

JAK MŮŽEŠ POMOCT SPOLUŽÁKOVĚ S AUTISMEM?

- 1. Chovej se k němu a mluv s ním jako se sobě rovným.** Tvůj spolužák je jistě v něčem jiný, ale v mnoha ohledech jste si podobní. Nemusíš na něj mluvit nahlas nebo pomaleji, ale snaž se mluvit jasně.
- 2. O lidech s autismem se často říká, že mají „svůj svět“.** Je dobré vědět, že to není tak úplně pravda. **Žijí v úplně stejném světě jako Ty**, jen je pro ně někdy hůř pochopitelný. Určitě to není tak, že všichni lidé s autismem vyhledávají samotu, nestojí o kontakt druhých a o kamarády.
- 3. Snaž se ho neignorovat.** Nemusíte být nejlepší kamarádi, ale může mu moc pomoci, když ho každý den ráno pozdravíš a při odchodu ze školy se s ním rozloučíš, když se ho občas zeptáš, co dělal předchozí odpoledne či kam se chystá na víkend.
- 4. Je hezké, když chceš spolužákově s autismem pomoci, ale pozor na to, abys to nepřeháněl** a on se necítil neschopný. Nevysvětluj mu bez vyžádání to, co je zřejmé, dej mu dostatek prostoru. Nabídní mu pomoc, když máš pocit, že ji potřebuje.
- 5. Snaž se vyvarovat dvojsmyslným narážkám, ironii, přirovnáním.** Někteří lidé s autismem mají potíže s jejich porozuměním.
- 6. Pro některé lidi s autismem je problematický oční kontakt.** Když se Ti spolužák s autismem nedívá při rozhovoru do očí, neznamená to, že by ho nezajímalo, co říkáš nebo byl nevychovaný, ale jen to, že je mu to nepříjemné nebo neví, jak správně na to.
- 7. Mnozí lidé s autismem jsou citliví na hluk, pachy, dotyky.** Zkus se svého spolužáka zeptat, zda mu něco takového vadí a respektovat to.

8. Nastav mu zrcadlo. Svému spolužákovi s autismem můžeš pomoci tím, že mu dáš zpětnou vazbu, pokud se v důsledku svého hendikepu zachová nevhodně vzhledem k situaci. Je ale potřeba, abys mu to řekl hezky, mimo kolektiv ostatních spolužáků. Snaž se ho neranit, nezesměšnit, jen ho posunout dál. Je třeba mu nevhodné chování vysvětlit a nabídnout správné řešení.

9. Každý jsme jiný. A to platí i o lidech s autismem. Není možné sestavit návod na člověka. Snaž se poznat co nejvíc svého spolužáka, abys sám zjistil, co mu vadí a co má naopak rád.

10. Máš v rukou velkou moc. Svému spolužákovi můžeš hodně pomoci, ale také mu hodně uškodit. Snaž se přemýšlet nad svým chováním k němu. I zdánlivě nevinné pošádlení či poznámka mohou způsobit velké trápení. Zhruba sedm z deseti dětí s autismem je ve škole šikanováno. Mnoho z nich má následky na celý život, bojí se seznamovat, mají nízké sebevědomí.

Lenka Bittmannová, Julius Bittmann, www.pasparta.cz