Porady indywidualne dla rodziców i prawnych opiekunów uczniów ze spektrum autyzmu (PROJEKT)

09.05.2024

Temat: Wsparcie rodziców dzieci z autyzmem.

Można by podkreślić, że to zaburzenie dotyka całą rodzinę. Ogólnie wymaga sporego przystosowania się otoczenia do specjalnych potrzeb dziecka autystycznego. Rodzice na początku swojej drogi z diagnozą mogą mieć wówczas wiele pytań i wątpliwości, dotyczących tego, jak poradzą sobie z takim wyzwaniem i czy będą w stanie pomóc swojemu dziecku. Ukazuje się poczucie lęku, bezradności, a poziom stresu zdecydowanie wzrasta. Jednak spokojnie – odnalezienie się w nowej sytuacji, mimo że zajmie nieco czasu, jest kluczem dla lepszego funkcjonowania dziecka i zapewnienia mu należytej pomocy. Ćwiczenia w gabinecie psychologa, logopedy czy terapeuty integracji sensorycznej są tylko częścią życia dziecka – cała reszta odbywa się w domu oraz szkole. To właśnie tam, w pewien sposób, powinna być kontynuowana terapia. Dzięki pomocy dziecko łatwiej i szybciej poradzi sobie z poznawaniem świata i siebie oraz radzeniem sobie w codziennych sytuacjach. Aby jednak opiekunowie wiedzieli, jak wspierać rozwój swojego dziecka, niezbędne jest wsparcie rodziców dzieci z autyzmem. Przy wsparciu rodzice potrzebują być w ścisłej współpracy z terapeutami, którzy krok po kroku wytłumaczą sposób postępowania. Ważne jest też by poznali specyfikę tego zaburzenia, potrzeby oraz najlepsze sposoby na codzienną pracę w domu.

Temat: Gdzie szukać wsparcia?

Można się przekonać jak bardzo ważne jest wsparcie rodziców dzieci z autyzmem. Zastanawia Cię często gdzie szukać pomocy i od czego by tu zacząć? Już na wstępie warto sprawdzić, jakie fundacje i stowarzyszenia wspierające dzieci z autyzmem i ich rodziny, działają w Twoim mieście. Nierzadko oferują one zajęcia dla dzieci rodziców, warsztaty, szkolenia czy akcje społeczne. Zapoznanie się z innymi rodzicami, którzy są w tej samej sytuacji, może okazać się dla Ciebie dobre. Niektóre fundacje mają grupy wsparcia dla rodziców, prowadzone przez psychologa. Na takich spotkaniach można wymienić się doświadczeniami, opowiedzieć o aktualnych problemach oraz poznać historie innych osób.

Telefony poradnicze

Stowarzyszenie AS prowadzi ogólnopolski telefon pomocowy. Odbierają go osoby w spektrum autyzmu, które pomagają zarówno opiekunom jak i osobom w spektrum. Kontakt pisemny możliwy jest przez FB.

Stowarzyszenie Innowacji Społecznych Mary i Max prowadzi Warszawską Infolinię dla osób w spektrum i ich rodzin czynną w każdy poniedziałek 15:00-17:00.

Fundacja JiM prowadzi anonimowy telefon pomocowy dla osób w spektrum, ich rodziców i opiekunów.

Konsultacje indywidualne

Fundacja AleKlasa oferuje konsultacje indywidualne prowadzone przez rodziców dzieci w spektrum.

Warszawski Instytut Psychoterapii oraz **Fundacja GenerAACja** – prowadzi konsultacje online dla rodziców, pomoc w rozwiązaniu trudnych problemów.

Wsparcie psychologiczne

Stowarzyszenie Mudita – oferuje bezpłatne i anonimowe wsparcie psychologiczne dla opiekunów osób niepełnosprawnych (wszystkich niepełnosprawności). Telefon w wyznaczonych godzinach odbierze dyżurujący psycholog.

Fundacja Dajemy Dzieciom Siłę oprócz telefonu zaufania dla dzieci i młodzieży prowadzi także telefoniczne wsparcie dla rodziców i nauczycieli. Tematyka obejmuje przemoc, problemy ze zdrowiem psychicznym, bezpieczeństwo online, a także specjalne potrzeby edukacyjne. Pytanie można zadać także mailowo.

Dodatkowo przygotowałam kartę pracy o emocjach dla dziecka ze spektrum autyzmu, które można zrobić w domu. Podczas wykonywania zadania można porozmawiać z rodzicem/opiekunem o emocjach jakie towarzyszą nam w danym dniu.