

# MAMA a ja

ROČNÍK VII  
ČÍSLO 8

44 Sk/1,46 €

**SUPER  
PRÁZDNINY  
DOMA**

More i tábor sú za vami,  
čo s drobcami?  
Skúste naše tipy!

**Znaková  
reč batoliat**

Vyskúšajte novú formu  
komunikácie s bábätkom

**Zradná  
mononukleóza**

**Predškolač  
a jeho psychika**

Kedy je lepšie s nástupom  
do školy počkať?

Ako na  
**nespavé  
dvojičky** ?

**Otcovia  
a dcéry**

Ovplyvňujú celý život  
svojich princezien

**Darček**  
pre každého nového  
predplatiteľa



**ZAPOJTE SA DO PREDPLATITEĽSKEJ SÚŤAŽE!**

ISSN 1335 - 9320  
www.mamaaja.sk  
9 771335 1932007 08



**Plač, drobné gestá, mimika...**

Je veľa spôsobov, ktorými bábätká vyjadrujú svoje potreby a prežívanie. Pochopiť ich sa pokúšajú nielen všetky matky (a samozrejme aj oteckovia), ale tiež rôzne štúdie a odborníci, mapujúci vyjadrovanie a komunikáciu najmenších.

# Ukáž mi to rúčkami



Keď sa p. Michaela Tilton narodila pred dvoma rokmi v Amerike dcéra Sofia, začala sa zaujímať o možnosti, ktoré jej „krajina za veľkou mláokou“ v oblasti výchovy jej dieťaťa ponúkala.

Oproti domácejmu prostrediu v Čechách, odkiaľ Michaela pochádza, objavila v USA mnoho pozoruhodných odlišností, ktoré sa nebála s manželom aplikovať vo výchove ich dcéry.

Jednou z nich bola tzv. **znaková reč batoliat.**



Okolo 15. mesiaca začala Sofia znaky doprevádzať slovami. Michaela jej dané slovo vždy zapakovala, čím jej pomáhala zlepšovať jeho výslovnosť a lepšie si ho zapamätať... Na fotografiách ukazujú jednotlivé znaky...

## Prvé slová

Objavovať svet pomocou znakov Sofiu veľmi bavilo, no nehlo to prekážkou rozvoja jej slovnej zásoby. Ako ročná začala používať slová ako mama, tata... a postupne sa učila nové. S rozvojom jej komunikačných schopností sa postupne začali vytrácať znaky, ktoré dovtedy používala so samozrejmosťou. Michaela ozrejmuje: „Znak pre jedlo sa prakticky úplne vytratil, keď začala hovoriť „ham“, ale niekedy, keď chce niečo zdôrazniť, použije ho. Napr. keď som jej povedala, že už nedostane ďalšiu sušienku, tak sa postavila pred mňa, povedala „ham“ a k tomu dôrazne ukázala znak pre „jedlo“ a potom nasledoval rovnako dôrazný znak „ešte“.“ Ako sa rozrastala škála znakov, ktoré Sofia ovládala, pribúdalo aj slov, ktoré hovorila. V oboch prípadoch postupne narastal aj počet kombinácií: „Např. spojenie znakov ako „mlieko a spať“ začala používať asi ako 15-mesačná. Postupne prichádzali znaky pre zvieratká, bezpečnostné znaky ako „horúce“ a „bolí“, a keď mala rok a pol, konečne sme sa dočkali aj gesta pre „ďakujem“. V 19 mesiacoch dokázala vyjadriť asi 20 slov a viac než 50 znakov.“ Nové slová a znaky pribúdali prakticky denne. Niektoré slová Sofia ešte nedokázala zreteľne vysloviť, a to, že ich sprevádzali znaky, Michaela pomohlo lepšie pochopiť, čo jej dcéra vyjadruje.

Nešlo o posunkovú reč pre nepočujúcich, ale o spôsob komunikácie medzi počujúcimi deťmi, ktoré ešte nerozprávali. „Túto znakovú reč som spoznala prostredníctvom mamičiek zo susedstva. Bežne so svojimi deťmi znakovali a svoje skúsenosti si vymieňali navzájom. Boli nadšené tým, ako komunikujú so svojimi malými deťmi.“ Michaela sa tým začala viac zaoberať. Zistila, že vo svete existuje niekoľko programov, ktoré sa líšia nielen obsahom, ale i prístupom, ako učiť deti znakovať. Postupne sa naučila techniku, a keď mala Sofia šesť mesiacov, Michaela jej začala predvádzať prvé znaky. „Odpoved“ však neprišla hneď... „Prvého gesta sme sa dočkali v 11-ich mesiacoch, bol to znak „hotovo“. Najprv ho používala pri jedle, ale skoro ho začala využívať aj keď chcela von z vane, alebo keď mala „hotovo“ na nočníku. O pár dní nasledoval znak „svetlo“. To ma dosť prekvapilo, pretože nešlo o príliš praktický znak, ktorý by vyjadroval jej potreby. Najskôr ho používala, keď sme rozsvietili svetlo, ale ukázala ho tiež pri pohľade na pouličnú lampu. Najskôr som to nechápala, ale potom mi došlo, že večer predtým ju videla rozsvietenú. Pre mňa to bol jasný dôkaz toho, že ju znakovanie zaujíma nielen preto, aby mi dokázala povedať, čo chce, ale tiež preto, aby sa so mnou podelila o svet okolo seba. Verím, že veľa mamičiek dokáže poznať aj bez znakovania, čo ich dieťa chce jesť alebo piť, ale tento spôsob komunikácie mi umožnil, aby som pochopila omnoho viac, napr. keď mi dcéra hovorí, že pán v obchode má na hlave čiapku alebo že počula vonku štekať psa. Takáto konverzácia je možná s dieťaťom skôr než začne rozprávať.“

„Znakovanie nám prináša mnoho pekných chvíľ i zábavy,“ vyznáva sa Michaela. „Myslím si, že dieťa, ktoré dokáže vyjadriť svoje potreby a pocity pomocou znakov, požíva väčšie porozumenie u svojich najbližších a cíti sa šťastnejšie. Rozpozná, že znakovanie je oveľa lepší spôsob komunikácie ako slzičky a hnev. Vždy, keď sa mu podari niečo správne znakov vyjadriť a jeho najbližší tomu rozumie, rastie jeho sebavedomie.“





## Prečo to skúsiť?

„To, že bábätka nedokážu hovoriť, ešte neznamená, že nám nemajú čo povedať. Chcú sa s nami deliť o to, čo ich teší, trápi, čo chcú...“

Problémom je, že schopnosť hovoriť sa

vyvíja pomalšie než ich túžba komunikovať. Našťastie, batolata dokážu ovládať ruky a ďalšie časti tela skôr než hlasivky a ostatné „nástroje“ nutné k verbálnej komunikácii. To dáva deťom príležitosť komunikovať neverbálne a preklenúť tak obdobie, kedy to nedokážu pomocou slov,“ hovorí Michaela Tilton.

V súčasnosti sa znakovkej reči batoliat venuje už spolu so svojim manželom profesionálne. V Čechách i na Slovensku prezentujú výukový program Baby Signs, ktorého metódu sa učia v mnohých mestách už desiatky rodičov so svojimi deťmi. Čo ich k tomu vedie? Michaela vyratúva dva hlavné dôvody: „Spríjemní im to každodenný život s dieťaťom a zároveň v prvých troch rokoch života poskytuje znaková reč dieťaťu impulz k emočnému a intelektuálnemu rozvoju. Rodičia, ktorí so svojimi deťmi znakujú, sú často prekvapení tým, koľko toho ich malé bábo už vníma a čomu všetkému rozumie. Znakovanie často spôsobuje, že rodičia začínajú s deťmi tráviť viac času a viac s nimi komunikujú.“

## Znakovať možno od narodenia

Ak teda znakovať, od akého veku a ako? Michaela radi rozlíšiť dva momenty – jeden, kedy rodičia začnú znaky svojmu drobčovi predvádzať, a potom okamih, kedy dieťa začne znaky samo používať. To prvé závisí najmä od rodičov. Znaky je možné predvádzať deťom už od narodenia. Väčšina rodičov však začína so znakovaním v dobe, kedy sa predpokladá, že dieťa začne znaky samo používať. K tomu zväčša dochádza medzi 8. – 12. mesiacom veku dieťaťa.

Výsledky dlhodobých pozorovaní v krajinách, kde sa znaková reč batoliat využíva už dlhšie, potvrdili, že znakovanie má význam aj pre deti, ktoré už vedia pár slov. „Poznáme prípady, kedy rodičia začali používať znaky až v 18 mesiacoch či neskôr. Deti v tomto veku sú často neschopnosťou sa dorozumieť frustrované a uchýľujú sa ku komunikácii pomocou plaču a hnevu. Keď im rodičia začnú znaky predvádzať, rýchlo ich pochopia a často už po niekoľkých dňoch začnú takto komunikovať.“

Neoneskorí sa u dieťaťa rečový prejav? Nebude mať problém s verbálnou komunikáciou? Podobné otázky sa určite vynoria v hlave mnohým oteckom i mamičkám. Michaela dáva do pozornosti hlavnú zásadu znakovania: „Platí, že deťom sa ukazujú iba znaky pre slová, ktoré ešte nedokážu vysloviť. Postupne, ako sa učia nové slová, sami prestávajú znaky využívať. Je to úplne prirodzené a neodvratiteľné. Netreba sa preto obávať toho, že znakovanie negatívne ovplyvní vývoj reči.“



## Výskum

Reč kontra znaky – táto dilema sprevádza túto formu komunikácie od počiatku. Keď bolo v r. 1982 znakovanie po prvýkrát popísané doktorkami psychológie Kalifornskej univerzity Lindou Acredolo a Susan Goodwyn, odborná verejnosť im položila rovnakú otázku. Práve preto sa začal dlhoročný výskum, ktorý porovnával dve skupiny detí, ktoré mali na začiatku výskumu 11 mesiacov a holi na rovnakej úrovni (v schopnosti komunikovať, pohlaví, poradí narodenia v rodine a v otázke vzdelania a príjmu ich rodičov).

Zistilo sa, že po roku komunikovali znakujúce deti na úrovni ostatných rovesníkov v priemere o 3 mesiace starších a po ďalšom roku znakujúce deti predbehli druhú skupinu o celý rok. Na základe tohto výskumu vyvinuli Dr. Acredolo a Goodwyn program znakovkej reči pre batolata Baby Signs, ktorý sa dnes využíva už vo viac ako 14 krajinách sveta.

V Amerike začali program obzvlášť využívať aj bilingválne rodiny. Dr. Acredolo a Goodwyn zozbierali skúsenosti, ktoré potvrdili, že u detí hovoriacich od malička viacerými jazykmi vytvorilo používanie znakovkej reči akýsi most medzi danými jazykmi. Michaela si to odskúšala na vlastnej koži... „Manžel je Američan a k dcére sa od narodenia prihovárame anglicky i česky. Znaky pomohli v tom, že nám Sofia dala neomylné nájavo, že rozumie obojm rečiam. Keď som jej napr. povedala po anglicky „ukáž psa“, tak dcéra urobila znak pre psa. Keď som to povedala česky, dcéra urobila rovnaký znak. Od raného veku je pre ňu samozrejmé, že existujú dve slová k popísaniu znaku. Je to cesta k pochopeniu toho, že jednotlivé pojmy môžu byť vyjadrené rôznymi slovami.“



Malá Sofia používa znaky od svojich 11 mesiacov. Postupne ich vytlačujú slová, no často používa kombináciu znak-slovo.



## Celá rodina

„Čím viac ľudí s dieťaťom znakuje, tým lepšie,“ hovorí Michaela. Na základe skúseností, ktoré z kurzov znakovkej reči v Českej republike majú, vie, že k tejto komunikácii sa okrem rodičov často pridávajú aj starí rodičia a obzvlášť súrodenci. Michaela je toho názoru, že „...znakovanie je vítaným pomocníkom pri zblížovaní sa súrodencov. Často pomôže znížiť žiarlenie a pocity menejcennosti z toho, že rodičia venujú viac času bábätku. Staršie deti sa ľahko znaky naučia a môžu tiež svojho malého bráčeka či sestričku učiť. Deti potom pociťujú hrdosť a uspokojenie z toho, že rodičom pomáhajú a zvyšuje sa ich sebavedomie, a tiež sa tak buduje vzťah k malému súrodencovi.“

Znakovaniu nie je potrebné venovať osobitný čas, po jeho naučení ho rodičia môžu okamžite zaradiť do bežných denných aktivít. „Znakujeme s deťmi pri jedle, v parku, pri kúpaní, pri prezeraní obrázkových knižiek a pod. Vďaka tomu, že nám dieťa dokáže vyjadriť čo chce, nemusíme hádať a hneď vieme, ako mu vyhovieť, takže to vlastne ušetrí čas. Ako príklad môžem uviesť moju dcéru. Raz večer, sediac pri tanieri so zemiakmi, mäsom a varenou mrkvou, napriek tomu, že je veľká jedáčka, jej vôbec nechutilo. Opýtala som sa jej, či sa chce napiť, no ona pokrútila hlavou a urobila znak pre syr. Doniesla som jej ho a ona spokojne začala jesť. Ak by znak nevedela, neviem ako dlho by sme sa trápili, kým by som rozlúštila, čo chce. Znakovanie teda nezaberá žiadny čas navyše, ale vyžaduje pravidelnosť a dôslednosť. Keď sa ho rozhodneme dieťa učiť, je potrebné využívať každú príležitosť.“

## Program zvládnete za dve hodiny

Naučiť sa program znakovkej reči pre batolátá je jednoduché a možno sa ho naučiť na dvojhodinovom kurze pre rodičov alebo z dostupných materiálov. Ide o dômyselné pôsobenie na dieťa, rešpektujúc jeho potreby a možnosti. Veď je prirodzené, že deti používajú prakticky od narodenia rôzne gestá a znaky, ako pozdrav pa-pá, či iné. Ako však Michaela dodáva na záver: „Cieľom programu nie je deti preučať na niečo nové, vymyslené. Znaková reč má spontánny a prirodzený repertoár rozšíriť. Ak si dieťa vymyslí vlastný znak, ktorému rodičia rozumejú, nie je potrebné ho preučať. Na našich kurzoch ponúkame rodičom videoslovník, ktorý má 100 znakov. Ide o najčastejšie používané výrazy pre deti do 3 rokov, ale ak sú výrazy, ktoré v slovníku nie sú, odporúčame rodičom, aby si chýbajúce znaky vymysleli.“

Hoci je program dobre rozbehnutý v susedných Čechách, svojich priaznivcov si našiel už aj na Slovensku. Už v týchto dňoch sa uskutočnia prvé kurzy pre rodičov, vedené certifikovanými slovenskými inštruktorkami.

**Viac informácií možno  
nájsť na stránke  
[www.babysings.sk](http://www.babysings.sk)**

