

číslo 35/31. augusta 2019

# sme <sup>ž</sup>eny

magazín o nás: také, aké sme

## KRKONOŠE

Užite si koniec leta  
v najvyšších horách  
Českej republiky.

*Silvia  
Poláčková*

Rozhodla sa  
pomáhať deťom  
s autizmom,  
priviedol ju k tomu  
vlastný syn.

POHODOVÉ ČÍTANIE PRE ŽENY NA VÍKEND V DENNÍKOCH **SME** a **Korzár**

# NAŠA SPOLOČNOSŤ NIE JE NA DETI S AUTIZMOM PRIPRAVENÁ

Pre deti s poruchou autistického spektra založila centrum včasnej terapeutickej intervencie. K tomuto rozhodnutiu ju priviedol život a syn, ktorý sa s poruchou narodil.

TEXT: ANDREA DRÍNOVÁ / FOTO: JANA LIŠKA

**V roku 2013 ste pre denník SME povedali, že ste sa stali lekárkou, pretože ste chceli nájsť liek na rakovinu.**

Áno, moja krstná mama, otcova sestra Marienka, zomrela na rakovinu, keď som mala šesť rokov. Pamätám si z toho obdobia veľký smútok všade navôkol. V malej hlavičke sa vtedy zrodil nápad, že keď raz budem veľká, vymyslím liek proti rakovine. Po skončení štúdia medicíny som pracovala pár mesiacov v Ústave experimentálnej onkológie, ale chýbal mi kontakt s pacientmi. Následne som sa zamestnala v Psychiatrickej nemocnici Philippa Pinela v Pezinku.

**Zameranie ste nakoniec zmenili. Prečo?**

Môj život priniesol tému, ktorú by som si pravdepodobne sama nevybrala. Synčekovi vo veku troch rokov diagnostikovali PAS – poruchu autistického spektra. Život sa

prihovoril a ja som výzvu prijala. Založila som ESBA (Early Start Bratislava) – centrum včasnej terapeutickej intervencie pre deti s touto poruchou. Svoje poslanie vidím v zlepšení kvality života týchto detí, ich rodín, v osвете medzi odborníkmi, ale aj medzi bežnými ľuďmi, aby ich začlenenie a fungovanie v spoločnosti bolo v optimálnej možnej miere, čo najplnohodnotnejšie.

**Založiť centrum vás teda inšpiroval váš syn.**

Viedol ma k tomu osobný príbeh so synčekom a cesta, ktorou sme museli prejsť. Po diagnostike sme intenzívne hľadali možnosti, ako by mu bolo možné pomôcť, no vzápätí sme zistili, že na Slovensku nie je taká inštitúcia, ktorá by vedela v dostatočnej intenzite zabezpečiť terapeutickú intervenciu. Navštevovali sme centrá v zahraničí, vycestovali sme za certifikovanou terapeutkou



## Z MÔJHO ALBUMU

1. Moje deti.
2. S kolegyniami a priateľkami.
3. Na dovolenke.



Sivý sveter, semišové  
topánky, *Reserved*  
Tričko, *H&M*  
Biela šifónová  
sukňa, vlastná



# Silvia Poláčková

do Dánska, dala som vyškoliť dve psychologičky, ktoré sa potom synovi intenzívne a obetavo venovali v domácom prostredí. Toto všetko by nebolo možné, keby som nemala oporu mojich najbližších, ktorí mi poskytli finančné prostriedky. Na základe mojich skúseností som sa rozhodla vytvoriť takú inštitúciu, akú by som si želala nájsť na Slovensku vo chvíli, keď môjmu synčekovi diagnostikovali PAS.

## **Aké sú vaše každodenné povinnosti?**

Teraz som zaneprázdnená najmä zariadenova-

ním a organizačnými povinnosťami spojenými s otvorením súkromného zdravotníckeho psychoterapeutického centra, ktorého súčasťou je ESBA (doteraz sme fungovali ako občianske združenie). Spolu s kolegom a garantom zariadenia, klinickým psychológom a psychoterapeutom Norbertom Uhnákom sme sa rozhodli rozšíriť naše služby aj o psychoterapiu a psychodiagnostiku pre deti, dospievajúcich a dospelých s rôznymi psychickými ťažkosťami, ľuďom v rôznych náročných životných situáciách, ako aj tým,

ktorí túžia po hlbšom sebaspoznávaní.

Vďaka tomu vznikne aj priestor pre podpornú psychoterapiu pre rodičov detí s PAS, ktorí ju podľa môjho názoru nesmierne potrebujú.

## **Na vašej webstránke sa uvádza, že vaša terapeutická práca vychádza z metódy ESDM. O čo ide?**

Trend vo väčšine terapeutických prístupov pre deti s PAS je prirodzené prostredie, terapeut/ka a dieťa sú na rovnocennej úrovni, snažia sa naučiť dieťa zručnostiam →



formou hry, bez toho, aby si to uvedomovalo. Upúšťa sa od odmien v podobe sladkostí, pretože odmenou má byť samotný vzťah. Model ESDM (Early Start Denver Model) vyvinul tím na univerzite v Kalifornii pod vedením profesorky psychiatrie Sally Rogersovej a klinickej detskej psychologičky Geraldine Dawsonovej.

#### **Staršie metódy neboli efektívne?**

Pre tých, ktorí nepoznajú históriu prístupov, to trochu vysvetlím. Dieťa muselo sedieť za stolom a doslova plniť úlohy od terapeuta, za čo dostalo za odmenu napríklad kúsok čokolády, pričom zručnosti, ktoré sa deti učili, boli často nepoužiteľné. Dieťa sa naučilo zopakovať niektoré slová, ale v bežnom živote nie je potrebné, aby sme vedeli niečo po niekom zopakovať. Dnes je trend učiť sa zručnostiam, ktoré majú už počas terapií sociálny rozmer, ako keď učíme dieťa funkčne si vypýtať, čo v danej chvíli skutočne chce.

#### **Ako ľudia na Slovensku vnímajú nový spôsob liečby?**

Terapeutické prístupy nie sú až také nové, no na Slovensku nie je dostatočne zabezpečená možnosť dostať sa k nim. Väčšina rodičov, ktorí nás kontaktujú, už zväčša má nastudované, o čo ide. Máme však taký dlhý poradovník rodín, ktoré by s nami chceli spolupracovať, že sa možno mnohé deti k nám nedostanú. Súcitím s rodičmi, ktorí vyhľadávajú pomoc, keďže v podobnej situácii som bola pred pár rokmi aj ja, no nie je v našich možnostiach všetkých prijať.

#### **Ako vyšetrenie dieťaťa prebieha?**

Prvým krokom pred začatím terapie je posúdenie vývinovej úrovne dieťaťa (expresívna a receptívna reč, jemná a hrubá motorika, imitácia, kognícia, úroveň hry a iné). Tieto údaje sú východiskovým bodom pre stanovenie zručností, ktoré už dieťa ovláda, a tých, ktoré sa stanú súčasťou terapeutického plánu. Ciele sú navrhnuté tak, aby si dieťa osvojilo želané zručnosti v priebehu dvanástich týždňov. Po uplynutí času sa rovnakým spôsobom pripravuje ďalší terapeutický plán na rovnako dlhý čas. Keď terapeutka z Dánska prvýkrát vytvorila plán pre môjho syna, kde uviedla, že nás pozdraví (gestom), zareaguje na svoje meno alebo nám prstom ukáže na to, čo bude chcieť, bola som dojatá predstavou, že toto všetko by mohlo byť raz vôbec možné. A bolo. Len za tri mesiace!

**Silvia Poláčková** (42) pochádza z Bratislavy. Vyštudovala Lekársku fakultu Univerzity Komenského a po škole sa zamestnala ako lekárka v Psychiatrickej nemocnici Phillipa Pinela v Pezinku. Kreativita je však jej silnou súčasťou a práve preto založila agentúru Argolla Productions, s ktorou cestovala po svete. Nikdy však neprestala chcieť pomáhať ľuďom. Po tom, ako sa jej narodil syn s poruchou autistického spektra, sa rozhodla založiť Early Start Bratislava a pomáhať aj iným deťom s touto poruchou. Centrum ESBA používa terapeutický prístup, ktorý sa snaží zamerať na prirodzené prostredie či vytvoriť medzi dieťaťom a terapeutom rovnocenný vzťah. Okrem syna Alexa Petra (5) má aj dve dcéry, Lauru (19) a Nikitu (8).



**Vedeli by ste porovnať metódu ESDM s inými metódami liečby?**

Nedovolila by som si povyšovať ESDM nad iné prístupy. My sme sa k nej dostali, keď sme pre synčeka hľadali to najvhodnejšie z nášho pohľadu. Vtedy nás zaujalo, že ide o naturálny prístup, že terapeut a dieťa sú partnermi, nejde o direktívneho terapeuta a poslúchajúce dieťa, ktoré len plní úlohy, ale terapia prebieha formou hry.

**V minulosti ste založili agentúru Argolla Productions a s vašimi akrobatickými číslami ste cestovali po svete. Spojili ste umenie s profesiou, ktorú ste vyštudovali?**

Vždy bola vo mne skrytá potreba nasýtiť aj túto kreatívnu, možno pre niekoho „bláznivú“ časť mojej osobnosti. Vďaka tejto práci som mohla bližšie spoznať svet a životný štýl tanečníkov, akrobatov a iných umelcov, ktorých dynamika a spôsob života je odlišný, než s akým sa stretávam napríklad medzi lekármi či psychoterapeutmi. Ani v umeleckej sfére som sa však úplne nevzdala skúmania ľudského vnútra. V predstavení Argolla 5. Element, ktoré sme s vtedajším partnerom vymysleli, je témou hľadanie zmyslu, v ktorom Kapillo vďaka sebaspoznaniu a seba-prijatiu nakoniec nájde to, čo mu chýbalo. Počas celého svojho umeleckého života som však bola zároveň v psychoterapeutickom výcviku, takže som sa nikdy necítila úplne vzdialená ani tomuto svojmu zameraniu.

**A naopak. Spojili ste svoje skúsenosti s umením aj pri práci s deťmi?**

Špecifikom pre deti s PAS je, že zdanlivo nemajú záujem o kontakt s inými ľuďmi, často si vystačia samy v nejakej stereotypnej monotónnej činnosti. Vymyslieť niečo nové, neočakávané, dokázať zaujať takéto deti, to všetko je spojené s kreativitou, ktorá je nevyhnutnou súčasťou našej práce. Nakoniec aj pri práci s dospelými potrebujem mať otvorenú myseľ, aby som dokázala človeka prijímať takého, aký je.

**Vďaka svojim aktivitám sa tak neprestávate vzdelávať. Čomu vás vaša práca učí?**

Uvedomujem si, že moje vlastné tri deti ma

dennodenne učia niečomu novému a nie je to inak ani pri detičkách s poruchou autistického spektra, pretože aj ony nás majú čo naučiť. Myslím si, že rovnako je dôležité, aby sme sa vedeli priblížiť aj my k ich svetu, ich vnímaniu, mysleniu, pocitom. Viem, že myslenie synčeka je rozdielne, než napríklad moje, rešpektíve myslenie majority, ale napriek tomu má svoje zákonitosti a zvláštnu logiku, ktorá dáva zmysel, ak sa nám naň podarí dôjsť. Niekedy je pre mňa ťažké niektoré veci skutočne pochopiť, ale považujem za dôležité sa o to pokúšať a približovať sa, aby to nebolo len o tom, že on sa musí prispôbiť nám. Pri tom si uvedomujem, aké to musí byť náročné pre neho a pre všetky takéto deti, ktoré sa snažia priblížiť sa nám a rovnako môže byť pre nich naše vnímanie, chápanie a myslenie nepredstaviteľne vzdialené tomu ich prirodzenému.

**Ako vyzerá život s dieťaťom s poruchou autistického spektra?**

Každé dieťa s PAS je iné, ťažkosti môžu byť rozdielne, preto sa aj hovorí o spektre. Skúsím na ilustráciu použiť bežný obraz každodenného života rodiča s dvojročným dieťaťom, ktorý sa pomerne často vyskytuje: dieťa nerozpráva, nereaguje na meno, okrem toho, že nekomunikuje verbálne, nevie použiť ani neverbálne spôsoby komunikácie, ako je napríklad ukázanie prstom na to, čo chce. Dennodennou súčasťou života sú situácie, keď dieťaťko chce piť, jesť, niečo ho bolí, chce nejakú hračku, jediný spôsob, akým to však vie odkomunikovať s rodičom, je, že kričí. Rodič má pred sebou kričiacie zúfalé dieťa, prípadne hádzuce sa o zem, búchajúce si hlavičku, pritom za tým všetkým je fakt, že nevie odkomunikovať, čo chce. Každý rodič pozná, ako často si malé dieťa niečo vypýta. Teraz si predstavte, že namiesto toho, že viete, čo dieťa chce, a teda mu to dáte, zažívate ikskrát denne tento obraz.

**Čo býva podľa vás najčastejšou chybou rodičov pri výchove dieťaťa s PAS?**

V prvom rade si treba uvedomiť, že rodičia, ktorí majú dieťa s PAS, sa nachádzajú vo

veľmi náročnej životnej situácii. Potrebujú v prvom rade od svojich blízkych, ale aj odborníkov, s ktorými sa stretávajú, podporu a porozumenie, čo nakoniec môžu aj oni vzápätí posunúť svojim deťom, ktoré to nesmierne potrebujú. Mimoriadne dôležité je skutočne úprimne sa vyrovnáť so samotnou diagnózou. Stáva sa, že rodič síce voď dieťa na terapie, ale časom vysvitne, že ešte stále verí, že to nakoniec nebude autizmus. Teraz nejde o to, aká nálepka sa dieťaťu dá, pointa je v tom, že v takomto prípade ho môže nevedome v určitých situáciách štelovať do „normálnosti“, čo týmto deťom môže nesmierne ubližovať a viesť k ich frustrácii, ktorá je zbytočná a nekonštruktívna.

**Spoločnosť býva k zdravotne postihnutým ľuďom často kritická. Ako podľa vás vyrastá dieťa s PAS v súčasnosti?**

Deti s PAS sú často bežne vyzerajúce deti. Nevidno na nich žiadny znak, ktorý by iným ľuďom jednoznačne napovedal, že je to dieťa iné než neurotypické deti. Spoločnosť si preto o takomto dieťati často myslí, že je nevychované, že si s ním rodičia nevedia dať rady, že ho rozmaznávajú, mali by mu dať pár po zadku – čo je, pre rodičov zraňujúce. Percento detí s PAS celosvetovo pribúda, ale naša spoločnosť nie je na tento fakt pripravená, či už v oblasti školstva, zdravotníctva, sociálneho rezortu. Nechcem však vzniknúť len kriticky, pretože som bola na rokovaníach a stretla sa s kompetentnými, ktorí majú záujem niečo zmeniť. Čo bude v mojich silách a možnostiach, to urobím, aby aj v tomto smere došlo k zmene.

**Aké máte plány do budúcnosti?**  
Mať zmysluplnú prácu, milovať a byť milovaná. Žiť pokojný život. ●