



Vážení a milí čtenáři,
v tomto skoroletním čísle vám nabízíme několik tipů na četbu, ale i další informační a zážitkové zdroje (třeba i na hernu a příspěvky z konference) – většinou k tématu autismu.

Navštívili jsme centrum Play Wisely a přinášíme nejen naše postřehy, ale i ohlas přímo od maminky, jejíž syn lekce využívá.

Určitě mnoho z vás nejen brouzdá na internetu naší Pomůckovnou, ale aktivně si naše pomůcky půjčuje. Čas od času zveřejňujeme konkrétní ohlasy na jednotlivé pomůcky, jak a k čemu byly užitečné a co se díky nim podařilo přímo doma, jaké změny přinesly. Máme vždycky velkou radost, když díky nim rodina může podniknout aktivitu, na které by dříve nepomyslela, nebo když děti zkusí něco nového a osvojí si další dovednosti nebo naopak upustí od nežádou -

cích „zlovyků“ nebo činností, které nejsou úplně vítány. Nejinak je tomu tentokrát s trojúhelníkem Piklerové.

Pokračujeme ve spolupráci s Vyšší odbornou školou pedagogickou a sociální, Střední odbornou školou pedagogickou a Gymnáziem v Praze 6, v kratičkých rozhovorech se studenty se dozvíte, jak naši spolupráci vnímají.

V rubrice Představujeme náš tým se vrátili opět do pražské kanceláře a více se dozvíte o kolegyni Vlastě Spilkové.

Inspirativní čtení za celý tým přeje

*Alice Pexiederová, poradkyně rané péče
a redaktorka Zpravodaje*



NOVINKY Z RANÉ PÉČE DIAKONIE

- [ZNAKOVACÍ KURZ V BĚLČI NAD ORLICÍ – JARO 2023](#) (STR. 3)
- [OHLASY ZE ZNAKOVACÍHO KURZU](#) (STR. 4)

PŘEDSTAVENÍ ČLENŮ TÝMU

- [NÁŠ TÝM — VLASTA SPILKOVÁ](#) (STR. 5)

PŘEČETLI JSME

- [EMOČNÍ INTELIGENCE](#) (STR. 7)

VZDĚLÁVÁME SE

- [JAK ČÍST NAŠE DÍTĚ S AUTISMEM ČI JINOU NEUROVÝVOJOVOU PORUCHOU?](#) (STR. 8)
- [AUTISMUS VE SVĚTLE MOCI A BEZMOCI](#) (STR. 10)

DOBROVOLNICTVÍ, PRAXE

- [POMŮCKY OD STUDENTŮ POTŘETÍ](#) (STR. 11)

PŘEDSTAVUJEME

- [PLAY WISELY](#) (STR. 12)
- [OHLAS Z RODINY – LEKCE PLAY WISELY](#) (STR. 13)
- [HERNA PRO DĚTI SE SPECIÁLNÍMI POTŘEBAMI – MODRÝ SVĚT](#) (STR. 14)

POMŮCKY V PRAXI

- [PIKLEROVÉ TROJÚHELNÍK](#) (STR. 15)

ZKUŠENOSTI Z RODIN

- [POZNÁVÁME AUTISMUS](#) (STR. 16)

RECEPT

- [ČOKOLÁDOVÁ PĚNA A SLANÉ MUFFINY](#) (STR. 17)

KONTAKTY (STR. 18)

ZNAKOVACÍ KURZ V BĚLČI NAD ORLICÍ – JARO 2023

Ve dnech 11. až 14. května 2023 jsme se vypravili, již tradičně, na jarní znakovací kurz v Bělči nad Orlicí. Akce se zúčastnilo 7 rodin se 14 dětmi. Program zastrešovala Veronika Strenková z Rané péče Diakonie a Zuzana Sýkorová z Rané péče Sluníčko – Oblastní charita Hradec Králové. Část pobytu byla přítomna i logopedka Martina Sádovská.

Setkání proběhlo v příjemném a vstřícném prostředí areálu [Tábora J. A. Komenského](#). Řada rodin oceňovala pobyt jako první společnou „dovolenou“. Rodiče s dětmi si užívali plné penze, areálu s možností využití pískoviště, jízdy na dětském odstrkovadle, volného prostoru pro posezení či poležení pod borovicemi a ohniště, které bylo pro mnohé z dětí průlomovým zážitkem. Ve volném čase bylo možné využít okolní krásné rovinaté přírody k procházkám a projíždkám po lese, k bělečskému rybníku Mlejnek či pískovně Marokánka. Mnozí z přítomných ocenili nedaleký výletní cíl v podobě Pivovaru U Hušků s dětským koutkem, skvělým pivem, malinovou a zmrzlinou.

Hlavní náplní kurzu, kvůli které jsme všichni přijeli, bylo naučit rodiny znakovat. Někteří jsme k tomuto tématu přistupovali zpočátku s respektem a mírnou obavou. Pozvolný a nenásilný harmonogram kurzu vedl naše ruce k tomu, že se dobrovolně zvedaly a znakovaly nejen na výukových blocích, ale i při obědě, na výletě či na pokoji.

Během kurzu jsme se snažili naučit základní gesta z běžného života, zvažovali jsme jejich užití v konkrétních situacích každé rodiny. K snazšímu zapamatování znaků nám pomáhaly básničky a písničky, které se celým kurzem prolínaly a které nám mnohým ještě stále zní v uších... Každý večer jsme slyšeli znakovanou pohádku O Koblížkovi. Pohádky jsme si mohli ve skupinách zkusit sami nacvičit a znakovat. A tak jsme slyšeli a viděli pohádku O Karkulce, O třech medvědech, O budce ... A dokonce i nejmenší účastníci zahráli vylepšenou verzi pohádky O veliké řepě a vystoupili v podobě krásné kočky a úžasného hada ...

Po večerech jsme se setkávali u ohně se špekáčkem a probírali téma logopedie s Martinou, oblast znakování a podpůrné komunikace se Zuzkou a Veronikou. Během setkání měli rodiče možnost využít individuální logopedické konzultace. Všichni přítomní oceňovali možnost společného popovídání a sdílení svých životních příběhů a zkušeností, tipů nejen pro podporu komunikace ...

Domů jsme odjeli vybaveni spoustou informací, zážitků i materiálů ke znakování. Podpora znakování pokračuje i po samotném kurzu. Tomuto tématu se rodiny mohou věnovat v rámci spolupráce s poradkyní rané péče. Především si odnášíme zážitky z pobytu s dětmi, které si akci užily a stejně jako jejich rodiče zjistily, že rukama se dá vyjádřit mnohem víc...

Eva Vedralová, poradkyně rané péče



OHLASY ZE ZNAKOVACÍHO KURZU

Znakovacího kurzu jsme se zúčastnili s manželem a našimi jednovaječnými dvojčaty, Leou a Olívií (2,5roku).

Obě holky mají dětský autismus, jsou neverbální, velmi málo rozumí.

Přiznám jsem, že jsem z celé akce měla respekt, obávala jsem se, jak holky zvládnou změnu prostředí s větším počtem rodin, jezení v jídelně, řízený program apod. Rovněž jsme už se znaky několik měsíců experimentovali v domácím prostředí, bez jakékoliv viditelné odezvy ze strany holčiček.

Vše předčilo naše očekávání...

Skvělá organizace, pan kuchař ochotně vyšel vstříc naší komplikované dietě, lektorky z Rané péče Diakonie byly naprosto úžasné, vstřícné, empatické, zkušené a energické, nic nebyl problém zařídit.

Samotný obsah znakovacího kurzu nebyl zahlcující, znakovalo se po půl hodinových blocích přibližně třikrát denně, večer byla další diskuze ke znakování, možnosti další alternativní komunikace, sdílení

„dobré praxe“ s ostatními rodinami... K tomu všemu je ubytování v příjemných pokojích, v táboře umístěném v nádherném lese, před budovou dětské hřiště, večerní táborák s úžasnou atmosférou, a ještě individuální konzultace se skvělou logopedkou...Co víc si přát?

Holkám pobyt moc sedl, a my odjíždíme s mnohem větším repertoárem znaků, které víme, proč použít, naladění a povzbuzení do další práce, ač zatím nějakou hmatatelnější odezvu ze strany holek nemáme. Ale minimálně máme pocit, že se na nás více při klíčových slovech, které znakujeme, dívají, líbí se jim některé říkanky a písničky, které jsme se na kurzu naučili a uvidíme, jak to půjde dále.

Všem, kteří mají neverbální děti, vřele doporučuji. Pro nás to byla první akce tohoto typu a moc mile nás to překvapilo. I samotné sdílení s ostatními rodiči a vědomí, že v tom nejsme sami, určitě nakopne.

Moc a moc děkujeme, že to pro nás děláte!

Nikola Malinková



NÁŠ TÝM — VLASTA SPILKOVÁ

Asi většinou znáte z konzultací u vás doma jen svou poradkyni, z prvního setkání si možná vybavujete ještě její kolegyni, z telefonu nebo při předávání pomůcek v kanceláři na Barrandově potkáváte naši koordinátorku, z mailového nebo telefonického poradenství k sociálněprávní tématice naši specialistku na tento obor.

Rozhodli jsme se, že se vám budeme postupně trochu více představovat, abyste viděli, kdo za prací, která se k vám dostává prostřednictvím naší služby, stojí.

Začali jsme představením dvou pražských poradkyň, posunuli jsme se za hranice hlavního města, do jedné z našich „detaší“, teplické kanceláře, vrátili jsme se do Prahy, na Barrandov – na pracoviště středočeských poradkyň, odtud zpět do pražské kanceláře na Žižkov, kde Adéla Závorková položila několik otázek Vlastě Spilkové.

Vlasto, ty už nějakou dobu vyjíždíš z kanceláře v Domažlicích za pražskými klientskými rodinami. Kdy přišla chuť se k týmu poradkyň rané péče připojit?

S ranou péčí jsem se potkávala v různých životních etapách. Před mnoha lety, když jsem měla malé děti, jsem jezdila s několika poradkyněmi z Edy (raná péče pro děti se zrakovým postižením) na společné dovolené – pořádaly jsem si samy pro sebe takové stanové tábory s programem pro naše děti. Před lety jsem pracovala v HOSTu, v terénní sociální službě, která je zaměřená na podporu rodin s malými dětmi, jež potřebují podporu v rodičovských kompetencích. Tam jsem začala mít společné klienty s Ranou péčí Diakonie. Byla to fajn spolupráce, přišlo mi, že s pracovníci máme stejnou krevní skupinu. Na konci roku 2019 jsem se rozhodla pro změnu práce a měla jsem chuť zkusit více využít mé původní vzdělání speciálního pedagoga. Tak má cesta vedla vlastně docela přirozeně do Rané péče Diakonie.

Je něco, co tě oslovovalo právě na práci poradkyně v rané péči? A co ti třeba dělá při práci radost, těší tě?

Mám ráda práci v terénu a poskytování služby v domácím prostředí rodiny. Tato práce mi dává smysl. Jako profesionálové mi setkání v domácím prostředí přináší důležité informace, které v ambulanci odbor-

níci nemají. Cítím velký respekt k tomu, když mě někdo vpustí k sobě domů. Sama ráda hostím přátele doma, zároveň cítím určitou nervozitu, když má někdo k nám domů přijít poprvé.

Roky jsem hledala a čekala, na co budu odborník, pak jsem si řekla, že odborník možná už jsem, jen zkrátka asi nikdy nebudu určitý specialista. V rané péči je třeba čerpat z nejrůznějších oborů, a tak si mohu plnými doušky užívat různé pohledy a průnik oborů. Mohu využít zkušenosti, které jsem nasbírala cestou životem i během studia či praxe.

Baví mě různost, se kterou se při práci setkávám. Oslovují mě osudy, cesty, lidské životy. Je to jako když jdeš na louku a na ní je spousta květů – neporovnáváš je, jen pozoruješ, jak je každý krásný svým specifickým způsobem, jak dohromady tvoří pestrou paletu.

Svoji roli vidím v podporování každého, aby hledal, co je ta jeho cesta, jeho rukopis. Myslím, že každý je specialista na svůj život; a ten vždycky přináší různé radosti a starosti. Čím jsem starší, více si uvědomuju, že nás všechny potkávají různé bolesti a náročná období. A ty se snažím vnímat jako výzvy.



Co je tvým zájmem v čase mimo ranou péči? Čím ráda naplňuješ volný čas?

Potřebuju různé druhy odpočinku – odpočinek aktivní i pasivní. Třeba se považuju za přeborníka ve spaní. To je ta pasivní část. A pak mě taky baví pohyb téměř jakýkoliv – hraju volejbal, tancuju (tedy spíš hopsám), plavu, jezdím na kole – s manželem jsme dojeli z Liberce až k Baltskému moři. Ted' na Velikonoční pondělí jsem měla premiéru na inlajnech. Byla to nádhera. Rovinka, krásné počasí. Užila jsem si to!

Ještě stále si pamatuju čas, kdy jsem měla malé děti. Takže si vážím každé chvíle, kdy mohu být sama a můžu dělat to, na co mám chuť. Zároveň jsem velmi ráda s rodinou a s přáteli. To je mi pak vlastně docela jedno, co společně děláme.

A máš ještě nějaké speciality?

Pracovně se vedle rané péče zaměřuji na supervize, což je způsob podpory odborníků v pomáhajících profesích.

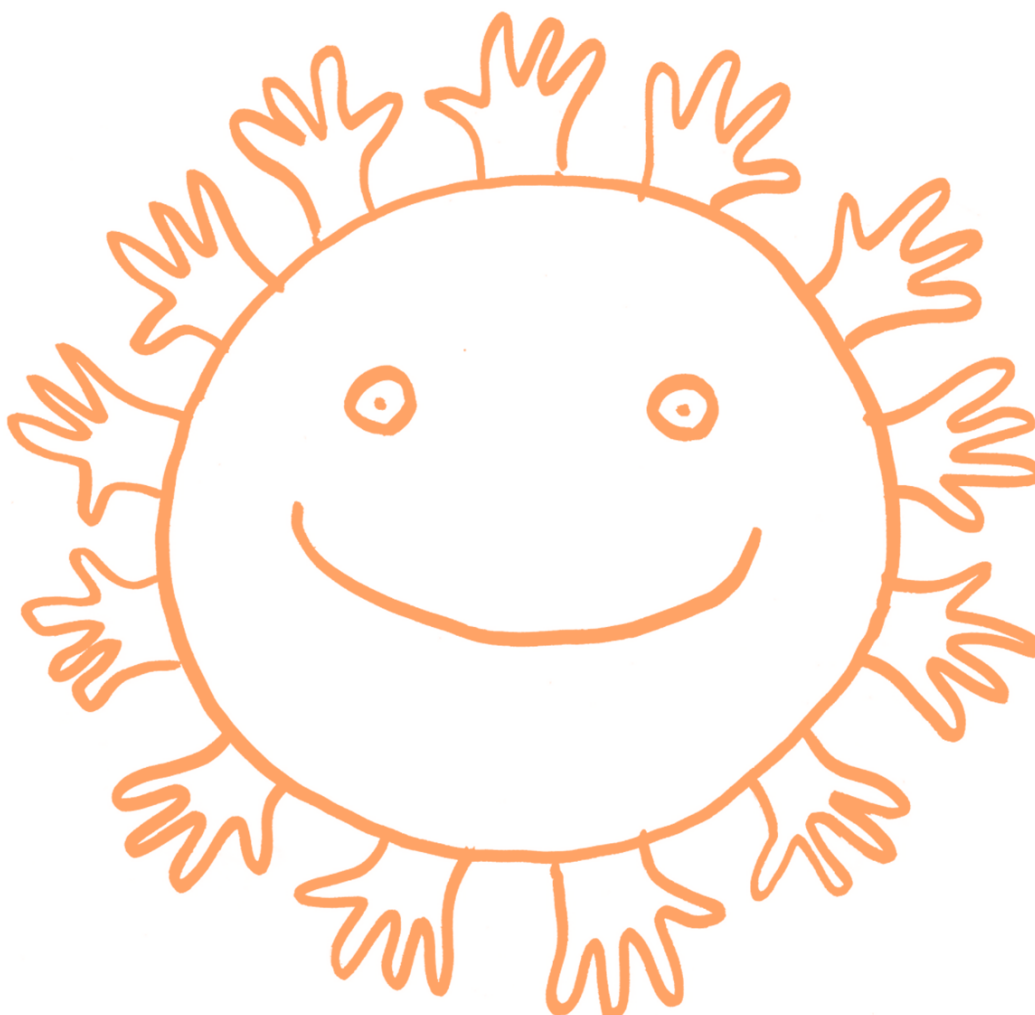
Může být zajímavé i to, že plním manželovi jeho dětský sen a společně značujeme trasy v Klubu českých turistů. V létě se teď ráda oddávám putování.

Na kole nebo pěšky. Sbalím si pár věcí, se kterými musím vystačit. Odpadá ranní přemýšlení, co si vzít na sebe. Na cestách úplně nevím, co mě čeká, a to je pro mě docela výzva. V pracovním čase musím vše hodně plánovat. Během volna si užívám, když nemusím hlídat čas a „jen jsem“.

Vlasto, tak ti přeju nějaká krásná letní putování!

Děkuju moc za příjemný a milý rozhovor.

Ptala se Adéla Závorková, poradkyně rané péče



EMOČNÍ INTELIGENCE

Daniel Goleman, nakladatelství METAFORA

Co je to IQ, ví téměř každý, pojem EQ zná už mnohem méně lidí, byť se v posledních desetiletích považuje za podstatně důležitější než inteligenční kvocient.

Daniel Goleman je pro vysvětlení emoční inteligence, jejíž zkratkou je zmíněné EQ, osobou nanejvýš povolanou – vystudovaný psycholog s novinářskou praxí. Kniha je tak přístupná i pro nevědeckou obec, čtivou formou vysvětluje biologické podklady emocí, nové poznatky z neurověd i aplikovaných oborů.

Kniha nám pomůže lépe poznat, k jakým citovým reakcím máme v určitých situacích my nebo naši blízcí sklony, ale i nabídne, jak s nimi cíleněji zacházet – například jak odvrátit záchvat vzteku či jak zvládnout melancholii. V kapitole věnované empatii nás provede prvními krůčky osvojování si této dovednosti už v kojeneckém věku až po její mistrovské zvládnutí v altruistickém jednání a sociálním chování.

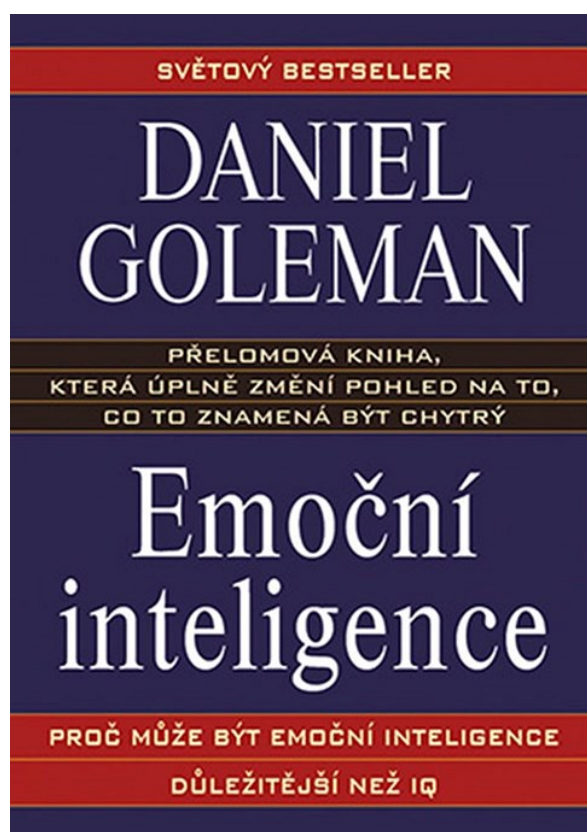
Autor se zabývá i tím, co nám brání osvojit si tyto dovednosti, a tak prožít plný osobní i společenský život. Mnohé z překážek známe – jsou to chybné „vyjeté koleje“ ve vztazích, „přelití či povodeň“, kdy nedokážeme rozumně uvažovat a jednat... Ale zároveň nabízí i možnosti, jak těmto pustošivým stavům nastavit hráz.

Naše emoční prožívání má podstatný vliv na zdraví a uzdravování. Vliv stresu, ale i vzteku či pesimistického náhledu na rozvoj nemoci si uvědomují jak mnozí pacienti, tak i lékaři. Cesta k celkovému ozdravení medicíny bude zřejmě ještě dlouhá, sami však můžeme svým dílem k vlastnímu zdraví přispět – třeba pokusem o změnu nastavení a pěstováním dobrých vztahů.

Vliv sladění matky a dítěte, postojů rodiny k emočním projevům dítěte, případně důsledku traumatického zážitku (především v raném stádiu vývoje) je již mnohokrát v literatuře popsán, účtchou může být, že naše schopnost učení může tyto vlivy „přepsat“ nebo alespoň výrazně ztlumit. A ani naše genetické nastavení označované jako temperament nemusí být neměnné, nemusí být naším „osudem“.

Kniha podává ucelený přehled poznatků, výzkumů a nabízí určitá řešení. Poznání i praxe od doby vydání knihy výrazně pokročily, a tak možností a způsobů, jak rozvíjet svou emoční inteligenci, najdete jistě mnoho. Vyberte si a vydejte se na cestu.

Veronika Strenková, poradkyně rané péče



JAK ČÍST NAŠE DÍTĚ S AUTISMEM ČI JINOU NEUROVÝVOJOVOU PORUCHOU?

Poznámky z přednášky Lindy Cecavové pro Autismus jako dar, o. p. s.

Lindu Cecavovou známe už léta a všechny její příspěvky na webu [Rozvoj hrou](#) pozorně sledujeme.

Přednáška s názvem Jak číst dítě s autismem přišla jako na zavolanou. V době, kdy děti s touto diagnózou přibývá takřka exponenciálně a kdy se nově diagnóza PAS (poruchy autistického spektra) zařazuje do kategorie neurovývojových poruch, je potřeba „čtení s porozuměním“ nanejvýš naléhavá.

Linda Cecavová na úvod přednášky zdůraznila, že hlavním rysem dětí s neurovývojovou poruchou je chování, které nelze „číst přes neurotypickou čočku“, tedy způsobem, jímž obvykle chování vnímáme a jak o něm přemýšlíme.

Během přednášky se zaměřila na hlavní oblasti, v nichž se neurotypičtí jedinci mohou odlišovat. První z nich je oblast smyslového zpracování. Toto téma možná mnozí z vás znáte a řešíte v rámci terapií – ergoterapie, senzorické integrace či Handle programu.

Mnohé děti s neurovývojovými poruchami mají nižší svalový tonus – častěji polehávají, mají méně výraznou mimiku. Jedním z důvodů předpokládaného nezájmu o hračky nebo aktivity může být hmatová přecitlivělost, která dětem brání už jen na hračku sáhnout. Linda Cecavová doporučuje dítě mj. předem na dotyk připravit – „Teď na tebe sáhnou“, a zmírnit tím napětí a stres dítěte. Vykládat si tyto projevy chování jako nezájem, nudu nebo lenost by bylo mylné. Je důležité vnímat i minimální reakce dítěte na podnět, na který bychom očekávali silnější reakci (např. krátký pohled dítěte neznamená, že nemá velkou radost z pouštění bublin).

Mnohé děti s neurovývojovými poruchami jsou motoricky neklidné, a tím v nás vyvolávají představu, že se nesoustředí. Důvodem neklidu může být oslabená propriocepce, dítě dobře necítí, kde se jeho tělo nachází v prostoru, a potřebuje tuto potřebu dosytit – např. pobíháním, mačkáním (předmětu, vlastního těla...), zatínáním svalů, zachumláváním se do deky, zapasováním se do malého prostoru apod. Nenajde-li si dítě způsob dosycení samo, je vhodné mu „syťící“ aktivitu nabídnout. Vhodným řešením jsou různé antistresové pomůcky – jsou účinné, a přitom

mohou být i nenápadné. Jedná se například o mačkáací míčky, vibrační pomůcky, relaxační stan nebo tlakovou masáž. Každému dítěti přitom může vyhovovat něco jiného. Pokud dítěti v těchto kompenzačních aktivitách zabráňujeme, může se u něj rozvinout až úzkostná porucha.

Děti s neurovývojovými poruchami jsou také zvýšeně citlivé na testování, plnění příkazů. Často je ignorují nebo odmítají a vyvolávají tím dojem, že jsou neochotné nebo že nerozumějí. Přitom možná dítě „jen“ neovládá své tělo či mělo v hlavě jiný plán, který se nekryje s naším... Linda Cecavová doporučuje brát i náznaky jako splněný úkol, jako důkaz porozumění. Není třeba požadovat a ověřovat důkazy.

Děti s neuroatypickým vývojem se také učí jiným způsobem než děti neurotypické. Linda Cecavová doporučuje vycházet ze zájmu dítěte, omezit množství úkolů a „učení pro učení“.

U dětí schopných se dorozumět řečí mohou být jejich slova, sdělení pouze částečným odrazem jejich duše a mysli (tedy neúplným obsahem), mnohé děti se „zasekávají v tématu“ – nejsou schopné otevřít nové téma, i když by samy chtěly, a vrací se neustále k „jistému“ – třeba hovoru o dinosaurech...

Všechny děti s neurovývojovými poruchami se obtížně vyznají ve svých emocích a neumějí je adekvátně vyjádřit a popsat. Totéž platí i na úrovni fyzického prožívání. Děti jsou třeba schopny vyprávět, co se jim zdálo, ale už ne, jak se přitom cítily, třeba že se bály.



Proto často přehrávají různé scénky z televize nebo z filmů, ale i ze života – např. celý den ukazují, kam se bouchly do hlavy nebo v tom pokračují (tedy se do večera tlučou do hlavy). Ulpívavé chování nebo myšlenky zakrývají emoce a ty je třeba oslovit, pojmenovat: „Ty ses lekl, vid’?“

Je důležité si uvědomit, že i silné pozitivní emoce mohou nadměrně zapůsobit – dítě může z radostného očekávání dostat teplotu, onemocnět... Potřeby dítěte je třeba vždy uznat, i když je samo nerozpozná, snažit se je popsat, i když nikdy s určitostí nevíme, jak to ve skutečnosti je („Ty jsi asi smutný...“). Oslovujeme emoci, to, co vidíme, a předvedeme ji dítěti „přijatelným“ způsobem (např. zadupeme), vyzýváme je, aby nám ji předvedlo – „Ukaž mi, jak moc se zlobíš.“

Pro děti s neurovývojovými poruchami jsou náročné přechodové situace. Proto třeba může odmítavě reagovat na příchod tatínka, i když se na něj ve skuteč-

nosti těší. Děti jsou často zvýšeně unavitelné, snadno se přetíží. Viditelnými známkami jsou červené tváře, zčervenání uší, změna svalového napětí, zívání, ale i zlobení, tendence odcházet. Tyto příznaky by měly vést dospělé k nastolení klidu, relaxace. „Zhoršené“ chování se také často projevuje před vypuknutím nemoci, která se navíc u dětí s PAS může jevit jako bezpříznaková. Linda Cecavová doporučuje v tom případě nechat dítě doma, v klidu a také prodloužit rekonvalescenci dítěte o týden.

Děti s neuroatypickým vývojem mají tedy „naloženo“ mnohem víc než my. S pomocí Lindy Cecavové a dalších odborníků jim ale můžeme porozumět, pomoci a společně růst.

*Veronika Strenková, poradkyně rané péče,
s díky za cenné připomínky Aleně Kunové,
poradkyně rané péče*



AUTISMUS VE SVĚTLE MOCI A BEZMOCI

V úterý 18. dubna se naše tři kolegyně z Plzeňského kraje zúčastnily konference společnosti Apla Jižní Čechy s názvem **Autismus ve světle moci a bezmoci**. Konference probíhala v krásném prostředí Hotelu Dvořák Tábor a sešlo se na ní množství odborníků nejen ze sociálních služeb, ale i ze školství a zdravotnictví.

A jaké zajímavosti bychom vám rády předaly?

Naše kolegyně Pavla Foster Skalová zahájila konferenci svým příspěvkem *Od bezmoci k moci... aneb Jak může raná péče přispět k tomu, aby rodiče získali důvěru v to, že mají život ve svých rukou*. Mluvila o tom, jakou zátěž stanovení diagnózy pro rodinu představuje, jaký dopad má na všechny oblasti fungování rodiny. Rodiče často v této situaci cítí chaos a zmatek, který může vyplývat z mnoha informací, jimž jsou vystaveni, a ze široké nabídky možností, jak na danou situaci reagovat. Raná péče nabízí doprovázení a podporu rodinám a jedním z jejích cílů je pomoc rodině zorientovat se v nové situaci a svých možnostech. Rodič, který dobře rozumí své situaci, může i dobře podpořit své dítě.

Dalším příspěvkem byla *VTI jako nástroj návratu a obnovení rodičovských kompetencí*, ve kterém poradkyně a videotrenérka Monika Mandovcová z APLA Jižní Čechy sdílela své dlouholeté zkušenosti. Představila videotrénink jako podpůrnou metodu, díky které rodiče opouští pole bezmoci a dokáží se lépe naladit na své dítě a porozumět mu.

V příspěvku *Jak vykouknout z hnízda*, který zazněl z úst psychoterapeutky a vedoucí odlehčovacích pobytů rovněž z APLA, jsme se seznámily se službou odlehčovacích pobytů. Dozvěděly jsme se, že přenechat své dítě s handicapem někomu jinému je pro rodiče mnohdy velmi náročné. Mohou rodičovské obavy a péče „brzdit“ dítě v přirozeném vývoji? Jak pustit kontrolu, zplnomocnit dítě a zmírnit pocity bezmoci?

Ze školského prostředí jsme vyslechly příspěvky školní psycholožky *Lze využít třídní kolektiv pro prevenci krizových situací?* a speciálních pedagožek ze speciálně pedagogického centra v Českých Budějovicích *Možnosti podpory SPC při vzdělávání žáků s PAS*.

Po obědě se témata více „posunula“ směrem k psychiatrii a péči o klienty s chováním náročným

na péči. Promluvil odborník z Nautisu, vedoucí z domova se zvláštním režimem Horní Maxov a odborník na simulační vzdělávání v psychiatrii z psychiatrické nemocnice Bohnice.

Posledním příspěvkem konference, na který jsme se velmi těšili, byla *Metoda Podpory pozitivního chování (PBS) v České republice*, kterou představila Jaromíra Staňková. Paní Staňková je lektorkou a konzultantkou se zaměřením na poruchy autistického spektra. Sama je maminkou dvou dětí s touto diagnózou. PBS je mezinárodně uznávaná a ověřená metoda založená na porozumění individuálním potřebám u lidí s intelektovým znevýhodněním, s poruchou autistického spektra, kteří je často „vymáhají“ chováním náročným na péči. Individuální potřeby jsou totiž často v nesouladu s potřebami systému. Cílem metody PBS je zvýšení kvality života těchto osob a sekundárně pak snížení četnosti, intenzity tohoto chování. Metoda vychází z respektu k základním lidským právům.

Konference byla velmi podnětná, k mnoha momentům se budeme asi ještě dlouho vracet, některé metody toužíme prozkoumat blíže, abychom vám je mohli lépe předat.

Doprovodem konference byl prodej titulů nakladatelství Portál a Pasparta, takže jsme samozřejmě dokoupili novinky, které vám ještě v budoucnosti podrobněji představíme.

Monika Menclová, poradkyně rané péče



POMŮCKY OD STUDENTŮ POTŘETÍ

Učitelka Vyšší odborné školy pedagogické a sociální, Střední odborné školy pedagogické a Gymnázia v Praze 6, Evropská 33, Mgr. Kateřina Buriánová má jasno: „Praxe má mít smysl“. A protože dobře zná teorii i realitu služby rané péče, pobízí studentky a studenty nejen k přemýšlení, ale i k vyrábění pomůcek pro naše klientské rodiny. Možná i vy máte s některými z nich dobrou zkušenost.

Studenti se sešli u nás v kanceláři, aby nám předali své výrobky a dozvěděli se o rané péči vše, co ještě nevědí. Při té příležitosti jsem vyzpovídala několik z nich.

Kde jste čerpali inspiraci?

Karolína: Inspiraci jsem čerpala převážně od paní učitelky, z ukázek předešlé práce a z různých videí.

Kristína: Inspiraci na výrobky jsme ze začátku čerpali od paní Buriánové. Ale pak jsme koukali i na Pinterest a další...

Eliška: Většinou chodím pro nápady na Pinterest.

Jana: Inspirací mi byly přesýpací hodiny a tahací hračky s překvapením. V hračce se nacházejí pouze přírodní materiály a geomorfologické tvary.

Vyráběli jste už dřív nějakou hračku, pomůcku?

Karolína: Nikdy jsem nic podobného nevyráběla. Toto byla moje první zkušenost.

Kristína: Pár výrobků jsem dělala na různé aktivity pro děti na tábor (např. pomůcky se suchým zipem).

Eliška: Na Vánoce jsem pro synovce vyráběla plstěné rybičky na magnet s prutem.

Jana: Ano, a to v rámci praxe, ale i covidového stavu. A také pro děti, které hlídám jako au pair.

Co jste si z vyrábění odnesli, čím jste se obohatili?

Karolína: Že i z těch jednoduchých a v podstatě levných věcí se dá vyrobit něco kreativního, co pomůže ostatním. Místo toho, abychom všechny věci vyhazovali, z nich můžeme tvořit krásné věci. A také se u vyrábění člověk úžasně zrelaxuje.

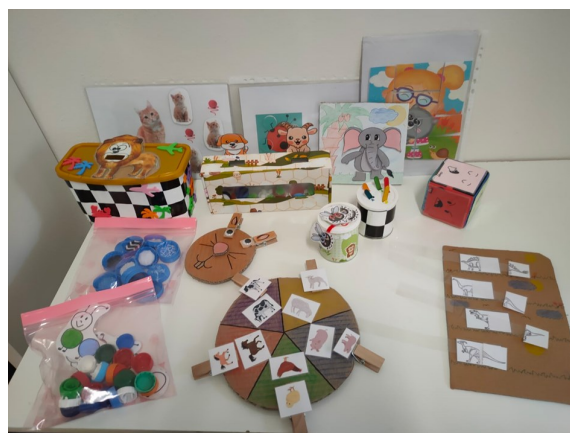
Kristína: Pomůcky, které jsme vyrobili, někomu pomohou. A taky plno pomůcek se dá vyrobit doma. A není potřeba všechny pomůcky a materiály kupovat.

Eliška: Tvoření mě baví a uklidňuje. Vypnu v ten moment hlavu a neřeším nic jiného :)

Jana: Dobrý pocit a inspirace pro příště.

Děkujeme všem aktivním studentkám a studentům a těšíme se na další pomůcky!

Veronika Strenková, poradkyně rané péče



PLAY WISELY

jsme měly možnost s několika kolegyněmi vyrazit na návštěvu do další instituce.

*Tentokrát jsme zavítaly do Centra Play Wisely. Ujala se nás paní ředitelka Veronika Fílová a představila nám školku, jesle a hlavně individuální lekce. Jedné z **individuálních lekcí** jsme se mohly být dokonce zúčastnit a vytvořily jsme si ucelenější představu o tom, co tento program obnáší.*



Nejvíce nás v rámci naší profese zajímalo, jak v centru pracují s dětmi se speciálními potřebami, co jejich rodinám mohou nabídnout.

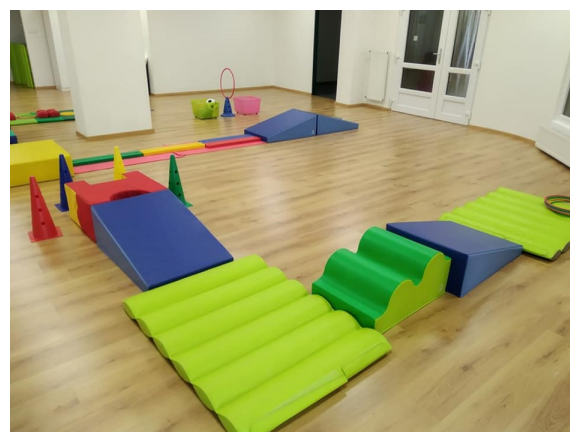
Začneme však trochu více „ze široka“. Centrum **Play Wisely** bylo v České republice založeno před 13 lety krátce po vzniku programu v USA. V Evropě je mimo Slovensko Česká republika jedinou zemí s tímto certifikovaným programem. V rámci individuálních lekcí mohou děti i rodiče získat podporu psychomotorického vývoje již od čtyř měsíců do přibližně pěti let. Do budoucna bude nabídka programu sloužit i starším dětem. V rámci lekce je zásadní její struktura a podpora dovedností dítěte podle jeho psychomotorického vývoje. Takové lekce jsou vhodné právě i pro děti se speciálními potřebami. V centru mají zkušenosti s dětmi s poruchami autistického spektra a Downovým syndromem. Během lekcí, které trvají



30-45 minut, je vhodně kombinována stimulace zraku, rozvoj kognitivních funkcí, pohybu (hrubé i jemné motoriky), koordinace, rovnováhy a řeči, prohlubuje se také dovednost soustředění. V praxi to znamená střídání práce v malé pracovně, kde dítě není ničím rušeno, s řízeným pohybem ve velké tělocvičně. Metodika a filosofie této metody se opírá o myšlenku, že v raném věku může dojít k největšímu rozvoji, protože mozek dítěte je velmi plastický a připravený na vstřebávání všech vjemů.

Nejmenší děti jsou během lekcí s rodiči, kteří tak mohou získat inspiraci pro další aktivity na doma s dětmi. Lektor je také připraven pro konzultaci k různým oblastem vývoje. Lekce mohou být individuální nebo skupinové (2-3 děti), kdy se děti učí i vzájemné interakci, čekání, střídání apod.

Děti se speciálními potřebami mají možnost slevy na individuální lekce.



Jesle a školka jsou určeny pro malý počet dětí (12 a 24), školka je zapsána do sítě MŠMT a integruje několik dětí se speciálními potřebami. Kombinuje Montessori pedagogiku, sportovní aktivity, respektující přístup k dětem a moderní poznatky o vzdělávání. Play Wisely sídlí na krásném místě v bezprostřední blízkosti Kunratického lesa, kam děti v rámci programu dvakrát denně chodí.

Pokud vás zajímá více, navštivte www.playwisely.cz, případně facebookové stránky, nebo si domluvte ukázkovou lekci zdarma. Individuální prohlídka školky a jeslí je také možná. Na stránkách se dozvíte i o aktuálních workshopech pro rodiče, například o vymežování hranic a dalších užitečných tématech.

Alice Pexiederová, poradkyně rané péče

OHLAS Z RODINY – LEKCE PLAY WISELY

Přemýšlím, kde jsem poprvé slyšela o Play Wisely. Delší dobu jsem se rozhlížela po aktivitách pro syna mimo domov, protože náš v té době tříletý syn s Downovým syndromem umí hezky spolupracovat a soustředit se více s někým „cizím“ než se mnou. Jakmile zjistí, že si nechci jen hrát, ale že jej chci něco učit, moc dlouho pozornost neudrží.

Na doporučení z rané péče a také ze zkušeností jiných rodičů dětí s DS jsme vybrali pár terapií či kroužků a ty vyzkoušeli. Některé jsme po prvních lekcích opustili – buď nám nevyhovoval lektor, nebo terapie byla dobrá, ale cenově dlouhodobě pro nás neúnosná.

Možná jsme měli štěstí nebo je to u lektorů Play Wisely obvyklé, ale koncept Play Wisely se nám od první lekce zalíbil, ale hlavně to vypadalo, že se zalíbil našemu synovi. A to přesto, že jsme nejdříve měli méně zkušenou lektorku, asi začínající, která zřejmě zatím neměla moc zkušeností s dítětem se speciálními potřebami. Později se nás ujala velmi zkušená lektorka, která dokonce studovala speciální pedagogiku, a nabídla nám i zaměření lekcí s důrazem na vývoj řeči. Samozřejmě to nenahrazuje logopedii ani pohybové aktivity či jiné pohybové terapie, na které docházíme také.

A jak lekce vypadají? Jelikož zrovna byla doba covidu a syn má oslabenou imunitu, zvolili jsme lekce individuální, ale je možné být na lekci ve skupince dvou až tří dětí.

Zajímavý je tento koncept díky tematickým kartám, které lektori celkem svižně mění, aby dítě neztrácelo pozornost. Karty jsou zaměřeny na rozeznávání tvarů, velikostí, barev, písmen či posloupností a formou hry vtahují dítě do interakce. Kromě toho plní i pár úkolů na jemnou motoriku. Nechybí tělocvična, ve které opět tematicky rozvíjí motoriku hrubou – opičí dráhy, kopání či házení míčem, nácvik rovnováhy a podobně. Vše přizpůsobeno věku dítěte.

Nemyslím, že bez Play Wisely nejde existovat. Není to nutná terapie, je to pro nás spíše něco navíc, díky čemu i já získávám dobrý pocit.

A také záleží na dítěti: Jestli má rádo aktivity raději v domácím prostředí nebo venku, s rodiči nebo raději s lektorem či terapeutem. Nám tento koncept vyhovuje a jsme rádi, že máme možnost jej navštěvovat.

Stasia Pacovská

[ZDE](#) najdete odkaz na video z lekce.



HERNA PRO DĚTI SE SPECIÁLNÍMI POTŘEBAMI – MODRÝ SVĚT

Herna Modrý svět se nachází v Kladně. Není to však klasická herna plná dětí a hluku. Je to místo vytvořené pro děti se speciálními potřebami (PAS, ADHD, nerovnoměrný vývoj).

Majitelé tento prostor vytvořili podle potřeb svého syna, který má atypický autismus. Vybudovali místo, kde se děti cítí v klidu a v bezpečí, mají dostatečný prostor pro hraní, mohou si procvičit jemnou i hrubou motoriku nebo třeba posílit senzory vnímání.

Jedna z místností je navíc vyčleněna na Snoezelen. Naleznete zde například bublinkový válec, optická vlákna, zrcadlovou kouli nebo různé polohovací vaky. Toto multisenzorické (vícesmyslové) prostředí se využívá k relaxaci a zároveň ke stimulaci jednotlivých smyslů.



A nakonec trochu těch praktických věcí. Herna se objednává na určitou hodinu, stačí napsat e-mail nebo zavolat. Majitelé si zakládají na tom, aby tam byl jen omezený počet dětí najednou. Dá se s nimi ale i domluvit, že tam budete úplně sami, jen vy a vaše děti. Hodina v herně vychází na 200 Kč, sourozenec má vstup zdarma.

Určitě hernu vyzkoušejte. Věřím, že nebudete litovat. My se rádi vrátíme.

Radka Vejmolová



PIKLEROVÉ TROJÚHELNÍK

Ještě jednou děkujeme za půjčení Piklerové trojúhelníku z Vaší pomůckovny - nečekaně nám pomohl - Tomášek přestal lézt na nábytek a na okna, a chodí si místo toho hrát na trojúhelník, což je úplná paráda. Zkouší a vymýšlí na něm psí kusy, ale jde mu to a baví ho to. Po vrácení trojúhelníku jsme si pořídili

svůj vlastní - zůstává tedy i nadále důležitou součástí naší domácnosti. Tomášek si na něm může rozvíjet své dovednosti a smysluplně se zabavit. Já ho jen "monitoruji" z povzdálí a získám tak vždy trochu času na práci nebo si třeba stihnu v klidu vypít kávu.

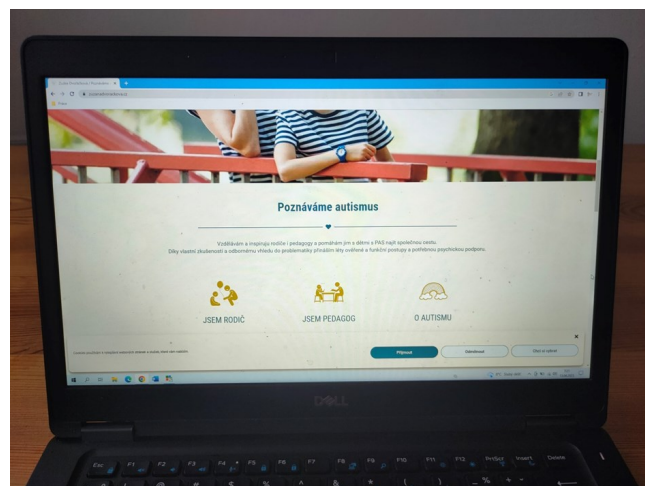
Maminka Tomáška



POZNÁVÁME AUTISMUS

Zuzku Dvořáčkovou a projekt Poznáváme autismus sem poznala přes její úvodní kurz pro rodiče dětí s PAS, četla jsem její blog a koukala na videa na YouTube. Bylo to v době, kdy nám byla oznámena diagnóza našeho syna – dětský autismus. Přeshlapovali jsme s manželem na jednom místě, ztracení, zoufalí a nervózní, a nebyli jsme schopni rozhodnout, kde začít a na koho se obrátit. U Zuzky jsme se setkali s vřelým přijetím. Jako rodiči dítěte s PAS jsme jí mohli říct cokoli a našli jsme rady a pochopení. Jsem vděčná, že se rozhodla šířit osvětu a pomáhat dalším rodičům. Laskavějšího průvodce jsme si nemohli vybrat. Dostali jsme mnoho materiálů, které byly jednoduše sestaveny tak, aby předaly podstatné informace a zároveň nesebraly hodiny času. Začali jsme s terapiemi a prací doma a vidíme, že to posunulo v mnohém jak syna, tak nás.

Maminka Honzika



Porozumět autismu neznamena jenom načíst spoustu odborné literatury, ale i možnost nahlédnout do toho, jak „to kdo vidí“. Proto sdílíme několik tipů i pro vás.

Sourozenci si mohou přečíst knížku *Řvi potichu, brácho* o příběhu malého Jeremiáše a jeho rodiny nebo zhlédnout kratičký příběh (beze slov) *Float* od studia Pixar.

Rodiče, prarodiče a další dospělí se mohou začít třeba do knihy *Můj syn není Rain Man* o tatínkovi se synem s autismem, kteří si k sobě hledají cestu (více se dočtete v našem prvním letošním Zpravodaji) nebo knihu *A proto skáču*, kde se přímo mladý muž s autismem snaží odpovědět na otázky, na které se lidé často ptají. Se stejným názvem vznikl v roce 2020 i film: <https://www.csfd.cz/film/811720-a-proto-skacu/prehled/>



ČOKOLÁDOVÁ PĚNA A SLANÉ MUFFINY

Mamíí, můžu pomáhat? A já taky?

Když byla Johanka menší, nic spojeného s kuchyní ji vůbec nezajímalo. Radost z pečení a zejména pak jezení v ní zažehla až mladší ségra Zuzanka. A tak Vám přinášíme pár momentek a rády se podělíme i o oblíbené recepty.

Johanka má vývojovou dysfázii a velmi neobratnou jemnou i hrubou motoriku. Sypání, míchání, mixování a příprava ingrediencí jsou skvělým tréninkem, jak toto všechno rozvíjet. A že buchta se po upečení nemůže hned jíst, ale musí vystydnout, zabralo hodně vysvětlování a přineslo nejednu slzičku netrpělivosti. A když pak holčičky ještě pomůžou s úklidem, co víc si přát?

Přejeme dobrou chuť.

Čokoládová pěna (cca 12 muffinových košíčků – používáme silikonové)

200 g hořké čokolády (např. bio hořká z DM drogerie)

1 vanička měkkého tvarohu

Ve vodní lázni rozpustíme čokoládu a po mírném vychladnutí přimícháme tvaroh. Naplníme košíčky a necháme ztuhnout v lednici. Část košíčků dávám zamrazit.



Slané muffiny, co dům dal

150 g kuskusu

Půl červené cibule

1 stroužek česneku

2 vejce

Zbytek ingrediencí dle chuti a zásob. My jsme naposledy dávaly sušená rajčata, trochu parmazánu, pažitku a dýňová semínka

Kuskus zalijeme vroucí vodou (cca 2 cm nad okraj kuskusu), přikryjeme talířkem. Na oleji necháme zeskovatět nadrobno nakrájenou cibuli a poté česnek. Následně smícháme kuskus a zbylé ingredience a plníme košíčky. Pečeme v předehřáté troubě na 180 stupňů asi 20-25 minut.



Copyright © červen 2023 Raná péče Diakonie
All rights reserved.

Redakční práce: Alice Pexiederová

Sazba: Lucie Černíková

Ilustrace: Martin Rybář

Autorka postavičky z titulní

stránky: Galina Miklínová

Pracoviště Rané péče Diakonie:

Machatého 683/10, Praha 5

Domažlická 1159/9, Praha 3

Vídeňská 9, Klatovy

Pod tratí 232, Teplice

Kontakt:

tel: 235 518 392

e-mail: info@rana-pece.cz

www.rana-pece.cz

www.facebook.com/RanaPeceDiakonie

www.instagram.com/rana_pece_diakonie



Jsme součástí **Diakonie ČCE - Středisko celostátních programů a služeb**

Čajkovského 1640/8

130 00 Praha 3

www.scps.diakonie.cz

Ředitel: David Michal

Vedoucí rané péče:

Mgr. Anna Slováčková

Koordinátorka:

Petra Dušánková

Poradkyně rané péče:

Mgr. Barbora Jiráková

Mgr. Alena Kunová

Mgr. Pavla Foster Skalová

Mgr. Veronika Strenková

Bc. Alice Pexiederová

Bc. Monika Menclová, DiS.

Mgr. Adéla Závorková

Mgr. Alexandra Chomiszaková

Mgr. Vlasta Spilková

Mgr. Eva Vedralová

PhDr. Kateřina Štinglová

Bc. Sabina Havrilčová

Bc. Daniela Horáčková

Bc. Jana Javorská

Bc. Andrea Šírová, DiS.

Mgr. Radka Pochobradská

Bc. Anna Zuzánková

Mgr. Pavla Těhnišková (na RD)

Mgr. Ewa Svoboda (na RD)

Bc. Barbora Kremlová (na RD)

Mgr. Kateřina Cingl (na RD)

Sociální pracovnice:

Mgr. Lucie Černíková

Děkujeme paní **Jitce Rohanové** za první korektury textů a **všem statečným přispěvatelům** za chuť se s námi podělit o své zkušenosti.

**NEMÁTE-LI ZÁJEM ZPRAVODAJ DOSTÁVAT, NAPIŠTE PROSÍM VÁŠ POŽADAVEK
NA INFO@RANA-PECE.CZ.**