

Råd till föräldrar som har ett barn med synnedsättning

Tänk på att:

- låta barnet undersöka omgivningen med sina olika sinnen
- låta barnet använda synen utifrån sina förutsättningar, som att titta nära
- försöka komma underfund med vad barnet ser och vad det behöver hjälp med att upptäcka. När du ställer frågan "ser du?" svarar barnet ofta "ja" för det gör det på sitt sätt
- barnet ser olika bra vid olika tillfällen beroende på ljusförhållanden, kontrast, synerfarenhet, trötthet och så vidare
- barnet kan ha svårt att uppfatta mimik och gester och det är därför viktigt att via tal vara tydlig med vad du tycker
- underlätta med kontraster och bra belysning vid olika aktiviteter som till exempel i matsituationen, lek och pyssel
- inte låta barnet sitta vänd mot ett fönster eftersom det lätt blir bländat av ljuset utifrån (motljus). Undvik också bländande belysning
- låta barnet veta att andra människor ser tydligare än vad barnet själv gör. Ge barnet kunskaper om sin synnedsättning utifrån ålder och mognad
- det finns en risk att man som förälder vill skydda ett barn med synnedsättning mer än vad som blir bra för barnet. Lek och bus är en viktig del i utvecklingen
- barnet kan behöva vara mycket nära för att kunna uppfatta och härma hur en rörelse ska göras, som till exempel sånglek, rörelselek, gester
- låta barnet titta på TV och andra skärmar på det avstånd som det själv väljer. Det är inte skadligt för synen att sitta nära

- det underlättar för barnet att var sak har sin plats
- syntolka för barnet, det vill säga förklara med ord vad som sker runtomkring
- att det ibland är svårt att tyda fotografier och bilder. Det kan hjälpa bildförståelsen om barnet får bilden berättad och förklarad
- barnet kan känna sig osäker i nya miljöer då det kan vara svårt att överblicka platsen. Underlätta genom att låta barnet vara nära en vuxen och syntolka för barnet. Det kan också hjälpa att förbereda barnet innan man besöker den nya miljön
- barnet kan behöva hjälp med att sätta på sig sina glasögon och kan behöva uppmuntran till att använda dem. Tänk på att hjälpa till att hålla dem rena. Detta gäller även andra synhjälpmedel.