

Nejen edukace, ale hlavně výchova

Jana Jarošová

Chybami se člověk učí. Kéž by to šlo jinak... Naše chyby musejí bohužel snášet naši blízcí. A chybujeme všichni. Článek o důležitosti výchovy je určen rodinám malých dětí s DS. Snad jim pomůže vyvarovat se chyb, kterých jsem se dopouštěla sama, které jsem pozorovala během let na našich pobytech rodin dětí s DS, příp. při vyučování v Ovečce či jinde. Zním skvělé rodiny, kde silná osobnost jejich dítěte s DS vyžaduje speciální přístup, ale věřím, že níže popsané zásady jsou také důležité, ale hlavně zvládnutelné.

Přijetí dítěte

Když jsem uvažovala, jak článek začít, vracely se mi myšlenky ke stejnému bodu: skutečné **přijetí dítěte**. Přála bych si, aby maminky neporovnávaly výsledky svých dětí s výsledky dětí z jiných rodin. Takový druh porovnávání vede buď k povýšenosti, nebo naopak budí nevěru ve schopnosti dítěte a k napětí. To, co je třeba k normálnímu životu, je vidět v dítěti prostě svého Pavlíka, Honzíka, Petrušku, Elišku ... To úplně stačí. A můj Pavlík, Honzík, Petruška... má takové a takové vlastnosti. Sousedí (další rodiny dětí s DS) mají kluka/holčičku zase s jinými vlastnostmi. Ale to není důvod, proč by moje dítě mělo být stejné. Já (my) mám (máme) dítě takové. To je vše.

Bohužel jsme úplně všichni v pokušení porovnávat „úspěšné“ a „neúspěšné“ děti s DS. Ale to je past. Dovolte mi na úvod jeden příklad moudrosti, kdy jedna z našich maminek právě do takové pasti neupadla: Tato maminka své dítě pečlivě a důsledně vedla od narození, integrace se výborně dařila v MŠ a několik let v ZŠ běžné, všechno běželo dobře..., ale časem se ukázalo, že na běžné škole ve vyšším ročníku už dítěti způsob výuky nevyhovoval, a tak tato moudrá maminka potlačila svou touhu, dotáhnout své dítě v běžné škole až do devítky, a neprosazovala integraci dál, i když by to jistě šlo. Objektivně se podívala na možnosti svého dítěte a na jeho osobnost a přehlásila je do speciální školy, kde je dítě spokojené a těší se na kamarády.

Jistě své dítě porovnávala s jeho vrstevníky, ale pro ni bylo důležité **její dítě**. Co udělat v jeho prospěch? Čeho se vyvarovat, aby dítě neztratilo radost ze života? Nikoli „jak to udělat, aby dohánělo ostatní“. Pro ni bylo nejdůležitější, aby se dítě do školy těšilo, mělo tam kamarády a ve volném čase zase pár dětí, mezi nimiž mu bude dobře. A to se podařilo: její dítě nemá problém, být dál v partě s dětmi, o nichž by se řeklo, že jsou „dále“. Společně mohou dál přirozeně koexistovat, společně tvořit, a to i se sourozenci bez postižení. Všechny společně to baví. Tato maminka totiž své dítě vždy pečlivě vedla ke slušnému chování. Po letech působení mezi dětmi s DS mohu s jistotou říci, že to, **jak děti vychováme, předurčuje, zda budou osamělé, nebo ne**.

Žijeme v době, kdy integrace v MŠ je samozřejmostí, inkluze v ZŠ je možná a samozřejmě po ní rodiny touží. Některé děti běžnou školu dokončí, jiné přestupují, jiné nastoupí rovnou do praktické školy. Ale nám rodičům by mělo záležet především na tom, **jací lidé z nich budou**. A to nezajistí škola, jen rodina, která dítě modeluje. Proto je přijetí tak důležité. Skutečné přijetí zaručí, že si nic nemusíme dokazovat, ale myslíme ve prospěch dítěte. A to ať je velmi

nadané, nebo prostě velmi pomalé. Děti budou jednou dospělé a budou našimi společníky po zbytek života. Je pro nás i pro ně přeci důležité, jak se budou chovat a jaký budou mít charakter, jak budou ochotné se podílet na chodu rodiny.

Šťastné dítě?

Všichni bez rozdílu chceme, aby naše dítě bylo šťastné. Nikdy nikomu nelze poradit recept na šťastný život. Každý jsme jiný, každé dítě je jiné, vyznáváme rozdílné kulturní hodnoty, máme rozdílné zkušenosti, přátele, osobní zájmy, máme různé finanční možnosti i příležitosti, kam umístit dítě do vzdělávacího proudu. Stručně řečeno: máme svůj vlastní, osobitý, neopakovatelný způsob života a každá rodina je spokojená jinak.

Pokud jsou rodiče přesvědčeni, že dítě s DS bude šťastné tehdy, když je ničím nebudou zbytečně zatěžovat, budíž. Samozřejmě. Je to každého soukromá věc. Chtěla bych ale obhájit snahu **dítě rozvíjet**, a to sociálně i edukačně. Proč? Protože děti chtějí mít kamarády. Je to tak jednoduché! Chtějí být součástí světa druhých.

Malé děti chtějí sdílet hru, být součástí celku, a tak potřebují chápat pravidla her, umět počkat, až na ně dojde řada, chtějí se podílet na společné práci, potřebují slyšet, porozumět a reagovat. Malé děti mají, na rozdíl od nás dospělých, výhodu: mají se mezi sebou rády a nedělají rozdíly. Malé děti nepředstírají. Ale také si nechtějí hrát s dítětem, které jim hru boří, strká do nich, bere jim hračky atd. Tedy ne kvůli tomu, že bychom „dítě s postižením zbytečně zatěžovali“, ale **aby mělo kamarády, proto děti potřebují být „zatěžovány“ výchovou.**

Jejich chování a schopnost zkoncentrovat se a podřídit se je samým základem pro jejich celý budoucí život. Jenže výchovu za rodinu nikdo neodpracuje. Nemůže. Nemá na dítěti osobní zájem. Placené služby a terapie jsou jistě dobré, ale osobní zájem po dobu nekonečnou má jen maminka. Proto **nelze přenést zodpovědnost za výchovu dítěte mimo rodinu.** Výchova dítěte s DS je proces nepřetržitý.

Poslechni mě, rozuměj: udělej to pro mě

Protože dítě s trizomií 21 je člověk jako kdokoli jiný, bude chtít také žít jako každý jiný. A to je důvod, proč dítě rozvíjet a proč je **vychovávat**. Není to kvůli matce, která si vzala za ušlechtilý cíl co nejvíce toho dítěte naučit, ale protože dítě vychováváme kvůli **němu samému!** Když je správně nevychováám já, tedy kdo???

Pokud se někdo zeptá, co je důležitější, zda výchova nebo edukace, pak musím říci, že jedno podmiňuje druhé, ale začít je nutné samozřejmě od výchovy. V praxi to znamená vycházet si vstřícně s maminkou už od nejranějšího věku. S batolátky začínáme všem známými pokyny typu: podej to, dej to tam, podej tátovi, to podej mně, a to podej tetě, dej to zpět do krabičky... Vtip spočívá ale v tom, že naše děti zprvu obvykle ochotně splní pokyn jednou, možná dvakrát, ale další opakování je nebaví. A tak musí vytrvat a opakovat maminka: nenechá dítě utéci, ale soustředěným a pevným hlasem s pohledem upřeným do očí trvá na splnění pokynu. Pokud dítě chce utéci, pak je může vzít na klín a držet je v objetí, vést mu ruce, dokud nedokončí to, co by si přála. Navíc má ideálně svá ústa vedle jeho ucha. Možná zprvu jen opakuje pokyn třikrát, čtyřikrát. Ihned po dokončení úkolu je třeba, aby maminka

projevila svou radost, jak je dítě šikovné. A jistě: k pochvale patří mamčinu pohlázení. Pokyny se budou časem násobit a dítě se učí soustředit na maminku a její pokyny.

Vypadá to jednoduše, ale je důležité, aby dítě už v batolecím věku chápalo, že maminka bude vždycky důsledná a maminku se poslouchá.

Dítě čte z naší tváře, hlasu a reakcí

Děti s DS jsou vybaveny stejnými smysly jako každý jiný. A myslím, že jde jen o to si uvědomit, jak zcela určující jsou naše reakce na jeho projevy.

Pokud batole dostane poprvé talíř s kaší, podívá se na něj, ale rozhodně ho nenapadne vzít si lžičku a kaši lžičkou sníst. Protože je zvědavé úplně stejně jako všechny děti, použije ručičky, kaši si na nich rozpatlá, natře kaši sebe, stolek, své oblečení, otočí talíř, aby zjistilo, co je vespod, jak se talíř pohybuje, v rámci natírání kaše mu nějaká vklouzne i do úst. Zjistí, že se ona hmota dá jíst rukama, a začne si kaši cpát do úst. Nejspíš. A pak přichází zásadní okamžik: co vyčte z mamčinovy tváře a jejího hlasu? Velkou radost z toho, jak pěkně se chopilo kaše? Pak se dál bude plácet v kaši. Nebo maminka říká: „ne, ne, ne“, ale přitom se velmi šťastně nad dítětem rozplývá? To je pak pro dítě matoucí „ne“, pravděpodobně tedy neznamená „ne“. Dítě se bude dál patlat i v dalších talířích kaše. Směje se tomu maminka? Hurá, asi se to líbí jí i mně... Teď se maminka nesměje a hlas zní přísně. Nelíbí se jí to! **Signály musí být jasné a jednoznačné.** Vždyť přece učím dítě to, co je správné, proto mu budu ukazovat správnou cestu hned!

Týká se to všech dalších dětských náhlých nápadů: tahání za vlasy, kousání, vrtání se v nose, vyplazování jazyka, strkání do dětí, hrabání se v cizích věcech, utíkání, vyhazování věcí z regálů v obchodě... Všichni bychom mohli najít velké množství příkladů ze života.

Ale buďme milující rodiče a učme je správně od začátku, náprava chování je u dětí s DS vleklá a psychicky vyčerpávající pro všechny, frustrující pro dítě i maminku.

Pravidla a řád

Našim dětem i nám pomůže **dodržování pravidel**, musí ovšem platit **pro všechny členy rodiny**. Zejména sourozenci vnímají velmi bolestivě, pokud se jejich bráškově či sestře neustále nadržuje. Samozřejmě: úměrně věku a možnostem dítěte mu poskytujeme podporu a prodiskutujeme ji i se sourozenci, ale pokud dítěti neustále někdo slouží, nedopadne to dobře. Zajímavé je, že ani časté námitky sourozenců „... mami, ale ty mu pořád něco dovoluješ, děláš to za něj, to má dělat on/ona...“ maminku nevarují. Možná už dlouho setrvává v modelu: „Chudáček můj malinký (neschopný), co byste po něm pořád chtěli?“ Už je těžké věci měnit. Ale co chudák dítě s DS? Až přijde do školky, kdo mu tam bude sloužit?

Jak tvrdé (a pro dítě nepochopitelné) bude zjištění, že nároky se v novém prostředí změnily. Když to dopadne dobře a pedagogové budou osvědčení, laskaví, nebudou podléhat únavě a budou trpěliví, pak budou dítě vytrvale formovat a časem se dítě podmínkám školky a společných her, jídel, vycházek přizpůsobí. Ale pravděpodobně jen ve školce, doma bude pokračovat v naučených kolejích, protože u našich dětí platí „nové prostředí = nový způsob jednání“. Dítě chápe, že v novém prostředí školky je třeba nastavit nový způsob jednání,

přijde domů a zde platí starý model. Všimněme si, jak mnohé děti s DS dobře a překvapivě vytrvale pracují u terapeuta, ale tytéž činnosti doma nejdou. Je to nastavením na maminku a maminky na dítě.

Řád věcí pomůže nejen dítěti s DS, ale především nám, protože schopnost dodržovat řád se promítne do schopnosti učit se a do celého dalšího života. **Řád věcí dovede dítě k respektování pravidel.** Řád mají činnosti v domácnosti, učení doma, školka, škola, zaměstnání... řád mají i mezilidské vztahy. A (správný) řád mezilidských vztahů je třeba trénovat i mimo rodinu: na návštěvách, na společných výletech s přáteli, v restauraci, v divadle pro děti... Respektování pravidel a maminčina vedení, to je to, co nám teprve „dovolí dítě učit“.

Dnes je už běžná MŠ pro děti s DS samozřejmostí. Ovšem dítěti (v kterémkoli vzdělávacím proudu) se komplikuje učení, pokud nerespektuje autority (viz poslechnout rodiče), není ochotno vytrvat, nestrhávat na sebe pozornost a neprosazovat si své. Takové dítě je vystaveno nebezpečí, že dostane „nálepku“ zlobivého (a pro kolektiv dětí ve školce, škole nepohodlného) žáčka. A co je pro dítě nejbolestivější: těžko najde přátele.

Myslím, že je spravedlivé dodat, že sotva najdeme dítě s DS, které na nás od určitého věku urputně nezkouší uplatnit svou vůli (lenost). A nemylně se, platí to i o oněch větších dětech, které jsou nyní „hodné, takové rozumné“. Děti to zkoušejí, a to úplně stejně kluci i holčičky. Nám pomůže, když si budeme připomínat, že pokud dítěti podlehneme, doplatí na to v budoucnu především ono, naše dítě, jemuž jsme přáli šťastný život.

Je důležité toto vše vědět, protože dítě, které ukončí MŠ a nastupuje do školy, ať už běžné či praktické, by rozhodně mělo umět pozdravit, rozloučit se a poděkovat, vědět, že nemá ubližovat dětem, ničit cizí věci, že nemá na sebe upozorňovat povykáním a poříváním, že by se mělo najít v klidu a nemělo by utíkat. Děti s trizomií 21 jsou sociálně nadané a není důvod, proč by se nemohly chovat kultivovaně. Jde o základy obyčejné slušnosti.

Při dodržování řádu dítěti moc pomůže, pokud mu maminka **dopředu poví, co se bude dít a co se od dítěte požaduje.** Naše děti nesnášejí náhlé rozkazy a změny situací. Samozřejmě se nám to tak mnohdy v životě stane, ale pokud je to možné, mluvm s nimi o tom, **co** bude, **jak** to bude a **kdy** to skončí. Zejména pokud jde o učení, nebo o čas odchodu z návštěvy u kamarádů, potřebují naše děti dopředu znát naši představu. Rozhodně nesahejme k vyhrožování či zastrašování. Vidíme to denně kolem sebe: „Když to neuděláš, nedostaneš tablet“. Ale učíme tím dítě model „něco za něco“. Tento způsob vydírání se nám může velmi nebezpečně vrátit: „Udělám úkol, když mi dáš tablet.“ Kdo je komu „šéfem“? Naše děti jsou připraveny respektovat **pevný tón hlasu bez emocí**: „Udělej to a to, je to nutné a já si počkám. Jestli se ti nechce, pomohu ti, ale rozhodně to uděláme, jak jsem řekla.“ Ze zkušeností s dětmi mohu říci, že obvykle důsledný klid a rozhodnost přesvědčily dítě, že má poslechnout. (Někdy musíme počkat delší dobu, než dítě dojde k závěru, že poslechne). A potom následuje pochvala: bez infantilních projevů. Děti jsou rády, když se orientují v našich emocích, a vědí tudíž, kde je jistota. V našem případě je to maminka: má mě ráda, těším se na její objetí, na její úsměv, ale nemohu si z ní dělat poskoka a nemohu ji „obejít“, a navíc mi nikdy neslíbí něco, co nedodrží.

Aby se dítě posouvalo vpřed, je třeba **pravidelnosti a častého opakování činností** (např. v domácnosti). Každá maminka intuitivně pozná, kdy může dítěti svěřit další (náročnější) úkol nebo je nechat pracovat samostatně, tedy odnímat postupně podporu. Děti s DS potřebují chválit i za minimální pokroky. Pokroky se u našich dětí projeví pomaleji, ale to neznamená, že nebudou.

Víra/nevíra

Představme si dítě jako prvobod, na něj působí naše kladné či negativní signály, tj. **maminčino nastavení**.

Pokud dítě cítí, že maminka od něj očekává kladný výsledek, jde s ním do nových zkušeností a činností, bude důvěřovat jejímu nastavení, pouští se do úkolu a směřuje vpřed, jeho schopnosti a dovednosti rostou a dítě rozvíjí svou osobnost i dovednosti. Naopak, je-li v prvobodu dítě, které z matky vycítuje jen pesimismus, její nastavení odpovídá postoji: „Vždyť jsem to říkala... stejně to nemá cenu..., ach jo, to je pořád dokola“, dítě si nevěří, mizí jeho snahy o prozkoumání světa, všechno rychle vzdává.

Sourozenci

V žádném případě nepřipustme myšlenku, že dítě s DS je chudáček. Že se k němu musíme jako k chudáčkovi chovat a protežovat ho před sourozenci, a ty pak nutit omlouvat špatné chování jejich brásky nebo sestřičky s DS. Děti s DS se chtějí vyrovnat svým sourozencům, tak jim dávejme příležitost. Vždyť jak se rozvíjí dítě v rodině? Tím, že se podílí na chodu domácnosti, úměrně věku a možnostem, samozřejmě: je totiž něco jiného zjednodušit úkoly, ubrat z povinností to, čemu ještě nerozumí, není fyzicky schopné atd... a něco jiného je dítěti sloužit. Začíná to nevinně: podáme, přineseme, uklidíme, napomeneme sourozence: „Vždyť je ještě malý...“ Dítě s DS zdaleka neocení, že jde o pomoc, ale považuje všechny naše služby za samozřejmost. Obvykle se to týká celé rodiny, dejme si na to pozor. Sama si moc dobře pamatuji, jak jsem jednou při slovech „mám žízeň“ okamžitě vstala a šla do kuchyně pro sklenici s vodou, cestou zpět jsem si najednou uvědomila, jakou hru že to tu hrajeme: moje šestiletá dcera mi oznámí, že má žízeň, a já jdu! Vždyť si vodu může přinést sama! Naopak: jí přece pomůže v rozvoji, když se naučí, že se nemůže chovat jako princezna, ale zvykne si udělat to, na co už stačí. A podobných případů je mnoho...

Ale to nevadí

Dejme pozor, jak nám „slouží“ okolí: určitě se vám stalo, že vaše ratolest udělala něco nepěkného, ať to bylo vyrabování hraček z regálu v obchodě, vztekání se na ulici atp., načež vaši přátelé s poměrně nečitelným úsměvem poněkud prkenně reagovali: „...ale to nevadí...“ Vadí! A opět: pro naše děti je matoucí, když maminka něco zakáže, ale její přátelé a ti milí lidé okolo se na něj přitom tak hezky usmívají. **Tón našeho hlasu** je totiž signálem sdělujícím více než vlastní význam slov. Čím je dítě menší, tím víc vnímá tón hlasu zřetelněji než vlastní obsah mluveného slova. Stejně tak emocionální nastavení toho, kdo na dítě mluví. Všimněte si, že existují maminky, které na své šestileté děti s DS mluví vyloženě infantilně, jako by štěbetaly na tříleté. Samozřejmě že tento tón jejich hlasu, gesta, návaly emocí dítě brzdí ve vývoji. Děti se posouvají ve svém chování a zodpovědnosti tak, jak k nim přistupujeme my.

Tedy pokud chceme mít vedle sebe stále pětileté dítě, mluvmе na ně jako na pětileté i v sedmi, osmi... a „úspěch“ je dlouhodobě zaručen.

To, co se naučí dítě teď, bude dělat stále, pokud nepochopí, že se má chovat jinak. Ale samo to nepochopí. Z nějakého důvodu (viz výše) se domnívá, že např. vyplazování jazyka na smějící se „tety“ (lidi v autobuse aj.) je společensky vítané. Kdo napraví špatně pochopené chování? Maminka! A bude to trvat pravděpodobně dlouho, proto je tak důležité vést děti ke správnému chování rovnou. Rozmysleme si, co je pro nás přijatelné a kde už končí hranice únosnosti (každý máme laťku jinak vysoko).

To nejtěžší

Co je na výchově dítěte s postižením to nejtěžší, je (alespoň podle mého názoru) skutečnost, že **jsme dítěti vzorem**, a to úplně ve všem. To klade ty největší nároky na nás osobně! O důslednosti směrem k dítěti víme všichni, ale důslednost směrem k nám je podstatná úplně stejně. Jak nepohodlná je pro nás dospělé neustálá sebekontrola ve vyjadřování, jak těžké je sebeovládání, když je člověk unavený nebo ho prostě nebaví být stále k dispozici malému dítěti. Jak skvělé by bylo, kdybychom si mohli dovolit vybuchnout a pak se zase uklidnit. Nikoli, nevyrovnaná maminka je asi to nejhorší, co může dítě potkat: střídání hněvivých nálad s návaly lásky, kdo se v tom má vyznat? Ani náš partner, natož potom dítě s DS? A v čem se nevyznám, toho se bojím. Zkušenost mi přeci říká, že i když je teď klid, kdykoli hrozí zase ten „výbuch“... a důvěra je pryč. **Sebeovládání, sebekontrola, trpělivost**, to jsou ty těžké nároky na rodiče, kteří vychovávají dítě s DS. Neustálý tlak na naše nervy díky našim nesplněným očekáváním vede často i k vyčítání, případně k nepřiměřeným trestům. Ale opět: hledejme chybu u sebe: učili jsme dítě ihned od malička důsledně správným reakcím? Nenechali jsme to prostě být, i když jsme viděli, že „zlobí?“ Naše děti záměrně neubližují, prostě věci zamotají nebo je dělají pomalu, špatně, ale není jejich vina, že je nikdo neseznámil se správnými pravidly chování a netrval na nich tak dlouho, dokud si je neosvojily. Nyní opět praxe: každé dítě, které maminka trestá spravedlivě, to ví! A mlčí, je zaražené, protože chápe, že maminka měla spravedlivý důvod. Pokud maminka ale dítě trestá impulzivně, protože jí „přetekly nervy a má ho dost, už na to nemá atd.“, dítě se rozpláče. Proto pozor na trestání: **dítě musí vědět, proč se maminka zlobí**. A stejně tak je důležitá **omluva**: jistě se vám stalo, že jste na dítě zakřičeli a ono se rozplakalo. Vám to pak rvalo srdce. Věřte nebo ne, omluva vám uleví, naše děti odpouštějí okamžitě, navíc se učí, že i ony se mají omluvit, pokud je to třeba. A není zapotřebí zvykat dítě na „odškodnění“ ve formě dárečku, je to zbytečný úplatek, čisté srdce a spravený vztah dítěti úplně stačí.

Děti stojí totiž více o vztah než o věci. Když jsou děti větší a odmítají poslechnout, je pro ně největším trestem, když na ně maminka přestane mluvit, záměrně nenaváže oční kontakt a nekomunikuje. Zatím jsem se nesečkala s dítětem, které by nepřišlo a nechtělo vztah urovnat.

Prvek **odpuštění** je tak podstatný v naší výchově! Naše děti jistě denně udělají věci, které nám nevyhovují, překračují pravidla, zkoušejí nás, dlouho nedokáží domyslet následky svých činů, proto se také často ocitají v situaci, kdy se maminka (ve školce paní asistentka) „zlobí“. Těžce to nesou (vždyť emoce jsou u našich dětí výraznější než u ostatních dětí). Bez vědomí odpuštění v sobě neumějí vyřešit situaci, za niž přišel trest. Aby mohly zase být radostné a motivované, potřebují slyšet z úst maminky (paní asistentky): „Už se nezlobím, ale tohle už

nedělej, rozumíme si?“ Prvek odpuštění je nezbytný denně mnohokrát. **Nezaměňujme důslednost s přísností bez lásky.** Dokonce se nebojím napsat s absencí milosrdenství.

Skutečně jsem se setkala s maminkami a pedagogickými pracovníky (!), kteří v zájmu správné výchovy sahalí při vedení dětí pouze po přísnosti, požadavku důsledné poslušnosti a kázně. Ale to nelze. Takto jednostranné vedení dítě s DS zničí, zahubí jeho radost a zlomí srdce. Dítě špatně spí, bojí se udělat chybu, je uzavřené, často odporuje, protože se nechce znovu vystavit pokárání, že zase nezvládlo situaci, je neurotické. Požadovat důslednost a uplatňovat kázeň může pouze člověk milující a schopný odpouštět, schopný znovu a znovu pomalu vést. Říká se, že milující ruka trestem neublíží.

Budeme si jen tak hrát

Myslím, že se málo mluví o tom, že děti s DS potřebují **normálně odpočívat**, tak jako každý jiný člověk. Pamatuji si na jednu malou holčičku, která přišla domů ze školky a unaveně pravila, že je „uhračkovaná“. A šla si lehnout do pokojíčku, aby nabrala síly. Ale totéž prožívají naše děti. To, že je neustále motivujeme ke vzdělávacím hrám, učíme pravidlům, učíme se s nimi (i když hravou formou), je samozřejmě unavuje. Proto si potřebují hrát si jen tak! Bez „didaktických výstupů“. Ale kdo si s nimi bude hrát jen tak? No přece maminka! Maminku čeká druhá směna, když nastoupí „jenom“ panenky, autíčka, dovádění s míčem, zpívání písniček, vyprávění pohádek, procházka rukou v ruce anebo četba pro odpočinek. Velmi jednoduché činnosti, hry nikterak intelektuálně náročné, odpočinkové. Možná děti umějí být samy a odpočívat. Ale nevezmou si třeba tablet a do nekonečna na něm nebudou hrát stereotypně se opakující hloupé hry? (O ničení krční páteře a zraku nemluvě.)

Je to těžké: mamince zase připadla role dát stranou své zájmy a jít si „odpočinout“ s dítětem. Ale takovéto „odpočívání“ je úžasné pro vztahy. A navíc pravděpodobně baví i sourozence. Prostě „jsou jen tak spolu“.

Ne nadarmo se říká, že máma je ta nejlepší hračka. Ne množství terapií, ne velký počet skvělých odborníků, ne zástupy pedagogických osobností, jimž matky vozí děti mnohokrát týdně. Ze zkušeností je jisté, že daleko účelnější je praxe, kdy si maminka vystuduje kurz, navštíví semináře, naučí se metodě... A potom ji doma pravidelně uplatňuje. Nemusí tak často jezdit a unavovat sebe i dítě. Tím nechci (!) říci, že nemají jezdit nikam, ale je poměrně dost rodin, kde se jen jezdí a jezdí, a není divu, že unavená maminka potom radši dělá za dítě věci, které mu jdou pomalu... A přitom při menším počtu kroužků je čas a možnost trénovat denní řád věcí: hygienu, oblékání, stolování, motoriku, učení, společenské návštěvy a s nimi spojené sociální zrání atd. Všichni víme, že naše děti se učí zejména **nápodobou**. Proto se nedá nic dělat, prostě musíme věci dělat společně. A na to je třeba čas.

Čas

Není možné říci pětiletému dítěti s DS: „Uklid' si tu, obleč se a za deset minut tě čekám u stolu. Pak odjíždíme, jinak přijedeme pozdě.“ Uklidit musíme spolu, obléknout se dítě musí svým tempem (případně s mou pomocí) a u stolu se také najíst svým tempem. Byli jsme to my, kdo měl mít časovou představu o jednotlivých krocích a nechat i rezervu na důsledné dokončení všech kroků. Obvykle to ale v praxi vypadá tak, že jsme unaveni neustálým opakujícím se modelem: „Každé ráno se loudá, neobleče se, není schopen (schopna) si dát

věci na hromadu, a pak nikdy nestíháme školku..." Jenže jsou to děti s Downovým syndromem! Jsou pomalejší a ve vzduchu intenzivně cítí tlak a nervozitu. A bojí se, některé jakoby „zamrznou“, zastaví se v činnosti. **Neumějí vyřešit věci pod tlakem.** A to platí po celý jejich život.

A tak si zde na závěr dovoluji uvést biblický návod, jak přistupovat k dítěti s DS. Najdete jej v Nové smlouvě ve 13. kapitole listu do Korintu:

**Láska je trpělivá, laskavá, nezávidí, láska se nevychloubá a není domýšlivá.
Láska nejedná nečestně, nehledá svůj prospěch, nedá se vydráždit, nepočítá křivdy.
Nemá radost ze špatnosti, ale vždycky se raduje z pravdy.
Ať se děje cokoliv, láska vydrží, láska věří, láska má naději, láska vytrvá.**

Proč k dítěti s DS takto přistupovat? Protože je to především naše dítě s DS, které k nám takto přistupuje! Uvědomujeme si vůbec, jak bezelstné jsou naše děti vůči nám?

Ve výše uvedených verších je zmíněna naše netrpělivost a podrážděnost, porovnávání s ostatními (nezávidí), domýšlivost, počítání neúspěchů dítěte, rezignace kvůli nesplněným očekáváním, to vše naše děti ničí. A jako boční vítr otočí loď, tak může naše chování a náš špatný přístup změnit původně radostné, očekávající dítě v jedinice rozmazleného a ustrašeného zároveň, v dítě zmatené, které se projevuje prosazováním své vůle a ztrácí se ve svých emocích.

Děti, které jsou **vychované v důslednosti, která pochází z lásky k nim**, jsou vyrovnané a nemají mezi sebou navzájem problémy. Tuto zkušenost lze v praxi vidět nejen na našich kroužcích, kde se scházejí společně děti i dnešní teenageři s DS, vidíme to i na pobytech, kde se spontánně tvoří „party“, a vidíme tak vedle sebe malé i velké, s DS i bez DS.

Pro naše děti není důležité, do které školy chodí, ale **jací jsou jako lidé.**

Původní článek vyšel v časopisu PLUS 21, 3/2019, uveřejněno s laskavým souhlasem autorky.

Jana Jarošová, spec. ped.

je ředitelkou společnosti Ovečka, o.p.s, která byla založena v roce 2003 Apoštolskou církví za účelem pomoci rodinám s dětmi s DS. Je matkou dvou dcer, z nichž mladší se narodila s trizomií 21. Je učitelkou hudby v ZUŠ v Českých Budějovicích. Společně se svým týmem se věnuje především individuálnímu vyučování dětí s DS, osvětě a přednáškové činnosti.

Více informací o činnosti Ovečky najdete www.ovecka.eu