



Devět cenných rad pro rodiče autistických dětí

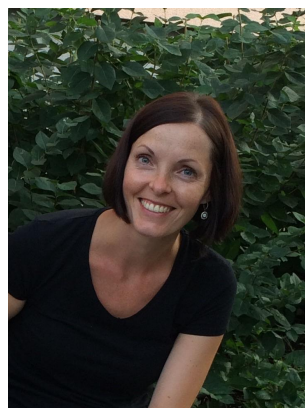
Zuzana Dvořáčková

Co je v péči o malé dítě s autismem důležité vědět a co podpoří váš vzájemný vztah



Devět cenných rad pro rodiče autistických dětí

Co je v péči o malé dítě s autismem důležité vědět a co podpoří váš vzájemný vztah



„Více než osm let se věnuji vědomé výchově svého syna s autismem. Díky tomu jsem ušla dlouhou cestu, která mě naučila mnohé o něm i o sobě sama. Teď své zkušenosti a poznání sdílím s rodiči, kteří se na stejnou cestu teprve vydávají. Pomáhám jim, aby byla snazší a jejich dítě šťastnější.“

Prohlášení: Tento materiál je informačním produktem. Jakékoliv šíření nebo poskytování třetím osobám bez souhlasu autorky je zakázáno a je porušením autorského zákona, které může být stíháno. Děkuji za pochopení a respektování tohoto sdělení.

Úvodem

Milý čtenáři, tímto vám děkuji za stažení mého eBooku a pevně věřím, že v něm najdete inspiraci. Metodika v přístupu k autistickým dětem je velmi široká a zahrnuje opravdu velkou spoustu informací a možných postupů. **Já vám zde nabídnu devět bodů, o které se ve výchově svých dětí můžete opřít nejen na začátku.**

Poruchy autistického spektra mají řadu podob a na světě prý nenajdete dvě stejné osoby s PAS. Každý je trochu jiný svými projevy, zájmy, intelektem, způsobem i úrovní komunikace, sociální zdatností a také vývojem všem projevů v čase. Ačkoliv každé dítě s autismem potřebuje právě pro svou jedinečnost tak trochu specifický přístup, existují obecné principy, které je dobré bez ohledu na symptomatiku nebo druh PAS využít.

Vše, co vám předkládám, je ověřeno životem - výchovou vlastního syna s dětským autismem a vzájemným sdílením zkušeností s rodiči dalších dětí s PAS. To celé je podloženo dlouhodobým studiem literatury a konzultacemi se zkušenými odborníky speciální pedagogiky, psychologie i psychiatrie.

V úvodu se nejdříve krátce představím. Pokud mě už nějakou dobu sledujete a náš příběh znáte, neváhejte a přeskočte rovnou na stranu 7, kde samotné rady začínají. Příjemné čtení vám přeji! 😊



A kdo vlastně jsem?

ŠŤASTNÁ MÁMA AUTISTY



Svůj život vnímám jako neobyčejný. S autistickým synem a intenzivním pocitem, že takhle to mělo být. Že si naši rodinu vybral velmi správně. Máme spolu pevný a láskyplný vztah naplněný emocemi a šťastnými momenty. **Navzájem se od sebe učíme a denně hledáme cesty, jak propojit naše porozumění světu.**

Překonáváme spolu překážky, které diagnóza přináší. Už vím, kdy věci nechat plynout a kdy naopak s citem zakročit, kdy nastavovat hranice. Nebojím se invencí ve výchově a dlouhodobě bořím potíže, jak se dá.

Jsou dny, kdy je nám dobře, stejně jako dny, kdy se mjíme a on uniká do svých rituálů a zavírá uši před celým světem. Přesto, i navzdory odlišnostem a nedorozuměním jsem pro něj kotvou a jistotou a on mým partákem v tom nejlepší slova smyslu. **Jsem šťastnou mámou autisty.**



AUTISMUS JAKO SLOVO

Vrátím-li se ale o osm let zpátky, byla jsem někde úplně jinde. **Svému dítěti jsem ani v nejmenším nerozuměla a ono na mě vlastně vůbec nereagovalo.** To bylo synovi rok a půl a choval se úplně jinak než všechny ostatní děti. Vůbec jsem netušila, co je špatně, ale že to není v pořádku, jsem cítila každou buňkou v těle.

Když o půl roku později padla diagnóza dětský autismus, měla jsem název pro to všechno, co bylo jinak. Bylo to ale pořád jen slovo. Rozběhla se nekonečná lékařská kolečka a na nás se hrnulo množství informací, ve kterých jsem se neorientovala. Lidé i povzbuzovali, že to prý bude lepší. Tomu jsem zas ale vůbec nevěřila.

Syn nemluvil, nerozuměl našim slovům, neprojevoval emoce a nikde chvilinku neposeděl. Nezajímaly ho věci, které zajímají většinu dětí. Obrázky v knížkách, zvířátka, hudební nástroje, slovní hříčky. Bylo mu to zkrátka jedno. Naopak ho přitahovaly technické záležitosti, nejrůznější mechanismy, tolik typické točení vším, co našel. Opravdu velmi silně si vzpomínám, jak jsem pozorovala jeho zvláštní způsob hry a říkala si „*Proboha, jak tohle zvládnou? To nemůže být pravda.*“ Obzvláště bolestné bývalo srovnání při návštěvách dětských heren.

V PASTI

Odborníci měli tehdy jedno společné – žádný z nich nenabízel opravdu konkrétní rady do života, co dělat v jednotlivých situacích. Valily se na mě pokyny, kterým jsem nerozuměla. Plnila jsem je, jak nejlépe jsem uměla. Syn ale reagoval velmi pozvolna a já to zpětně vidím jako hotovou věčnost. Bylo mnoho pokusů-omylů a ještě víc chyb, které člověk ve výchově malého dítěte udělá právě z nedostatku zkušeností. **Vinila jsem sama sebe a znovu a znovu zažívala strach, že mu pomoci nedokážu.**



ZODPOVĚDNOST JAKO MOTOR

Tenkrát na mě dolehla ta obrovská síla zodpovědnosti – žádný odborník mu nemohl dát to co já jako rodič. Stálo to na mě a mém muži. Měla jsem štěstí a narazila na tu nejlepší speciální pedagožku, díky které jsem nakonec začala stavět nové pilíře synovy výchovy. Nové a úplně jiné, než si člověk zdravých dětí může vůbec představit.

Hodně jsem studovala a pomalu začala chápat principy autistického uvažování. Absolvovala jsem školení, neustále vyhledávala nové informace a dlouhé večery trávila vyráběním nejrůznějších pomůcek a úkolů. Tak nám začala systematická práce a velmi intenzivní období nových podnětů. Tam jsem se opravdu stala auti-mámou. Mámou na plný úvazek.

PRO VŠECHNY Z VÁS, CO STOJÍTE NA ZAČÁTKU CESTY, NEBO NA NÍ KLOPÝTÁTE

Za uplynulých více než osm let jsem nasbírala velké množství zkušeností z nejrůznějších oblastí výchovy dítěte s autismem. Musela jsem ujít hodně dlouhou cestu a na vše si složitě přicházet víceméně sama. Proto jsem tu dnes pro rodiče, kteří jsou na jejím začátku. A také pro ty, kteří se na ni už vydali, a občas potřebují povzbudit, dodat sílu a inspirovat.

Neslibuji zázraky. Naopak – slibuji život na houpačce. Budou těžší období a zas ta lehčí. Slibuji ale nepřenosnou radost z těch bytí nejmenších pokroků. Nabízím vodítka k řešení nejrůznějších problémů, které mohou nastat, a sdílení našeho příběhu, ve kterém se z nemluvícího autistického dítěte s těžkou symptomatikou vyklubal školák na běžné základní škole. **Věřím, že příběh mě a mého syna Jakuba bude pro vás inspirací.**

Devět cenných rad pro vás

1. NA SVÉ DÍTĚ MLUVTE

Možná si teď ťukáte na čelo a říkáte, že to je přece jasné. Intuitivně přece na své dítě mluvíte. Obecně to tak máme – mluvíme a mluvíme a očekáváme, že nám okolí rozumí.

TYPICKÉ OBTÍŽE

Jenže naši malí autíci mají zpravidla značné potíže s porozuměním. Z podstaty autismu navíc nechápou, proč by měli komunikovat i oni sami. Narušená komunikační schopnost patří do tzv. autistické triády – tedy třech hlavních problémových oblastí PAS. **Proč by měli naslouchat, rozumět a ještě i sami mluvit? Nevědí.** Ze stejného důvodu nevěnují často oční kontakt, protože i ten je způsobem komunikace.

VNÍMÁ NÁS?

Než se s dětmi s autismem začne pracovat, komunikace tedy silně vázne. Dítě nechápe své okolí, nerozumí verbálním vjemům, a proto působí jako hluché. Nereaguje a tak se, jak se s oblibou říká, „uzavírá do svého světa“. A to je to, proč říkám „*Mluvte na ni/něj.*“ Spousta lidí totiž vyhodnotí, že dítě nevnímá a s pokusy o komunikaci zcela přestane.

„On stejně nevnímá. Nevšímá si nás. Je ve svém světě.“

Není. **Je tady s námi, jen neumí navázat kontakt. A vnímá velmi dobře.** Dobře si pamatuju, jak už u prvních návštěv v SPC Kuba vnímal, že se mluví o něm. Nerozuměl pravděpodobně mnoha slovům, ale drobné rozdíly v jeho reakcích a mimice mluvily samy za sebe.

A druhá zásadní věc – i když dítě nereaguje a působí to, že nevnímá, opak je pravdou a jeho mozek si jako harddisk postupně ukládá formulace a slova začne používat v souladu s tím, jak se jeho verbální porozumění vyvíjí. [Pár slov k tématu najdete tady.](#)

ULOŽENO PRO POZDĚJŠÍ POUŽITÍ

Nedokážu ani spočítat, kolikrát nás syn naprosto šokoval použitými výrazy, než nám s manželem došlo, že to všechno slyšel už dávno, že to vlastně pěkných pár let poslouchal.

A ne nadarmo bylo jeho první slovo NE. Naschvál – kolikrát denně svému autíčkovi říkáte „*Ne! Nedělej to! To nesmíš!*“? Asi často, že? 😊 Tak jako my.

2. KOMUNIKUJTE JASNĚ, POMALU A V KRÁTKÝCH VĚTÁCH

Už tedy víme, že mluvit je potřeba. Jak to dělat správně, když má dítě potíže s porozuměním?

V JEDNODUCHOSTI JE KOUZLO

Formulujte **v krátkých větách**, dobře artikulujte a veďte hlas melodií, která jasně indikuje, je-li to otázka, pokyn či pouhé konstatování. „*Ted' jdeme ven. Dáme boty.*“

Pro věci patřící do jedné kategorie používejte **jeden výraz**. Sandály, tenisky i gumáky jsou prostě BOTY. Ani botičky, ani nazouváčky, nic matoucího. Pomůže jim to. A vy se nebojte. Postupem času a s vývojem to dožene. A pochopí i ty sandálky. 😊 Optimální je v tomto ohledu poučit i okolí (třeba hlídací babičky). Jeden společný výraz pro danou věc dítěti orientaci velmi usnadní.

ZPOMALTE

Nespěchejte. **Mluvte klidně a zřetelně**. Příliš mnoho slov a navíc rychle vyřčených dítě snadno zahltí a efekt je nulový. Když se učíte cizí jazyk a jste třeba mírně pokročilí, zvládáte se orientovat na recepci hotelu v cizí zemi, kde na vás budou mluvit pomaleji a jasně. Jakmile ale kdokoliv spustí běžnou mluvou a třeba s místní přízvukem, budete v koncích. Není divu. Toto přirovnání platí i u našich dětí. Naše řeč je jako cizí a oni se ji musí učit. **Co je dáno zdravým dětem běžně, autisté musí skutečně doslova vydřít**. Nezapomínejme na to.

3. NEBUĎTE ABSTRAKTNÍ A FORMULUJTE PŘESNĚ

Když vám někdo řekne, že jste šikulka a že vám něco jde, pochopíte to. Naše děti ne. Výraz jako „šikulka“, „borec“ nebo naopak „truhlík“, „popleta“ dětem s PAS připadají neuchopitelné, abstraktní. Nevědí, co si pod tím představit. Přidáte-li ironii „*No to se ti teda povedlo!!*“, jsou už úplně v pasti. Krom toho, v tomto případě doslovné chápání (pro děti s PAS je typické) může vést k tomu, že se jim přece „něco povedlo“ a tudíž to příště ochotně zopakují. 😊

BUĎTE KONKRÉTNÍ

Je potřeba formulovat doslovně. **Popište, co se děje, takovým způsobem, aby nebylo pochyb, jak to myslíte.**

„Chválím tě, že tady hezky čekáš.“

„Moc hezky smrkáš, skvělé!“

„Do dveří nekopeme. To je zlobení!“

AUTISMUS VERSUS NORMÁLNÍ ZLOBENÍ

Rozlišit chování vyplývající z PAS a prachobyčejné pozlobení je někdy oříšek; tak nebo tak zlobení označuje činnost, které by se dítě mělo vyhnout, ať už pramení z jakýchkoliv pohnutek. Každopádně je vhodné, jakmile dítě se zlobením přestane, třeba když skončí se vzteklým křikem, to ocenit: *„Teď jsi hodný kluk. To je správně. Mám radost!“*

4. VEŠKEROU KOMUNIKACI PODPOŘTE VIZUÁLNĚ

Slovo vizualizace je v oblasti PAS skloňováno intenzivně. Sama jsem to zažila – jeden z prvních pokynů bylo *„Vizualizujte!“* Netušila jsem, co je tím míněno. Pro vaši představu uvedu prozatím základ tohoto velmi širokého tématu.

GESTA, GESTA, GESTA!

Svůj verbální projev podpořte gesty. Chválíte úspěch? Ukažte zároveň zdvižený palec. Je něco špatně? Palec dolů. Lze vycházet ze znakování, ze znakové řeči. **Malý autík je zpočátku podobný dítěti s poruchou sluchu. Potřebuje hlavně vidět, aby pochopil.** Vymyslete si klidně svá vlastní gesta – pak je ale používejte a to jednotně i s ostatními členy rodiny. Je to stejné jako s výše zmíněnými botami.

Usnadní vám to situaci na ulici, kdy třeba dítě neslyší v hluku – pokud si správně přiřadí gesto, pak mu to pomůže v porozumění. I tady říkám „*Nebojte se!*“ Bude-li to v dovednostech dítěte (každé má své hranice jinde), časem bude méně gest a více slov. Nemusí to znamenat, že zůstanete u znakování už napořád.

FOTKY A OBRÁZKY PRO SNAŽŠÍ POCHOPENÍ

Velmi vám pomůžou fotky a piktogramy. Když budete chtít jít na hřiště a ukážete dítěti v doprovodu slov „*Jdeme na hřiště.*“ fotku daného místa, nejen že si přiřadí význam slova hřiště, ale také pochopí přesně, kam jdete. A když cestou potkáte kritické místo, kde se chce nepochopitelně zdržet (u nás to byly dříve třeba turnikety v obchodech nebo fontány na náměstí), ukážete mu obrázek a připomenete záměr. A že jsem to musela dělávat často. 😊

Děti s PAS mnohdy nechápou rizika. Jsou věci, které jim je potřeba skutečně jasně vymezit a zakázat. Jako **symbol zákazu** funguje křížek (může být červený). My jsme vždy vystřihli křížek, zalaminovali ho a přilepili tam, kde bylo potřeba. Většinou dle aktuálních potřeb. Syn si na to zvyknul a byla to pro něj jistota – jistota, kudy ne.



Utíká vám syn nebo dcera u cesty? Zastavte ho a symbolizujte zákaz nebezpečné činnosti. Ukažte obrázek křížku, nebo zkřížte prsty či celá předloktí. Je to pro ně jasná informace. „*Neutíkáme!!*“ řečeno důrazně a jasně plus symbol zákazu = ideální kombinace.

Obrázkově můžete zpracovat cokoli, co je potřeba. Můžete fotit nebo používat obrázky. Nakreslete si je sami anebo hledejte na internetu. Nebojte se, že obrázek není přesný. Jde o spojení pojmu s vizuální představou. **Dítě pochopí to, co mu předložíte.**

Návod na využití vizualizace, její zdroje, přípravu pomůcek tipy z praxe od raného věku až do prvních let školní docházky najdete v mém eBooku [JAK NA VIZUALIZACI A KOMUNIKACI U DĚTÍ S AUTISMEM](#).



5. POMOZTE DÍTĚTI POCHOPIT, CO CÍTÍ, A NECHEJTE HO TO PROŽÍT

NECHTE DÍTĚ SVOU EMOCI NAPLNO PROŽÍT

Co to znamená? Jak často vidíte rodiče, který podrážděně vypustí větu jako „*Už nebreč!*“? Nebo naopak „*To už stačí, už toho smíchu bylo dost, uklidni se.*“ Tohle se stává pořád. Přitom my dospělí, když je nám smutno, prostě brečíme a brečíme a nepřestaneme jen proto, že nám to někdo řekne. A když máme záchvat smíchu, taky ho



neusekneme v polovině. No a ve vzteku? Odhaduju, že když vám někdo řekne, ať se uklidníte v momentě, kdy jste nejvíc rozčilení, moc vás nepotěší...že?

EMOCE PROŽÍVEJTE A DÁVEJTE JIM JMÉNA

Emoce je dobré **prožít a nechat odeznít**. Zároveň je dobré je **pojmenovat**. Protože dítě neví, co se s ním děje, nedokáže si to vyhodnotit.

EMOCE NEZAKAZUJTE

Je potřeba nechat je, ať to ze sebe dostanou ven. Nezapomínejme, že **děti s autismem v sobě hromadí určitou nadmíru stresu**, zejména z nepochopení. Kumulovaný stres ještě nic dobrého nepřinesl. Emoce máme vypustit, ale taky ještě jedno – nepopírat je. Naschvál, kolikrát jste v dětství slyšeli následující věty? „Ale prosím tě, to nic není, nebreč!“ nebo „Prosím tě, čemu se zas směješ? Přestaň jančit.“

Velký hřích je na rodičích, když dětem emoce zakazují. To prostě nejde, popírají přirozené reakce. Směje se dítě v nevhodném okamžiku? Dá se na to reagovat i jinak: „Připadá ti to legrační? Mně trošku taky, ale tady v knihovně je pravidlo, že nesmíme rušit ostatní.“

CO ŘÍKÁME DOMA

„Já vím, že jsi naštvaný. Chápu, že tě rozčililo, když se ti nepodařil obrázek. Tak si tady pěkně zakřič a pak už bude zas líp.“

„Jsi smutný, že? Já vím. Taky mě to moc mrzí. Už si ale na tučňáka hrát nebudeme.“ (obejmu ho a trpělivě čekám, až poleví pláč) „Zahrajeme si na školu? Chceš?“



Na nás je jen mírně korigovat společenskou únosnost, neděje-li se tak doma za zavřenými dveřmi a reagují-li neadekvátně (smějí se, když někdo pláče). Právě proto, že mají potíže emocím porozumět, můžou svým chováním překvapit. **Na nás je, abychom je to naučili - co znamená pláč, co znamená zdvižené obočí, co je to, když se někdo mračí.** Já vím, nelehký úkol.

6. PŘEHRÁVEJTE

Děti s PAS je mnohdy těžké zaujmout, zejména v raném věku. Také mají potíž jednotlivé emoce rozeznávat. Pro oba důvody je dobré přehrávat.

„Jéé ta věž se ti povedla! Výborně!“ Nebojte se vyjeknout nadšením, tleskat, smát se očima. Dítě rozezná pozitivní reakci, cítí pochvalu, uznání, má radost. Ví, jak je to správně. *„Moc hezky sis umyl ruce! Vidíš? Jsou hezky čisté a voňavé!“*

Přehrávejte. Dávejte do svých slov hodně emocí, jančete, tančete, dávejte si hlavu do dlaní nebo simulujte pláč. **Dělejte výrazná gesta, hrajte divadlo.** Trošku se překonejte a uvidíte, že ta vlna nadšení se odrazí i na vás.

SDÍLENÍ

U nás doma to občas vypadá jak v Kocourkově a kdyby to někdo natáčel, asi by se okolí nestačilo divit. Zrovna onedny měl můj muž z něčeho radost, vymyslel jakýsi bojovný pokřik a dal se do skoku. Já s ním, no a syn hned taky. Svítily mu oči a evidentně mu přišlo velmi zábavné, jak jeho rodiče blbnou.

Byl to jeden z těch úžasných momentů napojení a sdílení. Znovu musím zmínit – nebýval takový. Ani v nejmenším. Ale došli jsme k tomu. Věřte, že i u vás se to může stát!



Zaujmete děti a zároveň postoj k tomu, co zrovna dělají, co se jim daří nebo nedaří. **Dáváte jim tak srozumitelnou zpětnou vazbu a ony to pro příště lépe pochopí.**

Uvedla jsem hlavně příklady pochvaly, protože tu potřebují naše děti jako sůl. Navíc je to motivuje dál.

7. VYUŽIJTE METODU ZRCADLENÍ

I když je pravda, že obecně se snažíme „vytáhnout“ naše uzavřené děti k sobě, zaujmout je a navázat kontakt, paradoxně nám k tomu zpočátku hodně pomůže cesta opačná. Taková, kdy my jdeme „k nim“. Říká se tomu zrcadlení, v řeči terapie **son-rise** je to tzv. připojení.

JAK JÍT DÍTĚTI NAPROTI

Princip je velmi jednoduchý. Když ukážeme zájem o činnost dítěte, začneme ji dělat s ním, aniž bychom potřebovali nějak moc mluvit, zaujmeme ho – protože toto nečeká. „*Jé, máma / táta si hraje jako já!*“ Ukážeme mu tím, že nás zajímá, že mu chceme rozumět. A ono nám to později vrátí. **Nejdříve pracujeme dlouho s naší nápodobou jeho aktivit, ale ve výsledku dojdeme k tomu, že i ono dítě nám to časem začne vracet stejným způsobem.** Trvá to dlouho a je potřeba trpělivost, ale funguje to!

NO KONEČNĚ!

Když byl Kubík malý, na ulici se mi zaseknul a praštil sebou na zem, udělala jsem totéž. Vypadali jsme jako blázni, co se válí po chodníku, ale záchvat se vždy přinejmenším zmírnil.

Doma jsem pozorovala hračky ze zvláštních úhlů tak, jako to dělal on. Stejně tak jsem zrcadlila jeho zvuky, zvláštní broukání. Pamatuju si, že přesně při těchto okamžicích začaly letmé pohledy do očí. Něco jako „*Co to dělá? Nezbláznila se?*“ Taky to mohlo být „*No konečně mě pochopila!*“

Tento princip můžeme využít i jinde než ve hře. A to třeba u vztekání. Zrcadlením jeho reakcí ho také překvapíme. Jen pozor, nesmí tam být ani náznak toho, že se mu pro jeho chování posmíváme. Autistické děti jsou citlivé a mohly by si to velmi špatně vyložit.

8. DÁVEJTE NAJEVO LÁSKU

Děti s autismem cítí, že jsou jiné. Toto uvědomění se logicky stupňuje s věkem. Své afekty a neschopnost dorozumět se s okolím vnímají jako svou slabost, ale nedokáží je pokaždé ovládnout. Učí se to postupně a dlouho. A na té cestě **potřebují ujištění především od těch nejbližších** – od rodičů – že to nevedí. **Že je milují takové, jací jsou.** Bezpodmínečně. Slovní spojení bezpodmínečná láska v těchto případech nabírá naprosto nový rozsah.

A pokud byste namítli, že to je potřeba všech dětí a normální projev všech rodičů, tak jen doplním, že to klidně všechno můžete vynásobit deseti. Bez neustálého povzbuzování, motivace a oceňování bychom se synem zdaleka nedošli tak daleko.

A jak to vypadá v praxi? Třeba takto:

„Vím, že se zlobíš a máš špatný den. To nevedí. Zítra bude líp. Jsi můj chlapeček a mám tě moc ráda!“
„Ty si se mnou nechceš povídat? Dobře. Třeba později. Mám tě rád!!“

- Projevujte dětem lásku. I když máte autismu a afektů plné zuby. Hladěte je a říkejte, že je máte rádi.
- Nikdy nechodte spát rozhádaní.



- Nenechte dítě odejít do školky/školy nazlobené. A i když se stane problém a nejde z něj úplně odejít, vy za sebe jej uzavřete pozitivně.

VYSTOUPIT Z KRIZE

První třída byla pro syna mnohdy plná emocí. Zvykal si na nová pravidla, smířoval se s nebývalým množstvím práce, osahával si nové prostředí. Všechna rána nebyla idylická. Pamatuju si dobře jeden afekt v šatně. Už ani nevím, proč vzniknul, byl ale velký. Kubík křičel, házel věcmi, šel i do agrese. Pak mě zas držel za nohy a nechtěl nechat odejít. On se v tom prostě „zacyklil“.

Zůstala jsem klidná, chvíli jsem se s pomocí asistentky snažila ho uklidnit, až jsem pochopila, že už to nepůjde a musím pryč, aby se s tím srovnal sám. Objala jsem ho, řekla mu, že je všechno v pořádku, že ho mám ráda a že pro něj pak zase přijdu. Odcházela jsem a on plakal a volal mě. Bylo to strašné. Víím ale taky, že za pár minut už zase normálně fungoval. Vystoupil z krize sám a asistentka ho citlivě vedla. Bylo mi smutno, jak jen může mámě v takové chvíli být. Tohle nemá rád nikdo. Důležité je ale odejít nenazlobená, klidná a ubezpečit nejisté dítě, že je všechno dobré.

KDYŽ SE EMOCE UČÍ

I když to vypadá, že to děti nevnímají, zvláště když jsou malinké. I když mazlení nevyhledávají. I když se vám zdá, že mluvíte do zdi. Investujte svou lásku a emoce každý den. Vráť se vám to. Tohle všechno je součást výchovy. **Naše děti se emoce učí, jako se jiní učí psát a číst.**

MÁM TĚ RÁD

Náš syn nebyl kontaktní, nechodil se mazlit, bylo mu jedno, že ho o víkendu hlídá někdo jiný. A stejně jedno mu bylo i to, že jsme se v neděli zjevili ve dveřích.

Dnes je to úplně jiné. Tulíme se, sám od sebe říká „mám tě rád“, cítí stesk, když s ním nejsme. Věřím, že se to neděje samo. Šli jsme tomu naproti.

9. NELITUJTE

Může se stát, a to poměrně snadno, že vám začne být líto nejen sebe jako pečujících ale i dítěte, které to má těžké. Je to přirozené a logické. Já byla úplně stejná a můj muž taky. Část rodiny to má tak dodnes, a to je synkovi deset let. Není to ale správná cesta a nemyslím, že je dobré si ji připouštět na dobu delší, než je přirozené a odpovídající šoku na počátku.

MÍSTO LÍTOSTI NABÍDNĚTE POMOC

Naše děti nepotřebují lítost. Nejsou horší, jsou prostě JINÉ. Co potřebují, je pomoc. **Potřebují cítit pochopení pro jejich jinakost, potřebují pochválit za drobnosti, potřebují, aby je nikdo neškatulkoval a nesoudil.** Nepotřebují hory dárků z lítosti, nepotřebují zahltit, potřebují citlivé okolí, které se zajímá a jde jim naproti.

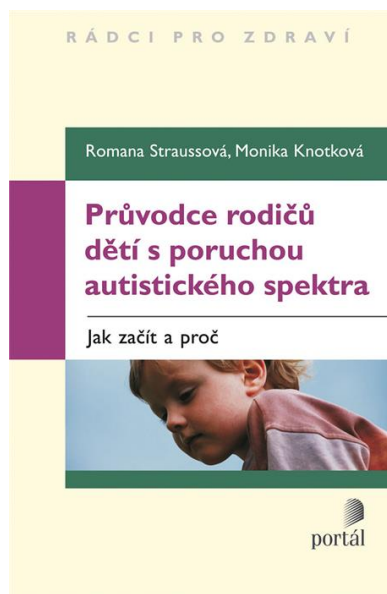
Ostatně, Naoki Higašida, japonský chlapec s autismem, v knize „A proto skáču“ zmiňuje podobnou paralelu. Říká tomu trápení, ale myslím, že by se to dalo klidně vztahovat i na lítost:

„Těm z vás, kteří stojí při nás, bych chtěl říct, aby se kvůli nám netrápili. Když se trápíte, připadá nám, že bychom raději neměli existovat, a ztrácíme chuť do života. Ze všeho nejvíc nás mrzí, když jsou kvůli nám smutní jiní. Vlastní smutek nějak sneseme. Ale pocit, že jsou kvůli nám nešťastní lidé z našeho okolí, je k nevydržení.“

Nelitujme děti s PAS. Místo toho udělejme všechno, co umíme, abychom jim lépe rozuměli.

A když jsme v tom, tak ještě jedna bonusová - desátá 😊

10. PŘEČTĚTE SI NĚCO MILÉHO PRO POVZBUZENÍ I POROZUMĚNÍ



Skvělý pomocník do začátků...obsahuje praktické postřehy a konkrétní postupy od velmi zkušené a uznávané terapeutky. Odborná kniha, kterou zvládnete 😊 Je totiž velmi z praxe!



Krásný příběh, byť z amerického prostředí. Spousta inspirace, naděje a emocí. Tohle mě vysloveně dojalo. Ráda se k ní vracím.



Otázky pro 13letého chlapce s autismem a jeho odpovědi. Knížka je čtivá a velmi silná. Velmi hodnotný vhled do mysli dítěte s PAS.

Závěrem

Pokud jste dočetli až sem, mám opravdu radost, protože patříte mezi aktivní rodiče, kteří pochopili, že všechno za ně nevyřeší ani raná péče, ani psycholog, SPC či školka, škola. Skutečně porozumět svému dítěti s tak složitou diagnózou, jako je autismus, vyžaduje silného člověka, který se nebojí a má odhodlání učit se novým věcem a uvádět je do praxe.

Proto se pochvalte. **Udělal jste první krok do neznáma. Vyšli jste svému dítěti naproti.** Věřím, že čím více se do problematiky ponoříte, tím jistěji se ve výchově svého dítěte budete cítit a tím větší možnosti se vám ve vztahu k dítěti otevřou. Velmi ráda budu vaším průvodcem.

Příběh naší rodiny a přístupu k výchově můžete i nadále sledovat a sdílet na následujících místech:

 [@poznavameautismus](#)

 [@poznavame_autismus](#)

 www.zuzanadvorackova.cz

 [Poznáváme autismus](#)

Pro vaše dotazy jsem k dispozici také na e-mailu zuzka@zuzanadvorackova.cz.
Přeji vám hodně radosti s vašimi dětmi!

Zuzka

