

Строки, обращенные к каждому родителю ребенка с СД.

Дорогие родители,

это методическое пособие выпущено по инициативе Санкт-Петербургского диабетического общества для поддержания в вас уверенности, что вы не одиноки в достижении своей цели, победы над диабетом. Мы хотим передать вам опыт людей, которые уже прошли часть своего пути к победе, пользуясь в своей жизни определенными правилами. Мы абсолютно уверены в том, что это придаст вам силы и приведет к покорению жизненных вершин.

На любое событие существуют две точки зрения - личная и сверхличная. Первая обычно ошибочна, вторая помогает поднять сознание увидеть реальные возможности. Вашему ребенку поставили диагноз СД, событие уже произошло, поэтому

Правило №1

Необходимо как можно быстрее вернуть себе душевное спокойствие, это лучший путь к действенным решениям, принять обрушившиеся на вас трудности, всю меру любви к своему ребенку перевести в действия каждого дня. Проявите все свое мужество, любовь испытывается на препятствиях.

Правило №2

Необходимо освободиться от страха. Когда вами приняты меры - он устраняется полностью, достигается контроль над обстоятельствами. Самые тяжелые обстоятельства вызывают у стойких людей подъем и силу противостояния, у слабых отчаяние. Это не вы попали в беду, это ваш ребенок в беде, и только вы можете ему прийти на помощь. Вы должны быть сильными.

Правило №3

Необходимо выдержать испытание, не падать духом. Представьте себя в условиях еще более тяжелых и, по сравнению с ними, увидеть что то, что происходит сейчас, не так уж трудно как кажется. Если это понять и применить этот метод сравнения, можно выдержать испытание.

Правило №4

Необходимо удерживать упорно и крепко свой настрой на победу. В унынии люди лишаются возможности себе помочь. Каждая улыбка в семье ускорит вашу победу и придаст силы. Каждая слеза и уныние отодвинут вашу победу далеко от вас.

Правило №5 Необходимо создать себе яркий, четкий сценарий жизни, который вы будете воплощать со своим ребенком день ото дня. На это вам понадобится большое терпение. Терпение лежит в основе всех достижений.

Правило №6

Необходима стойкость. Нельзя сломаться под обстоятельствами. Можно сломать руку, ногу, но нельзя сломить силу воли к победе.

Правило №7

Безусловно, на вашем пути вас могут посещать сомнения, и здесь вера и желание будут вашими помощниками. Желание должно быть непреодолимым, а подкрепленное верой, оно поможет достичь цели.

Правило №8

Результатом ваших усилий станет вдохновение, состояние, в котором вы получите возможность управлять сложившимися обстоятельствами. Черпайте вдохновение в музыке, изобразительном искусстве, героях литературных произведений. Посмотрите новыми глазами на то, что вы знали раньше, но не придавали этому значения. Судьбы всех выдающихся людей являются ярким подтверждением обладания такими качествами, как вера, желание и вдохновение.

Правило №9, и это самое главное правило

Вы должны стать образованным человеком в области диабета. Не интересующимся проблемой диабета, а глубоко образованным. В настоящее время для этого есть все возможности:

- работает диабетологический Центр
- открыты школы обучения родителей и членов семьи
- доступны новейшие технологии компенсации диабета
- публикуются научные материалы ежегодных конгрессов по эндокринологии

Подводя итоги, сформулируем какие основные цели нам необходимо достичь:

- обеспечить ребенку на весь период взросления всестороннюю психологическую поддержку от всех членов семьи
- подготовить ребенка с 7-8 лет к ответственности за свое здоровье, это значит вовлекать его в процесс лечения и самоконтроля, поручить ему какие то маленькие обязанности. При этом обеспечить необходимую родительскую поддержку и ненавязчивый контроль.
- мотивировать ребенка к преодолению барьера говорить окружающим, что у него диабет. Научить его объяснять какие правила и ограничения связаны с этим заболеванием, чтобы у собеседника не возникло отрицательных эмоций.
- корректировать положительными примерами переживание ребенка о том, как он будет учиться, об осложнениях диабета
- не лишать ребенка самостоятельности и инициативы, не оберегать от трудностей реальной жизни. Прививать навыки социализации на всех уровнях. Поощрять ребенка к обучению в школе, посещению детского сада, занятию спортом, творчеством, обучив при этом необходимым правилам безопасности
- создавать благоприятную атмосферу в семье. Хороший контакт между членами семьи одно из главных условий компенсации диабета у детей, по необходимости прибегать к консультациям семейного психолога
- использовать политику открытых дверей в отношении ребенка. Дайте ему понять, что вы работаете вместе над решением всех проблем, что вы открыты для любых вопросов, что он может с вами поговорить в любое время и вы готовы выслушать его и помочь.

В заключении мы хотим всем пожелать открыть в себе новые возможности управления диабетом, научиться встречать свой каждый новый день с перспективой новой степени знаний.