Vizualizace: Tahák do začátků

Bonus k eBooku Jak na vizualizaci a komunikaci u dětí s autismem

„Více než osm let se věnuji vědomé výchově svého syna s autismem. Díky tomu jsem ušla dlouhou cestu, která mě naučila mnohé o něm i o sobě sama. Teď své zkušenosti a poznání sdílím s rodiči, kteří se na stejnou cestu teprve vydávají. Pomáhám jim, aby byla snazší a jejich dítě šťastnější.“

Prohlášení: Tento materiál je informačním produktem. Jakékoliv šíření nebo poskytování třetím osobám bez souhlasu autorky je zakázáno a je porušením autorského zákona, které může být stíháno. Děkuji za pochopení a respektování tohoto sdělení.

Několik úvodních rad

- **Netrapte se nedokonalostí**. Cokoliv, co uděláte, je v pořádku. Důležité je začít. A uvidíte – jakmile pochopíte princip a možnosti vizualizace, sami budete přicházet na další možnosti, kde vám může pomoct. Jsou to **úvodní kroky** a od těch se odrazíte. Výčet všech dalších oblastí vhodných pro vizuální podporu a tipy na publikace a dostupné materiály už máte ve vašem eBooku.

- **Sledujte své dítě**. Rozumí tomu, co mu předkládáte? Reaguje na to dobře? Zdá se, že preferuje 3D předměty, obrázky nebo fotky? Líbí se mu v barvách nebo černobílé? Začněte dle své volby a odhadu vaší dcery/vašeho syna. Snažte se nicméně v praxi vnímat jeho reakce a případnou ne/spokojenost a pracujte s tím.

- **Přidávejte postupně a zvažujte dle svých priorit.** Co vás v komunikaci opravdu pálí? V čem opakovaně narážíte? Každý autista je jiný, to už víme. Je potřeba reagovat na to i v praxi. Zároveň **nezahlcujte** příliš mnoha obrázky. Přidávejte, jakmile budete mít jistotu, že dítě těm aktuálním rozumí. Je to jako učit se nová slova – i když to dětem vyhovuje v této formě, je potřeba dát si pozor na přílišné množství.

- Nic není hned a tak jako u všeho ve výchově malých dětí s PAS je **potřeba být trpělivý**. Nicméně je velmi pravděpodobné, že obrázky je osloví poměrně rychle. Je to, jakoby na ně začal někdo promlouvat jejich jazykem, snažil se s nimi porozumět a nabídnul jim variantu komunikace, se kterou si poradí. Takže směle do toho! ☺

KROK 1: ORIENTACE V BLÍZKÝCH OSOBÁCH

Najděte **fotky jednotlivých členů rodiny**, se kterými se dítě pravidelně setkává. Tedy rodiče, sourozenci, prarodiče apod. Měli by být hezky zepředu, ať je vidět zřetelně tvář a to v aktuální podobě, tedy ne fotky deset let staré☺

Vytiskněte a zalaminujte je. Při hře na koberci nebo třeba i před spaním, kdy je dítě zklidněné, mu je ukažte, společně si je prohlížejte a pojmenovávejte. Dítě vnímá vizuálně, vy pojmenováváte. Vyčíhněte si moment maximální pozornosti.

Dělejte to pár dnů a pak můžete zkoušet otázku – *„Kde je máma?“ „Kde je babička Věra?“* Dítě možná ví, kde ta babička na obrázcích je, ale neumí ukázat. Pak ukažte, poklepejte na fotku za něj. V druhém sledu mu můžete vést ruku.

Netlačte na pilu, nespěchejte, zkoušejte opakovaně. **V příměru k běžným dětem je potřeba mnohonásobně větší počet opakování, než dojde k upevnění vědomosti nebo dovednosti!**

Postupně přidávejte i přátele, pokud se s nimi vídáte opravdu pravidelně.

2020 © www.zuzanadvorackova.cz

! DŮLEŽITÉ !

Zařaďte i fotku samotného dítěte. Opakujte si i jeho jméno – hodně dětí má problém s identifikací sebe sama. Toto může ve výsledku pomoct i při oslovování!

Zároveň, nenechte se zmást tím, že dítě se na fotky podívá jen letmo. Jemu to stačí, není potřeba mu to strkat před obličej. Ostatně, to se Vám potvrdí, jakmile to bude trénovat. Je to jako se sluchem – naše děti vypadají, že vůbec nevnímají a pak překvapují tím, co všechno slyšeli.

 # KUBA SÁM #

U prvního sezení v SPC zkoušela terapeutka střídavou hru. Chtěla po Kubovi, aby navlékal tvary na kolíky. On ale nevěděl co s tím. Ukázala mu to a ještě před tím ukázala na sebe a řekla *„Teď teta“.* Navlékla tvar, ukázala na Kubu a řekla *„Teď Kuba.“* A světe div se, on to udělal. A tak se střídali teta – Kuba – teta – Kuba.

Nám to velmi pomáhalo třeba i v sebeobsluze. Když nechtěl něco dělat a cpal mi do ruky například papuče, ať mu je obuju, řekla jsem mu klidně a rozhodně *„Kuba sám.“*

Dodnes to má pod kůží. Když se mu nechce číst domácí úkol, řekne *„teď máma“* a laškovným pohledem sleduje, co já na to. A co já na to? *„Kuba sám.“*☺

KROK 2: ORIENTACE V PROSTORU

Uspořádejte dítěti jeho pokoj systematicky a přehledně. Pokud nemá pokoj, uspořádejte zkrátka koutek s jeho věcmi a hračkami – tak, aby vědělo, kde co má. Zároveň se tím snadněji naučí věci uklízet a vy se vyhnete tomu, že vám nahrne vše na jednu hromadu.

Označte krabice, zásuvky, skříňky obrázkem, co v nich je.

Vyhraďte mu místo pro hru a místo pro práci, pokud to jen trochu jde. Prací rozumíme strukturované úkoly, na které dřív nebo později dojde řada. Ideální je stoleček, který bude určen výhradně k práci. Můžete ho také označit piktogramem práce.

Se slovem pracovat se děti seznámí takto brzy, což může působit děsivě, ale nic strašného na tom nakonec není. Nemělo by na něm být nic rušivého, tedy ani hračky, ani obrázky – a to ani v jeho blízkosti. Napomůžete tak dítěti lépe se soustředit. Prvními úkoly a první prací může být klidně kreslení, čmárání. Už to je součást práce s grafomotorikou☺

2020 © www.zuzanadvorackova.cz

KROK 3: JEDNOTLIVÉ ČINNOSTI A JEJICH MÍSTA

Vyrobte si obrázky pro jednotlivé činnosti, které se v průběhu dne opakují. Vytiskněte a zalaminujte. Pro použití na tabuli pak olepte magnetem nebo suchým zipem.

Účel suchého zipu / magnetu netkví jen v možnosti připevňování obrázků na tabuli a do knihy, ale také v lepší manipulaci. Ve věku dvou až tří let, kdy je vhodné začít, není u dětí jemná motorika natolik dobrá; obrázek, který by děti nedokázaly ani sebrat ze stolu, by je velmi zlobil a dost možná i odradil.

Příklady

- fotka kartáčku dítěte jako piktogram čištění zubů
- fotka oblíbené misky/talíře jako symbol pro jídlo
- fotka bot jako symbol odchodu ven
- fotka postýlky dítěte jako symbol pro spánek
- fotka oblíbených hraček jako piktogram hry
- fotka nočníku nebo WC jako piktogram čůrat

Mohla bych uvést spoustu dalších, ale já jsem si jistá, že už ten princip chápete.

2020 © www.zuzanadvorackova.cz

Čím menší děti, tím vše jednodušší. Třeba u piktogramu jídlo je prostě jídlo. Později můžete rozlišovat snídaně, svačina, oběd, večeře. Začínáme zvolna a jednoduše a postupně přidáváme. Stačí se řídit citem a dovednostmi dítěte, jeho porozuměním.

Zároveň umístěte symboly činností na místa, kde se odehrávají. Jídlo ke stolu, čištění zubů do koupelny atd.

KROK 4: SPOJUJTE SLOVA A OBRÁZKY – ZAČNĚTE PIKTOGRAMY AKTIVNĚ POUŽÍVAT

Začněte jednotlivé aktivity provázet obrázkem. Říkáte dítěti, že má jít ke snídani. Tedy:

1. řekněte mu *„Teď budeme jíst.“*
2. ukažte mu obrázek – piktogram symbolizující jídlo (vyfocený oblíbený talíř, miska...)
3. veďte ho za ruku ke stolu, kde je piktogram činnosti JÍDLO také připevněný

Výsledek? **Dítě ví, co bude dělat a kde se to dělá.** A že se tomu říká jíst. Zní to velmi primitivně, ale u neverbálních dětí je to zásadní. Z mé zkušenosti vím, že obrázky jsou velmi vítány i zdravými dětmi v raném věku.

✔**TIP**
Mějte jako členové rodiny všichni včetně dítěte své **pevné místo u stolu**. Neměňte je, vždy seďte stejně. Je to jistota a ukotvuje v návyku.

KROK 5: NÁSTĚNKA

Zařiďte si nástěnku. Ideálně v dětském pokoji, ale může být stejně tak v obýváku nebo v kuchyni. Velmi záleží na tom, **kde se dítě pohybuje nejčastěji a nástěnky si bude všímat**.

Nástěnka může být **magnetická** nebo **kobercová**, vše záleží na vaší preferenci (možnosti v eBooku na str. 22 - 23). Na ni v prvé řadě připevněte fotku dítěte, aby vědělo, že je to jeho, že se ho to týká. Stejně tak se lepí později i fotka dítěte na komunikační knihu.

Pak začněte s jednoduchým režimem dne. Řaďte obrázky vždy **zleva doprava nebo shora dolů**, jako u psaní. Je to vlastně jeho obrázková varianta. Zařazujte zpočátku hodně činnosti, které má dítě rádo, aby bylo motivováno tabuli sledovat a pochopit její princip.

Můžete také rozdělit režim na dopoledne a odpoledne. Vycházím z toho, že pravděpodobně začínáte a vaše dítě je tedy stále v raném věku, kdy po obědě spí. Pak mu v průběhu spaní můžete nastavit odpolední režim.

Vždy ráno ho vezměte za ruku k tabuli a povídejte mu, co se ten den bude dít. Ukazujte na jednotlivé aktivity dne. Po spaní to můžete zopakovat a představit plán na odpoledne.

2020 © www.zuzanadvorackova.cz

KROK 6: KOMUNIKAČNÍ KNIHA

Vytvořte si komunikační knihu a do ní ukládejte veškeré používané obrázky. Pro začátek jich bude několik, později, jak budou přibývat, je třiďte zvlášť; třeba na jeden list jídlo, na druhý hračky, slovesa, apod.

Při přidávání obrázků vycházejte vždy z toho, co dítě **často** používá / jí / pije / rádo obléká /potřebuje a podobně. Nespěchejte a s novými obrázky trénujte vždy alespoň několik dní.

Velmi se osvědčuje zařadit piktogramy jako *„Pomoc“, „Potřebuju pomoc“, „Pojď“, „Ještě“* a jinak praktická slova, která se v denním režimu objevují velmi často. Když dítěti něco nejde nebo někam nedosáhne, tak začne zpravidla křičet. Vy mu obrázkem nabídnete variantu slova POMOC a to je jednodušší. I když to osvojení může trvat, i když se mu pro ty obrázky nebude chtít chodit a bude pro něj jednodušší zakřičet, časem to pochopí a přijde mu to vhod.

Komunikační kniha tak musí být dostupná a viditelná, ideálně vždy na obvyklém místě. Když dítě křičí, nebo se snaží vám něco sdělit, a vy už tušíte, že chce něco, co má v knize také na obrázku, otevřete ji a vybídněte ho, ať vám to „řekne hezky“. Ať ukáže obrázek toho, co chce.

2020 © www.zuzanadvorackova.cz

KROK 7: CESTOVNÍ KARTIČKY

Možná si řeknete, že tohle všechno je skvělé, ale může to fungovat jen doma. Co venku, co na návštěvě, co u lékaře?

Upřímně? **Komunikační knihu jsem dlouhou dobu nosila téměř všude s sebou**. Byla to otrava a šanon byl těžký, ale **dávala jsem tím synovi možnost domluvit se i kdekoliv jinde**. A to bylo důležité. Nicméně vše záleží na tom, kam jdete a jak dlouho se tam zdržíte, případně co byste mohli z kartiček potřebovat.

Všechny postupy užívání obrázků a práce s komunikační knihou jsme využívali my jako rodiče a speciální školka jako ideální partner v terapii. Také jsme zaškolili prarodiče, kteří Kubíka vídali pravidelně. Pro všechny zúčastněné bylo dobré a velmi povzbudivé, že se navzájem domluví.

Můžete si vyrobit i **cestovní verzi**. Malinkou kroužkovou vazbu – mini knihu s nejčastějšími obrázky. Nebo knížečku s místy, kam můžete venku jít. A v neposlední řadě i proužek, o kterém je řeč v eBooku na straně 28 – tam si můžete připravit plán procházky, návštěvy apod.

Je to velmi individuální a žádný přesný návod se dát nedá. Je na uvážení každého rodiče, jak to funguje s jeho dítětem a jaké komunikační potřeby bývají aktuální.

2020 © www.zuzanadvorackova.cz

PROČ OBRÁZKY ANEB CO JE CÍLEM

Vizuální (obrázková) podpora obecně slouží k lepšímu porozumění a orientaci v životě – proto používáme režim, plánujeme, proto označujeme místa činností.

Principem a účelem obrázkové komunikace je to, že dítě místo slova použije obrázek. Tedy neřekne vám slovo, ale předá vám obrázek jako vyjádření toho, co chce získat. Tady se učí účel komunikace a její mechanismus. Postavit to na motivaci sladkostmi nebo činnostmi je ideální, protože motivace je u autistů skutečným motorem ke všemu.

 # ŘEKNI MI TO HEZKY #

Příklad: Dítě má rádo sušenky a je to jeden z piktogramů v jeho obrázkovém slovníku. Můžete nakoupit sušenky a projít s nimi kolem dítěte tak, aby je vidělo. Pak je můžete uklidit. Dítě se pravděpodobně bude snažit k sušenkám dostat. Má je rádo a bude je chtít. To je ideální situace pro nácvik.

„Co bys chtěl? Nerozumím, řekni mi to hezky!“
Zavedete jej ke komunikační knize, otevřete ji a zopakujete *„Co chceš?“*
„Řekni mi to hezky!“

Ve chvíli, kdy vám dítě kartičku předá, okamžitě předejte sušenku. Upevníte tak jeho porozumění tomu, proč má komunikovat.

A teď to důležité - za **porozumění a jakoukoliv snahu o komunikaci – chvalte, chvalte a zase chvalte!** Zavoláte na dítě a ono přijde – pochvalte ho, že hezky a hned přišlo. Snaží se vám svou hatmatilkou něco sdělit (a vy nechápete co) – chvalte, že je skvělé, že mluví a že bude prima, když vám to také ukáže obrázkem. Ukáže vám to obrázkem? Chvalte, jak hezky to dítě řeklo. Obrázky a slova jdou ruku v ruce.

A abych vyloučila jeden velmi běžný mýtus – **když bude dítě znakovat nebo používat obrázky, neznamená to, že prostě zleniví.** Že už se mluvit nebude učit. Není to tak. Náš syn i mnohé jiné děti jsou důkazem, že **obrázky jsou pouze začátek.** Nicméně zde přidám i komentář logopedky Kateřiny Kunzové, se kterou jsem na svém blogu vydala rozhovor. K této otázce se vyjadřuje následovně:
„S VOKS zkušenosti nemám, tím se zabývají fundované kolegyně. Pokud dítě pochopí prostřednictvím VOKS princip, může tento komunikační systém nastartovat verbální řeč. Mám alespoň osobní zkušenost se dvěma dětmi, které jsem měla v péči a které mi předala kolegyně, která s nimi VOKS prováděla. Velmi záleží na načasování počátku nácviku verbální řeči. Pokud se komunikace systémem VOKS tzv. „přetáhne“, demotivující to být může.“

Budete-li mít doplňující dotazy k tématu, prosím adresujte je na můj e-mail: zuzka@zuzanadvorackova.cz. Ráda pomůžu. Přeji mnoho úspěchů a budu ráda za zpětnou vazbu, jak vám to s obrázky jde. ☺
Zuzka💙

@poznavameautismus

www.zuzanadvorackova.cz

@poznavame_autismus

Poznáváme autismus