

Tisková zpráva - **Běžný odpočinek neznají, aneb chytil mě sám za ruku**

V Ostravě dne 29.2. 2024

**Stát se hostitelem homesharingu, který pomáhá rodinám s dětmi s autismem, je snadné. Mikasa, organizující setkání mezi klienty a hostiteli, poskytne zájemcům vzdělávání i dohled nad celým procesem včetně průběžných konzultací. Základem je porozumět problematice autismu a potřebám rodin dětí s poruchou autistického spektra - PAS. A také přesvědčení, že chcete pomáhat.**

Co cítí hostitel při prvním samostatném setkání s dítětem s autismem a jak probíhá toto setkání? Lucie Ivanová, adaptační průvodce aktivity homesharingu, absolvuje první setkání s dítětem ještě před hostitelem. Zjišťuje potřeby a prostředí rodiny i dítěte, a ty pak předává potenciálnímu hostiteli. „První setkání je s dítětem samozřejmě vždy za účasti rodičů. Rodiče mi sdělí všechny potřeby dítěte, co má rádo a naopak, co dítěti nedělá dobře. Cílem je zajistit, aby hostitelé rozuměli individuálním potřebám dětí a byli schopni poskytnout jim adekvátní péči a podporu. Důležité je také první setkání s dítětem o samotě, to je to, co nejvíce hostitele zajímá. Zda zvládnou dítě s autismem hlídat, zabavit. Také se bojí třeba vzdoru. Je důležité zmínit, že v procesu párování, což je pět až šest schůzek, nejsou rodiče ani hostitelé nikdy sami. Vždy je adaptační průvodce jako podpůrný člen seznamování a sbližování. Příprava a vzájemné porozumění jsou klíčové. Pečující a hostitelé spolupracují na tom, aby se dítě cítilo pohodlně a bezpečně, ať už při hře doma nebo při venkovních aktivitách,“ popisuje Ivanová a pokračuje: „Je pravdou, že když dáváte poprvé dítě do školky, také nechce

být většinou bez rodičů. Pláče, vzteká se, je to individuální. Ale zde jdeme jinou cestou. Děti s autismem potřebují ve všech ohledech více trpělivosti. Dítě s hostitelem může být o samotě, až je na to perfektně připravené. Do té doby na vztahu mezi hostitelem a dítětem pracují také rodiče, kteří jsou schůzkám přítomní. Nejdříve se zkouší jen pár minut. Třeba maminka odejde do kuchyně a hostitel si hraje s dítětem v obýváku. Pak odejde hostitel s dítětem před dům, následně na krátkou procházku a vše se stále stupňuje. Pak může hostitel docílit i hodinových výletů a zážitků bez účasti rodiče. Vše, je postupné. Chceme, aby bylo dobře všem zúčastněným. Jak dítě, pečující, tak hostitel.“

Hostitel se na první setkání o samotě také připravuje. Předem ví, jaké hračky má dítě rádo, co rádo jí nebo čím ho uklidnit. „Když vím, že má rád gumové medvídky, vezmu si je do kapsy a při nástupu nervozity u dítěte je mám hned k ruce. Někdy to jsou bublifuky, relaxační míčky, jindy zase po domácku vyrobená lávová lampa. Velmi se mi osvědčilo také změna tématu. Začnu popisovat, co se venku děje, například podívej, zpívají ptáci, listy se třepou na stromech. Nebo zapnu hudbu deště, nebo zvuky vlaku v mobilu, které většinu dětí s PAS, ukonejší obratem. Důležité je neklidu předcházet. Pak se Vám nikdy nestává, že by se dítě rozkřičelo. I tento stav se dá zvládnout podobnými technikami, které se hostitelé dlouhodobě učí. Když máte zdravé dítě, také má různé nálady. Je to jen o porozumění. Náš tým homesharingu i rodina musí být vždy přesvědčena, že hostitel hlídání zvládne, jinak vzájemné poznávání pokračuje. Nikdy netlačíme na pilu. Jednou jsem si dlouze připravovala, jak budu trávit čas o samotě s dítětem, a nakonec se mu nejvíce líbilo společné šlapání na bílé pukavky z keře, nebo když jsem mu zpívala. Sedmi letý chlapeček mě sám chytil za ruku a poslouchal. Až mi bylo líto, že s chlapečkem nemůžeme zůstat déle,“ popisuje zážitek Ivanová.

Hostitelé jsou obyčejní lidé, tedy proškolení laici, rozdílní věkem i záměrem. Někdy jde o mladé lidi, kteří chtějí pomáhat a dozvědět se více o péči dětí s autismem. Do rodin dochází také starší páry, kterým děti odrostly, jejich vnoučata bydlí vzdáleně nebo je nemají a chtějí věnovat svůj čas něčemu smysluplnému. Do hlídání dětí se často zapojují lidé, kteří mají odrostlé vlastní děti a cítí potřebu pomáhat. „Chceme, aby dítě zažívalo pomalé změny, které pro něj ve výsledku přinesou obrovský pokrok. Když chodíte na procházku na svá oblíbená místa, proč je neukázat i dítěti s autismem. Změníte tím život dítěte i jeho rodiny,“ dodala závěrem Ivanová.

Homesharing nabízí pečujícím o dítě s autismem možnost získat čas pro sebe a pro ostatní členy rodiny, zatímco jejich děti jsou v bezpečných a podporujících rukou. Homesharing tak přináší nejen potřebnou úlevu a podporu, ale také rozšiřuje povědomí o autismu a podporuje větší integraci těchto dětí do společnosti.

Závěrem Ivanová zdůrazňuje, že sdílená krátkodobá péče přináší úlevu rodinám, které si bez ní nemohou dovolit ani chvilku odpočinku. „Naše společnost by měla být místem, kde si navzájem pomáháme. A toto je jeden ze způsobů, jak toho dosáhnout.“

Pro více informací o programu a možnostech, jak se zapojit, navštivte <https://mikasazs.cz/aktivita/homesharing/> nebo kontaktujte přímo organizaci Mikasa, Homesharing, Jan Svojanovský, mobil: 737 355 123.

Kontaktní osoba: Mgr. Inéz Bohdanová Bortoliová – tisková mluvčí Mikasa z.s, mobil: 601 525 328, [marketing@mikasazs.cz](mailto:marketing@mikasazs.cz), [www.mikasazs.cz](http://www.mikasazs.cz)