

Obsah

Chování, které mluví	10
Předmluva: co, proč a jak	13
1. Když je všeho moc, tak to bouchne	18
I. Pozitivní přístupy	25
II. Náročné chování	33
III. Meltdowny.	39
IV. Kvalita života	42
V. Zkoumáme zprávu skrytou v chování	48
<i>Příběh Amal</i>	55
VI. Kde a jak žijeme.	58
<i>Magdin příběh</i>	64
2. Zvládáme meltdowny s chladnou hlavou	73
<i>Petrův příběh</i>	74
I. Spolupráce (koprodukce)	78
II. Jak trávíme čas	89
III. Slovo o úzkosti	93
IV. Pocit bezpečí	94
V. Důležitá upozornění	107
VI. Sebepoškozování	111
<i>Jamesův příběh</i>	115
3. Obecné strategie	120
<i>Příběh Dawn</i>	121
I. Základní principy.	125
<i>Maltézský kříž</i>	130
II. Další návrhy.	132

4. Když meltdowny slouží k úniku	143
I. Okamžitá řešení meltdownů	143
II. Když to jinak nejde	154
III. Předcházíme meltdownům v dlouhodobé perspektivě	159
IV. Ochrana zranitelných lidí	165
5. Když meltdowny přinášejí pozornost	170
I. Okamžitá řešení meltdownů.	171
II. Předcházíme meltdownům v dlouhodobé perspektivě	178
<i>Petrův domácí příběh</i>	<i>185</i>
6. Když meltdowny pomáhají získat předměty	193
I. Příbuzné, ale odlišné přístupy	194
II. Okamžitá řešení meltdownů	201
<i>Příběh Sarah</i>	<i>203</i>
III. Předcházíme meltdownům v dlouhodobé perspektivě	206
<i>Raulův příběh</i>	<i>210</i>
7. Když je meltdown příjemný	214
I. Snažíme se porozumět odlišnému smyslovému světu	216
II. Reflexe	224
<i>Příběh Fran</i>	<i>228</i>
III. Co s tím	229
<i>Nezvaný host</i>	<i>234</i>
IV. Výstraha sedmá: více funkcí.	237
8. Krajina po bouři aneb Co dělat po meltdownu	240
I. Co dělat po meltdownu	240
II. Závěrem: spojenci budoucnosti.	252
 Seznam literatury	 260
O autorech	262

Chování, které mluví

Téma náročného chování lidí s autismem a intelektovým postižením stálo v českém prostředí dlouho stranou pozornosti odborné i laické veřejnosti. Zpoždění, které zdejší sociální péče v přístupu k lidem s postižením nabrala během čtyřiceti let totality, se projevuje nejen pevně zakořeněnými předsudky, dodnes přežívající dominancí ústavních pobytových služeb nebo nízkým respektem k právům zranitelných lidí. Projevuje se také tím, že některým fenoménům spojeným s vrozenou poruchou intelektu stále pořádne nerozumíme a reagujeme na ně nevhodným způsobem. Náročné chování je toho nejpálčivějším dokladem.

V Česku působí minimum odborníků, kteří by dokázali etickým a efektivním způsobem podporovat lidi s těmito projevy chování a jejich rodiny. Existuje tu minimum vzdělávacích programů, panuje chronický nedostatek vhodných služeb, lidé jsou kvůli náročnému chování vylučováni ze sociálních, školských i zdravotnických zařízení. Jsou nadměrně medikováni psychiatrickými léky, omezováni v pohybu a často čelí nevhodnému zacházení. Tragická smrt Doroty Šandorové, kterou v roce 2021 v domově pro lidi s intelektovým postižením zabil její pečovatel, protože chtěl „zastavit“ její chování, ukázala, kam až nás taková nevědomost může zavést.

S důsledky dlouhodobého zanedbávání osvěty a odbornosti v přístupu k náročnému chování se nejvíc potýkají pečující rodiny. Často nevědí, jak na projevy svých dětí reagovat, nerozumí jejich příčinám a nacházejí pro svou situaci jen málo porozumění a podpory. Čelí chronickému vyčerpání, osamělosti a úzkostí z budoucnosti. Bloudí ve tmě, v níž se náročné chování

jeví jako svého druhu přírodní katastrofa, se kterou se nedá nic kloudného dělat.

Kniha britského psychologa Tonyho Osgooda a jeho české spolupracovnice a překladatelky Petry Martinové je mimořádně cenná tím, že do téhle tmy vnáší paprsek světla. Tony pravidelně navštěvuje Českou republiku a vedl tu několik vzdělávacích workshopů. Má téměř čtyřicetileté zkušenosti ze služeb pro lidi s intelektovým postižením, z klinické praxe i akademické sféry. Témata, o kterých píše, dlouhá léta přednášel studentům specializovaného Tizard centra při Univerzitě v Kentu. Jako profesionál pracoval s těmi tzv. „nejkomplexnějšími“ klienty, o nichž se tradovalo, že jim není pomoci.

A co se s nimi naučil, je stejně odborně relevantní jako nečekaně prosté. Lidé s náročným chováním jsou stejní jako my. Nemusíme se jich bát, nemusíme je omezovat ani vylučovat z běžné komunity. Jejich projevy představují snahu komunikovat s vnějším světem, jsou signálem nenaplněných potřeb, jaké máme všichni. Jejich „meltdowny“, tedy psychická zhroucení, jež bývají pro rodiče nebo profesionální pečovatele tak náročná, jsou logickou reakcí na stres a přetížení. Jedinou osvědčenou cestou, jak jim pomoci, může být jejich začlenění, zajištění radostného a smysluplného života, podpora v samostatnosti a komunikaci i v přizpůsobení prostředí, v němž se pohybují a žijí. Tito lidé svým chováním mluví a naším úkolem je jim naslouchat, naučit se jejich jazyku a správně jim odpovídat.

Tato kniha skvěle poslouží jak rodičům, tak profesionálním pečujícím o děti a dospělé s autismem a intelektovým postižením, ať už pracují v sociálních službách, ve školách nebo třeba v oblasti péče o duševní zdraví. Tím, že do dynamiky náročného chování přináší porozumění, empatii, respekt a vzájemnost, možná přispěje k tomu, aby se životy zranitelných lidí začaly měnit k lepšímu. Bezmoc se může proměnit v příležitost. V době,

kdy celý svět čelí epidemii sobectví, nás vrací k hodnotám, které potřebujeme zažívat ve všech mezilidských vztazích. Znovu připomíná starou pravdu, že nejvíc se můžeme naučit od těch nejslabších.

Jen musíme chtít.

Petr Třešňák