Podporné **TRIEDY**

VIAABA

KAŽDÉ DIEŤA MÔŽE USPIEŤ

Praktická príručka pre učiteľov pri podpore žiakov s autizmom alebo iným neurovývinovým postihom v bežnej škole



www.viaaba.sk

Obsah:

PREDHOVOR

O projekte Podporné triedy
Ako pracovať s touto príručkou

I. PODMIENKY PRE ÚSPECH

1. Inklúzia začína vytvorením podmienok pre úspech

- Byť v triede neznamená byť jej súčasťou
- Každé dieťa sa učí trochu inak
- Štyri otázky, ktoré si učiteľ môže položiť každý deň

II. DOBRÝ ZAČIATOK ROZHODUJE

2. Príprava dieťaťa na nástup do školy

- Spoznajte dieťa ešte pred nástupom
- Prvý kontakt so školou
- Ako pripraviť školské prostredie
- Ako pripraviť spolužiakov

3. Prvé dni v triede

- Najprv vytvárame pocit bezpečia
- Pozorujte viac ako učte
- Vytvárajte príležitosti na úspech
- Menej slov, viac modelovania
- Podporujte vzťahy so spolužiakmi

III. PODPORA UČENIA A KOMUNIKÁCIE

4. Komunikácia - keď dieťa nerozumie alebo nevie povedať

- Prečo je komunikácia základom učenia
- Hovorte jednoducho
- Vytvárajte príležitosti na komunikáciu
- Prijímajte všetky funkčné spôsoby komunikácie

IV. KEĎ SA OBJAVÍ NÁROČNÉ SPRÁVANIE

9. Náročné správanie je často forma komunikácie

- Za každým správaním je dôvod
- Ako pozorovať správanie
- Model ABC
- Funkcia správania
- Ako vyberať vhodné stratégie podpory

V. ČO MÔŽETE UROBIŤ UŽ ZAJTRA

Desať jednoduchých krokov, ktoré môže začať robiť každý učiteľ

1. Každý deň ponúknite dieťaťu niečo, čo ho baví
2. Povedzte dieťaťu, čo ho čaká
3. Dávajte krátke pokyny
4. Všímajte si úspechy
5. Pomôžte dieťaťu správne odpovedať
6. Vytvárajte príležitosti na komunikáciu
7. Zapojte spolužiakov
8. Pozorujte, čo funguje
9. Pri náročnom správaní sa najprv zastavte
10. Na konci dňa si položte jednu otázku: Čo dnes dieťaťu najviac pomohlo uspieť?

ZÁVER

- Pamätajte
- Na záver
- O publikácii
- Poďakovanie

Predhovor

O projekte Podporné triedy

Každé dieťa prichádza do školy s inými skúsenosťami, zručnosťami a potrebami. Niektoré deti sa nové veci učia prirodzene pozorovaním ostatných, iné potrebujú viac času, jasnejšiu štruktúru alebo individuálnu podporu. Platí to najmä pre deti s autizmom a narušeným vývinom reči, pre ktoré môže byť prostredie bežnej triedy spočiatku veľmi náročné.

Projekt **Podporné triedy** vznikol s cieľom pomôcť školám vytvárať také podmienky, aby sa aj tieto deti mohli aktívne zapájať do života triedy, rozvíjať svoje komunikačné, sociálne a školské zručnosti a postupne sa stávať čo najsamostatnejšími.

Počas jedného školského roka sme spolupracovali so základnými školami na Slovensku. Naša podpora neprebiehala iba formou jednorazových školení. Pravidelne sme navštevovali triedy, pozorovali vyučovanie, spolupracovali s učiteľmi, asistentmi, odbornými zamestnancami aj rodičmi a spoločne hľadali praktické riešenia situácií, ktoré prináša každodenný školský život.

Táto príručka je jedným z výstupov projektu. Vznikla zo skúseností získaných priamo v školských triedach a prepája ich s poznatkami vývinovej psychológie a aplikovanej behaviorálnej analýzy (ABA). Nájdete v nej odporúčania, ktoré možno jednoducho zaviesť do každodennej praxe, aj anonymizované príklady zo situácií, ktoré sme počas projektu spoločne riešili.

Aj keď v príručke sme sa venovali najmä podpore detí s autizmom a narušeným vývinom reči, to čo v nej píšeme, by mohlo byť užitočné pre deti s ADHD, s úzkosťou, so slabými sociálnymi zručnosťami, s odlišným tempom učenia, a napokon aj mnohé typicky sa vyvíjajúce deti.

Veríme, že inklúzia je každodenná práca na vytváraní prostredia, v ktorom sa každé dieťa môže cítiť bezpečne, rozumie tomu, čo sa od neho očakáva, zažíva úspech a môže naplno rozvíjať svoj potenciál.

Ako pracovať s touto príručkou

Každé dieťa je jedinečné. Ani táto príručka neponúka univerzálne riešenia, ktoré budú fungovať rovnako u všetkých detí. Jej cieľom je ponúknuť spôsob premýšľania o podpore dieťaťa a praktické stratégie, ktoré môžete prispôsobiť potrebám konkrétneho žiaka aj podmienkam vašej triedy. Niektoré odporúčania využijete hneď, iné možno až neskôr, keď dieťa lepšie spoznáte.

Pri čítaní celej príručky sa opakuje jedna základná myšlienka:

Skôr ako sa budeme snažiť meniť správanie dieťaťa, pozrime sa na to, ako môžeme upraviť prostredie, spôsob komunikácie alebo našu podporu tak, aby dieťa mohlo byť úspešné.

Mnohé situácie, ktoré na prvý pohľad vyzerajú ako neposlušnosť alebo nezáujem, vznikajú preto, že dieťa nerozumie očakávaniam, nevie vyjadriť svoju potrebu, je preťažené množstvom podnetov alebo ešte nemá zručnosti, ktoré sa od neho v škola očakávajú. Naším cieľom preto nie je dieťa „napraviť“, ale vytvoriť podmienky, v ktorých sa môže učiť nové zručnosti.

Každá kapitola má podobnú štruktúru:

- **Prečo je téma dôležitá** – stručné vysvetlenie súvislostí.
- **Ako môžeme dieťa podporiť** – konkrétne stratégie využiteľné priamo v triede.
- **Príklad z triedy** – anonymizovaná situácia z praxe.
- **Na čo si dať pozor** – najčastejšie chyby, ktorým sa je lepšie vyhnúť.
- **Skúste tento týždeň** – jednoduché kroky, ktoré môžete zaviesť okamžite.

Nemusíte meniť všetko naraz. Vyberte si jednu alebo dve stratégie, ktoré sú pre dieťa vo vašej triede práve teraz najdôležitejšie. Pozorujte, čo funguje, čo dieťaťu pomáha a čo potrebuje ešte upraviť. Malé, premyslené zmeny bývajú často začiatkom veľkých pokrokov.

I. Podmienky pre úspech

1. Inklúzia začína vytvorením podmienok pre úspech

Byť v triede ešte neznamená byť jej súčasťou

Inklúzia neznamená to, že dieťa sedí v tej istej triede ako jeho spolužiaci. Skutočná inklúzia znamená, že sa aktívne zapája do učenia, rozumie tomu, čo sa v triede deje, vytvára vzťahy so spolužiakmi a zažíva pocit úspechu.

Dieťa môže byť fyzicky prítomné v triede, no napriek tomu nemusí rozumieť pokynom, nemusí vedieť požiadať o pomoc alebo sa môže cítiť osamelo. Na druhej strane, aj malé úpravy prostredia, komunikácie alebo organizácie vyučovania môžu výrazne zvýšiť jeho samostatnosť aj zapojenie do života triedy.

Úlohou inklúzie je vytvoriť také podmienky, aby sa mohlo učiť a napredovať spolu so svojimi spolužiakmi.

Každé dieťa sa učí trochu inak

Deti sa od seba prirodzene líšia. Niektoré si nové informácie osvojujú rýchlo pozorovaním ostatných, iné potrebujú viac času, viac opakovaní alebo jasnejšie usporiadané prostredie.

Pri deťoch s autizmom alebo narušeným vývinom reči môžu byť tieto rozdiely oveľa výraznejšie. Môžu mať napríklad ťažkosti:

- porozumieť dlhším alebo skupinovým pokynom,
- orientovať sa v nových situáciách,
- začať komunikáciu alebo požiadať o pomoc,
- zvládať nečakané zmeny,
- zapájať sa do spoločných aktivít so spolužiakmi,
- regulovať svoje emócie pri záťaži.

Zároveň má však každé dieťa svoje silné stránky, záujmy a schopnosti, o ktoré sa môžeme pri učení oprieť. Neexistuje univerzálny postup, ktorý bude fungovať u všetkých detí. Úspešná podpora vždy vychádza z poznania konkrétneho dieťaťa.

Keď dieťa nespolupracuje, odmieta úlohu alebo reaguje náročným správaním, je prirodzené hľadať príčinu v samotnom dieťati a dať jej nejakú nálepku „Je lenivý." „Neposlušný.", „Nezáleží mu na tom."

Často však problém nespočíva v tom, že dieťa nechce spolupracovať. Možno:

- nerozumie tomu, čo sa od neho očakáva,
- nevie, ako úlohu začať,
- úloha je pre dieťa príliš náročná alebo dlhá,
- je preťažené hlukom alebo množstvom podnetov,
- nevie požiadať o pomoc,
- ešte nemá osvojené zručnosti, ktoré splnenie úlohy vyžaduje.

Ak zmeníme podmienky v ktorých sa učenie odohráva, veľmi často sa zmení aj správanie dieťaťa. Práve preto sa v celej príručke opakovane vraciame k jednej jednoduchej otázke: **Ako môžeme zmeniť prostredie, alebo naše vlastné správanie, aby dieťa mohlo byť úspešné?**

Štyri otázky, ktoré si môže učiteľ položiť každý deň

1. Rozumie dieťa tomu, čo sa práve deje?
2. Vie, čo sa od neho očakáva?
3. Dokáže povedať alebo ukázať, keď potrebuje pomoc alebo prestávku?
4. Zažíva počas dňa dostatok úspechu?

Ak na niektorú z týchto otázok odpovieme „nie", pravdepodobne práve tam treba začať.

PRÍKLAD Z TRIEDY

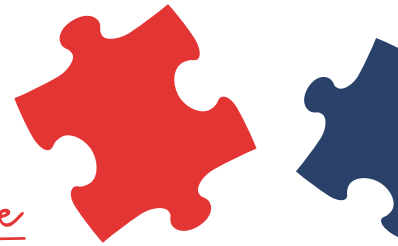
V jednej z tried pani učiteľka opisovala žiaka ako „nesústredeného" a „neochotného spolupracovať". Pri pozorovaní sme si všimli, že väčšina problémov sa objavovala po skupinových pokynoch. Keď pani učiteľka žiakovi zadávala individuálne pokyny, pracoval samostatne a pokojne. Pritom sa nezmenilo dieťa, zmenil sa spôsob zadávania úloh.

NA ČO SI DAŤ POZOR

- Neporovnávajte dieťa s ostatnými žiakmi - sledujte jeho vlastný pokrok.
- Nepredpokladajte, že dieťa rozumie len preto, že počúva alebo opakuje slová.
- Náročné správanie nevnímajte ako neposlušnosť bez toho, aby ste sa zamysleli nad jeho príčinou.
- Nesnažte sa meniť všetko naraz. Malé zmeny bývajú najúčinnejšie.

SKÚSTE TENTO TÝŽDEŇ

- Vyberte si jedného žiaka a počas jedného dňa pozorujte nielen jeho správanie, ale aj situácie, ktoré mu pomáhajú uspieť.
- Zamyslite sa, pri ktorých aktivitách je najúspešnejší a čo k tomu prispieva.
- Položte si otázku: **„Čo môžem zajtra urobiť inak, aby bolo pre toto dieťa jednoduchšie zapojiť sa do učenia?"**



II. Dobrý začiatok rozhoduje

2. Príprava dieťaťa na nástup do školy

ÚSPEŠNÝ ZAČIATOK SA NEZAČÍNA PRVÝM ZVONENÍM

Prvé dni v škole bývajú náročné pre každé dieťa. Nové prostredie, noví ľudia, nové pravidlá a množstvo neznámych situácií predstavujú veľkú zmenu. Pre dieťa s autizmom alebo narušeným vývinom reči môže byť táto zmena ešte náročnejšia. Mnohé deti nerozumejú tomu, čo ich čaká, nevedia predvídať priebeh dňa a nemajú ešte vytvorené zručnosti, ktoré škola prirodzene vyžaduje.

Dobrou správou je, že mnohým ťažkostiam sa dá predísť ešte pred nástupom do školy. Nie je potrebné pripraviť všetko dokonale. Často stačí niekoľko premyslených krokov, ktoré dieťaťu pomôžu cítiť sa bezpečnejšie, lepšie porozumieť tomu, čo ho čaká, a úspešne zvládnuť prvé dni.

Cieľom prípravy je vytvoriť také podmienky, aby sa dieťa mohlo cítiť v triede dobre hneď od začiatku.

Spoznajte dieťa ešte pred nástupom

Každé dieťa prichádza do školy s vlastnými skúsenosťami, záujmami aj spôsobom učenia. Čím viac informácií má škola ešte pred nástupom dieťaťa, tým jednoduchšie dokáže pripraviť prostredie, ktoré podporí jeho úspech.

Ak je to možné, odporúčame ešte pred začiatkom školského roka zorganizovať spoločné stretnutie rodičov, triedneho učiteľa, asistenta a ďalších odborníkov, ktorí budú dieťa podporovať.

Pri stretnutí môže byť užitočné zamerať sa najmä na praktické otázky.

- Čo dieťa najviac baví?
- Na aké situácie často reaguje prejavmi frustrácie?
- Ako najčastejšie komunikuje keď niečo nevie alebo potrebuje pomoc?
- Ako spoznáme, že je unavené alebo preťažené?
- Ako mu môžeme pomôcť, keď niečomu nerozumie?
- Aké stratégie sa osvedčili doma alebo v materskej škole?
- Aké sú naše spoločné ciele na prvé týždne v škole?

Prvý kontakt so školou

Prvý kontakt so školou by mal byť pre dieťa príjemným zážitkom. Ak je to možné, dieťa by s rodičom malo navštíviť školu ešte pred začiatkom školského roka. Krátke návštevy bez požiadaviek môžu dieťaťu veľmi pomôcť.

Spoločne si môžu pozrieť budovu, triedu, školský dvor alebo jedáleň. Dovoľte dieťaťu objavovať nové prostredie vlastným tempom a vytvárajte príjemné zážitky.

Je dôležité, aby si dieťa zo školy odnieslo pocit, že je to miesto, kde sa cíti vítané a bezpečne.

Pomôžte dieťaťu spoznať školské prostredie. To, čo je pre dospelého samozrejmé, môže byť pre dieťa úplne nové. Pred nástupom je preto vhodné postupne zoznamovať dieťa s tým,

- ako vyzerá školský deň,
- kde si odloží veci,
- kde bude sedieť,
- kde sa môže napiť,
- kam pôjde na obed,
- kde nájde toaletu,
- kto mu môže pomôcť.

Čím menej neznámych situácií dieťa zažíva, tým viac energie môže venovať učeniu.

Doma si rodič môže pripraviť jednoduchú **knižku o škole** s fotografiami školy, triedy, pani učiteľky, asistentky, šatne alebo ihriska. Knižku si doma dieťa môže pravidelne prezerať, rozprávať sa o jednotlivých miestach a spájať si ju s príjemnými aktivitami. Takto sa škola postupne stáva známym prostredím ešte pred prvým školským dňom.

PRÍKLAD Z TRIEDY

U jedného z detí mamina niekoľko týždňov pred nástupom pripravila jednoduchú fotoknihu o škole. Chlapec si ju doma pravidelne prezeral spolu s mamou a postupne sa učil pomenovať jednotlivé priestory aj ľudí. Vďaka tomu bolo prostredie školy pri nástupe oveľa známejšie a menej stresujúce.

Ako pripraviť školské prostredie

PREMYSLITE SI PRVÉ DNI

Počas prvých dní býva prirodzené chcieť dieťa čo najrýchlejšie naučiť pravidlá. Niekedy je však užitočnejšie najprv premyslieť, v ktorých situáciách môže byť úspešné.

ZISTITE, ČO DIEŤA MOTIVUJE

Každé dieťa má svoje obľúbené činnosti, hračky, témy alebo ľudí. Práve tieto záujmy môžu byť pri adaptácii veľmi cenným pomocníkom. Ešte pred nástupom do školy je užitočné spoločne s rodičmi vytvoriť zoznam vecí, ktoré má dieťa rado. Môžu to byť obľúbené rozprávky, knihy, pesničky, hry, výtvarné aktivity, pohybové hry alebo špecifické záujmy.

Tieto informácie vám veľmi pomôžu pri plánovaní aktivít aj pri budovaní vzťahu s dieťaťom.

PRÍKLAD Z TRIEDY

U jedného žiaka sme zistili, že veľmi rád číta knihy s obľúbenou rozprávkovou postavou. Keď pani učiteľka zaradila práve túto knihu do spoločného čítania, žiak sa spontánne zapojil do aktivity oveľa ochotnejšie než predtým.

Ako pripraviť spolužiakov

Príprava na školu sa netýka iba dieťaťa s autizmom. Rovnako dôležité je pripraviť aj triedny kolektív. Deti prirodzene prijímajú odlišnosti, ak im ich dospelí vysvetľujú pokojne, s rešpektom a primerane ich veku. Rozhovor o tom, že každý človek sa učí trochu iným spôsobom, môže pomôcť vytvoriť atmosféru prijatia ešte pred príchodom nového spolužiaka.

PRÍKLAD Z TRIEDY

Pred nástupom prváka s autizmom pripravila pani učiteľka krátke stretnutie s rodičmi a dieťaťom. Chlapec si prezrel triedu, vyskúšal si sadnúť do lavice a spolu s pani učiteľkou prešiel cestu do jedálne aj na toaletu. O niekoľko dní prišiel do školy pokojnejší, pretože už vedel, čo môže očakávať.

Podobne učiteľka pripravila aj triedu. So žiakmi sa rozprávala o tom, že každý človek sa učí trochu inak a že niektorí spolužiaci môžu občas potrebovať viac času alebo inú formu pomoci. Prvé dni boli pokojnejšie nielen pre nového žiaka, ale aj pre jeho spolužiakov.

NA ČO SI DAŤ POZOR

- Nespoliehajte sa iba na informácie zo správy z vyšetrenia. Oveľa viac vám o dieťati povedia rodičia a vaše vlastné pozorovanie.
- Nesnažte sa pripraviť dieťa na všetky možné situácie naraz. Postupujte po malých krokoch.
- Nečakajte, že si dieťa všetko zapamätá po jednej návšteve školy.
- Nepredpokladajte, že všetky deti s autizmom potrebujú rovnakú podporu.

SKÚSTE TENTO TÝŽDEŇ

Pred príchodom nového žiaka si skúste spoločne s kolegami odpovedať na tri otázky:

- Čo môžeme urobiť, aby sa dieťa už v prvý deň cítilo bezpečne?
- Ako mu umožníme požiadať o pomoc?
- Pri ktorej aktivite môže zažiť svoj prvý úspech?

3. Prvé dni v triede

PRVÉ DNI ROZHODUJÚ O TOM, AKO SA BUDE DIEŤA CÍTIŤ V ŠKOLE

Prvé dni v škole sú obdobím, počas ktorého si dieťa vytvára pocit bezpečia, spoznáva nové prostredie a učí sa, čo môže od školy očakávať.

Pre mnohé deti s autizmom alebo narušeným vývinom reči je škola miestom plným nových ľudí, zvukov, pravidiel a nepredvídateľných situácií. To, čo dospelí považujú za bežnú súčasť školského dňa, môže byť pre dieťa veľkou záťažou.

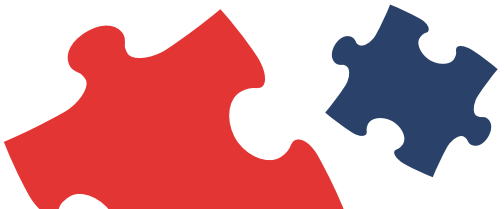
Preto nie je cieľom prvých dní zvládnuť učivo alebo naučiť všetky pravidlá. Dôležitejšie je, aby dieťa získalo skúsenosť: *„V škole to zvládnem. Sú tu ľudia, ktorí mi pomôžu. Rozumiem tomu, čo sa odo mňa očakáva.“*

Najprv vytvárame pocit bezpečia

Dieťa sa najlepšie učí vtedy, keď sa cíti bezpečne. To neznamená, že musí byť stále pokojné alebo usmiate. Znamená to, že postupne začína rozumieť prostrediu a vie predvídať, čo sa bude diať.

K pocitu bezpečia pomáha napríklad:

- privítanie rovnakým spôsobom každý deň,
- stála lavica alebo miesto v triede,
- jasná denná rutina,
- krátke a zrozumiteľné pokyny,
- pokojný spôsob komunikácie,
- možnosť obrátiť sa na známeho dospelého.



Pozorujte viac ako učte

Počas prvých dní sa snažíme dieťa čo najlepšie spoznať.

- Kedy sa dieťa zapája spontánne?
- Pri akých aktivitách je pokojné?
- Ktoré časti dňa zvláda bez problémov?
- Čo ho motivuje?
- Kedy sa objavujú prvé známky nepohody?
- Ako dáva najavo, že potrebuje pomoc?
- Čo mu pomáha znovu sa sústrediť?

Tieto pozorovania budú v ďalších týždňoch oveľa cennejšie ako snaha zvládnuť všetky pravidlá naraz.

Vytvárajte príležitosti na úspech

Každé dieťa potrebuje zažiť, že sa mu darí. Preto je dobré cielene zaradiť už v prvých dňoch aktivity, pri ktorých môže byť úspešné.

Môže ísť o:

- úlohy primerané jeho zručnostiam,
- aktivity vychádzajúce z jeho záujmov,
- jednoduché úlohy, ktoré zvládne samostatne,
- situácie, v ktorých môže niekomu pomôcť.

Ak dieťa rado:

- pomenúva obrázky, pýtajte sa práve na ne.
- imituje pohyby, využívajte pohybové hry.
- rozdáva predmety, môže pomáhať učiteľovi pripravovať pomôcky.

Ak dieťa zažije v prvých dňoch úspech, oveľa ľahšie si vytvorí pozitívny vzťah ku škole.

PRÍKLAD Z TRIEDY

U jedného žiaka sme si všimli, že veľmi dobre a rád napodobňuje pohyby dospelých aj detí. Pani učiteľka preto počas ranného kruhu častejšie využívala gestá, dramatizáciu a jednoduché pohybové úlohy. Dieťa sa do spoločnej aktivity zapájalo oveľa ochotnejšie a dlhšie udržalo pozornosť.

Takéto skúsenosti budujú motiváciu, sebadôveru aj ochotu spolupracovať.

Menej slov, viac modelovania

Začiatok školského roka býva plný vysvetľovania. Dieťa s autizmom však nemusí spracovať dlhé slovné pokyny alebo si ich zapamätať.

Často pomáha, keď:

- pokyn rozdelíme na menšie kroky,
- ukážeme dieťaťu, čo má robiť,
- používame rovnaké formulácie,
- doplníme pokyn gestom alebo obrázkom,

Jasná komunikácia znižuje neistotu a pomáha dieťaťu byť samostatnejšie.

PRÍKLAD Z TRIEDY

Žiak v triede spoľahlivo plnil individuálne pokyny, ale nereagoval na skupinové inštrukcie. Namiesto opakovania pokynu sme ho učili pozorovať spolužiakov. Keď pani učiteľka povedala: „Upraceme hračky," asistentka namiesto ďalšieho vysvetľovania jemne upozornila dieťa: „Pozri, čo robia deti." Postupne žiak začal skupinové pokyny plniť samostatnejšie.

Podporujte vzťahy so spolužiakmi

Pocit, že patrím do triedy, nevzniká len medzi dieťaťom a učiteľom. Vzniká najmä medzi deťmi navzájom. Počas prvých dní preto vytvárajme situácie, v ktorých môžu spolužiaci prirodzene spolupracovať. Zo začiatku neočakávajme zložité sociálne hry.

Stačí, keď deti:

- spolu stavajú stavebnicu,
- pozerajú jednu knižku,
- kreslia vedľa seba,
- rozdávajú pomôcky,
- spoločne upratujú.

Priateľstvá vznikajú zo spoločných pozitívnych skúseností.

PRÍKLAD Z TRIEDY

Počas prvého týždňa pani učiteľka pozorovala, že nový žiak sa počas skupinových aktivít často stiahol do úzadia. Namiesto toho, aby ho opakovane vyzývala zapojiť sa, pripravila jednoduchú úlohu vo dvojici s pokojnejším spolužiakom. Aktivita bola krátka, mala jasný začiatok aj koniec a obaja chlapci dostali konkrétne role. Po niekoľkých dňoch začal žiak vyhľadávať tohto spolužiaka aj počas prestávok. Nebolo potrebné ho presviedčať, aby sa zapojil. Potreboval iba prvú pozitívnu skúsenosť.

NA ČO SI DAŤ POZOR

- Nepokúšajte sa naučiť všetky pravidlá počas prvého týždňa.
- Nepovažujte pokojné správanie automaticky za znak toho, že dieťa všetkému rozumie.
- Všímajte si situácie, v ktorých sa dieťaťu darí.
- Neporovnávajte tempo adaptácie s ostatnými deťmi.

SKÚSTE TENTO TÝŽDEŇ

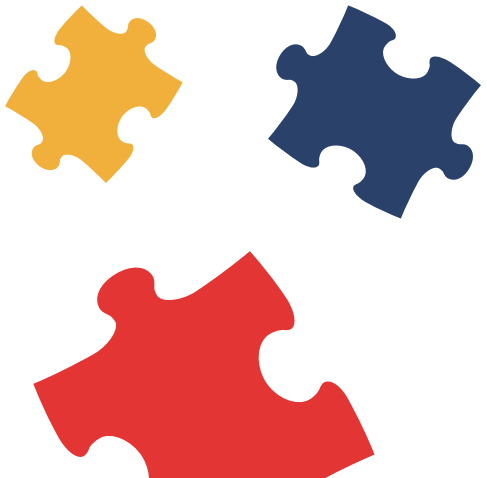
Vyberte si jednu situáciu počas dňa, v ktorej môže dieťa s veľkou pravdepodobnosťou zažiť úspech.

Počas nasledujúcich dní pozorujte:

- Čo mu pomohlo uspieť?
- Čo ste urobili vy?
- Čo môžeme z tejto situácie využiť aj pri ďalších aktivitách?

DOBRÝ PRVÝ TÝŽDEŇ NEZNAMENÁ DOKONALÝ PRVÝ TÝŽDEŇ

Ak dieťa počas prvých dní odmieta niektoré aktivity alebo potrebuje viac podpory, neznamená to, že inklúzia zlyháva. Adaptácia je proces. Niektoré deti potrebujú niekoľko dní, iné niekoľko týždňov. Dôležité nie je to, ako rýchlo si zvyknú, ale či postupne pribúdajú situácie, v ktorých sa cítia istejšie, lepšie rozumejú prostrediu a dokážu sa aktívnejšie zapájať.



III. Podpora učenia a komunikácie

4. Komunikácia - keď dieťa nerozumie alebo nevie povedať

Prečo je komunikácia základom učenia

Komunikácia je základom učenia aj vzťahov. V škole dieťa každý deň počúva desiatky inštrukcií, odpovedá na otázky, pýta si pomoc, spolupracuje so spolužiakmi a učiteľmi. Väčšina detí sa tieto zručnosti učí prirodzene. Pre dieťa s autizmom alebo narušeným vývinom reči však môžu byť mnohé komunikačné situácie veľmi náročné.

Dieťa, ktoré dokáže vyjadriť svoje potreby, čo chce, čo nechce, je pre ostatných čitateľnejšie a prežíva menej frustrácie. Naopak, ak dieťa nevie svoje potreby vyjadriť, môže používať iné spôsoby komunikácie – napríklad odchod z aktivity, plač, krik alebo odmietanie spolupráce.

Deti s autizmom alebo narušeným vývinom reči nemusia napríklad vedieť:

- požiadať o pomoc,
- odmietnuť aktivitu,
- niečo si vypýtať,
- upozorniť na problém,
- podeliť sa o zážitok,
- odpovedať na otázku,
- nadviazať kontakt so spolužiakom.

Dieťa môže komunikovať aj bez slov, každé správanie nám môže niečo hovoriť.

Dieťa	Môže tým hovoriť
odchádza od úlohy	potrebujem prestávku
zakrýva si uši	je tu príliš veľký hluk
odstrčí zošit	nerozumiem úlohe
plače	potrebujem pomoc

Ak najprv porozumieme tomu, čo nám dieťa správaním vyjadruje, oveľa ľahšie ho môžeme naučiť vhodnejší spôsob komunikácie.



Hovorte jednoducho

Počas vyučovania často používame dlhé vysvetlenia. Dieťa s autizmom alebo s narušeným vývinom reči však môže zachytiť iba časť informácií.

Pomáha preto:

- hovoriť krátkymi vetami,
- dávať jeden pokyn naraz,
- používať stále rovnaké formulácie,
- po pokyne chvíľu počkať,
- ukázať, čo myslíme.

Menej slov často znamená , že dieťa bude lepšie rozumieť.

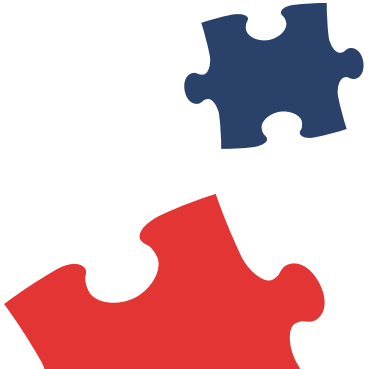
Vytvárajte príležitosti na komunikáciu

Komunikácia sa nerozvíja len tým, že dieťaťu kladieme otázky. Rozvíja sa vtedy, keď má dôvod niečo povedať alebo ukázať. Počas školského dňa vzniká veľa prirodzených príležitostí.

Napríklad:

- pomôcky sú pripravené tak, aby si ich dieťa muselo vypýtať,
- učiteľ chvíľu počká namiesto toho, aby hneď pomohol,
- dieťa si môže vybrať z dvoch možností,
- potrebuje požiadať o ďalší papier alebo pastelku.

Ide o to, aby dieťa malo počas dňa veľa dôvodov komunikovať.



Prijímajte všetky funkčné spôsoby komunikácie

Nie všetky deti dokážu komunikovať slovami, v tom prípade pomôžte dieťaťu komunikovať iným spôsobom

- gestá,
- ukazovanie,
- obrázky,
- komunikačné knihy,
- komunikačné aplikácie,
- písanie,
- jednotlivé slová.

Ak dieťa dokáže vhodným spôsobom vyjadriť svoju potrebu, je to úspech.

PRÍKLAD Z TRIEDY

Počas vyučovania žiačka opakovane vstávala z lavice a chodila za pani učiteľkou. Učiteľka ju vždy poslala späť na miesto. Pri pozorovaní sme si všimli, že dievčatko potrebovalo pomoc s úlohami, ale nevedelo o ňu požiadať. Spoločne sme ju naučili zodvihnúť ruku a potom povedať pani učiteľke „Pomôž". Po niekoľkých dňoch prestala vstávať z lavice. Keď niečomu nerozumela, zodvihla ruku a počkala na pomoc. Jej potreba sa nezmenila, zmenil sa spôsob, akým ju vedela vyjadriť.

NA ČO SI DAŤ POZOR

- Nekladťe dieťaťu veľa otázok, ak si nie ste istí, že na ne dokáže odpovedať.
- Nedokončujte všetko za dieťa skôr, ako dostane príležitosť reagovať.
- Nepredpokladajte, že rozumie všetkému, čo hovoríte.
- Všímajte si u dieťaťa aj gestá, pohľad, mimiku a ďalšie spôsoby komunikácie.

SKÚSTE TENTO TÝŽDEŇ

Počas jedného dňa si skúste zapisovať:

- Koľkokrát dieťa samo iniciovalo komunikáciu?
- V akých situáciách sa to stalo?
- Čo urobil dospelý tesne predtým?

Možno zistíte, že najviac komunikácie vzniká vtedy, keď dieťa dostane čas, priestor a skutočný dôvod niečo vyjadriť.

Dieťa bude komunikovať najviac vtedy, keď bude mať dôvod komunikovať, bude vedieť ako komunikovať a stretne sa s človekom, ktorý jeho komunikáciu vníma a reaguje na ňu.



IV. Keď sa objaví náročné správanie

9. Náročné správanie je často forma komunikácie

Za každým správaním je dôvod

Každý učiteľ zažije situácie, keď dieťa kričí, odmieta spolupracovať, odchádza z miesta, plače alebo reaguje spôsobom, ktorý narúša vyučovanie. V takých chvíľach je prirodzené premýšľať: *„Čo mám robiť, aby sa dieťa takto nesprávalo?"* Užitočnejšia otázka však je: **„Čo sa nám tým dieťa snaží povedať?"**

Správanie totiž nevzniká náhodne. Každé správanie má svoj dôvod. Niečo mu predchádza a niečo dieťaťu prináša. Keď tomuto dôvodu porozumieme, oveľa ľahšie nájdeme spôsob, ako dieťa podporiť.

Správanie nie je problém. Problém je situácia, ktorú dieťa nevie zvládnuť inak.

Keď dieťa nevie povedať:

- „Nerozumiem."
- „Je toho na mňa veľa."
- „Potrebujem prestávku."
- „Neviem to urobiť."
- „Pomôž mi."

môže namiesto slov použiť správanie. Snažme sa pochopiť, **akú potrebu vyjadruje,** a naučiť dieťa vhodnejší spôsob, ako ju dosiahnuť.

Ako pozorovať správanie

Keď sa objaví náročné správanie, pomáha na chvíľu prestať hodnotiť a začať pozorovať.

Skúste si položiť tri jednoduché otázky:

ČO SA STALO TESNE PREDTÝM?

Akú úlohu dieťa dostalo?

Nastala nejaká zmena?

Bol hluk?

Muselo na niečo čakať?

AKO PRESNE SPRÁVANIE VYZERALO?

Nie: „Bol agresívny." Ale: „Odhodil ceruzku, kričal a vybehol z triedy."

Čím presnejšie správanie opíšeme, tým ľahšie mu porozumieme.

ČO NASLEDOVALO HNEĎ POTOM?

Čo urobila pani učiteľka?

Čo urobili spolužiaci?

Skončila úloha?

Dostalo dieťa pomoc?

Získalo pozornosť?

MODEL ABC

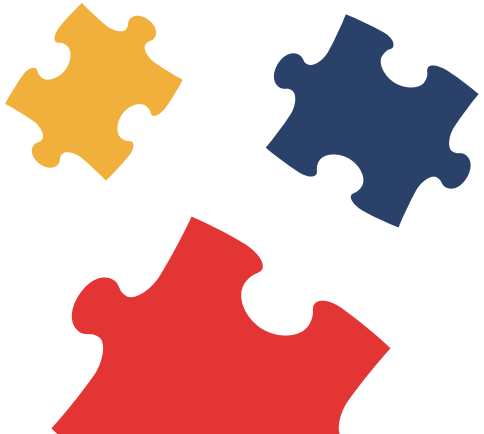
Jednoduchým spôsobom, ako si usporiadať pozorovanie, je model ABC.

A Čo sa dialo tesne pred správaním?

B Ako presne vyzeralo správanie?

C Čo nasledovalo tesne po správaní?

ABC model nám pomôže všimnúť si opakujúce sa situácie a lepšie pochopiť súvislosti.



Funkcia správania

Správanie môže slúžiť rôznym účelom.

Dieťa sa môže snažiť:

- niečo získať,
- niečomu sa vyhnúť,
- získať pomoc,
- získať pozornosť,
- regulovať vlastné prežívanie.

Rovnaké správanie môže mať u rôznych detí úplne odlišný význam.

Napríklad dieťa, ktoré odchádza od stola:

- možno nerozumie úlohe,
- alebo potrebuje pohyb,
- možno je unavené,
- alebo sa vyhýba príliš náročnej práci.

Často nezistíme význam správania podľa toho, **ako vyzerá,** ale podľa toho, **čo mu predchádza a čo po ňom nasleduje.**

Ako vyberať vhodné stratégie podpory

Keď porozumieme funkcii správania, môžeme začať hľadať riešenia.

Veľmi často pomáha:

- upraviť prostredie,
- zjednodušiť pokyny,
- rozdeliť úlohu na menšie kroky,
- pripraviť dieťa na zmenu,
- umožniť požiadať o pomoc,
- učiť nový spôsob komunikácie.

Naším cieľom nie je len zastaviť náročné správanie. Naším cieľom je naučiť dieťa zručnosť, ktorá mu v tej situácii chýba.

PRÍKLAD Z TRIEDY

Počas písania sa jeden žiak pravidelne postavil, zhodil zošit zo stola a odišiel do zadnej časti triedy. Na prvý pohľad sa zdalo, že odmieta pracovať. Všimli sme si, že situácia sa opakovala vždy po tom, keď dostal dlhšiu úlohu na samostatné písanie. Spoločne s pani učiteľkou sme úlohy rozdelili na kratšie časti. Počet odchodov z miesta sa výrazne znížil.

NA ČO SI DAŤ POZOR

- Nepredpokladajte, že poznáte dôvod správania po jednom pozorovaní.
- Nehľadajte príčinu iba v dieťati. Zamyslite sa aj nad prostredím a požiadavkami.
- Nesústreďte sa iba na to, čo chcete odstrániť. Premýšľajte, čo chcete dieťa naučiť namiesto toho.
- Rovnaké riešenie nebude fungovať u každého dieťaťa.

SKÚSTE TENTO TÝŽDEŇ

Vyberte si jednu situáciu, ktorá sa opakuje.

Namiesto otázky: **„Ako tomu zabránim?“** si skúste zapísať:

- Čo sa stalo predtým?
- Ako presne vyzeralo správanie?
- Čo nasledovalo potom?
- Čo sa nám tým možno dieťa snažilo povedať?

Možno zistíte, že správanie, ktoré pôsobilo nepochopiteľne, začne dávať zmysel.

ČO MÔŽETE UROBIŤ UŽ ZAJTRA

Po prečítaní tejto príručky možno máte pocit, že je potrebné zmeniť veľa vecí naraz. Nie je to tak.

Úspešná inklúzia nevzniká z veľkých jednorazových zmien. Vzniká z malých krokov, ktoré robíme každý deň. Každá drobná úprava prostredia, komunikácie alebo organizácie vyučovania môže dieťaťu pomôcť lepšie porozumieť tomu, čo sa deje, cítiť sa istejšie a úspešnejšie sa zapájať do života triedy.

Napríklad:

Malá zmena	**Čo môže priniesť**
kratší pokyn	lepšie porozumenie
vizuálny rozvrh	menej neistoty
naučiť požiadať o pomoc	menej frustrácie
rozdelenie úlohy	viac úspechu
pochvala za snahu	vyššia motivácia

Nemusíte začať všetkým naraz. Vyberte si jednu alebo dve stratégie, ktoré sú pre vaše dieťa práve teraz najdôležitejšie. Pozorujte, ako na ne reaguje, a postupne pridávajte ďalšie.

V. Čo môžete urobiť už zajtra

Ak zajtra urobíte iba týchto desať vecí, už ste začali meniť podmienky pre úspech dieťaťa.

1. Každý deň skúste ponúknuť dieťaťu niečo čo ho baví
Pochopenie jeho záujmov pomáha dieťaťu cítiť sa prijaté.

2. Povedzte dieťaťu, čo ho dnes čaká
Aj jednoduché oznámenie: „Najprv matematika, potom prestávka a potom výtvarná výchova.“ môže výrazne znížiť neistotu.

3. Dávajte krátke pokyny
Namiesto viacerých inštrukcií naraz skúste povedať iba jeden krok a počkajte, kým ho dieťa dokončí.

4. Všímajte si úspechy
Skúste si počas dňa všimnúť a reagovať aspoň tri situácie, v ktorých sa dieťaťu niečo podarilo. Úspech je silná motivácia pre dieťa aj učiteľa!

5. Pomôžte dieťaťu správne odpovedať
Ak vidíte, že dieťa nevie čo má robiť alebo povedať, ponúknite mu pomoc a podporu.

6. Vytvorte príležitosti komunikovať
Vytvárajte príležitosti kde dieťa môže ukázať alebo povedať, že niečo potrebuje. Ak je to potrebné, modelujte mu, ako si má niečo vypýtať.

7. Zapojte spolužiakov
Vytvorte každý deň jednu krátku aktivitu, pri ktorej môže dieťa prirodzene spolupracovať s iným žiakom.

8. Pozorujte, čo funguje
Všímajte si, kedy sa dieťaťu darí a prečo.

9. Ak sa objaví náročné správanie, najprv sa zastavte
Skôr ako zareagujete, položte si otázky: „Čo potrebuje? Čo v tejto situácii nevie spraviť alebo odkomunikovať?“

10. Na konci dňa si položte jednu otázku
Čo dnes dieťaťu najviac pomohlo uspieť? Odpoveď na túto otázku býva často najlepším plánom na ďalší deň.

Pamätajte

Nemusíte byť odborníkom na autizmus, poznať všetky metódy ani mať pripravené riešenie každej situácie. Najdôležitejšie je, aby ste boli zvedaví, ochotní pozorovať a pripravení hľadať spôsoby, ktoré pomôžu konkrétnemu dieťaťu učiť sa a cítiť sa v škole dobre.

Na záver

Byť učiteľom znamená každý deň ovplyvňovať životy detí. Nie vždy vidíme výsledky okamžite. Niekedy sa pokrok ukáže až po týždňoch alebo mesiacoch. Dieťa, ktoré dnes potrebuje veľa podpory, môže o rok zvládať veci, ktoré sa dnes zdajú byť nedosiahnuteľné.

Každá chvíľa, keď sa dieťa cíti prijaté, každá príležitosť uspieť a každý dospelý, ktorý sa snaží porozumieť jeho potrebám, môžu ovplyvniť jeho ďalší život.

Ďakujeme, že ste ochotní hľadať cesty, ako vytvárať školu, v ktorej má svoje miesto každé dieťa.



O tejto publikácii

Táto metodická príručka vznikla ako jeden z výstupov projektu **Podporné triedy,** ktorý realizovalo občianske združenie VIA ABA.

VIA ABA sa dlhodobo venuje podpore detí s autizmom a ďalšími neurovývinovými odlišnosťami, ich rodín, pedagógov a odborných pracovníkov. Našou snahou je prepájať vedecky overené poznatky s každodennou praxou tak, aby boli zrozumiteľné, praktické a využiteľné v prirodzenom prostredí detí – doma, v materských a základných školách.

Projekt **Podporné triedy** vznikol s cieľom podporiť školy pri vytváraní podmienok pre úspešné vzdelávanie detí s autizmom a narušeným vývinom reči v bežných triedach základných škôl. Počas projektu sme spolupracovali s učiteľmi, asistentmi, odbornými zamestnancami aj rodičmi, navštevovali školy, pozorovali vyučovanie a spoločne hľadali praktické riešenia každodenných situácií.

Odporúčania uvedené v tejto príručke vychádzajú zo skúseností získaných počas realizácie projektu, z poznatkov vývinovej psychológie a aplikovanej behaviorálnej analýzy (ABA) a z dlhoročnej klinickej praxe tímu VIA ABA.

Realizáciu projektu finančne podporili **Nadácia Volkswagen Slovakia** a **Mesto Zvolen,** ktorým patrí úprimné poďakovanie za podporu rozvoja inkluzívneho vzdelávania na Slovensku.

Mgr. Zuzana Maštenová, BCBA je psychologička, medzinárodne certifikovaná behaviorálna analytička (BCBA) a spoluzakladateľka občianskeho združenia VIA ABA. Viac ako 20 rokov sa venuje podpore detí s autizmom a ďalšími neurovývinovými odlišnosťami, vzdelávaniu pedagógov a rodičov a zavádzaniu vedecky overených postupov do každodennej praxe škôl a rodín.

Projekt finančne podporili:



Nadácia Volkswagen Slovakia



Mesto Zvolen



VIAABA

KONTAKT:

VIA ABA, o.z
A.Hlinku 2317/34
96 001 Zvolen

tel.: +421 904 489275
e-mail: viaaba@outlook.com
www.viaaba.sk