



موضوع:

## فرزندپروری کودک مبتلا به سندرم داون

استاد محترم:

سرکار خانم خدیجه خزائلی

دانشجو:

منا آزادی

### فرزندپروری کودک مبتلا به سندرم داون

مانند اکثر کودکان، کودکان مبتلا به سندرم داون نیز معمولاً کارهای روزمره را انجام می دهند. آنها همچنین بهتر از نظم و انضباط به حمایت مثبت پاسخ می دهند. پس از کودکان خود در انجام کارها و برای افزایش توانایی ها حمایت کنید.



با استفاده از نکات زیر می توانید کودک خود را بهتر مدیریت کرده و تربیت صحیح و بدون خطا داشته باشید:

- ✓ با سندرم داون آشنا شوید هرچه بیشتر بدانید ، بیشتر می توانید به خود و فرزند خود کمک کنید.
- ✓ فرزند خود را دوست داشته باشید و با او بازی کنید. با او همانطور رفتار کنید که با کودک بدون معلولیت رفتار می کنید. برای کودک خود وقت بگذارید ، با هم کتاب بخوانید ، با هم تفریح کنید.

- ✓ فرزند خود را به مستقل بودن تشویق کنید (مانند لباس پوشیدن ، نظافت و غیره)
- ✓ با متخصصانی که با فرزند شما کار می کنند همکاری کنید. در برنامه ریزی آموزش فرزند خود شرکت کنید، دانش خود را درباره فرزند خود به اشتراک بگذارید و به رفع نیازهای خاص فرزند خود کمک کنید.
- ✓ دریابید که فرزند شما در مدرسه چه می آموزد و به دنبال راه هایی برای استفاده از آن در خانه باشید.
- ✓ در دستیابی به اهداف انعطاف پذیر باشید (یعنی اگر فرزند شما در نوشتن با مداد مشکل دارد ، نوشتن با رایانه را به او بیاموزید)
- ✓ کارهایی از خانه را که می دانید کودک تان قادر به انجام دادن آن است را به او بدهید و فعالیتها را به چند مرحله تقسیم کنید و از بخواهید مرحله به مرحله آن را انجام دهد تا برایش ساده تر باشد و صبور باشید تا کودک خود بتواند آن را انجام دهد ، این مسئولیت پذیری توانایی کودک را بالا میبرد.
- ✓ کودک خود را در انجام کارهای روزمره حمایت کنید.
- ✓ از کودک خود بخواهید با بچه های دیگری که سندرم داون دارند یا مبتلا به سندرم داون نیستند بازی کند.

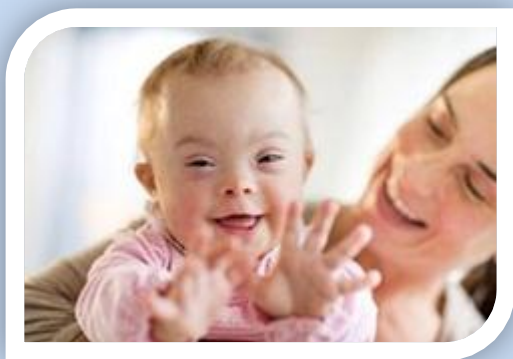
## ۲) اجازه دهید خطرات معقول را بپذیرند:

این چالشی است که هر پدر و مادری با آن روبرو هستند. شما باید از فرزندان خود محافظت کنید، اما همچنین به آنها اجازه دهید ببینند از عهده چه کاری بر می آیند.

## ۳) حل مسائل را به کودک بسپارید:

از آنها در حل مسائل، مانند چگونگی کنار آمدن با یک مسئله با دوستان یا به وجود آمدن مشکلی در مدرسه، حمایت کنید. لازم نیست مشکلات را برای آنها برطرف کنید، اما به آنها کمک کنید تا خودشان این کار را انجام دهند.

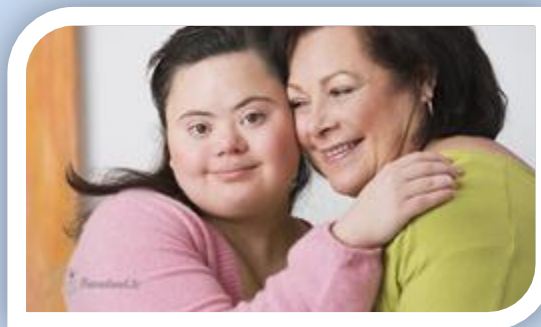
بیشتر از همه، به همان اندازه به فرزند خود عشق و حمایت کنید. درست مثل بقیه، این چیزی است که آنها بیشتر از همه به آن نیاز دارند!



بگویید دوباره امتحان کن تا از انگیزه کودک برای انجام فعالیت کاسته نشود.

✓ با کودک خود ساده صحبت کنید و دستورات پیچیده به او ندهید و از او بخواهید دستوری که به او داده اید را اجرا کند تا مطمئن شوید کودک شما درک صحیح از دستورات شما دارد

برای همه بچه ها مهم است که احساس کنند کنترل زندگی خود را دارند. این حتی برای کودکان مبتلا به سندرم داون مهمتر است، و یکی از راههای کمک به آنها برای داشتن یک زندگی رضایت بخش این است که کارهایی را به او بسپارید و در انجامش به او اعتماد کنید. به عنوان مثال، شما می توانید:



## ۱) به او قدرت انتخاب بدهید:

به کودک خود اجازه دهید وقتی منطقی است انتخاب کند. این می تواند به همین سادگی باشد که به آنها اجازه دهید لباس هایی را بپوشند و در لباس پوشیدن قدرت انتخاب داشته باشند.

✓ وقتی فرزندتان چیزهای جدید یاد می گیرد انتظارات خود را کمی بالاتر ببرید و از او بخواهید چیزهایی فراتر را یاد بگیرد و در ارتقا سطح توانایی های کودکتان به او کمک کنید.

✓ زمانی را برای بازی، خواندن، تفریح و بیرون رفتن با کودک خود اختصاص دهید.

✓ یک برنامه روزانه برای کودک ایجاد کنید و تا جایی که می توانید به آن پایبند باشید. به عنوان مثال، صبح "بلند شود / صبحانه بخورد / مسواک بزند / لباس بپوشد."



با راهنمایی های کاملاً واضح به کودک خود کمک کنید تا فعالیت های برنامه ریزی شده را انجام دهد. از تصاویر برای ایجاد یک برنامه روزانه که کودک شما می تواند ببیند استفاده کنید.

✓ برای کودک خود عبارت اشتباه است و اشتباه انجام دادی را به کار نبرید به جای این عبارت به کودک