



"¿Cómo explicarle a mi hijo que tiene un amigo con discapacidad?"

Ha empezado el cole. Tu hijo conoce a nuevos compañeros y entre ellos hay alguno "especial".

A lo mejor no sabes explicarle qué es la discapacidad, ellos no saben cómo dirigirse a su amigo; tú tampoco.

Somos madres* de niños con discapacidad. Queremos ayudarte para que nuestros hijos y los tuyos sean amigos.

"Tu hijo pregunta «¿qué le pasa?»"

Hay trastornos y síndromes que tienen rasgos reconocibles por sus movimientos o características físicas. Son las **discapacidades visibles**, como la parálisis cerebral infantil. Otras son **invisibles**, como el Trastorno del Espectro Autista.

Los niños son más naturales que los adultos. No tienen prejuicios y eso es saludable.

Cuando ellos preguntan "¿qué le pasa?" no están siendo irrespetuosos, sino **curiosos**. Es una oportunidad para enseñar.

Si te pregunta **qué es la discapacidad** puedes decirle que ocurre cuando necesitamos ayuda especial para hacer algo. Que todos, con ayuda, podemos hacer lo que nos propongamos.





Ponle **ejemplos concretos** recurriendo a sus síntomas: “tu amigo necesita apoyos para andar” “para hablar” ...

No recurras al "está malito" o "eso no se pregunta" porque estarás perpetuando los prejuicios y el miedo hacia ellos, como si fueran enfermos u ocultaran un secreto. Anímalos a que pregunten al adulto que los acompaña.

Deja que ocurra la conversación. El padre o madre que acompaña al niño le responderá.

Alienta a tus hijos a que **se interesen por sus amigos** con discapacidad: a preguntar por sus juegos y comida favorita, sus actividades diarias... Los niños de forma natural van a incluirlos en sus vidas.

"Mamá*, ese niño me da miedo"

A veces los niños temen las conductas de los niños con discapacidad. Se mueven o hablan "raro".

Cuando expresen estos sentimientos **no los censures**. Explica la “diferencia” como algo positivo. **Todos somos diferentes** y deseamos que nos acepten tal como somos. No los fuerces a jugar con ellos, sé tú el ejemplo y acércate a saludar y a hablar con su cuidador/a.

Poco a poco lo desconocido se convertirá en algo conocido y no tendrán miedo.



"Tu hijo con discapacidad se porta mal"

Si ves que un niño o niña tiene una **conducta atípica** en el parque o en el colegio, **pregunta** antes de juzgar. Puede que tenga una discapacidad invisible.

Las personas que les cuidamos estamos muy pendientes de ellos, pero a veces la conducta aparece: tirar del pelo, gritar o ser persistentes buscando el contacto sin filtros.

En este caso no hay "que soportarlo" porque tenga una discapacidad. Hay que ponerle **límites** sin drama y con cariño.

Un "no me tires del pelo" mientras se aparta la manita es suficiente.

Pregunta a las personas que le cuidan cómo poner límites para poder transmitir tranquilidad a tu hijo. La integración favorece a mi hijo y enriquece la vida del tuyo, pues los hará más tolerantes y solidarios.

"Son niños, son personas, tienen nombre"

Aunque tengan discapacidad tienen las mismas necesidades que cualquiera. La principal es ser **vistos, reconocidos como personas y recibir cariño**.

Si tu hijo está interactuando, acércate y saluda al niño con naturalidad. Ajústate a su edad, no lo infantilices. **Mírale a los ojos y sonríe**. No importa si él o ella no puede hacerlo; puede que te devuelva una mirada o sonría, o incluso puede que no recibas respuesta. ¿Sientes incomodidad? Tú estás haciendo algo maravilloso.

Puedes preguntarle cómo se llama, así podrás nombrarlo. Interésate por lo que le gusta, lo que está haciendo: jugar, leer...



"Usa un lenguaje apropiado"

Los niños con diversidad funcional no son niños "tontos" ni "subnormales". Estos términos son peyorativos y **duelen**.

Evita decirle a tu hijo "que está malito". De forma coloquial es correcto decir "tiene discapacidad", "tiene autismo" o "tiene parálisis cerebral". Decir "es autista" o "la paralítica" es identificar el trastorno con la persona, y a nadie le gusta que lo **invisibilicen** con una etiqueta.

Nuestros hijos tienen su propia identidad: su nombre. Son niños y niñas que TIENEN una discapacidad.

Invita a tus hijos a ser apoyo de los nuestros. Sé ejemplo para enseñarles que **la solidaridad es gratificante**.

La solidaridad y el buen trato **facilita la vida** a las familias con hijos con discapacidad.

P.D. Nos hemos referido a las madres* porque la realidad es que todavía recae en nosotras los cuidados de los hijos la mayoría de las veces. Este mensaje también expresa el sentir de los padres y está dirigido a padres.

Fdo: Madres atípicas

2018