

STUDIJNÍ OPORA • KURZ 5

Rozvoj komunikačních dovedností

Když slova nestačí — cesty, jak si porozumět

Dítě, které nemluví, nekomunikuje o nic méně než ostatní. Komunikuje pohledem, gestem, tím, kam vás odtáhne za ruku, a často i tím, čemu říkáme problémové chování. Kurz je o tom, jak tyto signály přeložit a jak dítěti dát způsob, kterým vám řekne, co potřebuje — obrázkem, znakovou, tlačítkem nebo tabletem. A o tom, že když mu takový způsob dáte, mluvení to nezabrzdí.

Do opory se píše. Na konci každé kapitoly je místo na vaše odpovědi, vzadu seznam zdrojů a celá strana na poznámky.

KURZ ZPRACOVALA

Mgr. Jana Hřibovská

OBSAH

1. Komunikace je víc než mluvení	4 články	2
2. Než začnete: pozorovat a upravit vlastní projev	3 články	7
3. AAK bez pomůcek: vlastní tělo	3 články	11
4. AAK s obrázky: od předmětu k piktogramu	3 články	14
5. Technika a komunikační pas	3 články	18
6. Pohyb, dech a řeč	4 články	22
+ Komunikační pas	příloha	27
+ Zdroje a odkazy	rozcestník	29
+ Moje poznámky	na psaní	32

Komunikace je víc než mluvení

Nejrozšířenější mýtus o dětech s PAS zní „nemluví, tak nekomunikuje“. Přitom komunikace probíhá nepřetržitě — jen ne slovy.

1.1 Pět způsobů, jak dítě komunikuje

Než začnete hledat pomůcku, stojí za to přeřadit na jiný pohled: **komunikace neprobíhá jen slovy a neprobíhá jen tehdy, když ji čekáte**. Odborníci rozlišují pět rovin — a mluvené slovo je jen jedna z nich.

KOMUNIKACE PROBÍHÁ POŘÁD · PĚT ROVIN

Mýtus „nemluví, tak nekomunikuje“ neobstojí ani u jednoho dítěte.

1 Verbálně Slova, echolálie, zvuky se záměrem.	2 Neverbálně Pohled, gesto, mimika, postoj, dotek.	3 Chováním Křik, útěk, shazování. Nejhlasitější sdělení.	4 Tělem Bolest břicha, zrychlený dech, napětí.	5 Mlčením Selektivní mutismus. I mlčení něco říká.
---	--	---	--	---

Jen první z pěti je řeč.

Když dítě nemá srozumitelný způsob, zbydou mu ty ostatní — a nejúčinnější z nich bývá chování. Dát mu způsob, kterému okolí rozumí, je nejlepší prevence problémového chování, jakou znáte.

- **Verbálně** — mluvené slovo, ale také echolálie (opakování slyšených vět) a vokalizace, tedy zvuky se záměrem. „Ham“ místo „chci jíst“ je komunikace.
- **Neverbálně** — pohled, gesto, mimika, postoj těla, doteky, vzdálenost, kterou si dítě drží.
- **Chováním** — křik, útěk, shazování věcí, sebezraňování. Bývá to nejhlasitější sdělení, jaké dítě má.
- **Tělem** — bolest břicha před odchodem do školy, zrychlený dech, napětí ve svalech. Tělo reaguje na stres dřív, než si ho dítě uvědomí.
- **Mlčením** — selektivní mutismus. Dítě, které doma mluví a ve škole ne, tím také něco sděluje.

NEJDE O TO, JESTLI KOMUNIKUJE

Jde o to, jestli má k dispozici způsob, který mu okolí rozumí. Když ho nemá, zůstane mu to, co funguje spolehlivě — a to bývá křik. Dát dítěti srozumitelný způsob je nejúčinnější prevence problémového chování, jakou znáte.

ODKAZY A DOKUMENTY

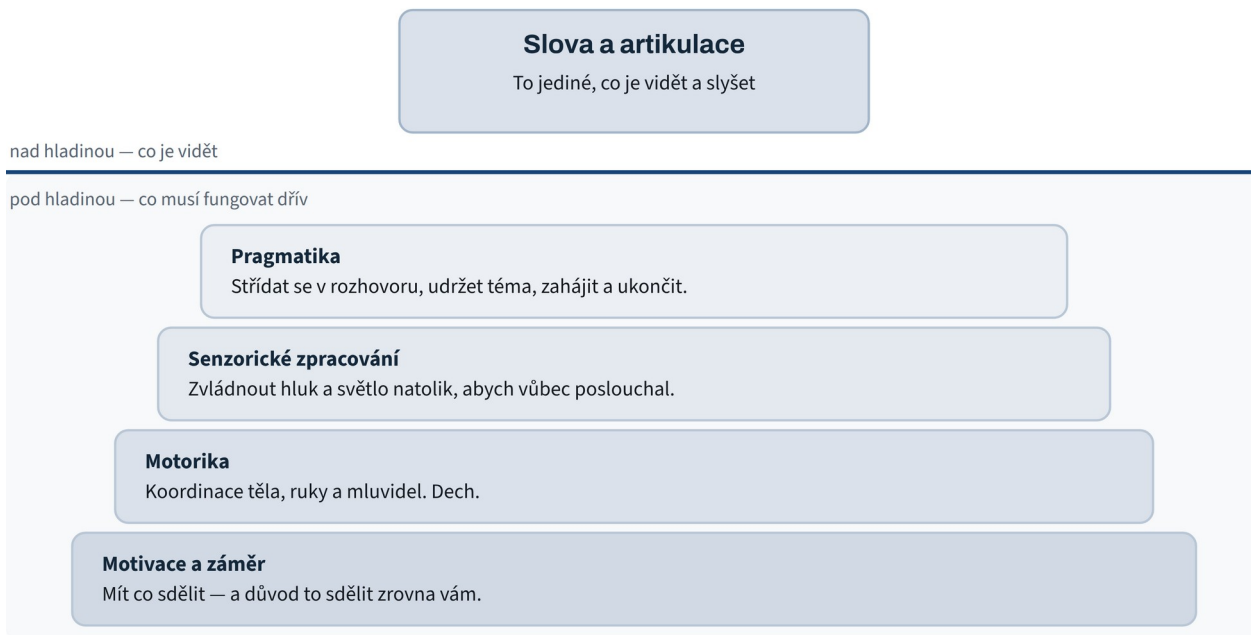
Thorová, K.: Komunikace u osob s PAS

Podklady kurzu Národního ústavu pro autismus, Praha 2024. Odtud pochází dělení způsobů komunikace, čísla o podílu nemluvicích dětí a poznámka k vizuálním časovačům.

1.2 Co je pod hladinou

Slova a artikulace jsou u komunikace to jediné, co je vidět. Pod hladinou je ale několik vrstev, které musí fungovat dřív, než se objeví první slovo — a u dítěte s PAS bývá potíž právě v nich.

KOMUNIKACE JAKO LEDOVEC



Proto nemá smysl začínat u výslovnosti. Když dítě nemá **důvod** komunikovat, nebo je zahlcené hlukem a nedokáže se soustředit, nácvik hlásek nikam nevede. Nejdřív se staví spodní patra.

Když se objeví problémové chování

Zeptejte se, **co tím dítě mohlo chtít říct**. Nejčastěji je pod tím jedna z těchto věcí:

- Úzkost nebo strach z něčeho, co neznám a nevím, jak dlouho to potrvá.
- Bolest, kterou neumím pojmenovat ani ukázat.
- Senzorické přetížení — hluk, světlo, dotek, pach.
- Žádost: chci něco, co je vysoko, zavřené nebo u někoho jiného.
- Neporozumění situaci nebo pokynu.
- Nuda, nebo naopak snaha získat vaši pozornost.

CHOVÁNÍ SE NEDÁ ODNAUČIT, DOKUD NEMÁ NÁHRADU

Když dítěti zakážete křičet, ale nedáte mu způsob, jak požádat, křik nezmizí — jen se změní v něco jiného. Pořádí je vždy opačné: nejdřív funkční způsob, pak teprve ubývá to staré.

ODKAZY A DOKUMENTY

[Klíč pro komunikaci s osobami s autismem](#)

Podrobnější verze desatera — jak oslovit, jak se ptát, čemu se vyhnout, jak poznat přetížení.

<https://vlada.gov.cz/assets/ppov/vvzpo/dokumenty/KS---Klic-pro-komunikaci-s-osobami-s-autismem.pdf>

1.3 Komunikační profil u PAS

Porucha komunikace je u PAS jádrový příznak — projeví se u každého, i u dítěte, které mluví plynule a má bohatou slovní zásobu. Liší se jen tím, kde přesně.

Kolik dětí nemluví

Starší prameny uvádějí, že verbálně nekomunikuje až **polovina** dětí s PAS. Novější česká data mluví o **25 až 30 %** dětí, které jsou neverbální nebo minimálně verbální, tedy používají méně než třicet slov. Podobný podíl má výraznější potíže ve stavbě jazyka a zhruba čtvrtina až třetina nemá odchylky žádné kromě pragmatické roviny.

Čeho si všímat

- **Echolálie** — opakování slyšených slov a vět. Není to zlobení ani porucha: dítě používá slova, která má k dispozici, protože vlastní zatím nemá. Dá se na ni navázat.
- **Doslovnost** — metafory, ironie a nadsázka matou. „Padají trakaře“ si dítě představí doslova.
- **Obtížné zobecňování** — naučené slovo se váže k jedné konkrétní věci. „Hrnek“ je ten žlutý doma, ne hrnek u babičky.
- **Pragmatická rovina** — užívání řeči v kontaktu: střídání rolí v rozhovoru, udržení tématu, zahájení a ukončení hovoru. Tady je potíže i u dětí, které jinak mluví bez chyby.

OČNÍ KONTAKT

Nechybí, ale bývá jinak načasovaný a méně častý. Část lidí s autismem oční kontakt naváže a udrží, ale je jim nepříjemný až bolestivý. Nenuťte ho — pozornost dítěte se pozná i jinak a vynucený pohled do očí odčerpá kapacitu, která měla jít na porozumění.

ODKAZY A DOKUMENTY

Thorová, K.: Komunikace u osob s PAS

Podklady kurzu Národního ústavu pro autismus, Praha 2024. Odtud pochází dělení způsobů komunikace, čísla o podílu nemluvících dětí a poznámka k vizuálním časovačům.

Metodika práce se žákem s narušenou komunikační schopností

Vrbová, R. a kol., Univerzita Palackého v Olomouci, 2012. 132 stran, volně ke stažení. Odborný přehled kategorií narušené komunikační schopnosti; pro rodiče jsou nejužitečnější kapitoly 4 a 5.

<https://spolecnevzdelavani.upol.cz/pdf-portal-vzdelavani/0600-vrbova-r-a-kol-metodika-prace-se-zakem-s-narusenou-komunikacni-schopnosti-olomouc-univerzita-palackeho-2012/>

1.4 Na co má každý právo

Tohle je krátký článek, ale kdyby vám z celého kurzu měl zůstat jediný, ať je to tenhle. Komunikační práva platí pro každého člověka bez ohledu na to, jak mluví a jestli mluví vůbec.

NA CO MÁ PRÁVO KAŽDÝ ČLOVĚK

Platí bez ohledu na to, jak mluví a jestli mluví vůbec.



Žádat o vytoužené předměty, činnosti a lidi.



Odmítnout to, co nechci — a být vyslyšen.



Vyjádřit vlastní pocit a vlastní preferenci.



Mít z čeho vybírat, ne dostat jedinou možnost.



Odmítnout i nabízený výběr, když mi nesedí.



Žádat pozornost druhého a dostat ji.

Nejsou to práva na mluvení.

Jsou to práva na možnost. Když se na běžný den doma podíváte touhle optikou, obvykle se ukáže, že dítě nemá jak odmítnout a nemá z čeho vybírat — a právě to se pak projeví jako vzdor.

Všimněte si, že většina z nich **není o mluvení**. Jsou o tom mít možnost. Když se na domácí den podíváte touhle optikou, obvykle se ukáže, že dítě nemá jak odmítnout a nemá z čeho vybírat — všechno je předem rozhodnuté. A právě nemožnost odmítnout bývá tím, co se pak projeví jako vzdor.

NABÍDNĚTE VOLBU TAM, KDE NA NÍ NEZÁLEŽÍ

Modré nebo červené tričko. Jablko nebo hruška. Nejdřív koupel, nebo nejdřív zuby. Na výsledku nesejde, ale dítě zažije, že jeho volba něco změnila — a to je celý základ toho, proč by mělo chtít komunikovat.

ODKAZY A DOKUMENTY

Jarolímová, M., Habarta Alešová, N.: Neverbální komunikace u žáků s narušenou komunikační schopností se zaměřením na VOKS

Školicí prezentace, listopad 2021. Odtud pochází přehled komunikačních práv, jádrová slovní zásoba, výhody i nevýhody AAK a struktura lekcí VOKS.

ZAMYŠLENÍ NA ZÁVĚR KAPITOLY

Kterým z pěti způsobů mi dítě sděluje nejvíc — a všímám si toho?

Které chování, které mě doma nejvíc vytáčí, může být pokus něco sdělit?

Než začnete: pozorovat a upravit vlastní projev

První dvě pomůcky jsou zadarmo: tužka s papírem a způsob, jakým mluvíte. Bez nich nefunguje nic dalšího.

2.1 Osobní komunikační deník

Než začnete zavádět jakýkoli systém, potřebujete vědět, **jak dítě komunikuje teď**. Ne jak by mělo — jak to dělá. K tomu slouží jednoduchý deník o třech sloupcích, který si týden vedete.

OSOBNÍ KOMUNIKAČNÍ DENÍK

Pozorujte, co dítě dělá, a hledejte skrytý význam.

Co dítě udělalo	Co to mohlo znamenat	Co jsem udělal a jak to dopadlo
Přineslo mi hračku a hučí.	Chci ji zapnout.	Zapnul jsem ji. Uklidnilo se.
Položilo mi hlavu do dlaní.	Chci se tulit nebo odpočívat.	Nechal jsem ji tam, pohladil.
Odtáhlo mě ke dveřím ledničky.	Mám hlad, nebo chci jogurt.	Otevřel jsem, nechal vybrat.

Ved'te ho týden, než cokoli pořídíte.

Vedle sloupců vznikne ještě jeden seznam, a ten je nejcennější: po čem dítě samo od sebe touží, když ho nikdo neúkoluje. To budou první slova, která se vyplatí zavést.

Přijde vám to banální, dokud to nezkusíte. Skoro každý rodič po týdnu zjistí něco, co dělal špatně — třeba že dítě přinášelo hračku, aby ji zapnul, a on ji místo toho pokaždé odložil s tím, že se nemá házet po lidech.

Co si zapisovat

- **Co dítě udělalo** — přesně, bez výkladu. „Vzalo mě za ruku a táhlo do kuchyně.“
- **Co to mohlo znamenat** — váš odhad. Klidně i dva.
- **Co jsem udělal a jak to dopadlo** — tohle je ta cenná část.

Zároveň hledejte motivaci

Druhý seznam, který během týdne vznikne, je ještě důležitější: **po čem dítě samo od sebe touží**, když ho nikdo neúkoluje. To budou první slova, která se vyplatí zavést. Nejde o to, co považujete za užitečné, ale o to, co dítě opravdu chce.

NEZAČÍNEJTE U TOALETY

Klasická chyba: první kartička je „wc“ nebo „umýt ruce“. Jít na toaletu není pro dítě motivační, je to přerušení něčeho lepšího. Když systém zavedete na nemotivační věci, dítě se ho naučí ignorovat a zpátky se k němu vrací těžko. Začněte u sušenky, houpačky nebo písničky.

ODKAZY A DOKUMENTY

Žížalová Jarolímová, M.: Alternativní a augmentativní komunikace

Přednáška z Konference duševního zdraví, Via Cordis, z. ú., březen 2023. Odtud je postup zavádění AAK a osobní komunikační deník.

2.2 Desatero úspěšné komunikace

Nejlevnější pomůcka je způsob, jakým mluvíte. Tahle část se týká i dětí, které mluví plynule — rozumění je něco jiného než slovní zásoba.

DESATERO ÚSPĚŠNÉ KOMUNIKACE

Co pomáhá

Řekněte předem, co bude

Včetně toho, že se dítěte chcete dotknout.

Krátce a konkrétně

Jedna instrukce v jednu chvíli, ne řetěz.

Ptejte se na ano/ne

„Chceš kostky?“ místo „Co chceš dělat?“

Dejte čas

Po pokynu počkejte i deset vteřin.

Buďte o krůček napřed

Jedno slovo → mluvíte ve dvouslovných spojeních.

Ukazujte, o čem mluvíte

Slovo plus obrázek, znak nebo předmět.

Co komunikaci blokuje

Zvýšený hlas

Nepřidá srozumitelnost, jen strach.

Vynucený oční kontakt

Odčerpá kapacitu, která měla jít na porozumění.

Ironie a dvojsmysly

„To jsi vymyslel skvěle“ dítě vezme vážně.

Řetěz otázek

Tři otázky za sebou = žádná odpověď.

Otázka místo pokynu

„Můžeš mi podat knihu?“ — „ne“ je správná odpověď.

Fráze o uklidnění

„Nic se neděje“ popisuje stav, který nenastal.

Místo frází popište, co uděláte.

„Sednu si vedle tebe. Za chvíli půjdeme ven.“ Předvídatelnost zklidňuje víc než jakékoli utěšování — a funguje i tehdy, když je dítě už rozrušené.

Co pomáhá

- **Řekněte předem, co bude.** I to, že se dítěte chcete dotknout. Nečekaný dotek zezadu je pro část dětí útok.
- **Mluvíte krátce a konkrétně.** Jedna instrukce v jednu chvíli. „Uklid' si, převleč se a pojď jíst“ se vykoná z první třetiny.
- **Ptejte se tak, aby šlo odpovědět ano/ne.** Otevřená otázka „Co chceš dělat?“ je pro řadu dětí neuchopitelná; „Chceš kostky?“ ne.
- **Dejte čas.** Po pokynu počkejte i deset vteřin. Opakování dřív celou instrukci restartuje a dítě začíná znovu od nuly.
- **Buďte o krůček napřed.** Když dítě používá jedno slovo, mluvíte na ně ve dvouslovných spojeních. Ne celými větami.
- **Ukazujte, o čem mluvíte.** Slovo doprovázené obrázkem, znakem nebo předmětem má mnohem vyšší šanci projít.

Co komunikaci blokuje

- **Zvýšený hlas.** Nepřidá to srozumitelnosti, jen strach. U části dětí spustí přímo krizi.
- **Vynucování očního kontaktu.** „Podívej se na mě, když s tebou mluví“ udělá přesně to, co nechcete.
- **Ironie, nadsázka, dvojsmysly.** „To jsi teda vymyslel skvěle“ dítě vezme vážně.
- **Řetěz otázek.** Tři otázky za sebou znamenají, že dítě nezodpoví ani jednu.

- **Otázka místo pokynu.** „Můžeš mi podat knihu?“ je otázka, na kterou je „ne“ správná odpověď.

MÍSTO FRÁZÍ ŘEKNĚTE, CO UDĚLÁTE

„Uklidni se“ a „nic se neděje“ nefungují — popisují stav, který nenastal. Funguje popsat, co se bude dít dál: „Sednu si vedle tebe. Za chvíli půjdeme ven.“ Předvídatelnost zklidňuje víc než jakékoli utěšování.

ODKAZY A DOKUMENTY

Desatero komunikace s pacienty s PAS

Jedna stránka pro zdravotníky. Vytiskněte si ji a podejte ji v ordinaci — ušetří vysvětlování ve chvíli, kdy na ně nemáte klid.
https://vlada.gov.cz/assets/ppov/vvzpo/dokumenty/KS---Desatero-komunikace-s-pacienty-s-PAS_1.pdf

Klíč pro komunikaci s osobami s autismem

Podrobnější verze desatera — jak oslovit, jak se ptát, čemu se vyhnout, jak poznat přetížení.
<https://vlada.gov.cz/assets/ppov/vvzpo/dokumenty/KS---Klic-pro-komunikaci-s-osobami-s-autismem.pdf>

2.3 Která slova zavést jako první

Výběr slovní zásoby rozhoduje o tom, jestli systém bude dítě používat, nebo ne. Tvrdší formulace: **pokud slovní zásoba nedává dítěti smysl, systém prostě nepoužije** — a vy z toho vyvodíte, že AAK „u nás nefunguje“.

JÁDROVÁ SLOVA · DRUHÁ VRSTVA

Pár slov, která se hodí v nespočtu situací. Cennější než stovka podstatných jmen.

ŘÍDÍ PRŮBĚH

ano · ne

ještě · dost · hotovo

ŽÁDOST A ODMÍTNUTÍ

chci · nechci

dej · mám · nemám

KDO

já · ty

moje · tvoje

KAM

tam · tady

jít

KDYŽ SE ZASEKNE

pomoc

nevím · co

První vrstva: to, co dítě opravdu chce

Pět až osm věcí z pozorovacího týdne. Konkrétní jídlo, konkrétní hračka, houpání, lechtání, vyhazování do vzduchu. Divoká hra bývá nejsilnější motivátor ze všech — a zapomíná se na ni.

Slovo „ještě“ otevře komunikaci nejčastěji.

Dá se jím pokračovat v čemkoli příjemném, takže dítě okamžitě vidí, že to funguje. A nezapomeňte na „ne“ a „dost“ — sady, kde se nedá odmítnout, nutí dítě odmítat chováním.

První vrstva: motivace

Pět až osm věcí ze seznamu, který vám vyšel z pozorovacího týdne. Jídlo, které dítě opravdu chce. Konkrétní hračka. Houpání, lechtání, vyhazování do vzduchu — divoká hra bývá nejsilnější motivátor ze všech a často se na ni zapomíná.

Druhá vrstva: jádrová slova

Jádrová slova jsou ta, která tvoří většinu všeho, co kdokoli za den řekne, a dají se použít v nespočtu situací. Pro AAK jsou cennější než stovka podstatných jmen:

- **ano · ne · ještě · dost · hotovo** — řídí průběh činnosti
- **chci · nechci · dej · mám · nemám** — žádost a odmítnutí

- **já • ty • moje • tvoje** — kdo
- **tam • tady • jít** — kam
- **pomoc • nevím • co** — když se něco zasekne

Slovo „**ještě**“ stojí za zvláštní zmínku. Je to první slovo, které řadě dětí otevře komunikaci, protože jím lze pokračovat v čemkoli příjemném — a dítě okamžitě vidí, že to funguje.

NEZAPOMEŇTE NA ODMÍTNUTÍ

Sady, které rodiče vyrobí, mívají dvacet obrázků jídla a ani jeden způsob, jak říct „nechci“ nebo „dost“. Dítě pak nemá jak odmítnout jinak než chováním. „Ne“ a „dost“ patří mezi úplně první symboly.

ODKAZY A DOKUMENTY

Jarolímová, M., Habarta Alešová, N.: Neverbální komunikace u žáků s narušenou komunikační schopností se zaměřením na VOKS

Školící prezentace, listopad 2021. Odtud pochází přehled komunikačních práv, jádrová slovní zásoba, výhody i nevýhody AAK a struktura lekcí VOKS.

ARASAAC — piktogramy zdarma

Zhruba 13 000 piktogramů autora Sergia Palaa, vydává vláda španělské Aragonie. Licence Creative Commons BY-NC-SA: zdarma pro nekomerční užití, stačí uvést autora. Můžete stahovat po jednom i po sadách a měnit barvy. Nejlevnější cesta k vlastní komunikační tabulce.

<https://arasaac.org/>

ZAMYŠLENÍ NA ZÁVĚR KAPITOLY

Které tři věci mé dítě chce tak moc, že by o ně stálo za to požádat?

.....

.....

.....

.....

Kterou svou větu z dneška by dítě mohlo pochopit špatně?

.....

.....

.....

.....

AAK bez pomůcek: vlastní tělo

Alternativní a augmentativní komunikace zní jako technika. Začíná ale u rukou, obličeje a toho, co s nimi děláte.

3.1 Co je AAK a proč se jí nebát

Zkratka AAK znamená **alternativní a augmentativní komunikace**. Rozdíl mezi těmi dvěma slovy stojí za zapamatování:

ALTERNATIVNÍ A AUGMENTATIVNÍ KOMUNIKACE

Augmentativní — doplňuje

Kdy

Řeč existuje, ale pro běžné dorozumění nestačí.

Co dělá

Podpírá a rozšiřuje to, co dítě už umí.

Příklad

Dítě mluví jednoslovně; obrázky mu pomohou složit větu.

Alternativní — nahrazuje

Kdy

Mluvená řeč chybí nebo je nefunkční.

Co dělá

Stává se hlavním způsobem dorozumění.

Příklad

Dítě komunikuje výhradně obrázky nebo komunikátorem.

Používání AAK vývoj řeči nezpomaluje ani nezastavuje.

Je to doložené. AAK buduje předřečové dovednosti, snižuje frustraci z nedorozumění a řečový vývoj naopak stimuluje. Co řeč skutečně brzdí, je čekání — rok strávený bez jakéhokoli způsobu, jak něco sdělit.

- **Augmentativní** — doplňuje a podporuje řeč, která už existuje, ale pro běžné dorozumění nestačí.
- **Alternativní** — nahrazuje mluvenou řeč tam, kde chybí.

Obava, kterou má skoro každý rodič

„Když mu dáme obrázky, už nikdy nebude mluvit.“ Je to nejčastější důvod, proč se se zaváděním otálí — a je **doloženo, že to tak není**. Užívání AAK vývoj řeči nezpomaluje ani nezastavuje. Naopak: buduje předřečové dovednosti, snižuje frustraci z nedorozumění a stimuluje řečový a jazykový vývoj. Dítě, které zažije, že sdělení funguje, má důvod v komunikaci pokračovat — jakýmkoli způsobem.

NEČEKEJTE, AŽ SE ŘEČ ROZVINE SAMA

Nejčastější chyba v načasování je čekat „ještě rok, třeba se to rozmluví“. Ten rok dítě stráví bez způsobu, jak cokoli sdělit, a naučí se místo toho něco jiného. Když se řeč nevyvíjí podle očekávání, AAK se zavádí souběžně s logopedií, ne až po ní.

Co AAK obnáší — poctivě

- **Není to rychlé.** Od porozumění k používání vede dlouhá cesta.
- **Je to práce pro celou rodinu.** AAK musí být každodenní součástí života, ne úkol na středu odpoledne.
- **Budí pozornost na veřejnosti.** To je nepříjemné a nemá cenu to zastírat.

- **Symbody se musí přenášet** mezi domovem, školou a babičkou — jinak systém funguje jen v jedné místnosti.

ODKAZY A DOKUMENTY

Souhrn nástrojů AAK pro osoby s PAS v ČR

Hrušková, A. a kol., ACCENDO 2020, studie pro MPSV. Přehled toho, co se v Česku z AAK skutečně používá a kde se to dá sehnat. 164 stran, volně ke stažení.

https://mpsv.gov.cz/cms/documents/8b4de43e-cb4f-e80d-6866-912537335f12/PAS_CR_final.pdf

SAAK — Sdružení pro AAK

Poradenství k AAK, kurzy a programy. Část původní činnosti dnes zajišťuje Spolek AAK (spaak.cz), který nabízí konzultace přímo v rodinách.

3.2 Gesta, mimika a zvuky se záměrem

Nejdostupnější nástroj nosíte s sebou. Gesta nic nestojí, jsou vždycky po ruce a část z nich dítě už používá — jen jim možná nepřikládáte váhu.

NÁSTROJE BEZ POMŮCEK · VLASTNÍ TĚLO

Nic nestojí, nedá se zapomenout doma a nevybije se.

Gesta a mimika

Ukazování, kývnutí a zavrtění hlavou, přehnaná mimika. Nejpřirozenější forma — a část z ní dítě už používá.

Znak do řeči, Makaton

Znakují se jen klíčová slova věty a znak vždy doprovází mluvené slovo. Staví most k řeči, nenahrazuje ji.

Zvuky se záměrem

„Ham“ = jíst, „í“ = toaleta. Nejsou to slova, ale mají jejich funkci. Berte je vážně a odpovídejte na ně.

Ved'te ruku, nemluvte u toho.

Když učíte nové gesto, ved'te dítěti ruku fyzicky a mlčte. Slovní pobídky typu „ukáž, co chceš“ se dítě naučí čekat — a pak už nekomunikuje samo od sebe, jen reaguje. Náповěda se postupně ubírá.

Kde začít

- **Ukazování.** Zásadní dovednost — dítě, které umí ukázat na to, co chce, má v ruce univerzální nástroj. Nacvičuje se vedením ruky, ne pokyny.
- **Kývnutí a zavrtění hlavou.** Ano a ne beze slov.
- **Mimika.** Vaše mimika. Přehánějte ji víc, než je vám příjemné — jemné odstíny výrazu dítě s PAS často mine.
- **Zvuky se záměrem.** „Ham“ = jíst, „í“ = toaleta, „brm“ = auto. Nejsou to slova, ale mají funkci slov a je to komunikace. Berte je vážně a odpovídejte na ně.

VEDENÍ RUKY, NE POKYNY

Když učíte nové gesto, ved'te dítěti ruku fyzicky a mlčte u toho. Slovní výzvy typu „ukáž, co chceš“ se dítě rychle naučí čekat — a pak nekomunikuje samo od sebe, jen reaguje na pobídku. Náповěda se postupně ubírá, dokud dítě nezůstane iniciátorem.

3.3 Znak do řeči a Makaton

Znak do řeči a Makaton nejsou znakový jazyk neslyšících. Jsou to zjednodušené systémy, ve kterých se znakuji jen klíčová slova věty, a **znak vždy doprovází mluvené slovo** — nenahrazuje ho.

To je celé kouzlo té metody: dítě slyší větu a zároveň vidí, co je v ní důležité. „Půjdeme **ven**“ — řeknete celou větu, ukážete jen „ven“. Mluvená řeč tím zůstává přítomná a znak k ní staví most.

Pro koho se hodí a pro koho ne

- **Výhody:** rychlé, zdarma, máte to vždycky s sebou, nedá se to zapomenout doma ani vybit.
- **Nevýhody:** rozumí tomu jen ten, kdo se znaky naučil — okruh lidí je malý. A je to vidět, což část rodin řeší.
- **Hůř použitelné** u dětí s výraznějším postižením jemné motoriky a u dětí, které neumějí napodobovat pohyb. Tam se dřív uplatní obrázky.

ČASEM PŘIDEJTE I TABULKU

Znaky a obrázky se nevyklučují — většina dětí nakonec používá kombinaci. Znaky pro to, co je potřeba rychle a kdekoli, tabulku pro to, co je složitější nebo co musí pochopit i cizí člověk.

ODKAZY A DOKUMENTY

Spreadthesign — slovník znaků

Bezplatný videoslovník znakových jazyků včetně českého. Přes 600 000 videí. Když hledáte, jak se ukáže konkrétní slovo, najdete to tady.

<https://www.spreadthesign.com/cs.cz/>

Baby Signs — znakování s batolaty

Kurzy a videoslovníky znakování pro rodiče malých dětí. Není to systém pro PAS, ale znaky a logika „znak doprovází mluvené slovo“ jsou stejné a začátek je snadný.

<https://www.babysigns.cz/>

ZAMYŠLENÍ NA ZÁVĚR KAPITOLY

Které gesto už mé dítě používá, aniž jsme ho učili?

Čeho se na AAK obávám nejvíc — a je ta obava doložená?

AAK s obrázky: od předmětu k piktogramu

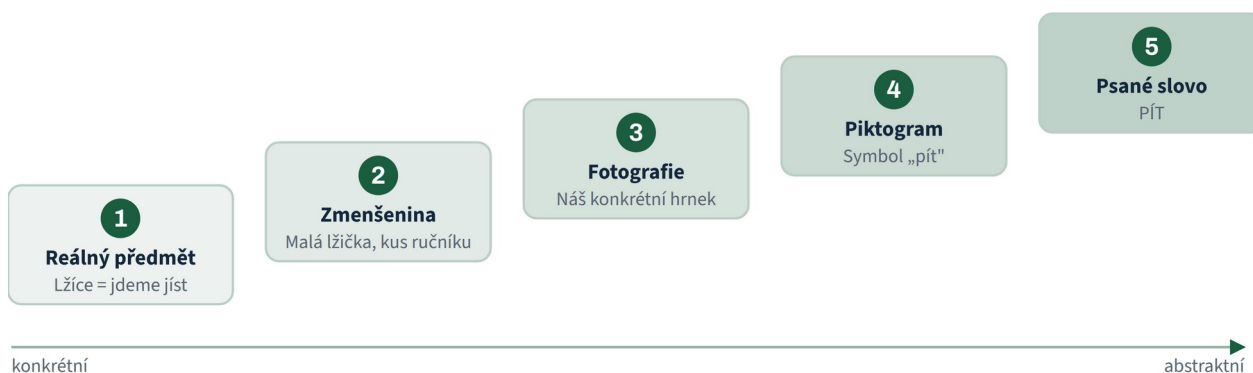
Obrázková komunikace je v Česku nejrozšířenější cesta. Má svá pravidla a většina nezdarů pochází z toho, že se přeskočil jeden stupeň.

4.1 Úroveň abstrakce

Mezi skutečným hrnkem a piktogramem „pít“ je dlouhá cesta. Každý krok na ní je krok k abstrakci — a dítě na něm musí pochopit, že **tahle věc zastupuje jinou věc**. To není samozřejmost.

OD PŘEDMĚTU K PSANÉMU SLOVU

Každý stupeň je krok k abstrakci. Zvládnout ho není samozřejmost.



Nejčastější příčina nezdaru: přeskočený stupeň.

Rodič koupí sadu piktogramů a začne s ní u dítěte, které ještě nespojí fotku s věcí. Nefunguje to, z toho plyne „na to není“ — a sada skončí v šuplíku. Ověřte si nejdřív párování předmět–předmět a předmět–fotka.

- 1. Reálné předměty.** Podáte lžici = jdeme jíst. Pro nejmenší děti a pro děti s výraznějším postižením jediná srozumitelná úroveň.
- 2. Zmenšeniny a zástupné předměty.** Malá lžička, kousek ručníku.
- 3. Fotografie.** Konkrétní fotka toho hrnku, ze kterého dítě pije. Nejsrozumitelnější ze všech obrázků.
- 4. Piktogramy.** Zjednodušený symbol. Univerzální, ale vyžaduje, aby dítě zvládlo zobecnit.
- 5. Psané slovo.** Kam se část dětí dostane a část ne — a to je v pořádku.

Pravidla pro fotografie

- Jeden předmět na fotce, bílé nebo jednoduché pozadí, dobrý kontrast.
- Ne víc osob na jedné fotce.
- Nefotit nesouvisející věci v pozadí — babičku s dortem, když jde o dort.
- U činností fotit tak, aby byl vidět děj, ne jen předmět.

NEPŘESKAKUJTE STUPNĚ

Nejčastější příčina nezdaru: rodič koupí sadu piktogramů a začne s ní u dítěte, které ještě nespojí fotku s věcí. Nefunguje to, rodič usoudí, že „na to není“, a systém skončí v šuplíku. Ověřte si nejdřív, že dítě zvládá párovat předmět s předmětem a předmět s fotkou.

ODKAZY A DOKUMENTY

ARASAAC — piktogramy zdarma

Zhruba 13 000 piktogramů autora Sergia Palaa, vydává vláda španělské Aragonie. Licence Creative Commons BY-NC-SA: zdarma pro nekomerční užití, stačí uvést autora. Můžete stahovat po jednom i po sadách a měnit barvy. Nejlevnější cesta k vlastní komunikační tabulce.

<https://arasaac.org/>

Řeč obrázků — Piktogramy (L. Kubová, nakladatelství Parta)

765 piktogramů ve 25 tematických okruzích plus metodická příručka, kolem 290 Kč. Česká tištěná sada, pokud nechcete nic tisknout doma. Web nakladatelství bývá nedostupný — sada je běžně k dostání i u knihkupců.

<http://parta-sro.cz/>

4.2 Komunikační tabulka a kniha

Tabulka je plocha se symboly, na kterou dítě ukazuje nebo ze které symboly odebírá. Kniha je sada tabulek svázaná dohromady. Obojí si vyrobíte doma za cenu laminovacích fólií.

KOMUNIKAČNÍ TABULKA A KNIHA

Barevné rozlišení slovních druhů

	oranžová podstatná jména
	žlutá osoby
	zelená slovesa
	modrá přídavná jména, příslovce
	bílá ostatní

Co potřebujete na výrobu

Suchý zip

Symboly musí jít odebrat a vrátit. Odebrání je fyzický úkon, který dělá sdělení hmatatelným.

Větný proužek

Pruh asi 10 cm, na který dítě skládá symboly do věty a který pak podá.

Fotka dítěte na deskách

Aby svou knihu poznalo mezi ostatními.

Držte rozložení

Tabulky přidávejte, ale nepřehazujte. Dítě si pamatuje, kde co je.

Komunikace není výuka.

Tabulka není cvičení, ze kterého se zkouší. Když z ukazování uděláte úkol s hodnocením, dítě ho začne odmítat. Cílem je, aby jím dostalo, co chce — a to se nezkouší, to se používá.

Co potřebujete

- Barevné papíry, laminovačku a fólie, děrovačku.
- **Samolepicí suchý zip** — aby šly symboly odebírat a vracet. To je důležité: odebrání symbolu je fyzický úkon, který dělá sdělení hmatatelným.
- **Větný proužek** — pruh asi 10 cm, na který dítě skládá symboly do věty a který pak podá. Proužek je nosič sdělení, ne ozdoba.
- **Desky nebo šanon s fotografií dítěte** na první straně, aby svou knihu poznalo mezi ostatními.

Jak ji uspořádat

- **Barevné rozlišení slovních druhů:** oranžová podstatná jména, žlutá osoby, zelená slovesa, modrá přídavná jména a příslovce, bílá ostatní. Pomáhá to skládat věty a rychle se v tabulce zorientovat.

- **Držte strukturu.** Tabulky přidávejte, ale rozložení neměňte — dítě si pamatuje, kde co je. Přehození symbolů znamená začínat znovu.
- **Jednu knihu, ne pět.** Víc knih na různých místech vede k tomu, že ta správná není nikdy po ruce.
- **Nové symboly přidávejte v konkrétní situaci,** ne na hromadě večer u stolu.

JEDNU KNIHU, NE PĚT

Rozdělit symboly do několika knih podle místa vypadá prakticky, ale znamená to, že ta správná není nikdy po ruce. Jedna kniha, která putuje s dítětem všude — do školy, k babičce, k lékaři — funguje mnohem líp než pět dokonalých, které zůstávají doma.

ODKAZY A DOKUMENTY

Alternativní komunikace — SPC pro vady řeči

Programy SymWriter, InPrint, Boardmaker a Grid, piktogramy, komunikační pomůcky, kurzy AAK a každoroční konference. Nejucelenější české místo k AAK.
<https://www.alternativnikomunikace.cz/>

4.3 VOKS: co to je a co obnáší

Výměnný obrázkový komunikační systém (VOKS) je česká metoda vycházející z principů amerického PECS. Od běžné komunikační tabulky se liší v jedné zásadní věci: **dítě se učí komunikaci zahájit**. Nereaguje na otázku — samo přijde, podá obrázek a dostane věc.

VÝMĚNNÝ OBRÁZKOVÝ KOMUNIKAČNÍ SYSTÉM

Klíčový rozdíl proti tabulce: dítě komunikaci samo zahajuje.



Jak metoda postupuje



VOKS® se nedá zavést jen podle textu.

Účinnost stojí na přesném dodržení postupu a na tom, že asistent u výměny mlčí. Proto se metoda učí v akreditovaném kurzu u autorky české podoby. Tohle schéma má dát představu, do čeho jdete, ne návod.

Tři principy, na kterých to stojí

- **Vysoká motivace.** Vyměňuje se jen za to, co dítě opravdu chce. Zjišťuje se to řízeným výběrem, ne odhadem.
- **Smysluplná výměna.** Obrázek se mění za tu věc, kterou zobrazuje — okamžitě a bez podmínek.
- **Fyzická asistence místo pokynů.** Druhý dospělý vede dítěti ruku a **mlčí**. Žádné „podej mi obrázek“, žádné pobízení pohledem. Jinak se dítě naučí čekat na výzvu.

Jak metoda postupuje

VOKS má přípravnou lekci, sedm výukových lekcí a čtyři doplňkové. Postupuje se od výměny jediného obrázku přes přenesení komunikace do prostoru a k různým lidem, přes rozlišování symbolů a řešení situací „nemám“, až po skládání vět s větným proužkem a nakonec spontánní komentování.

Co o tom vědět předem

- **Výhody:** rychle se osvojuje, dítě je iniciátorem, výrazně ubývá problémového chování a funguje to doma, ve škole i na veřejnosti.
- **Nevýhody:** je to pracné a pomalé, vyžaduje dva dospělé (komunikačního partnera a asistenta) a symboly se musí přenášet mezi prostředími, jinak se ztrácejí.
- **Předpoklad:** dítě rozlišuje reálné předměty. Pokud ne, začíná se dřív.

VOKS SE NEDÁ ZAVÉST PODLE TEXTU

Tenhle článek vám má dát představu, do čeho jdete, ne návod. VOKS® je chráněná metoda a její účinnost stojí na přesném dodržení postupu — proto se učí v akreditovaném kurzu. Než do toho půjdete, proberte to s koordinátorkou péče nebo s SPC; často je v okolí někdo, kdo kurzem prošel.

ODKAZY A DOKUMENTY

VOKS — stránky autorky metody

PhDr. Margita Knapcová, autorka české podoby metody. Akreditované kurzy VOKS 1 a VOKS 2, supervize a sada symbolů k metodice. VOKS® je chráněná známka; metodu nelze zavést jen podle textu.

<https://www.voks-knapcova.cz/>

Jarolímová, M., Habarta Alešová, N.: Neverbální komunikace u žáků s narušenou komunikační schopností se zaměřením na VOKS

Školicí prezentace, listopad 2021. Odtud pochází přehled komunikačních práv, jádrová slovní zásoba, výhody i nevýhody AAK a struktura lekcí VOKS.

ZAMYŠLENÍ NA ZÁVĚR KAPITOLY

Na které úrovni abstrakce je moje dítě teď — předmět, fotka, nebo piktogram?

.....

.....

.....

.....

Kdo všechno kolem dítěte by měl mít stejné symboly?

.....

.....

.....

.....

Technika a komunikační pas

Tlačítko, které promluví, a jeden list papíru, který za dítě promluví v nemocnici. Dvě velmi různé věci, obě zásadní.

5.1 Hlasové komunikátory

Komunikátor je zařízení, které po stisknutí přehraje nahranou větu. Vypadá to primitivně a právě v tom je jeho síla: **je slyšet**, takže sdělení nemusí nikdo vidět ani dešifrovat.

POMŮCKY S HLASOVÝM VÝSTUPEM

Výhoda proti tabulce: sdělení je slyšet, nemusí ho nikdo dešifrovat.

Jednotlačítkový	Sekvenční	Vícevzkazový a tablet
Jeden vzkaz, jedno velké tlačítko. Učí základní princip: zmáčknu — něco se stane. Pozdrav, „ano“, refrén písničky, vzkaz do školy.	Po každém stisku další věta v pořadí. Dítě může postupně „vyprávět“ — co bylo ve škole, co se stalo o víkendu.	Několik polí se symboly, pod každým nahraná věta. Tablet přidá tisíce symbolů a hlasový výstup — a taky tisíc rozptýlení.

Začněte jedním tlačítkem, ne tabletem.

Dokud dítě nepochopí, že zmáčknutím něco způsobí, je tablet jen svítící plocha s tisícem polí. Jednotlačítkový komunikátor tenhle princip naučí za pár dní — a teprve pak má smysl přidávat další pole.

- **Jednotlačítkové** (typ Big Mac). Jeden vzkaz, jedno velké tlačítko. Slouží k pochopení základního principu: zmáčknu — něco se stane. Pozdrav, odpověď „ano“, refrén písničky, vzkaz do školy.
- **Sekvenční**. Po každém stisku další věta v pořadí — dítě může „vyprávět“ postupně.
- **Vícevzkazové** (typ GoTalk). Několik polí se symboly, pod každým nahraná věta.

K čemu se hodí

- Říct jednu důležitou potřebu i tam, kde nikdo tabulku nezná.
- Pozdravit, odpovědět ano/ne.
- Zazpívat část písničky, říct vtip, mít ve skupině slyšitelný hlas.
- Předat vzkaz — z domova do školy a zpátky.

ZKUSTE TO DŘÍV, NEŽ KOUPITE

Komunikátor stojí několik tisíc a části dětí nesedne. Prodejci pomůcek běžně nabízejí vyzkoušení, půjčovna pomůcek NAUTIS taky — a některé pomůcky lze hradit z příspěvku na zvláštní pomůcku. Zeptejte se na to dřív, než sáhnete po vlastní peněženke.

ODKAZY A DOKUMENTY

Spektra — komunikátory a kompenzační pomůcky

Dřívější Spektra VOX. Hlasové komunikátory, obrázková komunikace, ovládání počítače očima. Pomůcku si u nich lze nejdříve vyzkoušet.

<https://spektra.eu/>

Petit — pomůcky a programy

Komunikátory, upravené klávesnice a myši, ovládání očima, programy Altík, Média a Brepta. Pomáhají i s výběrem pomůcky a s příspěvkem na ni.

<https://www.petit-os.cz/>

NAUTIS — Národní ústav pro autismus

Poradenství, raná péče, terapie, kurzy pro rodiče, půjčovna pomůcek. První adresa, když nevíte, kam se obrátit. Dřívější APLA Praha.

<https://www.nautis.cz/>

5.2 Tablet jako komunikátor

Tablet má proti tabulce dvě výhody: mluví a vejde se do něj tisíce symbolů. A jednu velkou nevýhodu, o které se mluví málo — je to zároveň ta nejlákavější hračka v domě.

Používá se ke třem věcem: jako **komunikátor** s hlasovým výstupem, jako **nosič denního režimu** a jako **nástroj nácviku** pojmů a přiřazování. Z aplikací se u nás nejčastěji používá GoTalk NOW, z programů pro tvorbu materiálů SymWriter, InPrint a Boardmaker.

SEBELEPŠÍ APLIKACE SAMA NIC NEVYŘEŠÍ

Tohle je věta, kterou opakují všichni, kdo AAK učí. Pořídit tablet a nainstalovat do něj pět aplikací není zavedení komunikace. Rozhoduje, JAK k dítěti přistupujete a jestli pochopilo, PROČ komunikovat. Technika je až to poslední.

Na co si dát pozor

- **Oddělte komunikaci od zábavy.** Když je na stejném zařízení komunikační aplikace i YouTube, dítě si vybere YouTube. Zvažte vyhrazený tablet nebo režim s jedinou aplikací.
- **Jasně pravidlo, kdy se zapíná.** A časovač, který relaci ukončí místo vás.
- **Tablet se vybije a rozbije.** Pro důležité situace mějte papírovou zálohu — aspoň pár klíčových symbolů v peněženke.

ODKAZY A DOKUMENTY

Mentio — programy pro rozvoj komunikace

České logopedické programy na rozvoj slovní zásoby, porozumění a paměti. Běží na Windows i na tabletu, licence i pro domácnost.

<https://www.mentio.cz/>

5.3 Komunikační pas

Komunikační pas je jeden list papíru, který za dítě promluví ve chvíli, kdy vy u toho nebudete nebo na vysvětlování nebude klid — u lékaře, na pohotovosti, při hospitalizaci, na úřadě, u nové asistentky. Je to **občanský průkaz způsobu, jakým se s vaším dítětem dá dorozumět**.

KOMUNIKAČNÍ PAS

Jeden list, který za dítě promluví tam, kde vy nebudete mít klid vysvětlovat.

Kdo jsem

Fotka, jméno, jak chci být osloven, věk.
Kontakt na doprovázející osoby.

Jak se se mnou domluvíte

Mluvím / znaky / obrázky / tablet. Jak na mě mluvit a jak poznáte, že jsem rozuměl.

Jak se mnou navázat kontakt

Jaký odstup potřebuji, jestli zvládám oční kontakt, co udělat před dotykem.

Zdraví

Léky, alergie — a hlavně: jak poznáte, že mě něco bolí. Bolest projevují jinak, než čekáte.

Co mě rozhodí a co zklidní

Senzorické spouštěče, uklidňující předmět, rituál.

Co mám rád a co zvládnu sám

Téma na navázání hovoru. Jídlo, pití, oblékání, toaleta.

Na jednu stranu, v první osobě, pořád u dítěte.

Delší text si nikdo nepřečte a psát za dítě („Nemám rád hlasité zvuky“) se čte jinak než popis ve třetí osobě. Projděte pas jednou za půl roku — co platilo loni, dnes už platit nemusí.

Co do něj patří

- **Kdo jsem.** Fotografie, jméno, jak chci být osloven, věk. Kontakt na doprovázející osoby.
- **Jak se se mnou domluvíte.** Mluvím / používám znaky / obrázky / tablet. Jak na mě mluvit — krátce, bez metafor, s časem na odpověď. Jak poznáte, že jsem rozuměl.
- **Jak se mnou navázat kontakt.** Jaký odstup potřebuji, jestli zvládám oční kontakt, co udělat před tím, než se mě dotknete.
- **Zdraví.** Léky, alergie. A hlavně: **jak poznáte, že mě něco bolí** — protože bolest projevují jinak, než čekáte.
- **Co mě rozhodí a co mě zklidní.** Senzorické spouštěče, uklidňující předmět, rituál.
- **Co mám rád.** Téma, kterým se mnou navážete hovor nebo odvedete pozornost od strachu.
- **Co zvládnu sám.** Jídlo, pití, oblékání, toaleta.

Jak ho udělat

- Na jednu, nejvýš dvě strany. Delší text si nikdo nepřečte.
- Psát **v první osobě za dítě** — čte se to jinak než popis ve třetí osobě.
- Vizuálně přehledně, klidně s piktogramy.
- Mít ho pořád u dítěte a jednou za čas aktualizovat.

HOTOVÉ FORMULÁŘE UŽ EXISTUJÍ

Nemusíte začínat od nuly. Vládní výbor pro osoby se zdravotním postižením vydal Komunikační soubor pro osoby s PAS — je v něm Průkaz osoby s PAS s komunikačním profilem, Desatero komunikace pro zdravotníky a Klíč pro komunikaci. Všechno zdarma ke stažení a k tisku. V příloze této opory je i náš formulář k vyplnění rukou.

ODKAZY A DOKUMENTY

Komunikační soubor pro osoby s PAS (Vládní výbor pro osoby se zdravotním postižením)

Nejužitečnější věc, kterou v tomto kurzu najdete, a je zdarma. Obsahuje Desatero komunikace, Klíč pro komunikaci, informační leták a Průkaz osoby s PAS s komunikačním profilem. Oficiální státní materiál, volně ke stažení a k tisku.

<https://vlada.gov.cz/cz/ppov/vvzpo/dokumenty/komunikace-s-lidmi-s-poruchou-autistickeho-spektra---komunikacni-soubor-139070/>

Průkaz osoby s PAS a komunikační profil

Vysvětluje, co průkaz je, co se do komunikačního profilu píše a jak o něj požádat. Průkaz se vydává na jméno konkrétního člověka a nosí se u sebe pro lékaře, záchranku nebo policii.

https://vlada.gov.cz/assets/ppov/vvzpo/dokumenty/KS---Prukaz-osoby-s-PAS_2.pdf

Desatero komunikace s pacienty s PAS

Jedna stránka pro zdravotníky. Vytiskněte si ji a podejte ji v ordinaci — ušetří vysvětlování ve chvíli, kdy na ně nemáte klid.

https://vlada.gov.cz/assets/ppov/vvzpo/dokumenty/KS---Desatero-komunikace-s-pacienty-s-PAS_1.pdf

ZAMYŠLENÍ NA ZÁVĚR KAPITOLY

Kterou informaci o mém dítěti by cizí člověk potřeboval vědět jako první?

Co mé dítě dělá, když ho něco bolí — a poznal by to někdo jiný?

Pohyb, dech a řeč

Výslovnost stojí na vrcholu pyramidy, jejíž spodní patra se staví lezením, houpáním a foukáním. Proto se řeč podporuje i tam, kde se vůbec nemluví.

6.1 Pyramida: od hrubé motoriky k výslovnosti

Řeč je motorická dovednost. Aby dítě vyslovilo hlásku, musí zvládnout koordinovat desítky svalů v přesném pořadí a k tomu hospodařit s dechem. A tahle schopnost se staví odspodu.

FYZICKÝ ZÁKLAD ŘEČI

Výslovnost stojí na vrcholu pyramidy pohybového vývoje.



Bez spodních pater je logopedie práce na vrcholu bez základů.

Neznamená to, že samotné cvičení řeč vyvolá. Znamená to, že nemá smysl začínat u hlásek u dítěte, které ještě nezvládá dech a koordinaci — a že pohyb se vyplatí i tam, kde se zatím vůbec nemluví.

6. **Hrubá motorika.** Lezení, chůze, rovnováha, otáčení. Celková koordinace těla.

7. **Jemná motorika a dech.** Pohyby ruky, nosní a brániční dýchání, hospodaření s výdechem.

8. **Oromotorika.** Pohyblivost rtů, jazyka, měkkého patra — tedy mluvidel.

9. **Výslovnost a plynulá řeč.** Vrchol, který drží to pod sebou.

PROTO MÁ HRA VLIV NA ŘEČ

Není to ezoterika: když dítě leze, houpe se a přelévá vodu, trénuje soustavy, na kterých řeč stojí. Neznamená to, že samotné cvičení řeč vyvolá — znamená to, že bez těch pater je logopedie práce na vrcholu bez základů.

ODKAZY A DOKUMENTY

Kumperová, H.: Pohyb a řeč

Přednáška, Karlovy Vary, listopad 2022. Odtud je pyramida pohybového vývoje a dechová i oromotorická cvičení.

6.2 Co se dá dělat doma

Nic z toho nepotřebuje pomůcky ani odbornost. Jde o to dělat to pravidelně a krátce — pět minut denně je víc než hodina jednou za měsíc.

CO SE DÁ DĚLAT DOMA

Bez pomůcek a bez odbornosti. Krátce a pravidelně.

Dech	Mluvidla	Celé tělo
● Foukání do brčka v mýdlové vodě ● Foukaná kopaná s kuličkou papíru ● Sfoukávání svíčky z dálky ● Udržet peříčko ve vzduchu Cíl je dlouhý a ovládaný výdech, ne síla.	● Olizovat med z koutků a ze rtů ● Grimasy před zrcadlem ● Pití brčkem — čím hustší, tím lépe ● Žvýkáci pomůcky Jazyk se dostane tam, kam ho na povel nedostanete.	● Lezení a plazení — tunel z deky ● Houpání, válení sudů ● Slabiky při přenášení váhy ● Zpívat při kolébání Spojení pohybu se zvukem drží pozornost líp.

Pět minut denně je víc než hodina jednou za měsíc.

A když dítě cvičit nechce, netlačte — všechno tohle se dá schovat do hry a do běžného dne. Bublíny ve vaně, olizování zmrzliny, honička po čtyřech. Vynucené cvičení nemá žádný efekt kromě odporu k němu.

Dech

- **Foukání do brčka** v mýdlové vodě, bublinky, foukaná kopaná s kuličkou papíru po stole.
- **Sfoukávání svíčky** z různé vzdálenosti — dítě vidí výsledek okamžitě.
- **Foukání do peříčka** nebo do vaty tak, aby zůstala ve vzduchu.
- Cíl je **dlouhý a ovládaný výdech**, ne síla.

Mluvidla

- **Olizování** medu nebo tvarohu z koutků úst, ze rtů, z horního patra. Jazyk se dostane tam, kam ho na povel nedostanete.
- **Grimasy před zrcadlem** — nafouknout tváře, vypláznout jazyk, špulit a roztahovat rty. Napodobování je půlka práce.
- **Pití brčkem**, čím hustší nápoj, tím větší práce pro rty.
- **Žvýkáci pomůcky** u dětí, které potřebují do úst silný podnět.

Celé tělo

- **Lezení po čtyřech** a plazení — dráha pod židlemi, tunel z deky. Křížový pohyb propojuje hemisféry.
- **Houpání a válení sudů**. Vestibulární podněty; část dětí je vyloženě vyhledává.
- **Pohyb se zvukem**. Při přenášení váhy z nohy na nohu říkat slabiky, zpívat při kolébání. Spojení pohybu se zvukem drží pozornost líp než samotné opakování.

KDYŽ DÍTĚ CVIČIT NECHCE

Netlačte. Všechno tohle se dá schovat do hry a do běžného dne — bubliny ve vaně, olizování zmrzliny, honička po čtyřech. Cvičení, které dítě odmítá, nemá žádný efekt kromě zhoršení vztahu k němu.

ODKAZY A DOKUMENTY

Kousák — pomůcky pro ústa a oromotoriku

Žvýkácké pomůcky, vibrační nástavce, dechové pomůcky. Hodí se k cvičením ze šesté kapitoly; na webu jsou i videonávody.
<https://www.kousak.com/>

6.3 Přístupy, o kterých se vede spor

Při hledání pomoci se potkáte s metodami, které slibují hodně. Tenhle článek není o tom je zakázat — je o tom, abyste věděli, na čem stojí, než do nich vložíte peníze a naději.

Jak poznat, čemu věřit

- **Slibuje metoda zázrak?** Věty typu „odblokuje řeč“ nebo „odstraní příčinu autismu“ jsou varovný signál.
- **Existují k ní nezávislé studie**, nebo jen svědectví spokojených rodičů?
- **Kolik to stojí a na jak dlouho se zavazujete?** Dlouhé předplacené cykly bez možnosti přestat jsou problém samy o sobě.
- **Co říká váš klinický logoped nebo pediatr?** Stojí za to se zeptat dřív než po.

Konkrétně

- **Integrace primárních reflexů** (INPP a podobné). Vychází z myšlenky, že přetrvávající novorozenecké reflexy blokují učení a řeč. Cvičení sama o sobě neuškodí, ale doklady o tom, že ovlivňují vývoj řeči, chybějí.
- **Léčebná eurytmie**. Antroposofická pohybová terapie, která převádí hlásky do pohybů těla. Účinnost u poruch řeči doložená není.
- **Facilitovaná komunikace**. Metoda, kde dospělý podpírá ruku nemluvícího člověka při psaní. Opakovaně se ukázalo, že text pochází od facilitátora, ne od klienta. Tuhle jednu nedoporučujeme používat vůbec.
- **Aplikovaná behaviorální analýza (ABA)** je jiný případ — výzkumu má nejvíc ze všech intervencí u autismu. Zároveň ji část dospělých autistů kritizuje za to, že dřívější podoby potlačovaly přirozené projevy a učily děti skrývat nepohodlí. Dnešní praxe se od toho odklání. Když o ní uvažujete, ptejte se konkrétně, jak vypadá běžná hodina a co se stane, když dítě odmítne.

NENÍ TO O TOM NEZKOUŠET NIC

Řada rodin má s doplňkovými metodami dobrou zkušenost a zklidnění nebo lepší kontakt jsou reálné výsledky. Jen ať to nejde na úkor toho, co prokazatelně funguje — funkčního způsobu dorozumění a klinické logopedie hrazené z pojištění.

ODKAZY A DOKUMENTY

ČSABA — aplikovaná behaviorální analýza

Česká odborná společnost pro ABA: seznam poskytovatelů, etický kodex, popis profesí. ABA má z metod u autismu nejvíc výzkumu, zároveň ji část dospělých autistů kritizuje — viz článek 6.3.

<https://www.csaba.cz/>

Léčebná eurytmie

Antroposofická pohybová terapie, která převádí hlásky do pohybu. Uvádíme ji proto, že se s ní potkáte — účinnost u poruch řeči doložená není.

<https://www.lecebnaeurytmie.cz/>

Asociace klinických logopedů ČR

Má adresář a mapu logopedických pracovišť, takže se dá najít klinický logoped v dosahu. Klinická logopedie je hrazená ze zdravotního pojištění.

<https://www.klinickalogopedie.cz/>

6.4 Každý pokus o komunikaci se počítá

Na konci kurzu stojí za to vrátit se k tomu, o co jde. Nejde o to, aby dítě mluvilo správně. Jde o **komunikační úspěch** — o okamžik, kdy dítě něco sdělilo a bylo mu porozuměno. Jakýmkoli způsobem.

KAŽDÝ POKUS O KOMUNIKACI SE POČÍTÁ

Šest cest, jeden cíl.



Na formě nezáleží. Na porozumění ano.

Ten okamžik je motor všeho dalšího — dítě, které ho zažije dost často, má důvod komunikovat znovu. A teprve z toho roste slovní zásoba, věty a někdy i mluvená řeč. Obráceně to nefunguje.

Ten okamžik je motor všeho dalšího. Dítě, které ho zažije dostatečně často, má důvod komunikovat znovu — a teprve z toho roste slovní zásoba, věty a někdy i mluvená řeč. Obráceně to nefunguje.

Co si odnést

- **Komunikace probíhá pořád**, i když nikdo nemluví. Vaším úkolem je ji zachytit a odpovědět na ni.
- **AAK řeč nebrzdí**. Čekání ano.
- **Začněte u toho, co dítě chce**, ne u toho, co považujete za užitečné.
- **Jednu věc po druhé**, dva tři týdny, teprve pak další.
- **Úspěch neleží v dokonalé výslovnosti**, ale v porozumění a ve sdílené radosti.

NEJSTE NA TO SAMI

Zavést komunikační systém doma je práce na měsíce a nedělá se dobře v izolaci. Koordinátorka péče Centra PAS, klinický logoped, SPC nebo poradna NAUTIS — každý z nich dokáže ubrat kus té práce. Nejčastější chyba není špatná metoda, ale snaha zvládnout to sám.

ODKAZY A DOKUMENTY

NAUTIS — Národní ústav pro autismus

Poradenství, raná péče, terapie, kurzy pro rodiče, půjčovna pomůcek. První adresa, když nevíte, kam se obrátit. Dřívější APLA Praha.

<https://www.nautis.cz/>

AutismPort — portál o autismu

Odborné články, webináře, online poradna a mapa služeb po krajích. Provozuje NAUTIS.

<https://www.autismport.cz/>

Šance dětem

Portál společnosti Sirius pro rodiče dětí se zdravotním postižením — články, mapa sociálních služeb, přehled dávek a příspěvků.

<https://www.sancedetem.cz/>

SPMP ČR — Společnost pro podporu lidí s mentálním postižením

Poradenství pro pečující, rekondiční pobyty, podpora v osamostatňování. 57 poboček ve 14 krajích. Hodí se tam, kde je s PAS spojené i mentální postižení.

<https://www.spmpr.cz/>

ZAMYŠLENÍ NA ZÁVĚR KAPITOLY

Které z cvičení v téhle kapitole zkusím jako první a kdy?

S kterým přístupem, o kterém se vede spor, jsem se už setkal — a co mi o něm slíbili?

PŘÍLOHA

Komunikační pas

Vyplňte, vytiskněte a mějte u dítěte. Hodí se u lékaře, na pohotovosti, při hospitalizaci, na úřadě i u nové asistentky.

KDO JSEM

Jméno a příjmení

Datum narození

Oslovujte mě

Zdravotní pojišťovna

Diagnóza

Doprovázející osoba — jméno

Telefon

Náhradní kontakt — jméno

Telefon

JAK SE SE MNOU DOMLUVÍTE

Dorozumívám se (mluvím / znaky / obrázky / komunikátor / tablet)

Rozumím nejlíp, když na mě mluvíte takhle

Že jsem rozuměl, poznáte podle

Ano vyjadřuji

Ne vyjadřuji

Bolest vyjadřuji

JAK SE MNOU NAVÁZAT KONTAKT

Potřebuji odstup

Oční kontakt

Dotek

Než se mě dotknete, udělejte tohle

ZDRAVÍ

Léky a dávkování

Alergie

Epilepsie / záchvaty

Že mě něco bolí, poznáte podle

Při vyšetření mi pomůže

CO MĚ ROZHODÍ A CO MĚ ZKLIDNÍ

Rozhodí mě (zvuky, světlo, pachy, dotečky, situace)

Zklidní mě

Uklidňující předmět nebo rituál, který mám s sebou

CO MÁM RÁD A CO ZVLÁDNU SÁM

Bavím se rád o

Zvládnou sám (jídlo, pití, oblékání, toaleta)

Potřebuji pomoc s

AKTUALIZACE

Vyplnil/a

Dne

Příští revize

Zdroje a odkazy

Právní úprava se mění. U dávek a řízení si vždy ověřte aktuální znění na stránkách příslušného úřadu, případně se obraťte na koordinátorku péče Centra PAS.

KAM SE DÁ OBRÁTIT

NAUTIS — Národní ústav pro autismus

Poradenství, raná péče, kurzy, půjčovna pomůcek.
<https://www.nautis.cz/>

Alternativní komunikace — SPC pro vady řeči

Poradenství k zavádění AAK.
<https://www.alternativnikomunikace.cz/>

Centrum PAS, Vzdělávací centrum GENESIA, z. s.

Konzultace, koordinátorky péče a doprovodné aktivity projektu.
<https://www.centrumpas.cz/>

METODIKY, STUDIE A STÁTNÍ MATERIÁLY

Komunikační soubor pro osoby s PAS

Vládní výbor pro osoby se zdravotním postižením. Desatero komunikace, Klíč pro komunikaci a Průkaz osoby s PAS, volně ke stažení.
<https://vlada.gov.cz/ppov/vzpo/dokumenty/komunikace-s-lidmi-s-poruchou-autistickeho-spektra---komunikacni-soubor-139070/>

Vrbová, R. a kol.: Metodika práce se žákem s narušenou komunikační schopností

Univerzita Palackého v Olomouci, 2012. Volně ke stažení.
<https://spolecnevzdelavani.upol.cz/pdf-portal-vzdelavani/0600-vrbova-r-a-kol-metodika-prace-se-zakem-s-narusenou-komunikacni-schopnosti-olomouc-univerzita-palackeho-2012/>

Hrušková, A. a kol.: Souhrn nástrojů AAK pro osoby s PAS v ČR

ACCENDO pro MPSV, 2020. Přehled toho, co se v Česku z AAK skutečně používá.
https://mpsv.gov.cz/cms/documents/8b4de43e-cb4f-e80d-6866-912537335f12/PAS_CR_final.pdf

Thorová, K.: Komunikace u osob s PAS

Podklady kurzu NAUTIS, Praha 2024.
 Bez veřejného odkazu — podklad je k nahlédnutí u lektorky kurzu.

Žížalová Jarolímová, M.: Alternativní a augmentativní komunikace

Přednáška, Via Cordis, 2023.
 Bez veřejného odkazu — podklad je k nahlédnutí u lektorky kurzu.

Jarolímová, M., Habarta Alešová, N.: Neverbální komunikace se zaměřením na VOKS

Školící prezentace, 2021.
 Bez veřejného odkazu — podklad je k nahlédnutí u lektorky kurzu.

Kumperová, H.: Pohyb a řeč

Karlovy Vary, 2022.
 Bez veřejného odkazu — podklad je k nahlédnutí u lektorky kurzu.

PIKTOGRAMY A POMŮCKY

ARASAAC

Přes 13 000 piktogramů zdarma, licence CC BY-NC-SA.
<https://arasaac.org/>

VOKS — stránky autorky metody

Informace o kurzech a materiálech k VOKS.
<https://www.voks-knapcova.cz/>

Spreadthesign

Mezinárodní slovník znaků, včetně češtiny.
<https://www.spreadthesign.com/cs.cz/>

DALŠÍ ODKAZY, KTERÉ V KURZU ZAZNĚLY

Průkaz osoby s PAS a komunikační profil

Vysvětluje, co průkaz je, co se do komunikačního profilu píše a jak o něj požádat. Průkaz se vydává na jméno konkrétního člověka a nosí se u sebe pro lékaře, záchranku nebo policii.

https://vlada.gov.cz/assets/ppov/vvzpo/dokumenty/KS---Prukaz-osoby-s-PAS_2.pdf

Desatero komunikace s pacienty s PAS

Jedna stránka pro zdravotníky. Vytiskněte si ji a podejte ji v ordinaci — ušetří vysvětlování ve chvíli, kdy na ně nemáte klid.

https://vlada.gov.cz/assets/ppov/vvzpo/dokumenty/KS---Desatero-komunikace-s-pacienty-s-PAS_1.pdf

Klíč pro komunikaci s osobami s autismem

Podrobnější verze desatera — jak oslovit, jak se ptát, čemu se vyhnout, jak poznat přetížení.

<https://vlada.gov.cz/assets/ppov/vvzpo/dokumenty/KS---Klic-pro-komunikaci-s-osobami-s-autismem.pdf>

Řeč obrázků — Piktogramy (L. Kubová, nakladatelství Parta)

765 piktogramů ve 25 tematických okruzích plus metodická příručka, kolem 290 Kč. Česká tištěná sada, pokud nechcete nic tisknout doma.

<http://parta-sro.cz/>

Petit — pomůcky a programy

Komunikátory, upravené klávesnice a myši, ovládání očima, programy Altík, Méd'a a Brepta. Pomáhají i s výběrem pomůcky a s příspěvkem na ni.

<https://www.petit-os.cz/>

Spektra — komunikátory a kompenzační pomůcky

Dřívější Spektra VOX. Hlasové komunikátory, obrázková komunikace, ovládání počítače očima. Pomůcku si u nich lze nejdříve vyzkoušet.

<https://spektra.eu/>

Mentio — programy pro rozvoj komunikace

České logopedické programy na rozvoj slovní zásoby, porozumění a paměti. Běží na Windows i na tabletu, licence i pro domácnost.

<https://www.mentio.cz/>

Kousák — pomůcky pro ústa a oromotoriku

Žvýkácké pomůcky, vibrační nástavce, dechové pomůcky. Hodí se k cvičením ze šesté kapitoly; na webu jsou i videonávody.

<https://www.kousak.com/>

Baby Signs — znakování s batolaty

Kurzy a videoslovníky znakování pro rodiče malých dětí. Není to systém pro PAS, ale znaky a logika „znak doprovází mluvené slovo“ jsou stejné a začátek je snadný.

<https://www.babysigns.cz/>

AutismPort — portál o autismu

Odborné články, webináře, online poradna a mapa služeb po krajích. Provozuje NAUTIS.

<https://www.autismport.cz/>

Asociace klinických logopedů ČR

Má adresář a mapu logopedických pracovišť, takže se dá najít klinický logoped v dosahu. Klinická logopedie je hrazená ze zdravotního pojištění.

<https://www.klinickalogopedie.cz/>

Šance dětem

Portál společnosti Sirius pro rodiče dětí se zdravotním postižením — články, mapa sociálních služeb, přehled dávek a příspěvků.

<https://www.sancedetem.cz/>

SPMP ČR — Společnost pro podporu lidí s mentálním postižením

Poradenství pro pečující, rekondiční pobyty, podpora v osamostatňování. 57 poboček ve 14 krajích. Hodí se tam, kde je s PAS spojené i mentální postižení.

<https://www.spmpr.cz/>

ČSABA — aplikovaná behaviorální analýza

Česká odborná společnost pro ABA: seznam poskytovatelů, etický kodex, popis profesí. ABA má z metod u autismu největší výzkumu, zároveň ji část dospělých autistů kritizuje — viz článek 6.3.

<https://www.csaba.cz/>

Léčebná eurytmie

Antroposofická pohybová terapie, která převádí hlásky do pohybu. Uvádíme ji proto, že se s ní potkáte — účinnost u poruch řeči doložená není.
<https://www.lecebnaeurytmie.cz/>

VOLNÉ MÍSTO

Moje poznámky

Prostor na to, co zaznělo v kurzu, na otázky pro koordinátorku péče i na vlastní postřehy.

[illegible]