

# MAMI, TATI, CO SE TO S BRÁCHOU DĚJE...

... dotazuje se Honza rodičů na náhlou změnu chování svého mladšího bratra Lukáše, které se mu zdá být najednou jiné, než je chování u jeho kamarádů... Když je nahlas hudba, venku je bouřka nebo někdo zvýší hlas a křičí, Lukáš reaguje na hlasité zvuky, například schováváním se pod deku, zakrýváním si uší, někdy hlasitě pláče a křičí. Někdy Honza mluví s Lukášem a najednou Lukáš reaguje impulzivně, až se dostává do vznětlivé ataky. Honza se často lekne a najednou neví, co má dělat a raději odejde. Stává se také, že Lukáš občas začne běhat kolem dokola po místnosti, bývá často neklidný a nevydrží na jednom místě. Honza si uvědomuje i odlišné chování rodičů vůči Lukášovi. Často se mu zdá, že rodiče bratrovi více dovolí a vyhovují snadněji jeho přáním, zatímco Honza sám pocituje, že se mu více zakazuje a musí se více snažit. Tyto zkušenosti u Honzy vyvolávají napětí, které se někdy projevuje vzdorovitostí, vztekem či rezignací.

Rodiče začali vnímat, že náročná výchova Lukáše, ke kterému je zapotřebí přistupovat jinak a zajišťovat jeho specifické potřeby, má dopad na chování Honzy. Rozhodli se Honzovi pomoci a obrátili se na bezplatnou terénní službu SAS ve Zlíně. Do rodiny přijela sociální pracovnice a psychologka, se kterými rodiče mluvili o tom, jak podpořit Honzu, aby správně pochopil a zvládl chování bratra. Společně se zaměřili na to, co je dobré ve výchově sourozenců s různými potřebami znát, s čím mohou Honzovi pomoci, co ho naučit, jak mu soužití s bratrem vysvětlit a čemu se naopak mají rodiče ve výchově sourozenců vyvarovat.

## Příklady komunikace aneb CO MŮŽU TEDA ŘÍCT?

*„Jak se teď cítíš po tom, když se Marek zlobil a házel hračkami?“*

*„Často si vysvětlujeme, že tvému bratrovi musím pomoci obléct se, protože mu nejdou dobře zapnout knoflíky u košile. Ty je zapnout umíš, a proto ti tolik nepomáhám.“*

*„Každý z nás dělá věci různě a po svém. Ty dokážeš v krátkém čase vypracovat úkol do školy a Eliška na to potřebuje více času. Všimla jsi si, že když jí pomáháš s úkolem, jde jí to lépe?“*

*„Vím, že sis všiml, že má Blanka zranění na ruce. Tvoje sestra si teď prožívá složité období, protože se stala obětí kyberšikany, o níž jste se učili ve škole. Potřebuje, abychom při ní stáli.“*

*„Určitě ses už někdy setkala s tím, že je zapotřebí kamarádům vysvětlit, co se děje, když Tomáš dojde ve škole silnou úzkost a nemůže dýchat. Je*

*to proto, že mnoho úkolů ho najednou přetíží a on se kvůli tomu potřebuje uklidnit a prodýchat.“*

*„Vím, že spolu s Lukym chodíte do stejné školy, a že i tam má Luky často těžké chvíle. Jaké to pro tebe je?“*

*„Pěťo, počkej chvíli, než dokončím s tvou sestrou úkoly. Pak si spolu sedneme a zahrajeme si spolu tu novou deskovou hru, co jsi dostal. Víš, že se vám nemohu věnovat oběma najednou.“*

*„Marku, říct si o pomoc je v pořádku. Pokud se ti něco někdy stane, s čím si nedokážeš poradit, neboj se přijít a požádat o pomoc.“*

*„Pomohlo by ti, kdybychom zašli k odborníkovi? Ten by ti vysvětlil lépe, co se teď s Katkou děje a co je schopna zvládnout. Umožnilo by ti to lépe pochopit, co od nás Katka potřebuje.“*

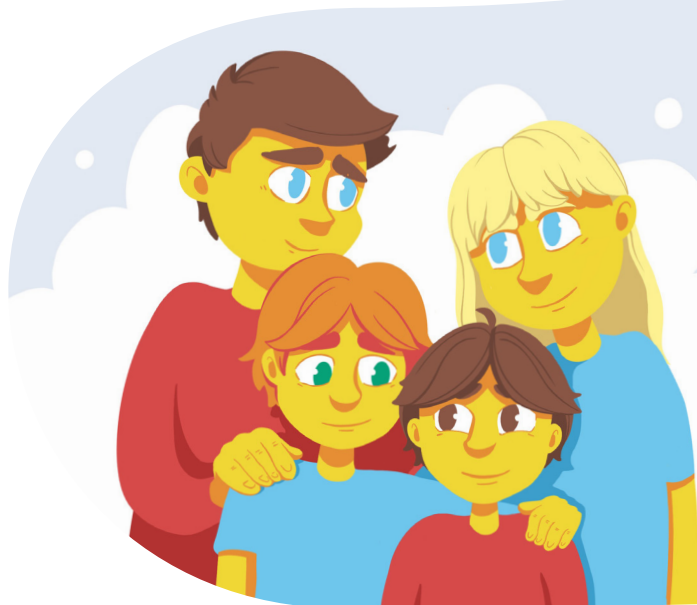


## Jak může vypadat komunikace rodiče s dítětem v kontextu vztahu se sourozencem se specifickými potřebami?

- Na dotazy dítěte ohledně chování sourozence se specifickými potřebami by měl rodič umět reagovat s ohledem na věk, úroveň mentální zralosti a získané dovednosti dítěte. Mluvit s ním tak, aby snadno dokázalo pochopit odlišné chování sourozence a umělo si ho vysvětlit.
- **Rodiče by měli pamatovat na to, že dítě by nemělo mít povinnost starat se o sourozence se specifickými potřebami. To je starost rodičů, a dítě může s něčím po domluvě pomoci.**
- Rozhovor může být náročný, dítě má mnoho otázek. Je vhodné snažit se trpělivě a upřímně odpovídat na jednotlivé dotazy, udělat si na doptávání dítěte čas a vysvětlovat je. Důležité je neustále zachovávat emoční klid. **„Máš teď mnoho otázek a hodně tě toho zajímá. Začneme první otázkou, co se stalo, že tvůj bratr reagoval velmi podrážděně na to, že jsi mu sebral hračku?“**
- Neznáte-li odpověď, nebojte se přiznat, že ji nevíte a mluvíte o tom, co znáte. Přínosem je, že se rozptýlí mylné a škodlivé názory. **„Ted' ti nedokážu přesně odpovědět na to, co se zrovna s tvým bratrem stalo. Jen vím, že když se mu něco nedaří, moc se zlobí a neumí to jinak.“**
- Pro dítě nebývá snadné vyrovnávat se s tím, že je sourozenec se specifickými potřebami jiný. Někdy se potýká s posměšky a otázkami např. od vrstevníků, které ho zraňují. Pokud je dobře informován, zvládne se s těmito situacemi lépe a bez větších problémů vypořádat. **„Kdyby se ti zase spolužáci ve škole kvůli bráchovi smáli, zkus to zvládnout a nehádat se s nimi. Raději odejdi, požádej o radu paní učitelku a doma si pak o tom promluvíme.“**
- Pochopení situace vede dítě k tolerantnějšímu chování vůči sourozenci se specifickými potřebami a nastavuje cestu k láskyplnému vztahu mezi nimi, minimalizují se zmatky a strach ze vzniklé disharmonie. **„Jsem moc ráda, že jsi dobře a s klidem zareagoval a dokázal bratrovi pomoci, když se mu nedařilo postavit z lega věž.“**
- Velkou roli má upřímnost a ujištění, že všechny děti jsou

milovány a v bezpečí. Chování sourozence se specifickými potřebami často zasáhne emoční prožívání dítěte. Nápomocné je od rodičů si emoční zážitek popsat a vysvětlit. **„I když tvůj bratr potřebuje více naší pozornosti a pomoci, máme vás oba moc rádi a jste pro nás stejně důležití.“**

- Rodiče podporují dítě radou, jak správně komunikovat se sourozencem se specifickými potřebami. Oslovovat sourozence jménem, v komunikaci se dívat do očí a ujišťovat se o naslouchání. Nejlépe pokládat jednu otázku a dát čas na rozmyšlení odpovědi. Umět ho pochválit, zatleskat mu, či poděkovat. **„Luci, když mluvíš s Janou, oslov jí jménem a požádej jí, aby se na tebe podívala. Lépe bude slyšet a vnímat, že na ní mluvíš.“**
- Seznámit dítě s aktuálním stavem a potřebami sourozence je důležité, ale nemělo by být klíčovým tématem. Je nutné hlídat a dodržovat vymezený čas i na aktivity s druhým dítětem. **„A co by sis přál dělat o víkendu?“**
- Oslovte odborníka, ke kterému s dítětem docházíte a domluvíte si čas i pro sourozence, kterému se odborník může věnovat.



Hledáte cesty, jak **efektivně a citlivě pomoci své rodině v krizi**? Tak to jsme **Na stejné vlně!** Nemusíte na to být sami. Jsme **tým sociálních pracovníků a psychologů**, pomáháme rodinám, kde se děti nebo rodiče potýkají s psychickými obtížemi.

**Kontakty a další informace naleznete na [www.nastejnevlna.cz](http://www.nastejnevlna.cz) a [www.pkcentrum.cz](http://www.pkcentrum.cz).**



Sociálně aktivizační služby pro rodiny s dětmi  
Kde nás najdete:  
Divadelní 3354, Zlín  
vchod ze zadní strany budovy Městského divadla Zlín, I. patro  
[sas@pkcentrum.cz](mailto:sas@pkcentrum.cz)

Mgr. Adéla Gregor  
vedoucí služby  
703 178 690

[adela.gregor@pkcentrum.cz](mailto:adela.gregor@pkcentrum.cz)



@pkcentrum



facebook.com/pkcentrum



[www.pkcentrum.cz](http://www.pkcentrum.cz)



[www.nastejnevlna.cz](http://www.nastejnevlna.cz)