

SKLENĚNÉ DĚTI



Označení skleněné děti se používá pro sourozence dětí, které v rodině potřebují více pozornosti, péče nebo podpory. Například kvůli zdravotním, psychickým nebo jiným dlouhodobým obtížím.

„Skleněné“ nejsou proto, že by byly křehké. Spíš proto, že mohou zůstat **průhledné pro okolí**. Jejich potřeby, emoce a prožívání nejsou vždy vidět nebo slyšet. Pozornost rodičů i širší rodiny se přirozeně soustředí tam, kde je nejvíc potřeba, a sourozenci mohou zůstat spíš stranou.

Proč je důležité o skleněných dětech mluvit?

Dlouhodobé přehlížení vlastních potřeb může mít dopad na emoční i psychickou pohodu těchto dětí. Zároveň platí, že podpora nemusí být složitá.

Jak mohou dospělí skleněné děti podpořit?

♥ Zajistit podporu, když je potřeba

Někdy pomůže rozhovor s odborníkem, podpůrná skupina pro sourozence nebo možnost mluvit s někým mimo rodinu.

♥ Dopřát jim pozornost

I malé, pravidelné chvíle jen pro ně mohou mít velký význam. Například jednou za týden vymyslet speciální program.

♥ Naslouchat jim

Dát jim prostor mluvit o tom, co prožívají, bez hodnocení, opravování nebo srovnávání.

