

Советы для родителей ребенка с синдромом Дауна

В общении с ребенком:

- Всегда помните - что ваш ребенок это личность со своими надеждами, мечтами, правами и достоинствами.
- Не пытайтесь найти «проявления синдрома» в поведении ребенка, его эмоциях. Ваш ребенок может проявлять свои чувства, так же как и любой другой ребенок.
- Помните, что основные потребности Вашего ребенка ничем не отличаются от потребностей любого другого ребенка.
- Постарайтесь не забивать нуждами Вашего ребенка потребности всех остальных членов семьи. Ваша семья должна быть гармонична
- Помните, что ребенок с синдромом Дауна не должен всецело занимать вашу жизнь. Не относитесь к нему, как к «кресту», который нужно нести.
- Ребенок с синдромом Дауна нуждается в любви своих родных и всегда отвечает им тем же!

В общении с другими людьми:

- Никогда не принимайте утверждений ни от друзей, ни от специалистов, которые звучат как «Они все такие как...». Настаивайте на том, что навыки и особенности вашего ребенка должны расцениваться индивидуально.
- Старайтесь отвечать спокойствием и достоинством на пристальные взгляды посторонних
- Старайтесь, не стесняясь, честно отвечать на вопросы друзей и прохожих
- Заводите новых друзей, если это нужно, чтобы и вы и ваш ребенок чувствовали себя комфортно.
- Постарайтесь понять, что некоторые люди имеют большие или меньшие навыки в выражении сопереживания и участия в других людях.
- Используйте Интернет-сайты для переписки и обмена мнениями с такими же семьями.

В общении со специалистами:

- Спросите человека, который дает вам советы или информацию о том, что такое синдром Дауна, где он получил данную информацию, и какой опыт непосредственного общения с людьми с синдромом Дауна он имеет сам.
- Настаивайте на том, чтобы специалист, дающий информацию о синдроме Дауна, делал это одновременно для обоих родителей и тех родственников, которых родители считают нужным об этом проинформировать.
- Не позволяйте людям давать вам советы на ходу, это должно быть в приватном, удобном для беседы месте.
- Постарайтесь понять, что в точности никто не знает, что именно вам сказать и как наилучшим образом помочь именно вам, поэтому:
 - задавайте любые вопросы относительно своего ребенка, даже если они могут показаться вам тривиальными;
 - попросите познакомить вас с другими родителями детей с синдромом Дауна, чтобы поговорить с ними о том, что они чувствовали, когда в их семье родился ребенок, и как они чувствуют сейчас, если вам это кажется нужным;
 - обсудите со специалистом, что для вас представляет наибольшие сложности, и попытайтесь совместно найти решение
- Помните, что родители всегда являются экспертами в вопросах, касающихся их собственного ребенка

Кроме того:

- Вы можете нуждаться в том, чтобы поделиться чувством горя от утраты того ребенка, о котором вы мечтали, и шоком, который вы испытали в связи с поставленным вашему ребенку диагнозом – синдром Дауна.

Не стесняйтесь своих чувств, какими бы они ни были, и найдите человека, с которым можно было бы ими поделиться!