

1+10 doporučení, jak navázat kontakt s dítětem s autismem

Mýtus, který se dříve tradoval o tom, že dítě s autismem netouží po sociálním kontaktu s druhými, je již přežitý. Je prokázáno, že většina lidí s PAS o sociální kontakt stojí. Mnohdy však vzhledem k autismu netuší, jak kontakt navázat, jak ho rozvíjet nebo volí k jeho navázání nevhodné postupy. Někteří rodiče uvádějí, že jejich děti nestojí o společný kontakt, nemají zájem o nabízené hračky, ani o společnou hru s nimi. Někteří rodiče dokonce říkají, že je jejich dítě úplně ignoruje, odmítá, nechodí se k nim utěšit a nechce s nimi sdílet své zájmy. Mnoho rodičů se svěčuje, že ztratilo rodičovskou sebedůvěru při snaze o navázání kontaktu se svým malým dítětem s autismem. Pro rodiče je to velmi bolestivé, frustrující a matoucí. Často obviňují sami sebe. Mají pocit, že něco zanedbali, že jim chybí rodičovská dovednost, která by chování jejich dítěte změnila. Příčina však tkví v odlišném vnímání a myšlení dítěte s autismem, ne v rodičích samotných. Běžné interakce, tj. postupy, které volíme standardně pro navázání kontaktu s dítětem, mohou být zpočátku u dítěte s PAS ignorovány.

 **Poslechněte si článek také v audioverzi (čte Pavla Hradecká)**

- 1 Udělejte si čas. Čas na sebe.** Čas na zpracování faktu, že dítě se projevuje v rozporu s našimi představami a našimi očekáváními i očekáváním okolí. Současně si udělejte čas na sledování vašeho dítěte a snažte se pochopit jeho chování.
- 2 Pozorujte dítě.** Chování, hra a zájmy dětí s PAS mohou druhým lidem mnohdy připadat nesmyslné a bezdůvodné. Když se však „zastavíte“ a začnete cíleně sledovat aktivitu dítěte, zjistíte, že jeho hra nebo zájem má určitý charakter. Sledováním můžete vyzorovat, jaké předměty, hračky, aktivity, zájmy nebo například pohyby dítě preferuje, na co se při nich zaměřuje a jakou emoci v něm vzbuzují. Snaha o pochopení a přijetí zájmu dítěte může být můstkem k navázání kontaktu s dítětem s PAS.
- 3 Projevte zájem o to, co dítě zajímá, bez nároku na změnu.** Většinou z nás udělá radost, pokud druzí projeví zájem o to, co nás zajímá, co nás baví, co máme rádi nebo co se nám líbí. Bývá to klíč k navázání kontaktu, ke vzájemnému sdílení, díky kterému budujeme vztahy. Podobné je to i u lidí s PAS. Pokud u dítěte projevíme zájem o jeho zájem a nesnažíme se ho měnit, obohatit nebo rozvinout, je zde předpoklad, že nás dítě při svých aktivitách začne akceptovat. Pokud má dítě zájem o házení kamínků do vody a my se k jeho zájmu přidáme, aniž bychom hru měnili nebo korigovali, může nás dítě začít vnímat, v lepším případě pozorovat a napodobovat. Pokud má dítě oblibu v superhrdinech a my se začneme vyptávat na jejich superschopnosti, je větší pravděpodobnost, že s námi bude chtít komunikovat. Pokud se dítě rádo točí na kolotoči a my budeme „hnacím motorem tohoto kolotoče“, je pravděpodobnější, že naši přítomnost bude opakovaně vyžadovat. Proto při navazování

kontaktu s dítětem s PAS neklad'te na dítě požadavky. Pokuste se s ním trávit čas bez nároku na výkon, bez nároku na změnu jeho chování a bez potřeby ho v danou chvíli rozvíjet nebo mu v dobré víře hru měnit do sociálně přijatelné podoby. Může to být klíčové pro další rozvoj dítěte.

- 4 Při navazování kontaktu s dítětem buďte přiměření.** Nezahlcujte dítě přílišným množstvím iniciativ, ani velkým množstvím podnětů. Při navazování kontaktu s dítětem s PAS postupujte jako v rukavičkách. Přílišná snaha o vzájemnou interakci často nevede ke správnému výsledku, stejně tak jako čekání na to, až si dítě samo o kontakt řekne. Iniciativy z vaší strany by měly přicházet pravidelně a v přiměřeném rozsahu. Najít hranici míry iniciativy je často obtížné a u každého dítěte velmi individuální.
- 5 Nenechte se odradit nedostatečnými reakcemi dítěte.** Jedna z nejtěžších věcí, s nimiž se rodiče dětí s PAS musejí vyrovnávat, je nízká nebo nestandardní reaktivita dítěte. Je dobré nestanovovat si příliš velká očekávání a radovat se z dílčích interakcí. Dítě s autismem potřebuje více času na pochopení smyslu našeho snažení. Potřebuje více času na zpracování informací, které mu předáváme. Je důležité se nenechat odradit, pokud na vás dítě nereaguje dle vašeho očekávání, ale pokoušet se o interakci znovu a třeba trochu jiným způsobem, například přes jiný smyslový kanál. Počkejte na reakci dítěte tak dlouho, jak vám radí intuice a pak ještě pár sekund vyčkejte. Sociální interakce jsou pro děti s autismem velmi složité a neuchopitelné. Musí vynaložit velké množství energie a překonat obavy ze vzájemného kontaktu. Proto je třeba jim v rámci navazování interakce nabízet aktivity, které budou z pohledu dítěte atraktivní a budou uspokojovat jejich zájmy a potřeby.
- 6 Iniciujte pozitivní interakce.** Interakce stavte na činnostech, které má dítě rádo a vy se v nich cítíte dobře. Hledejte a věnujte se s dítětem jakýmkoli aktivitám, během kterých můžete navodit společnou interakci nebo sdílet stejný předmět zájmu. Zpočátku může jít o velmi krátké interakce v řádu vteřin, které postupně prodlužujete podle toho, jak dlouho dítě v kontaktu při dané činnosti vydrží. Více krátkých interakcí bývá lepší než se jednou za čas pokusit o dlouhou společnou aktivitu. Pozitivně strávený společný čas podporuje vzájemný vztah a je předpokladem pro úspěch jakéhokoli učení a řízených aktivit, které s dítětem chcete dělat.
- 7 Vytvořte vhodné prostředí pro interakci s dítětem.** Děti s PAS se nechají snadno rozptýlit aktivitami a předměty kolem sebe. Pokud jim nabízíme činnost, která je nebaví nebo ji neznají, využijí každé příležitosti dělat něco jiného. Důležité je také správné načasování nabízení aktivity. Pokud je dítě klidné, odpočínuté,

najezené a když my máme dost energie a náladu na hraní, je ten správný čas. Soustředění znesnadňuje i puštěná televize nebo velké množství hraček a jiných podmětů v okolí dítěte. Před hrou je dobré uklidit z prostoru, kde budete, všechny nepotřebné věci a hračky. Dítě jinak bude přebíhat od jedné věci k druhé a nebude schopné se soustředit na nabízenou společnou aktivitu. Pokud je dítě přecitlivělé na smyslové vjemy, prostředí jim také přizpůsobíme, například volbou materiálů, osvětlení nebo eliminací pro dítě nepříjemných zvuků.

[🔗 Zaujmout by vás mohl také text 1+10 rad, jak začít pracovat s dítětem s čerstvě diagnostikovaným autismem.](#)

Autorkou doporučení je Petra Jůnová, recenzentem je Jan Kouřil.

[🔗 Další texty ze sekce 1+10 doporučení najdete ZDE.](#)

autismport

8 Hledejte nestandardní cesty pro navázání kontaktu s dítětem s PAS. Přímá cesta, tj. běžné postupy, které volíme pro navázání kontaktu s dětmi, bývají dítětem s PAS ignorovány. Iniciativy k interakci typu: „*Pojď se podívat, co tady mám za hračku.*“ „*Prohlédneme si společně tuhle knížku, je moc hezká, jsou na ní auta, která máš rád.*“ „*Ukaž, s čím si hraješ, mohu si hrát s tebou,*“ u dětí s autismem nemusí fungovat. Dítě buď nereaguje, nebo rovnou odejde. Proto, aby s námi chtělo dítě s PAS sdílet své zájmy a spolupracovat, musí být dostatečně motivované, naše iniciativy pro něj musí být atraktivní, srozumitelné, vycházející z jeho aktuální vývojové úrovně a zájmu. Jednoduše řečeno se musíme dítěti „vyplácet“, přinášet mu do hry něco, co jej motivuje vystoupit z jeho „komfortní“ zóny.

9 Zkoušejte kontakt s dítětem navazovat nepřímo. Dítě s PAS zpočátku někdy spíše zareaguje na předmět nebo hračku, kterou máme, než na nás samotné. Proto se snažíme, ideálně nepřímo, nabízet hračky, předměty, jídlo či aktivity, o kterých si myslíme, že by mohly dítě zaujmout. Například foukáme bubliny a sledujeme, zda touto hrou zaujmeme. Nebo začneme rozbalovat, jíst oblíbenou pochutinu dítěte a čekáme, jestli nás pro ni zkontaktuje. Můžeme začít točit s předměty, pokud víme, že zájmem dítěte je právě točení. Někdy dítě zaujmeme tehdy, pokud napodobujeme jeho hru nebo chování. Některé dítě můžeme zaujmout třeba tím, že si vedle něho začneme hrát se zajímavou hračkou. Nepřímo se ho snažíme zaujmout bez nároku na kooperaci. Do aktivity dítěte můžeme také zkusit vstoupit nějakým zajímavým prvkem. Pokud si dítě hraje například s autem, můžeme vzít auto podobné nebo stejné a můžeme se zkusit do hry dítěte připojit. Můžeme také zkusit do hry přidat jiný související prvek, například závoru, či semafor a tím se snažit zaujmout dítě a zatraktivnit svou přítomnost ve hře dítěte.

10 Vztah s dítětem konstantně upevňujte. Vztah s dítětem je třeba vědomě a každodenně posilovat. Při interakcích s dítětem je důležité zpřítomnění a projevení opravdového zájmu. Více než kvantita času strávená s dítětem je kvalita času, kterou dítěti věnujete, byť v řádech minut. Společně strávený čas by měl být příjemný pro rodiče i dítě. U dětí s PAS je obzvláště důležitá trpělivost, flexibilita a akceptace individuality jedince.