



Anička a terapie hrou

Jsem matka moc šikovné pětileté holčičky, na které dneska skoro není vidět, že by měla jakékoliv postižení. Na začátku to tak ale vůbec nevypadalo, protože přestože celé těhotenství proběhlo úplně bez problémů, u porodu se něco pokazilo a dcera nedýchala. Bylo nám řečeno, že je velká pravděpodobnost fyzického postižení, rozvoje epilepsie a také poměrně vysoká možnost, že dcera bude mentálně postižená.

Jak jsme se s tím srovnali? Rozhodli jsme se ovlivnit to, co ovlivnit můžeme. Takže cvičíme. A tím nemyslím jen cvičení na lehátku s fyzioterapeutem, ale hodně obyčejných věcí, které nejsou žádná věda. A jsou zábavné! Hodně nám pomohla ergoterapie, díky které jsme se dozvěděli, že hraní je vlastně forma cvičení. Děti se učí pomocí hry a napodobování, kterým tráví většinu času. Osvojují si tak společenské normy, rozvíjí představivost, trénují jemné pohyby ruky a chůzi. Tak jsem si doma ze židlí, různých stoliček, polštářů a hraček vytvořili překážkovou dráhu. Dokud dcera neuměla chodit, tak ji přelézala podle svých schopností, dneska už ji děláme složitější a složitější. Překážky se dají přeskakovat, podlázet nebo si třeba vytváříme speciální stanoviště s úkoly pro trénink ruky, paměti nebo správné vyslovování hlásek. Je to zábava a cvičení uteče, ani nevíme jak.

Dost často totiž cvičení vypadá složitější, než ve skutečnosti je. Doma se dá tvořit, využívat moderní technologie (například obyčejný tablet s hrami zdarma) nebo trénovat složitý pohyb v prostoru. Hodně jsme malovali prsty, vytvářeli zvířátka z krabiček, hráli si ve vaně se světýlky, houpali se na houpačce, klouzali na klouzačce a lezli na žebřík. Máme psa, tak jsme zavedli i domácí canisterapii. A hlavně jsme si hráli s kamarády. Integrace mezi dětmi je velmi důležitá, protože díky ní se děti učí, jak to v kolektivu funguje. Zjišťují, co je ještě přijatelné a co už ne, jak si říct o pomoc a jak si hrát s ostatními. To všechno jsou obyčejné věci, které ale zároveň podporují rozvoj schopností a dovedností, které jsou potřeba k běžnému životu. Myslím si, že je dobré si uvědomit, že takovéto věci nejsou jen ztráta času, ale zásadně pomáhají ve správném vývoji dítěte.



Rehabilitační pobyty a lázně jsme s Aničkou pojaly jako náš společný holčičí čas. Dcera se předem moc těší, protože přece budeme spolu „holky s holkama“, kluky necháme doma (myšleno mladšího bráchu a tátu) a budeme mít víc času pro sebe navzájem. Obvykle si s sebou bereme knížky na čtení, různé společenské hry a dětské časopisy. I já si tam odpočinu, protože dcera je po dnech plných dojmů tak unavená, že mám večer čas pro sebe.

Kdybyste dceru potkali na ulici, tak byste ani neřekli, že má nějaký „problém“. Ona to tak nevnímá a snažíme se to tak nevnímat ani my. Samozřejmě nemáme vyhráno a dcera je složitá osobnost, která si nenechá do všeho mluvit. Motivace je tedy zásadní a proto bude hraní ještě dlouho jednou z našich hlavních domácích aktivit. A to je dobře. Už se těším, co si vymyslíme příště!

