

Nejlepší rady jak přežít cestu letadlem s vaším autistickým dítětem



Zpracovala Petra Kuchařová

dobrovolník Mise naděje, z.s. (www.misenadeje.cz)

Nebyla to lehká cesta sedět vedle unaveného, přestimulovaného dítěte, které potřebovalo stálé ujišťování a které opakovaně mačkalo tlačítka, otevíralo a zavíralo stolečky, co se týká létání bylo úzkostné a nemělo rádo davy.

Problémy začaly, když jsme nastoupili na palubu letadla a zjistili, že máme sedět na jiném místě než naše dítě, a jelikož v uličce s nouzovým východem mohou sedět jen dospělí, nemohla jsem sedět vedle mého syna s poruchou autistického spektra.

Věci se během letu pohybovaly od špatného k ještě horšímu. Hrozná turbulence znamenaly, že nikdo nemohl po dobu pěti hodin opustit své místo, a jídlo a pití nebylo po tuto dobu podáváno vůbec. Letuška slíbila mému synovi pití, ale nikdy ho nedonesla. V momentě kdy se na něj konečně po pěti hodinách dostala řada, bylo mu řečeno, že už nemají druh pití, který chtěl, jelikož byl naservírován v řadě před ním.

V jednu chvíli bylo moje dítě letuškou donuceno k přesunutí se a to, aniž by bylo předem upozorněno nebo aniž by mělo možnost pozastavit film na který se dívalo. Byl více a více vystresován, a abych to zestručnila, v době kdy jsme přistávali asi o 7 hodin později (a film který sledoval byl náhle znova vypnut), syn byl v plné třískací, bouchací, kopací a hlasitě křičící náladě! Nemohla jsem ho uklidnit až do té doby než jsme byli venku z letadla (s pomocí ostrahy) v klidném rohu místnosti reklamace zavazadel.

Nicméně, každé dítě s autismem je jiné, a všechny lety a aerolinie jsou jiné. Každý rodič dítěte s PAS by pochopil, že příběh výše byl naší nejhorší „létací“ zkušeností.

Cestování letadlem s dítětem je těžké. Cestování letadlem s dítětem s PAS může být nesmírně náročné. Letiště a letadla mohou být extrémně stresující, mohou vyvolat úzkost a místem nadměrnou stimulaci dítěte, které se nachází na spektru. Nicméně, můžete cestování letadlem udělat co nejjednodušší, a to vše s vynaložením menšího úsilí a plánování dopředu.

Můj 11letý syn s PAS letěl více než padesátkrát a všechno to přežil. Tady je mých 10 tipů na cestování letadlem s dítětem s autismem:

Tip 1: Zarezervujte si místa v letadle s předstihem

Zavolejte letecké společnosti se kterou letíte anebo cestovnímu agentovi, přes kterého jste si zarezervovali daný let a požádejte o rezervaci přidělených zdravotních míst, tak aby vaše rodina mohla sedět dohromady. Jestliže vaše dítě často kope, požádejte o sedadla v první řadě, aby to neobtěžovalo ostatní cestující. Většina aerolinií je v těchto žádostech velice nápomocná, avšak některé nezahrnují PAS jako důvod pro zdravotní sedadla. V tomto případě je lepší zaplatit si za rezervaci sedadla předem.

Tip 2: Zavolejte nebo napište email na letiště ze kterých, přes které nebo na které cestujete

Některá letiště mají skvělá schémata pro autisty. Letiště Manchester v Anglii vám například s předstihem zašle specifickou knížečku o terminálu, a to proto aby se vaše dítě mohlo seznámit s letištem a také s tím co se bude dít během letu. Dále je k dispozici kniha o možných aktivitách při pohybu na letišti, zlevněné ceny parkovného na parkovacích místech nejbližší terminálu, a nejvíce nápomocný je modrý náramek. Tento náramek informuje všechny pracovníky letiště o tom, že cestujete s autistou. Umožní vám to rychlý přesun přes ostrahu a také extra trpělivost v průběhu bezpečnostní kontroly a pomoc, pokud ji potřebujete.

Většina letišť se vám snaží pomoci zařídit skoro nemožné - najdou vám zavazadla, dovolí vám přeskočit řady, doprovodí vás mezi lety do salónek na letišti, a to zcela zdarma, a dovolí vám nastoupit jako prvním. Většina z nich bude nápomocná a pošle vám email s obrázky takže se vaše dítě může připravit na danou situaci a místo, a některé z nich mají k dispozici i materiály uzpůsobené přímo daným sociálním situacím.

Tip 3: Pokud cestujete po USA anebo z USA, kontaktujte TSA - Transportation Security Administration

V daném případě kontaktujte TSA několik týdnů před vaším letem. Byli mi po dobu těch let velice nápomocní. TSA umožňuje také stažení karty, kterou si můžete vytisknout a ukázat při bezpečnostní kontrole. Záleží na letišti, každé umožňuje různé způsoby, jak mohou pomoci, ale všeobecně je zahrnuto přednostní vystoupení z letadla nebo doprovodu přes bezpečnostní kontrolu, pasovou kontrolu a další, a díky tomuto se vyhnete řadám, což zjednodušuje celý proces cestování letadlem.

Tip 4: Prohlídka letiště

Jestliže vaše dítě nikdy nebylo v letadle a cítí se úzkostně, tak je zde možnost, že některá letiště vám nabídnou určitě časy, ve kterých si vaše dítě může vyzkoušet nástup do letadla a nacvičit si tak danou situaci. Alternativně, i návštěva letiště jako taková či vyhlídkové místo může pomoci vašemu dítěti připravit se na cestu. Jestliže nemáte možnost navštívit dané místo, pak se pokuste získat nějaké obrázky letiště a obrázky možných sociálních situací, které pomohou vašemu dítěti dozvědět se více o tom co je čeká.

Tip 5: Zaparkujte co nejbližší to jen jde

Vždycky když jedeme na letiště, tak si předem zarezervujeme místo na parkovišti, které je nejbližší terminálu; nejvhodnější je, aby bylo tak blízko, že můžete dojít k terminálu pěšky. Tímto řešením se vyhnete stresu z cestování taxíkem či autobusem.

Tip 6: Přeskočte řady

Když už jste na letišti, vyplatí se kontaktovat pracovníka letiště blízko dané odbavovací přepážky, kteří vám jednoduše mohou umožnit odbavit se v řadě pro handicapované či přednostní odbavení, které je méně stresující.

Pokud jste na letišti jako je Manchester, které využívá náramek (zmněno výše), potom můžete využívat při bezpečnostní kontrole zrychlenou řadu - speciální asistence. Nicméně, i tak využijte řady pro jedince s handicapem a vysvětlete vaši situaci.

Tip 7: Zarezervujte si salónek či hotel

Pokud si to můžete dovolit, zarezervujte si letištní salónek. Je levnější zarezervovat si to s předstihem online. Můžete využít tuto skvělou oázu uprostřed letištního chaosu na zklidnění vašeho dítěte před letem. Salónky jsou tiché, s jídlem a pitím zdarma, Wi-Fi, pohodlná křesla a blízko toalet.

Pokud musíte dlouho čekat mezi navazujícími lety, vyplatí se zarezervovat si hotelový pokoj. Některé hotely jsou připojeny přímo k letišti, a záleží na čase který potřebujete, ale můžete si jej zarezervovat dle potřeby jen na noc či na den.

Tip 8: Nastupujte do letadla jako první nebo jako poslední

Požádejte o přednostní nástup do letadla. Promluvte si se zaměstnancem, který vás odbavuje či který odbavuje vaše zavazadla, nebo i s personálem který je v odletovém gatu, ze kterého nastupujete do letadla. Alespoň jedno z těchto míst vám pomůže, a vy budete moct nastoupit do letadla jako první. Touto cestou se můžete se svým dítětem usadit v prázdném letadle předtím, než se dav lidí začne cpát do uliček. Pokud nejste v gatu z nějakého důvodu včas, potom nastupujte jako poslední, kdy ostatní jsou už usazeni!

Tip 9: Příprava na vzletnutí

Ve smyslu udržování vašeho dítěte v klidu po dobu letu, jste to vy, kdo ho zná nejlépe. Pokud vaše dítě nebude chtít sedět vedle cizího člověka nebo bude otrávené z toho že se musí pořád zvedat a pouštět ostatní, zvažte místo u okna. Pokud víte, že vaše dítě upřednostňuje pohyb a bude často vstávat, aby se mohlo projít, či bude chodit často na záchod, potom zvažte místo v uličce. Vezměte si vše, co si myslíte, že budete během letu potřebovat. Například my si bereme deku, oblíbenou plyšovou hračku, iPad, šátek na vázání dítěte a špunty do uší. Vždy se ujistíme, že máme pití i jídlo sebou do letadla. Promluvte si s posádkou letadla, jelikož oni jsou normálně velice chápaví a povolí vám některé věci, jako jsou nechat si sluchátka či špunty do uší během vzletání a přistávání. Vždy sed'te vedle vašeho dítěte a buďte připraveni strávit celý let tím, že ho budete udržovat v klidu.

Já osobně, si sebou беру kartičky, které jsem si sama vytiskla a na nich je napsáno: „Moje dítě má autismus a obtíže při sensorickém zpracování. Pokud vám neodpoví na otázku, není to tím, že se chová neslušně. Nezvládá dobře davy a čekání v řadě. Není zlobivý, ale někdy je toho všeho prostě moc! Děkuji moc za vaši trpělivost.“ Používám to jen v případech potřeby, ale všeobecně je většina lidí velice chápavá.

Tip 10: Postarejte se o sebe!

Ujistěte se, že se dostatečně vyspíte noc před daným letem, a také že jste se dostatečně najedli, a snažte se být připraveni co nejvíce to jen jde. Samozřejmě se někdy mohou věci dostat mimo kontrolu. Vy si možná vůbec během letu neodpočínáte a může to být těžké, ale to je nezbytná část cestování. Ale konec konců, zmeškat všechny možná dobrodružství, které můžete zažít by byla velká škoda.

Z anglického originálu: Top Advice for Surviving Plane Travel With Your Autistic Child, by Anna Harford, The Autism Parenting Magazine, issue 63, page 49

Prohlášení:

Autor tohoto článku si nijak nenárokuje autorská práva k ničemu v něm uvedenému. Tento článek není lékařskou radou ani lékařskou pomocí, je určen výhradně k informačním a vzdělávacím účelům a má nekomerční povahu.