ZPRAVODAJ

ÚVODNÍK

3/2026

Vážení a milí čtenáři,

je tu pro vás podzimní číslo Zpravodaje, opět plné zajímavých tipů a nápadů.

Dvakrát do roka referujeme spolu s rodinami o proběhlém znakovacím kurzu, možná jste se ho někdy v minulosti také účastnili a při čtení si rádi zavzpomínáte.

Tentokrát se sešlo i několik ohlasů na přečtenou literaturu. Připomínáme, že i naše pracoviště mají knihovničky. Pokud vás něco zaujalo, nebo hledáte, neváhejte se obracet na své poradkyně.

Máme radost, že při představování členek týmu, konečně došlo i na naši milou vedoucí, Anku Slováčkovou, přečtěte si, v čem spočívá její role a jak se do ní vůbec dostala.

Z vašich zkušeností vybíráme ohlasy na návštěvy Zoubkové herny i Náprstkova muzea, přidáváme i novinky z pobytu v lázních Klimkovice

Komunikace a její podpora je běžně skloňované téma při našich konzultacích u vás doma. Co komu pomáhá a jak to funguje? Nahlédněte do několika domácností.

Často vás také zajímá, jak to chodí na hipoterapie, nyní si můžete přečíst o Jupiteru v Řevnicích. Máte chuť zkusit pro děti kroužky? Třeba ty nejlepší máte někde poblíž, ale možná ještě hledáte, pak pro vás máme tip.

Příjemné a inspirativní čtení

přeje

Alice Pexiederová, poradkyně rané péče a redaktorka Zpravodaje

OBSAH

NOVINKY Z RANÉ PÉČE DIAKONIE

- ZNAKOVACÍ KURZ – JARO 2026 (STR. 3)
- ZNAKOVACÍ KURZ – JARO 2026, OHLASY ZÚČASTNĚNÝCH RODIN (STR. 4)

VZDĚLÁVÁME SE

- HANDLE (STR. 5)

PŘEČETLI JSME, VIDĚLI JSME

- 10 VĚCÍ, KTERÉ BY VAŠE DÍTĚ S AUTISMEM CHTĚLO, ABYSTE VĚDĚLI (STR. 7)
- DĚCKÉ LÉKAŘSTVÍ (STR. 9)
- S JÍDLEM SE (NE)HRAJE (STR. 10)

PŘEDSTAVENÍ ČLENŮ TÝMU

- ANNA SLOVÁČKOVÁ (STR. 11)

ZKUŠENOSTI Z RODIN

- NAŠE CESTA ZA KOMUNIKACÍ (STR. 13)
- VÝMĚNNÝ OBCHOD S BRAMBŮRKY JAKO CESTA KE KOMUNIKACI (STR. 14)
- CHYSTÁTE SE DO KLIMKOVIC? (STR. 18)
- CHODÍME DO JABLÍČKOVA (STR. 19)
- KAM S DĚTMI – NÁPRSTKOVO MUZEUM (STR. 20)
- KAM S DĚTMI – ZOUBKOVÁ HERNA (STR. 22)
- AKTIVITY PRO DĚTI V PLZNI - BABY ACADEMIA PLZEŇ (STR. 25)
- VIZUÁLNÍ HERNY ANEB PESTRÝ SVĚT BAREV A TVARŮ (STR. 26)

KONTAKTY (STR. 27)

ZNAKOVACÍ KURZ – JARO 2026

Po půl roce se opět uskutečnil již tradiční znakovací kurz, tentokrát jeho jarní běh. Opět jsme se vydali do Bělče nad Orlicí, kde nás čekalo ubytování včetně voňavých pokrmů z tamní kuchyně, společenská místnost/hernička a také rozsáhlý prostor zahrady areálu, který bylo možné využívat jak na naše společné znakovací aktivity, tak i večerní opékání buřtů na ohni spojené s povídáním o komunikaci, ale i na individuální aktivity samotných rodin (lodičky na rybníku, hraní na písku, ježdění na odrážedlech atd.). Počasí bylo celou dobu letní, a proto jsme si všechny společné aktivity mohli plně užívat venku.

Mezi znakovacími bloky, které vedla Zuzana Sýkorová (Raná péče Sluníčko - Oblastní Charita Hradec Králové) a Vlasta Spilková (Raná péče Diakonie) byl prostor i na neformální aktivity: každý den nás čekaly až dvě procházky po okolí. Místní lesy jsou protkány širokými cestami, kam lze vyrazit i s kočárky či na odrážedlech. Vždy se nám podařilo jít jiným směrem nebo navštívit i hospodu v Bělči s místním pivovarem. Na procházkách je možnost si povídat, sdílet zkušenosti a seznamovat se. Myslím, že rodiny oceňují volnost programu. Aktivity mají sice svůj harmonogram, ale účast na daném bodu programu probíhá dle možností rodiny.

Již zmíněný oheň s pečením buřtů se rozhořel po dva večery, za což děkujeme aktivním tatínkům – a za přidanou hodnotu v rámci povídání o komunikaci i Martině Sádovské (Tři žirafky), která je další členkou týmu. Většinou s sebou rodiny přivezly své komunikační pomůcky, které doma používají (kartičky, komunikační knihu) a u ohně byl příhodný čas si zkušenosti sdílet a navzájem se v těchto aktivitách inspirovat i povzbudit. Součástí kurzu byla i možnost individuální konzultace pro každou rodinu ohledně konkrétní komunikační podpory.

Další již tradiční aktivitou našich kurzů jsou znakovací pohádky. Jedna nás provázela z rukou lektorek několikrát každým dnem, *O Koblížkovi*, ale ty další byly z rukou vás - zúčastněných rodičů. Děkujeme za odhodlání se s vervou zapojit a rovnou použít v praxi to stěžejní, o co nám při znakování jde. Je milé vidět i zapojení starších sourozenců, a i to si mohli při jedné pohádce vyzkoušet.

Při zpětné vazbě několikrát zaznělo, že tu byl prostor pro načerpání inspirace a povzbuzení se navzájem (mezi rodinami). A kdo ví, zda přátelský duch, který tu rodiny provázel, nezanechá i do budoucna zaseta nějaká ta zrníčka nových trvalých přátelství. Děkujeme všem devíti zúčastněným rodinám za množství vzájemné inspirace.

Eva Legnerová, poradkyně rané péče

ZNAKOVACÍ KURZ – JARO 2026, OHLASY ZÚČASTNĚNÝCH RODIN

Na znakovací pobyt jsme se dostali jako náhradníci a byli jsme za to moc rádi. Naše poradkyně nám pobyt chválila a doporučovala, a tak jsme byli plni očekávání. Celý víkend jsme strávili v moc milém prostředí tábořiště J.A. Komenského v blízkosti Bělče nad Orlicí na kraji lesa. Program byl velmi dobře organizovaný, dopoledne i odpoledne bylo po dvou znakovacích setkáních a čas mezi byl proložený jinými volnočasovými aktivitami jako jsou procházky nebo večerní opékání špekáčků. Na místě byla také možnost individuální konzultace. Mimo celou řadu nových znaků jsme se také naučili několik písniček a básniček s použitím přirozených znaků. Vedle tábořiště je i menší rybník, kde se dají zapůjčit kanoe s veškerou výbavou. Zážitek pro naše děti to byl nepopsatelný. Stejně jako koupání v nedaleké bývalé pískovně. Kdybychom mohli, rádi bychom na podobnou akci vyrazili znovu.

Myslivcovi

Letos jsme se s manželem a synkem poprvé účastnili znakovacího kurzu a můžu říct, že spokojenost ve všech směrech. Dámy z raných péčí byly naprosto skvělé, lidské a profesionální. Krásně se nám věnovaly, vše vysvětlily a měly neuvěřitelně lidský přístup. Na místě je i vypíchnout prostředí, kde se kurz konal. Bylo to tam rodinné a v krásné přírodě. Děcka měla k dispozici na půjčení spoustu prvků ke hře venku. Uvnitř bylo vše krásně čisté a voňavé. Jídlo bylo také naprosto skvělé a pan kuchař vždy vyšel vstříc i specifickým přáním našich náročných dětiček. Snídaně vždy bohaté a jídlo pětkrát denně zajistilo, že jsem si domů přivezla dvě kilečka navíc. Jsme moc rádi a šťastní, že jsme se mohli zúčastnit skvělého kurzu a naučit se spoustu znaků, které nám pomáhají přiblížit se v komunikaci našemu synkovi zase o krok blíže. Kdyby to šlo, kdykoliv bychom jeli opět rádi. Neuvěřitelně jsme si odpočinuli jako už dlouho ne. Tímto chceme ze srdce poděkovat za krásný a naučný zážitek celé Diakonii a hlavně dámám z tohoto projektu, které tam vždy byly pro nás usměvavé a vstřícné.

rodina Wagnerova se synem Willíkem

HANDLE

Během letošního jara jsem se zúčastnila kurzů HANDLE 1. a 2. stupně a ráda bych vám popsala o čem Handle přístup může být, kde se vzal, z jakých poznatků a principů vychází, co může přinést a v čem vidím jeho jedinečnost. Také se zmíním, jak kurzy probíhají.

Název **HANDLE** vychází z anglických slov - Holistic Approach to Neuro - Development & Learning Efficiency. Jeho autorkou je paní Judith Bluestone, která se narodila s řadou potíží jako je abnormální růst kostí, epilepsie, ztráta sluchu, rysy autismu a ADHD. Po dalších životních událostech přišla o řeč a ochrnula. Intuitivně naslouchala svému tělu a jeho potřebám a hledala cesty, jak si pomoci, včetně studia a hledání vědecky podložených informací. Svými zkušenostmi, vědomostmi a poznatky začala pomáhat dalším lidem s různými obtížemi.

Tak vznikl HANDLE přístup - celostní přístup k neurovývoji a účinnému učení se jedince v průběhu celého jeho života.

Tento přístup jde především od člověka k člověku. Vychází ze vzájemného **vztahu a respektu**, tím podporuje bezpečné prostředí a důvěru. A v tom se obvykle cítíme nejlépe, tudíž se nám nejlépe učí novým dovednostem, novým zkušenostem.

HANDLE přístup vychází z **polyvagální teorie**, která říká, že pokud jsme ve stresu a pod tlakem, spustí se obranné reakce - útěk, boj, úlek. Ty nás chrání v náročných situacích a díky nim se zvyšuje šance na přežití. Avšak proces učení se v nich těžko uplatňuje.

Tedy cítíme-li se v bezpečí, jsou-li zajištěny základní potřeby a cítíme-li přijetí od našeho okolí, jsme připraveni učit se něco nového. Pokud je nového moc, aktivitu zastavujeme a pokračujeme další den. Tímto zajišťujeme bezpečný prostor pro učení se novým dovednostem a zkušenostem, protože efektivita učení také spočívá v upřednostnění kvality nad kvantitou.

Dále tento přístup vychází ze znalostí o **vývoji nervové soustavy**, fungování mozku, propojenosti jednotlivých center, a zrcadlových neuronů, smyslového vnímání a jeho zpracování. Je prokázáno, že i pouhým pozorováním druhého při aktivitě se nám - i když v menší míře než tomu, kdo činnost skutečně vykonává - aktivují stejná mozková centra. Toto funguje každému člověku jinak. Začínáme na úrovni, na které jsme, s tím, co již funguje.

Pomůcky z kurzu:

Chování je vnímáno jako způsob komunikace, způsob, jakým si sdělujeme své potřeby. I zdánlivé zlobení má své konkrétní důvody, obvykle spočívající v nepohodě, přetížení. Tyto důvody se reflektují a dále se s nimi pracuje.

Základními principy HANDLE přístupu jsou:

- sledování projevů přetížení a jejich respektování
- jemné posilování – postupujeme s novými aktivitami jen do té míry, která je druhému příjemná
- méně je více
- pomaleji je rychleji
- předvídatelnost – popisuji, co chci udělat, co dělám
- respektování potřeb druhého. Pokud nejdou respektovat (např. z důvodu bezpečnosti), potřeby alespoň pojmenujeme a uznáme.

HANDLE nabízí řadu jednoduchých aktivit, které zapojují smyslové vnímání, vnímání vlastního těla, propojení pravé a levé mozkové hemisféry; tím pomáhá zpracovávat i přetrvávající primární reflexy. Svou jednoduchostí jsou tyto aktivity celkem dobře zařaditelné do běžných činností, do denní rutiny. Avšak nabízí se také možnosti modifikace aktivit od jednoduchého provedení ke složitějšímu. Na přizpůsobení aktivity HANDLE přístup klade důraz zejména při jejím zavádění - tak, aby aktivita byla pro druhého příjemná a bezpečná.

Handle přístup je z mého pohledu vhodný pro každého. Pro dítě, dospělého i starého člověka. Pro člověka s neurodivergencí i pro člověka neurotypického. Pro dítě i pro rodiče. Pro žáka i učitele. Pro klienta i odborníka.

Kurz HANDLE 1.stupně je jednodenním úvodem do HANDLE přístupu, jeho principů. Odcházíte s šesti jednoduchými aktivitami, které můžete bezpečně používat.

Kurz HANDLE 2. stupně je dvoudenní. Dozvíte se více do hloubky o základech tohoto přístupu, který vychází z poznatků o vývojových potřebách a neurovývoji člověka. Poměrně podrobně se zabývá smyslovými vjemy a jejich zpracováváním, tím, co můžeme vyčíst z chování druhého člověka o jeho potřebách a jak ho můžeme podporovat. Jak se učit dovednosti vnímat sám sebe, jiné lidi a svět kolem sebe. Odnášíte si další balíček aktivit. Tyto kurzy mohou obohatit každodenní fungování v domácím prostředí i v odborné praxi.

U nás je ještě možné absolvovat osmiměsíční intenzivní kurz HANDLE 3. stupně, který jde skutečně do hloubky jak v teoretické, tak v praktické části. Ta probíhá pod supervizí lektorů. Teprve po tomto kurzu se z vás může stát HANDLE screener, který je oprávněn vytvářet s klientem a jeho rodinou plnohodnotný a cílený HANDLE program na míru. Zde lze již hovořit o terapii.

Osobně velmi oceňuji způsob, kterým manželé Baptie provázejí účastníky kurzů HANDLE přístupu a možnostmi, které nabízí. Kurz je velmi dobře vystavěný, teoretické znalosti jsou uváděny do hlubších souvislostí a dále propojovány s praktickou částí během jednotlivých aktivit. Účastníkům je v průběhu kurzu poskytován prostor pro dotazy z jejich žité praxe, ať už doma nebo v poradně či terapeutické herně.

Kurz mohu s radostí doporučit všem rodičům, pečujícím, terapeutům, odborníkům, kteří hledají svou cestu ke svému dítěti, opečovávanému, klientovi, tak aby mohli objevovat společný svět v porozumění, důvěře a bezpečí. A v takovém prostředí se mohli učit a rozvíjet.

Olga Cudlínová, poradkyně Rané péče Diakonie

Literatura z kurzu:

10 VĚCÍ, KTERÉ BY VAŠE DÍTĚ S AUTISMEM CHTĚLO, ABYSTE VĚDĚLI

Ellen Notbohm, Portál 2021

Kniha byla napsána oceňovanou autorkou a matkou chlapců s autismem a ADHD – Ellen Notbohm.

Kniha mi byla doporučena jinou maminkou s dítětem s PAS a přes mou prvotní nejistotu (jelikož už jsem byla opravdu přesycena všemi knihami a články o PAS) si mě kniha velmi rychle získala, protože není psaná odborně, ale „mou řečí". Zatímco mně tento styl vyhovuje, je možné, že na některé čtenáře může kniha působit moc obecně. V knize je místy použit i humor, což pro mne ve spojení s tématem PAS bylo velmi osvěžující.

Kniha na mne působí tak, že nemá sloužit jako odborná literatura, ale spíše jako úvod do světa PAS a možná i trochu jako útěcha a ubezpečení nás rodičů. Zároveň je to skvělá pomoc pro naše děti, které mají často problém s komunikací a nemohou se postavit samy za sebe. Mně osobně kniha otevřela oči v tom, že když mám pocit, že nějaká terapie není pro syna vhodná, tak mám dát na svou intuici, i kdyby to znamenalo, že nějakou dobu nebude navštěvovat žádné terapie, protože se zrovna potřebujeme soustředit na jiný milník v jeho životě.

Pro mne v situaci, v které jsem knihu četla, byly nejzajímavější dvě kapitoly: *1. Jsem celé dítě a 7. Nezaměřuj se na to, co nedokážu, ale na to, co dokážu, a rozvíjej to*. Což jsou dva body, které jsem si sama často v hlavě řešila; často jsem bojovala a občas stále bojuji s tím, co je ještě autismus a co běžný dětský vzdor, a zároveň mám sklony k tomu spíše zmiňovat, v čem syn zaostává, než to, v čem je opravdu šikovný.

Další z kapitol v knize, která pro mě byla až úsměvná, je kapitola vysvětlující, jak naše děti rozumí sarkasmu, metaforám apod., které já velmi často používám a syn na ně vždy reagoval velice negativně. Autorka vysvětluje, že naše děti (většina) *chápou všechno doslovně*. Například, že něco „půjde jako po másle", když v dohledu nejsou potraviny, „tak to zabal", když v dohledu není balící papír. U našeho syna „oblíbené", že mám něčeho „plné zuby", kdy on propadne panice, protože si myslí, že si půjdeme čistit zuby. Po přečtení knihy jsem si teprve začala uvědomovat, jak nepřesné a matoucí pro něj tyto informace jsou.

Poslední kapitola, kterou bych chtěla zmínit, je kapitola *sociální interakce*. Naše děti stojí o to mít kamarády, ale neumí s nimi navazovat vztahy; primárně proto, že děti jsou pro ně velice nepředvídatelné a působí chaos. Je důležité naše děti sociální interakci učit postupně, jelikož nejsou schopné se učit nápodobou od vrstevníků. Ideálně v prostředí, kde nebudou kritizovány, aby se úplně neuzavřely.

Z mého pohledu je toto kniha, kterou stojí za to si přečíst, ať už jste rodiče, kteří teprve obdrželi diagnózu, nebo rodiče, kteří už mají načteno spoustu odborné literatury, ale chybí vám pocit, že v tom nejste sami. Získáte zde slova pochopení a porozumění, možná trochu i ujištění, že vy svému dítěti rozumíte nejvíce, což v odborné literatuře často nenajdete.

Ještě si dovolím citovat pár řádků:

„Předpoklad, že dítě, které nedokáže komunikovat, nemá co říct, je stejně směšný jako předpoklad, že dospělý bez auta nemá kam jet.

Můj autismus je součástí toho, kdo jsem, není to všechno, co jsem.

Pokud na mě budete vidět jen to jedno, hrozí, že nastavíte příliš nízká očekávání. A jestli vycítím, že si myslíte, že něco nedokážu, mojí reakcí bude: proč se vůbec snažit?

Zábavní parky a kolotoče jsou báječné, když si chcete užít volno, ale jak dlouho byste dokázali dělat svoji běžnou práci uvěznění na téhle zběsilé atrakci? Pro mnoho autistických dětí však tahle jízda nemá žádný konec, je to stav, v němž žijí neustále, a je to rozhodně pravý opak vzrušení.

Někdy mě to, co po mě chcete, bolí nebo mi je to nepříjemné a já nevím, jak to zvládnout. Někdy nevím, jak vám říct, proč to nemůžu udělat. Ale vím, že to není proto, že nechci. Je to proto, že nemůžu.

Mít funkční komunikační prostředek, ať už je jakýkoliv, je životně důležité pro každé dítě, ale pro dítě s autismem ještě víc. (echolálie, obrázkový komunikační slovník...)

Mnoho lidí s autismem přemýšlí v obrazech, ne ve slovech.

Nemůžu se učit, když ve mně pořád někdo vyvolává pocit, že jsem k ničemu a že je třeba mě opravit. Hledejte moje silné stránky a najdete je.

To, čemu se ohledně autismu svého dítěte rozhodnete věřit, může být hlavním rozhodujícím faktorem v tom, čeho jako dospělý dosáhne.

Všechny děti potřebují čas, aby mohly být prostě dětmi.

Dva kroky vpřed - jeden krok vzad je pořád rozvoj, který si zaslouží oslavovat.

Říkáte tomu záchvaty, ale mně připadají jako výbuchy. Jsou pro mě horší než pro vás.

Nevybral jsem si, že budu mít autismus. Nezapomínejte, že se to děje mně, ne vám.“

Kateřina P.

DĚCKÉ LÉKAŘSTVÍ

Cyril Děckař, 103 media 2025

S lékaři máte určitě bohaté zkušenosti, pravidelně chodíte k praktickému lékaři pro děti a dorost, ale také k mnohým specialistům - nebo se ocitáte na pohotovosti. Často dostáváte a archivujete lékařské zprávy, snažíte se v nich vyznat, kupujete léky v lékárně, hledáte informace na internetu i mezi dalšími rodiči. Pro zachování zdravého rozumu se snažíte vědět právě tak akorát.

Kniha lékaře, který si zvolil přezdívku Děckař, vyšla loni. Předtím jste mohli zaznamenat jeho krátká videa na sociálních sítích, kde velmi vtipně znázorňuje omyly a nešvary rodičů při léčbě běžných dětských nemocí. Když se pustíte do čtení, zjistíte, že publikace není jen slovníčkem, po kterém můžete sáhnout v době klidu bez nemocí a studovat ho, abyste se o nich mohli dozvědět to zásadní, ale také ukazuje souvislosti, díky nimž vznikla a čím autorovi její psaní pomohlo. Dělat osvětu během praxe není jen tak, v dnešních podmínkách je to velmi náročná disciplína. V obecném povědomí přežívají letité předsudky, omyly, pořekadla z minulosti, zvyklosti způsobů léčení. Velkou roli hrají naše nastavení a důvěra v systém i osobu lékaře. S tím vším je třeba v kůži lékaře počítat a „jít tomu naproti“, pokud se s rodiči chce dorozumět. Ne každý si to dokáže uvědomit.

Od začátku autor zdůrazňuje, že publikace je věnována všem rodičům, kteří nechtějí s dítětem skončit v nemocnici. Za covidu se totiž vyprázdnily ordinace i nemocnice od pacientů, jejichž neduhy šlo léčit doma běžným způsobem; po epidemii covidu se však návštěvnost opět navýšila, jako by lidé zapomněli na své dovednosti a ztratili sebedůvěru.

Kapitolky jsou uspořádány jako hesla ve slovníku. Ke všem najdete aktuální a praktické informace, které vás jako rodiče mohou zajímat. Zastoupeny jsou i pojmy jako autismus, ADHD, epilepsie, homeopatie, horečka, nosní mandle, léky na dovolenou, kapačka, vši, zábaly, úraz hlavy, průjmy, zvracení, kašel, čípky, CRP, příkrmy a opruzeniny, ale i lentilky. Dozvíte se, jaké léky je zásadní mít po ruce a proč, které jsou naopak zbytečné nebo i neužitečné a kontraproduktivní, jak postupovat a kdy lékaře vyhledat, kdy vyrazit na pohotovost, s čím si naopak nejlépe poradíte v klidu domova. Autor dává k dispozici mnoho tipů, jak si lehce pomoci. Například víte, jak můžete děti naučit polykat tablety nebo jak léky podat, když polykat tablety dítěti nejde? Že způsob léčby kašle nestanovíte jen tím, zda je suchý nebo produktivní, nepoznají to ani v lékárně, ale z poslechu.

Celá kniha je prostoupena pochopením dětí i rodičů a láskou k oboru. Autor používá hovorovou češtinu i lékařskou hantýrku, kterou překládá do srozumitelného jazyka s obrovským smyslem pro jasnost a srozumitelnost, ale i lehkost a humor. O tom, že humoru mu do života bylo bohatě přáno, svědčí mimo jiné i ilustrační fotografie. Průběžně se také dozvídáte, jakou cestou Cyril Děckař prošel včetně diagnostiky i zacházení se svými diagnózami, zahrnujícími i ADHD.

Ne nadarmo získal Cenu čtenářů v rámci letošní ceny Magnesia Litera.

Knihu stojí za to „mít na dosah“, pokud máte kolem sebe malé děti.

Alice Pexiederová, poradkyně rané péče

S JÍDLEM SE (NE)HRAJE

Jitka Ludvíčková, Grada, 2025

Jídlo! V mnoha našich klientských rodinách tolik zmiňovaná problematika a není divu, jídlo je vnímáno jako základ pohody. Co když "být v pohodě" je pro mé dítě v této oblasti složité, nebo dokonce nemožné? Hledáme pomoc, tvoříme strategie … s cílem JÍST - jakkoliv? cokoliv? kdykoliv? Pokud také hledáte odpovědi na podobné otázky, zvu vás k přečtení této publikace od paní ergoterapeutky Jitky Ludvíčkové.

V začátku publikace se dočteme o diagnózách, a to jak o těch známějších, tak i o těch nově vzniklých, ale také o zásadní funkci rodičů při procesu diagnostiky. Často je potřeba chápat mnoho souvislostí, proto je vhodné vysledovat, co a proč se může dít. Problematika jídla zasahuje do mnoha oblastí, systémů v našem těle. Jsou to: tělesná stabilita a sed, jemná motorika, orální dovednosti a smyslový (senzorický) systém. To, jak tyto oblasti ovlivňují proces správného jedení, se dočteme přehledně v několika kapitolách a rovnou se dozvíme i různé aktivity, jak danou oblast povzbudit a cvičit. Kromě zmíněných oblastí, které souvisejí s jídelní problematikou, nejsou v knize opomenuty ani další důležitá východiska: psychologické aspekty, nutriční hodnoty a prostředí i atmosféra. Dozvíme se o různých strategiích, které jako rodiče volíme, ale přitom mohou místo očekávaného úspěchu přinášet naopak mnohem zdlouhavější a náročnější řešení v budoucnu. Paní Ludvíčková popisuje konkrétní podoby situací spojených s jídlem a vysvětluje, jak na ně dítě v určitém věku může přirozeně reagovat... tedy, co například tím, jak se u jídla chováme, jak jídlo podáváme, jaké jídlo vybíráme, jak o jídle mluvíme, můžeme u dítěte ovlivňovat. Pomoc je často v porozumění příčinám a spouštěčům a stanovení strategií.
Kniha je psána především pro rodiče a předpokládá jejich otevřenost k zamyšlení se nad tím, jak probíhá dosavadní přístup k jídlu a k procesům s jídlem spojeným, a to především doma. Kapitoly jsou stavěny tak, abychom dokázali projít všechny oblasti o odpovídali si na otázky, jak to máme a děláme my. Autorka se snaží vyjít z obvyklých praktik u jídla a ukázat, jaké drobnosti mohou hrát nakonec velkou roli. Poslední kapitoly směřují právě k uceleným postupům, jak nastavit změny, co a jak praktikovat, jakých pravidel se držet striktně a v jakých máme volnější ruku. Jednou z doporučovaných metod je i hra s jídlem, jak již napovídá název celé knihy. Jak může hra vypadat a jaké má mít náležitosti, aby se jednalo o vhodnou podporu, doplňují i fotografie vhodných aktivit.

Nezbývá než dodat, že se kniha velmi dobře čte, je přehledně strukturovaná a je psána prakticky. Nejedná se o dlouhé odborné bádání, ale jde přímo ke konkrétním každodenním záležitostem, které prožíváme doma. Skvěle propojuje odbornost (ale psanou dnešním srozumitelným jazykem) s hlubokou empatií k tomu, čím si rodina u stolu denně prochází.

Eva Legnerová, poradkyně rané péče

ANNA SLOVÁČKOVÁ

V této rubrice již bylo představeno mnoho poradkyň napříč všemi kraji naší působností a nejsme ještě u konce. Pojďme v tomto čísle nahlédnout na náš poradenský tým více z výšky - očima té, která dělá zázemí všem poradkyním, naší vedoucí služby Rané péče Diakonie Anny Slováčkové. Jaké to je kormidlovat naši službu, co ji na této práci i po letech nejvíce naplňuje a co se skrývá za dveřmi její kanceláře bude pro vás zjišťovat Eva Legnerová. Přijměte pozvání k rozhovoru o vizích, výzvách i lidskosti, která je pro naši práci tak důležitá.

Aničko, v této rubrice představujeme poradkyně z terénu, ale ty do naší služby vstupuješ z jiné perspektivy. Jaká byla tvoje osobní cesta k rané péči a co Tě k této práci před lety přivedlo?

Vlastně náhoda. Pocházím ze Slovenska a v období, kdy jsem tam žila, podobná služba neexistovala. Studovala jsem logopedii a již během studia jsem viděla, že největší přínos pro dítě má, když se rodiče stanou partnery v terapii. Proto je důležité pracovat nejen s dítětem, ale i umět vysvětlit rodičům co dělat, jak a proč. Aby pochopili souvislosti. V praxi na to však není moc času. S kamarádkou jsme proto založily občanské sdružení a měly velké plány, jak se chopíme podpory rodičů, práce s dětmi. Pak přišla láska, rodina a já se přestěhovala do Čech. Po mateřské jsem hledala práci. Původně jsem se hlásila na úplně jinou pozici a do jiné organizace. Tam jsem se dozvěděla o rané péči a velmi mě to nadchlo. Najednou to všechno zapadlo do sebe. Existuje služba, která komplexně pomáhá rodičům zorientovat se v situaci, která je jiná než mají ostatní rodiče. Běžné, dobře míněné rady nepomáhají. Je potřeba se na vše dívat jinak. Slovo dalo slovo a nastoupila jsem nejdřív do Asociace rané péče jako koordinátorka a pak rovnou na pozici vedoucí v Diakonii.
A doufám, že svojí troškou přispívám k dobrému fungování naší služby.

Když se ohlédneš zpátky na své začátky zde v Rané péči Diakonie, v čem se služba nejvíce proměnila a co naopak zůstává pořád stejné?

Služba se určitě mění ve více oblastech. Mění se svět, možnosti a podmínky, které máme. Tím se částečně mění i služba a potřeby rodin. Teď budu ale mluvit spíš o změně z mého pohledu.

Náš tým se za to období docela rozrostl. A největší změnu vnímám asi v tom, jak teď fungujeme jako tým. Když jsem nastoupila, společně jsme diskutovali o věcech kolem služby. Tam patří metodické nastavení, ale i uvažování o nabídce pro rodiny nebo poptávka dalšího vzdělávání, směřování týmu a služby. Znala jsem názory všech. Dnes to už není možné. Mám svůj malý tým, kde jsou vedoucí jednotlivých krajů, a vše řeším s nimi. Oni jsou hlasem všech lidí ze svého kraje. A do celého týmu se pak dostávají už jenom domluvené výstupy.

A co zůstává pořád stejné? Myslím, že ten přístup v týmu i k rodinám. Ochota vnímat, naslouchat a hledat cesty. Vzájemně si pomáhat. Nevklouznout do zajetých kolejí a tam setrvávat. Jsem moc vděčná za tento přístup. Díky němu můžeme službu dál posouvat.

O práci vedoucí se říká, že je to často hlavně věc tabulek, financí a legislativy. Kde v tom všem papírování nacházíš ten lidský rozměr a smysl?

Přiznám se, že někdy jsou všechny ty formální záležitosti, které jsou potřeba udělat pro fungování služby, docela vyčerpávající. Ale právě práce s lidmi tomu dává smysl. Jednak mám kolem sebe úžasné kolegyně, ale pak i příběhy z rodin, zpětná vazba, kterou dostáváme. To vše tomu dává lidský rozměr a potvrzuje mi, že ta práce má smysl.

Náš tým působí napříč několika kraji. Co podle tebe naše poradkyně spojuje a díky čemu tenhle mechanismus tak dobře funguje?

Jsem ráda, že vnímáš, že vše dobře funguje. Snažíme se o to.
Čas nám ukázal, že nejde nastavovat vše úplně stejně v každém kraji. Každý kraj má svá specifika. Například možnosti, které mají rodiče v Praze, jsou úplně jiné než možnosti rodičů, kteří bydlí v nějaké malé vesničce. Zároveň každá rodina by měla dostávat stejnou službu. Aby to fungovalo, zachováváme si společný odborný program pro celý tým - napříč kraji. Jednou měsíčně odborné porady, jednou ročně společný dvoudenní výjezd, kde se věnujeme tématům spojeným s naší službou, společné vzdělávání.
A co poradkyně spojuje? Jsem ráda, že i když jsme už velký tým, stále se může jedna na druhou obrátit, zkonzultovat cokoliv týkající se naší služby. Co mě ještě víc těší je to, že rozhovory nejsou jenom pracovní, ale lidi sdílejí i svůj osobní život, svoje radosti i starosti. A to je velká zásluha každého člena týmu. Otevřenost, ochota naslouchat, lidský přístup, pochopení. Myslím a doufám, že lidé cítí, že mohou bezpečně cokoliv říct, a tím pádem spolupracují mezi sebou a vše může dobře fungovat.

Myslíš si, že se společnost v pohledu na rodiny dětí se specifickými potřebami mění k lepšímu? Jakou roli v tom může mít raná péče?

Asi je těžké říct jednoznačně ano nebo ne. Společnost jsou lidi - a někteří se mění a někteří ne. Myslím, že celkově se víc mluví, a tedy i ví, o dětech se specifickými potřebami. A když o něčem vím, tak s tím můžu něco dělat. Takže by se dalo říct, že ano, mění se to k lepšímu. Ale vše jde malinkými krůčky. Raná péče v tom může mít a určitě i má roli. Kromě toho, že jezdíme do rodin, kontaktujeme se s různými odborníky, spolupracujeme s úřady, jednáme s kraji, občas máme někde přednášku, občas se objeví nějaký článek o naší službě a potřebách rodin v nějakých médiích. Máme tedy možnost ukazovat světu, společnosti jiný úhel pohledu, a tedy posouvat přístup k lepšímu. Vše je ale o lidech a někdy je potřeba víc času.

Kdybys měla kouzelný proutek a mohla mávnutím změnit jednu věc v systému sociálních služeb nebo podpory rodin, co by to bylo?

Určitě je to okamžitá podpora. Aby nemuseli čekat.

Ještě mám na tebe několik méně formálních otázek:

První věc, co uděláš, když ráno přijdeš do kanceláře?

Chtěla bych napsat, že si uvařím nějaký nápoj, ale skutečnost je, že zapnu počítač.

Co tě spolehlivě dobije po náročném pracovním týdnu?

Knížka nebo vymýšlení různých výletů.

Jedna věc, kterou o Tobě kolegyně z týmu možná ještě nevědí?

Mám strach z plavání na otevřené vodě. Klidně vylezu na jakoukoliv horu, ale nechtějte po mně, aby lezla do vody, kde nedosáhnu na dno.

Moc ti děkuji za rozhovor

Eva Legnerová, poradkyně rané péče

NAŠE CESTA ZA KOMUNIKACÍ

Každý rodič se těší na první slova svého dítěte. U našeho chlapečka je však tato cesta složitější. Kvůli diagnóze autismu a epilepsie přišel i opožděný vývoj řeči. Brzy jsme zjistili, že klasická mluvená slova nám k porozumění stačit nebudou. Začali jsme docházet na logopedii a hledat způsoby, jak synovi otevřít svět komunikace.

Dnes se domlouváme především pomocí prvků totální komunikace. V praxi to znamená, že nečekáme pasivně na to, až se sám rozmluví, ale podporujeme ho všemi prostředky, které mu můžeme nabídnout. Používá slabiky, citoslovce, sílu hlasu, znakování, ukazuje na věci kolem sebe nebo nás jednoduše dovede na místo k předmětu, který zrovna potřebuje. Klíčovou roli u nás hrají také obrázky a reálné fotografie. O kontakt s okolím má totiž veliký zájem a mluvenému slovu velmi dobře rozumí.

Velká výzva nastala právě teď, jelikož má syn od září nastoupit do mateřské školy. Začala jsem přemýšlet, jak zajistit, aby mu paní učitelky, asistentka pedagoga, ale i ostatní děti porozuměly. Co udělat pro to, aby pro něj byla tato životní změna co nejméně náročná?

A jednoho dne mě to napadlo. Školka potřebuje rychlý a praktický návod. Proto jsem se pustila do výroby vlastního komunikačního svazku kartiček. Velkou pomocnicí a oporou mi v tom byla paní Foster Skalová z Rané péče Diakonie, která nás má na starost. Byla to vůbec první osoba, která nás ke znakování a celkově k alternativní a augmentativní komunikaci (AAK) přivedla.

Kartičky spojené praktickým otevíracím kroužkem slouží jako takový „překladový slovníček“. Obsahují jednoduché, jasné ilustrace a slova – jako je například kartička „dobrý“ doplněná obrázkem chlapečka ukazujícího palec nahoru. Slovníček zatím obsahuje přes 20 znaků, které syn aktivně používá, přičemž jeho vůbec nejoblíbenější znaky jsou „jíst/pít“ a „ještě“. Paní učitelky, asistentka pedagoga, ale vlastně kdokoliv, kdo je se synem v přímém kontaktu, tak mají pomůcku neustále při ruce a okamžitě vědí, co se jim syn snaží sdělit. Výroba kartiček stála sice trochu více času, ale výsledek za to jednoznačně stojí. Navíc se dají skvěle používat kdekoliv a kdykoliv.

Chtěla bych tímto článkem povzbudit všechny rodiče, kteří se nacházejí v podobné situaci. Nebojte se totální komunikace ani alternativních pomůcek. Někdy opravdu stačí malý svazek kartiček do ruky, který však dokáže otevřít obrovské dveře k porozumění. Veliké poděkování také patří paní Foster Skalové a celé Rané péči Diakonie za to, že nás na této naší cestě tak skvěle doprovázejí.

O zkušenost se podělila Monika Novosadová

VÝMĚNNÝ OBCHOD S BRAMBŮRKY JAKO CESTA KE KOMUNIKACI

Komunikace je jednou z nejzákladnějších lidských potřeb, která nám umožňuje propojovat se s okolním světem, sdílet své pocity, vyjadřovat přání a budovat vztahy. Pokud tato schopnost chybí nebo je nějak omezená, přichází obrovská frustrace a bezmoc – a to jak na straně dítěte, které nedokáže říct, co potřebuje, tak na straně rodičů, kteří mu touží porozumět.
V rané péči Diakonie se proto zaměřujeme na to, abychom rodinám dali do rukou klíč k vzájemnému porozumění. Tímto klíčem je často AAK neboli ***alternativní a augmentativní komunikace****.*

Pod touto odbornou zkratkou se skrývají všechny způsoby dorozumívání, které mluvenou řeč doplňují (augmentativní komunikace) nebo ji úplně nahrazují (alternativní komunikace). AAK tak otevírá dveře do světa lidem, pro které je z jakéhokoli důvodu obtížné vyjádřit se běžnými slovy.

Možností, jak AAK uplatnit v praxi, je celá řada; konkrétní přístup se vždy citlivě přizpůsobuje možnostem dítěte. V začátcích pomocí komunikace prostřednictvím **reálných předmětů**. Často využívanou metodou je také práce s **fotografiemi a piktogramy**, kdy se využívají ucelené systémy obrázkových komunikačních kartiček. Další skvělou cestou je **znakování**, které zapojuje přirozená gesta a zjednodušené znaky. V dnešní době hrají velkou roli také moderní technické pomůcky, které sahají od jednoduchých **mluvících tlačítek** až po **specializované aplikace** v tabletech či počítačích. Není nutné zvolit pouze jednu metodu komunikace, ale naopak - je možné výše uvedené metody navzájem kombinovat tak, aby komunikace byla pro dítě snadná a zábavná.

V Rané péči Diakonie je podpora AAK naším velkým specifikem. Z vlastní praxe totiž víme, že schopnost jakkoliv se vyjádřit snižuje frustraci na straně dítěte i rodičů, což v konečném důsledku pozitivně mění atmosféru v celé rodině.

Přečtěte si inspirativní rozhovor s naší klientskou maminkou o tom, jak se rozhodli začít se synem komunikovat prostřednictvím AAK a jak se z počátečního chaosu, lepení obrázků na lednici a listování akčními letáky stala přirozená komunikace. Dozvíte se, jak jedna jediná lekce řečové terapie a obyčejný „brambůrek“ vyměněný za kartičku otevřely dveře k funkční komunikaci, která do rodiny vrátila klid a pohodu.

Co bylo tím hlavním impulsem, kdy jste si řekla: „Tak, a ode dneška to zkusíme s fotkami…?“ Jak vypadaly první dny, kdy se váš Tomášek s kartičkami teprve seznamoval?

Spíš než o impulsu by se dalo mluvit o zoufalství. Byly dny, kdy jsem vůbec nechápala, co mé dítě potřebuje, a on zase nerozuměl tomu, co se má dít nebo kam jdeme. Nejdříve jsem se mu proto snažila pomocí fotografií přiblížit, kam směřujeme, co se bude dít nebo co má dělat. Poté jsem mu pomocí obrázků ukazovala všechno možné, co mě napadlo, ale nebyla jsem vůbec úspěšná.

Hledala jsem tedy nějakou komunikační terapii a objevila jsem řečovou terapii, která nabízela pomoc s rozvojem komunikace. Přiznám se, že jsem doufala, že nás budou učit jiný způsob než piktogramy. Když mi po první návštěvě řekli, že zkusíme právě komunikaci pomocí obrázků, říkala jsem si, že to nebude fungovat. Chtěla jsem jim ale ukázat, jak moc nám to nejde, aby třeba vymysleli něco jiného.

Šli jsme tedy na první lekci. Měli jsme s sebou přinést to, co má syn opravdu rád – sladkosti nebo jiné pochutiny. Speciální pedagožka, která terapii vedla, si k nim nachystala fotografie.

Když jsem viděla připravený stoleček s piktogramy, moje první myšlenka byla, jaké to zase bude peklo, když mé dítě neposedí ani pět minut.

Syn projevil zájem o své oblíbené brambůrky. Speciální pedagožka mu ukázala kartičku, pomohla mu ji jeho vlastní rukou vzít a podat jí ji. Tuto kartičku s obrázkem a slovem „brambůrek“ mu pak vyměnila za jeden jediný kus brambůrku. Syn samozřejmě chtěl další a ona jen naznačila, že jí má podat kartičku ze stolu. Syn nejen že spolupracoval, ale bylo na něm vidět, jak je šťastný. Najednou mu někdo rozuměl! Během terapie jsme takto vyměnili všechny pochutiny, které jsme měli s sebou. Před sebou měl vždy jen tu konkrétní kartičku, kterou musel podat. Vše probíhalo pouze s pojmenováním dané věci (žádné věty typu „ty chceš...“ a podobně) a on hned dostal to, co zrovna chtěl.

Musím říct, že tato hra na „výměnný obchod“ nás oba neskutečně bavila. Domů jsme šli nadšení. Náš jediný úkol na příští lekci byl trénovat a dávat pozor, aby syn po podání kartičky danou věc vždycky dostal. Nesměl se setkat se slovem „ne“.

Hlavní rozdíl mezi tímto použitím kartiček a mými předchozími neúspěšnými pokusy byl v tom, že tady za kartičku hned dostal zpětnou vazbu. Najednou se jí dorozuměl. Zatímco u mých fotografií (například hřiště) přišla odměna až za dvacet minut, takže syn nemohl pochopit, že ta kartička vůbec něco znamená.

Zajímalo by mne, jaké byly první pokusy fotky v praxi použít – šlo to hladce, nebo to byl spíš trochu chaos?

První pokusy byly úspěšné, ale je pravda, že byly hodně cílené. Nadšení z terapie trvalo i doma. Například když syn jedl jogurt, už jsem u něj stála s kartičkou jogurtu a každá lžička byla za kartičku. Užití v praxi je opravdu hodně postupné a tímto procesem nás provází řečová terapie. Nejdříve měl k dispozici jen jednu kartičku ke konkrétní věci. Poté jsme mu dali na výběr ze všech kartiček s jeho oblíbenými pochutinami. V dalším kroku jsme přidali i kartičky jídel, která nemá rád. Pak už jsme začali nechávat dostupné i kartičky pochutin, které jsme zrovna doma neměli, takže se syn začal setkávat se slovem „ne“.

Následoval trénink, aby nás dokázal kartičkou sám oslovit. Vždy, když jsme věděli, že něco chce, odešli jsme s tou věcí do jiné místnosti a čekali, až za námi kartičku donese. Také jsme se k němu otáčeli zády, aby se naučil, že když nám chce něco pomocí kartičky říct, musí si naši pozornost nejdříve získat tím, že nás chytne za ruku.

Na terapii mi doporučili, abych polepila skříně, lednici a prostě všechno, co mě napadne, obrázky – ne proto, aby je syn hned používal, ale aby je měl na očích.

Ale abych řekla pravdu, byl to chaos. A to od neustálého hledání kartiček přes vymýšlení, co mu vlastně vytisknout, až po vymýšlení způsobů, jak mu kartičku podstrčit, aby ji vůbec použil.

Při použití AAK je vhodné počítat s velkou dávkou trpělivosti a s tím, že výsledky se nemusí projevit v krátkém časovém úseku. Jak dlouho trvalo, než jste u syna viděla první jasný signál, že rozumí tomu, k čemu kartička slouží?

Je pravda, že prvotní radost z toho, že to funguje, časem vyprchala. Dostala jsem se do fáze, kdy to cíleně fungovalo jen na jídlo a sladkosti, a to ještě pouze tehdy, když to bylo organizované. Ale asi za dva měsíce přišel od syna první velký impuls, že to opravdu funguje. Neměli jsme doma jeho oblíbené bonbony a já mu stále dokola nad kartičkou opakovala: „Nemám." On najednou tu kartičku vzal, ukázal ji tatínkovi a vedl ho k autu. S kartičkou v ruce odjeli do obchodu, kde ji s tatínkem za bonbóny vyměnil.

Během třetího měsíce nám přišly domů letáky z obchodů a syn si v nich sám našel obrázek toho, co chtěl podat. Asi čtvrtý měsíc jsme museli někam odjet a syn začal dělat scénu.

Najednou mě napadlo ukázat mu fotku místa, kam jdeme. Scény byl okamžitě konec a syn si šel pro boty. A právě tehdy mi došlo, že jestli chci, aby syn kartičky používal, musím je začít používat i já. K tomuto zjištění mi pomohla také kniha doporučená terapeutkou: „Modelování v alternativní a augmentativní komunikaci (AAK)" z nakladatelství Pasparta.

Když jsem tedy potřebovala, aby syn něco udělal, ukazovala jsem mu kartičky, kterými jsem už měla polepený byt. Sice jsem zpočátku neměla pocit, že by syn obrázek vůbec zaznamenal, ale i tak jsem vytrvale ukazovala dál. A pak, z ničeho nic, začal syn tyto kartičky používat také.

Takže k takovému tomu úplnému a správnému pochopení kartiček jsme se dopracovali po půl roce.

Pro přiblížení praxe - jak u vás vypadá běžný den s kartičkami? Z našich konzultací vím, že je máte umístěny na lednici, na skříňkách, Tomášek má také vlastní sešit s kartičkami…ale stává se, že je nosíte také s sebou, když odjíždíte mimo domov?

Praxe s kartičkami se hodně mění. Řekla bych, že se jimi rozhodně rozšiřuje slovní zásoba a porozumění. Například věci, které jsem dříve musela ukazovat na kartičkách (záchod, koupání, umytí, jídlo), už dnes neukazuji, protože syn danému pokynu rozumí. Kartičky pro věci, které už chápe, tedy pomalu vyřazujeme.

Stále ho ale vedu k tomu, aby mi své požadavky sám sděloval pomocí kartiček. Když si například z lednice vezme jahody, chci po něm, aby mi ukázal, co si přeje, a musí mi donést příslušnou kartičku. Po deseti měsících se už ale vlastně ani nedá mluvit o nucení – je to pro něj přirozené. Stačí jen říct pokyn „řekni si" a on kartičku přinese. Kartičky nově používáme také obráceně: ne že on nese kartičku mně, aby něco dostal, ale já dám kartičku jemu a on danou věc přinese.

Rozhodně bychom už kartičky chtěli nosit i s sebou ven, ale zavést to do praxe je stále těžší, než se zdá. Zatím je nosíme pouze na ergoterapii. Je ale pravda, že když jsme někde venku a já mu potřebuji přiblížit, kam jdeme nebo co se tam bude dít, rychle najdu obrázek v mobilu. Do budoucna se chceme určitě zaměřit na to, abychom měli základní kartičky s sebou alespoň na klíčence a syn je dokázal použít, i když jsme mimo domov.

Které konkrétní situace nebo činnosti vám fotky nejvíce usnadňují? (Např. jídlo, výběr hraček, odchod ven, příprava na to, co se bude dít?)

Rozhodně jídlo a odchody z domu.

Mohu se zeptat, v čem vidíte největší změnu od doby, co kartičky používáte? Všimla jste si například, že by byl Tomášek klidnější, když dokáže vyjádřit své přání?

Určitě je teď klidnější a šťastnější. Vymizela frustrace, která dříve vedla k agresi, a hlavně se mu velmi zlepšilo celkové porozumění.

Stalo se vám někdy, že vás Tomášek kombinací kartiček nebo jejich nečekaným použitím překvapil nebo rozesmál?

O kombinování kartiček se ještě úplně mluvit nedá, protože to zatím neumíme. Máme opravdu problém zařadit do užívání slovesa. Pomocí kartiček nás ale syn překvapil tím, kolik věcí už sám zná. Je na něm jasně vidět, že má bohatou pasivní slovní zásobu. A navíc nás tím už nespočetněkrát rozesmál.

Fungování s komunikačními může přinášet různorodé situace. Jak zvládáte situace, kdy vaše dítě ukáže na kartičku s věcí, kterou zrovna nemůže dostat (např. sladkost před obědem)? Jak v takovou chvíli s kartičkou pracujete?

U nás je už od začátku vidět, jak postupně odbouráváme frustraci z toho, že mu nerozumíme. Všechny ty obavy, které jsme měli – například že bude křičet, když mu danou věc nedáme – byly zbytečné. Kartičky ukázaly, že ten křik pramenil pouze z toho, že si syn myslel, že vůbec nevíme, co chce. Když poprvé donesl kartičku a my řekli „ne“ nebo „nemám“, obešlo se to vlastně úplně bez scény. Pokud je někdy příliš urputný a stále dokola vyhledává někoho, komu by kartičku vnutil, aby mu splnil přání, jednoduše si od něj kartičku vezmeme, řekneme „ne“ a schováme ji.

Vím, že se snažíte kombinovat kartičky se znakováním. Jaké v tom vidíte benefity?

Znakujeme hlavně slovesa, která syn pomocí kartiček moc používat nechce, a je to super.

Je vidět, že teď sám po znakování zatoužil, protože se ukazuje, že je to prostě rychlejší než hledat kartičku. Jeho pohodlnost nás tak vlastně pohání ke znakování. Skvělé je, že mu pomocí kartiček můžu snadno přiblížit, co daný znak znamená. Ono to tak nějak samo vyplynulo z praxe, aniž by se na to člověk musel záměrně zaměřovat.

Zajímalo by mne, jak řešíte praktickou stránku věci – jak často musíte fotit a vyrábět nové kartičky a podle čeho se rozhodujete, že je čas přidat nové slovo/fotku?

Na začátku bych řekla, že jsme každý den pořád přidávali něco nového, na čem budeme komunikaci trénovat. Později už to bylo tak jednou za čtrnáct dní, kdy jsem vymýšlela a vyráběla nějaký nový soubor obrázků (například oblečení a podobně). To, jak se syn celkově naučil vyhledávat obrázkové podněty ve svém okolí, nakonec ovlivnilo i mě. Letáky s potravinami, oblečením nebo hračkami jsem najednou neprohlížela kvůli tomu, co mají v akci, ale hledala jsem v nich obrázky vhodné na kartičky. Dnes už bych řekla, že spíše jen doplňujeme – nové kartičky vyrábíme tak jednou měsíčně - nebo zkrátka tehdy, když syna něco nového zaujme.

Také samotná potřeba se změnila, protože časem už jsme přestali vyžadovat konkrétní fotky. Synovi dnes stačí univerzální piktogram, případně používáme jednu fotku pro více podobných věcí. Je ale pravda, že i tak občas narazíme na situaci, k níž potřebujeme novou kartičku vytvořit.

Kdyby před vámi stáli rodiče, kteří nemají s tímto typem komunikace zkušenost nebo nevěří, že to její dítě zvládne, co byste jim ze své zkušenosti poradila?

Hlavní je to nevzdávat, zkoušet a zkoušet. Mně to před rokem, když mi paní Valentýna z rané péče dávala tipy na tuto komunikaci, znělo také jako sci-fi a myslela jsem si, že to moje dítě nikdy nezvládne. Nebudu lhát, i v průběhu, kdy už piktogramy využíváte, to může být frustrující – například když na dva měsíce uvíznete jen na pěti obrázcích. Ale stojí to za to.

Ta úleva dítěte, že vám dokáže něco sdělit, i kdyby to mělo být jen jedno jediné slovo nebo jedna jediná kartička, je zkrátka k nezaplacení. Za mě to zvládne každé dítě, jen je potřeba na začátku vychytat tu správnou motivaci – aby z toho dítě mělo užitek hned v tom okamžiku, kdy kartičku použije. A pokud se nedaří tu správnou motivaci nalézt, doporučuji pro začátek vyhledat řečovou terapii. Za mě je „řečovka“ hotový zázrak.

Veronika Pletněnová

CHYSTÁTE SE DO KLIMKOVIC?

Pak vás možná zaujme krátká recenze z naší rodiny.

Letošní červenec jsme stejně jako loni strávili s výhledem na celé Beskydy v **Sanatoriích Klimkovice**. Syn si lázně napoprvé zamiloval a celý rok prosil, zda můžeme jet znova. V rámci komplexní lázeňské péče jsme měli každý všední den nabitý procedurami.

V Klimkovicích je bohatý ergoterapeutický program - „klasická“ ergoterapie, senzorická integrace, snoezelen - individuální i v malé skupince.

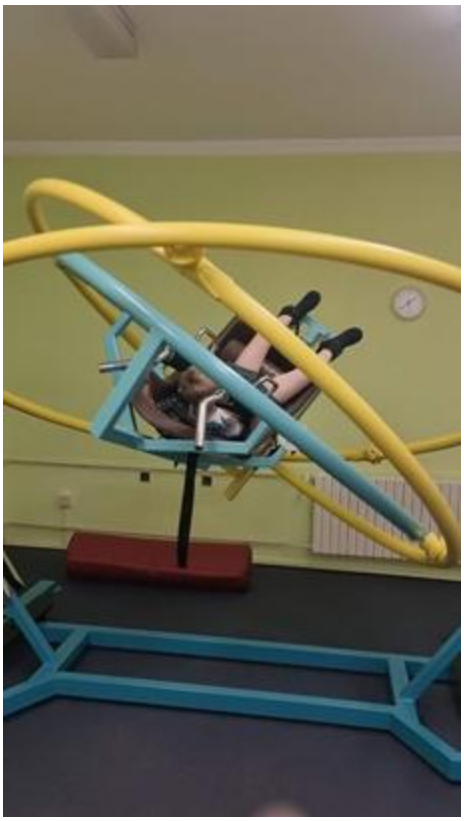
Letos byl pro nás novinkou ***OptiLight***, který syna moc bavil. Jedná se o tmavou místnost, kde jsou na podlahu promítány barevné body. Pokud dítě pomocí “výpravky” (plácačky) bod aktivuje, přeruší světelný tok, zazní zvuk/heslo a na projekční stěně se např. zobrazí část obrázku. Hra má mnoho variací, které vybírá terapeut dle schopností dítěte.

OptiLight tak propojuje hudbu, světelné podněty, rytmus a pohyb hravou formou, která děti přirozeně motivuje ke spolupráci. Procedura podporuje koordinaci, soustředění, smyslové vnímání i komunikaci.

Kromě ergoterapie syn absolvoval individuální fyzioterapii. Žádné „cvičení” nebylo úplně stejné ani jakkoli pro děti nudné. Například terapeutický gyroskop si syn velice užil a pár minut si vyzkoušel být kosmonautem. Tato cvičební pomůcka ve tvaru rotujících kol je skvělá k posílení středu těla, zlepšení rovnováhy a koordinace pohybů.

Obrovský pokrok syn udělal za dvě sezení se skvělou paní logopedkou. Ovšem nejvíce syna nadchla canisterapie. Užíval si koupele v léčivé vodě a s nadšením se účastnil odpoledních programů pro děti. Už se nemůžeme dočkat příštího léta.

maminka Anička



CHODÍME DO JABLÍČKOVA

Jablíčkov je skvělé místo pro celou rodinu. Chodí tam na kroužky starší "zdravý" syn i ten mladší, který navštěvuje jednou týdně klubík přímo uzpůsobený pro děti s různými speciálními potřebami ve věku od 5 do 11 let.

Klubík probíhá v čase od 13.15 do 15.15. Během dvou hodin děti procvičí manuální činnosti jako je například keramika, kreslení, logické hry, ale i fyzické dovednosti - třeba na opičí dráze nebo při tanci. To všechno s milými a vlídnými lektorkami, které děti do ničeho nenutí, ale snaží se je pozitivně motivovat. Uprostřed programu bývá svačinka a když je teplé počasí, chodí se s dětmi ven na blízká hřiště. Můj syn Miky odchází z klubíku vždy usměvavý a spokojený.

Jablíčkov využívám i já. Navštěvuji skupinu pro rodiče dětí se speciálními potřebami, která mi přináší pocit klidu, uvolnění a naděje. Od ostatních rodičů se dozvím nové informace a ujistím se, že nejsem sama na světě. Jablíčkov doporučuji všem.

máma Mikyho

Najít kroužek pro dítě se speciálními potřebami nemusí být boj. (*Aktuální informace z Jablíčkova)*

V Jablíčkově se nám od října uvolnilo několik míst ve specializovaných kroužcích pro

děti se zdravotním znevýhodněním ve věku 5–11 let a rádi bychom je nabídli právě Vám.

Děti tvoří, cvičí, hrají si a rozvíjejí své dovednosti v malých skupinkách maximálně čtyř dětí s individuálním přístupem dvou zkušených lektorek.

A aby byla docházka co nejjednodušší, lze využít i bezpečnou dopravu dětí na kroužky ve spolupráci s organizací BEZBA, se kterou máme skvělé zkušenosti.

Nezapomínáme ani na vás, rodiče - v Jablíčkově nabízíme i odborné poradenství a podpůrnou skupinu - bezpečné místo bez předsudků, kde můžete vypnout, sdílet své starosti a načerpat energii mezi lidmi, kteří vám skutečně rozumí.

Další informace najdete **na našem webu**.

Míst je opravdu jen několik, proto s přihlášením neváhejte. Před samotným zápisem si společně projdeme krátký a citlivý vstupní rozhovor, abychom pro Vaše dítě zajistili to nejlepší možné prostředí.

Pro další informace a přihlášení na kroužky kontaktujte koordinátorku Svetlanu Biskupovou na e-mailu integrace@jablickov.cz.

KAM S DĚTMI – NÁPRSTKOVO MUZEUM

Moje první návštěva muzea – Vietnam blízký a vzdálený

Pro někoho méně známé, avšak krásné Náprstkovo muzeum…

Mnoho rodičů toto muzeum staví na vedlejší kolej, protože ho vyhodnocuje jako muzeum pro starší děti. I já si myslela, že **Náprstkovo muzeum** je nejdřív pro pěti až šestileté děti.

Ale můj (tehdy dvouapůlletý) syn mne velmi překvapil.

Vše záleží na doprovodu a na tom, jak to podáte. Budete- li se dítěti věnovat, vyprávět přiměřeně věku, budete mile překvapeni. Naše specifické děti jsou velmi vnímavé a z muzea si jistě něco odnesou. A pokud vaše děti vyhledávají vědomosti všemi smysly nebo vás jen zajímá komentovaná prohlídka, ale potřebujete zaměstnat dítě, aby vás stále někam netahalo, tenhle program by pro vás mohl být ten pravý…

Už při vstupu vás uvítá ochotný personál, který zájemce seznámí, jak bude prohlídka probíhat a kde můžete dítě občerstvit (vlastní svačinou - sál ve 3. patře), kde najdete toaletu/přebalovací pult (3. patro), šatny (klíč za vratnou zálohu - pouze hotovost, tuším 100Kč/nebo doklad), případně pomůže s kočárkem - do muzea vedou schody. (Kočárky se nechávají v přízemí naproti pokladně.)

Samotná komentovaná prohlídka o Vietnamu trvá asi hodinku - projdete dvě místnosti. Pan průvodce vypráví o výstavě moc hezky a je ho slyšet i přes hrající si děti, které zabavuje druhá paní průvodkyně v krásných šatech.

Na výstavě v přízemí jsou pro děti rozmístěna celkem tři stanoviště. Každé stanoviště skrývá jiné možnosti zabavení.

Na prvním stanovišti si ozdobíme připravený vějíř, vybarvíme omalovánky místních zvířat, pojmenujeme zvířátka na fotkách, větší děti ocení mapu.

Na druhém stanovišti si uvaříme dobroty (dostaneme obrázky místních surovin), zkusíme jíst hůlkami, můžeme vyzkoušet vějíř nebo čínský lampion s rolničkami (repliky).

Na třetím, posledním stanovišti ve vedlejší místnosti je připravena krabice pokladů. Odvážní objeví např. mořskou hvězdici, mušli, plyšáčky, káču či jiné hračky, se kterými si mohou pohrát, zatímco dospělý doprovod poslouchá komentovanou prohlídku.

Děti i dospělí si z programu odnášejí nové vědomosti. Každý „to svoje“. Při prohlídce oba průvodci ochotně odpovídali naše dotazy nebo ukázali, jak se jí hůlkami.

Po komentované prohlídce je možné si muzeum doprohlédnout celé (Austrálie a Oceánie, Vojta Náprstek). Všechen personál je velmi laskavý, profesionální a prohlídka je moc hezky připravená.

Během prohlídky je možné kdykoliv odejít a vrátit se, podle potřeb dítěte. Se synem to byl náš už druhý program v Náprstkově muzeum pro děti - první byla Austrálie a Oceánie, která nám přišla o něco lepší. Rozhodně však doporučujeme oba programy, které jsou výborně promyšlené a dělané s láskou.

Vypsaných termínů moc nebývá a jsou rychle pryč. Najdete je na stránkách muzea - Náprstkovo muzeum asijských, afrických a amerických kultur.

Vstupenka vyšla na 210 Kč / tříleté dítě bylo zdarma.

Před muzeem je pak malé pískoviště a loď, aby si děti mohly pohrát.

Syna zaujala i „fontána“ a totem.

Moc děkujeme a těšíme se na příště.

maminka Zuzka

KAM S DĚTMI – ZOUBKOVÁ HERNA 1

Náš pětiletý syn Matouš je na spektru a má poruchu senzorické integrace. Dovedete si jistě představit, jak probíhá vyšetření u zubaře. Nedávno jsme navíc zjistili, že má dva menší kazy. Ze zdravotních důvodů nemůže podstoupit analgosedaci. Narkóz má i tak dost, a tak jsme se rozhodli, že zkusíme vrtání „zaživa". První pokus nevyšel, přestože naše zubařka i sestra byly velmi trpělivé, vše ukazovaly a vysvětlovaly předem.

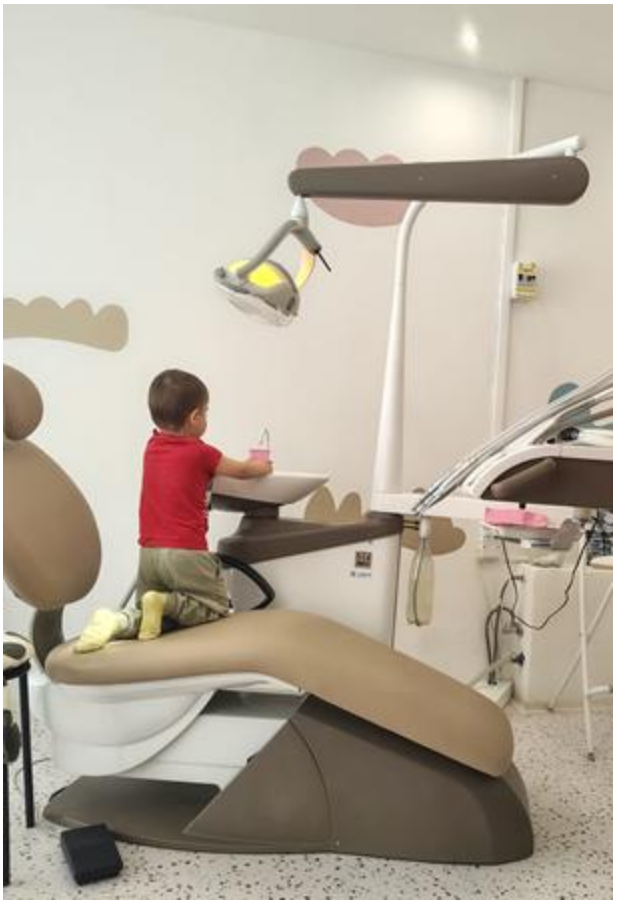
Zjistili jsme, že kousek od nás v pražských Modřanech je **Zoubková herna**, a tak jsme se tam objednali. Měli jsme téměř hodinu celou hernu pro sebe, starala se o nás slečna, která vše vedla. Nejprve kluci byli v malé herní místnosti, kde byla připravena zábavná edukační aktivita (které potraviny svědčí zoubkům a které ne), slečna měla připravenou pohádku, která opět zábavnou formou vysvětluje, proč se kazí zuby a jak tomu předejít. Zkusili si na velkém modelu čištění obřím mezizubním kartáčkem.

Pak jsme šli do vedlejší místnosti, kde je reálné zubařské křeslo s vybavením včetně vrtačky. Tam si kluci mohli vyzkoušet sami prohlídku zubů i opravu zkaženého zubu plyšového draka. Mohli si vše v klidu osahat a prohlédnout.

Slečna byla velmi trpělivá. Pro Matouše je těžké udržet pozornost a jeho bráchovi ještě nejsou ani tři roky. Kdykoliv kluci potřebovali pauzu od připraveného programu nebo si přinesli třeba knížku a chtěli se věnovat jí, nebyl to vůbec problém.

Zatím nevíme, zda se ošetření podaří, ale už tušíme, že jsme tam nebyli naposledy. Takových míst by mělo být více.

Martina Rázus Paříková



KAM S DĚTMI – ZOUBKOVÁ HERNA 2

Zubař - slovo, ze kterého se mnozí z nás orosí. I pro většinu dětí je zubní ordinace nepříjemná, ačkoliv dnes už zubaři dětem pouští u ošetření pohádky, ukazují ošetření na plyšácích nebo jim říkají, co je čeká.

Najít zubaře, který má pro malé dítě alespoň částečně uzpůsobený prostor a dostatek času, je velmi těžké. Náš syn času potřebuje ještě více než běžné dítě, na to ovšem v klasické ordinaci nejsou možnosti. A tak se dostal do strachu, agrese. Bohužel.

Samozřejmě doma čištění zoubků trénujeme, ukazujeme si, hrajeme si, povídáme, čteme. Ale není to dost. A to jsme zatím vždy (klep, klep) řešili jen prevenci. A paní zubařku máme skvělou, empatickou. Také nás uklidňovala, že nejsme jediní…

Naštěstí existují zubní herničky, někdo je nazývá školkou. Každá pojímá seznámení s prostředím ordinace a zubní hygienou jinak. Prostředí bývá krásně vybavené, ale hodně udělá i lektor.

Pokud můžu něco doporučit, je to Zoubková herna v pražských Modřanech - **Zoubková herna**

Lektorky tam jsou dvě - můžete si vybrat paní zubařku MDDr. Radku Krupkovou nebo dentální hygienistku. My jsme byli u (tety) paní Radky.

Měla jsem předem velkou obavu, ale paní doktorka měla lidský, empatický přístup, vlídný úsměv, klidný hlas, vysvětlovala vše hravou formou, bez nátlaku, a vůbec se „neofrňovala“ nad našimi chybami. Byla skvělá a syna si získala hned mezi dveřmi (syn většinou potřebuje čas na vyhodnocení prostoru i lidí).

Přivítala nás, nabídla občerstvení, ukázala, kde si můžeme hrát, kde je toaleta. Nechala syna rozkoukat a pak se zeptala, zda si chce hrát sám nebo se může k jeho hře přidat.

Hravou formou ukázala, jak správně čistit zoubky, jaký kartáček použít, aby čištění bylo efektivní, ale dítěti příjemné, ukázala příšerky, které nám dělají špinavé zoubky, zahráli jsme si, co mají zoubky rády a co naopak ne, poskládali zoubky, kam v puse patří aj.

Syn by tam vydržel mnohem déle.

Poté jsme nakoukli i do druhé místnosti, kde bylo zubařské herní křeslo s nástroji, kde si odvážlivci mohou ošetřit dinosaury, zkusit sednout do křesla, napustit kelímek, vylít vodu do umyvadla, vyzkoušet vrtačku nebo jiné nástroje.

Prohlédli jsme si i snímky zoubků, vybarvili omalovánky.

Koupili jsme kartáček (paní zubařka nijak ke koupi nenutí, možnost je - platba QR kódem, 79-299 Kč).

Paní zubařka ochotně odpovídala na všechny dotazy. Rozumí strachu z ošetření a poradí, jak se ho zbavit či ho aspoň zmírnit.

Určitě se sem vrátíme a k paní zubařce s největší pravděpodobností přejdeme. Kéž by bylo víc takových lékařů.

Hernička je na 40 minut, vždy v pondělí a v pátek. Na konci syn dostal krásný diplom s dárečky.

Za 2 dospěláky a 1 dítě jsme platili 1090 Kč. Odnášíme si ale mnoho.

Přejeme i vám hezký zážitek.

maminka Zuzka a Sebík

AKTIVITY PRO DĚTI V PLZNI - BABY ACADEMIA PLZEŇ

Jsem maminkou chlapce Maxíka, kterému jsou dva roky a je u něj podezření na vadu řeči - dysfázii . Maxík má starší sestřičku Nicolettku, která má atypický autismus. Když jsme u ní řešili toto podezření, snažili jsme se v našem městě pro ni najít pomoc. Tehdy jsem narazila na internetu na ***Baby Academii*** *v Plzni a velmi mě zaujal koncept jednotlivých lekcí, kdy se vlastně hravým způsobem nejmenší děti vzdělávají. Měla jsem pochopitelně obavy, zda takové dítě jako Niky přijmou, zda se s takovým dítětem nebudou bát pracovat. Avšak to nebyl žádný problém. Niky se tam od první chvíle zalíbilo a chodila tam velmi ráda po dobu, než nastoupila do školky. Toto centrum není zaměřené na děti se speciálně vzdělávacími potřebami, ale myslím si, že hravým způsobem by se mělo vzdělávat každé dítě.*

Nyní jsem hledala pro svého syna na každý den nějaké aktivity. Maxík chodí až dvakrát týdně na ergoterapii, do mateřského centra a na cvičení. Jeden den v týdnu jsem měla tedy volný, tak jsem si vzpomněla na Baby Academii a věděla, že nás určitě přijmou. Maxík byl ihned nadšený z každé lekce. Rychle se adaptoval na prostředí a průběh lekce.

Lekce Centra raného vzdělávání jsou zaměřené na přirozený rozvoj rozumových schopností a pohybových dovedností dítěte podle ověřené Domanovy metody. Nechybí nic – rozvíjí smysly, orientaci, řeč.

A jak to vypadá?

Hernička je speciálně připravená i podle sezóny, zaměřená na všechny smysly. Jednou měsíčně se přidává lekce světelná – Blick and Play, na podporu zrakového vnímání a posílení soustředění. Nemají individuální lekce, hodně si zakládají na socializaci dětí, takže pracují ve skupinkách. Jedna lektorka má na starosti maximálně tři děti, za přítomnosti rodičů. Vždy jsme se setkali s empatickou lektorkou, která respektuje individuální vývoj dítěte. Pracuje se i s kartičkami. Oblíbené jsou volné aktivity na stanovištích podle výběru dítěte. Maxík rád leze po žebřinách, na skluzavce, lákají ho i aktivity na jemnou motoriku.

Někdy dětem k rozvoji stačí opravdu málo. A to je podnětné prostředí a hlavně individuální přístup. Maxík se velmi zlepšil v porozumění a ukazování. Proto Baby Academii mohu jedině vřele doporučit i ostatním rodičům.

Nikola Žerebov

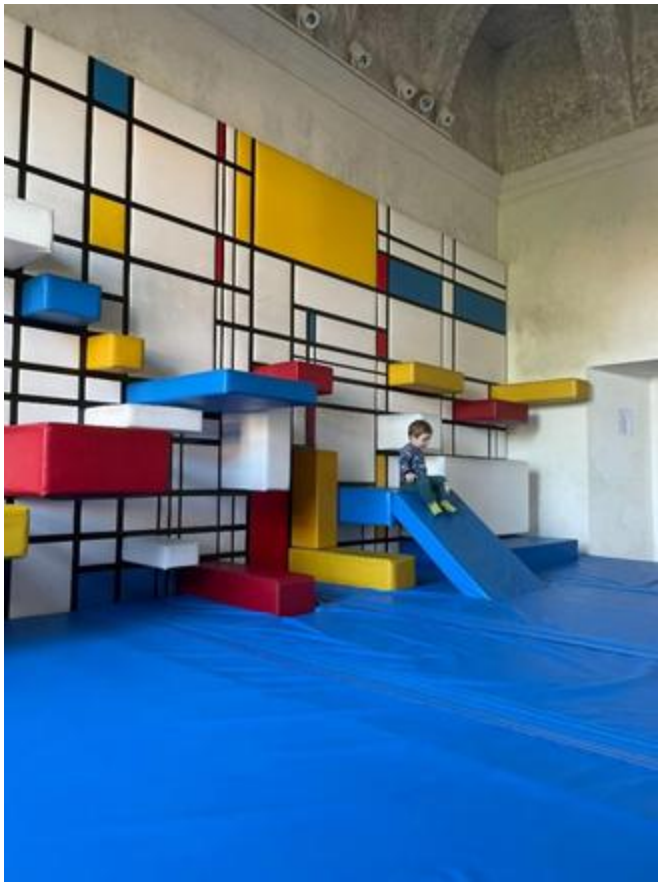
VIZUÁLNÍ HERNY aneb pestrý svět barev a tvarů

kde: Galerie Středočeského kraje - Kutná Hora

Doporučujeme **hernu a interaktivní místnosti v GASK** (Galerie Středočeského kraje).

Vstupné je pouze 50 Kč/dospělý, 30 Kč/dítě 6+, dítě do 6 let zdarma, a to bez časového omezení; děti si zde určitě vyhrají. Jen pozor na otevírací dobu (pondělí zavřeno). Náš syn miluje ty interaktivní místnosti v prvním patře. Najdete tu bezpečné "hřiště" a v přízemí je krásná prostorná herna plná Montessori prvků. Rádi se sem vracíme. Ještě nikdy jsme tu nepotkali víc než tři děti a líbí se mi zejména, že to není přeplněný prostor. Tak si užijte svou návštěvu i vy. Třeba se zde někdy potkáme.

Lucie Janečková



Copyright © říjen 2026 Raná péče Diakonie
All rights reserved.

Redakční práce: Alice Pexiederová
Jazykové korektury: PaedDr. Jana Vachulová
Sazba: Lucie Černíková
Ilustrace s ručičkami: 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 - Střediska celostátních programů a služeb**
Čajkovského 1640/8
130 00 Praha 3
www.scps.diakonie.cz

Ředitel: David Michal

Jsme členy ASOCIACE RANÉ PÉČE ČESKÉ REPUBLIKY

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. Alexandra Chomiszaková
Mgr. Vlasta Spilková
Mgr. Eva Vedralová
PhDr. Kateřina Štinglová
Bc. Jana Javorská
Mgr. Radka Pochobradská
Mgr. Silvie Rážová, DiS.
Mgr. Pavla Těhníková
Bc. Olga Cudlínová
Mgr. Valentýna Novotná
Mgr. Eva Legnerová
Mgr. Anna Bláhová
PhDr. Jana Pešková, Ph.D.
Mgr. Ilona Drašarová
Mgr. Jana Zalabáková
Bc. Barbora Kremlová (na RD)
Mgr. Kateřina Cingl (na RD)
Mgr. Andrea Šírová, DiS. (na RD)
Mgr. Anna Opatrná (na RD)

Sociálně právní poradenství:
Mgr. Lucie Černíková

Děkujeme **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.