

Znakování s dětmi s Downovým syndromem

Zuzana Sýkorová

Táta si hraje s Bětkou na koberci, mají kolem sebe dvě krabice plné kostiček, figurek zvířat, panáčků. Bětka podává tátovi vozík za koně.

Táta se ptá: „Co to je?“

Bětka znakuje „kůň“.

Táta bere vozík a říká: „Aha, to patří ke koni. Tak najdeme toho koně? Kde je kůň?“ Přitom slovo kůň doplňuje znakem pro koně.

Bětka hledá v první krabici, ale tam kůň není. Tak jde do druhé, ale tam taky nic.

Bětka znakuje nad krabicí „není“ a pokračuje znakem „kde je?“

Táta nachází koně, podává ho Bětce, ta se spokojeně usměje. Koníka společně přidají k vozíku. Bětka do vozíku posadí panáčka a táta s Bětkou si dál společně hrají.

Když se nám před lety narodila Bětka, holčička s Downovým syndromem, tušili jsme, že bude potřebovat se spoustou věcí pomoci. Moc jsme ale nevěděli, s čím vlastně pomoci potřebuje a jak by asi ta pomoc měla vypadat. V knížkách i od odborníků jsme se rychle dozvěděli, že kromě jiného bude asi hodně potřebovat pomoci s rozvojem řeči. Že bude zřejmě hůř rozumět než ostatní děti, ale hlavně že ona sama možná opravdu dlouho nebude mluvit.

Hledali jsme, co s tím můžeme udělat. Nechtěli jsme, aby Bětka měla v hlavě myšlenky, které by s námi chtěla sdílet, ale přitom by neměla způsob, jak to udělat. Pátrali jsme v knížkách, na internetu, ptali jsme se poradkyně rané péče i dalších odborníků, s nimiž jsme spolupracovali. Díky tomu jsme narazili na znakování. Pročetli jsme, co se dalo, ptali se, koho jsme mohli. Ta možnost nás nadchla, a tak jsme se, když bylo Bětce asi osm měsíců, pustili do nového dobrodružství – začali jsme znakovat. A myslím, že to bylo jedno z nejlepších rozhodnutí, které jsme v tu dobu udělali.

Trvalo docela dlouho, než začala znaky používat i sama Bětka. Úplně první se začaly objevovat, když jí byl asi rok a půl, kolem dvou let už znakovala několik desítek pojmů. Ve čtyřech letech už Bětka hodně kombinovala řeč a znaky, v tu dobu nastupovala do mateřské školy. Znaky jí hodně pomáhaly ve školce zejména na začátku. Díky nim se lépe domluvila s učitelkami i dětmi. Také se mohla aktivně účastnit besídek, na nichž se písničky a říkanky současně znakovaly, a my jsme s radostí pozorovali pokroky: ve čtyřech letech na besídce písničky trochu znakovala; v pěti letech znakovala a občas něco řekla; a před nástupem do školy už celou písničku zpívala.

Když byly Bětce dva roky, narodil se jí mladší bratr. Jak ve znakování vyrůstal, přirozeně ho používal. Zhruba do osmnácti měsíců to byl jeho hlavní komunikační nástroj, potom postupně přešel k řeči.

Co je to znakování?

Znakování je způsob, jak usnadnit komunikaci dětem, které si zatím dost neosvojily mluvenou řeč. Pomáhá dětem porozumět tomu, co jim lidé kolem říkají, a nabízí jim jednoduchý nástroj, kterým mohou komunikovat dřív, než začnou mluvit.

Znakovat znamená, že my svou řeč doplníme znaky a že budeme vstřícně reagovat na snahu dítěte používat ruce k tomu, aby se s námi domluvilo.

Právě pro děti s Downovým syndromem bývá znakování velmi vhodné. Děti s Downovým syndromem se obvykle velmi zajímají o lidi kolem sebe, hodně je sledují, navazují s nimi oční kontakt. Některé z nich mají i velký talent napodobovat pohyby, gesta a mimiku lidí kolem sebe. Přitom často u dětí s Downovým syndromem pozorujeme opožděný vývoj řeči. Mnohé z nich zvládají již stejně náročné věci jako děti staré rok a půl, dva roky, nebo i starší, přitom ale tyto děti téměř vůbec nemluví.

Když je necháme být, když prostě jen budeme čekat, až začnou děti mluvit, možná promarníme naprosto zásadní období, dobu, kdy by dítě potřebovalo, začít zkoušet si s námi domlouvat jednoduché věci. Dobu, kdy by nám dítě chtělo sdělit, že zahlédlo na větví ptáčka, že zaslechlo zvenku sanitku, že si vzpomnělo, že ráno mělo dobré bonbony, že se chce jít houpat, že neví, kde je babička, a chtělo by ji vidět...

Dítě, které chce něco sdělovat lidem kolem sebe a nemůže, to nějakou dobu zkouší. Když je delší čas neúspěšné, hledá jiné způsoby, jak se domluvit, ale ty se nám nemusí líbit. Dítě třeba křičí, válí se po zemi, bouchá do lidí, kouše je... Anebo se lidí raději straní, naučí se být jen samo pro sebe, hrát si samo, samo se vyrovnávat se smutky i samo prožívat radost. Oboje je špatně a oboje vede k čím dál větší izolaci, nespokojenosti, frustraci.

Pokud dítě s Downovým syndromem nemluví, nebo mluví tak, že mu řeč nestačí na dobré navazování, rozvíjení a udržování sociálních vztahů a k vyjádření různých potřeb, měli bychom aktivně hledat způsob, jak mu pomoci. Zásadní je se na dítě naladit, vnímat jeho projevy chování, pozorovat je a snažit se přijít na to, co nám jimi možná chce říct. Snažit se z chování dítěte poznat jeho emoce, náladu, dát najevo, že rozumíme, co prožívá, a snažit se přijít na to, proč se teď dítě takhle cítí. Když například dítě křičí, můžeme zjišťovat, jestli ho něco nebolí, jestli nemá hlad nebo žízeň, jestli mu není zima či vedro, zda se něčeho nepolekalo, jestli si nepřeje naši pozornost, jestli něco nepotřebuje podat, získat... Tím začínáme a obvykle se tak chováme ke všem malým dětem.

Protože ale u dětí s Downovým syndromem můžeme už dopředu očekávat, že se jejich porozumění i aktivní použití řeči bude opožďovat, měli bychom jim nabídnout něco víc. Měli bychom jim nabídnout takový komunikační systém, který samy mohou uchopit a aktivně používat dříve než mluvenou řeč. Tento systém se může skládat z mnoha různých částí, které dohromady naplňují většinu komunikačních potřeb dítěte. U dětí s Downovým syndromem by jeho důležitou součástí mělo být právě znakování. Může být doplněné třeba použitím předmětů, fotografií, obrázků, můžeme zapojit i techniku, například některý komunikační program v tabletu.

Znakování je ale pro většinu dětí s Downovým syndromem natolik výhodné, že bychom ho nikdy neměli opominout.

Oproti jiným náhradním způsobům komunikace má několik velkých výhod:

- Není vázané na žádné pomůcky, můžeme jej použít kdykoliv a kdekoliv, kde máme ruce: v autobuse, ve vaně, v bazénu, za chůze; přitom je zadarmo.
- Využívá obvyklých silných stránek dětí s Downovým syndromem: akcentuje oční kontakt, vzájemné sledování se, dobrou schopnost napodobení gest, mimiky a pohybů druhého člověka, umožňuje blízký fyzický kontakt. Znakovat se dá hezky, i když máme dítě v náručí.
- Znakování se nejvíce podobá mluvené řeči, a proto na ni přirozeně nejlépe připravuje. Znak má omezené trvání v čase, pro jeho uchopení musíme druhého člověka sledovat, znaky lze upravovat podle toho, jak chci něco říct. Můžu znakovat rychle i pomalu, důrazně i jemně, mohu znak udělat velký a výrazný, ale i nenápadný (podobně využíváme tempo řeči, hlasitost, melodii).
- Znakovat lze hravě, vesele, a tím může být znakování pro malé děti přitažlivější, příjemnější.
- Po nějaké době je pro dospělého člověka snadné a přirozené, spojovat běžnou mluvenou řeč se znakováním důležitých slov, tím se nenarušuje a nemění běžný způsob, jakým s dítětem mluvíme.

Znakování je tedy použití gest, znaků (různých pohybů rukama), a to současně s řečí. Dospělý mluví, a přitom nejdůležitější slova současně znakuje, tedy udělá příslušný pohyb. Například řekne: „Vezmeme si ven čepici“, a při vyslovení slova „čepice“ si současně položí dlaň pravé ruky na hlavu. Dítě, které zatím nemluví, používá jen samotné znaky, dítě, které si již osvojuje řeč, používá znaky i s mluvením dohromady, obvykle tam, kde okolí ještě jeho mluvené řeči úplně nerozumí.

Pro koho je znakování vhodné?

Znakování je vhodné pro každé dítě, kterému nestačí mluvená řeč k tomu, aby navazovalo, rozvíjelo a udržovalo sociální vztahy a aby srozumitelně vyjádřilo všechny své potřeby. Můžeme ho používat u dětí, které již mají diagnostikovaný opožděný vývoj řeči, ale také u všech dětí, u kterých lze opožděný vývoj řeči očekávat.

Znakovat se dá se všemi malými dětmi, někteří rodiče je používají jako podporu řečového vývoje i u dětí, které žádné opoždění vývoje řeči nemají. Pokud tedy má dítě s Downovým syndromem mladšího sourozence, můžete s ním klidně znakovat taky, ocení to všichni přítomní.

Začít se může kdykoliv. Už malinkému miminku můžeme jednoduchým gestem ukazovat, že teď dostane své mlíčko, nebo že bude spinkat. Některé výzkumy doporučovaly se znakováním u dětí s Downovým syndromem začínat kolem osmi až deseti měsíců věku. Čím dříve začnete, tím snáze a přirozeněji se vy i vaše děťátko budete se znakováním seznamovat a učit se ho.

Na druhou stranu je pro některé rodiče těžké vytrvat u znakování, když jim dítě zdánlivě neodpovídá. Může se stát, že začnou se znakováním třeba v půl roce věku dítěte a celý další rok, nebo i delší dobu dítě žádný znak nepoužije. Proto někteří rodiče, kteří začnou znakovat s takto malými dětmi, na nějakou dobu přestanou a ke znakování se vrátí, až když je dítěti třeba rok či dva. Nikdy není pozdě začít. Pokud si dítě nerozumí kvůli opožděnému vývoji řeči se svým okolím, začněte kdykoliv. Klidně v jeho patnácti letech. Začít se znaky může klidně i dospělý člověk. Důležité je jen to, jestli mu znaky usnadní domluvu s okolím.

Pro začátek je dobré vybrat si jen několik znaků (jeden až pět), které budou označovat věci, které jsou pro dítě důležité a o kterých se každý den opakovaně mluví. Doporučujeme začít s tím, co má dítě rádo, co ho zajímá. Může to být jídlo, zvířata, znak spojený s oblíbenou činností (například houpání, malování, prohlížení knížek...). Pro začátek se také osvědčují znaky „ještě“ a „konec“, jejich používání dítěti umožní regulovat mnoho věcí, které se s ním dějí, proto si je děti často osvojují poměrně rychle. Pro první znaky je dobré používat jednoduché, dobře viditelné a srozumitelné pohyby, které se snadno dělají. Takto fungují symetrické pohyby (například ťukání špičkami prstů obou rukou proti sobě) a doteky na těle (například dotek na puze, na hlavě).

Zejména zpočátku bude hlavním přínosem znakování to, že vám dítě bude moci lépe porozumět. Tím, že k nejdůležitějším slovům přidáte znak (který navíc často vypadá trochu jako to, o čem se mluví – vzpomeňte na čepici), ukážete jasně dítěti, které slovo ve větě je nejdůležitější pro porozumění. Současně, ať už chcete či ne, dané slovo vyslovíte s větším důrazem a srozumitelněji. Díky tomu všemu bude pro dítě vaše věta srozumitelnější.

Pokud znaky začínáme používat s dětmi, které dobře navazují oční kontakt, sledují lidi kolem sebe, zajímají se o jejich pohyby, měli bychom prostě co nejčastěji a nejpřirozeněji znaky sami používat. Přidávat je k běžným větám, které dítěti obvykle říkáme (k podtrženým slovům přidáme znak):

„Tomášku, pojď, půjdeme jíst!“
„Táta je teď v práci, až přijde, půjdeme spolu ven.“
„Tak, dáme ještě jednu lžičku.“
„Chceš houpat?
Chceš ještě? Ano?“
„Slyšíš? To houká sanitka.“
„Hele, támhle jede vlak.“
„Podívej, tady na obrázku je auto.“
„Kde je kočka?“

Výborné je přidat znaky k dětským písničkám a říkankám. Děti to obvykle hodně baví, užívají si *společné znakování*. Současně je to dobrý trénink znakování, když desetkrát po sobě zazpíváte a zaznakujete písničku „Prší, prší“, pravděpodobně se vám znak vybaví velmi rychle, když na vycházce začne pršet. Rozhýbete si ruce, znaky se pro vás stanou snazší, automatictější. K říkankám a písničkám se také rádi přidávají sourozenci a jiné děti, možná najdete ve svém okolí nějaké zpívanky v mateřském centru, kde se zpívání spojuje s pohybem.

Jestliže dítě oční kontakt navazuje málo, nesnaží se napodobovat dětské hříčky (Jak jsi veliký? Uděláme pá pá!), nesleduje ostatní lidi, nenapodobuje jejich pohyby, a přitom už není miminko, možná bude nutné využít některé speciální postupy, některé z nich jsou používány v **ABA terapii**. V takovém případě **oslovte logopeda, poradkyni rané péče, nebo přímo kontaktujte pracoviště, které ABA terapii používá** a které vám poskytne pomoc se zaváděním znaků do vaší komunikace s dítětem.

Když se do znakování pustíte, bude vás pravděpodobně provázet delší dobu, měsíce, roky, možná celý život. To dopředu není možné odhadnout. Jak moc z něj vaše dítě získá? Záleží na tom, jestli mu budete vy i další lidé nabízet zajímavé znaky, zda budete pořád postupně rozšiřovat jejich množství, jestli se s dítětem naučí znakovat i další lidé, nejen vy. Například sourozenci, další členové rodiny, kteří dítě mají rádi a tráví s ním čas, jestli se znakování začne používat ve školce, ve škole... Čím víc lidí se do tohoto báječného dobrodružství zapojí, tím lépe. V takovém případě moc nevádí, když jsou mezi jednotlivými znakovacími mírné odlišnosti. Důležitá je chuť si porozumět, můžete se třeba paní učitelky zeptat, co ten nový znak, který se dítě zřejmě naučilo ve školce, znamená, a rozšířit pak o něj i vaši domácí znakovou zásobu.

Jestliže se u vašeho dítěte začne rozvíjet řeč, budete pravděpodobně velmi rychle znaky odkládat a přestanete je používat. Nespěchejte ale příliš. Představte si třeba dítě, které si již osvojilo a používá 200 znaků, současně se aktivně naučilo používat 10 slov. Když s ním přestaneme úplně znakovat, dítě ochudí o množství dalších znaků, které by se naučilo a aktivně používalo v době, než se jeho slovní zásoba rozšíří právě na těch 200 pojmů, které teď znakuje. A to může trvat klidně rok.

Proto doporučujeme pokračovat ve znakování, i když dítě začíná mluvit. Pokud ale již nějaký znak nahradilo slovem, kterému téměř vždy rozumíme, tak tento konkrétní znak už můžeme přestat používat. Pravděpodobně zjistíte, že dítě samo znak velmi rychle odloží a vrátí se k němu jen v situaci, kdy mu nebudete rozumět.

Pokud u znakování vždycky mluvíme, dítě nikdy v rozvoji řeči nezpomalujeme, i kdyby už dané pojmy dobře znalo a samo používalo. V takovém případě by se dítě prostě soustředilo na řeč a znaků by si nevšímal.

Kdo vám může se znakováním pomoci a kde najdete informace, materiály a další?

Požádejte o radu a podporu **logopeda** nebo **poradkyni rané péče**. U starších dětí můžete získat informace **ve speciálně-pedagogickém centru, ve speciální mateřské nebo základní škole**. Zjistěte, jestli někde ve vašem okolí neprobíhá **kurz znakování s dětmi**, nebo třeba kroužek, kde by se znakovalo. Některá mateřská centra podobné aktivity podporují.

Můžete využít **knihy o znakování s dětmi** (Terezie Vasilovčíková Šustová: Jak se domluvit s kojencem a batoletem; Monta Z. Briant: Základy znakové řeči pro miminka).

Množství materiálů najdete u Babysigns <https://www.babysigns.cz/>

Videa znakového jazyka pro neslyšící můžete využívat pro rozšiřování znakové zásoby podle vašich potřeb <https://spreadthesign.com/>

A pokud chcete najít ještě další informace o znakování, hledejte na internetu stránky, články, videa, komentáře, diskuse, fóra, skupiny, stačí zadat výrazy jako „**znakování**“, „**znakování s miminky**“, „**znakování s batolaty**“.