

Téma „skleněných dětí“

Termín tzv. „skleněných dětí“ se někdy používá pro zdravé sourozence dětí s vážným onemocněním nebo zdravotním znevýhodněním, kteří jsou ve svých rodinách kvůli náročné péči o sourozence často opomíjeni.

Ohlédnutí poradkyň Rané péče za filmem "Ta druhá":

<https://www.portimo.cz/novinky/festival-jeden-svet-uvadi-dokument-ta-druha-o-sklenenych-detech>

- **Jaké konkrétní formy podpory mohou raná péče nebo jiné organizace nabídnout skleněným dětem, aby se necítily přehlížené?**

„V rané péči se zaměřujeme na celou rodinu, takže i na zdravé sourozence. V rámci konzultací v rodině se věnujeme všem dětem, které se aktuálně v domácnosti nacházejí. Snažíme se jim věnovat stejnou míru pozornosti, jako dítěti s odlišným vývojem. Nabízíme například sourozenecké skupiny na pobytových akcích, kde si děti mohou sdílet své pocity s vrstevníky, kteří prožívají podobné situace. Rodičům pak pomáháme plánovat čas tak, aby měli prostor i pro zdravé děti, třeba formou rodinných aktivit.“

- **Jak může raná péče pomoci rodičům vybalancovat péči o dítě s postižením a pozornost věnovanou zdravým sourozencům?**

*„Rodiče jsou často přetížení, a proto je klíčové naučit je efektivně hospodařit s časem a energií. V rané péči jim nabízíme poradenství, kde společně hledáme, jak vytvořit rituály pro zdravé děti, například pravidelný čas na povídání nebo společnou hru. Také je propojujeme s komunitními zdroji, jako jsou odlehčovací služby, aby měli více času na rodinu. **Důležité je, aby rodiče věděli, že péče o sebe a zdravé děti není sobectví, ale nutnost pro zdravé fungování rodiny.**“*

- **Existují v Česku systémové programy, které cíleně podporují skleněné děti, nebo je to stále spíše na jednotlivých organizacích?**

„Bohužel v Česku zatím nemáme ucelený systémový program zaměřený přímo na skleněné děti. Podpora je rozložena mezi neziskové organizace, ranou péči a některé psychology ve školách či specializovaných terapeutických centrech (např. Nautis nebo Centrum terapie autismu). Část organizací, jako jsou centra rané péče nebo spolky pro rodiny dětí s postižením, nabízejí programy, jako jsou sourozenecké víkendy nebo workshopy.“

- **Jak rozpoznat, že skleněné dítě potřebuje pomoc, pokud své pocity viny nebo úzkosti nesdílí?**

„Děti často své pocity skrývají, proto je důležité sledovat změny v chování – například uzavřenost, podrážděnost, pokles školního výkonu nebo nadměrná snaha být ‚hodný‘. Rodiče a učitelé by měli věnovat pozornost tomu, jestli dítě příliš často ustupuje nebo bere na sebe odpovědnost za sourozence. V rané péči učíme rodiče, jak vést otevřené rozhovory, a doporučujeme pravidelně vyhledávat prostor pro individuální komunikaci s dítětem, kde se může cítit bezpečně.“

- **Jak může široká veřejnost přispět k tomu, aby byly skleněné děti více vidět a podporovány?**

*„Veřejnost může pomoci už tím, že se bude o tématu více mluvit – ať už v médiích, školách, nebo mezi přáteli. Podpora může být i praktická: třeba nabídnout rodinám s dětmi s postižením pomoc s hlídáním nebo společnými aktivitami, aby měly zdravé děti více pozornosti. **Důležité je také neodsuzovat rodiny, které se snaží, ale třeba nemají dost zdrojů.**“*

- **Jaké kroky by měly podniknout rodiny, aby se skleněné děti necítily jako ,ty druhé‘?**

„Rodiče by měli vědomě vyhledávat čas na zdravé děti – nemusí to být nic velkého, stačí třeba 10 minut denně, kdy se jen povídají o jejich dni. Důležité je také otevřeně mluvit o situaci v rodině, vysvětlit dítěti, proč je péče o sourozence náročná, a ujišťovat ho, že je stejně důležité. Doporučujeme také zapojit dítě do aktivit mimo rodinu, jako jsou kroužky, aby mělo svůj prostor.“

- **Může být role skleněného dítěte i pozitivní, například v rozvoji empatie nebo odpovědnosti?**

„Určitě. Mnoho skleněných dětí rozvíjí díky své roli velkou empatii, schopnost spolupracovat a odolnost. Výzkumy ukazují, že třeba 80 % sourozenců uvádí, že jim vztah s postiženým sourozencem pomohl lépe chápat druhé. Klíč je ale zajistit, aby tyto pozitivní vlastnosti nebyly na úkor jejich vlastních potřeb.“

- **Jak se dá předejít tomu, aby skleněné děti přebíraly nadměrnou odpovědnost, jak ukazuje výzkum (70 % respondentů ji pociťuje)?**

„Důležité je stanovit jasné hranice – rodiče by měli dětem říct, že péče o sourozence není jejich povinností, a dávat jim prostor být ,jen dětmi‘. V rané péči učíme rodiče, jak rozdělit úkoly v rodině, aby zdravé děti nebyly přetěžovány. Také doporučujeme otevřenou komunikaci a zapojení odborníků, pokud si rodiče neví rady.“

Michaela Svobodová, Jana Hrušková, Michaela Adámková