

10 zasad żeby nie zwariować - czy one naprawdę działają?

Dodany przez Kasia

wtorek, 13 września 2011 20:34 - Poprawiony wtorek, 13 września 2011 21:13



Przeglądając zagraniczne stronki w necie, w poszukiwaniu różności związanych z niepełnosprawnością natknęłam się na krótki artykuł zatytułowany "Top 10 ways to survive raising a disabled child", który postanowiłam na szybko przetłumaczyć. Pomyślałam sobie: "kurczę, czy to możliwe, żeby tylko 10 prostych i oczywistych rad mogło uchronić rodziców dzieci niepełnosprawnych od szaleństwa i potrzeby odosobnienia w szpitalu psychiatrycznym???" Hmmmm, no nie wiem? Podzielę się z Wami materiałem. Pozwolę sobie podać całość w punktach, tak jak było w oryginale.

1. Kochaj, kochaj, kochaj.
2. Nie trać nadziei.
3. Pamiętaj, że Twoje chore dziecko cierpi bardziej od Ciebie.
4. Rozmawiaj z innymi rodzicami w podobnej sytuacji, wymieniaj się doświadczeniami, poradami.
5. Postaraj się zapanować nad potrzebą spożywania nadmiernej ilości słodyczy :)
6. Naucz się dobrze zarządzać swoim czasem. Odpoczywaj i pozwól sobie pomagać.
7. Nie karz się, jeśli czasami ogarnie Cię frustracja lub stracisz cierpliwość.
8. Bądź w stałym kontakcie z lekarzami i opiekunami Twojego dziecka.
9. Przyjmij do wiadomości, że wychowanie niepełnosprawnego dziecka jest bardzo kosztowne. Staraj się odpowiednio zarządzać pieniędzmi. Nie zapominaj jednak o sobie i przeznaczaj pieniądze również na swoje przyjemności.
10. Zapoznaj się dokładnie z lekami, które przyjmuje Twoje dziecko, z ewentualnymi skutkami ubocznymi, oraz z terapiami, jakim dziecko jest poddawane.

Czy rzeczywiście jest to takie proste? Czy stosujecie którąś z tych zasad, poza oczywistymi punktami o miłości i nadziei? A może macie swoje, wypracowane i działające metody survivalowe? Zapraszam do dyskusji...

Kasia

Źródło: www.divorcewizards.com