



Průvodce

Rodina a škola, volný čas a integrace
mladých lidí s tělesným postižením

*Informace, inspirace a zkušenosti z práce
občanského sdružení*

Občanské sdružení Užitečný život
Praha 2000

Průvodce

**Rodina, škola, volný čas a integrace
mladých lidí
s tělesným postižením**

**Užitečný život
Praha 2000**

© Užitečný život 1999

PhDr. Květa Marková, Mgr. Lukáš Krump, Martin Jonáš

Fotografie: Gábina Skálová, Arbor Vitae 98,99



Úvodem

Dostává se vám do ruky brožurka Průvodce s podtitulem Rodina a škola, volný čas a integrace mladých lidí s tělesným postižením. Je pokusem o shrnutí osmileté zkušenosti s prací s dětmi a mládeží v rámci občanského sdružení Užitečný život, pokusem o formulaci základních východisek k této práci a o nastínění metodiky náplně volného času integrovaných skupin.

Je určena všem jednotlivcům i organizacím, které se snaží svou činností přispět k tomu, aby se zmenšil rozdíl mezi kvalitou života lidí se zdravotním postižením a majoritní „zdravou“ společností. Předává zkušenosti z vlastní činnosti občanského sdružení Užitečný život, zejména z mnohaleté spolupráce s Dětskou lázeňskou léčebnou Železnice, dále z Klubu Užitečného života, zážitkového kursu Arbor Vitae a z dalších projektů tohoto občanského sdružení. Při přípravě textu jsme samozřejmě využívali postřehů z práce s dětmi – většina zážitků však je nesdělitelných.

První tři kapitoly jsou obecným přehledem o postavení dítěte s postižením v jeho běžných prostředích: doma, ve škole, v lázních. Vycházejí zejména z praxe psycholožky Květy Markové z její práce s dětmi a z dlouholeté spolupráce Užitečného života s léčebnou v Železnici. Vysvětlují východiska naší práce – nelehkou situaci dětí s postižením v každodenním životě a význam jejich socializace – zapojení do normálního života.

Čtvrtá kapitola obsahuje nástin obecné metodiky aplikace her pro integrované skupiny a náměty pro další trávení volného času. Zdůrazňuje význam kvalitní náplně volného času pro integraci, která je pojata jako prosté „bytí spolu“. Vychází ze zkušeností několika posledních let, kdy se dařilo používat metody zážitkové pedagogiky právě pro integraci.

Myslíme si, že na poli integračních snah se v devadesátých letech udělalo mnoho, přinejmenším stejně velký kus cesty má však naše společnost ještě před sebou. Doufáme, že i náš Průvodce k ní přispěje svým skromným příspěvkem.

Byli bychom rádi, kdyby se nám podařilo v dalších mladých lidech vzbudit zvědavost či zájem o práci, jako je naše, a chuť dělat sami něco podobného.

Květa Marková, Lukáš Krump, Martin Jonáš,
Užitečný život,
Praha, prosinec 1999

Brožurka Průvodce je podporována dotací ministerstva zdravotnictví České republiky.



1. Postižení a rodina

1.1 Když se dítě s postižením narodí a jak ho rodiče přijmou

Děti, se kterými se setkáváme, mají zdravotní postižení od raného dětství. Kromě několika pacientů po úrazech jsme zvyklí pracovat s dětmi postiženými od prenatálního nebo perinatálního období (před narozením nebo během porodu). Vyšetření nastávající maminky může již během těhotenství signalizovat případné problémy. Stále však existuje velké procento dětí, jejichž odlišnosti ve vývoji se začnou projevovat až po narození. Je často velmi obtížné je odhalit, protože každý člověk je od samého počátku individualita. Jiná je i situace, do které přichází.

Máme teď na mysli hlavně nejbližší (nukleární) rodinu. I když se jedná o tytéž rodiče, přichází každé dítě do zcela odlišné rodiny. Jiná je konstelace rodiny při narození prvního dítěte, kdy je celá rodina ještě mladá, nedávno založená, kdy má každý z rodičů hodně individuálních vazeb (vlastní rodinu a přátele apod.). Začínající rodiče jsou navíc většinou mladí, s menším množstvím životních zkušeností, ale s optimističtějším, bezstarostnějším a sportovnějším přístupem k problémům než v pozdějším věku. Případná odlišnost ve vývoji jejich dítěte jim může dlouho unikat nebo jí nevěnují velkou pozornost. Když se však dovědí o postižení svého dítěte, dovedou se s celou situací lépe vyrovnat než starší lidé.

Starší rodiče s více dětmi mají větší zkušenost a větší příležitost ke srovnání. Podezření na případnou vadu u nich vznikne rychleji. Protože, ale zvláště ženy mívají větší sklon k úzkosti, trvá někdy déle, než se odhodlají ke konzultaci u odborníka. Rodiče více dětí dokáží spíše zaujmout realističtější přístup. Nejobtížnější životní situaci představuje postižení prvního (a pravděpodobně jediného) dítěte u rodičů vyššího věku. Pokud se navíc jedná o „vymodleného potomka“ po několika letech neplodného soužití, může být narození dítěte s postižením rodiči vnímáno jako opravdová tragédie.

Existuje mnoho zajímavých, u nás dostupných knih o významu pořadí jednotlivých sourozenců na osobní vývoj každého člena rodiny. Je dokázáno, že i v dospělosti se jinak chová člověk narozený jako nejstarší a jinak jako nejmladší. Záleží i na pohlaví – liší se nejstarší bratr a nejstarší sestra. Jiné je být prostřední ze tří sourozenců a jiné třeba z pěti. Úplně jiná je pozice jedináčka a naprosto jedinečné bývají celoživotní vztahy dvojčat.

Postižení má často za následek, že takové dítě, i pokud je starší, může díky hendikepu o své pořadí přijít. Vzhledem k menšímu vzrůstu, menší pohyblivosti, pomalejšímu rozvoji chůze nebo řeči a podobně začnou rodiče na starší dítě pohlížet jako na mladší.

A i když rodiče mají možnost okamžitě vyhledat pro dítě odbornou pomoc, často je ani nenapadne, že se sami dostali do zátěžové situace, kterou by se jim dařilo lépe zvládat s pomocí odborníka.

Pracovníci občanského sdružení se mohou při své práci setkat s rodiči, kteří ještě více než jiní trpí tím, že jejich dítě má nějaké zdravotní postižení.



1.2 Jaké chyby dělají rodiče při výchově

Dnes nikdo nepochybuje o významu vztahu rodičů k dítěti pro celý život každého člověka. Vztah se vytváří ještě před narozením dítěte a závisí na něm, jak harmonický bude jeho vývoj a způsob výchovy. Odborníci i lidé, kteří sami prožili své dětství s větším či menším zdravotním postižením, odpozarovali některé rizikové přístupy k dítěti s postižením. Ty pro člověka mohou mít za důsledek jeho celoživotní problémy.

Ve „starší“ rodině, kde jsou rodiče již vyššího věku a případně už mají odrostlejší děti (které také částečně přebírají rodičovské způsoby chování vůči tomu nejmladšímu) se můžeme setkat s tím, že se všichni postiženému věnují až přespříliš a nenechají mu žádnou vlastní iniciativu. Z takto opečovávaného jedince často vyroste člověk zakřiknutý, bázlivý a bez jakékoliv chuti do života.



Jiné příliš ochraňované dítě může naopak růst v malého (a pak stále většího) „tyrana“, který má tendenci vynucovat si zájem a péči okolí téměř násilím. Jeho myšlení a chování zůstane až do dospělosti na úrovni malého dítěte, které není ochotné a schopné pochopit, že se celý svět nemůže točit jen kolem něho. Takové chování je však často snahou zorientovat se ve složitém prostředí. Je to reakce na „nepřijetí“ dítěte ze strany rodičů (rodiče se například vzájemně obviňují z narození postiženého dítěte) spojeného se zvýšenou péčí, kterou se mu jakoby snaží vynahradit svou nespokojenost s vlastní situací, způsobenou jeho postižením. Taková situace je velmi komplikovaná a pro všechny zúčastněné nepřehledná. Proto si i dítě s dobrými intelektuálními předpoklady dlouho ponechává chování odpovídající mnohem mladšímu věku. Komunikace s takovým člověkem je i v dospělosti pro okolí obtížná.

Příliš opečovávanému dítěti někdy podá pomocnou ruku sama příroda, konkrétně pubertální projevy vzdoru vůči rodičům. Kdyby ale mladý člověk v tu chvíli neměl nikoho jiného, jeho svět by se zhroutil a jeho pohled na sebe by nemohl pokročit dál za způsob vidění nezralého děcka (i když toho času revoltujícího – takového, které možná ví, co nechce, ale nemá vůbec představu o tom, o co by se chtělo v životě snažit). Pokud ale dítě – postižené i zdravé – najde v té době někoho, kdo mu dokáže podat nepokřivené zrcadlo jeho chování, včetně problémů, které si sám způsobuje, může mu to hodně pomoci korigovat jeho sebehodnocení směrem k normálu. Rodiče v tuto chvíli nepomohou – hlavně proto, že to byli právě oni, kdo pomohli takový trochu pokřivený obraz mladému člověku vytvořit. Starší kamarád je v docela jiné situaci. Má už přece o něco víc životních zkušeností a určitý odstup – v tom je podobný dospělým. A zároveň je jeho věkový odstup ještě dostatečně malý na to, aby si dobře rozuměli. Pubertální jedinci se proto rádi obracejí o radu ke starším kamarádům. Záleží na nich, jestli už jsou dostatečně zralí a zodpovědní, aby dokázali tuto důležitou úlohu splnit. Většinou to netrvá dlouho. Stačí jen „být přítom“ a podpořit mladšího kamaráda při začátcích jeho snahy pracovat sám na sobě.

Zdánlivě bezproblémová je situace dítěte, jehož mladí, celkově „sportovně“ založení rodiče postižení prostě neberou na vědomí a ve všech situacích se chovají tak, jako by dítě bylo naprosto zdravé. Díky takovému přístupu rodičů dítě žije v dětském věku bez problémů, cítí se dobře mezi svými vrstevníky, snadno se s nimi spřátelí. Později (většinou od puberty nahoru) takto vedené dítě začíná svoje představy o sobě po zkušenostech s okolím korigovat, je postupně bázlivější, začne mít pocity méněcennosti hlavně vůči druhému pohlaví, má problémy seznámit se a založit rodinu, i když k tomu po zdravotní stránce má dostatek předpokladů.



Takový člověk může prožít část života s velkými problémy, ale dostává se z nich většinou rychleji než ten, kdo si díky okolí v dětství nevytvořil vlastně žádnou reálnou představu o sobě samém. Pocit výlučnosti a zároveň méněcennosti přitom může vzniknout (nebo nevzniknout) zcela nezávisle na velikosti zdravotního postižení.

Pro dítě může být velkým problémem přístup rodičů, kteří se přímo k dítěti chovají bez jakýchkoliv nápadností, ale navenek se stylizují do role ochránce ve všech situacích. A to i v takových, které by si dítě s rostoucím věkem postupně dokázalo vyřizovat samo.

I když rodiče a sourozence malého klienta vůbec nemusíme potkat, po určité zkušenosti můžeme odhadnout celkovou atmosféru v jejich rodině.

Vzájemná důvěra a láska mezi rodiči pomáhá vyřešit každý problém, který se vyskytne. Naopak napjaté vztahy a neshody mezi manželi na děti působí, i když si rodiče namlouvají, že se jim podařilo své problémy před dětmi utajit.

Když se vztah rodičů dostane do aktuální krize, kterou se nepodaří vyřešit, může rozpad rodiny a konflikty po rozvodu péči o dítě s postižením jen zkomplikovat. Není pravda, že vážnou krizi, způsobenou nedostatkem komunikace mezi manžely a příliš různými názory na mnoho věcí, narození postiženého dítěte a péče o něj zažehná.

Rovněž osamělá matka, ve snaze stihnout dobře placené zaměstnání i péči o dítě (včetně častých návštěv lékařů, rehabilitace apod.) se nemusí vždycky setkat s porozuměním zaměstnavatele a žije ve stálém stresu.

Jako pracovníci občanského sdružení nemůžeme konfliktní nebo jinak složitou situaci v rodině vyřešit. Je ale dobré o ní vědět a do jisté míry s ní při práci s dítětem počítat.

1.3 Dobrá výchova je těžká

Ani v dobře fungující rodině není život vždy jednoduchý. Obětaví rodiče (mladí i starší) někdy sklouznou k maximalismu, při kterém mají pocit, že se stále o všechno nestarají tak dobře, jak by bylo zapotřebí. Takový přístup je pro rodiče velmi náročný a vyčerpávající. A přitom by i v zájmu svých dětí měli pamatovat i na vlastní fyzickou a psychickou kondici. Část péče o dítě by mohli občas přenechat někomu jinému. Pomohlo by to i dítěti – mělo by možnost dostat se ve volném čase více do kontaktu se svými vrstevníky pod vedením starších kamarádů. Dítě, které načerpá zážitky mimo rodinu, má pak příležitost přispět k ještě lepší rodinné atmosféře.



Jako pracovníci občanského sdružení můžeme přes dítě rodinu nejen poznat, ale snad jí i trochu pomoci. Třeba tak, že rodinu svou prací s dětmi přesvědčíme, že dítě není ve všem závislé jen na ní... Že má okruh lidí, kteří je mohou podržet nejen teď, ale i v budoucnosti. Že si pravděpodobně s pomocí věkově bližších lidí bude umět časem řešit svoje vlastní záležitosti lépe, než jen jako člen nukleární rodiny.

Pro dítě s tělesným postižením je „doma“ už od malička místo, kde se nejen schází s celou rodinou, ale kde na rozdíl od svých sourozenců musí pravidelně cvičit. Od rodičů někdy vyžaduje hodně umění přesvědčit dítě, že pevnost jejich vzájemného vztahu záleží hlavně na jiných věcech, ale bez cvičení že to prostě nejde.

Je to tak trochu paradox. Čím berou rodiče vlastní podíl na rehabilitaci svého potomka vážněji, tím více se snaží zprostředkovat mu všechno, co patří ke společnému životu celé rodiny. A naopak, pokud by celá společná existence a vzájemná komunikace rodičů a dítěte spočívala jen v „odcvičení“ podle odborných pokynů, znamenalo by to, že by rodina pohlížela na svého člena s postižením právě jen přes jeho hendikep a neměla by příliš zájmu brát ho mezi sebe jako rovnocenného člena.

Doktorka Marková v roli psycholožky v léčebně občas slyšela různá postesknutí, obvykle při rozhovorech nad kresbami nebo při posezení na zahradě. Dítě například nakreslilo celou svoji rodinu tak, že na sebe zapomnělo. Jindy se nakreslilo na samém okraji papíru nebo s odvráceným obličejem.

Při hovoru se pak došlo až k pocitům izolace od ostatních členů rodiny nebo k postěžování, že rodiče mají raději sourozence, protože si s nimi více hrají.

Často se jednalo o docela zbytečné nedorozumění. Rodiče byli někdy praktickou péčí o dítě zaměstnání natolik, že už jim na „obyčejné hraní“ nezbyl čas nebo energie. Někdy je trápily výčitky svědomí vůči ostatním dětem, takže se pokoušeli vynahradit jim hrou čas věnovaný péči o postiženého. Neuvědomili si, že v očích všech dětí je mytí, oblékání, jídlo nebo cvičení neporovnatelné s dobou ke hře.

Starším dětem už je možné vysvětlit, že rodiče prostě nestihnou všechno. A čím je dítě starší, tím více hledá i jinou společnost, než jakou poskytuje nejbližší rodina.

Na stránkách této brožurky se ještě několikrát vrátíme k úloze, kterou může při dospívání dítěte s postižením sehrát starší kamarád, například dobrovolný pracovník občanského sdružení.



Když přijmeme předpoklad, že žádná dobrá výchova se neobejde bez velké dávky diplomacie, o životě v rodině s postiženým dítětem to platí dvojnásob. A diplomacie, to není jen uzavřený svět sám pro sebe, ale zejména dovednost komunikovat s nejširším okolím.

Pro rodiče dítěte s postižením není vůbec jednoduché najít správný poměr mezi péčí, zájmem o problémy dítěte a ochotou ponechat dítěti prostor pro jeho vlastní svět.

Je důležité, aby si mladý člověk i jeho zázemí (rodiče, prarodiče) včas uvědomili, že jejich život nemůže donekonečna běžet společně. Nelze ale stanovit přesné datum, protože každá rodina „zraje“ jiným, svým vlastním tempem. Přitom čím je postižení vážnější, čím je mladý člověk od malička závislejší na okolí, tím dříve a hlavně důsledněji by měl především on sám uvažovat o svém osamostatnění od rodiny. I za cenu, že bude ze všeho nejdříve vysvětlovat svým nejbližším, že je ochoten důvěřovat i někomu jinému než jim. To je často velký problém, pokud rodiče postiženého člověka nasbírali mnoho negativních zkušeností při kontaktu s lidmi zvenčí.

Je však třeba takový krok udělat dřív, než oba – člověk s postižením i jeho stárnoucí rodiče – začnou ztrácet fyzické i duševní síly ke změně. O takové situaci by mohly vyprávět mnohé čtyřicetileté „děti“ s postižením a jejich sedmdesátiletí i starší rodiče. A naopak existuje mnoho příkladů lidí, jimž se i přes vážné postižení podařilo nejen se úplně osamostatnit, ale žít velmi kvalitní život s možností obohatit své okolí.





1.4 Odpoutávání od rodiny

Problémy odpoutávání od rodiny nejsou spojeny jen se zdravotním postižením. Je to obtížný proces, kterým v určité době musí projít většina mladých lidí a jejich rodičů.

V tomto citlivém období má mladý člověk největší sklon doslova na každém kroku se přirovnávat ke svým vrstevníkům a velmi trpí každou větší odlišností. Není to jen proto, že na hodnotovém žebříčku je velmi vysoko vzhled a fyzická zdatnost (váha, výška postavy, barva vlasů, sportovní výkony), ale také proto, že nikdy předtím a nikdy potom člověk už není tak konformní vůči svým vrstevníkům. Čím je pouto k nějaké skupině jeho vrstevníků pevnější, tím je přechod z období dětství do období dospělosti pro člověka subjektivně bezpečnější.

Čím silněji člověk touží po napodobení svých momentálních idolů, tím častěji naráží na odlišné názory svých rodičů a dalších autorit. Mládí a dospívání je vždy zatěžkávací zkouškou vztahů mezi rodiči a dětmi. Mladý člověk například někdy mylně zaměňuje za dospělost pouze některé vnější projevy, což rodiče většinou snadno odhalí, ale už to vždy nedokážou přijmout s patřičným nadhledem nebo shovívavostí.

V některých rodinách probíhá rozchod mladého člověka s rodinou ještě bouřlivěji než v jiných. Může to být například v neúplné rodině nebo tam, kde na dítě v dospívání začíná nepříjemně působit popularita některého z rodičů, i když mu třeba byla doposud příjemná. Srovnání s úspěšným otcem nebo matkou může zvláště na ambiciózního potomka působit depresivně. Oboustranně velmi složitá bývá situace v rodině s jedináčkem nebo tam, kde se z jiného důvodu rodiče na jedno z dětí maximálně zaměřili (třeba pro jeho dlouhodobé onemocnění nebo postižení).

Odpoutávání dětí od nukleární rodiny je v našich podmínkách všeobecně stále delší a obtížnější také proto, že psychická dospělost mladých přichází mnohem dříve než jejich ekonomická nezávislost. Pokud se k psychické dospělosti připojí zdravotní hendikep syna nebo dcery, vedou obavy z jeho dospělosti rodiče k tomu, že často nevědomky udržují dospívajícího nebo už dospělého potomka v dětské závislosti například tím, že se ho snaží všude doprovázet a o všem za něj rozhodovat.

Jedinou šancí potomka je použít k dosažení dospělosti vlastních sil. Člověk je někdy až překvapen, když se přesvědčí o šíři svých možností, ale často s nimi neumí zacházet. Odpor a vzdor vůči rodičům je přechodnou a někdy i nezbytnou etapou, ale ještě to není dospělost. Hlavně v zájmu



mladého člověka by takové období nemělo trvat dlouho. Je vyčerpávající pro všechny, protože odvádí mnoho energie, kterou by bylo možné využít lépe.

Čím je člověk s postižením dospělejší, tím spíš sám na sebe i na své vyhlídky do budoucna nepohlíží jen přes svůj zdravotní hendikep. Uvědomuje si, že čím méně upozorňuje na své nedostatky, tím méně ho tak bude přijímat i jeho okolí.

Jak jsme se o tom už zmiňovali, není možné o svém postižení vůbec nevědět a nebrat ho v úvahu. Ještě zhoubnější by však bylo uzavřít se do pocitů méněcennosti a sebelitování. Pokud je to jen trochu možné, člověk by si měl postupně uvědomit a „zmapovat“ své možnosti a snažit se jich maximálně využívat. Což znamená mít například co nejvíce informací o svých právech včetně různých sociálních dávek, o které si může požádat, brát je ale jen jako pomoc k aktivnímu životu, na jako cíl svého snažení.

Jak člověk dospívá, začíná být uzavřenější a pečlivě si vybírá přátele, s nimiž se může bavit o všem, co souvisí s jeho zdravotním stavem .

Většinou jsou to lidé, kteří na tom jsou podobně a je možné je si s nimi popovídat o některých společných starostech. Ještě důležitější je mít skupinu vrstevníků se společnými zájmy a hodnotovou orientací. Ta je pro člověka v dospívání a v období mladé dospělosti stejně důležitým zázemím jako rodina.

Stále se však lidé se zdravotním postižením nemohou zcela běžně stýkat se svými zdravými vrstevníky. Brání jim v tom nejen architektonické bariéry, ale zejména odlišné možnosti trávení volného času. Díky nedostatečným kontaktům mají mnozí zdraví mládenci a dívky o těch s postižením různě zkreslené představy. Společné začátky bývají obtížné. Má-li kupříkladu někdo méně zkušený zorganizovat nějakou společnou akci, přistupuje ke svým stejně starým nebo jen o málo mladším kamarádům jako k malým dětem, čímž jen prohlubuje jejich pocit nejistoty a závislosti.

Nejistý pocit se může projevit pasivitou, neschopností postarat se o něco samostatně, něco si sám zařídit. To v těch dospělejších může vyvolat určitý pocit nespokojenosti, rozčarování z nevděku a nezájmu těch mladších.

Přes shodný biologický věk může být zkušenost dvou lidí velmi rozdílná. Člověk s postižením se musí někdy velmi obtížně propracovávat k poznání, které je jeho vrstevníkům běžné. Na druhé straně má zkušenosti, které jsou většině zdravých nedostupné, jako časté a dlouhodobé pobyty mimo domov, blízký kontakt s nemocí a nepříjemnými zásahy, různá omezení v pohybu, v jídlu, přezírání okolí ...



Vrstevníci s různou životní zkušeností mohou mít o stejných věcech velice různé představy, ale díky svému mládí jsou většinou schopnější a ochotnější se dohodnout než starší lidé.

Každý člověk dříve nebo později potřebuje prostor k tomu, aby se projevil. Nejvíc samozřejmě záleží na něm samotném. Čím mu to jde obtížněji, tím víc potřebuje přítomnost druhých, kteří mají trpělivost a důvěřují mu, protože možná už podobné situace sami před časem zvládli. Prakticky to znamená třeba nabídnout pomoc někomu, kdo se poprvé vydává na samostatnou cestu bez rodičů. Což můžeme chápat doslovně (cestu vlakem nebo autobusem) nebo v přeneseném smyslu.

Brožurka je určena hlavně těm, kteří si chtějí porozumět se svými vrstevníky a stát se tak trochu jejich mluvčími. A přičinit se o to, aby život postižených a zdravých nebyl vnímán jako dva odlišné světy, ale aby co nejvíce splynul dohromady.



2. Postižení a vzdělání

V této kapitole si neklademe za cíl zmapovat všechny možnosti, které člověk s postižením má ke svému vzdělání, ale spíše se zamyslet nad významem vzdělání pro člověka s postižením a pro jeho kvalitní život, a nad důležitostí jeho integrace do běžných škol a překážkami, které musí spolu se svým okolím v takovém případě řešit. A přidat pár příkladů, které jsme nasbírali kolem sebe a zdály se nám zajímavé.

2.1 Integrace v běžné škole

Pro každého, ale pro člověka s postižením obzvlášť, je vzdělání uspokojením několika důležitých potřeb.

Od samého počátku pomáhá vzdělávací proces k tomu, aby člověk nezůstal izolován. I když většina dětí s nějakým postižením má před začátkem školní docházky už nějakou zkušenost s pobytem mimo domov, být školákem je v životě dítěte velmi významná role. Na rozdíl od života v rodině, která může být ke svému potomkovi často nekritická, je škola první místo, které člověku poskytuje zpětnou vazbu, hodnocení jeho výkonů a chování (a to nejen školní klasifikací, ať už je vyjádřena číselně nebo slovně).

Je to tedy místo, kde je člověk přijímán (anebo odmítán) širším okolím než je jeho nukleární rodina. Dítě nastupující do školy má díky rodině o sobě nějaký obraz, který se jeho pobytem ve škole posílí nebo nabourá. Když dítě s vážnějším pohybovým postižením začne chodit do první třídy mezi děti, které se teprve seznamují, má velkou šanci být přijato beze všech předsudků.

Většina prvňáčků se do školy těší, nemá s ní žádnou zkušenost a všechno, s čím se setká, bere jako samozřejmé. Když je už od samého začátku součástí třídy chlapec nebo dívka s postižením, přijmou ho jeho spolužáci jako něco, co ke škole prostě patří. Možná si všimnou, že se něčím přece jen liší od těch ostatních. Záleží také na ostatních rodičích, jestli spolužáci budou v hendikepovaném vidět „chudáčka“, „hrdinu“ nebo prostě jednoho z nich.

Děcko, které má od začátku chuť zařadit se mezi ostatní, je pro společenství třídy velkou výhodou. Rozumná učitelka si to rychle uvědomí a dovede toho maximálně využít při výchově ostatních dětí ke slušnosti, ohleduplnosti, dodržování slibů a k posilování mnoha dalších pozitivních vlastností a způsobů chování. Některé učitelky z těchto důvodů přítomnost hendikepovaného žáka ve třídě dokonce vítají.



Integrovaní mezi ostatní by ale vždy mělo být promyšlené, ku prospěchu všech zúčastněných. Pokud by dítě–vozičkář během vyučování jen sedělo mezi ostatními (nejlépe „vzadu, aby nepřekáželo“) a nezúčastňovalo by se vyučování třeba pro komunikační obtíže (pomalou a nezřetelnou řeč), ostatní děti by jej přijímaly také jako součást třídy – ale spíše jako nepotřebný kus nábytku.

Představa, že takovému človíčkovi je lépe mezi dětmi, než kdyby byl úplně sám, má v sobě sice mnoho pravdy, ale domníváme se, že při současných možnostech by to pro všechny zúčastněné bylo přeci jen příliš pohodlné.

2.2 Pomoc a asistence

Existuje celá řada možností. Nejrůznější druhy individuální ambulantní pomoci (náprava řeči a podobně) nebo stacionář, které mohou navštěvovat už předškolní děti (v Praze např. Paprsek, Zahrada).

Některé stacionáře mají tu výhodu, že jsou přímo napojeny na léčebny jako je Železnice. Není to ještě docela samozřejmé, ale v konkrétních případech, kdy je dítě dlouhodobě žákem nebo klientem specializovaného denního zařízení a občasným pacientem léčebny, je možné si vzájemně poskytnout informace a zintenzívnit péči o dítě.

Je ovšem na místě uvážit, do jaké míry je rozumné a pro dítě výhodné „nasměrovat“ ho do specializovaného zařízení natrvalo. Pokud se (například i na základě odborného vyšetření) ukáže možnost dítěte nastoupit ze specializovaného zařízení na úroveň mateřské školy do běžné školy, měli by rodiče této možnosti maximálně využít.

Stále ještě není jednoduché přesvědčit vedení některých škol, že by hendikepované dítě mělo alespoň zkusit docházku do školy v místě svého bydliště. Třeba jen proto, aby mohlo zůstat v kontaktu se svými spolužáky i v době mimo vyučování.

Pokud jsou ale rodiče opravdu přesvědčeni, že docházka do běžné školy je pro jejich dítě nejlepší řešení, měli by se o ni maximálně snažit a nenechat se odradit malichernými důvody, proč to nejde. Někdy je však při takovém jednání opravdu těžké zachovat si chladnou hlavu. Je proto výhodné mít po ruce co nejvíce argumentů. Velmi pádným argumentem může být zajištění asistenta.

Není totiž příliš šťastné, když o dítě ve škole trvale pečují příslušníci jeho rodiny, ať už tento nápad vyšel od nich nebo od školy. Občasnou pomoc rodičů (na výletech, při návštěvě divadla apod.) učitelé zpravidla vítají, ale když je dítě schopné přijímat vzdělání v běžné škole a zároveň trvale závislé na cizí pomoci, měl by nastoupit kvalitní osobní asistent.



Tady se naskytá velká příležitost pro studenty a jiné mladé lidi. Některé neziskové organizace (Konto Bariéry, Nadace Dětský mozek, Pražská organizace vozičkářů a další) zprostředkovávají studentům možnost pracovat v roli osobních asistentů. Je to velmi dobrá zkušenost za předpokladu, že asistent aktivně nějaký čas (řekněme rok) věnuje určitou pravidelnou dobu jednomu klientovi. Tak se navzájem poznají a zvyknou si na sebe. Tento vztah je důležitou podmínkou jejich spolupráce. Zároveň je ale velmi křehký a je třeba s ním zacházet opatrně. Nepodceňovat jej, ale zároveň si stále uvědomovat, že dítě ve školním věku jsou nejpevnější oporou rodiče a od asistenta by bylo velmi nerozumné pokoušet se v očích dítěte zaujmout jejich místo. Zkomplikovalo by to život dítěti, rodičům a v důsledku i samotnému asistentovi.

Je třeba brát roli asistenta se vši vážností, s některými prvky pracovního místa. To že se jedná (někdy) o neplacenou práci, ještě více zavazuje – ne naopak.

V kontaktu se školou v roli asistenta nutno velmi pečlivě volit svoje chování. Asistent má pomáhat svému malému klientovi, ale nesnažit se třeba opravovat jeho učitele, i když si myslí, že na to zrovna má právo.

Měl by se naučit být v případě potřeby pomocníkem v komunikaci svého klienta s okolím. To je někdy velmi obtížné. Vždy je prvořadě uspokojení klientovy potřeby kontaktu, ale tak, aby to byla klientova komunikace s pomocí asistenta, ne asistentova komunikace o něm (bez něho).

Děti zvláště s řečovými obtížemi je třeba od malička vést k aktivitě a v roli asistenta si dávat pozor na příliš velkou a nemístnou aktivitu za klienta.

Z hlediska uspokojování osobních potřeb je velmi důležité rozebrat, jaký způsob pomoci je pro člověka s postižením opravdu ten pravý. Od začátku devadesátých let se u nás diskutuje, zda je „obecně“ lepší poskytovat hendikepovaným dětem (a nejen dětem) komplexní péči ve specializovaném zařízení, nebo se spíše zaměřovat na jejich co největší integraci. Domníváme se, že hlavním problémem by byla právě představa, že existuje jen jediné správné řešení.

Lidské osudy jsou natolik individuální, že bylo třeba uvažovat o nich vždy už ve velmi raném mládí. Jinak bude potřeba individuality a integrity u člověka s postižením potlačena natolik, že nebude ani v dospělém věku schopen sám o sobě rozhodovat.

Příkladem, jak během vzdělávacího procesu napomáhat k posilování vlastní integrity člověka s postižením, je holandská organizace Handicap&Studie (Hendikep a studium) s centrem v Utrechtu a s pobočkami ve dvanácti dalších městech. Zabývá se různými formami pomoci při studiu



hendikepovaným mladým lidem. Jedním z jejich projektů je pomoc dyslektikům při vysokoškolském studiu. V dlouhodobé péči mají asi dvě stě studentů s různými typy obtíží na několika středních a třinácti vysokých školách po celém Holandsku. Klienti platí jednorázový roční poplatek, jednotlivé služby, jako každodenní odvoz imobilního studenta do školy a ze školy, jsou bezplatné.

H&S se zásadně nesnaží pro své klienty získat nějaký „individuální studijní plán“ nebo jiné výhody, snaží se jim pouze ulehčovat situaci tak, aby pro ně zdravotní hendikep nabyl překážkou ve studiu. Schopnosti, zájem a další studijní předpoklady musí mít další studenti stejné jako ostatní studenti. Mezi klienty H&S jsou i zahraniční studenti včetně českých. Většina provozu H&S je hrazena ze státní dotace, protože organizace se po realizaci jiných projektů vrátila ke své původní náplni, která je plně v zájmu státu.

Činnost H&S je jedním ze způsobů, jak pomoci mladému člověku s postižením se přirozeně zařadit mezi lidi, kteří usilují o totéž – o získání co nejvyššího vzdělání vlastním přičiněním.

K těm, kdo vždy aktivně pomáhali dětem zvládat jejich starosti se školou, s kontaktem s okolím a podobně, patřili mnozí pracovníci Užitečného života. Od vycházek s dětmi mezi lidi přešli k individuální péči o některé pacienty. Nezapomenutelný je pokus Jaromíra, tehdy studenta práv, který se s maximálním nasazením snažil o zlepšení komunikativních dovedností Martina, tehdy desetiletého chlapce na vozíčku, prakticky nemluvícího. Třítýdenní intenzivní kontakt s ním přinesl své výsledky, pak se však přerušil a nenašel se nikdo, kdo by na Jaromírovu práci s Martinem navázal.

Jana a Martin (tehdy studenti matematiky a fyziky) a Vlasta (studentka pedagogiky) se zase pokoušeli nalézt vhodné bezbariérové školy pro umístění některých schopných dětí, ale začátkem devadesátých let naráželi spíše na lidské bariéry.

2.3 Ústavní péče

Po zkušenostech u nás i v zahraničí nelze pro výchovu a vzdělání jednoznačně zamítnout ani ústavní péči. Měla by však být dobrovolná v tom smyslu, že člověk–klient by měl vždy mít možnost výběru zařízení, pobyt by neměl být celoživotní, ale v naprosté většině případů by měl jen překlenout určité období v životě člověka s postižením.

Tento typ péče nabízí u nás od roku 1998 například pražská Fatima. Je to zařízení rodinného typu v tom smyslu, že nabízí své služby jen asi dvanácti klientům a jejich ve Fatimě je krátkodobý až střednědobý (obvykle nepřesahuje

6 měsíců). Pobyt klientů ve Fatimě má vždy určitý cíl, například přípravu na samostatný život před odchodem člověka s postižením do vlastního bytu.

Už v samotném označování péče cítíme rozdíl: ústavy a pobytová zařízení by se neměly „starat o pacienty“, nýbrž „nabízet svoje služby klientům“. Člověk v roli klienta si vybírá sám (nebo rodiče, jde-li o dítě) zařízení, které mu nejvíce vyhovuje, a požaduje po něm odpovídající služby, zatímco slovo pacient znamená „trpělivý“ – ten, kdo čeká, jak s ním druzí naloží a postarají se o něj.

Velký význam bude v budoucnosti i u nás mít tzv. respitní péče – krátkodobé umístění člověka s postižením v pečovatelském zařízení, například na dobu, kdy zbytek rodiny odjíždí a nemůže se o něj postarat.

Pokud si člověk s postižením o konkrétním zařízení udělá příznivý dojem, necítí se tam být „odložený“, přijímá čas tam strávený jako příjemnou změnu a rád se tam občas vrací.



2.4 Hledání vlastních schopností

Více než jiní potřebuje člověk s postižením sám pro sebe zmapovat vlastní schopnosti. Kromě rodiny by mu v tom měla dokázat pomoci právě škola. Individuální přístup učitele znamená poznat skutečné přednosti zvláště takového dítěte, které je něčím znevýhodněno oproti ostatním.

I pro zkušeného pedagoga je někdy obtížné odhadnout příčinu případných obtíží. pohybový hendikep může souviset s nedokonalou výslovností, obtížemi



ve zrakové a sluchové analýze, udržení pozornosti a celkově s větší unavitelností. Také neobratnost rukou a s ní související „nezralá“ kresba může být snadno zaměněna za celkovou psychickou nezralost nebo i vážnější mentální hendikep.

Zralost pro školu je důležitou podmínkou pro zahájení vzdělávacího procesu, ale momentální nezralost lze v mnoha případech dohonit a zvládnout. Zdá se až neuvěřitelné, že ještě nedávno bylo celkem samozřejmé, že dítě s vážnějším mentálním hendikepem mohlo být vyřazeno ze vzdělávacího procesu na základě tzv. Potvrzení o nevzdělavatelnosti, které na podkladě odborného posudku vystavil příslušný úřad (většinou školský odbor ONV). Proti takovému úřednímu dokumentu se rodiče mohli jen velmi těžko bránit (a často se o to ani nepokoušeli).

Přejdeme od dětí k dospívajícím a dospělým. Jejich zájem o vzdělání tu nezdůrazňujeme náhodou. A to nejen proto, že přímo mezi námi v UŽ je právě několik studentů v trochu starším věku, protože si museli své studium (své právo na studium) nejdřív vybojovat u svých rodičů. Museli své rodiče přesvědčit, že své vzdělání nepovažují za ukončené získáním výučního listu nebo maturitou, ale že v něm chtějí pokračovat.

Protiargumenty ze strany rodičů byly různě transformované obrany z toho, že jejich syn nebo dcera při svém hendikepu další studium nezvládne zdravotně a pro celou rodinu bude studium znamenat příliš velkou ekonomickou zátěž. Nejednou se také ozval názor, že dotyčný zájemce už vlastně další vzdělání „nepotřebuje“.

Po letech zkráceného přístupu ke vzdělání v naší společnosti (kdy člověk s postižením měl na výběr jedno nebo dvě řemesla, jak to možná někteří z nás sami zažili) se pomalu prosazuje jiný postoj. Pro člověka s postižením není vzdělání totiž jen přípravou na povolání, ale více než pro zdravého je pro něj opravdu celoživotním procesem. Umožňuje nejen získávání vědomostí, ale i celkové zkvalitňování života a jeho osobnosti. Umožňuje člověku se realizovat a aktivizovat způsobem srovnatelným s ostatními.

Z řady příkladů aktivních činností zmíňme provozování umění nebo i „pouhé“ tvoření. Je zajímavé, kolik lidí s nějakým postižením píše básně, povídky nebo se zabývá výtvarným uměním.

Z mnoha lidí, kteří překonali svůj hendikep a dnes mají v životě úspěch, můžeme upozornit na malíře Pavla Soukupa, jednoho z prvních členů UŽ. O jeho příznivé situaci svědčí už to, že je známější mezi výtvarníky než mezi lidmi s postižením. Jeho začátky ale nebyly lehké a musel kdysi začínat jako knihař. Dnes je členem Unie malířů a má za sebou řadu výstav u nás



i v zahraničí. Na základě svých životních zkušeností je Pavel přesvědčen, že vyřazený je jen ten, kdo se vyřazuje sám.

V posledních letech se v zařízeních pro děti stále častěji využívá arteterapie. Také úroveň klasické výtvarné výchovy vzrostla. Zkušenosti totiž ukazují, že díky kontaktu s uměním v dětském věku nemusí ještě z človíčka vyrůst profesionální umělec. Přesto mu taková činnost velmi prospěje. Obohatí totiž jeho osobnost naplněním jeho potřeby něco vytvářet. Může také postupně změnit názor okolí na celkové schopnosti konkrétního člověka s postižením.

I při práci s dětmi v Železnici jsme doposud co nejvíce využívali výtvarných prvků, podle možnosti pod vedením profesionálů – malířů, keramiků nebo textilních výtvarníků. Při takové práci i studenti nevýtvarných oborů v sobě občas objevovali výtvarné sklony a všichni jsme se někdy upřímně podívovali nad tím, co jsme společně dokázali.

Pokud se práce železnických dětí dostaly dál než jen na stěny lázeňské léčebny, veřejnost je přijímala se zájmem a s obdivem. Jako „vyslanci“ našich dětí promlouvaly jejich práce vždy opravdu přesvědčivě.

Na závěr uveďme jeden zdánlivě hodně vzdálený příklad. Kvůli dlouhodobému nedostatku pracovních míst v okrese vznikl na Mostecku z iniciativy tamějšího Úřadu práce a ve spolupráci MPSV s poradci z Velké Británie projekt, který si klade za cíl aktivizovat občany z různých důvodů znevýhodněné na trhu práce. Osvědčil se natolik, že na jeho základě byl vytvořen zcela nově koncipovaný školní předmět Volba povolání, který se ze severních Čech postupně začíná rozšiřovat i do dalších okresů a krajů naší republiky. Tento předmět by měl děti ve stále nižších třídách postupně učit umění rozhodnout se a za svá rozhodnutí zodpovídat. K naučení těchto důležitých dovedností se využívá velmi účinná prožitková metoda. Je samozřejmé, že takové umění se velmi dobře uplatní i v jiných životních situacích, nejen v těch profesionálních.

Uvedený modulový systém byl původně vytvořen pro lidi, kteří jsou jakkoliv znevýhodněni. Postupně se ukázalo, že je to metoda vhodná vlastně pro každého.

Kromě konkrétní zkušenosti je tu důležitá ještě jedna věc. Přístup k problému volby povolání je vlastně opačný, než bývá obvykle zvykem. Na rozdíl od tradičního přístupu, kdy se znevýhodnění lidé „nutí“ chovat se jako většinová populace, se zde to, co se osvědčilo u lidí s nějakým hendikepem, mohou postupně učit využívat všichni bez rozdílu. Byla tu překonána jedna bariéra v myšlení lidí. Ale stále jich ještě dost zůstává. Před deseti lety jsme o nich téměř ani nevěděli, nebo jsme o nich příliš neuvažovali. Za deset let jsme se snad už naučili jich všimnout a volit své cesty tak, abychom se jim dokázali vyhnout – nebo ještě lépe, pomoci je bourat.



Teď je hlavně na mladých lidech, aby uměli bariéry nejen překonávat, ale budovat všechny své příští cesty bez bariér.

Od potřeby aktivního překonávání izolace a komunikace, sdílení s druhými se postupně dostáváme k potřebě nejen komunikovat, ale také kooperovat. Schopnost kooperace, vzájemného působení, obohacování, pomoci a spolupráce by měla být cílem a výsledkem každé opravdu kvalitní integrace. Jakým způsobem se o ni v Užitečném životě snažíme, o tom pojednává kapitola Hra a volný čas.

Než dočtete až k ní, snad vám přijde vhod trocha povídání o životě v lázních a vlastně i o tom, jak to u nás vlastně začalo.



3. Pobyt v lázních

V této kapitole vycházíme z dlouholetého působení Užitečného života v Dětské lázeňské léčebně v Železnici, které bylo od roku 1991 hlavní náplní naší činnosti. Nepochybujeme však, že naše zkušenosti jsou přenositelné i do prostředí jiných dětských zdravotnických zařízení.

3.1 Pobyt dětí v lázeňské léčebně

Lázeňská léčebna se pro dítě školního věku s pohybovým postižením stává často druhým domovem. Tráví v ní několik měsíců ročně, setkává se tam se stále stejnými lidmi a díky dobré organizaci má možnost potkávat v lázních i známé pacienty téhož věku, svoje kamarády, jejichž zásluhou se rychleji adaptuje, než kdyby se při každém pobytu musel seznamovat se zcela novými tvářemi.

Většina dětí má v současnosti již možnost chodit do školy, která jim vyhovuje, kde se cítí dobře mezi spolužáky a vychází dobře se svými učiteli. Opakovaný pobyt v téže léčebně má však pro školáka svou specifickou atmosféru.

Když už má za sebou jedno nebo dvě léčení na témže místě, přijíždí dítě bez strachu z toho, co ho čeká a dovede si oddělit příjemné od nepříjemného. Nepříjemné je odloučení od nejbližších lidí. I když je možné děti v lázních navštěvovat, každá rodina této možnosti jednou týdně nevyužije. Zpočátku to malým pacientům tolik nevádí, ale postupně se jim víc a víc stýská.

Pro mnoho dětí je léčebna místem, které jim umožňuje žít naplno ve společnosti podobně postižených. Některé děti přímo rozkvetou. Prakticky to znamená, že využijí situace, zbaví se zábran, které obvykle mají při kontaktu se zdravými a začnou „zlobit“. A to tak, že se rodiče ani nestačí divit, čeho je jejich vzorný synek nebo vzorná dcerka vůbec schopen či schopna. Naštěstí pro zlobivého potomka se rodiče o jeho prohřešcích dozvídají až tehdy, když už je trest „promlčený“.

„Poruchy chování“ v lázních jsou trochu jiného charakteru než běžné kázeňské problémy ve škole. Ty obvykle souvisejí se snahou nějak vyniknout například u dětí, které nemají jinou možnost – protože třeba z různých důvodů mají ve škole horší prospěch. Nemusí to nutně být pro nižší intelektovou kapacitu. Někdy je špatný prospěch plus zlobení ve škole pokus dítěte obrátit



na sebe polevující pozornost rodičů. Důvody mohou být různé (narození o hodně mladšího sourozence, maximální pracovní vyčerpání obou rodičů, ale třeba také „pokus o řešení“ vzájemných neshod mezi rodiči). To bychom ale odbíhali.

Na jiném místě jsme už mluvili o tom, jak dovedou být děti i s těžším postižením na svůj věk zralé a dospělé. Stejně děti prokazují až obdivuhodnou vyspělost při vymýšlení různých akcí „na hranici zákona“ (neboli lázeňského řádu), což slouží především k pobavení ostatních dětí a vyzkoušení, co dospělí snesou.

Dítě přijíždějící do lázní opakovaně se posunuje na pomyslném žebříčku a získává stále větší autoritu u těch mladších. Má to velký subjektivní význam například pro někoho, kdo v souvislosti se svým postižením „přišel“ o postavení staršího sourozence ve vlastní rodině (viz kapitola Postižení a rodina).

Postavení jakéhosi „kápa“ (řečeno nadneseně) má velkou přitažlivost také u staršího dítěte (zvláště chlapce). Hlavně pokud vycítí, že jeho rodina nebyla schopna se s jeho postižením vyrovnat a on se cítí ostatními buď „odstrčený“ nebo případně „trpěný“. i takové pocity někdy ve starších dětech vyvolává soužití s vlastní rodinou.

V kapitole o rodině jsme se zmiňovali o dětech, které z různých důvodů trpí pocitem izolace.

Pokud dítě trpí pocitem izolace od svého nejbližšího okolí, často až nápadně snadno navazuje kontakt s jinými lidmi. Mohou to být například starší kamarádi, naši spolupracovníci. I když nás takový zájem těší, je třeba správně dešifrovat příčinu takového chování. Musíme si uvědomit, že chování dítěte vychází především z jeho potřeby kontaktu. Až na druhém místě zapůsobí kouzlo naší osobnosti.

V zájmu dětí je dobře povšimnout si i takových, jejichž spontánní projevy, včetně chuti ke kontaktu, jsou výrazně menší než u většiny ostatních. V případě nezájmu je však třeba postupovat daleko opatrněji a zpočátku se příliš nevnucovat. Raději požádáme o radu někoho, kdo dítě dobře zná. Velmi často se dozvíme něco o rodinném problému, který nějakým způsobem doléhá i na dítě.

Nezkušený pracovník občanského sdružení většinou i bez velkého předchozího školení dokáže najít zvlášť k malým dětem ten správný přístup. Přece jen je však dobré dát si pozor na vlastní chování k dětem, jejichž chování k nám je něčím nápadné. Někdy stačí pohovořit si o něm ve skupince spolupracovníků – často mají obdobnou zkušenost s tímto děckem nebo už

něco podobného zažili (a osvědčilo se jim) na jiné akci s dětmi. Při práci s postiženými dětmi není třeba předem předpokládat, že tyto děti jsou docela jiné než stejně staré zdravé děti. Je ale užitečné uvědomit si, že jejich emocionální projevy mohou být – v souvislosti se zdravotním stavem i odlišnou životní situací – o něco intenzivnější. To nám většinou potvrdí i pracovníci léčebny, kteří dítě znají už z několikátého pobytu. Každopádně je rozumné využít zájmu i nezájmu o kontakt ve prospěch dítěte a dál s ním nenásilným způsobem pracovat.

Během volného času dětí, ať už to bylo o prázdninách nebo jenom v sobotu a v neděli, jsme trvali na tom, aby se děti mohly svobodně rozhodnout, jestli se našeho programu chtějí nebo nechtějí zúčastnit. Kdo si hrál s námi, měl vždycky příležitost nějak se projevit, ne jen nečinně sedět.

Starší děti dokáží uvažovat až překvapivě dospěle, ale je třeba jim zpočátku pomáhat, aby se učily samy od sebe říkat okolním lidem, jakou pomoc od nich právě potřebují nebo naopak nepotřebují.



V dětské léčebně jsme se zpočátku nesetkávali u personálu s velkým nadšením, když jsme měli snahu dětem spíše jen asistovat při jejich pokusech o samostatnost. Děti už měly odpozorováno, jaké pohyby a v jakém pořadí jsou nejefektivnější při oblékání nebo posazování na vozík, ale nebyly zvyklé samy si rozhodovat o tom, co se s nimi bude dít. Často si ani neuměly říci, že chtějí přemístit do druhé místnosti. Těm pohyblivějším, kteří nepotřebovali tolik



pomoci jako vozičkáři, bylo zase zapotřebí připomínat, že při komunikaci s lidmi nezáleží jen na obsahu, ale i na formě.

Zvláště mluvit s dospělými pubertální mládenci a slečny moc nedovedou. Daleko lépe ale přijmou radu od starších kamarádů, kteří mají podobné „střety“ teprve nedávno za sebou, než pokárání za drzost od dospělých (kteří by si čas od času také mohli zopakovat kurs slušného chování hlavně k dětem). Což platí ostatně pro všechny pubertáky.

Většina dětí si dovede postupně zvyknout na roli dospělého a pochopit, že čím budou opravdu samostatnější a dospělejší, tím víc je bude jejich okolí přijímat jako svého rovnocenného partnera.

3.2 Léčebna Železnice a Užitečný život

K lázeňské léčebně patří i lázeňská škola. Ta funguje během školního roku a zaměstnává děti tak, že většinu času mimo rehabilitaci tráví ve škole nebo přípravou na ni. O prázdninách je škola zavřená a navíc jsou pacienti lázní ti nejschopnější, jejichž rodiče mají maximální zájem, aby děti nezameškaly učivo ve své běžné škole. Děti v době mimo léčení nemají příliš mnoho možností, jak smysluplně trávit volný čas. Což menším a méně pohyblivým dětem připomíná stesk po domově a ty schopnější přímo vybízí ke zlobení.

Právě vyličená situace existovala v dětské léčebně Železnice v létě 1989, kdy tam Květa Marková začala pracovat jako psychologka na částečný úvazek. Přišel podzim a brzy s ním i nápad, že by příští léto mohl někdo pomoci s organizováním volného času hlavně pro starší děti. Po dobré zkušenosti v létě 1990 a 1991 vznikl na podzim 1991 Užitečný život jako občanské sdružení. Začátkem roku 1992 uzavřel s lázněmi smlouvu o spolupráci.

Dlouhodobá spolupráce občanského sdružení s dětskou léčebnou přinesla prospěch oběma stranám. Pacienti léčebny získali možnost obohacení volného času. Pracovníci sdružení zajišťovali v době prázdnin pro děti program, organizovali hry a soutěže, vše s důrazem na uplatnění aktivity a tvořivosti samotných dětí. Přítomnost pracovníků sdružení umožňovala nejen omezovat na minimum sledování televizních a video-programů, ale poskytovala dětem i možnost navazování kamarádských vztahů, trvajících i po ukončení léčby. A i když si pacient po návratu domů z léčebny po nějaké době přestal psát s „Užáckým“ kamarádem, model takového kamarádství mu sloužil jako vzor při navazování dalších vztahů.



Pracovníci sdružení – zpočátku především studenti vysokých škol – měli možnost vyzkoušet si vlastní schopnosti a nápaditost při práci s dětmi. Lidé se zkušeností pracovat se zdravými dětmi byli často překvapeni, jak malý je rozdíl mezi zdravými a postiženými. Jak děti s postižením reagovaly prakticky stejně na hry vyzkoušené na běžných táborech. Velmi brzy jsme na žádost léčebny do smlouvy zařadili podmínku plnoletosti, tak aby naši spolupracovníci mohli převzít za děti zodpovědnost při akcích mimo léčebnu. K zodpovědnému rozhodování mladých organizátorů patřilo i určování počtu dětí, o který se při každém programu postarají. Jiné to bylo při vycházce do městečka a jiné během horkého odpoledne, kdy bylo během dvou hodin třeba vystřídat tři skupiny zájemců o koupání na místním koupališti.

Na žádost léčebny začali naši pracovníci jezdit i o některých víkendech během školního roku. Návštěv tedy přibývalo, počet pracovníků během jedné návštěvy se zredukoval. V létě se vystříдалo osm až devět skupin po sedmi až osmi lidech, o víkendu stačilo pět pracovníků. V létě se často stávalo, že se "výjezdová skupina" sešla až na místě. Vždy jsme ale trvali na tom, aby v ní byli alespoň dva zkušenější pracovníci, kteří už léčebnu a práci v ní znají.

Jak jsme se pak náhodně dozvídali, děti si naše programy oblíbily natolik, že si dokonce termín svého pobytu v lázeňské léčebně chtěly přizpůsobit podle naší přítomnosti.

Na rozdíl od malých dětí, pro které je pobyt v lázních ke konci už přece jen dlouhý a počítají dny, za které si pro ně už rodiče přijedou, sešrané partě nejstarších pacientů pobyt vždy rychle utekl a bylo jim líto, že se zase rok neuvidí. Snad i po zkušenostech s UŽ o prázdninách 1992 pozvala léčebna v létě 1993 i pacienty ve věku 15–19 let. Po tomto „nultém“ ročníku zavedla léčebna jejich pravidelné prázdninové pobyty. Ti v léčebně vytvořili výraznou komunitu a někteří pracovníci UŽ se začali orientovat právě na ně.

Od tanečních hodin pro nejstarší pacienty pořádaných přímo v lázních nebylo daleko k nápadu vytvořit klub, ve kterém by se mládež scházela i mimo pobyt v lázních. Nad vznikem klubu se z odborného sociálně-psychologického hlediska zamýšlí ve své diplomové práci Martina Machytková.

I když se Klub zpočátku potýkal hlavně s nedůvěrou rodičů, postupně se mu podařilo účastníky získat a přesvědčit jejich rodiče natolik, že se vlastně stal (po programech v lázních) druhým hlavním projektem našeho sdružení.

Byli to právě organizátoři a účastníci klubů, kdo posunuli celé fungování naší organizace od snahy o zajímavé programy pro mladé lidi k cílevědomému rozšiřování myšlenky integrace hlavně formou aktivního trávení volného času.



4. Hra a volný čas

Tato kapitola je zaměřena zejména na využití volného času mladých lidí s postižením se zvláštním zřetelem na skupinové hry a rozsáhlejší akce kombinující hry s cestováním a kulturou. Vycházíme přitom z vlastní mnohaleté praxe v Užitečném životě.

4.1 Využití volného času. Hra a integrace mladých lidí s postižením

Volný čas

Definici pojmu volný čas lze nalézt ve skriptech M. Vážanského (Vážanský, strana 11). V zásadě lze odlišit pozitivní a negativní chápání volného času.

Negativní definice: Volný čas znamená zbývající denní dobu celkového denního průběhu, která zůstala po studijně nebo pracovním podmíněném čase, povinnostech v domácnosti a uspokojení základních biologických potřeb a podobně.

Pozitivní definice: Volný čas je charakterizován jako časový prostor, s nímž může člověk volně disponovat, v němž by volný čas mohl pro jedince znamenat svobodu... Je také dobou, v níž se individuum může nezávisle na jakýchkoli povinnostech výhradně svobodně realizovat a dělat to či ono, k čemu jej nikdo nenutí a k čemu také není podvědomě nucen.

Kloníme se k pozitivní definici volného času, chápeme jej jako cennou a důležitou součást života, kdy člověk může být naplno sám sebou a na rozdíl od obvyklé práce či školy má tento čas plně ke své dispozici a je tvůrcem jeho náplně. Dobře naplnit svůj volný čas je umění. Není dobré snažit se svůj volný čas přežít, nýbrž prožít.

Pro lidi s postižením má volný čas typicky zvláštní význam. Lidé, kteří jsou nuceni věnovat větší díl času než zdraví zajištění svých životních potřeb, mají z tohoto pohledu volného času méně. Na druhou stranu jsou často bez zaměstnání a najednou je tu pro ně mnoho času, který je volný, ale často jen v tom negativním smyslu. Vždyť aby člověk mohl přistupovat ke svému volnému času aktivně a svobodně, musí mít opravdu možnost s ním nakládat



podle svého uvážení, což pro lidi s omezením pohybu bývá často neřešitelný problém.*

Proto nabízíme aktivní a bohatou náplň volného času právě lidem, kteří by jinak těžko takového bohatého naplnění dosáhli. To je smyslem naší práce zvláště ve vztahu k dětem a dospívajícím lidem.

Hra obecně

Hra je v Užitečném životě charakteristickou náplní volného času a nástrojem integrace. Povězme si nejprve něco o hře obecně – volně podle J. Holeyšovského: Teorie a Praxe hry, v (IS PŠL, strana 51).

Základní charakteristiky hry můžeme vymezit například takto.

- Hra je nejdříve a především svobodným jednáním, nelze hrát na rozkaz ani za úkol, není uložena fyzickou nutností ani mravní povinností. Kdykoli ji lze skončit nebo přerušit.

- Hra není skutečný život. Je to „jenom jako“, kus života nanečisto. To ovšem nevyklučuje, aby se hraní nebralo s největší vážností. Může hráče plně upoutat. Bezprostřední cíle hry leží mimo skutečný život.

- Hra má vlastní časové a prostorové hranice, uvnitř kterých platí zvláštní pravidla. Odehrává se ve zvláštním čase, dá se kdykoli opakovat.

- Hra má pravidla. Ta vnáší řád do nedokonalého a zmateného světa. Hra vyžaduje jejich bezpodmínečné dodržování.

- Hra má vlastní zákony, zvyky, morálku (například ve hře na vrahy smíme „vraždit“), které se mohou hodně odlišovat od těch z běžného života. Nesmí se však zaměnit!

- Hra musí bavit, zaujmout, vzbuzovat v hráčích napětí.

Hra je zároveň jedinečným pedagogickým nástrojem. Její pomocí rozvíjíme:

- fyzické vlastnosti (sílu, obratnost, rychlost, zručnost, vytrvalost),
- intelektuální vlastnosti (důvtip, znalosti, myšlení),
- další duševní vlastnosti (vůli, odvahu, emoce, sebeovládání, postřeh, tvořivost, samostatnost, zodpovědnost),

* První výlet do lesa s dětmi v Železnici byl pro všechny velkým zážitkem. Teprve dodatečně si starší a pohyblivější lidé uvědomili jeho význam pro děti s těžkým pohybovým postižením, když se jeden dvanáctiletý chlapec svěřil, že byl poprvé v životě úplně normálně v lese.



- sociální vlastnosti (komunikaci, spolupráci, fair play).

Hra pro integrovanou skupinu neztrácí nic z těchto svých charakteristik. Hra je plnohodnotná náplň volného času, ne jen jeho zabíjení, ale naopak, tvůrčí a aktivní prostředek ke zdravému rozvoji každého jejího účastníka.

Hra jako cesta

Hru chápeme jako cestu. Cestu k samostatnosti a k ovládnání vlastního života. K aktivnímu přístupu ke světu.



Stojíš na startu a musíš se okamžitě rozhodnout co teď. Tvým úkolem je získat co nejvíce peněz za vytěžené suroviny. Můžeš jít k bližšímu stanovišti, kde ale najdeš asi jen kartičku s hnědým uhlím, nebo to risknout a běžet až tam, kde by mohlo být zlato nebo diamanty nebo taky vůbec nic. Nebo počkat a zkusit zjistit, co dělají ostatní, nebo se s někým spojit, nebo pustit mezi protivníky falešnou informaci. Nebo taky můžeš všechno vzdát a říci si, že to stejně nemá cenu a za chvíli bude oběd.

Ve hře se nejlépe projeví přístup člověka ke světu, a kdo si neumí hrát, neumí přijmout pravidla hry a zařídít se podle nich, neumí se sám rozhodovat, neumí prohrávat, ten bude mít potíže s těmito věcmi v běžném životě. A naopak nejlepší hráči nejsou ti, kdo vyhrávají, ale ti kdo si umějí hrát,



jít do hry s plným nasazením a radují se ze hry, ne z výhry, a netruchlí nad prohrou. Umí hrát i v životě s kartami, které jim osud rozdál, a nevymlouvají se, že hra života začala dřív, než si stačili zavázat pomyslnou tkaničku.

Hra a integrace

Co rozumíme integrací? Nejlépe je tento pojem vyjádřen dvěma slovy – „bytí spolu“. Lámání bariér, které vznikly mezi člověkem s postižením a jeho okolím, je cestou z nepřirozeného stavu izolace do přirozeného stavu pospolitosti – bytí s druhými lidskými bytostmi. Hra, dobře postavená a provedená hra je nenásilnou a přirozenou cestou k integraci. Kde jinde než ve hře zapomínáme na pravidla a omezení běžného života a jsme tak intenzivně spolu s druhými. Kde jinde bojujeme jako tým a společně se radujeme z vítězství a snažíme se odvrátit prohru, všichni jako jeden muž. Kde jinde člověk dobrovolně odevzdává na chvíli kus svého já ve prospěch společného my, než ve hře.

A tato integrace, tento návrat k bytí spolu vůbec není omezen jen na lidi s postižením. Dnešní lidé, a zvláště dospělí, si zapomínají hrát. Proto přikládáme hře takovou důležitost. Proto studujeme knihy her, učíme se hrát hry a vymýšlíme nové. Proto nabízíme hru jako prostředek osobní integrace každého člověka. Neboť není jasné hranice mezi zdravými a postiženými, a každý z nás žije sám za sebe, a každý je bez ohledu na svůj zdravotní stav více či méně oddělen od ostatních lidí. Proto každému nabízíme integraci – bytí spolu.

Přesto je naše činnost zaměřena zejména na lidi s fyzickým postižením. U nich se neduhy tohoto světa projevují nejvíce: osamění, nedůvěra ke světu, zkreslené vnímání, apatie, strach, pasivita, nezodpovědnost. Jsou výraznou skupinou, která má stále velký hendikep – kromě fyzického zejména sociální, okolí je vnímá jako méně hodnotné, neschopné ničeho a pouze vyžadující charitativní péči. Proto je naše činnost zacílena na integraci – na změnu přístupu k bytí spolu na obou stranách – skupiny lidí s fyzickým hendikepem a většinové „zdravé“ společnosti.

Proto přebíráme hry a aplikujeme je na skupiny s lidmi s fyzickým postižením. Jak to děláme, o tom je následující oddíl.



Metodika aplikace her

Cílem této kapitoly je ukázat na příkladech, jak lze aplikovat hry pro skupiny mladých lidí (dětí, mládeže a dospívajících) s postižením – ať už čistě či téměř čistě „postižené“ skupiny, nebo integrované, tj. skupiny smíšené ze zdravých a hendikepovaných.

Základní přístup

Základní přístup je „změna pohledu“, jakási nová optika, která nám v první fázi pomůže přestat říkat „nejde to“, a místo toho říkat „jde to, jen přijít na to jak“.

Toto je princip práce Užitečného života, a princip integrace vůbec. V prvních letech, kdy naši lidé začínali připravovat program pro děti v dětské léčebně specializované na léčbu DMO, museli tímto způsobem uvažovat. Stáli před skupinou dětí různého věku i stupně postižení, od téměř nezatelných spastických zkrácení některých svalů přes středně těžké berličkáře až po těžké případy na vozíku, občas kombinované s lehčím či těžším mentálním hendikepem. Tito studenti (tenkrát se tito dobrovolníci rekrutovali téměř výhradně z řad vysokoškoláků) neměli kromě chuti do práce nic než vlastní zkušenosti, které se často nedaly přímo upotřebit. I ti nejlepší z nich, na úrovni zkušených táborových či oddílových vedoucích, kteří umějí organizovat dětem sportovní utkání, prodírat se s nimi houštím v honbě za pokladem, naskákat s nimi do rybníka, učit je pracovat například se sekyrkou a provádět všechny možné kousky, stáli najednou před novým úkolem, před novou výzvou. Jak upotřebit své zkušenosti s prací s dětmi v této skupině, jak aplikovat to, co znají z dřívějšíka, na tyto málo pohyblivé děti tak, aby z toho všichni měli stejně hodnotný prožitek.

V tomto neobvyklém a motivujícím prostředí vzniklo či spíše bylo upraveno mnoho her. Většinou byly převzaty z klasických pokladnic her (Zapletal 1–4, LZFH I, II, a další) a přepracovány tak, aby je v rámci svých možností zvládl každý člen skupiny, každý byt' velmi těžce postižený malý pacient.



Příklady

Na dřevo: hra pro nejmenší. Děti mají překonat řeku – určitou vzdálenost v místnosti nebo na zahradě. Jeden vedoucí představuje krokodýla, který hráče chytá. Děti mají možnost se zachytit „dřeva“ – ostrůvků, tj. například židlí rozmístěných v hracím poli, kde jsou před krokodýlem bezpečné. Kdo je chyčen, vrací se na původní břeh a musí znovu. Krokodýl se objevuje v nepravidelných intervalech a útočí na hráče tak, aby neznevýhodňoval slabé, naopak, aby jim dal relativně stejnou šanci jako silnějším a rychlejším.

Hra je vhodná pro všechny děti, které se aspoň trochu dokáží samy pohybovat – třeba i po čtyřech nebo plazením. Ovšem nezáleží na jejich rychlosti, nýbrž na taktice. To musí „krokodýl“ vycítit a trestat přílišné odvážlivce. Ovšem dětem tento jednoduchý princip přináší velké vzrušení a dokáže všechny bez výjimky dovést k maximálnímu využití svých sil.

Dědečci a babičci: pro středně staré a starší děti. Na stromech na vzdálenějším konci hracího pole jsou umístěny kartičky s jednoduchými básničkami. Úkolem trojic je číst básničky, učit se je nazpaměť štafetovým způsobem a zapisovat je na startovním stanovišti. Jeden z trojice smí básničku pouze číst a pohybovat se v zadní polovině hracího pole, druhý se od něj básničku učí v předávacím prostoru v polovině pole a přebíhá na startovní stanoviště, kde ji naučí třetího hráče, který ji poté запиše. Vítězí družstvo, které má v časovém limitu nejvíce správně zaznamenaných básniček.

Je zřejmé, že záleží na výkonu každého hráče v družstvu. Přitom nám nic nebrání zapojit hráče s většinou postižení (problémem by bylo snad jen sluchové a řečové postižení). Méně pohybliví budou zřejmě na jednom z koncových stanovišť, a pokud má koncový hráč i problémy psát, může mít k tomuto účelu k ruce asistenta. Samozřejmě přizpůsobujeme dobu trvání hry, velikost hracího pole i obtížnost básniček úrovni hráčů.

Mufloni a vlci: pro středně staré a starší děti. Hráči představují pastýře muflonů. V terénu jsou rozmístěny karty představující muflony (které je třeba ohlídat) a vlky (které je třeba zlikvidovat). Úkolem pastýřů je navštívit během hry všechny muflony a všechny vlky, což potvrdí svým podpisem na příslušné kartě. Ovšem zatímco muflony mohou navštívit v libovolném pořadí (jsou jen stádo), vlci mají dané pořadí (jsou očíslováni) a musíme je označit v časové posloupnosti (přicházejí lovit po jednom). K tomuto účelu mají hráči hodinky a zapisují na vlky kromě svého podpisu i čas příchodu. Vítězí ten, který v daném limitu ohlídá nejvíce muflonů a zabije nejvíce vlků ve správném pořadí (v posloupnosti bez přerušení).



Hra, původně určená pro jednotlivce, byla aplikována na integrovanou skupinu. Hrály dvojice, kdy vždy jeden byl běžec, schopný prodírat se lesem, a druhý (na vozíku, o berlích), se pohyboval po cestě, která tvořila osu herního prostoru. Jen tento hráč měl hodinky, takže ho běžec musel vždy žádat o časový údaj. Zároveň hlídač času musel sledovat pohyb běžce a pohybovat se po cestě tak, aby mu jeho roli usnadnil.

Olympiády: souhrnný název pro různé drobné soutěže. Mnoho činností se dá nejen bez potíží přenést na děti s pohybovým omezením (hod koulí, kuželky), ale naopak se jejich zvláštní situace dá využít jako přínos (hod berlí, závody na vozíku, ...) Není problém udělat „běh na čas“: úkolem není zdolat danou trať co nejrychleji, ale určený úsek, například třicet metrů, překonat přesně za minutu. Všichni, kdo se jen trochu sami pohybují, mají stejné podmínky. Existuje i specializovaný sport vhodný i pro velmi těžce postižené lidi, boccia, v němž se konají i mezinárodní soutěže.

Principy aplikace her

Co mají tyto příklady společného? Několik věcí:

- Nikdy se nesnažíme přizpůsobit účastníka hře („ty teď vstaneš z vozíku a poběžíš“), vždy přizpůsobujeme hru účastníkům. Účastník hry je tím, kdo je pro nás důležitý, hra je pouze prostředkem k jeho prožitku.

- Nikdy a priori nevylučujeme nikoho za hry („Frantík se teď bude koukat, jak si ostatní budou hrát.“) Jen tím prohloubíme izolaci již tak většinou dost strádajícího človíčka a naše snažení je k ničemu. Naopak, kdokoli má právo říci já teď nehraju – a třeba i proto, že je to pro něj moc náročné. To je spíše signál pro nás, abychom našli jiné způsoby jeho zapojení.

- Snažíme se hru přizpůsobit tak, aby všichni měli přiměřeně stejně důležitou roli. To bývá obtížné, zvláště spočívá-li důležitá část hry ve fyzickém výkonu hráčů. Zde se nejvíce ukáží schopnosti vedoucího hry, zda dokáže vytvořit taková pravidla, která by nedávala slabším jen roli pasivních členů či dokonce přítěže. Fyzické úkoly lze kombinovat s duševními a podobně.

- Dbáme na individuální případy. Málokdy je skupina složena ze stejně postižených hráčů. Někdo špatně chodí, jiný má horší jemnou motoriku, může být i nevidomý, neslyšící, ... Úkolem vedoucího je dopředu promyslet všechny varianty a nezapomenout, že Standa nemůže ve hře Dědečci a babičci číst básničku připevněnou na stromě, protože nevidí, ale může být perfektním přenašečem informace, protože sluch a paměť má normální, ne-li lepší než ostatní.



•Využíváme hendikepů jako předností. Například ve hře Scrabble vytvoříme stanoviště, která jsou podle pravidel dosažitelná pouze na vozíku (respektive pro vozíčkáře s doprovodem). Družstvo, které lépe dokáže využívat svých vozíčkářů, má lepší naději na úspěch.

•Neoddělujeme role "asistenta" a „klienta“. Při hrách v dětské léčebně převládala zprvu tendence nechat děti hrát hru s tím, že slabší z nich měly asistenta z řad vedoucích, a ten je vedl či dělal většinu činnosti za ně. U některých těžkých případů to jistě je dobrá nebo i jediná možnost, jak malého hráče vůbec nějak zapojit, stejně jako neváháme použít asistenta – zapisovače ve hře Dědečci a babičci. Tato praxe může mít v jiných případech negativní dopad, neboť dítě se tak utvrzuje ve svém přístupu ke světu, že všechno za něj někdo udělá, neboť ono samo nemůže. Dáváme tedy přednost tomu, že všichni, včetně zdravých vedoucích, jsou spoluhráči, a ti schopnější pomáhají méně schopným v okamžiku, kdy si tito o pomoc řeknou. Vychováváme tak děti k zodpovědnosti za sebe samé, k samostatnosti a k aktivnímu přístupu k životu.

Neexistuje obecný návod, jak hru upravit. Základem je vždy přístup „všechno jde“. Je třeba vymanit se ze zaběhaných konvencí uvažování o hrách. Hra a pravidla jsou důležitá, ale účastníci jsou důležitější, a my máme plnou pravomoc jim hru přizpůsobovat. Nikdy se nezapomínáme ptát „Proč?“ – proč tuto hru zrovna v této chvíli uvádíme, co je jejím cílem, proč má právě takováto pravidla, proč a jak některá pravidla upravíme.

Samozřejmě některé hry lze aplikovat lépe, jiné hůře. Existují hry, které aplikovat nelze vůbec? Jistě by mezi ně patřily individuální závody a vůbec hry, kdy člověk musí bojovat proti ostatním – proti všem. U těchto her vystupuje nejzřetelněji – podobně jako v reálném životě – hendikep člověka. Individuálních her je v naší oblasti méně. Většinou jde o hry sedavé a povídavé, zaměřené spíše na duševní stránku člověka (diskuse, seznamovací povídání, vědomostní testy, testy duševních schopností, stolní hry a podobně), a i ty jsou omezené v případě, že je ve skupině osoba s mentálním postižením, nebo i v případě neslyšících osob.

Vůbec pobyt v přírodě o samotě je obtížně řešitelný. Jedním z mála úspěšných programů je Sóló (spaní v lese o samotě) na integračních kursech pro dospělé účastníky, kdy instruktoři pomohou každému, kdo potřebuje, dostat se na zvolené místo v lese, a být jim pro případ potřeby nablízku – na doslech zvonku. Ale samostatný pohyb lidí po terénu pro nás zůstává zatím velkou výzvou k řešení.



Týmové hry

Těžiště programů pro integrované skupiny tedy spočívá v týmových aktivitách. Právě ve hrách, kde bojuje větší či menší tým za svůj úspěch, jeho členové zažívají naplno pocit sounáležitosti. Týmová hra nemusí být jen velká terénní hra, může to být i hra v bezprostředním okolí střediska, nebo v jedné místnosti pod střechem, nebo se třeba může odehrávat v síti městských tramvají. Týmy mohou být losovány, voleny, určeny pomocí sociogramu, nebo třeba vůbec členové týmu na začátku hry o sobě nemusí vědět.

Mluvíme-li o týmových hrách, máme na mysli zejména hry pro dospívající či dospělé lidi. U dětí se nedá mluvit o týmové spolupráci v pravém slova smyslu, i když je dobré je už od útlého věku k jejím principům vést.

Příklady

Scrabble: strategická týmová hra. Úkolem družstva je sbírat v terénu písmena, která průběžně umísťuje do zvětšeného hracího plánu stolní hry Scrabble a soupeří tak s ostatními týmy o nejlepší bodový zisk. Lze například umístit písmena tak, že některá stanoviště smí být dosažena pouze na vozíku. Družstva pak ve svém vlastním zájmu zapojí všechny své členy.

Oko za oko: komplikovaná strategická fyzicky náročná hra sestávající z mnoha pestrých úkolů v terénu, které si družstva vzájemně zadávají a podle obtížnosti úkolu získávají body, které se však násobí počtem lidí, kteří se plnění úkolu účastnili. Je tedy výhodné zapojovat i slabší hráče, plnění úkolu se sice mírně zkomplikuje, ale bodový zisk je větší. Samozřejmě stavíme úkoly tak, aby byly z větší části splnitelné pro všechny.

Camel Trophy: drsná cesta divočinou, utužující týmového ducha a smysl pro fair play. Tato hra má mnoho verzí, ale za zmínku stojí pojetí, kdy jsou v koloně i vozíky představující džípy, které projíždějí bahnitou cestou. Při zapadnutí do bláta jim nesmí nikdo přímo pomoci, ale ostatní podkládají kola prkny, aby „džíp“ mohl vlastní silou vyjet. (Kolona s sebou ještě valí pneumatiky od traktoru, takže je to stejně náročné pro všechny.)

Klipy: úkolem je natočit na video klip ke zvolené písničce. Zde, jako u většiny tvořivých aktivit, nezáleží na fyzickém stavu hráčů (či tvůrců), větší roli hraje jejich nápaditost a tvořivost. To platí i u větších programů jako



například Kino Pokrok nebo u dramatických aktivit obecně. Atributy hendikepu (vozíky, berle) se často stávají přínosným prvkem vzniklých představení.

Pointilismus: hra, spojující výtvarnou činnost s fyzickou zátěží. Úkolem je barevnými body pokrýt velké plátno a namalovat tak obraz. Hráči přitom na určenou vzdálenost přenášejí barvu na svém těle – prstech, nose, bradě, loktech. Není zde žádné omezení pro lidi na vozíku, jen přizpůsobujeme délku trasy jejich možnostem.

Zpětná vazba

Hry, které uvádíme, mají často nějaký podtext, nejsou jen pro zábavu, ale mají ambice vychovávat, nebo alespoň přinášet lidem nové nápady a podněty, nové vnímání světa. Proto po hrách často, když to situace vyžaduje, zařazujeme „ohlédnutí“, „review!“, zpětnou vazbu, která umožňuje účastníkům zhodnotit hru, slyšet názory ostatních, formulovat si sami své názory. Dobře vedená diskuse po hře bývá stejně důležitou částí programu, někdy ani bez ní není možné považovat program za ukončený!

Na integračních akcích pro dospělé lidi nebo starší děti zaměřujeme svou pozornost nejen na týmovou spolupráci a na pocity jednotlivých lidí sami za sebe, ale snažíme se dotknout se i případných rozdílů v prožívání hry lidmi s různým stupněm fyzického postižení, a na fungování týmové spolupráce právě v týmech, složených z různě disponovaných lidí.





Hra versus realita

Nabízí se otázka, zda má vůbec smysl simulovat ve hrách situace, kdy jsou si „všichni rovni“, když se život chová jinak. Jsme přesvědčeni, že ano. Otázka totiž takto nestojí. Život se chová tak, jak se chováme my, a proto cílem her s týmovou podporou není ukazovat, „jak by to bylo krásné, kdyby si všichni pomáhali“, ale prostřednictvím her vychovávat lidi k přijetí postoje, že právě týmovou spoluprací dokážeme víc, podstatně víc, než je prostý součet výkonů jedinců. A to platí nejen u integrovaných skupin, ale u jakýchkoli skupin se společným cílem obecně.

Tvořivost

Velký důraz klademe na tvořivost. Výtvarné, hudební, dramatické či jiné dílny a produkce z nich vzešlé mívají velký úspěch. Zde bude nejlepší odkázat na bohatou v literaturu o arteterapii a umělecké výchově (viz například bohatou nabídku z nakladatelství Portál, a jiné).

Tvořivá činnost není náročná na fyzickou zdatnost, umožňuje účastníkům se realizovat novými, často neobvyklými a atraktivními způsoby. Pro člověka s postižením je to leckdy jedna z mála oblastí, kde může dát druhým něco sám za sebe, kde nezáleží na způsobu nebo na rychlosti tvoření, ba často nezáleží na produktu samém, ale důležitější je proces tvoření, cesta k vyjádření svého vnitřního světa.

Zvláštní místo zde mají – zvláště pro starší účastníky – divadelní produkce, kdy je zapojena aktivně celá osobnost každého hráče a každý může projevit to, k čemu má sám nejbliže.

Motivace

Jedním z nejdůležitějších prvků, s nímž pracujeme, je motivace. Motivace, tedy vnitřní puzení člověka k nějaké činnosti, je jediným motorem, který člověka přiměje dělat nějakou činnost svobodně. Bez motivace člověk dělá věci jen z donucení nebo bezmyšlenkovitě. Pro hry a další činnosti, které překračují rámec zaběhaných zvyklostí, a přitom jsou dobrovolné, je vnitřní motivace účastníků základem úspěchu jak v očích organizátorů, tak účastníků samých.

Často se pojmem motivace myslí jen motivační scénka před hrou. To je velmi zužující pohled. Jsou přeci hry, které takovouto scénku nepotřebují, nebo naopak její uvedení by bylo kontraproduktivní. Motivace je v účastnících, nebo



v nich může být, pokud najdeme správnou vlnu souznění s nimi, vycítíme jejich potřeby, nebo s nimi o těchto potřebách a přáních přímo promluvíme. Klíčové je mít důvěru lidí, pro něž připravujeme program. Nezkoušený vedoucí může sklouznout ke škodolibému postoji, že účastníci nějakou rafinovanou hru „spokli i s navijákem“. Takovýto přístup poníží účastníky z role našich partnerů do role pokusných subjektů, na nichž zkoušíme své „špeky“. Stále je třeba mít na paměti, že hry jsou především prostředkem sdílení svobodných a rovných lidí. A proto motivaci lidem nevnucujeme, nýbrž ji v nich hledíme – jistě v nich nějaká je (jinak by na naši akci nepřijeli), stačí ji objevit a podnitit. A samozřejmě se motivace člověka liší s jeho věkem – jinak budeme uvádět hru menším dětem a jinak dospělým lidem.

A toto úspěšně působení bude mít zpětně i dobrý vliv na život našich lidí. Člověk, který zjistí, že může ke hrám přistupovat svobodně a s vnitřním rozhodnutím, daném motivací, takto zodpovědně a aktivně může přistupovat ke svému životu. A pokud jsme dosáhli tohoto, stáváme se dobrými vedoucími a pedagogy a naše poslání se naplňuje.

4.2 Další náplň volného času

Cestování

Zvláštní kapitolu v náplni volného času tvoří cestování a výlety. I v tomto směru má Užitečný život nemalou praxi, počínaje půldenními výlety s pacienty z léčebny do sousedního městečka za nákupy, přes víkendy pořádané každý měsíc na okraji Prahy až po jedno- či dvoutýdenní prázdninové akce s putováním po České republice i Slovensku. Nesmíme zapomenout ani na studijní cestu do Nizozemska v roce 1996. Utrvujeme se v tom, že cestování, pro většinu zdravých lidí věc tak obyčejná a jednoduchá, může být pro lidi s postižením, často „odsouzené“ k pobytu mezi čtyřmi stěnami svého bytu, věc velmi přínosná a dobrodružná. Čistě turisticky jsme navštívili už pěknou řádku měst, hradů, i přírodních zajímavostí.

Je nutno takové akce důkladně plánovat. Základní pravidlo je, že skupina musí být vždy soběstačná. To znamená správný poměr počtu zdravých a silných jedinců k počtu vozičkářů, berlíčkářů i zavazadel. Samozřejmě je nutné znát dopředu vhodnost ubytování, mít realisticky promyšlené trati a časy přesunů, vhodně střídat turistiku s odpočinkem a hrami, a tak dále. Zde opět nejlépe pomůže vlastní zkušenost, přirozený nadhled a realistické vidění možností skupiny i jednotlivců.



Důležitou skutečností na těchto akcích je opět naprostá rovnost účastníků. Nejsou a priori určené role, neodlišujeme mezi asistenty a klienty, prostě jsme spolu, integrujeme se, a už o tom ani nemluvíme.*

Důležitým prvkem při většině našich akcí je také to, že se skupina musí o sebe postarat po všech stránkách – nakoupit, uvařit, uklidit (výjimku tvoří tradičně velikonoční srazy se zajištěnou plnou penzí). Přírozeným způsobem se tak lidé zapojují do běžných starostí o zajištění svého života, což je například pro lidi, zvyklé z domova na veškerou péči, velký popud k samostatnému životu.

Kultura

K akcím Klubu Užitečného života patří již tradičně návštěvy kulturních zařízení. Dnes si již asi jen pamětníci připomenou historickou návštěvu představení Bratří Mrštíků Rok na vsi, od té doby jsme mnohokrát navštívili divadla, kina, výstavy, koncerty, Matějskou pouť, jeli jsme parníkem do ZOO, účastnili se větších akcí jako Vivat Vita – Dny zdravotně postižených v Olomouci nebo Běh Terryho Foxe. Možnostem se ani zde meze nekladou a veškeré kulturní či kulturně-sportovní akce jsou další vítanou příležitostí k bytí spolu, k nenásilné a přirozené integraci, k normálnímu životu.

Sem je možno přiřadit i lidové tradice. Nezapomínáme na pořádné oslavy Velikonoc s pomlázkou, Mikuláše, Vánoc a Silvestra. Návrat k těmto kořenům je velkým poutem, které sblízuje lidi a dává jim pocítit sounáležitost s „velkou rodinou“ přátel a kamarádů.

* Poněkud jiným typem akce je putovní tábor typu Festina Lente, kdysi organizovaný rovněž Užitečným životem, dnes samostatně; určený lidem na vozíku a pracující na principu klientů a asistentů. Jeho významem v té době bylo, že to byla první akce tohoto druhu, nikdo u nás předtím nic podobného neorganizoval. Stále je to přitažlivá činnost jak pro klienty tak pro sponzory.



Rozhovor nad šálkem čaje aneb Autoři o sobě

Místo: čajovna „U matfyzáka“.

Osoby: Květa Marková, Martin Jonáš, Lukáš Krump

Lukáš: Tak se podívejme – sepsali jsme našeho Průvodce, ale pořád mi tu něco chybí. Jako by tam nebylo nic od nás osobně. Čtenáře by mohlo zajímat, proč jsme to vlastně psali, proč vlastně děláme, to co děláme a jak je to vůbec s Užitečným životem. Vždycky si myslím, že osobní motivace – jakési vyznání – je nejlepší způsob, jak druhým povědět, co a proč člověk dělá. Pojd'me to vzít od začátku. První část Průvodce se týká hlavně dětí a jejich pobytu v lázních. Zároveň tyto lázně byly prostředím, ve kterém Užitečný život vznikl a začínal. O tom víte víc vy, Květo a Martine, kteří máte s Železnicí mnohem delší zkušenost než já.

Martin: Byl jsem v lázních Železnice mnohokrát jako pacient. Každý rok jsem několik měsíců trávil v lázních. Poprvé po operaci v pěti letech. Nejdřív jsem pobyt v lázních bral jako nějaký trest. Vždycky jsem pak mamince sliboval, že už budu hodný. Co si pamatuji, jako malý jsem i doma pořád jen cvičil, a to každý den. Musím přiznat, že mi to docela lezlo krkem. Vždyť brácha už si hrál a já musel ještě cvičit. Jako malý jsem stěží mohl docenit význam takového počinání. Ale nakonec jsem pak byl v lázních jako doma.

Květa: Když jsem ukončila studium psychologie, začala jsem se zajímat o práci ve zdravotnictví. Bylo to v roce 1971...

Lukáš: To jsem se narodil.

Květa: Měla jsem představu, že bych chtěla pracovat u lidí s nějakým zdravotním hendikepem, ale ne na psychiatrii. Tehdy na mne v tehdejším Svazu invalidů zírali spíše jako na adepta psychiatrického ústavu. Od té doby se pohled přece jen změnil a dnes už je jen velmi málo zdravotnických zařízení, která by s psychologem aspoň trochu nespolupracovala.

Lukáš: Dnes už málokdo ví, jaké byly tenkrát ve společnosti podmínky a názory. Ke vzniku Užitečného života tě ovšem přivedla shoda okolností ...



Květa: S UŽ jsem začala díky tomu, že jsem od léta 1989 byla na krátký úvazek zaměstnaná v Železnici. Už jsme na to narazili v kapitole o lázních. Nápad přivést tam mladé lidi a umožnit léčeným dětem prožít prázdninové období skoro jako někde na táboře, se ujal hlavně proto, že jsme od počátku měli štěstí na výborné mladé lidi, kteří byli plní zajímavých nápadů. Naši lidé třeba s dětmi připravili divadelní představení, které mělo takový úspěch, že se hrálo několikrát – i v Praze na festivalu Mezi ploty. Přesto UŽ oficiálně vznikl až v listopadu 1991, kdy jsme doopravdy zjistili, že taková organizace je zapotřebí.

Lukáš: Víím od tebe, jako od největší pamětnice, že tenkrát se začala práce v lázních mohutně rozvíjet, a bylo potřeba dát této činnosti nějaký rámec, právní základ.

Květa: Když jsem začala pracovat v lázních, občas mě tam – v městečku a dvou tisících obyvatelích, kde si jinak všichni vzájemně viděli vždycky až do talíře – někdo zastavil a ptal se mě, jak to „tam“ vypadá. Jakoby o těch „vevnitř“ vůbec nic nevěděli. A přitom léčebna už tehdy byla mezi pacienty vyhlášená nejen pro své výborné výsledky, ale i pro celkovou atmosféru, která tam panovala.

Martin: Jedna z možností, jak vytvořit co nejpřátelštější atmosféru a odbourat pocit nedůvěry, je osobnější vztah k lázeňskému personálu. V Železnici jsme mohli většinu sestřiček oslovovat křestními jmény. Děti, které do Železnice přijížděly se zkušenostmi odjinud, to obyčejně dost překvapilo. Nejčastěji měli pacienti možnost srovnávat s léčebnou Vesna v Jánských lázních. Vesna je rozsáhlý komplex, který působí mohutným dojmem. V Železnici, která je proti Vesně maličká, jsou jednotlivá oddělení daleko více provázána a vztah pacientů k celým lázním je daleko osobnější. I proto sem mnohé děti jezdily raději.

Květa: Kdo viděl více léčebných zařízení, může samozřejmě porovnávat. Ale v něčem se přece jen shodují. Život v nich se vždycky trochu odlišuje od toho běžného.

Martin: Jak jsem už řekl, lázeňské prostředí je hodně specifické. Pokud bych měl srovnávat svůj každodenní život s dobou strávenou v lázních, jednoznačně odpovím, že život i prostředí v lázních je mnohem ohleduplnější. Není tak všední a hendikepovanému člověku poskytuje mnohem větší prostor, který mezi zdravými nikdy nedostane. Lázně znamenají úplně jiný svět. Pamatuji se na své kamarády a také oblíbené



sestřičky. Jako malí kluci jsme se v lázních přeli o to, kdo z nás má na rehabilitaci lepší a hodnější sestřičku. Každý byl přesvědčený, že je to právě ta jeho a byl na to náležitě hrdý. Vždycky je ale zapotřebí zpočátku si zvyknout na neznámé prostředí a docela jiný řád. Každý to zvládne po svém. Některé děti za začátku často brečí a u jiných máš pocit, že jsou v lázních odjakživa.

Květa: Jistě bys mohl vyprávět.

Martin: To jistě. Já jsem třeba patřil k těm zlobilům, ale moje máma to chápala, protože doma jsem nezlobil o nic míň. Vzpomínám si ale na jednoho chlapce, když jsme se naposledy setkali jako pacienti, bylo mu asi patnáct. Ten se do lázní vždycky velmi těšil. Mimo pohybového postižení měl i určité postižení mentální, které se projevovalo velmi bujnou fantazií. Měl vytvořený vlastní svět, ve kterém se neustále pohyboval. Byl velmi vděčný, když se o svůj svět mohl s někým podělit. To znamenalo poslouchat jeho vyprávění, které nebralo konce. Chlapec podle svých slov neměl domov rád, protože rodiče se snažili (bezvýsledně) chlapcovu fantazii tlumit. Při všech starostech s výchovou a péčí o něho už jim chyběly síly na jeho vnímání. Jedině v lázních se našlo pár lidí ochotných mu naslouchat, i když to dělali hlavně pro svou zábavu. Když jsme spolu nějaký čas bydleli na jednom pokoji, přesvědčil jsem se, jak je náročné mu neustále věnovat svou pozornost. Ale i když si zájem okolí musel často vynucovat, cítil se pořád v lázních lépe než doma a každá zmínka o odjezdu ho velmi rozzlobila.

Květa: Už jsi, Martine, o svém vztahu k Železnici mluvil. Ale zkus si vzpomenout na nějaké konkrétní období, kdy ses tam cítil nejlépe.

Martin: Asi čím jsem byl starší, tím to bylo lepší. Nejen kvůli stejně starým kamarádům. Až mě někdy překvapovalo, jak se na mne, jako na "vrbu" obraceli takoví úplně malí špunti. A taky že mě docela bavilo jim tu vrbu dělat.

Lukáš: Vzpomínám si na svůj první příjezd do Železnice se skupinou UŽ. Martin tam tehdy patřil k nejstarším pacientům. Všechno znali, tykali si se sestřičkami, byli prostě jako doma. Většinu věcí, které byly pro ně úplně samozřejmé, jsme se my nováčci museli teprve učit.

Květa: V příštím roce už patřil Martin k našim spolupracovníkům. Nejdřív jsme – vedení UŽ – měli strach, aby na Martina (a další) sestry a lékaři



pořád nepohlíželi jen jako na svého pacienta. Ukázalo se, že naše obavy byly zbytečné. Naopak, Martin se tak rychle zabydlel v nové roli, že jsme ho brzy pověřili vedením celého projektu Železnice. Projektu a jistě i Martinovi to velmi prospělo. Uvádím Martina jako příklad, lidí jako on je celá řada – bývalí ”pacienti” či ”klienti”, kteří se stávají organizátory. Projevuje se to na všech našich projektech a postupně to mění styl naší práce. Myslím si, že po více než osmi letech má Užitečný život svoje místo v řadě občanských sdružení. Je to organizace dobrovolníků, všichni mají svou vlastní práci nebo studují a za práci v UŽ nedostávají žádný plat. Motivace lidí ke spolupráci s námi je rozdílná, ale to je myslím dobře. Například lidé, kteří přišli třeba jen na jednu akci, aby měli potvrzení o práci s postiženými lidmi a pak zůstali několik let. Dnes už se věnují úplně jiným věcem, ale zanechali tu svoji stopu a práce u nás, jak doufám, zanechala svou stopu na nich. To je také důležitá součást integrace.



Martin: Když jsem začal jezdit do Železnice jako „Užák“, kontakt s dětmi mi pomáhalo navazovat, když zjistily, že také chodím „jinak“. Nejčastější otázka, kterou mi kladly, byla „A kolik máš za sebou operací?“ Nebylo daleko k tomu, aby mi začaly ukazovat své vlastní šrámy na těle, samozřejmě s patřičnou hrdostí. To mi práci v UŽ od začátku velmi usnadnilo a přesvědčilo dělat ji s plným nasazením, i když jsem profesí elektrotechnik.



Květa: Jednou jsi nám vyprávěl, jak jsi přišel na střední školu.

Martin: Tam jsem si vysloužil své postavení množstvím pádů. Ti, kteří mají své dolní končetiny stejně náladové jako já, mi potvrdí, jak snadné je upadnout kdekoliv a kdykoliv. Když jsem poprvé upadl na školním pozemku, seběhla se ke mně celá třída a všichni najednou se mě snažili zvednout. Asi po půlhodinovém snažení se shodli na tom, že nejlepší bude, když se postavím sám. Poté jsem jim vysvětlil, že padání patří k mému životu. Následně jsem své pády dovedl k takové dokonalosti, že u mých spolužáků vyvolávaly salvy smíchu. Někdy jsem se svým kreacím spojeným se zoufalou snahou udržet rovnováhu musel smát i já. Od té doby jsem dostal přezdívku Johnny Breake, která mi zůstala. Zvykl jsem si, že i v novém prostředí jsem občas zaslechl „Dofoukni si pravé kolo,“ nebo „Proč tak šmajdáš?“ Postupně jsem se naučil vždycky nějak odpovědět.

Květa: Nebýt hendikepu, možná by ti trvalo mnohem déle, než by ses naučil nebrat se tak úplně vážně. Lukáš zase, ač matematik, v UŽ zjistil, že život je vlastně hra.

Lukáš: To bych se trochu ohradil, matematici jsou tvorové od přírody hraví. Ale nebrat se vážně, to prospěje každému. Možná jsem se tenkrát v roce 1995 cítil sám se sebou příliš spokojený, a jeden kamarád, taky matematik, mě pozval do Železnice. Přišel jsem tak do naprosto nového prostředí, ale cítil jsem se plný energie na rozdávání. Z dnešního odstupu mi to přijde směšné v porovnání s téměř nulovou zkušeností s dětmi s postižením, kterou jsem tehdy měl. Hrát jsem si s nimi chtěl, to ano, ale nevěděl jsem jak, pořád jsem vymýšlel nějaké terénní závody a to dost dobře nešlo. Časem jsem začal přicházet na to, že to jde taky úplně jinak.

Martin: O tom je vlastně kapitola Hra a volný čas.

Lukáš: Přesně tak. To jsou ale sebrané a přetavené zkušenosti mnoha lidí z Užitečného života a z Prázdninové školy Lipnice. Myslím, že člověk musí ke zkušenostem uzrát, prožít si léta chyb a hledání a na jejich základě může vytvářet nové a použitelné věci. Výjezdy do lázní byly pro mne jedním zdrojem. Byl jsem tam vlastně jen dvaapůlkrát, ale byly to intenzivně strávené a velmi krásné dny, plné vřelých vztahů s lidmi v lázních. Ale prostředí lázní mne přece jen omezovalo – musel se dodržovat denní režim, večer se nesmělo příliš hlučet kvůli malým dětem a podobně. Druhým zdrojem pro mne v téže době byly kursy Prázdninové školy. Když v roce 1998 vznikla myšlenka udělat vlastní takový kurs, bez velkého váhání jsem



se přidal. Tak vznikl Arbor Vitae, vlastně na koleně, a my jsme jen koukali, co nám roste pod rukama – netušili jsme, že dokážeme udělat akci takovéhle úrovně. Rok na to jsem převzal jeho vedení a nyní, s týmem těch nejlepších lidí připravujeme další akci. Chceme, aby byla špičková.

Květa: Zdá se, že tento kurs silně oslovuje mladé lidi.

Lukáš: Proto ho děláme. Nemá to být jen hraní pro hraní, je to něco víc. Je to cesta kamsi za obzor všedního života, cesta do hlubin duše, je to síla přátelství, fantazie, radosti. Chci, aby Arbor Vitae nebyl jen "o integraci". Myslím, že máme na víc. Integrace, jakožto „bytí spolu“, je základním předpokladem nejen Arboru, ale dnes už všech našich akcí. Nikde neexistuje rozlišení na „zdravé“ a „postižené“. Z principu takové rozlišení odmítám. Samozřejmě, když chystáme náročnou pohybovou hru, rozdělíme družstva tak, aby byla stejně silná. Ale jde o to, že se o „postižení“ už moc nemluví. Zkušenosti ukazují, že každý je „jinak jiný“ a že opravdu neexistuje škála, která by lidi srovnala od nejlepších k nejhorším. Vycházíme-li z tohoto, můžeme se bavit o vážnějších věcech. A o tom chci, aby Arbor Vitae – a celý Užitečný život – byl.

Povídalo by se ještě dlouho, ale je už čas skončit, abychom se mohli i s vámi – našimi dnešními čtenáři – nad něčím zajímavým setkat.



Doporučená literatura

Ke kapitolám 1–3

- E. Bedrnová: Včera děti, zítra dospělí, Avicenum, Praha 1991. Komunikace rodičů a jiných dospělých s dospívajícími.
- B. Blažek, J. Olmrová: Světy postižených, Avicenum, Praha 1988.
- N. Brázdilová: Organicky podmíněné dysfunkce CNS, Brno 1996.
- J. Dobson: Být sám sebou, Návrat domů, Praha 1994. Epidemie komplexů méněcennosti, strategie budování sebevědomí.
- P. Frank: Malý velcí tyrani, Dialog Liberec 1996. První krůčky ke vzdoru, dítě – náš obraz, umění trestat a odměňovat.
- J. Hrdá: Osobní asistence, příručka postupů a rad pro klienty Pražské organizace vozíčkářů, POV, Praha 1997.
- J. Hrdá, M. Šroňková: Osobní asistence jako jedna z cest k samostatnému životu. POV, Praha 1996.
- S. Kerr(ová): Dítě se speciálními potřebami, Portál, Praha 1997. Obsahuje rady pro rodiče, jak se vyrovnat s novou situací, jak o dítě pečovat, na koho se obrátit o radu, jak zvládnout situaci v rodině, jak komunikovat s okolním světem, apod. V příloze je seznam míst poskytujících informace a pomoc včetně seznamu občanských sdružení se zaměřením na děti i dospělé se zdravotními postiženími.
- M. Machytková: Některé aspekty socializace mládeže s diagnózou dětská mozková obrna, diplomová práce, FF UK, Praha 1995.
- Z. Matějček: Psychologie nemocných a zdravotně postižených dětí, HaH Jinočany, 1992.
- Z. Matějček, Z. Dytrch: Děti, rodina a stres, MZ ČR, Praha 1994.
- Metodika výchovné práce v ústavech sociální péče pro tělesně postiženou mládež, MPSV ČR, Praha 1986.
- G. Pike, D. Selby: Globální výchova, Grada, Praha 1994.
- J. Pipeková a kol.: Nové trendy v péči o tělesně postižené u nás – terapie, in: M. Vítková a kol.: Integrativní speciální pedagogika, Paido Brno.
- Rukověť rodičů dítěte se zdravotním postižením, MZd ČR, Nadace Dětský mozek, OS Sedm paprsků, Praha 1998. Praktické rady pro rodiče, adresář organizací zabývajících se prací pro děti s postižením.
- L. E. Shapiro: Emoční inteligence dítěte a její rozvoj, Portál, Praha 1998. Nabízí informaci o emoční inteligenci jako pomůcku k efektivnímu způsobu výchovy dětí, zabývá se emočním myšlením, řešením problémů, sociálními dovednostmi, sebemotivací a dovednostmi směřování k úspěchu.



- M. Sheedyová–Kurcinková: Problémové dítě v rodině a ve škole, Portál, Praha 1998. Chápání problémového dítěte, práce s ním, rodinný a společenský život s problémovým dítětem.
- Trénink – Modulový systém přípravy školitelů pro znevýhodněné občany na trhu práce – manuál, Sociálně právní institut, s.r.o., Most 1997.
- Úmluva o právech dítěte (Zkrácená verze), Centrum preventivního lékařství 3LF UK, Praha 1997.
- M. Vágnerová, L. Hadj–Mousová. S. Štech: Psychologie handicapu, UK, Praha 1992.
- M. Vítková a kol.: Integrativní speciální pedagogika, Paido, Brno 1998.
- V. Vrzal: Máte doma postižené dítě, Brno 1980.

Ke kapitole Hra a volný čas

- J. Campbellová: Techniky arteterapie ve výchově, sociální práci a klinické praxi, Portál, Praha 1997.
- J. Canfield, F. Siccone: Hry pro výchovu k odpovědnosti a sebedůvěře, Portál, Praha 1998.
- (IS PŠL)** O. Holec a kol.: Instruktorový slabikář Prázdninové školy Lipnice, PŠL, Praha 1994.
- (LZFH II)** J. Hrkal, R. Hanuš, ed.: Zlatý fond her II Prázdninové školy Lipnice, Portál, Praha 1998.
- W. Kirst, U. Diekmeyer: Trénink tvořivosti, Portál, Praha 1998.
- M. Kohlová: 200 výtvarných činností, Portál, Praha 1996.
- M. Kohlová, C. Gainerová: Dalšíh 199 výtvarných činností, Portál, Praha 1997.
- J. Neuman: Dobrodružné hry a cvičení v přírodě, Portál, Praha 1999.
- Z. Šimanovský: Hry s hudbou a techniky muzikoterapie, Portál, Praha 1998.
- (Vážanský)** M. Vážanský: Volný čas a pedagogika zážitku, Masarykova univerzita, Brno 1992.
- (LZFH I)** M. Zapletal.: Zlatý fond her I, Mladá fronta, Praha 1990.
- (Zapletal 1–4)** M. Zapletal: Velká encyklopedie her: Hry v přírodě, Hry v klubovně, Hry na hřišti a v tělocvičně, Hry ve městě a na vsi, Leprez, Praha 1995–1997.



Obsah

Úvodem	5
1. Postižení a rodina	7
1.1 Když se dítě s postižením narodí a jak ho rodiče přijmou	7
1.2 Jaké chyby dělají rodiče při výchově	8
1.3 Dobrá výchova je těžká	10
1.4 Odpoutávání od rodiny	13
2. Postižení a vzdělání	16
2.1 Integrace v běžné škole	16
2.2 Pomoc a asistence	17
2.3 Ústavní péče	19
2.4 Hledání vlastních schopností	20
3. Pobyť v lázních	24
3.1 Pobyť dětí v lázeňské léčebně	24
3.2 Léčebna Železnice a Užitečný život	27
4. Hra a volný čas	29
4.1 Využití volného času. Hra a integrace mladých lidí s postižením	29
4.2 Další náplň volného času	40
Rozhovor nad šálkem čaje aneb Autoři o sobě	42
Doporučená literatura	49

© Užitečný život
PhDr. Květa Marková, Mgr. Lukáš Krump, Martin Jonáš

Průvodce, 1.vydání

Rodina a škola, volný čas a integrace
mladých lidí s tělesným postižením

Vydalo občanské sdružení Užitečný život

Na hlavní 19

182 00 Praha 8

www.brailnet.cz/uz

Fotografie: Gábina Skálová, Arbor Vitae 98,99

Text neprošel jazykovou korekturou

Praha 2000