

## Jak naučit dítě s autismem nosit roušku?

- **Dítě můžeme nejdříve připravit na to, aby rouška nebyla pro dítě cizí a neznámý předmět:**

**Přípravná fáze** – Roušku dítěte nenasadíme rovnou bez varování. Jedná se o předmět, který je pro dítě neznámý. Můžeme dítěti umožnit, aby nejdříve vídalo roušku na nás, můžeme vytisknout obrázky dětí, které roušku nosí, pustit mu videa dětí s rouškou na youtube, ukázat piktogramy dětí s rouškou, apod.

**Cizí předmět - „roušku“ - můžeme zakomponovat do hry.** Najdeme oblíbenou hru dítěte a v rámci té různě začleňujeme roušku (sami si ji nasadíme, nasadíme ji oblíbenému „plyšákoví“ apod.). Dítě můžeme nechat se pouze dívat, nemusí ho nijak aktivně zapojovat. *„Počkej, nasadíme medvídkovi roušku, aby byl v bezpečí a neonemocněl bacilem.“*

**Ve druhé fázi** může dítě pomoci nám samotným nebo medvídkovi nasadit roušku. Případně když dítě například lechtáme a jemu se to líbí, můžeme na něj roušku pouze položit, položit mu roušku na hlavu apod.

- Dítěti můžeme dát tričko, bundu, vestičku apod. **s informací o diagnóze dítěte**, abychom tak zvýšili toleranci okolí vůči tomu, že si dítě během cesty roušku například sundá.
- Nošení roušky trénujeme nejdříve **v krátkých časových úsecích** (např. vynesení koše) a pravidelně jej **odměňujeme** oblíbenými předměty nebo činnostmi, aby dítě nemělo negativní zkušenost toho, že v roušce musí vydržet extrémně dlouhou dobu.
- **Vyjádríme dítěti empatii** – „Vím, že je ti nošení roušky nepříjemné. Taky jí nenosím ráda. Teď je to jenom tam a zpět a můžeš si ji zase sundat.“
- Pokud dítě špatně snáší cokoli na hlavě a nesnese roušku vůbec, **můžeme vyzkoušet např. kuklu na sport, popř. speciální kuklu na motokáry, která je více tenká nebo šátek/šálu.** Některým dětem, zvláště dětem s autismem, může být zakrytí pusy, nosu a zavázání za ušima velmi nepříjemné. Některé děti lépe snáší sítky nebo jiné pokrývky, které se dají nasadit na hlavu, nikoli jen na nos, pusu a nezavazují se za uši. Pokud neumíme dobře šít, o pomoc můžeme požádat místní švadlenku. **Pokud dítě přesto na hlavě nic nesnese, zvažme, zda není lepší jej pouze bezpečně, např. automobilem přepravit někam do přírody, kde nebude ochranných pomůcek potřeba.**

Zajímavé tipy na téma, jak vysvětlit dětem situaci okolo současné pandemie nebo za jakým účelem se nosí rouška, přináší odbornice na poruchy autistického spektra, Mgr. Linda Cecavová. Její video můžete bezplatně shlédnout v následujícím odkazu:

**<https://rozvojhrou.cz/jak-pomoci-diteti-s-pas-nosit-rousku-jak-vysvetlit-diteti-s-pas-krizi-spojenou-s-koronavirovou-pandemii/>**

Pro zájemce přikládáme odkaz na tematické video, které hezky a srozumitelně vysvětluje situaci okolo korona viru. Děkujeme za sdílení našim přátelům z Nautisu!

**<https://www.facebook.com/ever.gonzalez1/videos/10156661594736286/>**