

GDY NA ŚWIAT PRZYCHODZI NIEPEŁNOSPRAWNE DZIECKO

Przyjście na świat dziecka to niezwykle moment w życiu rodziny.

Rodzice wyczekując go, często nie potrafią oprzeć się różnego rodzaju wizjom i pragnieniom. Jeśli wymarzony i wyczekiwany obraz okazuje się być odmienny, pojawia się rozczarowanie i różnego rodzaju negatywne uczucia. Kiedy u dziecka zdiagnozowano niepełnosprawność rodzice są często zdruzgotani, przeżywają szok. Na przemian pojawia się nadzieja, ale i głęboki smutek i rozpacz. Fazy radzenia sobie po narodzinach dziecka wymagającego szczególnej opieki można uporządkować według etapów wychodzenia z kryzysu, które określa się jako proces zdobywania umiejętności psychicznego i życiowego radzenia sobie z problemami dziecka z ograniczeniami rozwojowymi.

Wyróżnia się następujące fazy:

I FAZA SZOKU – dochodzi w niej do paraliżu zdolności do działania rodziców. Pojawiają się często takie objawy jak: obniżony nastrój, stany nerwicowe, wzajemna wrogość między rodzicami oraz ambiwalentne uczucia wobec dziecka.

II FAZA ROZPACZY, w której rodzice przeżywają zwykle przygnębienie, bezradność, zawód z powodu niespełnionych nadziei. Odczuwają obciążenie emocjonalne oraz fizyczne związane z obowiązkami, mają poczucie winy, krzywdy oraz osamotnienia.

III FAZA POZORNEGO PRYZYSTOSOWANIA, często trwająca bardzo długo, kiedy uruchamiają się różnego mechanizmy obronne chroniące przed napięciami. Rodzice bronią się poprzez rezygnację oraz negację przez zaprzeczenie

i wypieranie faktu niepełnosprawności dziecka. Może pojawić się agresja kierowana na siebie, na dziecko lub specjalistów. Charakterystyczna staje się apatia i przygnębienie rodziców czasem zapominających o dziecku potrzebującym ich miłości.

IV FAZA KONSTRUKTYWNEGO PRYZYSTOSOWANIA SIĘ polega na pełnej akceptacji dziecka i własnej sytuacji jako rodzica. Zaczynają dominować pozytywne uczucia, a kontakty z dzieckiem zaczynają przynosić satysfakcję, szczególnie gdy rodzice zaczynają dostrzegać postępy w rozwoju dziecka.

Doświadczenie rodzicielstwa dziecka niepełnosprawnego stawia rodziców w obliczu konieczności przeformułowania dotychczasowego życia, marzeń i planów. Jeśli pragniesz żeby Twoje rodzicielstwo było świadome, wcześniej czy później zmierzysz się z różnego rodzaju wątpliwościami. Jednak to w jaki sposób poradzisz sobie w obliczu nowych sytuacji i trudności dnia codziennego w dużej mierze zależy od tego, jak zadbasz o siebie. Trudno jest sprawować opiekę nad drugą osobą nie troszcząc się o siebie.

ZADBAJ O SWOJE ZDROWIE I SAMOPOCZUCIE PSYCHICZNE

W szczególny sposób o swe zdrowie psychiczne powinny dbać matki. Wskazana jest praca zawodowa (choćby w niepełnym wymiarze), nie wycofywanie się z aktywności zawodowej, by zapobiegać zaniżonej samoocenie i utracie wiary w siebie i w swoje możliwości. Wyjście choćby na godzinę na basen, aerobic czy inne formy aktywności, mogą ułatwić radzenie sobie z napięciem emocjonalnym i stanowić jednocześnie możliwość oderwania się od codziennych problemów.

Zastanów się nad tym, co lubisz robić i w jaki sposób możesz sprawić sobie przyjemność. Zasługujesz na nagradzanie siebie.

BIERZ UDZIAŁ W SPOTKANIACH GRUP WSPARCIA

Stałe kontakty z grupami wsparcia dają poczucie więzi i oparcia, pozwalają odnaleźć sprawdzone przez innych, wartościowe sposoby radzenia sobie w różnych sytuacjach. Wymiana doświadczeń, emocji i spostrzeżeń pomoże spojrzeć na sytuację z innej strony.

ZATROSZCZ SIĘ O POZOSTAŁYCH CZŁONKÓW RODZINY

Troszcząc się o siebie i dziecko wymagające szczególnej opieki nie zapomnij o pozostałych członkach rodziny. Oni również potrzebują wsparcia i pomocy. Kosztami związanymi z wychowaniem dziecka niepełnosprawnego obciążone jest również rodzeństwo, które może poczuć się mniej kochane czy odrzucone. Staraj się rozmawiać z nimi, kierować do nich czułe słowa i pamiętać o ich potrzebach. Trzeba znaleźć dla siebie czas, by rozmawiać otwarcie o tym co jest trudne, czego możecie od siebie oczekiwać i co możecie dawać sobie nawzajem.

STARAJ SIĘ ZACHOWAĆ UMIAR W ODDZIAŁYWANIACH WYCHOWAWCZYCH

Staraj się zachować umiar w oddziaływaniach wychowawczych, by uniknąć zarówno nadopiekuńczości czy odtrącenia, jak i nadmiernych wymagań bądź ich braku. Staraj się stworzyć dziecku ciepłą, rodzinną atmosferę dla jego rozwoju, pełną miłości i harmonii. Dbaj, aby dziecko czuło, że jest akceptowane, w pełni wartościowe i to co je ogranicza nie stanowi dla Ciebie żadnego problemu. Miłość to najlepsze drożdże do wzrostu małego człowieka.

NIE ZAMYKAJ DZIECKA PRZED ŚWIATEM

Zadbaj, by dziecko przebywało również poza otoczeniem domowym. Pozwalaj dziecku przyzwyczajać się do obecności innych osób w jego życiu. Nie traktuj

siebie jako osoby niezastąpionej w opiece nad dzieckiem. Inni też sprostają zadaniom, które im powierzysz.

STARAJ SIĘ NIE PRZEJMOWAĆ UWAGAMI i ignorować niegrzeczne zachowania innych ludzi. Nie zakładaj z góry, że dziecko nie osiągnie pewnych umiejętności. Jeśli wierzysz, pracujesz i nie ograniczasz dziecka jest w stanie osiągnąć niekiedy to, co wydawało się niemożliwe.

WCZESNE WSPOMAGANIE ROZWOJU DZIECKA

Współczesne sposoby pracy z dzieckiem niepełnosprawnym dają możliwość wspomaganie dziecka i jego rodziny już od wykrycia niepełnosprawności.

Wczesne wspomaganie rozwoju jest wielospecjalistyczną, wczesną, kompleksową pomocą dziecku i jego rodzinie. Ma na celu poprawienie funkcjonowania dziecka niepełnosprawnego w różnych sferach oraz całościowe udzielenie wsparcia jego najbliższej rodzinie. W terapię włączani są rodzice, bo to oni najlepiej znają własne dziecko – jego mocne i słabe strony oraz potrzeby. Wczesne wspomaganie rozwoju dziecka może odbywać się od momentu wykrycia jego niepełnosprawności do rozpoczęcia nauki szkolnej. Szybka, interdyscyplinarna diagnoza i podjęta terapia jest niezwykle ważna ze względu na dużą plastyczność układu nerwowego we wczesnym rozwoju dziecka.

WAŻNE INFORMACJE:

- Twoje dziecko może zostać objęte zajęciami wczesnego wspomagania w uprawnionych do tego placówkach tj poradnie psychologiczno-pedagogiczne, specjalne ośrodki szkoleniowo-wychowawcze, przedszkola – na podstawie opinii o potrzebie wczesnego wspomaganie rozwoju wydanej przez zespół orzekający w Poradni Psychologiczno-Pedagogicznej
- Wczesnym wspomaganie zostają objęte dzieci począwszy od momentu wykrycia niepełnosprawności aż do momentu rozpoczęcia przez nie nauki szkolnej
- Jeśli Twoje dziecko wcześniej uzyskało orzeczenie o potrzebie kształcenia specjalnego nie wyklucza to możliwości korzystania z zajęć organizowanych w ramach zajęć wczesnego wspomaganie rozwoju

*mgr Beata Gil – logopeda; PPPP Tarnów
mgr Małgorzata Piotrowska – pedagog, PPPP Tarnów*