

Как рассказать о расстройстве аутистического спектра сиблингам?

После постановки диагноза многие родители не понимают, как рассказать об этом другим детям. Как рассказать им так, чтобы не напугать? Конечно, многое зависит от возраста: дети до 5-6 лет могут не понимать трудностей брата или сестры, смущаться и не осознавать, что на самом деле означает диагноз. В этом случае можно рассказать ребенку сказку с кратким описанием ситуаций, возникающих в семье, используя как иллюстрации фотографии его сиблинга с аутизмом.

Старшим детям можно рассказать обо всем подробно, объяснить наиболее типичные характеристики аутизма, например, трудность в принятии изменений или сложности в общении, повторяющееся поведение, моторные стереотипии, агрессивные реакции. Вместе с детьми можно посмотреть фильмы или мультфильмы про персонажей, поведение которых соответствует типичному поведению ребенка с аутизмом. Точное и четкое объяснение трудностей ребенка с аутизмом позволит братьям и сестрам справиться с непониманием его экстравагантного поведения и уверенно отвечать на вопросы друзей о его особенностях. Здесь важно, чтобы ребенок мог без страха задать волнующие его вопросы, попросить помощи или совета, выразить любые мысли и чувства о брате или сестре с аутизмом, не ощущая смущения или осуждения со стороны родителей. Мать и отец должны рассказать детям, что переживать странные или негативные чувства абсолютно нормально. Часто братья и сестры детей с аутизмом испытывают смущение, стыд, ревность, гнев или грусть. Чтобы смягчить возможное чувство вины, родители могут рассказать о своих отрицательных эмоциях, и поделиться тем, как они справляются с ними. Наконец, как в любой семье, между детьми могут возникать споры, непонимания и ссоры, однако это не означает, что они не любят друг друга. Чтобы укрепить связь между братьями и сестрами, родители могут посоветовать, как играть с ребенком с аутизмом (например, найти общее занятие или интерес), как привлечь внимание и как с ним общаться. Родители обычно обращают внимание в первую очередь на ребенка с аутизмом. Тем не менее рекомендуется не пренебрегать общением с другими детьми, придумывать особые занятия и проводить с ними время. Дети могут ревновать и обижаться, что родители не уделяют им столько же внимания. Время, проведенное один на один способно укрепить семейные привязанности и позволить ребенку почувствовать себя важным. Поэтому стоит объяснять братьям и сестрам, что вы постараетесь находить время на общение с ними, и выполнять это обещание.

