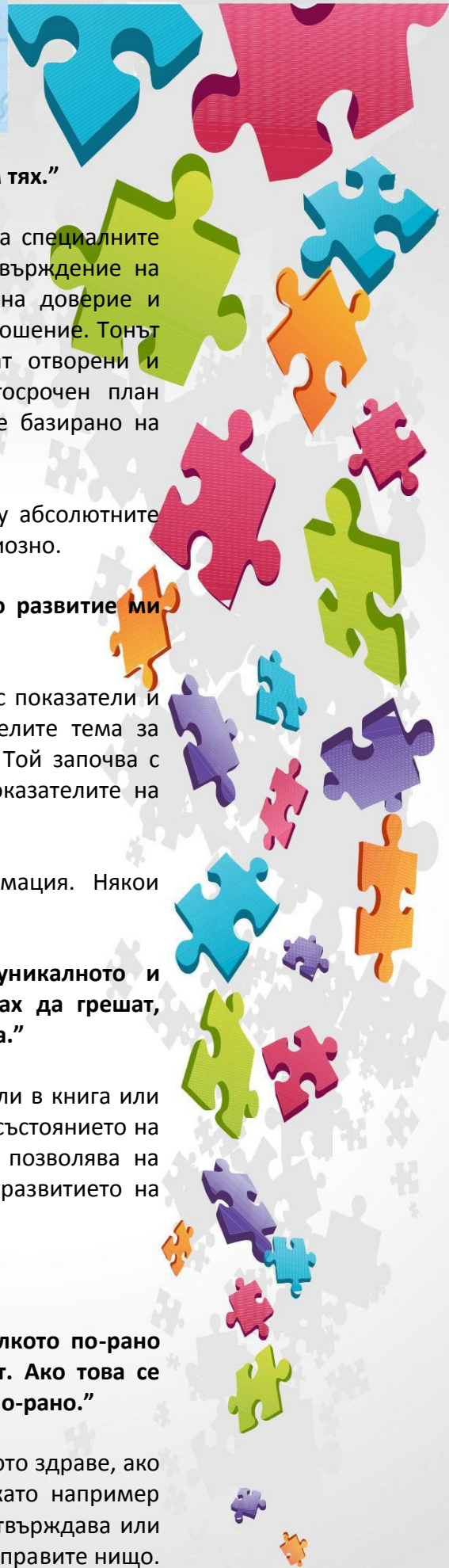
“Спомням си, когато видях един сайт, който описваше уникалното и проблемно поведение на моя син. Колкото повече се надявах да грешат, толкова повече четях и разбирах по-добре какво означаваше това.”

Описването на нарушенията в развитието с думи, независимо дали в книга или по интернет, позволява на родителите да сравнят поведението и състоянието на децата си. Това дава обективно описание на общите черти и позволява на родителите по-добре да разпознаят притесненията си относно развитието на тяхното дете.

6. Подчертайте важността от ранна идентификация и интервенция

“Ранната интервенция е ключът. Кажете на родителите, че колкото по-рано уловят проблема на детето, толкова по-лесно ще му помогнат. Ако това се проточи твърде дълго, само ще попречи на детето да се развие по-рано.”

Един от начините да подходите към съмненията си относно детското здраве, ако детето проявява сигнали за сериозен здравословен проблем, като например астма, е да проверите колкото се може по-скоро дали той се потвърждава или не. Ако това наистина е проблем, той само ще се влоши, ако не направите нищо. Нарушенията в развитието не са по-различни. Ако не получат навременна





интервенция относно езиковите, социални и поведенчески особености, проблемите няма да изчезнат, а ще се задълбочават с времето. И което е по-обнадеждаващо, ранната интервенция работи успешно и подобрява живота в краткосрочен и дългосрочен план и на детето и на неговото семейство. Така че животът може да бъде по-добър след като веднъж интервенцията е започнала.

7. Бъдете уверени, че споделянето на притесненията винаги е правилното решение. Най-трудната част е да намерите точните думи, с които да започнете разговора със семейството.

„Когато синът ми беше на 18 месеца и не говореше, приятелка ми каза, че е добре да се консултирам с педиатъра му. Трябва да призная, че това ме подразни, но когато разбрах, че съвета ѝ е основателен, после ѝ благодарих. Повечето хора просто ще си останат със скръстени ръце без да кажат нищо. Тя не беше много деликатна, но постъпи правилно.“

Опитайте първо с ролева игра какво бихте казали. Изразете какво сте наблюдавали, което ви води до съмнения, по внимателен и подкрепящ начин. Това може да снижи вашата собствена тревожност и да ви даде увереността да го направите наистина с родителите по този позитивен начин. Не се страхувайте, че ще влошите отношенията си със семейството. Ако споделите притесненията си по позитивен и грижовен начин, вие ще изградите доверие с тях. Основното е, че колкото по-рано са открити особеностите в развитието на детето, и колкото по-рано започне въздействието върху тях, толкова по-добра е прогнозата за в бъдеще.

8. Чрез споделяне на вашите притеснения, можете да помогнете на родителите да разберат своите собствени съмнения, които се страхуват или не могат да изразят и изкажат.

“Чувствах се удобно в своето отричане. Просто си мислех „това ще отmine“. Но когато сестра ми сподели с мен своите притеснения за моето дете, тя просто изказа това, което аз се страхувах да кажа. Тогава се нуждаех от някой, който да ме извади от комфортната зона и да ме накара да се раздвижа.“

Често родителите може да имат натрапчиви и подсъзнателни страхове, че нещо не е наред в развитието на детето, но да се страхуват да го изразят. Всичко, от което се нуждаят, е да чуят същите съмнения от някой друг, което да потвърди техните подозрения. Тези състояния са описвани от родителите като силно облекчаващи ги. Сега вече не се чувстват толкова самотни. А това им дава сила да предприемат следващата стъпка за детето си.

КАКВО НЕ СЕ ПРАВИ:

1. Не подценявайте и не изпускате тревогите на родителите

“Просто слушайте и наблюдавайте. Отделете време да изслушате родителите и





да наблюдавате детето преди да кажете или направите каквото и да е.”

Ако някой родител споделя тревогите си с вас, имате уникалната възможност да му помогнете. Изслушването често е единственото, от което се нуждаят – начин да превърнат тревогите си в думи и действия.

2. Не сравнявайте децата едно с друго. Всяко дете е уникално.

“Чух една история за дете, което не говорело и един ден започнало да говори като по чудо. Чувал съм за Айнщайн, който проговорил късно, което е друг начин да се успокоявам. Въпреки всички добре разказвани истории, те не правят нищо за да помогнат на детето ми. Те само удължават моите собствени съмнения.”

Често семействата и приятелите ще разказват такива истории, за да успокояват родителите. Друг път ще им разкажат нещо смешно, за да ги развеселят и да споделят тревогите си по забавен начин. Въпреки това, родителите често разбират, че не правят достатъчно за своите деца и техните потребности. Така или иначе, анекдотите не са полезни. По-добре е да мислите за детето по друг начин.

3. Не използвайте етикети, технически жаргон или сложна терминология

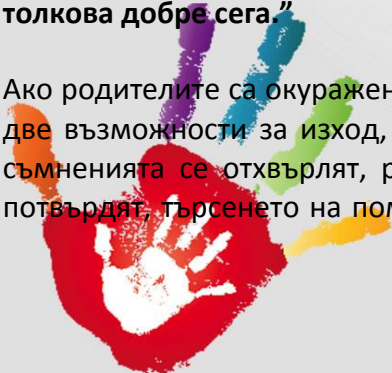
“Когато учителят на синът ми ми каза, че се нуждае от специално образование, си помислих, че тя го смята за умствено изостанал, и просто млъкнах. После, когато лекарят му ми каза, че е виждал и други деца като него преди, аз спрях да слушам.”

Вероятно е много плашещо да споменеш за някое увреждане на родителите. Много от нарушенията са недоразбрани и просто споменаването им може да създаде големи страхове у родителите. Понякога даването на статия или книга за четене е достатъчно, за да направите връзката с родителите.

4. Не плашете родителите: бъдете позитивни

“Казах на лекаря си, че детегледачката на дъщеря ми има някакви притеснения за нея, с които аз не съм съгласна. Все пак не е ли типично за всяко дете да бъде малко по-различно? Никога няма да забравя какво ми каза докторът с прости и спокойни думи: „Само ако проверите, ще сте сигурни. Нямайте какво да губите.” Той беше прав. Ако не бяхме потърсили помощ за сина ни тогава, на тази ранна възраст, той – всъщност и ние – нямаше да сме толкова добре сега.”

Ако родителите са окуражени да споделят съмненията си със своите лекари, има две възможности за изход, всяка от които води до положителен резултат. Ако съмненията се отхвърлят, родителите ще могат да си отдъхнат. Ако обаче се потвърдят, търсенето на помощ чрез последващо оценяване и препращане към



АА



Асоциация аутизъм

други специалисти, ще насочи родителите към правилния път.

Нищо няма да се случи, ако съмненията се проверят. Това няма да навреди нито на детето, нито на семейството му. Нещата могат само да се подобрят.

Това е позитивното послание, което членовете на семейството и приятелите могат да споделят с родителите, за да ги подкрепят в търсенето на помощ и съдействие.

