

7 NEJVĚTŠÍCH RIZIK PRO NAŠE ZDRAVÍ

Čím škodíme svým orgánům? A jak se to projevuje?

Rady lékařů, jak se vyhnout nepříjemným potížím



Číslo 42 | Ročník 8 | 18. října 2022

48 STRAN

Aha! pro ženy

JEN

11⁹⁰
KČ



UVNITŘ
NÁPADNÍK
s recepty na
podzimní moučníky

Vendula

Pizingerová (50)

PŘÍSNÝ REŽIM

Kvůli vážné nemoci!



Ondra a Martin jsou
kamarádi od dětství
ZALOŽILI ÚSPĚŠNOU
MÓDNÍ ZNAČKU



KROK DO PODZIMU
KOTNÍKOVÉ
BOTY JSOU
PRAKTICKÉ
A SLUŠÍ



Lektorka
Lenka
UČÍ MIMINKA
ZNAKOVOU ŘEČ

Lenka je lektorkou pro znakování s dětmi pod

Jak se domluvit



Lenka Nováčková

POROZUMĚT DĚTEM OD RANÉHO VĚKU ŽIVOTA TOUŽÍ KAŽDÁ MÁMA I JEJÍ OKOLÍ. MIMINKO SE VYJADŘUJE PLÁČEM A MY TEPRVE POSTUPNĚ PŘÍCHÁZÍME NA TO, CO CHCE VYJÁDŘIT. KDY MÁ HLAD, KDY POTŘEBUJE PŘEBALIT, JE UNAVENÉ NEBO JEN VYŽADUJE POZORNOST. EXISTUJE VŠAK METODA, JAK KOMUNIKOVAT S DĚTI OD RANÉHO VĚKU. JDE O ZNAKOVOU ŘEČ PRO MIMINKA. V ČEM SPOČÍVÁ? A JAK JE PRO RODIČE PROSPĚŠNÁ? VŠE PROZRADÍ LENKA NOVÁČKOVÁ, CERTIFIKOVANÁ LEKTORKA PRO ZNAKOVÁNÍ S DĚTI POD ZÁŠTÍTOU PROGRAMU BABY SIGNS A TAKÉ MAMINKA TŘÍLETÉHO SYNA ONDRY, S NÍMŽ SAMA ZNAKUJE UŽ ODMALIČKA.

Zdeňka KUDOVÁ

Znaková řeč bývá spojována především s neslyšícími. Proč je vhodné naučit znakovat děti, i když slyší?

„Cílem znakové řeči pro batolátka není nahradit sluch, ale naopak ho podpořit a dát dítěti nástroj, jak se vyjádřit, když mu ještě jeho jazykové schopnosti neumožní používat slova. Sluch je důležitou součástí správného znakování s batolátkem, protože pokud znakovujeme správně, vždy u znaku použijeme i odpovídající slovo.“

Neopozdí znakování dítě ve vývoji řeči?

„To je častá otázka, kterou si kladly i zkladatelky programu Baby Signs, americké profesorky vývojové psychologie Linda Acredolová, Ph.D. a Susan Goodwynová, Ph.D. A jak už to tak u profesorek vývojové psychologie bývá, nestačila jim jejich vlastní zkušenost se svými dětmi. Po dobu dvou desetiletí prováděly akademický výzkum týkající se využití znakového jazyka u slyšících dětí. Odpověď na otázku »když dítě umí znaky, nezačne mluvit o to později« zněla ne, je tomu právě naopak. Děti, které znaky používají, rychle předběhnou své vrstevníky ve schopnosti se vyjadřovat. Já osobně jsem sice nestrávila desítkami let výzkumu, nicméně mohu potvrdit z vlastní zkušenosti, že vývoj řeči mého syna, se kterým jsem znakovala od 6 měsíců, se rozhodně neopozdil. První slůvko jsme zaslechli už v 9 měsících.“

Jaké jsou další výhody znakování s dětmi?

„Dobré je to z mnoha důvodů. Pro mě je hlavní vzájemná komunikace, která se prohloubí mnohem dříve, než dokáže dítě vyslovovat svoje první slůvka. Slovo vzájemná bych ráda zdůraznila, protože znakovající batolátko nám dokáže mnohem lépe říct, vlastně »ukázat«, co aktuálně potřebuje, co ho právě zaujalo, co chce nebo nechce dělat a my na to můžeme adekvátně reagovat. Do

znakové komunikace se zapojují oba – miminko i maminka. Tím se snižuje frustrace na obou stranách – dítětko vidí, že nás zajímá, že se mu snažíme porozumět, a zároveň maminka je méně frustrovaná, protože má lepší šanci uhodnout, proč zrovna teď tu kašičku, kterou má tak rád, nechce. Výsledkem je pak méně pláče, více úsměvů, spokojenosti a o to nám jde.“

Odkdy je vhodné učit děti znakovat?

„To je velmi individuální a záleží na nátuře rodiče. Pokud jste povahou trpěliví, rádi se na vše důkladně připravujete v dostatečném předstihu a nevádí vám počkat si na výsledky vaší snahy, pak doporučuji začít od 6 až 8 měsíců věku. Později je to ideální pro rodiče, kteří neradi čekají a chtějí vidět výsledky co nejdříve – v tomto období totiž děti nejčastěji začínou znaky opětovat. Někteří rodiče začínou se znakováním i po prvním roce, protože i přestože dítě může používat slova, ne vždy mu rozumíme a znaky nám mohou pomoci.“

Musí rodiče dopředu umět znakovou řeč, aby ji mohli učit své dítě?

„Určitě nemusí, znaková řeč pro batolátka sice vychází ze standardní znakové řeči pro neslyšící, ale je upravená tak, aby se dětem znak snadno ručičkami »tvoril« a byl jednoduchý na pochopení.“

V dnešní uspěchané době není nikdy času nazbyt.

Kolik času znakování zabere?



Lenka při náviku znakování.

O Lence

Lektorka Lenka Nováčková žije s partnerem Jirkou a synem Ondrou v Heřmanově Městci. Se znakováním se setkala v době, kdy byla těhotná. Dnes je certifikovanou lektorkou pro znakování s dětmi pod záštitou programu Baby Signs. Sama vede kurzy Znakujeme se zpěvem a hrou, Rozvíjím se pro batolata a do budoucna plánuje i kurzy Go Kids! English. Více na strelenka.cz.

s dětmi pod
mluvit

záštitou programu Baby Signs s miminkem



„Chce se mi říct »žádný«. Cílem je, aby si znakování užívala celá rodina a nepřidala si do seznamu věcí, které je potřeba zvládnout, další položku. Ano, musíte strávit nějaký čas tím, že se se znakováním seznámíte. K tomu můžete využít živé kurzy, kde se vše potřebné naučíte a ještě si užijete spoustu zábavy s batolátkem. Nebo pokud je vám příjemnější forma online, existují velmi dobře propracované online materiály, se kterými jsem i já začínala. Ale pak už znaky používáte během každodenních činností a žádný speciální čas si pro ně vymezovat nemusíte – ani to není žádoucí.“

Jak tedy můžeme naučit dítě znakovat?

„Učíte jej vlastně tak, jako všechno ostatní – napodobováním. Doporučuje se začít s několika málo znaky a postupně přidávat. Nejde ani tak o to, že by bylo batolátko přehlcené, ale jde o komfort rodiče, aby si na používání znaků zvykl a bylo mu znakování příjemné.“

Naučí se znakovat všechny děti?

„Na tuto otázku ráda odpovídám větou, kterou jsem slyšela od Michaely Tiltonové. (Žena, která přivezla program Baby Signs do Česka – pozn. red.) Neexistuje dítě, které by se nenaučilo znakovat, existuje spousta rodičů, kteří znakování předčasně vzdají.“

Co však můžeme dělat, pokud se dítěti při znakování nedaří?

„Pokračovat!!! Každé dítě je jedinečné a platí to i při znakování, každé dítě má svůj čas, kdy znaky začne využívat. Úkolem rodiče je vydržet, být trpělivý, netlačit na dítě a užívat si společně stráveného času doplněného příjemnou aktivitou. Já si vlastně ani neúspěch neumím představit, vždycky je to společný projekt rodiče a dítěte. Dítě ví, že mu věnujete pozornost, vnímá, že s ním komunikujete, a i kdyby se zrovna vaše dítě rozhodlo, že znakovat prostě nebude a rovnou začne mluvit, tak se

na něho asi zlobit nebudete. Pokud by však rodič přesto začínal být nervózní, že to všechno nějak dlouho trvá a nebyl si jistý, jestli postupuje správně, tak doporučuji kontaktovat certifikovanou lektorku, která ráda pomůže a poradí.“

Mnozí lidé, často ze starší generace, považují znakování malých dětí za zbytečné. Jak byste je přesvědčila o opaku?

„Asi bych jim pustila video mých absolventů a mého dítěte, jak nadšeně znakuje »ještě«, jak si říká o pití a jak se nevztéká hned v prvním okamžiku, kdy mu nerozumím. Při odchodu bych takovému člověku zamávala, on by pravděpodobně zamával zpět a já bych ho s vtipem upozornila, že právě použil znak pro »pá pá«.“

Pořádáte kurzy znakování pro miminka a rodiče. Můžete nám je nějak přiblížit?

„Ano, pořádám kurzy pod záštitou programu Baby Signs, jsem certifikovaná lektorka pro kurz Znakujeme se zpěvem a hrou. Cílem tohoto kurzu je seznámit rodiče se základní zásobou znaků a hlavně si užít společný čas. Zpíváme, tančíme, znakuje, hrajeme si a u toho já rodičům sděluji, co potřebují vědět, aby se jim doma dobře znakovalo.“

Je nějaká možnost účastnit se kurzů i online, pokud má někdo problém třeba s dojížděním?

„Online kurzy některé lektorky nabízely v době covidu. Já jsem svým maminkám nabízela možnost nahrání lekce, pokud se jí nemohly zúčastnit. Nicméně existují i online výukové materiály, takže pokud nemáte ve svém okolí lektorku, vřele doporučuji pořídit tyto.“

Pokud by někdo stále váhal, zda začít s dětmi znakovat, co byste mu poradila?

„Poradila bych mu, ať se podívá na některá z videí, fotek, které mám na webových stránkách www.strelenka.cz, a řídí se svým pocitem. Pokud vám videa vyvolají úsměv na tváři a hřejivý pocit, jděte do toho. Pokud ne, nenutte se. Cílem znakování také je, aby se prohloubil vztah mezi rodičem a dítětem, pokud se budete stresovat tím, že »musíte« znakovat a »nejde« vám to, určitě to neprospěje ani vám, ani vašemu děťátku. Jděte do toho s radostí a pozitivním očekáváním.“

Foto archiv L. Nováčkové, Shutterstock

O Lence

ka Lenka Nováčková
s manerem Jirkou a synem
manově Městci. Se znako-
la v době, kdy byla těhotná.
ovanou lektorkou pro znako-
záštitou programu Baby Signs.
Znakujeme se zpěvem a hrou,
batolata a do budoucna plánuje
English. Více na strelenka.cz.

