

Queridos padres y amigos:

El hecho de compartir la vida con personas con trastorno del espectro autista, independientemente de las dificultades que conlleve, no es obstáculo para vivir esa vida con plenitud.

Una vez superadas las etapas iniciales de negación y duelo, llegamos a la aceptación, recobrando así la calma que nos permita pensar con claridad, para trabajar en los distintos procesos de recuperación, empezando en el entorno familiar y continuado con el educativo, sin regatear esfuerzos y con la seguridad de que, tanto los buenos como los malos momentos, forman parte de un proceso que nos sigue llevando hacia delante en la mejora de su calidad de vida, dando oportunidades para demostrar lo que valen y lo que pueden lograr. Tomar conciencia de esto significa mucho y hemos de dedicarnos a crear la confianza en torno a ello.

Por fortuna, los pronósticos son mucho mejores que hace unos años. Para seguir avanzando en este universo, hay que entrar en él y comprenderlo.

Es necesario expresarnos. La posibilidad de compartir los sentimientos dentro de la familia tiene una importancia vital para el equilibrio de todos sus miembros. Una familia es un equipo, todos podemos, desde nuestro puesto, sumar para que el grupo lo haga bien.

La mayoría de los padres sentimos que otros padres con nuestras mismas preocupaciones e inquietudes son nuestros mejores aliados. Las familias no solo conseguimos ánimo e ideas de las experiencias de las otras familias, sino también consejos prácticos, información sobre investigaciones de última hora y referencias sobre servicios comunitarios, instituciones y profesionales. Es positivo facilitar la experiencia tranquilizadora de "no ser el único en el mundo con esta problemática". Hablar y compartir historias, anécdotas, experiencias de vida, alegrías y tristezas, desafíos.... Aprender como otros manejan situaciones similares a las nuestras. Pedir ayuda, muchas veces el hacer las cosas de forma repartida y organizada lo hace más fácil. Usar la imaginación, todas las situaciones son nuevas y merece la pena explorar cual puede ser la mejor solución. Dejarse llevar por el instinto. Disfrutar con cada pequeño invento y con cada éxito.

Todos sentimos el peso de la responsabilidad pero también la gratitud por el saldo en cuanto a la riqueza interior y el aprendizaje de valores humanos y sobre todo, la fuerza que otorga afrontar nuevos retos

El mantenernos unidos, con actitud positiva y la confianza en su futuro, es lo que nos da la esperanza de que es posible sacarlos adelante y permitirles una vida digna.

Más allá de unos hijos con discapacidad, tengamos una vida propia. No nos olvidemos de ellos ni de nosotros.