

AuKid

IDENTIFIKÁCIA EMÓCIÍ V PROSTREDÍ

METODICKÁ PRÍRUČKA PRE PRÁCU V OFF-LINE REŽIME

Rozvoj sociálnych zručností detí nielen s PAS

 **AuKid**

2021

OBSAH

| | |
|-------------------------------------|----|
| Úvod | 3 |
| Aplikácia AuKid | 5 |
| Cieľová skupina | 7 |
| Účel metodической príručky | 8 |
| Téma 1Spoznávaj emócie..... | 9 |
| Téma 2Spoznávaj emócie 2..... | 10 |
| Téma 3Situácie..... | 11 |
| Záver | 13 |
| Prílohy | 14 |

Autori: Helena Komanderová
PaedDr. Andrea Šedibová

Grafická úprava: Mgr. Peter Huba

„Tento projekt sa realizoval vďaka dotácii MSSR v rámci výzvy o dotácie na rok 2021“

Úvod

Autizmus je dnes pojem, ktorý už nie je ani neznámym, ani tabuizovanou témou pre spoločnosť. Jeho základné prejavy poznajú mladí ľudia, ktorí ešte nemajú vlastné deti, jeho úskalí „naživo“ poznajú malé deti, ktoré majú už v predškolskom veku v materskej škole v skupine nejakého „zvláštne“ sa správajúceho chlapčeka alebo dievčatko. Nevedia ešte, že tá inakosť má svoje meno, ale už chápu, že nájsť si cestu k týmto deťom je veľmi zložitá. Neurotypické deti už v útlom veku dokážu vystihnúť vlastnú bezradnosť, keď nepredvídateľné správanie iného dieťaťa narúša harmóniu priebehu denných aktivít, keď deň v škôlke je celkom iný, ak takéto zvláštne dieťa chýba, keď deň v škôlke je naopak plný nástrah, keď je opäť späť...

Narastaním počtu diagnostikovaných osôb s poruchou autistického spektra, sa chtiac- nechtiac aj na Slovensku musíme venovať tejto téme už nie ako ojedinelej „rarite“, ktorá púta čitateľov článkov, rozhovorov, autobiografií, či románov a divákov televíznych reportáží, dokumentov, ba dokonca celovečerných filmov, ale ako spoločenskému problému, ktorý zasahuje do niekoľkých rezortov a týka sa každej vekovej kategórie ľudí. Tak ako v každej oblasti života konštatujeme obrovské zrýchlenie, aj pri autizme doslova „nevieme kam skôr skočiť“, čo skôr riešiť. Ešte nedávno sa v odborných kruhoch polemizovalo o opodstatnenosti označovať autizmus ako samostatnú diagnózu, či sa popierala potreba jedinečného prístupu k výchove detí s autizmom. Dnes je odbornou komunitou aj u nás prijaté ako fakt, že autizmus sa prejavuje širokou škálou prejavov, ktoré môžu mať aj rôznu intenzitu. Tak nájsť 2 rovnakých jedincov s poruchou spektra autizmu je nemožné – v žiadnom veku!

Rozmanitosť dáva nášmu životu farbu a túto farebnú paletu nám čoraz viac mieša do rozmanitých odtieňov, dosiaľ nevnímaných - aj naše spolužitie s ľuďmi, ktorí majú nejakú formu poruchy autistického spektra. Tak ako v každej životnej situácii máme viacero možností riešenia, aj v tomto prípade platí, že môžeme ignorovať nové farebné odtiene alebo ich prijať, vnímať ich s potešením, hľadať v nich zmysel.

Pre sociálne začlenenie jedinca do spoločnosti (v priereze životného cyklu) je nepopierateľným predpokladom osvojená reč. Samozrejme nestačí len jednostranné – vedieť rozprávať, ale aj porozumieť. Pre osobu s autizmom je táto základná zručnosť potrebná pre sociálne začlenenie taká zložitá, ako pre neurotypického človeka naučiť sa v dospelosti cudzí jazyk. (Každý, kto sa nejaký cudzí jazyk učil, má prežitú skúsenosť – postupnosť nadobúdania nových jazykových zručností – od vyjadrovania a porozumenia konkrétneho k abstraktnému, od základných žiadostí k sofistikovanejším... Veľmi dlho trvá, kým v cudzom jazyku dokážeme vyjadriť vlastné pocity, či opísať svoje emocionálne stavy.) Prirodzeným dôsledkom absencie zručnosti komunikovať (vyjadriť sa ale aj porozumieť okoliu) je problém so zaradením do sociálneho okolia. Ak k tomuto základnému atribútu každého človeka s autizmom ešte pridáme nejakú tú zvláštnosť v jeho prejavoch, zvykoch, záujmoch... – je len pochopiteľné, že väčšinová spoločnosť nie je v súčasnosti pripravená takéhto človeka prijať takého, aký je. Je to ťažké a zložitá

pre dospelého človeka, ktorý si racionálne môže odôvodniť správanie svojho autistického kolegu. O to ťažšie a zložitejšie je to pre dieťa, ktoré by sa aj chcelo skamarátiť so svojim autistickým spolužiakom (s ktorým má dokonca aj spoločný nejaký záujem), ale po niekoľkých pokusoch pochopiť jeho protichodné reakcie, nepredvídateľné správanie – to radšej vzdá a skamaráti sa s niekým, komu je ľahšie rozumieť. Takýto priebeh vývinu vzťahu: neurotypické dieťa – autistické dieťa je ešte tá optimistickjšia varianta. Je akési ľudsky neľudské, že keď je niekomu príliš ťažké rozumieť, nielen to ľahko vzdáme, ale nešetríme kritikou a negatívnym hodnotením takéhoto človeka. V školskom prostredí je žiak s poruchou autistického spektra ideálnym terčom minimálne verbálneho označovania jeho „čudnosti“ spolužiakmi. V tom menej okatom prípade, sa dieťa s autizmom v prostredí iných – neurotypických detí, utiahne a sekundárne ešte viac uzavrie, len aby sa izolovalo od okolitého sociálneho prostredia, ktoré ho neprijíma. Ani v jednom prípade nemožno hovoriť o sociálnom začlenení.

Naším projektom chceme prispieť k osvojovaniu a nácviku tých sociálnych zručností detí s poruchou autistického spektra, ktoré im v prostredí školy, triedy dá aspoň základné nástroje rozpoznať emócie u ostatných, ale aj zorientovať sa vo vlastných emocionálnych stavoch (čo v určitej situácii je primerané prežívať, ako to navonok dávať najavo)...



Aplikácia AuKid

Aplikácia a softvér AuKid je vytvorený s myšlienkou rozvoja zručností detí s poruchou autistického spektra alebo inými vývinovými poruchami s cieľom zvýšenia ich sociálnej inklúzie a ako prevencia diskriminácie či šikany, ktorú ich inakosť môže vyvolať. Taktiež si uvedomujeme tendencie a požiadavky dnešnej doby byť virtuálny a využívať čím ďalej, tým viac technické zariadenia ako sú mobily, tablety, či počítače. Zo svetových štatistík vyplýva, že výskyt poruchy autistického spektra nie je viazaný na konkrétne etnické či ekonomické skupiny, ale nachádza sa naprieč celou populáciou. Musíme však spomenúť, že deti z nižších ekonomických vrstiev dosahujú v dospelosti nižšie IQ. Čím to je? Samozrejme neskoršou diagnostikou, nižšími zdrojmi na návštevu poradní, menšími časovými a vedomostnými možnosťami rodičov, nemožnosťou návštevy špecializovaných zariadení atď. Bezplatná aplikácia dáva možnosť všetkým rodičom a ich deťom rozvíjať sa.

Všeobecným faktom ostáva, že skorá diagnostika a zmena prístupu k týmto špecifickým deťom výrazne zvyšuje ich možnosť v budúcnosti sa čo najviac priblížiť k svojmu najvyššiemu potenciálu – čo najbližšie k pomyslenej hranici s neurotypickým svetom okolo seba. To zahŕňa nielen komunikáciu, verbálnu či neverbálnu, ale i rozvoj sociálnych zručností. Ako rodičia nie sme vyškolení byť i psychológmi a včas zistiť, že s našim dieťaťom nie je čosi v poriadku. Kým si rozdielov všimneme stratili sme rok – dva práce s dieťaťom v období, kedy je jeho mozog najviac plastický, učiteľný a tvorí sa najviac neurónových prepojení. AuKid je nástroj, ktorý by mohol toto „hluché“ obdobie posilniť bez ohľadu na to, či Vaše dieťa je s poruchou alebo nie.

Aplikáciu sme vyvíjali v dvoch etapách. V prvej sme sa sústredili na rozvoj komunikačných zručností. Ako sme už spomínali, deti s PAS sa neučia materinský jazyk ľahko. Nejde to automaticky, ani prirodzene. Je to niečo abstraktné, neuchopiteľné, veľmi frustrujúce. Veľmi často sú však obdarené dobrým vizuálnym vnímaním. To je potrebné využiť. Prepojenie obrázku so zvukom je cesta naučiť tieto deti porozumieť reči. Postupne, pomaly, krok za krokom. Začať s jednotlivými slovami, vedieť pomenovať veci okolo seba, každodennú činnosť a postupne rozširovať slovnú zásobu. V AuKide je to jednoduché. Rodič, pedagóg či terapeut nastaví dieťaťu obrázky, na ktorých bude pracovať, postupne môže obrázky pridávať a tak rozširovať slovnú zásobu. Ak naša databáza konkrétny obrázok neobsahuje, dá sa nová aktuálna ozvučená karta vytvoriť na mieru. Neskôr sa dieťa učí spájať karty do obrázkových viet a tým napodobiť prirodzenú štruktúru reči.

Ďalším častým hendikepom týchto detí je nedostatočnosť sekvenčnej pamäte. Na jednej strane sa cítia komfortne, keď je svet okolo nich bez prekvapení a náhlych udalostí, na strane druhej je pre nich ťažké si postupnosť udalostí zapamätať. AuKid ponúka vytvorenie harmonogramu – sledu po sebe naviazaných činností,

ktorý pomáha rodičom plánovať čas svojho dieťaťa, vedie ho k samostatnosti. Dieťaťu to prináša pocit bezpečia, radosť z hry, rast sebavedomia, ktoré vychádza zo schopnosti zvládnuť veci samo.

V druhej etape rozvoja AuKidu sa sústreďujeme na druhý najdôležitejší faktor podmieňujúci sociálnu inklúziu - rozvoj tzv EQ, čiže emočnej inteligencie. To, čo je prirodzené pre neurotypické dieťa je hlavolamom pre dieťa s PAS. Sociálny inštinkt tu vo veľkej miere nefunguje. Prečo? Nuž jednoducho, lebo ich mozog je postavený inak.

Skeny mozgu poukazujú na zvýšené prepojenie susediacich regiónov a znížené prepojenie tých vzdialených. Identifikácia emócie je komplexná činnosť. Na správnu identifikáciu emócie je potrebná spolupráca viacerých častí mozgu. Pre načrtnutie tejto komplexity spomenieme prepojenie vizuálneho kortexu nachádzajúceho sa v zadnej časti mozgu, cez amygdalu – naše centrum spracovania emócií nachádzajúce sa v centre spánkového laloku až po orbitálny prefrontálny kortex - sídlo vyšších nervových funkcií zodpovedajúceho napríklad za vytváranie predpokladov, hypotéz predchádzajúcich procesu rozhodovania. Práve pre túto komplexitu je svet emócií pre ľudí s PAS veľmi náročný. V náš prospech hrá schopnosť mozgu učiť sa a vyvíjať spojený s raným vekom dieťaťa, kedy dieťa získava návyky na celý svoj život. Budeme sa opakovať, ale stále platí, čím skoršia diagnostika a zmena prístupu, tým väčšie úspechy neskôr.

Rozvoj emočnej gramotnosti sme rozdelili do viacerých etáp. V prvom kroku si deti vytvárajú svojich emočných zástupcov. Učia sa, že rovnakú emóciu môžeme vyjadriť rôznymi spôsobmi. Všimnú si, že nielen výraz tváre, ale i niektoré gestá im vedia našepkať správnu odpoveď. Ak k tomu priradíme správny tón hlasu obraz je kompletný. Deťom takto dávame už v ranom veku dekodovaciu tabuľku sveta okolo seba a taktiež nástroj ako správnym spôsobom vyjadriť to, čo práve cítia.

V druhom kroku sme prešli k tréningu. V jednoduchých hrách ako loto, či pexeso so zvyšujúcou sa obťažnosťou si deti budú môcť trénovať svoje zručnosti. Viem rozpoznať emóciu z obrázka alebo fotografie?

V druhej časti sa venujeme situáciám. V situácii už máme viac faktorov, ktoré náš mozog musí vyhodnocovať a zaujať k nim stanovisko. V prvom rade je dôležité, aby si dieťa vedelo určitý pocit, ktorý v danej situácii cíti priznať, rozkódovať, správne pomenovať a adekvátne prejaviť. Deti s PAS sa tak učia komunikovať pocity, ktoré prežívajú prijateľným spôsobom pre svoje okolie. Môže to zlepšiť vzťahy v rodine i v budúcom kolektíve.

V poslednom kroku prichádza na rad opäť praktický tréning. Viem správne pomenovať ako sa v určitej situácii cítim? Viem správne vyhodnotiť ako sa cítia ľudia v rôznych situáciách na obrázkoch? Cez obrázkové a

fotografické situácie si budú môcť deti nielen uvedomiť svoje pocity, ale spoznávať rôznorodosť sveta okolo seba. Budú nabádané k zisteniam, že udalosť, ktorá u mňa vyvoláva obavu sa u iného človeka môže spájať s úplne rozdielnou emóciou. Môžu byť takto povzbudené k prekročeniu vlastných obmedzujúcich mechanizmov správania vďaka napodobňovaniu vizuálnych podnetov.

Aplikácia AuKid je vyvinutá pre OS Android a iOS a je voľne dostupná na bezplatné stiahnutie v obchodoch s aplikáciami. Inštalateľné balíčky pre desktopové počítače s OP iOS a Windows sú k dispozícii na bezplatné stiahnutie na webovom sídle OZ NAŠE SLNKO – www.naseslnko.sk

Tešíme sa na Vás 😊

Cieľová skupina

Prevenca diskriminácie je často skloňovaná téma v spoločnosti. Ako rodičia dúfame, že sa naše deti prirodzene do kolektívu začlení a bude sa tam cítiť spokojne a bezpečne bez ohľadu na to, či je dieťa neurotypické alebo nie. Pre niektoré deti je to prirodzené ako dýchanie. Avšak pre mnohé je to každodenná výzva.

Deti s poruchou autistického spektra a inými vývinovými poruchami:

Aukid je určený najmä pre túto cieľovú skupinu. Hravým spôsobom učí deti reč a jej porozumenie, ktoré tvoria základ komunikácie. Zoznamuje ich so spektrom základných emócií. Nabáda ich, čo si majú všimnúť. Núti ich porozumieť samým sebe, pomenovať to, čo prežívajú a preniesť to do sveta okolo seba. Všetko formou zábavy a viac-stupňových hier.

Deti v predškolských zariadeniach a na prvom stupni základných škôl:

Nielen autistické, ale i neurotypické spektrum je veľmi široké a nachádzame tu deti s rozdielnymi verbálnymi a sociálnymi zručnosťami. Malo by sa stať štandardom, že sa o emóciách, porozumení vlastných pocitov a pocitov

druhých s deťmi rozprávame už od raného veku a cielene upriamujeme ich pozornosť na túto tému. Stávajú sa tak otvorenejšími a všímavějšími voči sebe i iným.

AuKid vie urýchliť schopnosť neurotypického dieťaťa porozumieť reči, pripravuje ho na školské povinnosti. Obrázkové karty spájajú nielen obraz a zvuk, ale i písané slovo. Vzniká logický celok obraz – zvuk – písmo a tým sa deti pripravujú na prirodzený prechod k čítaniu a písaniu. Cvičia si plnenie úloh v harmonograme podobne ako to vyžaduje školský systém. Pri vytváraní zástupcov využívajú svoju kreativitu, pri hraní pexesa si zase cvičia pamäť. Počas celého procesu sa zaoberajú pocitmi, emóciami a ich prejavmi – zvyšuje to ich pozornosť k tejto téme. Svoje zručnosti si prenášajú do kolektívu, kde sú vnímavější k svojmu okoliu.

Účel metodickej príručky:

Metodická príručka je návod, akým preniesť výhody aplikácie AuKid do off-line prostredia, ktoré nachádzame v školských a predškolských zariadeniach. V tejto príručke sa budeme venovať téme rozpoznávania emócií. Uvedieme praktické návody a pracovné prílohy, ktoré pedagógovia vedú pri svojej práci s deťmi využiť. Aplikovaná forma výučby, napomáha k správnym vzdelávacím návykom modernej doby. Vytvor – porozumej – použi je asi takým základným cieľom tohoto prístupu.

Vytvor:

Podpora kreativity a zapojenie jemnej motoriky stimuluje rozvoj neurónových prepojení. Vedie k zvýšeniu sústredenia a k zvládnutiu základných dôležitých úloh každodenného života ako obliekanie, písanie, či jedenie. Kreativita je proces tvorenia, ktoré dáva dieťaťu slobodu prejavu, ale zároveň sa ho snažíme ohraničiť zadaním tak, aby sa naučilo využiť tento proces na vyriešenie zadanej úlohy.

Porozumej:

Čítanie s porozumením je asi najviac dominujúcou témou dnešného vzdelávacieho procesu. Uvedomujeme si, že porozumenie nám dáva priestor k prenosu informácií do iných súvislostí a je to nevyhnutný krok pre aplikáciu v živote. Preto sa snažíme, aby dieťa emóciu pochopilo. Rozložíme ju na jednotlivé prvky, poskladáme naspäť, priradíme pocit a použijeme v hrách. Tento proces vyhodnotenia emócie u neurotypických detí prebieha spontánne bez uvedomenia. Práve uvedomenie pridáva tie extra milisenkundy potrebné na reguláciu správania. Vzájomná vnímavosť vie zvýšiť toleranciu v skupine a znížiť tak prejavy negatívneho správania voči jednotlivcom.

Použi:

Využitie toho, čo sme sa naučili dáva procesu vzdelávania zmysel. Prax je nevyhnutná na tréning získaných zručností a vytvorenie návykov podľa ktorých budeme konať možno i celý život. Budme preto kreatívny a zábavný. V tejto príručke nájdete návody na hry, ktoré s deťmi môžete hrať doma alebo v kolektíve. Utuží to vzťahy a navodí dobrú náladu.

Pri práci s dieťaťom s PAS sa treba prispôbiť jeho tempu. Každé je iné. Navrhujeme začať postupne s veľmi nízkou náročnosťou, venovať sa dlhšie jednotlivým krokom až kým nemáme istotu, že dieťa princíp pochopilo a vie ho používať. Tréning nekončí ukončením aktivity, ale tému udržiavame neustále živú. Pri každej príležitosti môžeme dieťa upozorniť na využitie získaných zručností.

Samozrejme jednotlivé úlohy prispôbujeme veku a schopnostiam detí.

Veľa šťastia ☺

Téma 1

Spoznávaj emócie

Budeme sa venovať týmto základným emóciám: **veselý, smutný, nahnevaný, vystrašený, prekvapený, spokojný.**

Vytvor: Vytlačte prílohu číslo 1 a) a b). Je to obrys tváre, do ktorej deti budú použitím rôznych techník zakresľovať výraz. Nalepte na tvrdý papier veľkosti A4 pre lepšiu manipuláciu. Každý deň alebo zvolené obdobie sa venujeme len jednej emócii. Konečným produktom bude 6 tvárí s rôznym výrazom.

Možné techniky na výber:

- 1) Kreslenie, vyfarbovanie pastelkami/voskovými pastelkami
- 2) Použitie fixiek
- 3) Maľovanie farbami
- 4) Modelovanie častí z plastelíny a ich lepenie do obrysu
- 5) Vystrihovať časti z farebného papiera a lepenie do obrysu
- 6) Kombinácia materiálov (špagát, gombíky, látky, strukoviny atď)

Porozumej: Deti po jednom svojej kresby predstavia. Na čo sa sústredili, prečo to takto vyjadrili, čo im to pripomenulo, na čo pri práci mysleli a položia obrázok na zem. Na konci spoločná diskusia na témy: „V čom sú podobné? V čom sa líšia? Čo by sme zmenili? Čo nám to pripomína?“

Takto postupujeme pre každú emóciu zvlášť.

Použi: Niektoré hry sú vhodné na použitie pri tréningu jednej emócie, niektoré na rozpoznávanie viacerých.

- 1) **Matching:** Učiteľ ukazuje ľubovoľné obrázky ľudí. (nie sú obsahom príručky). Dieťa má k dispozícii len jeden výkres s emóciou. Zdvihne ho nad hlavu len v prípade, keď obrázok vyjadruje rovnakú emóciu ako obrázok učiteľa. Pre zvýšenie náročnosti sa môže jednať i o kreslené postavy, emotikony, či iné všeobecne využívané modely emócií.
- 2) **Matching level 2,3,4,5:** Učiteľ ukazuje ľubovoľné obrázky ľudí (nie sú obsahom príručky). Dieťa má už k dispozícii viaceré výkresy s emóciami. Musí zdvihnúť nad hlavu výkres, ktorý vyjadruje rovnakú emóciu ako ukazovaný obrázok. Pre zvýšenie náročnosti sa môže jednať i o kreslené postavy, emotikony, či iné všeobecne využívané modely emócií. Učiteľ rozhoduje, ktorým emóciám sa bude venovať.
- 3) **Loto:** Učiteľ vyberie 2 trénované emócie a rozloží výkresy detí na zem. Deti po jednom pristupujú a zoberú vždy 2 výkresy, ktoré zobrazujú rovnakú emóciu. Musia vytvoriť správny pár.
- 4) **Loto level 2,3,4,5:** Učiteľ vyberie 3, 4,5,6 emócií a rozloží výkresy na zem. Deti po jedno pristupujú a vyberajú správne páry.
- 5) Loto sa dá hrať i pre spojenie, kde výkres a fotka či kreslená postava tvoria pár.
- 6) **Hádaj ako sa cítim?** Dieťa si náhodne vytiahne 1 výkres z kopy. Nikomu ho neukazuje. Skúsi napodobniť vytiahnutú emóciu. Ostatné deti hádajú.

Téma 2

Spoznávaj emócie 2

Vyvor: Vytlačte prílohy číslo 2. Nalepte na tvrdý papier veľkosti A4 pre lepšiu manipuláciu. Každé dieťa si vystrihne a vyskladá svojich zástupcov. Jedného pre každú emóciu. Nalepte na špajdlu. Každý deň alebo zvolené obdobie sa venujeme len jednej emócii. Konečným produktom bude 6 postavičiek na špajdle, 1 pre každú emóciu.

Možné techniky na výber:

- 1) Strihanie, lepenie, vyfarbovanie pastelkami/voskovkami
- 2) Strihanie, lepenie, použitie fixiek
- 3) Strihanie, lepenie, maľovanie farbami

Porozumej: Diskusia: „Čo pribudlo? Sú gestá nápomocné pri prejavovaní emócie? Vedeli by ste ukázať, ktoré gestá sú typické pre jednotlivé emócie? Existuje ešte niečo, čo nám pomôže emóciu prejaviť alebo rozpoznať? Ako nám vedia pomôcť naše uši? Existujú všeobecne zaužívané slová, ktoré vieme priradiť k jednotlivým emóciám? Viete mi dať príklad?“

Použi:

- 1) Učiteľ ukazuje fotky ľudí alebo kreslených postáv. Deti dvíhajú nad hlavu paličku so zástupcom predstavujúcim emóciu, ktorú vidia. Učiteľ si všíma odpovede. Pri výskyte netypickej odpovede dieťa vyzve, aby odpoveď zdôvodnilo.
- 2) Dieťa si vylosuje kartičku s emóciou (Príloha č.3). Emóciu interpretuje. Musí použiť kombináciu výrazu tváre, gestikulácie a intonácie (citoslovčia). Deti hádajú.
- 3) Dieťa si vylosuje kartičku s emóciou. Ukáže spolužiakom. Emóciu interpretuje. Musí použiť kombináciu výrazu tváre, gestikulácie a intonácie (citoslovčia). Skúsi vymyslieť aspoň tri rôzne varianty na prejavenie rovnakej emócie. Spolužiaci dávajú spätnú väzbu.
- 4) Spoznáš podľa hlasu ako sa cítim? Učiteľ naformuluje neutrálnu vetu. Napríklad: „Dnes vonku svieti slnko.“ Dieťa si vytiahne emóciu, ktorú má zobrazíť. Postaví sa chrbtom k spolužiakom. Za pomoci len intonácie hlasu vetu zopakuje. Deti hádajú. Zdvihnú nad hlavu zástupcu, ktorý podľa nich zodpovedá počutej emócií.
- 5) Slová nesúce emóciu. Práca s citoslovcami. Triedu rozdelíme do 6 skupín. Každá dostane 1 emóciu a musia vymyslieť čo najviac slov, ktoré vedia napovedať emóciu. Napr.: Nahnevaný = fuj!, ach!, vrrr!, nie!... Prezentujú pred spolužiakmi.

Téma 3

Situácie

Vytvor: Vytlačte prílohy č.4. Modelové situácie. Učiteľ vytlačí situácie a rozdá deťom. Deti si ich môžu podľa vzoru vyfarbiť.

Vhodné techniky na výber:

- 1) Kreslenie, vyfarbovanie pastelkami/voskovkami
- 2) Použitie fixiek
- 3) Maľovanie farbami

Porozumej: Učiteľ ukazuje situácie. Slovné ich opisuje pre lepšie porozumenie. Deti reagujú zdvihnutím zástupcu. Učiteľ si všíma odpovede. Diskusia. Je možné reagovať inak na rovnakú situáciu? Viete uviesť príklady?

Použi:

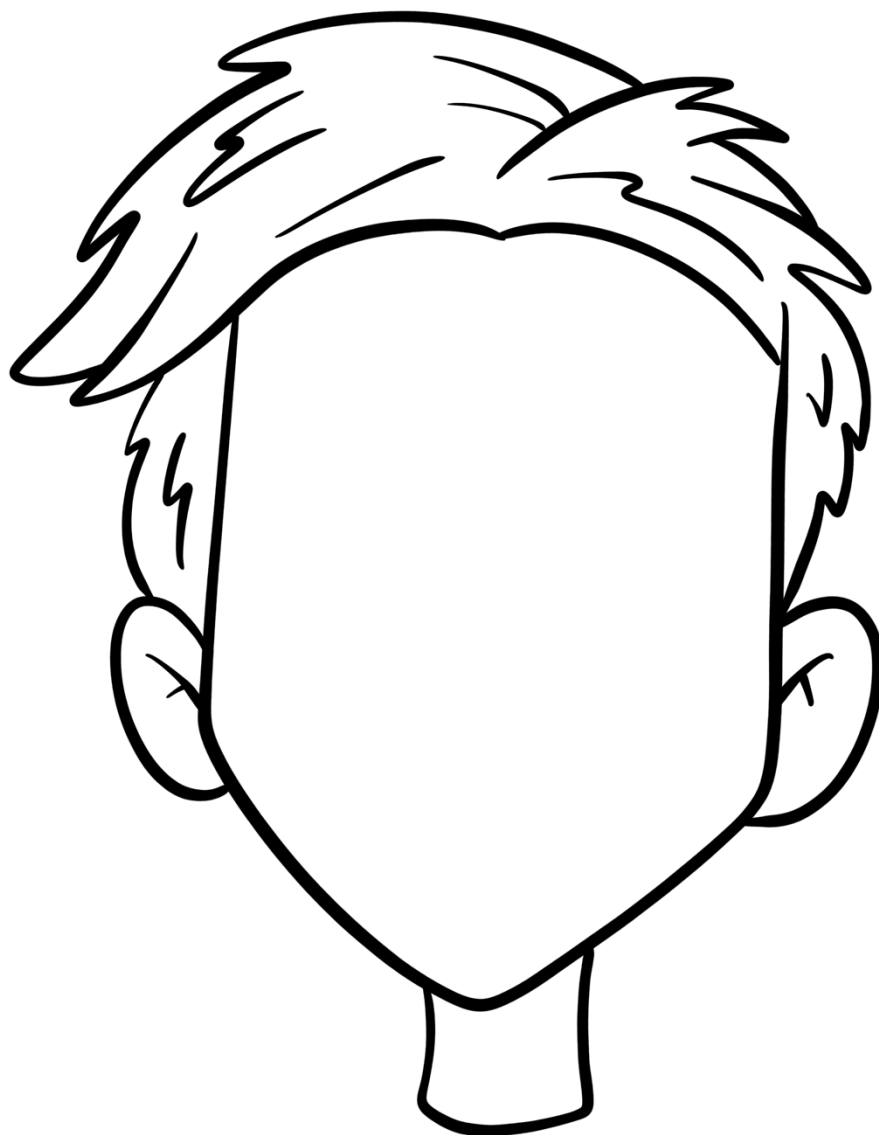
- 1) Diskusia. Učiteľ vyberie situáciu a ukáže ju triede. Deti reagujú zdvihnutím zástupcu. Učiteľ rozdelí deti do skupín podľa rovnakej reakcie. Skupina sa jedna po druhej snaží vysvetliť, prečo danú emóciu zvolila. Sledovaným záujmom je oboznámiť deti s rôznorodosťou reakcií a vlastnou jedinečnosťou.
- 2) Vieme, ako sa budeš cítiť? Učiteľ vyberie dieťa. To si vylosuje situáciu (Príloha č.4) a rozhodne sa ako by sa asi v tej situácii cítilo. Nikomu to nehovorí. Trieda sa snaží predpokladať odpoveď svojho spolužiaka. Sledovaným záujmom je upriamiť pozornosť detí na fakt, že vieme veľmi účinne predpokladať pocit druhého človeka v štandardných situáciách. Na základe toho vieme upravovať vlastné správanie.
- 3) Učiteľ číta situácie, deti reagujú zdvihnutím zástupcu, ktorý zodpovedá emócií, ktorú tá situácia v nich vyvoláva. Učiteľ si všíma odpovede. Na protichodné reakcie upozorní. Spoločná diskusia. Napr. Vidím pavúka, pre niekoho údiv, pre niekoho strach, pre niekoho radosť. Na jednej strane upriamujeme pozornosť detí na fakt, že vnímanie situácie môže byť individuálne, na druhej strane im dávame možnosť vidieť, že nemusia byť uväznený len v jednom pociť. Môžu sa inšpirovať od svojich spolužiakov a v budúcnosti sa snažiť svoje správanie regulovať. Napr. Jožko, Janko a Zuzka sa k zubárovi tešia – skúsím to aj ja. Vedie to k níženiu stresovej záťaže detí z nepríjemných situácií.

Záver

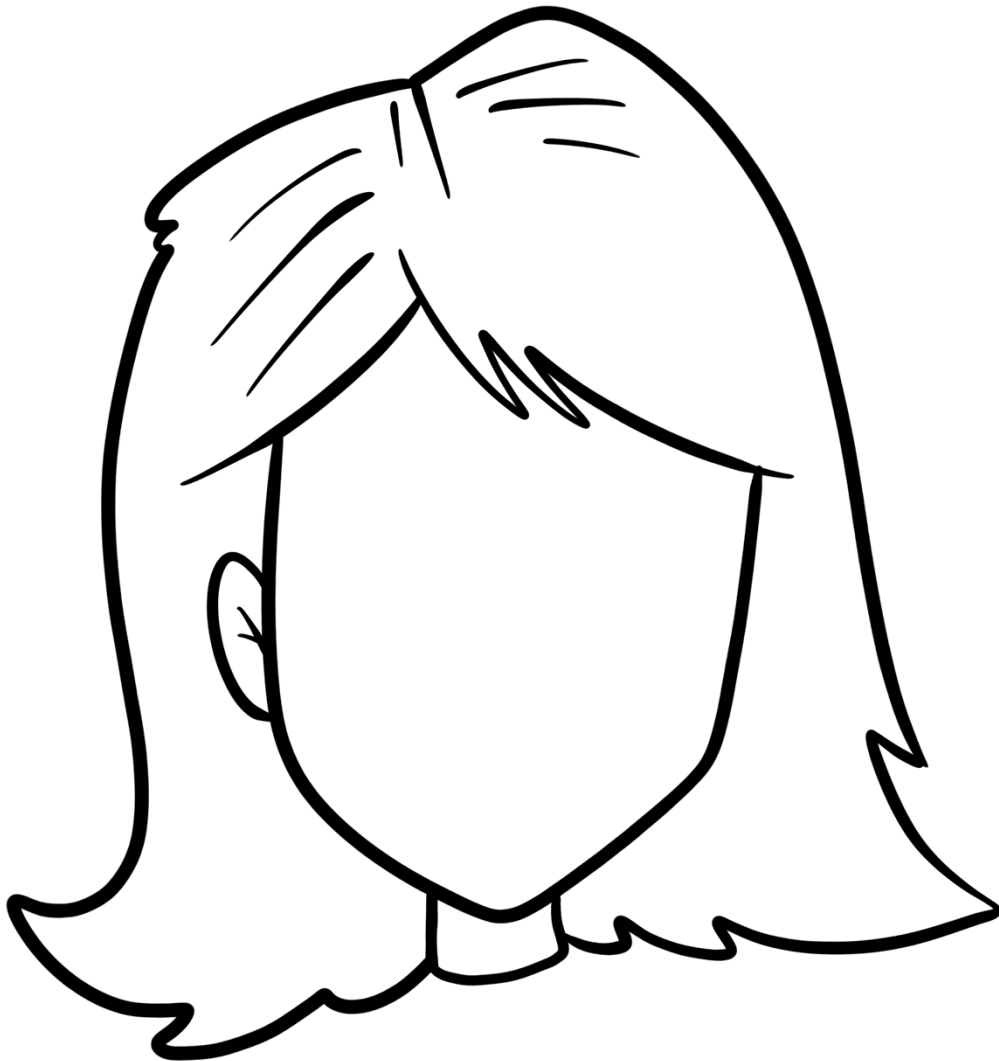
Hier a možných interakcií je veľmi veľa. Hra je najzákladnejšou formou učenia sa v ranom veku. Hlavným cieľom týchto hier je rozvoj sociálnych zručností detí, zvýšenie ich empatie a citlivosti voči okolitému svetu na jednej strane a priznanie si vlastných pocitov na strane druhej. Deťom s PAS dávame návod ako sa s týmto zložitým svetom emócií a interakcií vysporiadať. Vytvárajú si schémy a podvedomé prepojenia, ktoré im budú pomáhať v reálnom živote. Vytvoria si správny návyk sledovania rozpoloženia toho druhého, učia sa vnímať reakcie na rôzne životné situácie, vytvárajú si kľuč, ktorý im umožní predpokladať reakciu toho druhého na určitú situáciu. Svet emócií sa pre nich nielen zjednoduší, zvýši sa i pravdepodobnosť ich správnej reakcie v situácii.

Všetky hry sú modelovateľné a upraviteľné podľa potrieb situácie. Môžu sa hrať jeden na jedného alebo v skupine. Nezáleží na prostredí, či ide o domáce prostredie, poradňu, predškolské, či školské zariadenie. Ani na vzťahu vedúcej osoby, či je to rodič – dieťa, učiteľ – žiak, terapeut – dieťa atď. Dôležitým faktorom je všíímavosť, postupné napredovanie, prispôbenie sa k tempu dieťaťa, hravosť a nezabúdajte, že kreativita hranice nemá.

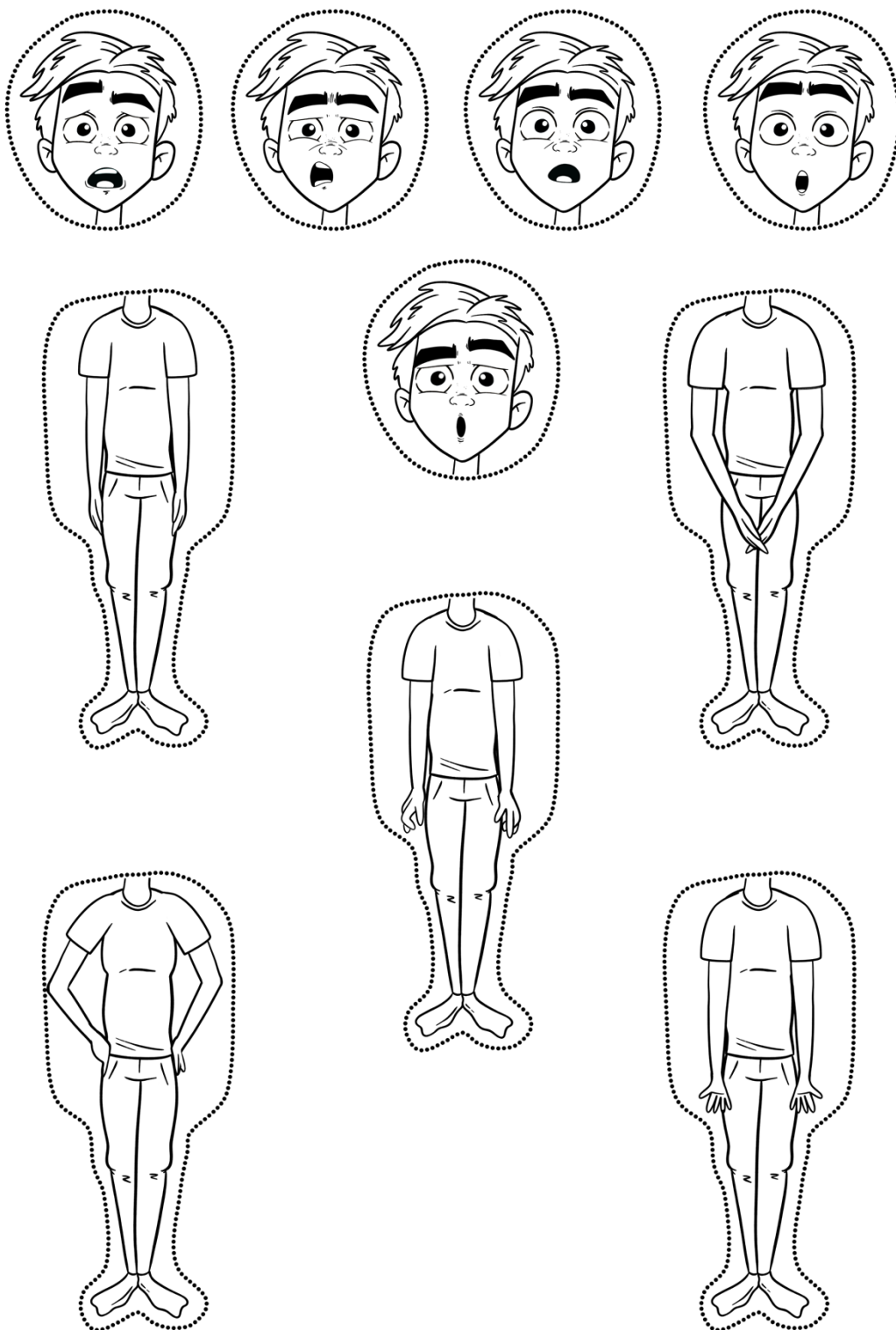




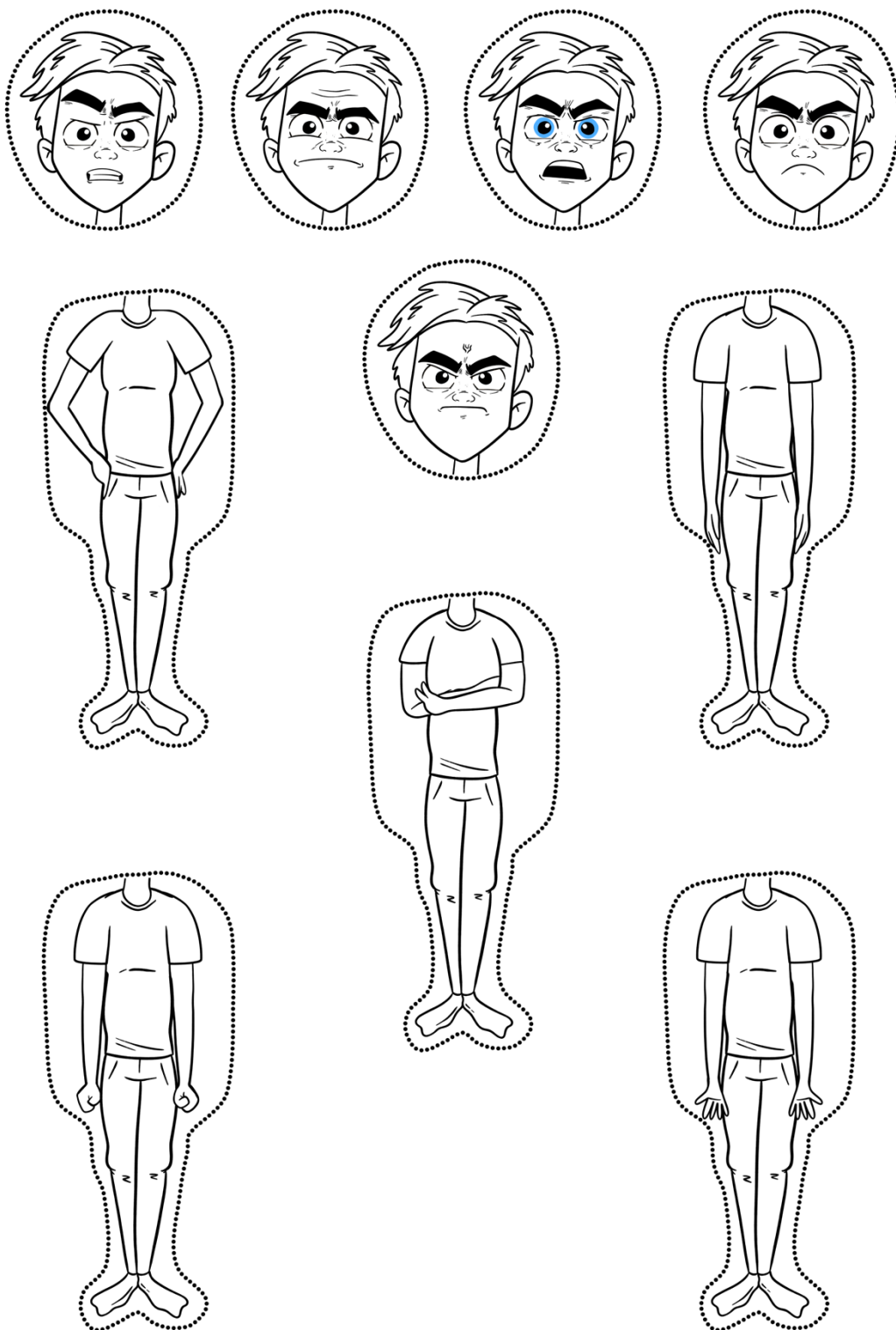
Príloha 1a)



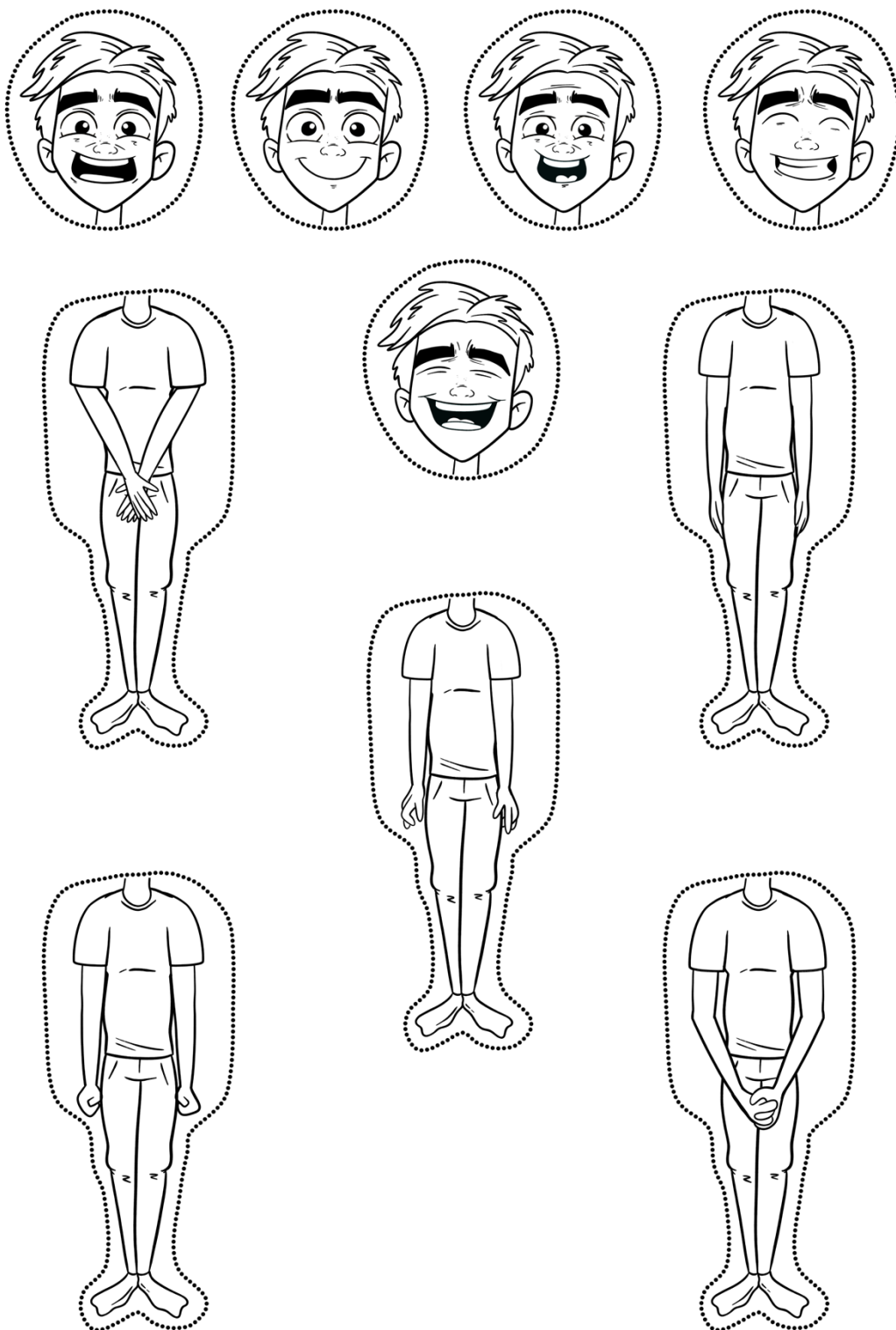
Príloha 1b)



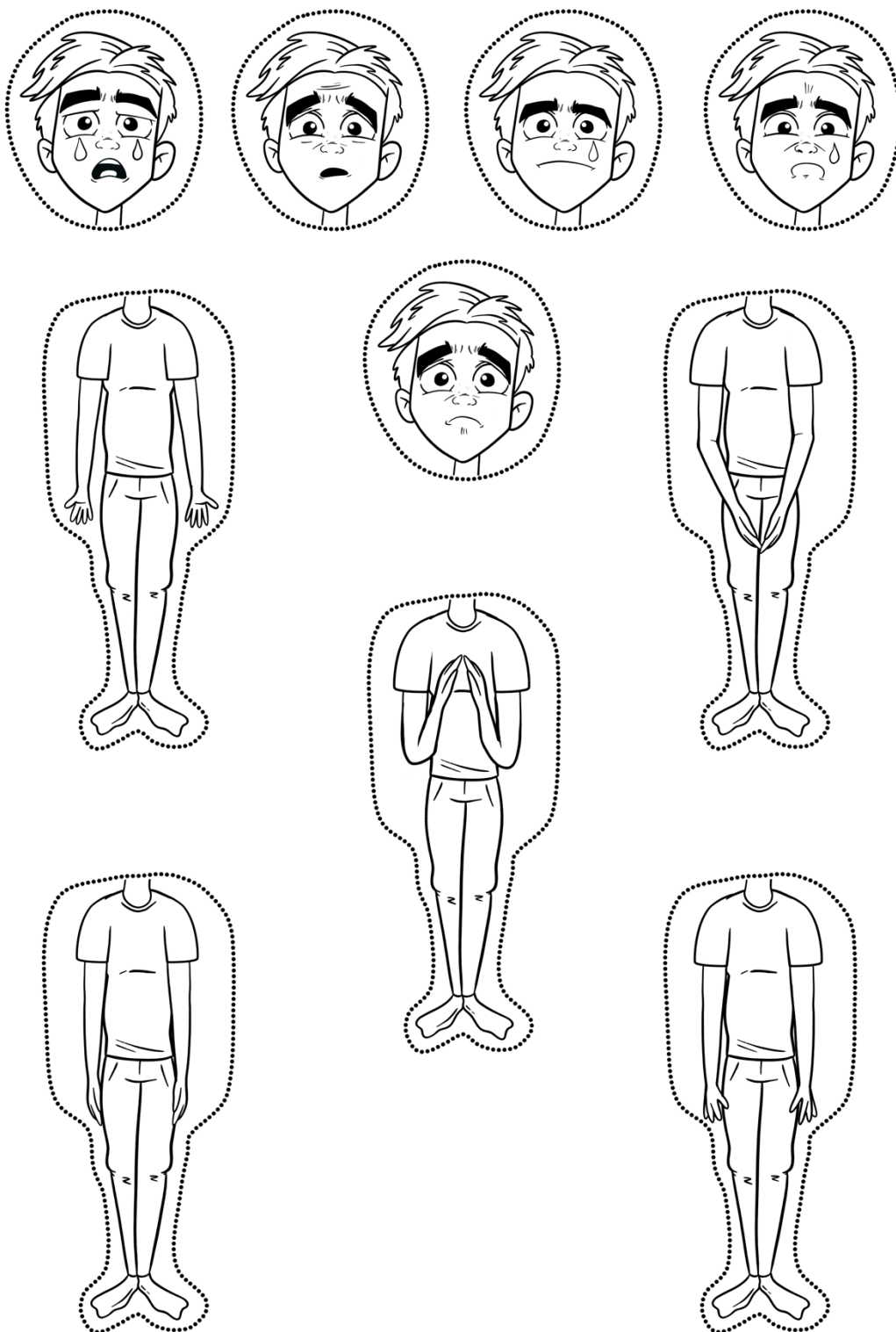
Príloha 2a) – prekvapený



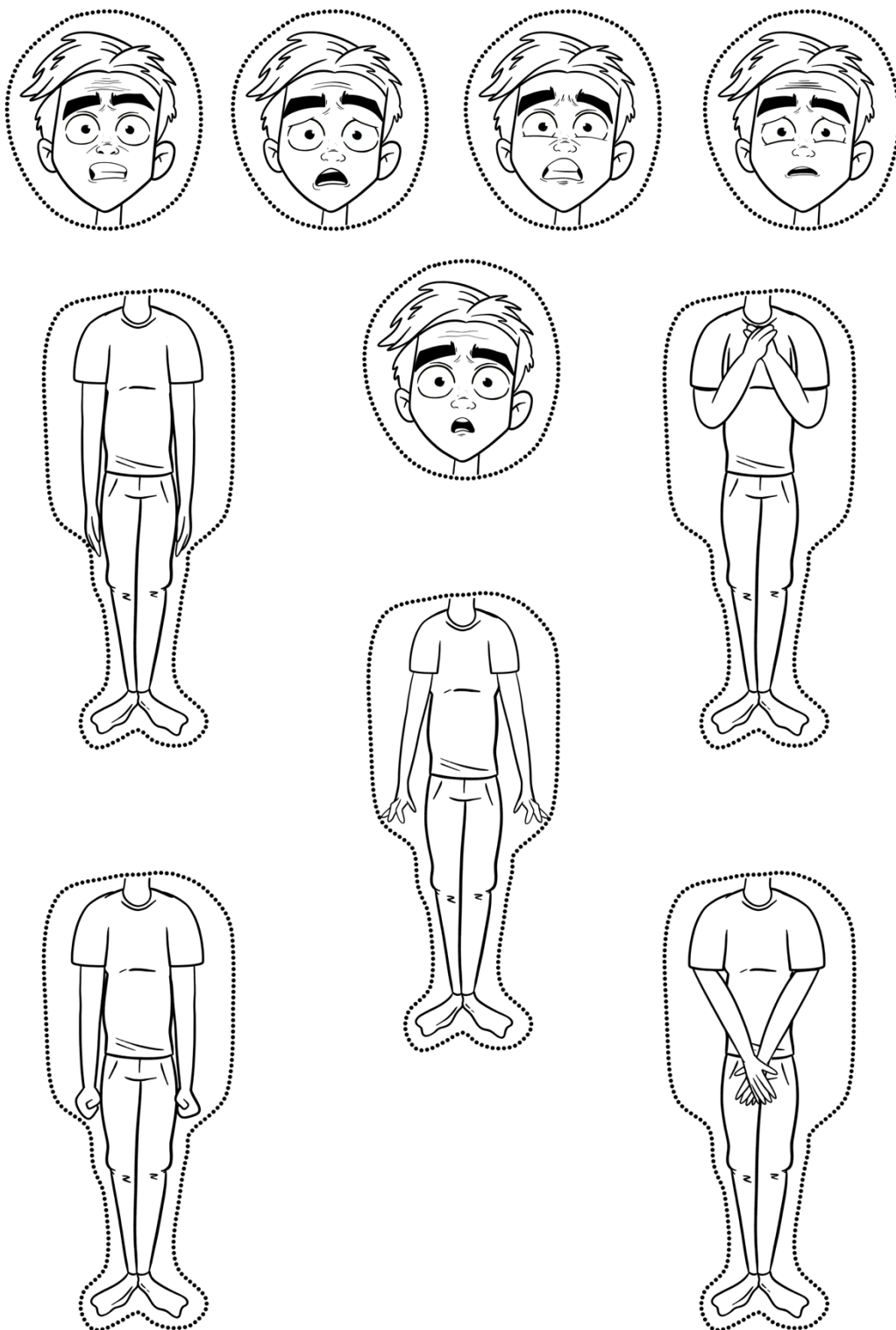
Príloha 2a) - nahnevaný



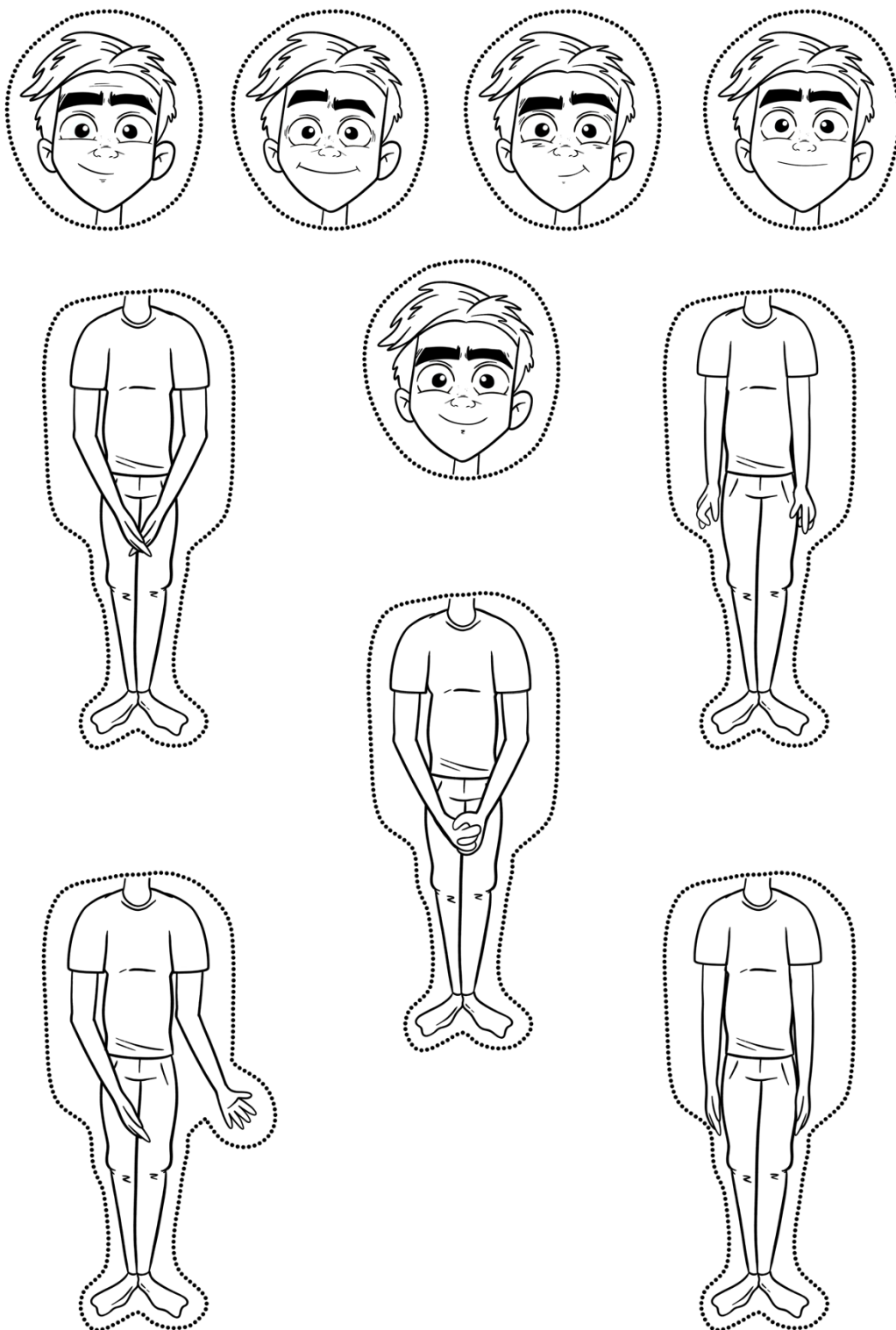
Príloha 2a) – veselý



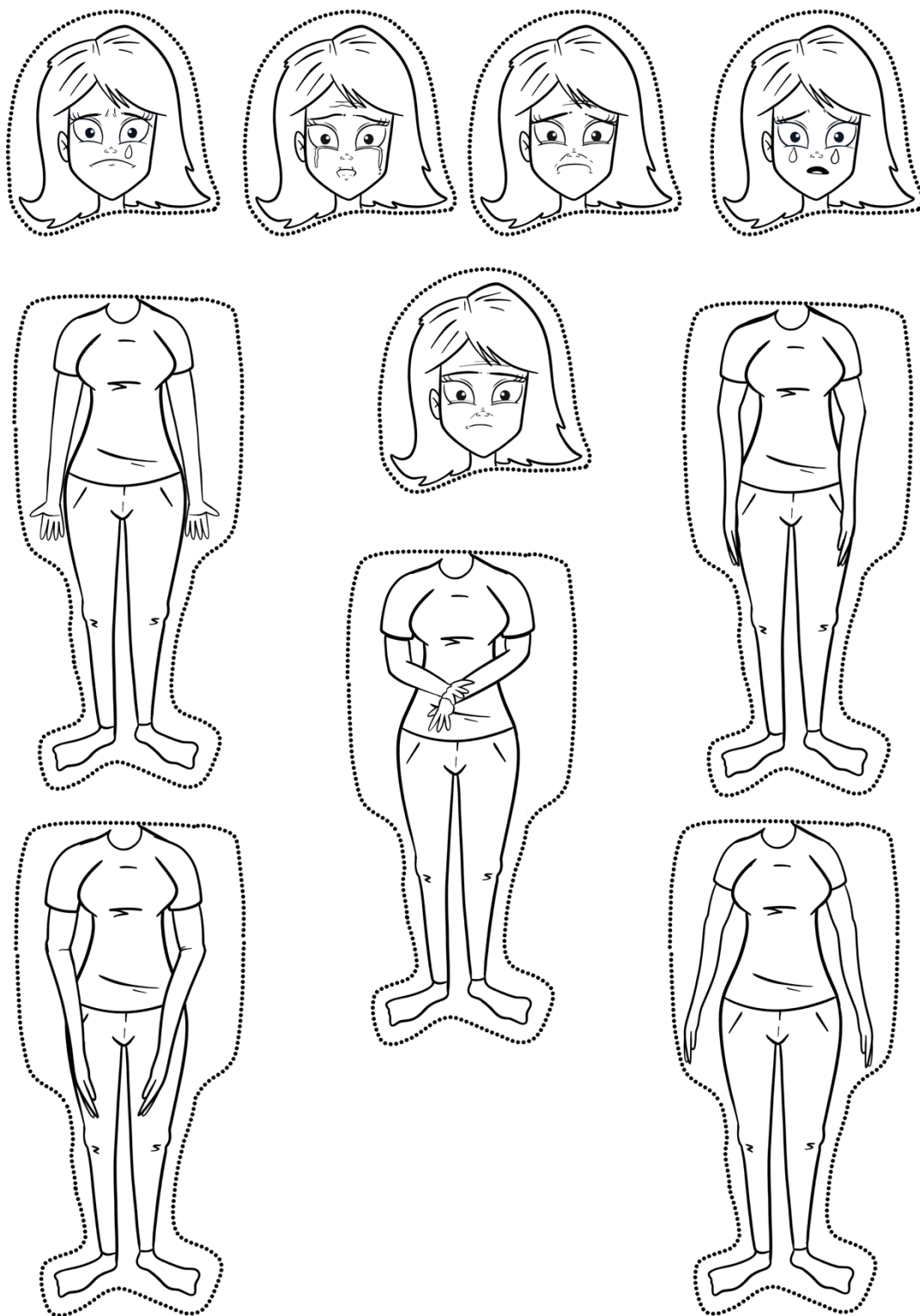
Príloha 2a) - smutný



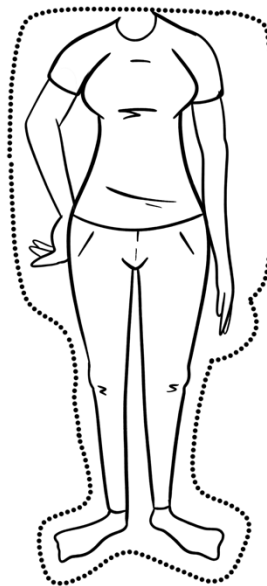
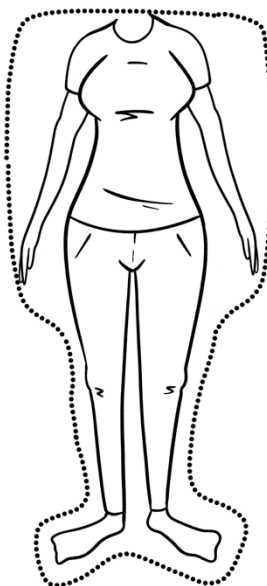
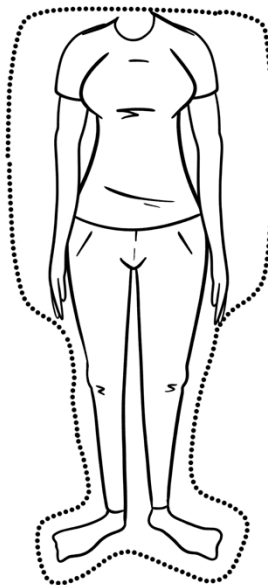
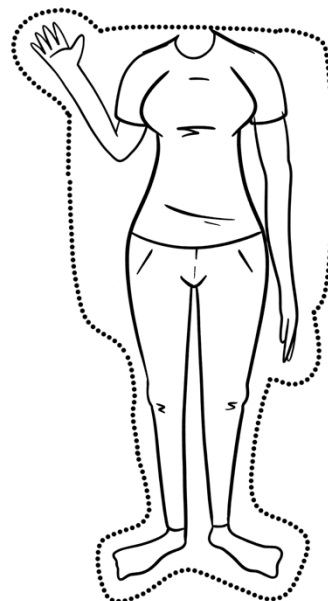
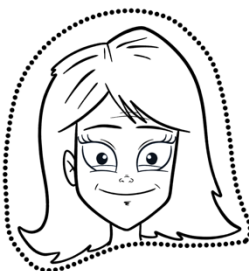
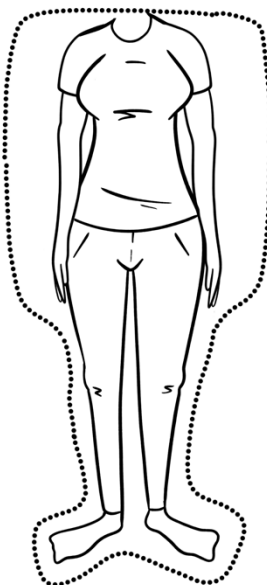
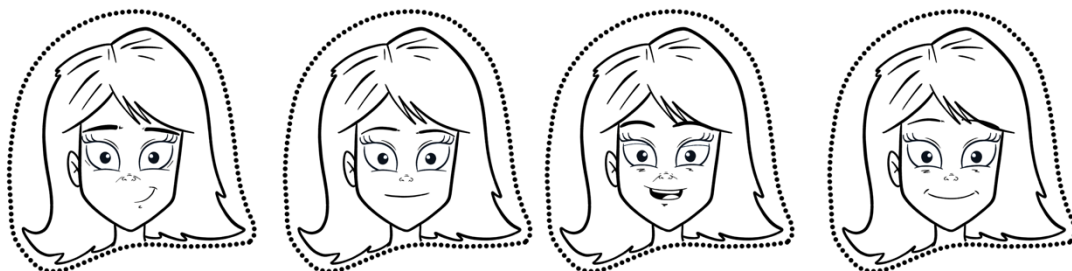
Príloha 2a) - vystrašený



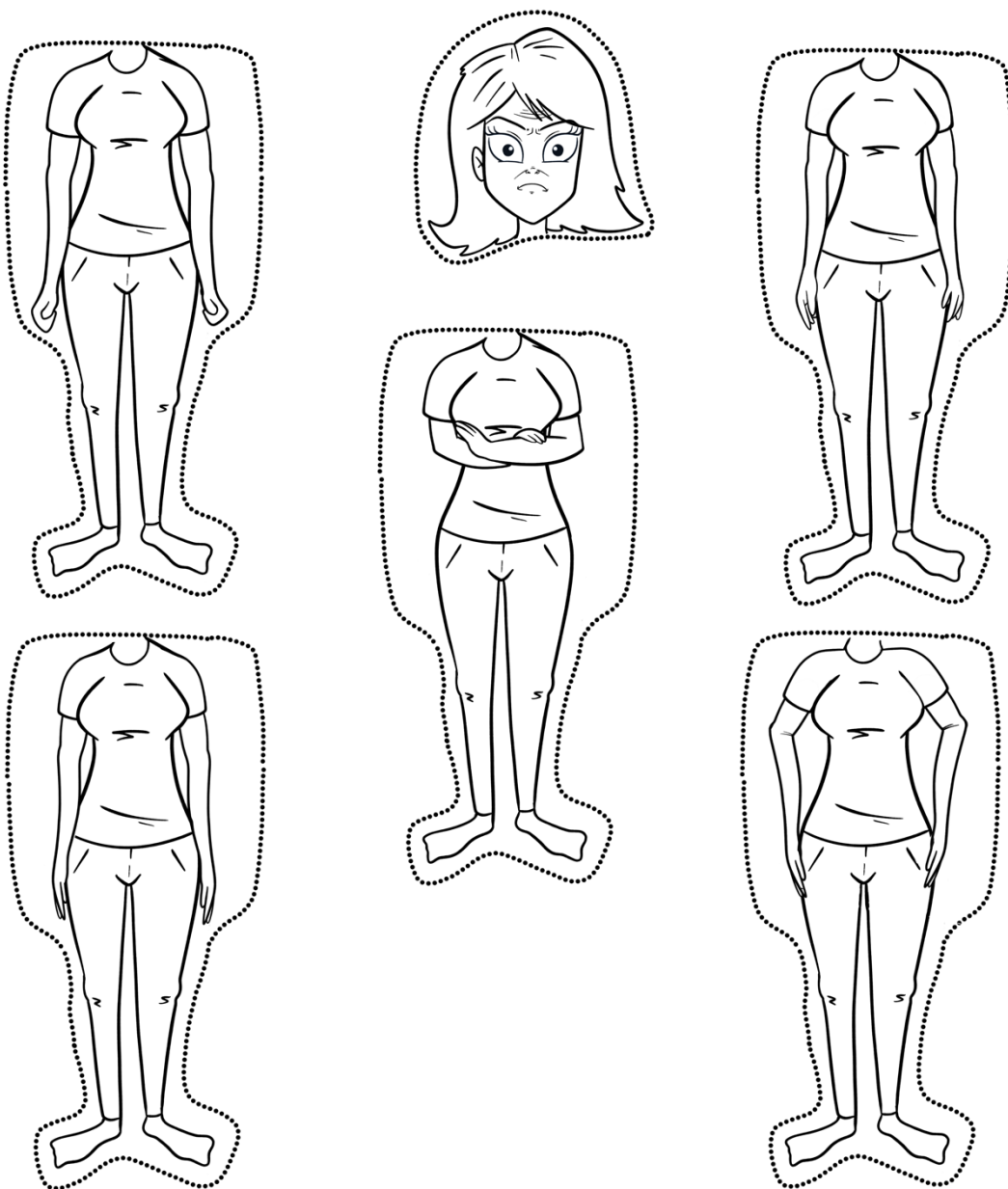
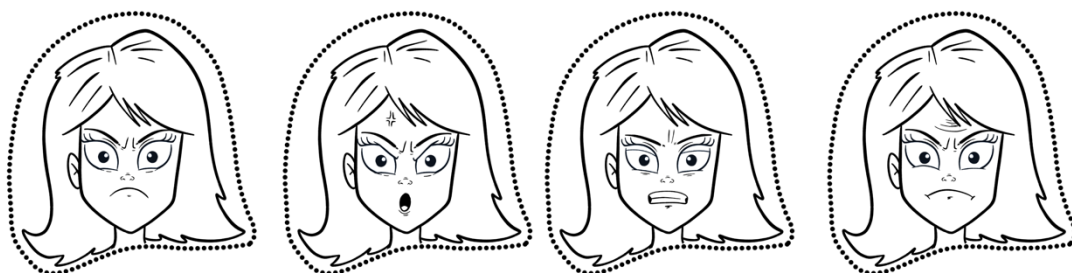
Príloha 2a) - spokojný



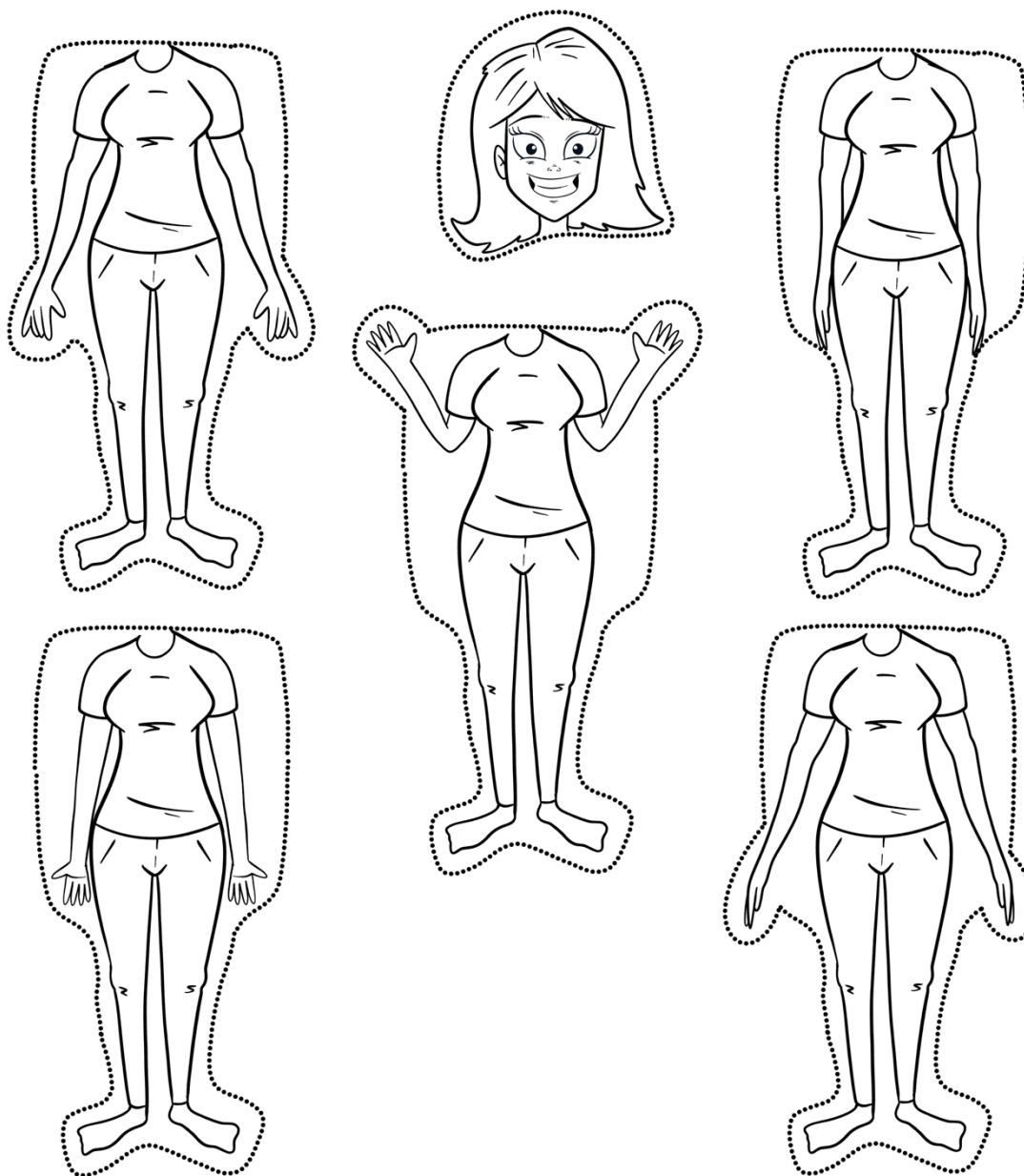
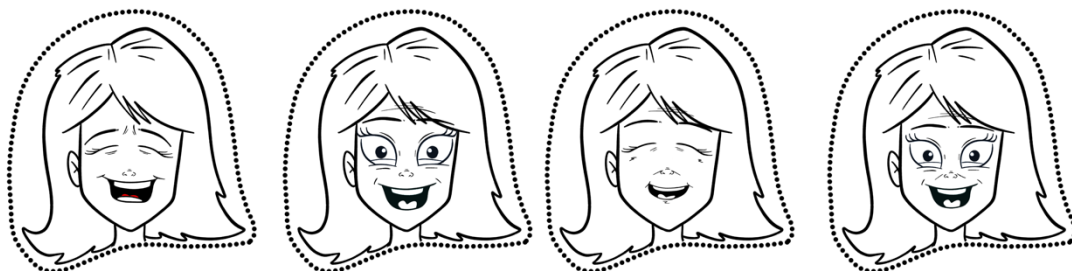
Príloha 2b) - smutná



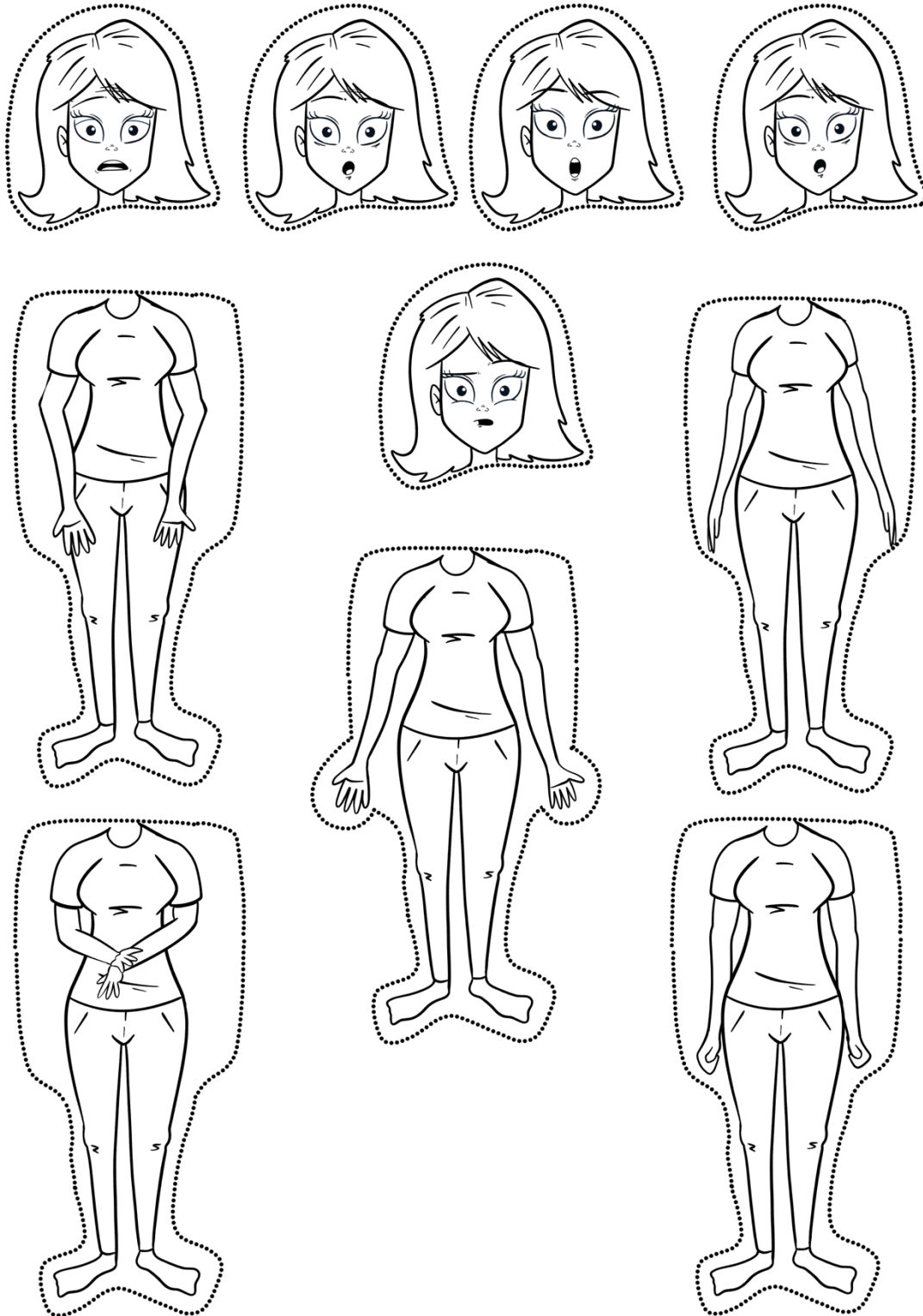
Priloha 2b) - spokojná



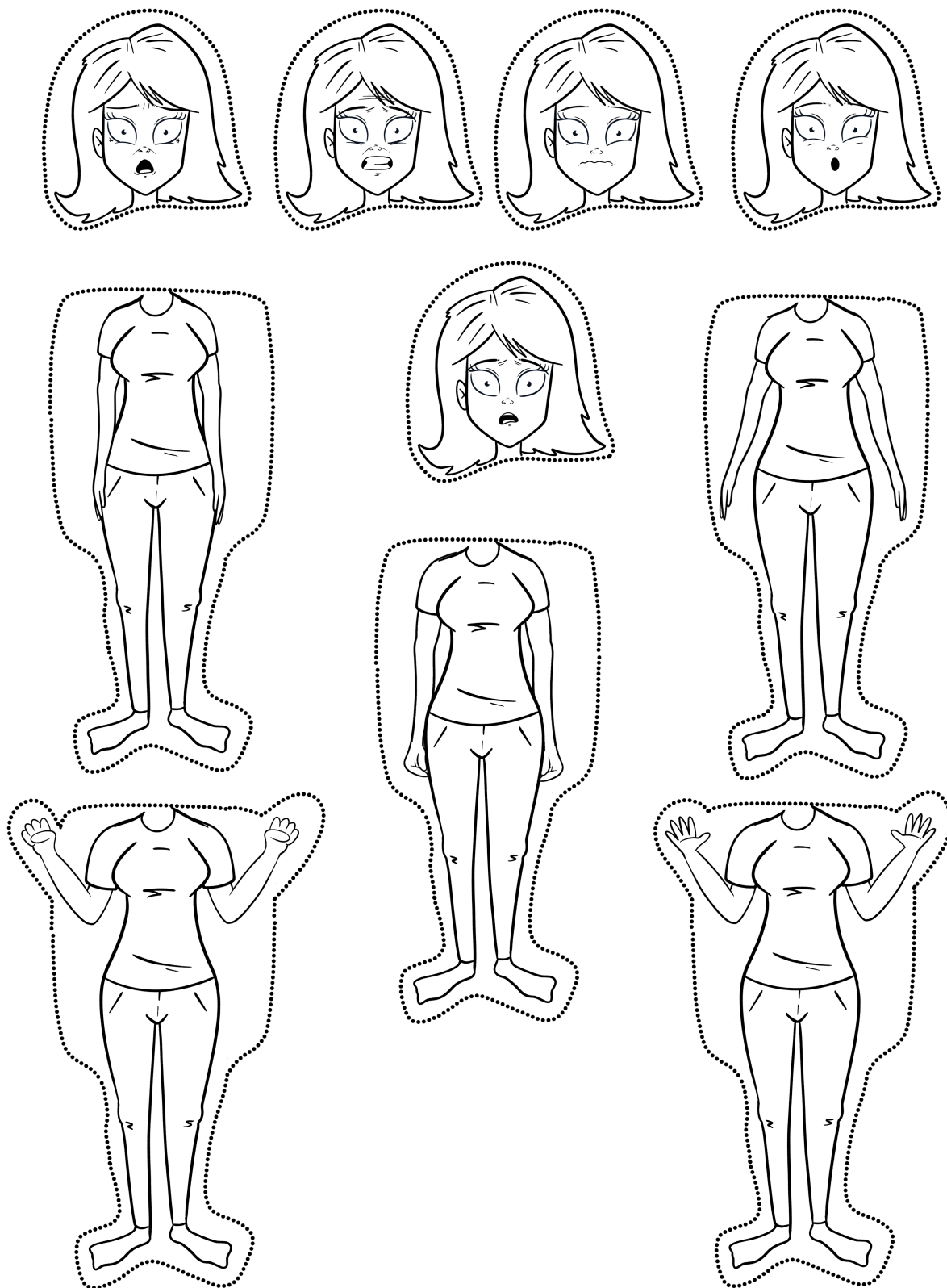
Príloha 2b) - nahnevaná



Príloha 2b) - veselá



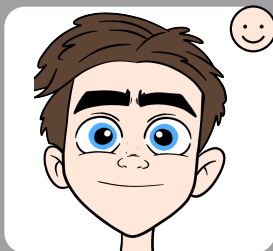
Príloha 2b) - prekvapená



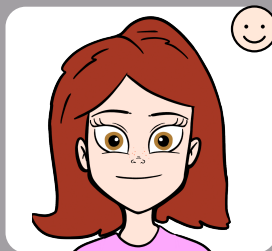
Príloha 2b) - vystrašená



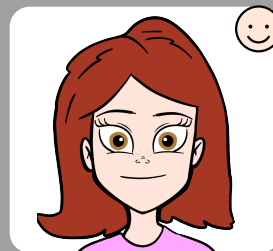
SPOKOJNÝ



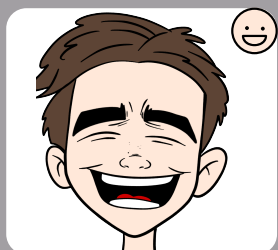
SPOKOJNÝ



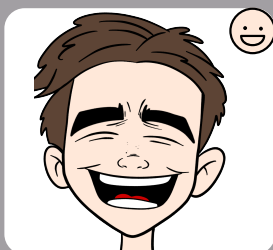
SPOKOJNÁ



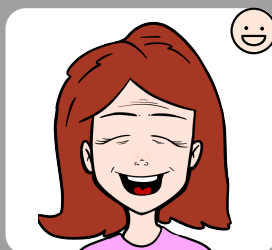
SPOKOJNÁ



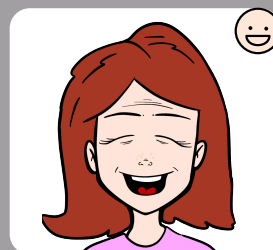
VESELÝ



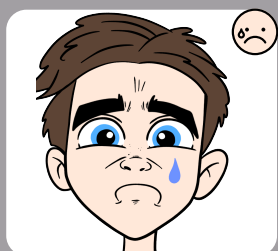
VESELÝ



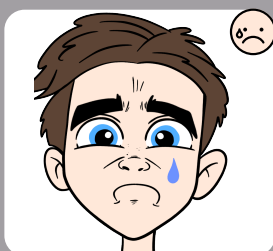
VESELÁ



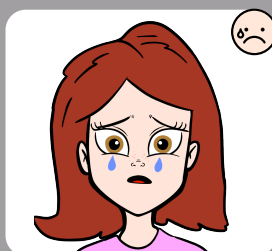
VESELÁ



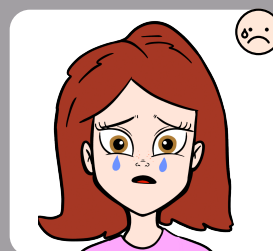
SMUTNÝ



SMUTNÝ



SMUTNÁ



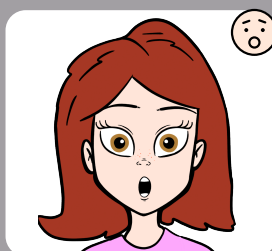
SMUTNÁ



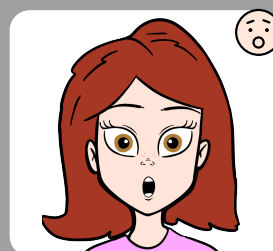
VYSTRAŠENÝ



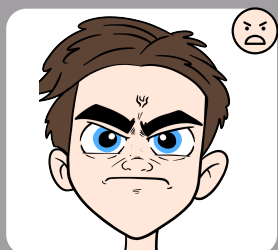
VYSTRAŠENÝ



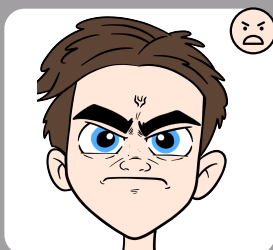
VYSTRAŠENÁ



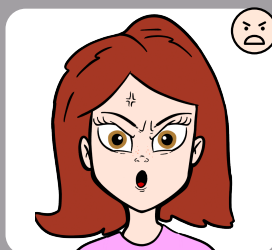
VYSTRAŠENÁ



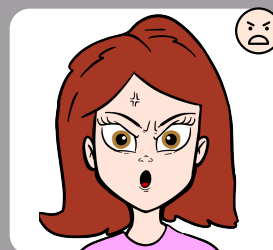
NAHNEVANÝ



NAHNEVANÝ



NAHNEVANÁ

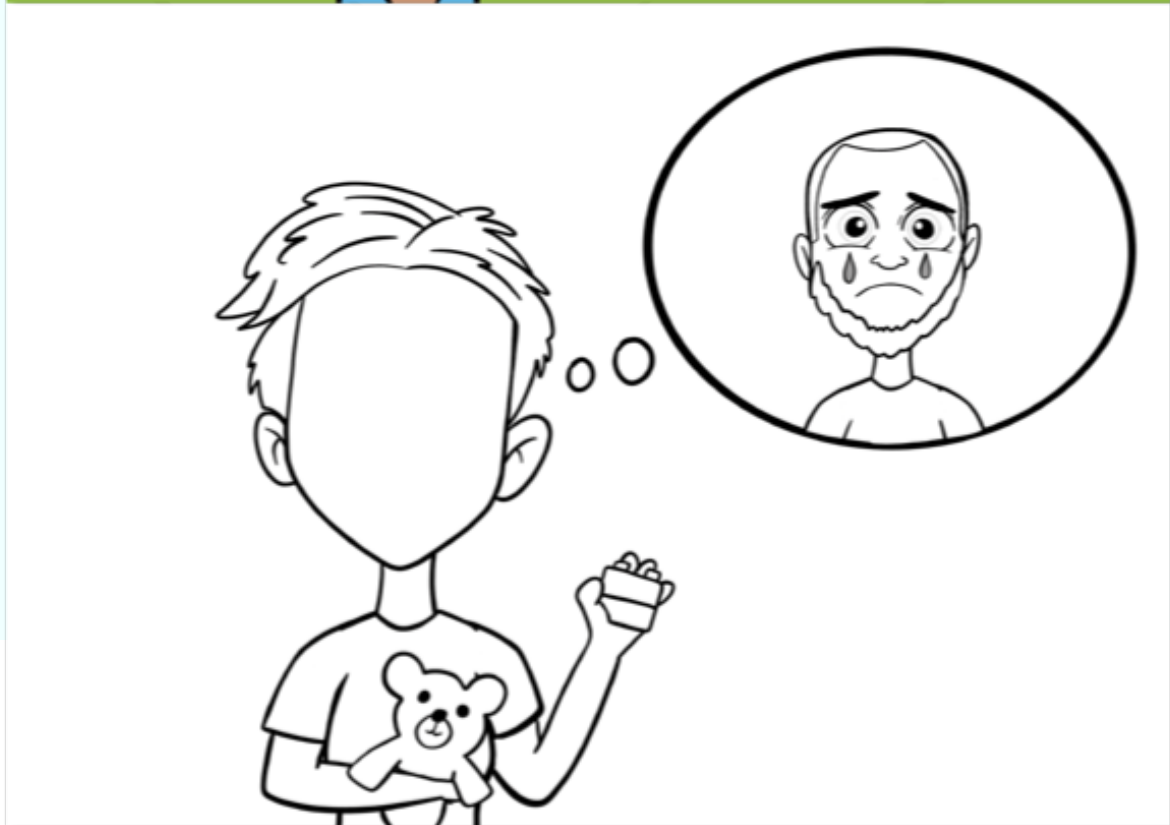
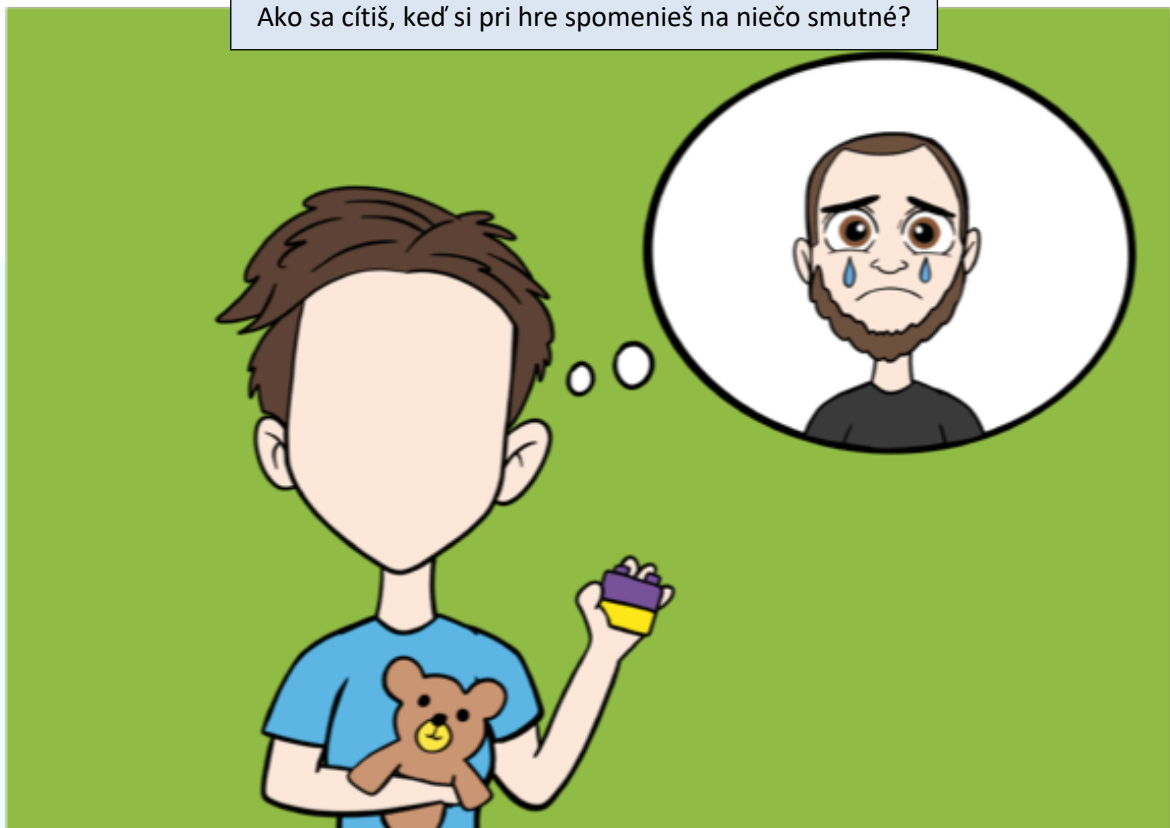


NAHNEVANÁ

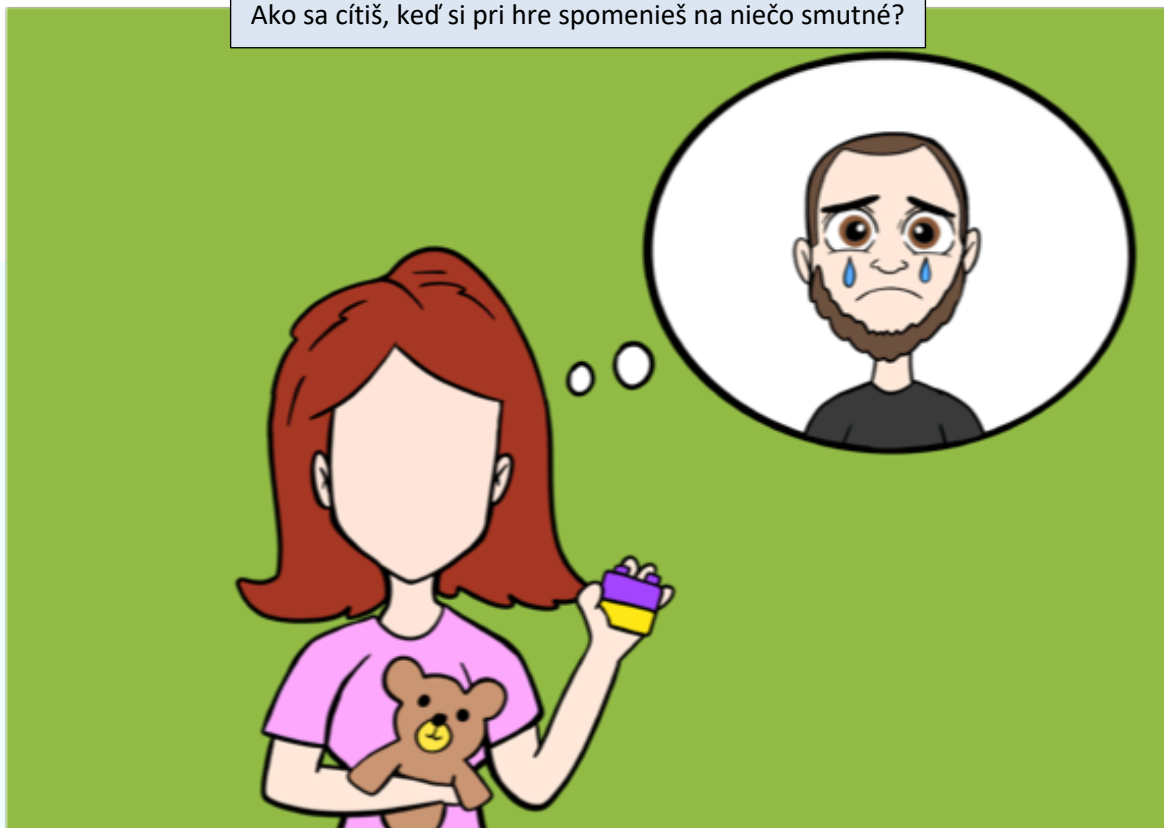
| | | |
|---|--|--|
| Idem k lekárovi. | Chcem ísť von, ale prší. | Stratil som obľúbenú hračku. |
| Mama mi zobrala mobil. | Dostal som darček. | Sadol si na mňa motýľ. |
| Padol som a tečie mi krv. | Chcem ísť na ihrisko, ale nemôžem. | Sedím v čakárni u zubára. |
| Skladám si puzzle a chýba mi posledný dielik. | Rozbil som tatinov tablet. | Dostal som dobrú známku. |
| Spadla mi zmrzlina. | Kamarát mi požičal hračku. | Musím ísť do pivnice. Zakotúfala sa mi tam lopta. |
| Na tanieri mám jedlo, ktoré nepoznám. | Mama mala prísť po obede pre mňa do škôlky, ale mešká. | Skáčem na trampolíne. |
| Idem sa spustiť z vysokého toboganu. | Spolužiak mi vytrhol z ruky knihu, ktorú som si pozeral. | Mama vypla televízor skôr ako skončila rozprávka. |
| Po vankúši mi lezie pavúk. | Zabudol som si urobiť domácu úlohu. | Objednal som si vodu a čašník mi doniesol kofolu. |
| V obchodnom dome som náhodou stretol kamaráta. | Doktorka mi ide pichnúť injekciu. | Nastupujem do lietadla. |
| Pri upratovaní som našiel dielik z lega, ktorý mi chýbal. | V noci som sa zobudil na šuchot. | Idem po ulici a náhle pri mne zatrúbi hlasno auto. |
| Spolužiaci hrajú futbal. Nechcú aby som sa pridal. | Zobral som si ku babke mobil, ale zabudol som nabíjačku. | Ostal som doma sám. |
| Hráme človeče a vyhodí môjho panáčka. | Bolí ma bruško. | Pichla ma včela. |
| Na cestičke v lese sa plazí had. | Vonku je búrka a hlasno hrmí. | Opalujem sa a niekto ma postrieka studenou vodou. |
| Babka s dedom prišli na návštevu | Našiel som si v čižme cukríky. | Hrám sa so psíkom. |



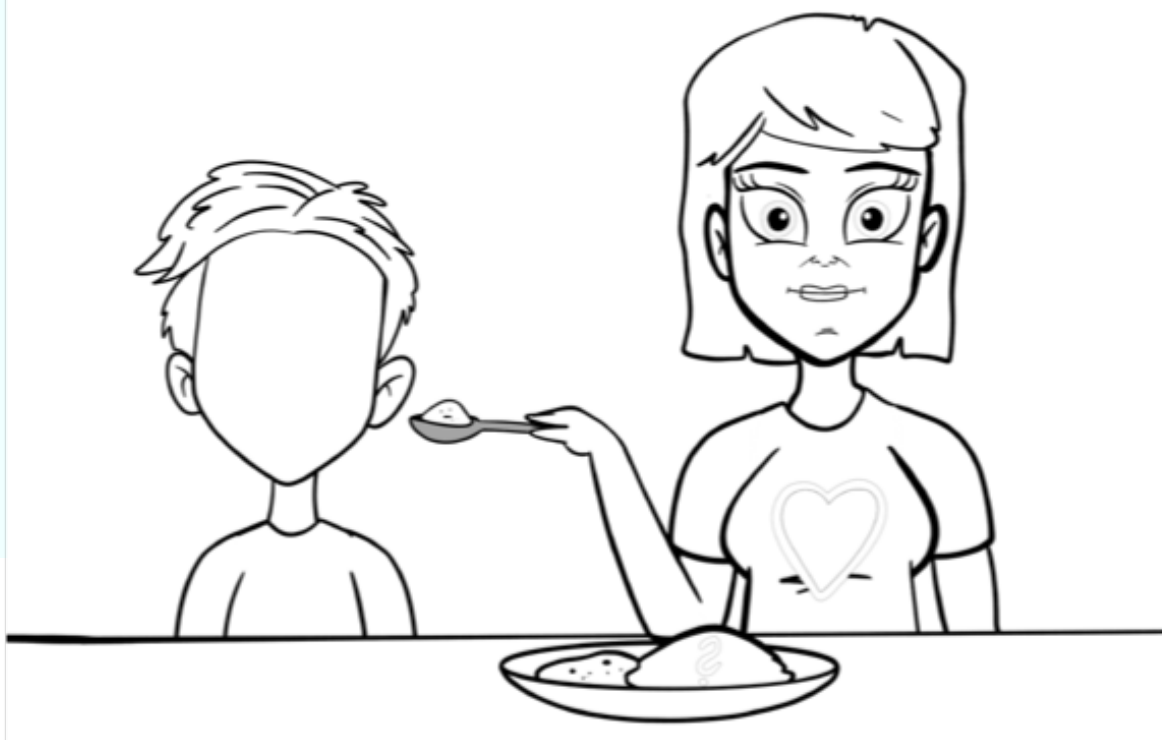
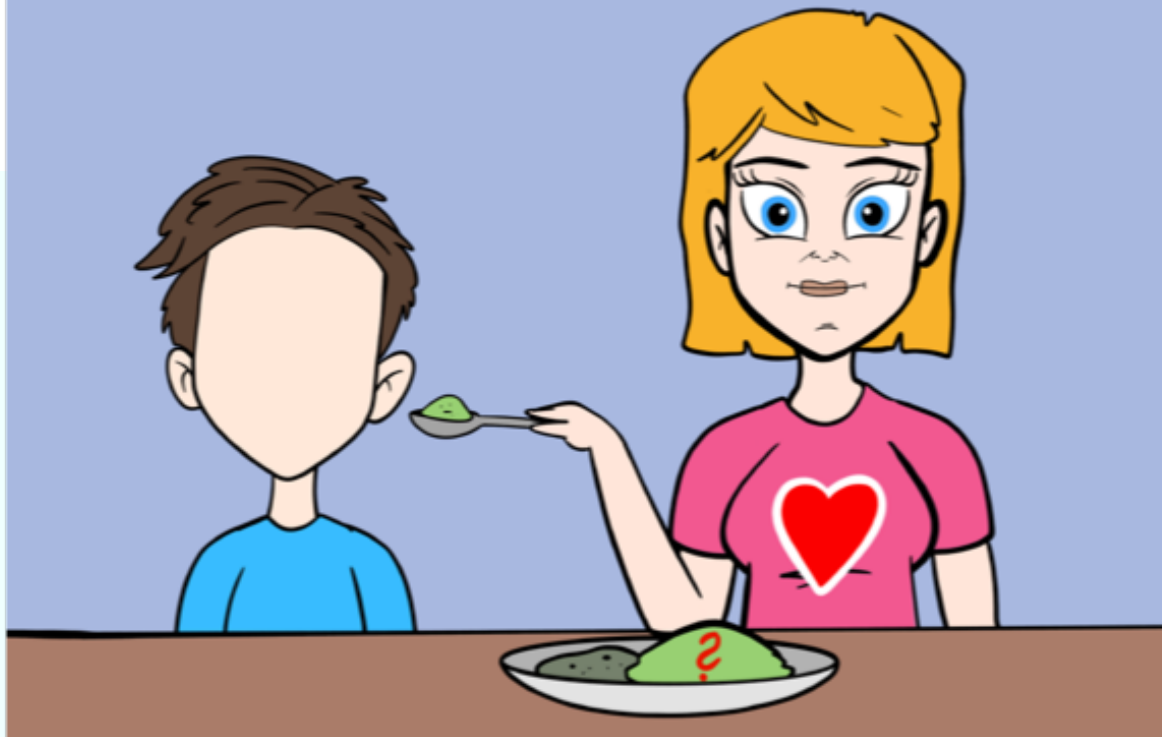
Ako sa cítiš, keď si pri hre spomenieš na niečo smutné?



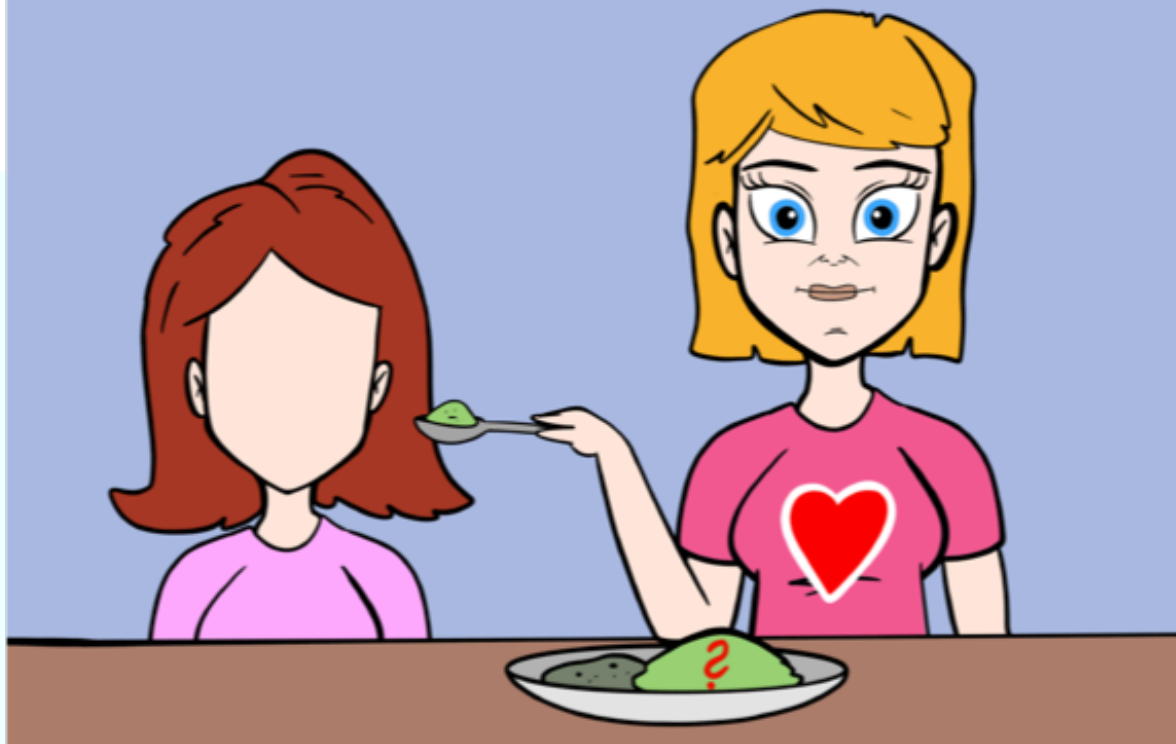
Ako sa cítiš, keď si pri hre spomenieš na niečo smutné?



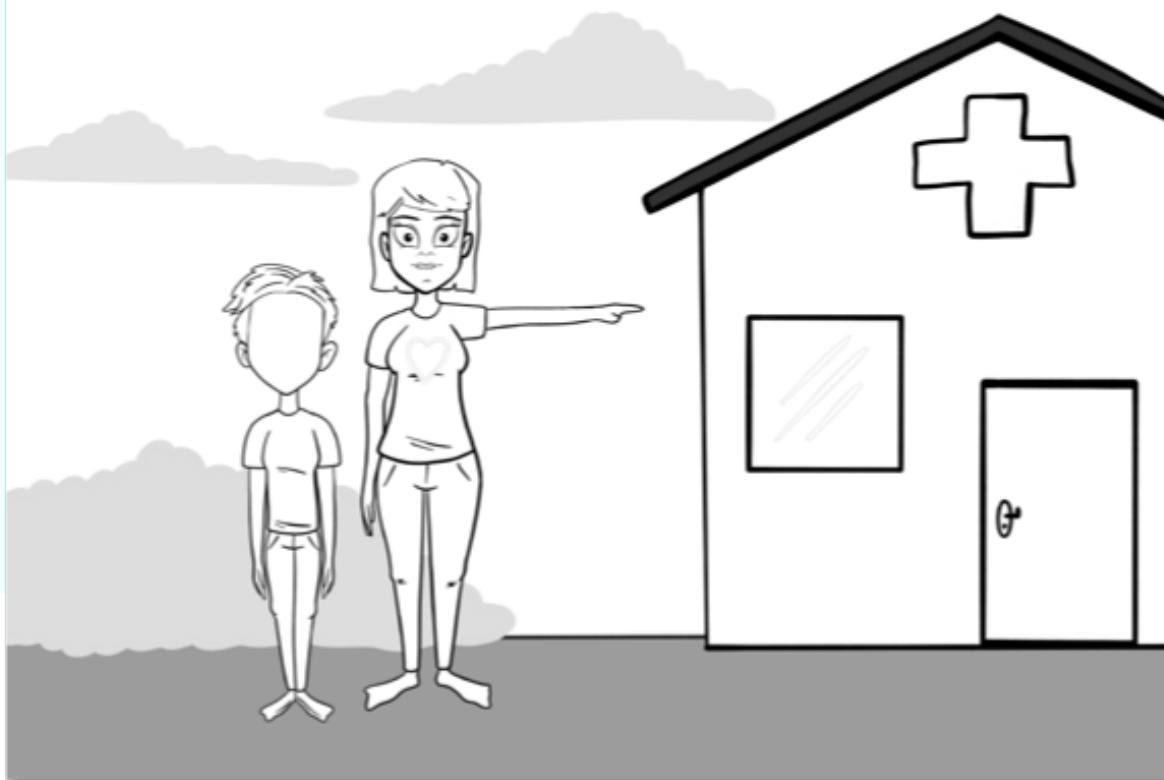
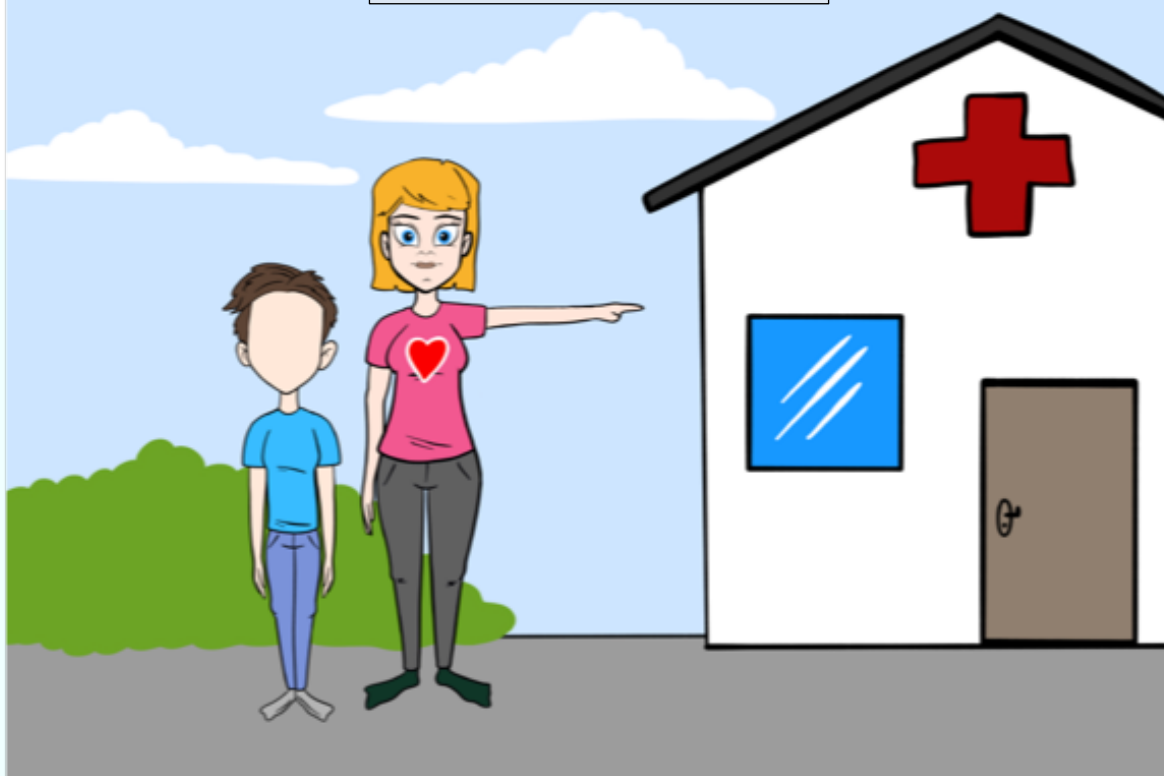
Ako sa cítiš, keď máš ochutnať neznáme jedlo?



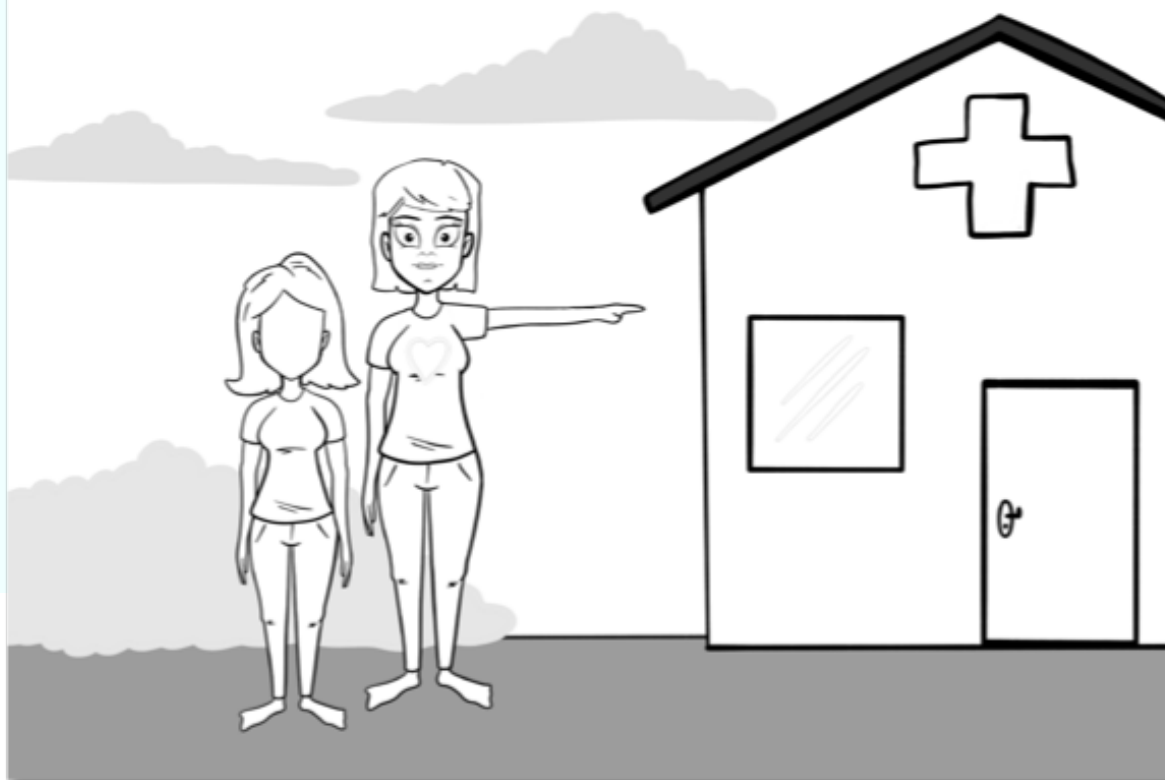
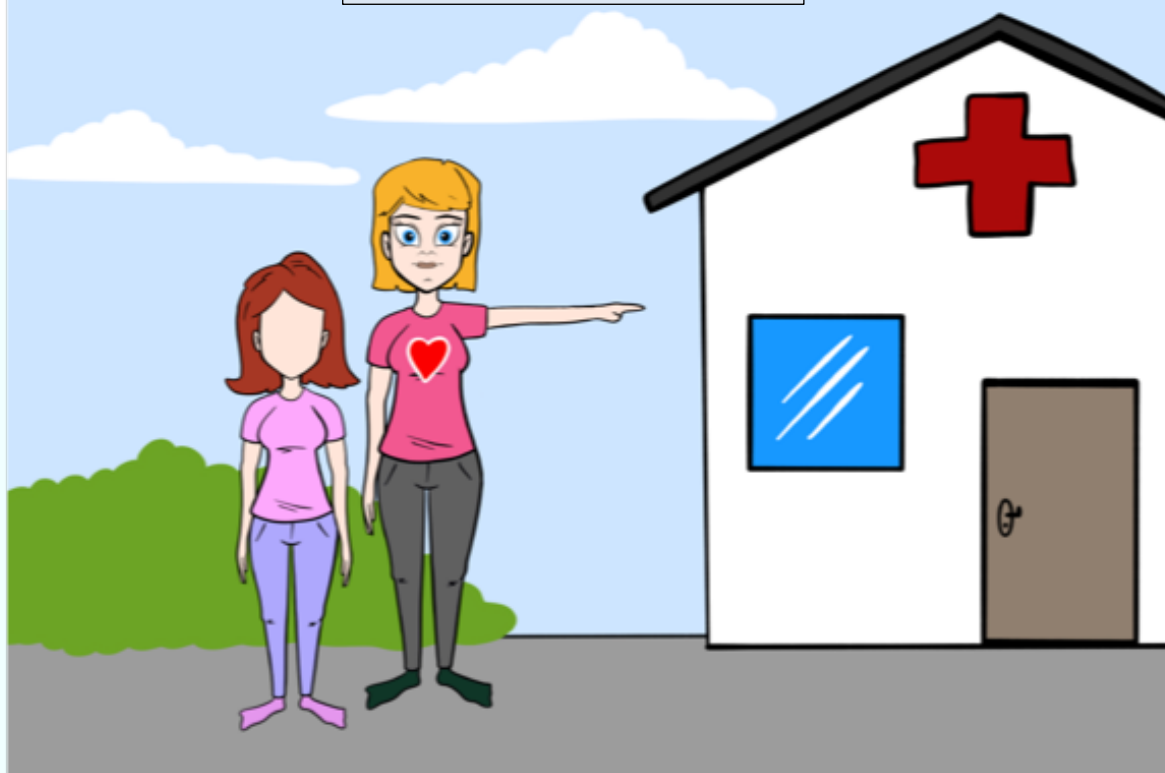
Ako sa cítiš, keď máš ochutnať neznáme jedlo?



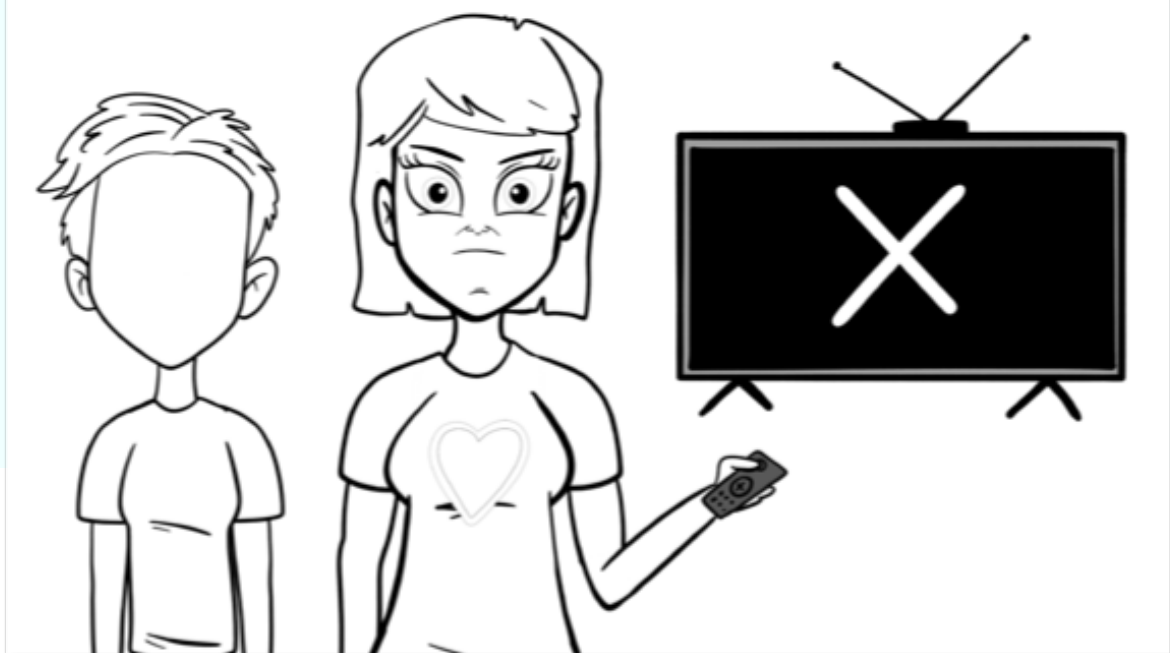
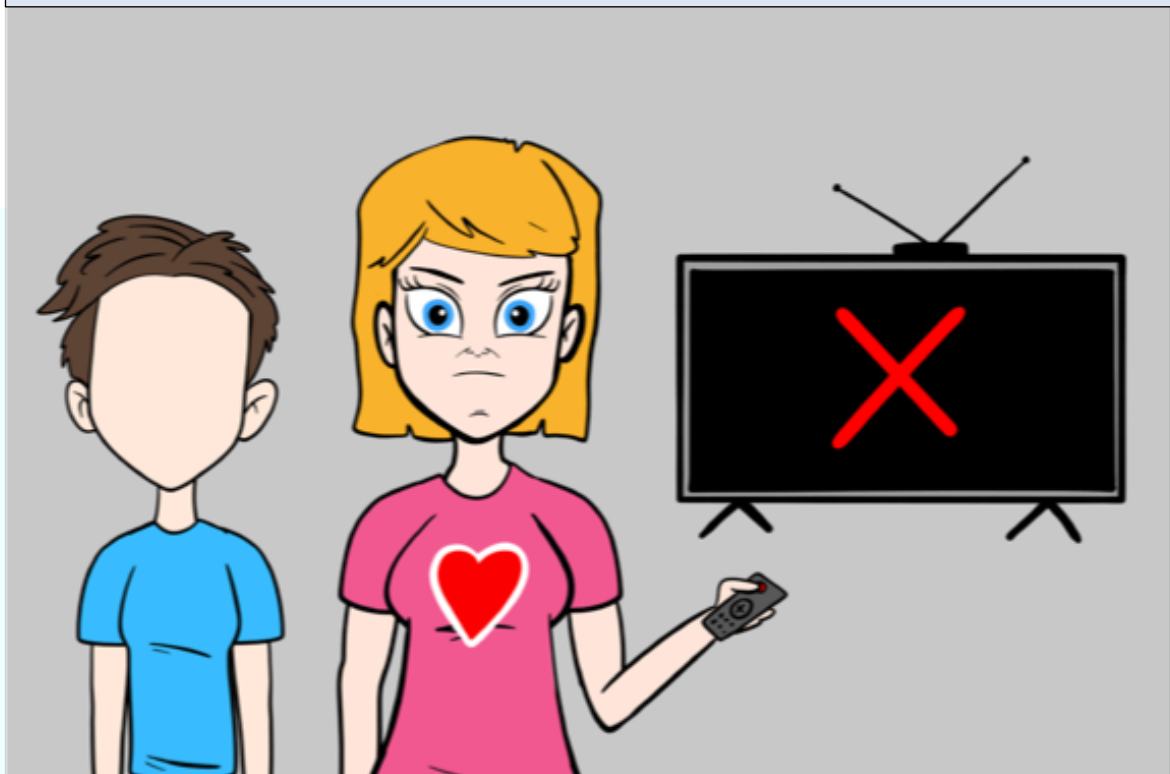
Ako sa cítiš, keď máš ísť k lekárovi?



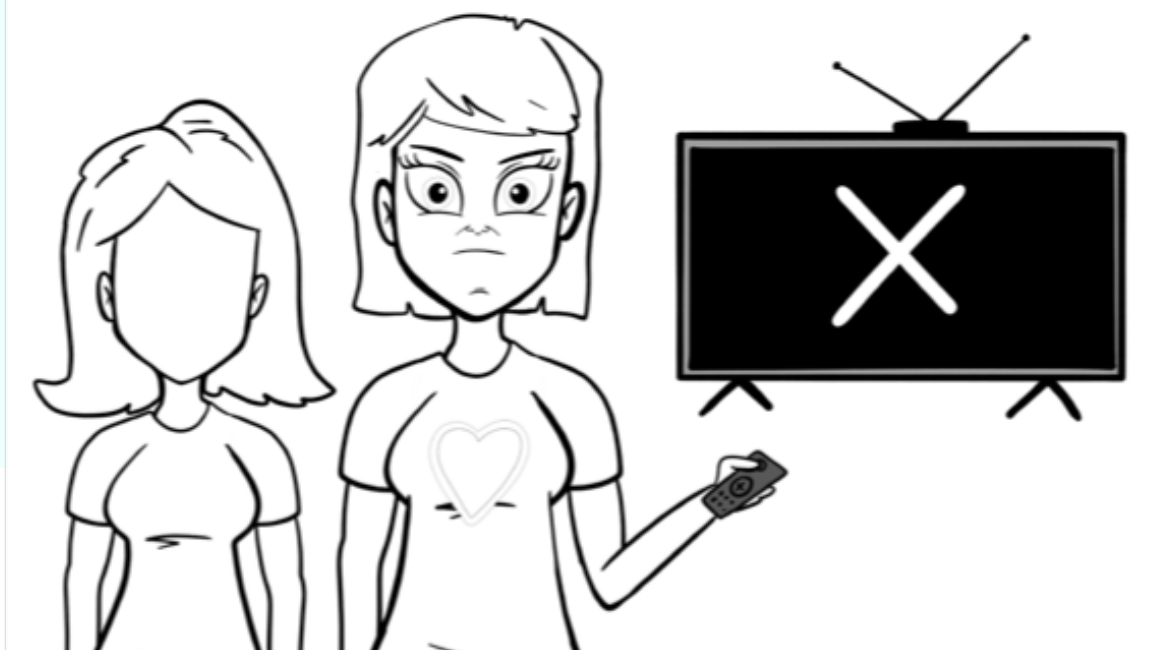
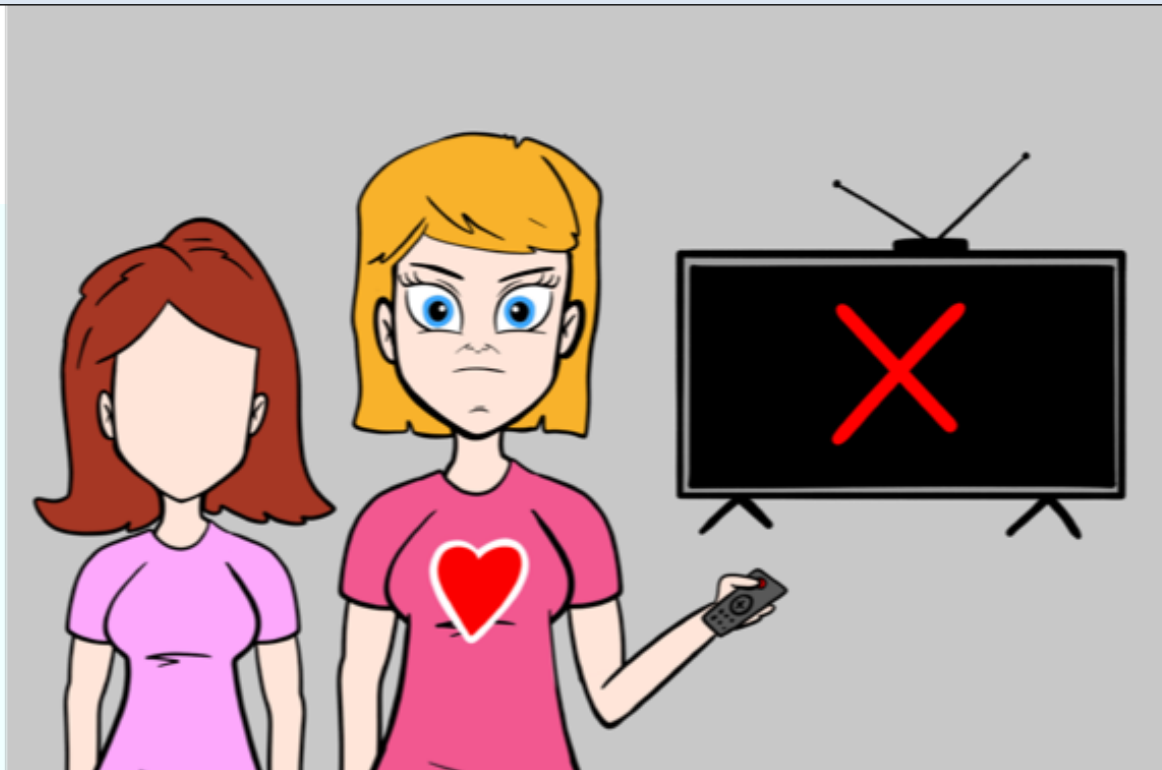
Ako sa cítiš, keď máš ísť k lekárovi?



Ako sa cítiš, keď Ti mama vypne televízor skôr a nevidíš svoj obľúbený program až do konca?



Ako sa cítiš, keď Ti mama vypne televízor skôr a nevidíš svoj obľúbený program až do konca?



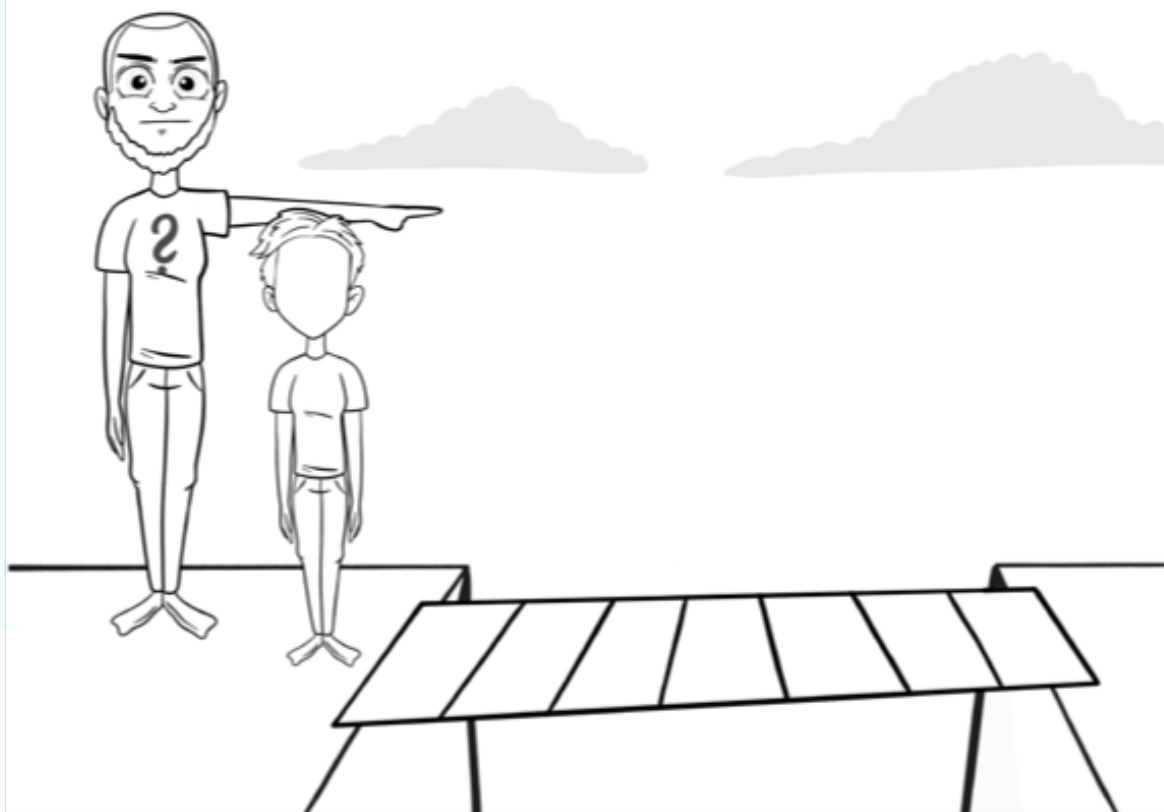
Ako sa cítiš, keď si na WC niekto suší ruky pod hlučným sušičom?



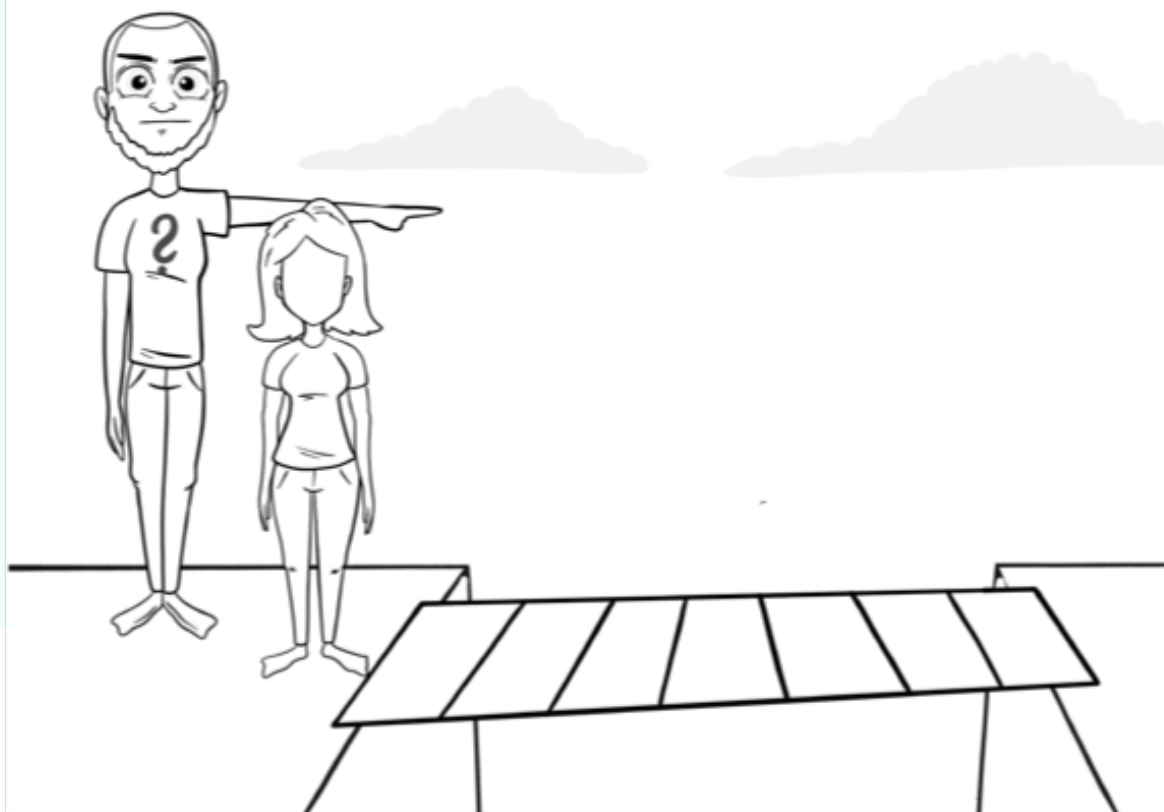
Ako sa cítiš, keď si na WC niekto suší ruky pod hlučným sušičom?



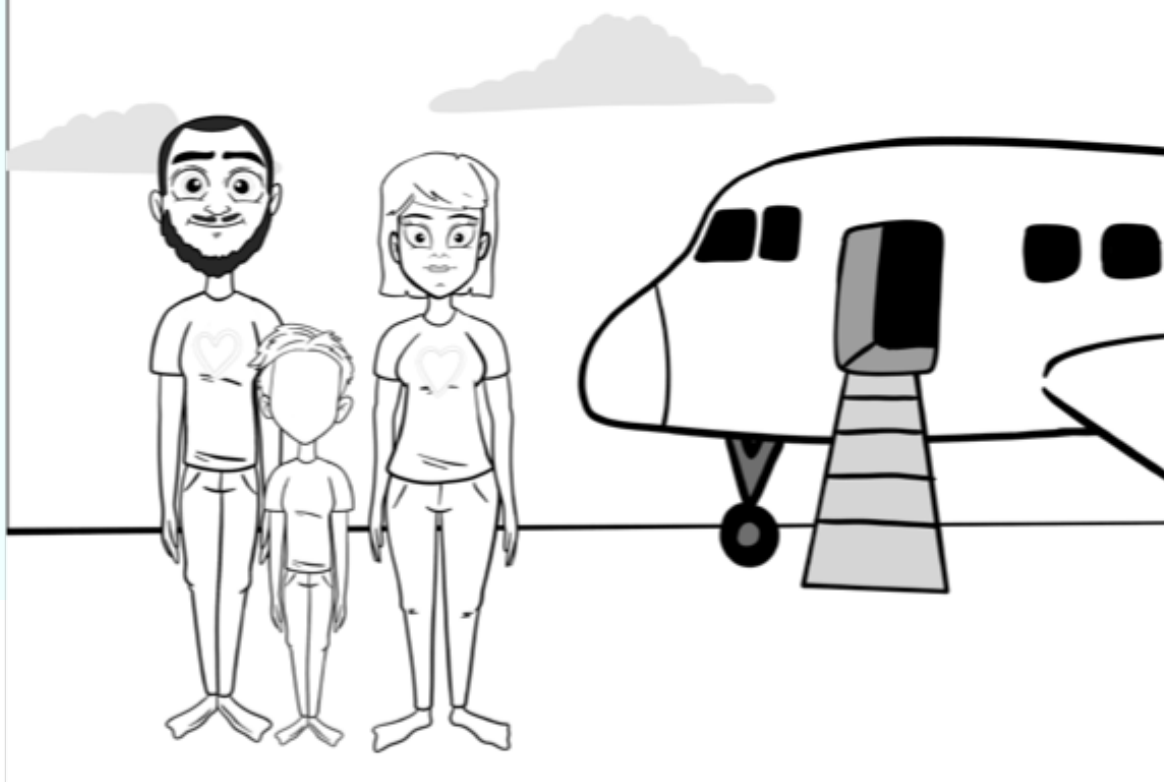
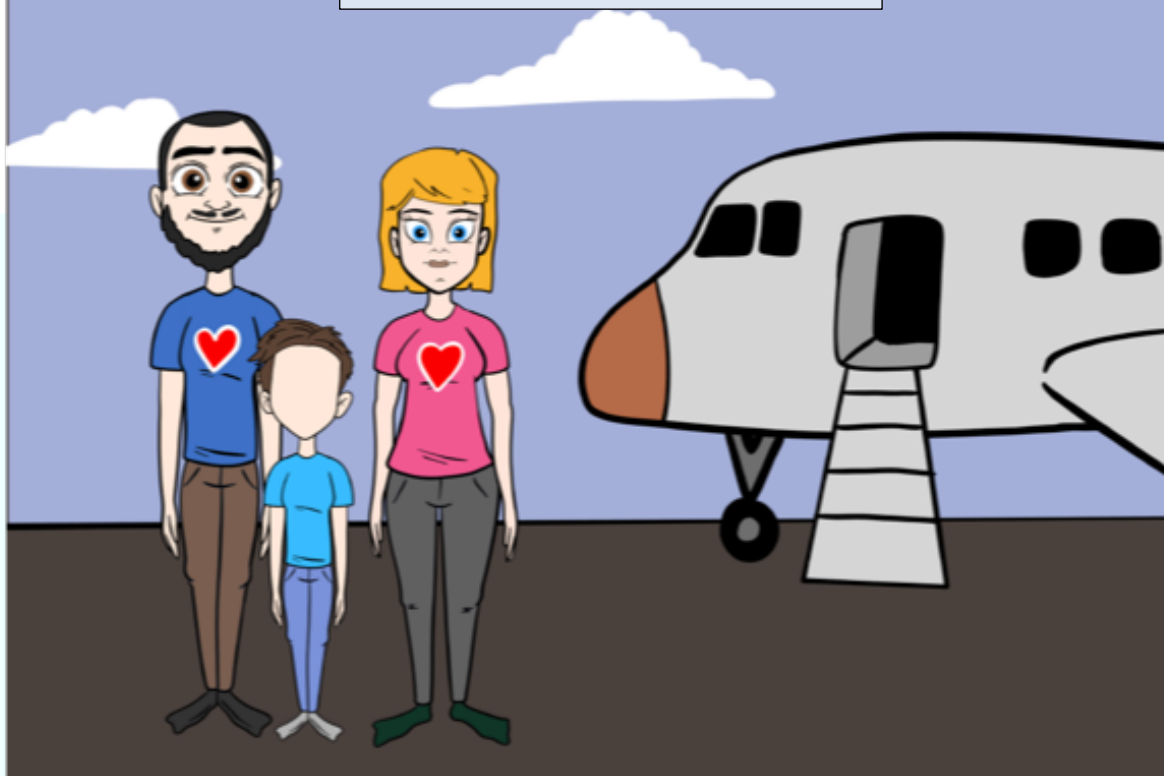
Ako sa cítiš, keď máš prejsť cez most, ktorý je veľmi vysoko?



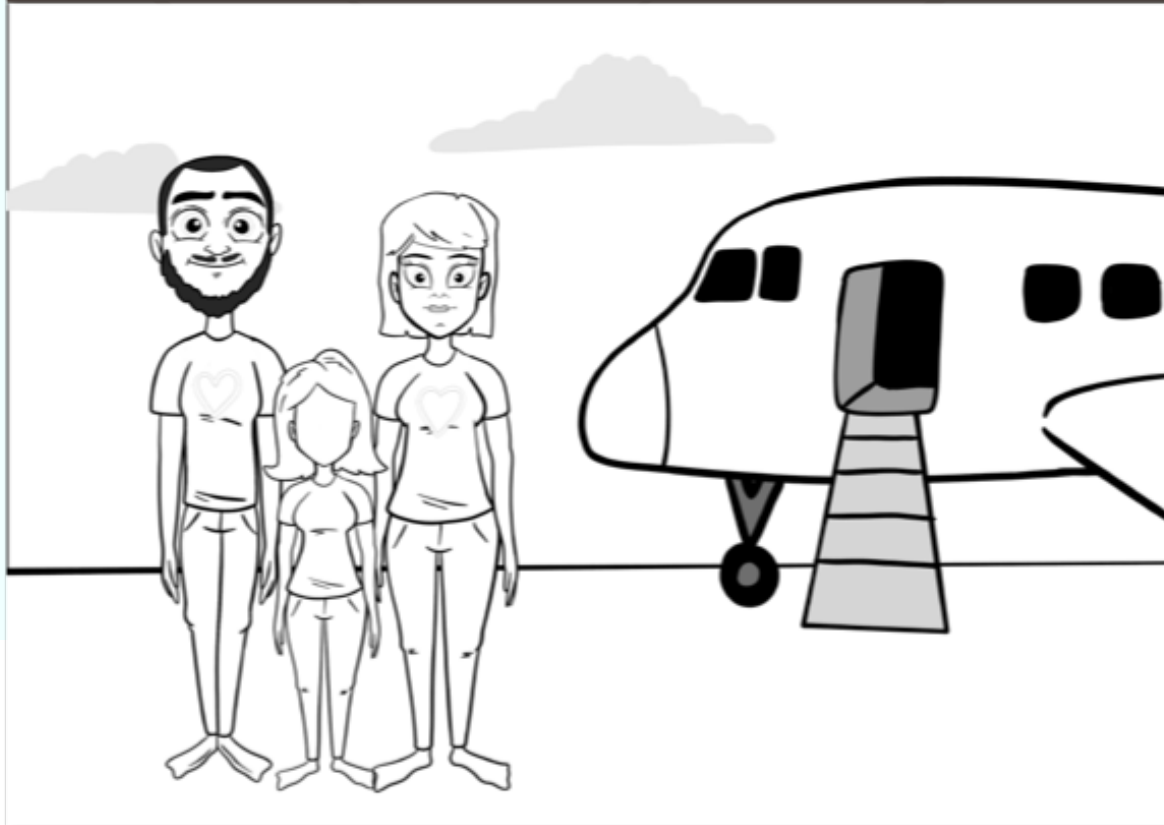
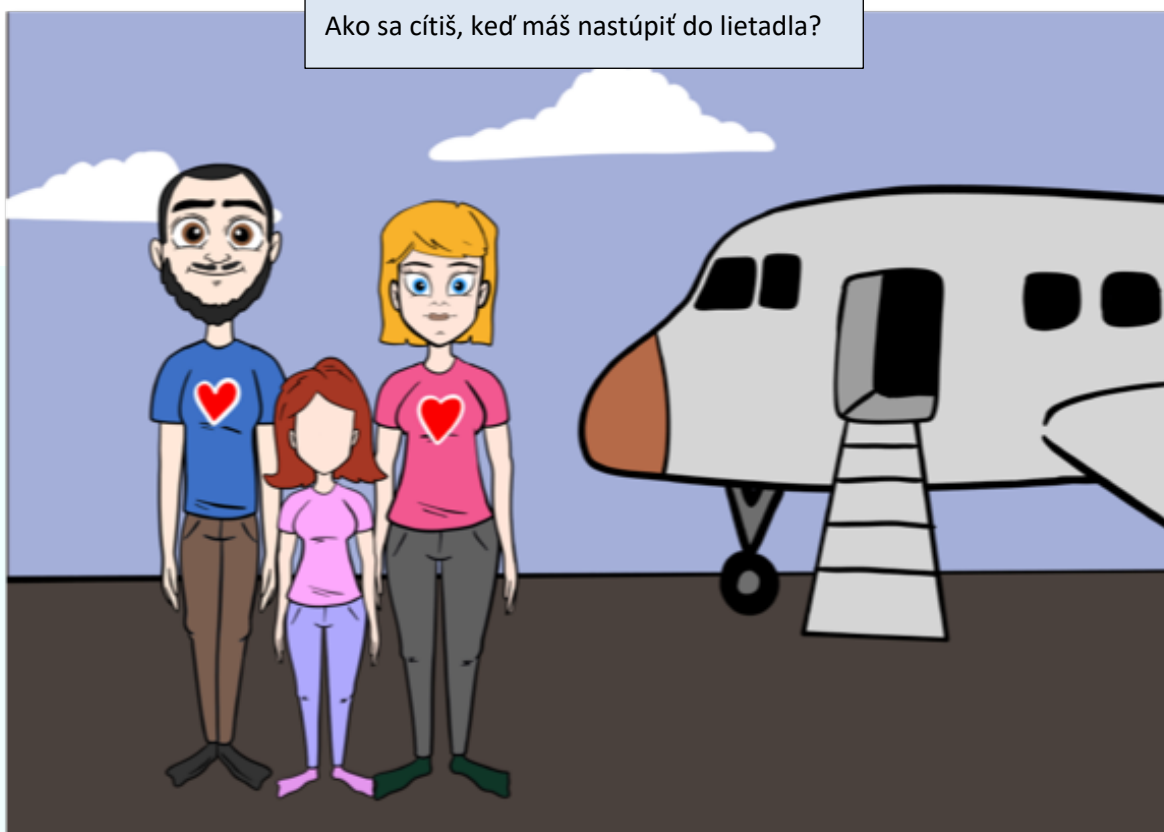
Ako sa cítiš, keď máš prejsť cez most, ktorý je veľmi vysoko?



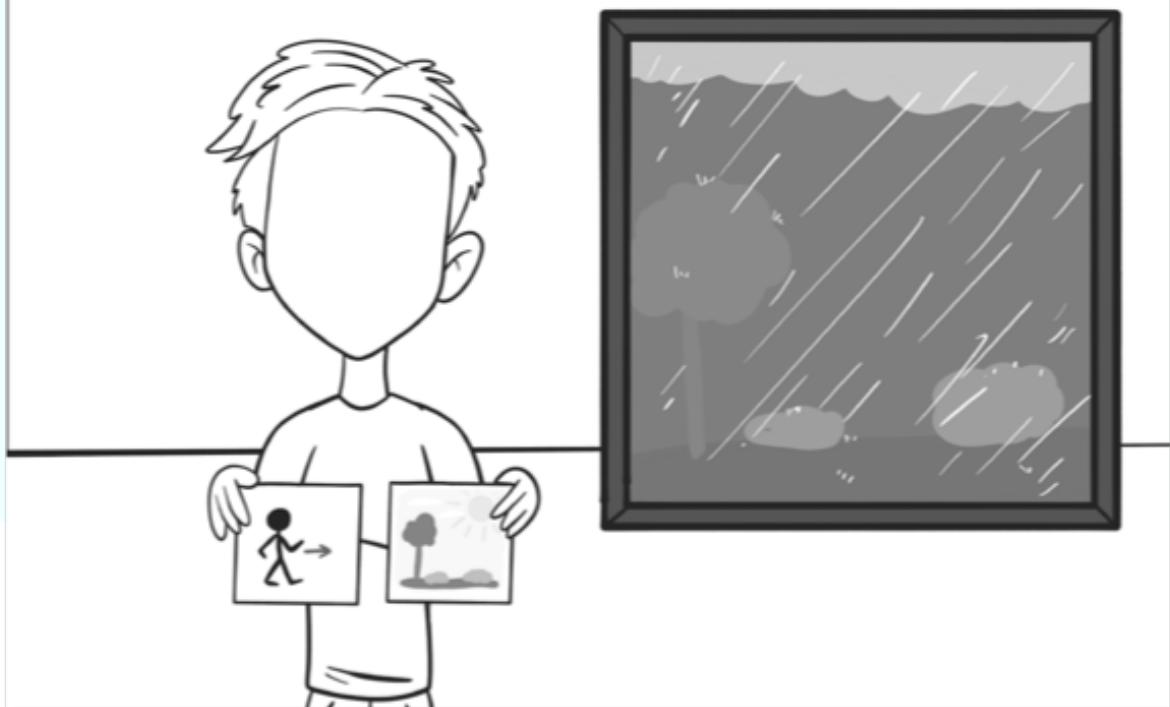
Ako sa cítiš, keď máš nastúpiť do lietadla?



Ako sa cítiš, keď máš nastúpiť do lietadla?



Ako sa cítiš, keď máš plán ísť von a nemôžeš, lebo prší?





Ako sa cítiš, keď máš plán ísť von a nemôžeš, lebo prší?



Ako sa cítiš, keď zistíš, že Ti chýba jeden dielik?



Ako sa cítiš, keď zistíš, že Ti chýba jeden dielik?



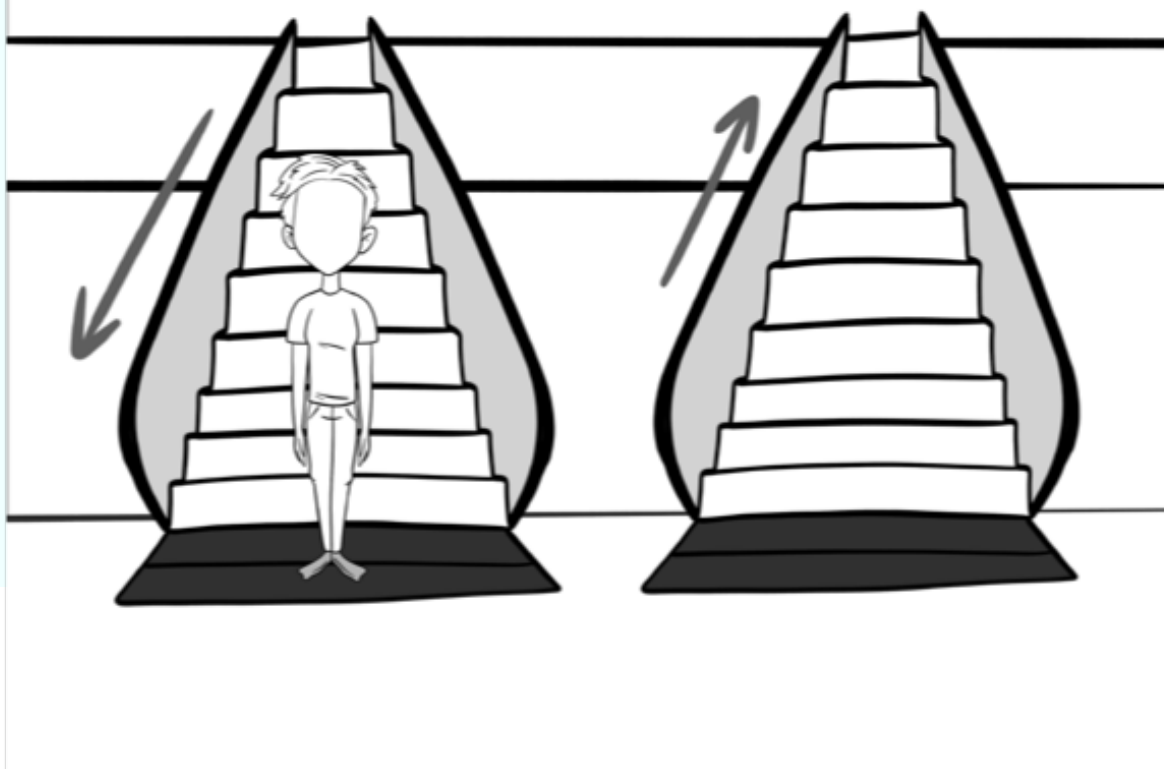
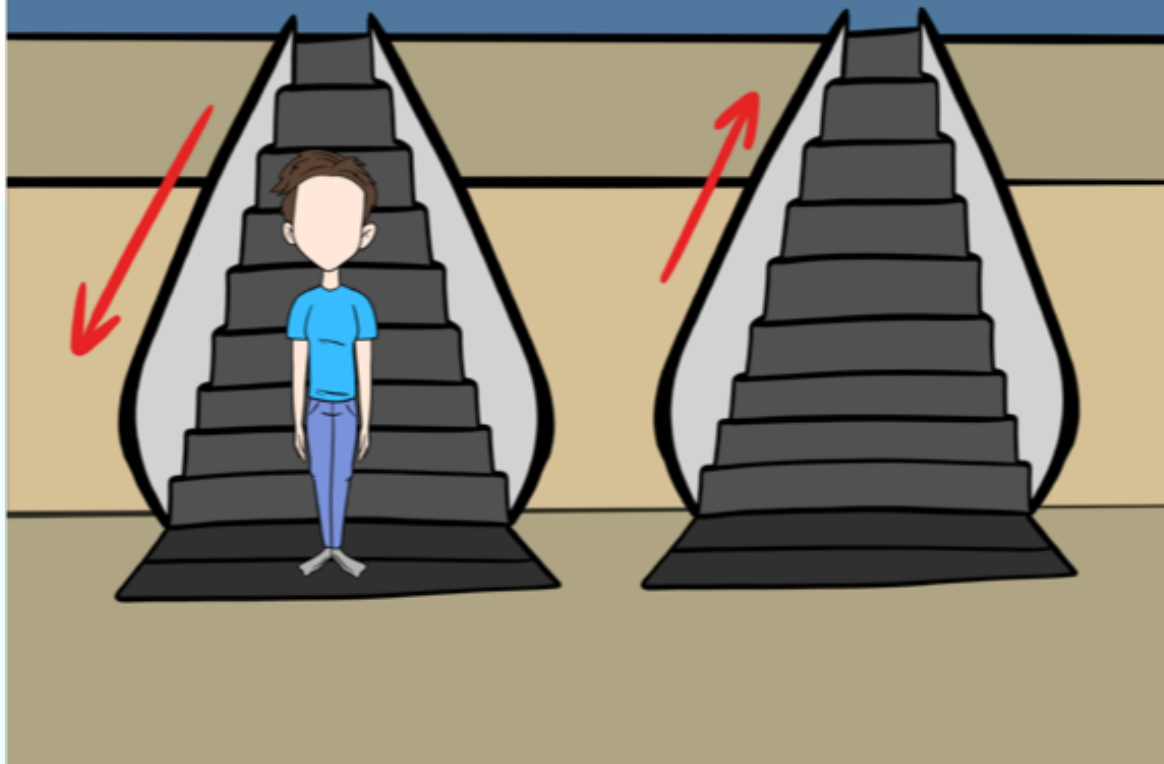
Ako sa cítiš, keď sa hojdaš na hojdačke?



Ako sa cítiš, keď sa hojdáš na hojdačke?

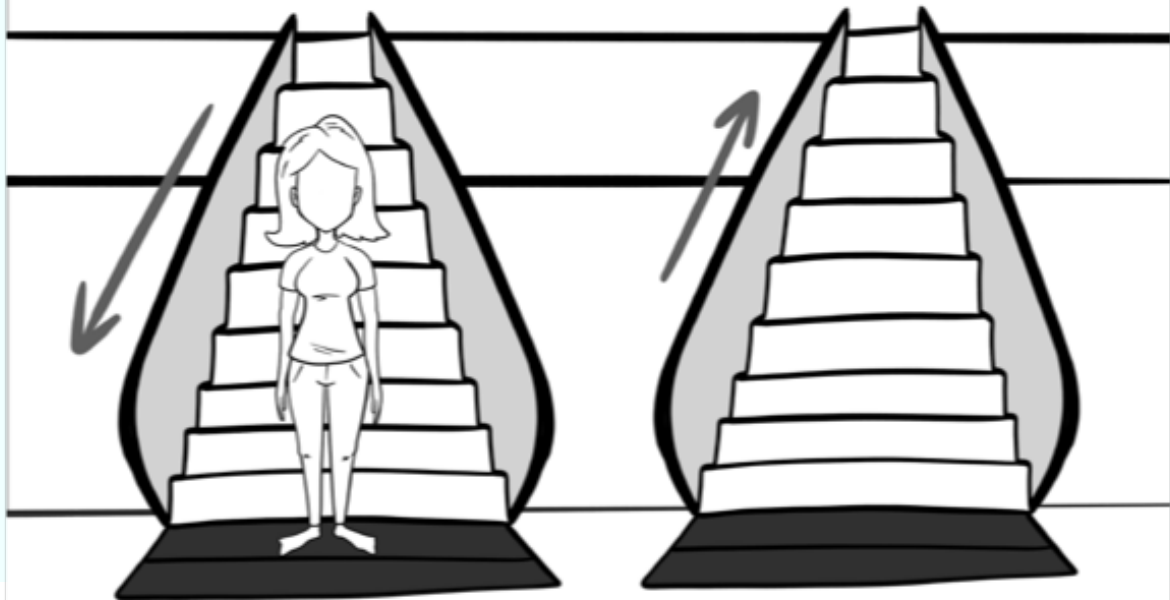
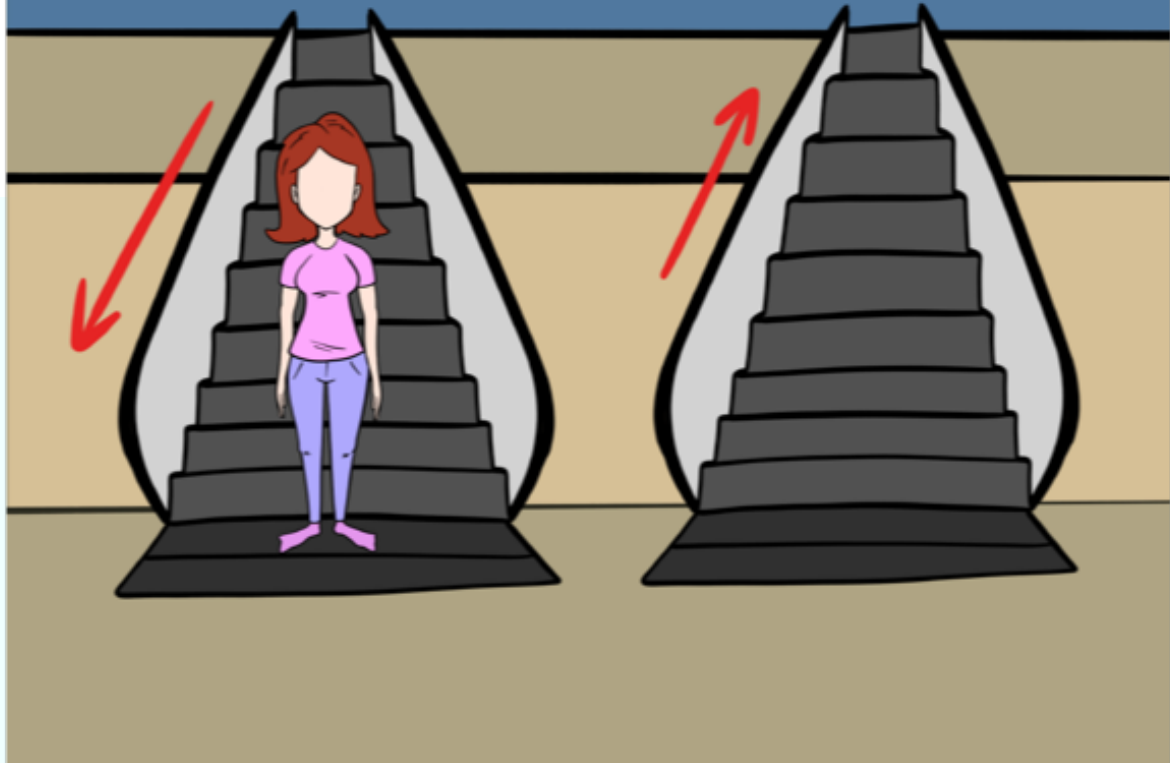


Ako sa cítiš, keď sa môžeš voziť po pohyblivých schodoch?



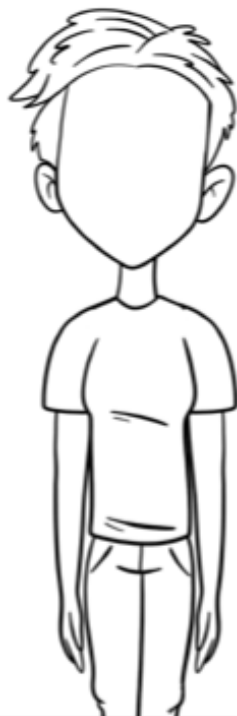


Ako sa cítiš, keď sa môžeš voziť po pohyblivých schodoch?





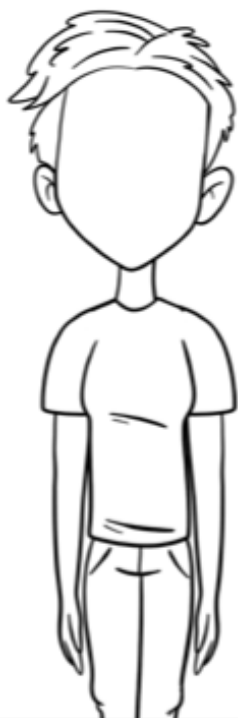
Ako sa cítiš, keď nájdeš v balíčku niečo neočakávané?



Ako sa cítiš, keď nájdeš v balíčku niečo neočakávané?



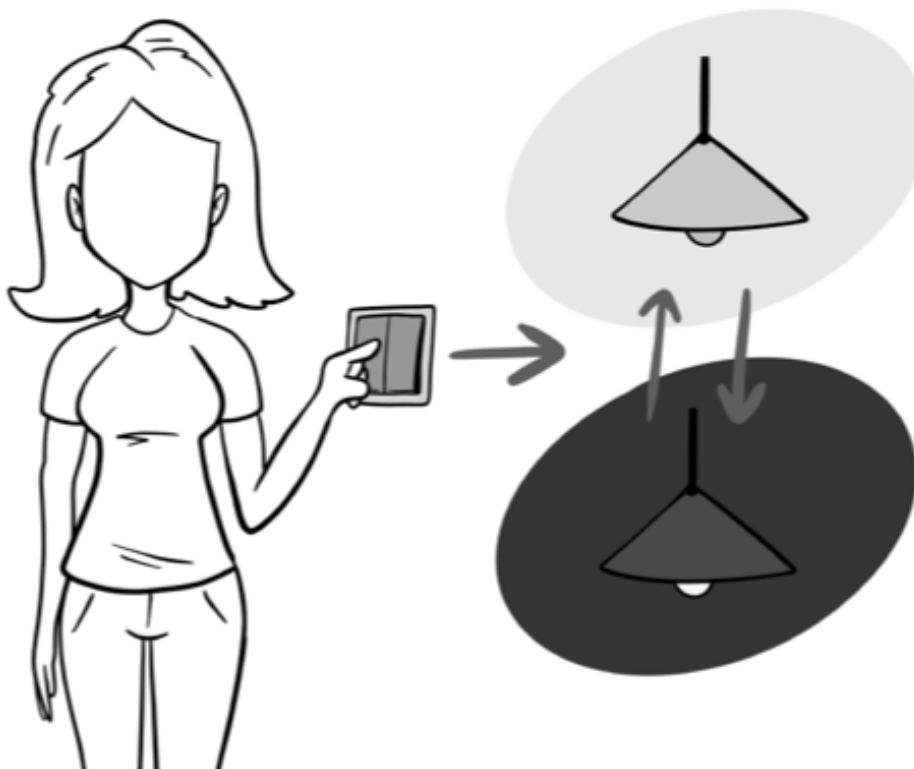
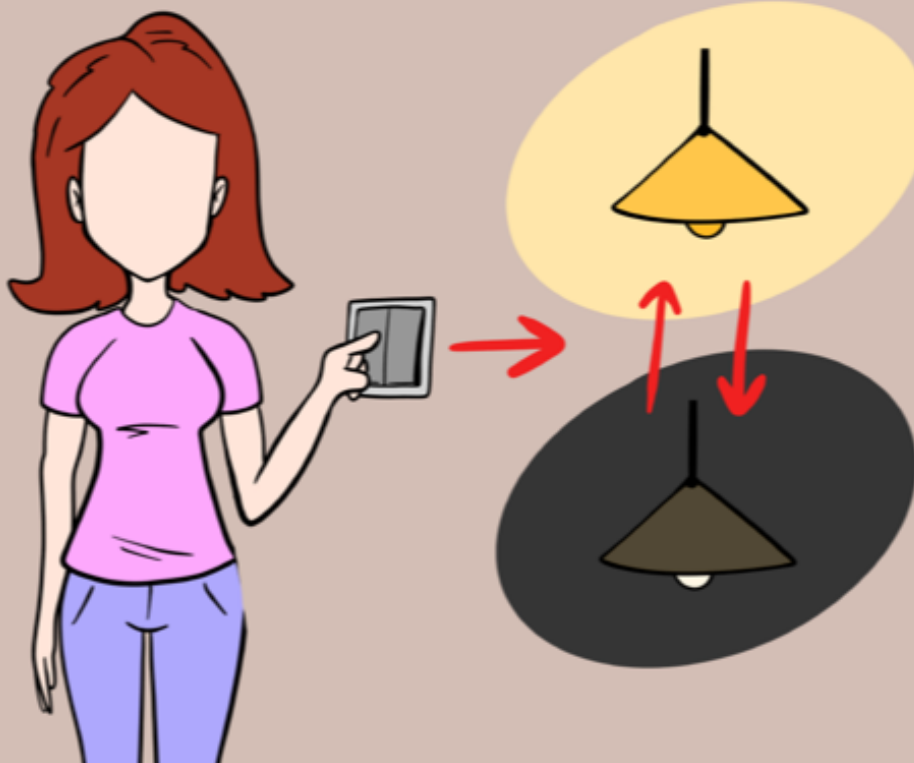
Ako sa cítiš, keď sa Ti pokazí zips na topánke?



Ako sa cítiš, keď sa Ti pokazí zips na topánke?

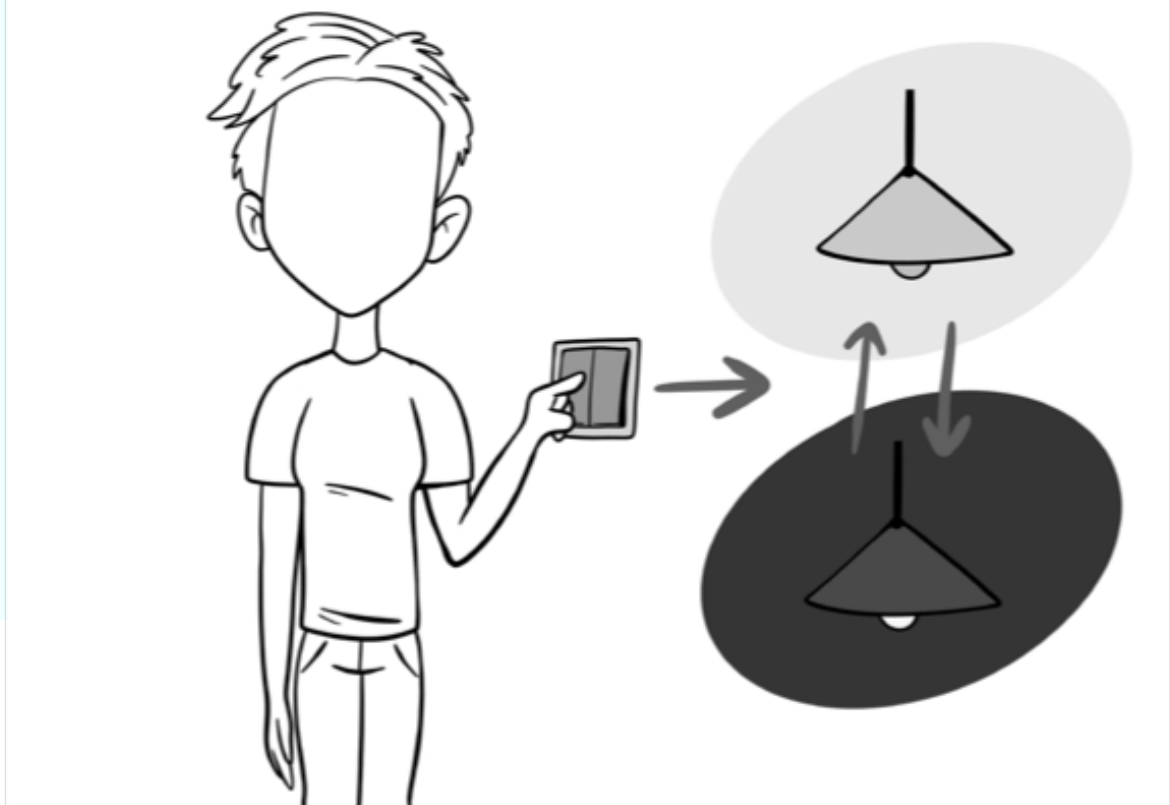
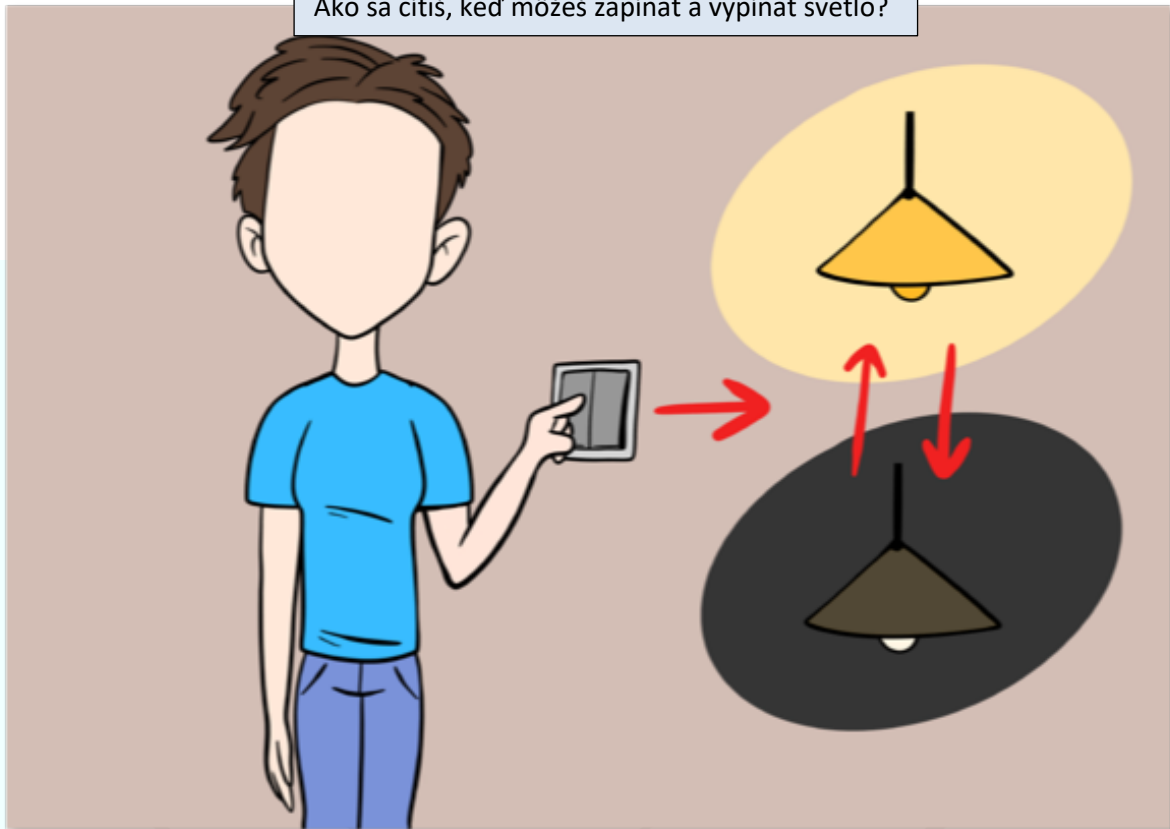


Ako sa cítiš, keď môžeš zapínať a vypínať svetlo?

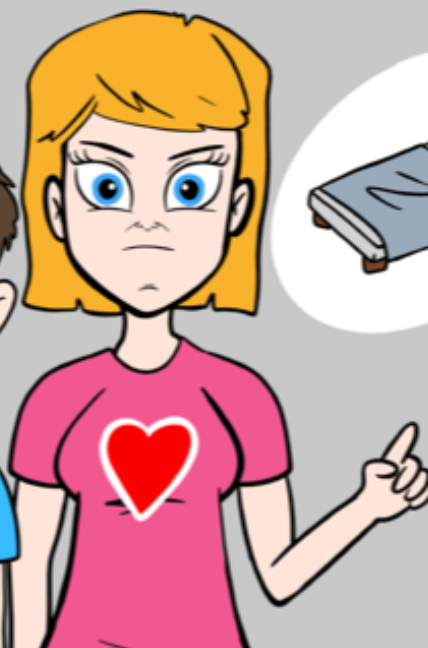




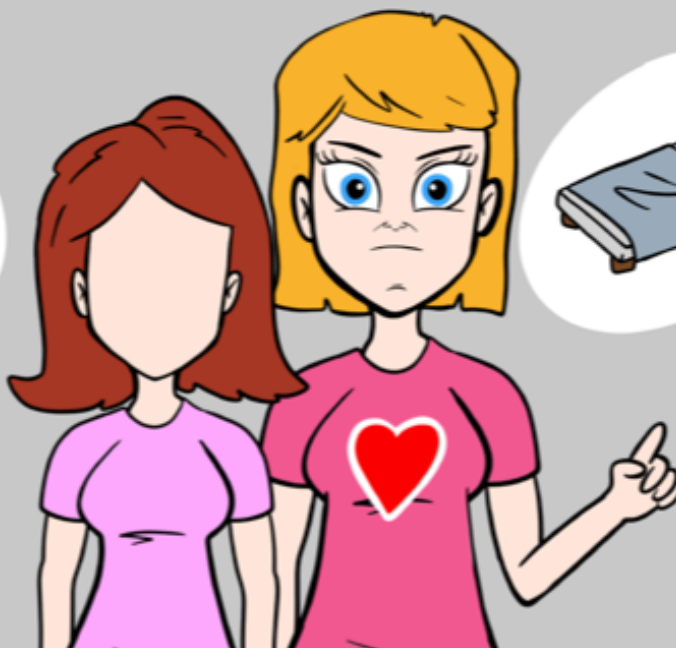
Ako sa cítiš, keď môžeš zapínať a vypínať svetlo?



Ako sa cítiš, keď sa chceš hrať a mama Ti povie, že je čas ísť spať?



Ako sa cítiš, keď sa chceš hrať a mama Ti povie, že je čas ísť spať?





Ako sa cítiš, keď Ti mama vyloží z nákupného vozíka niečo, čo si tam predtým dal?





Ako sa cítiš, keď Ti mama vyloží z nákupného vozíka niečo, čo si tam predtým dala?



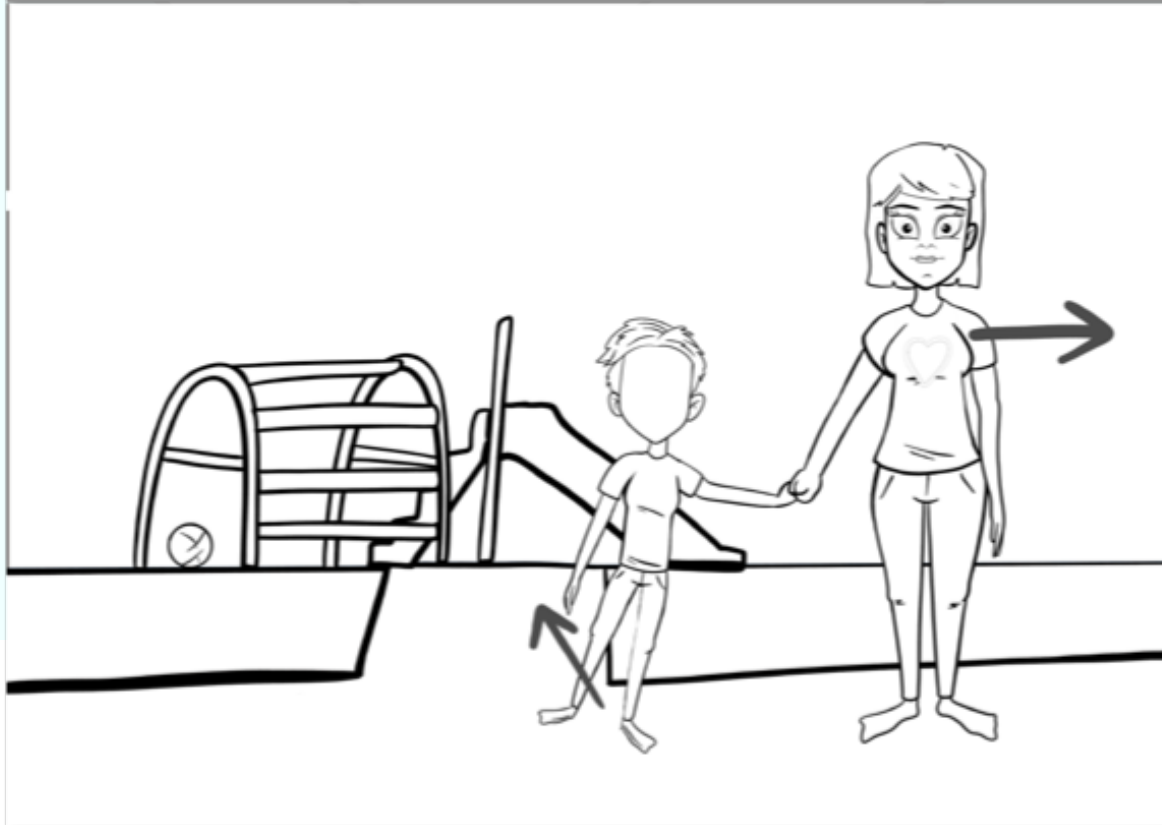
Ako sa cítiš, keď si chceš v autobuse sadnúť na miesto, na ktorom už niekto sedí?



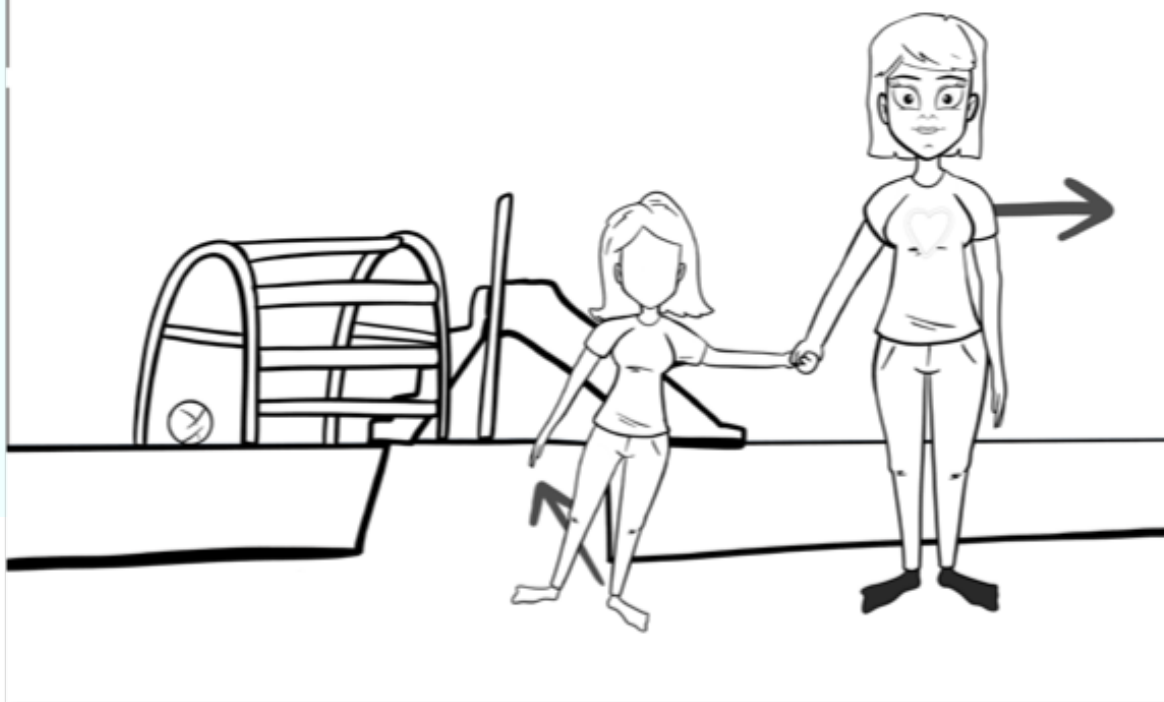
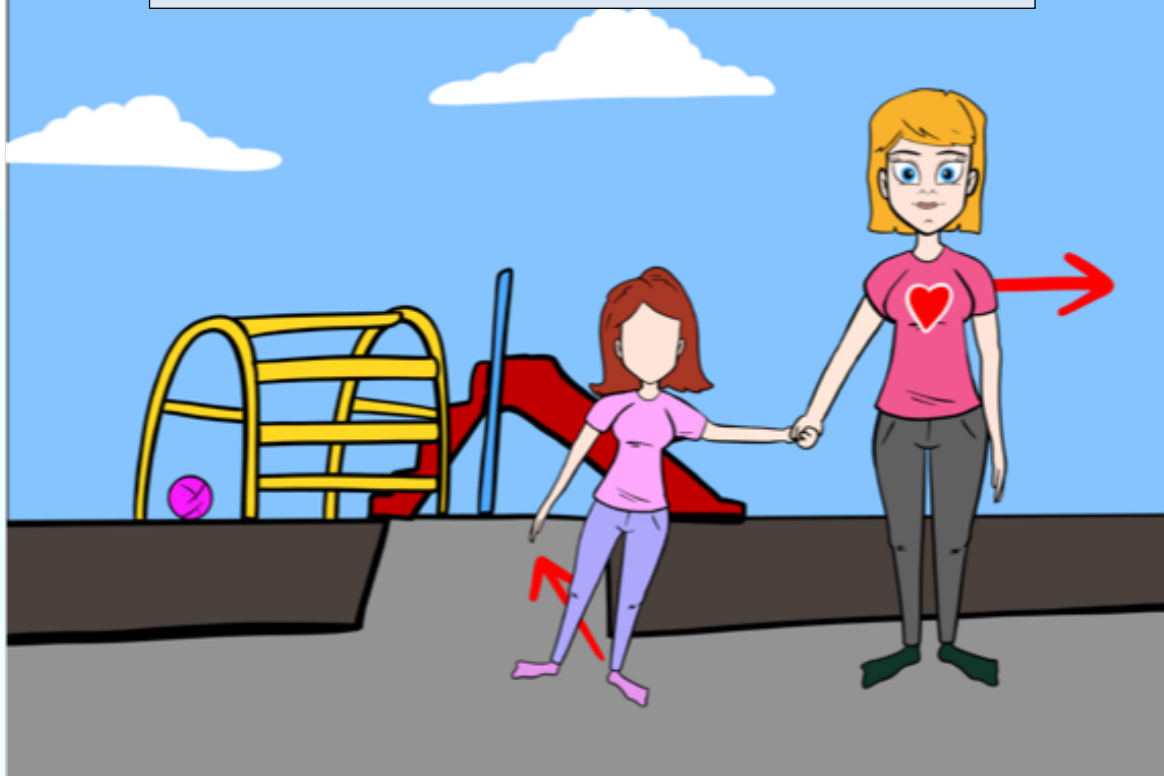
Ako sa cítiš, keď si chceš v autobuse sadnúť na miesto, na ktorom už niekto sedí?



Ako sa cítiš, keď ideš okolo ihriska a mama Ti nedovolí ísť sa tam hrať?



Ako sa cítiš, keď ideš okolo ihriska a mama Ti nedovolí ísť sa tam hrať?



Ako sa cítiš, keď Ti niekto ponúkne ďalší dielik k Tvojej obľúbenej hre?





Ako sa cítiš, keď Ti niekto ponúkne ďalší dielik k Tvojej obľúbenej hre?



Ako sa cítiš, keď Ti pri robení kávy začne pretekať hrnček?

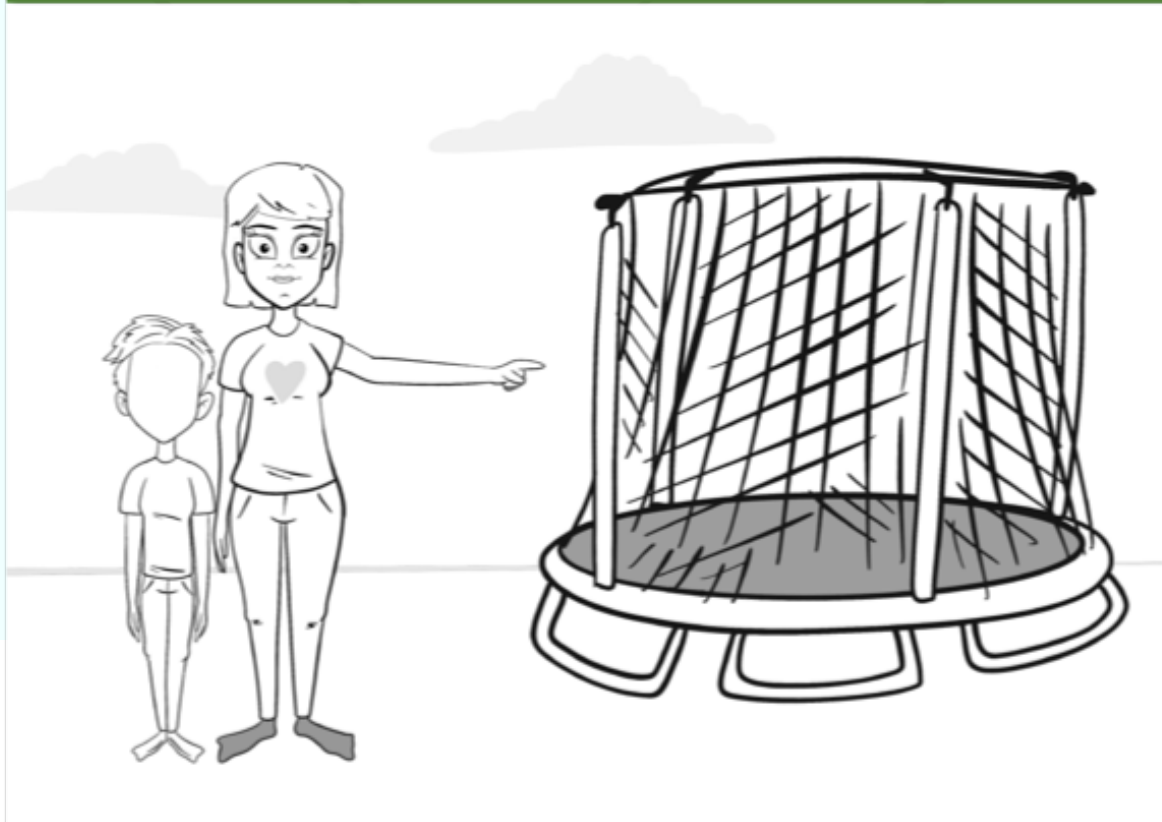
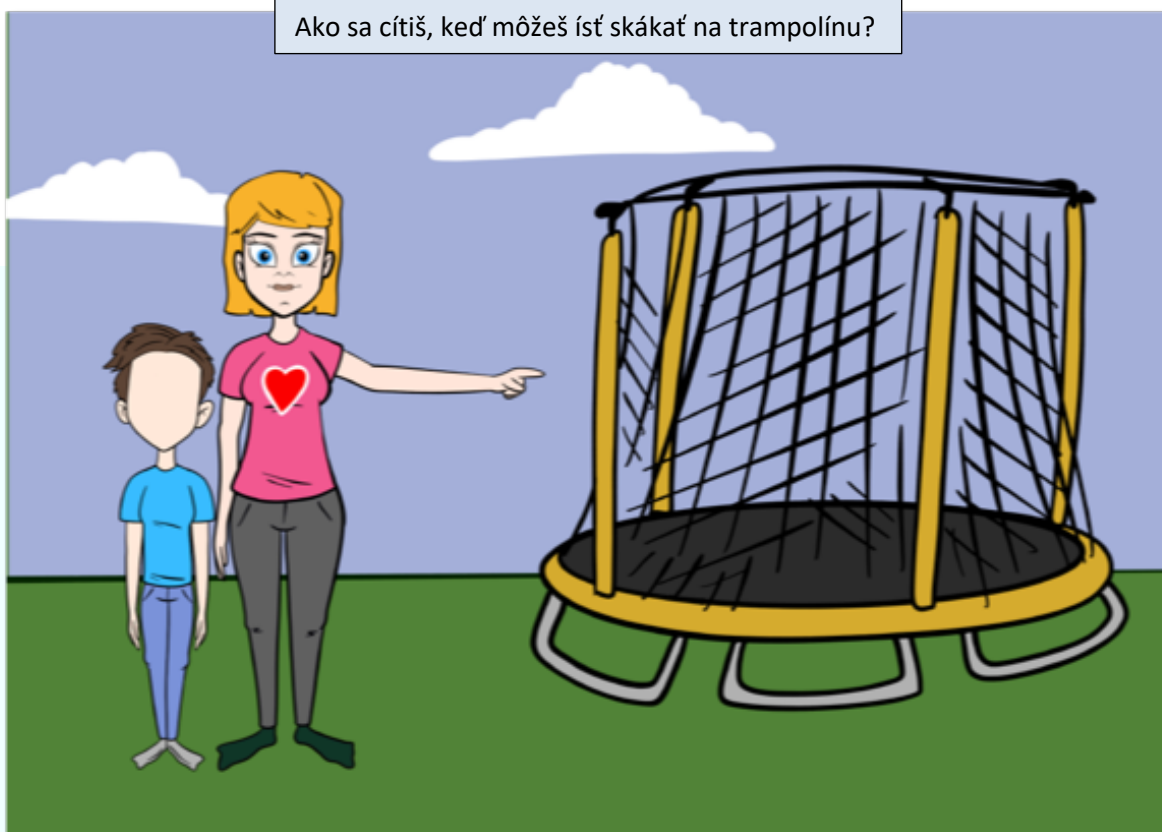


Ako sa cítiš, keď Ti pri robení kávy začne pretekať hrnček?

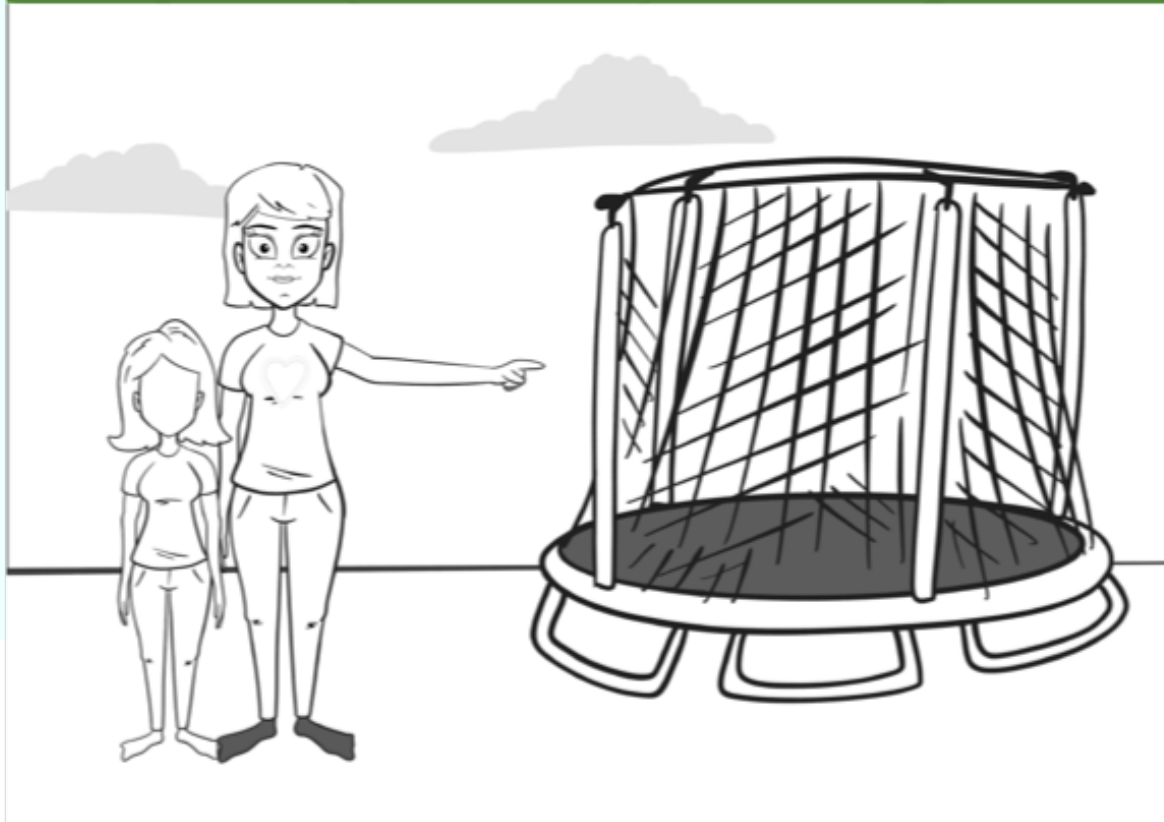
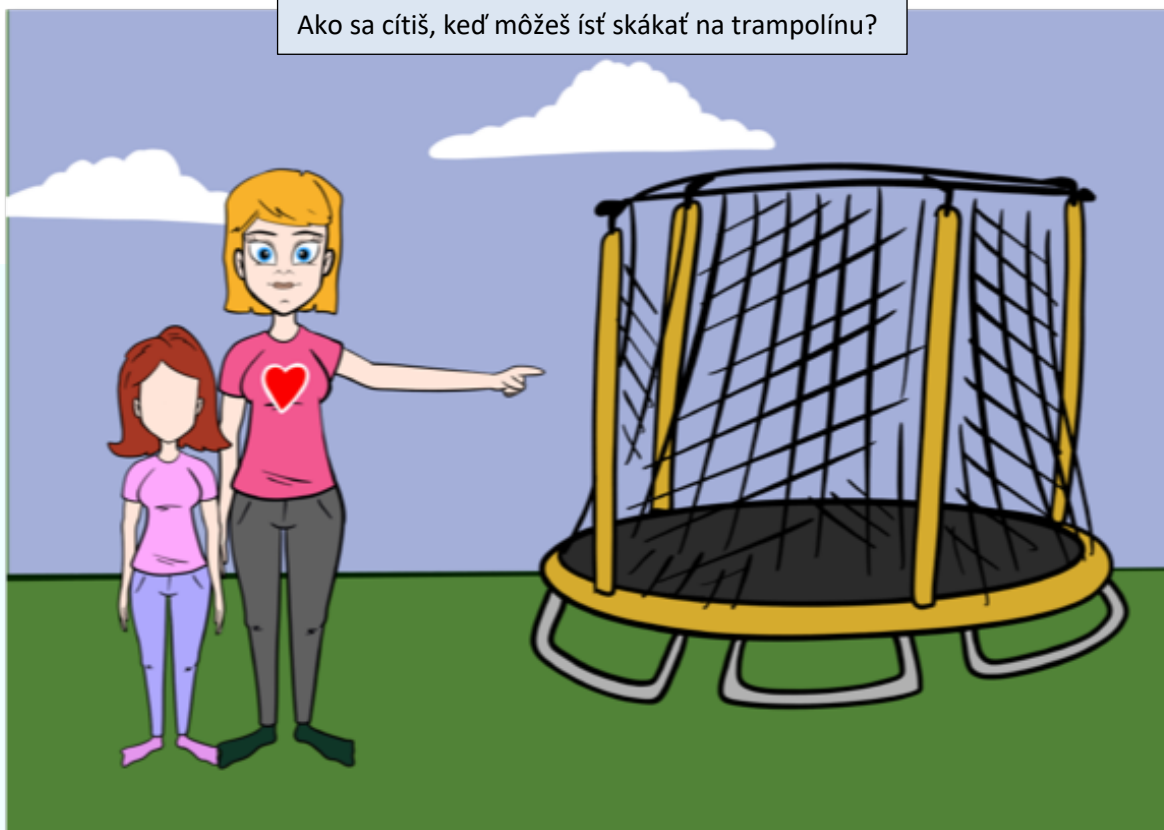


Príloha 5

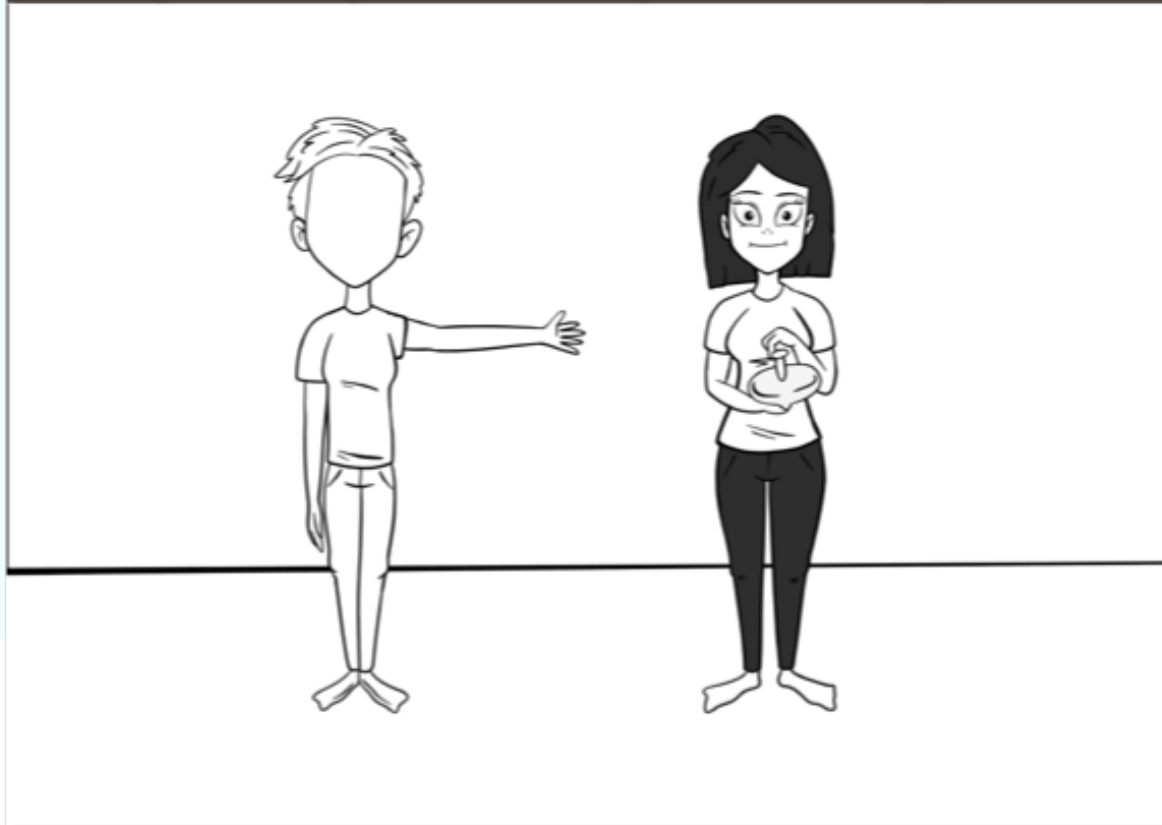
Ako sa cítiš, keď môžeš ísť skákať na trampolínu?



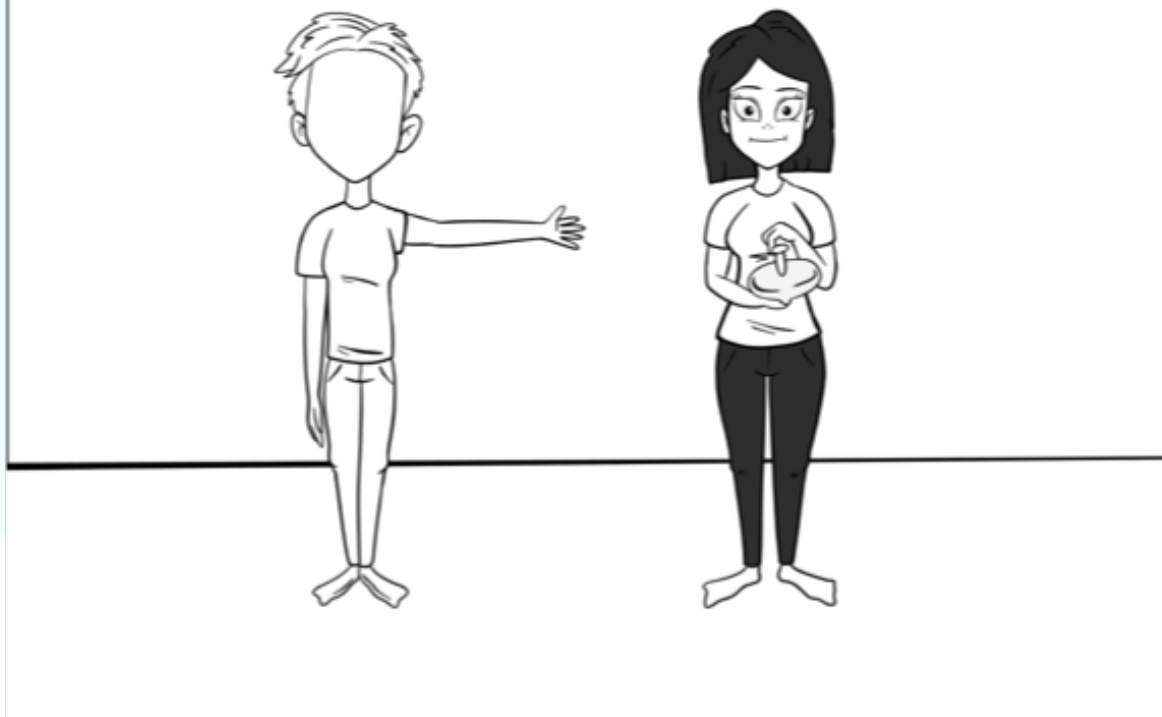
Ako sa cítiš, keď môžeš ísť skákať na trampolínu?

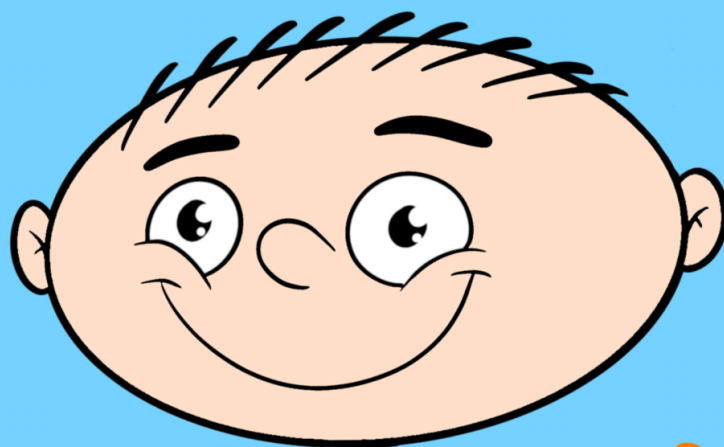


Ako sa cítiš, keď sa nemôžeš hrať s hračkou, lebo sa s ňou hrá niekto iný?

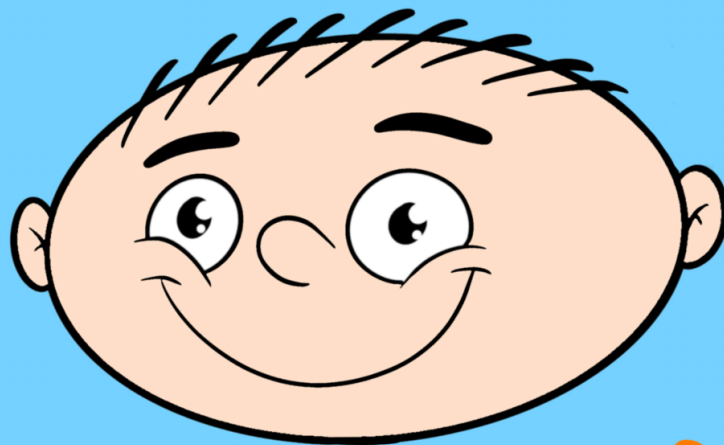


Ako sa cítiš, keď sa nemôžeš hrať s hračkou, lebo sa s ňou hrá niekto iný?





Aukid



Aukid