

CENTRUM PRE DETI A RODINY TOPOĽČANY

ul. Kalinčiakova 4295, 955 01 Topoľčany

PROGRAM

výchovnej práce s dieťaťom



OBSAH

ÚVOD

1. Legislatívne ukotvenie výchovy dieťaťa
 - 1.1. Zákon, Vyhláška, Program centra – citácia
2. Výchova ako hlavný nástroj rozvoja osobnosti dieťaťa v rodine a centre
 - 2.1. Stratégia výchovy, ciele, metódy a formy výchovy
3. Rola rodičov pri výchove dieťaťa umiestneného v centre
 - 3.1. Charakteristika dieťaťa s narušenou vzťahovou väzbou
 - 3.2. Typy rodičov a ich vplyv na prežívanie a správanie dieťaťa
 - 3.3. Odborné poradenstvo rodine pri výchove dieťaťa (Rodinný program v 3 úrovniach verzus Plán činnosti pre rodičov)
4. Role vychovávateľa pri realizácii výchovy dieťaťa v centre
 - 4.1. Všeobecné stratégie podporovania dobrého správania dieťaťa a usmerňovania jeho problematického správania
 - 4.2. Päťdesiat výchovných cieľov ako zabezpečiť rozvoj osobnosti dieťaťa (štandardy)
 - 4.3. Spolupráca odborného tímu s vychovávateľom pri výchove dieťaťa – poradenstvo, vzdelávanie, intervízia na rodinných poradách a i.
 - 4.4. Výchova dieťaťa v prostredí samostatnej skupiny
 - 4.5. Prístupy a taktiky na vytvorenie pozitívnej klímy v skupine
 - 4.6. Pravidlá skupiny
 - 4.7. Režim dňa a jeho význam na prežívanie dieťaťa mimo rodinu
5. Plánovanie výchovnej práce s dieťaťom
 - 5.1. Plán výchovnej práce ako súčasť Individuálneho plánu rozvoja osobnosti dieťaťa
 - 5.1.1. Kompetencie dieťaťa
 - 5.1.2. Vývinové úlohy podľa veku dieťaťa
 - 5.2. Spolupráca odborného tímu na realizácii úloh z Plánu výchovnej práce s dieťaťom
6. Plánovanie práce so samostatne usporiadanou skupinou detí
 - 6.1. Týždňový a mesačný plán aktivít a činností pre podporu vzťahov a rozvoj detí v skupine
 - 6.2. Spolupráca odborného tímu na realizácii aktivít a činností pre deti v skupine

PRÍLOHY

1. Teoretické východiská tvorby Výchovného programu

1.1 Výchova ako cieľ starostlivosti o dieťa

V širšom slova zmysle je výchova rozvoj osobnosti dieťaťa, v užšom slova zmysle je to riadené, odborné, cieľavedomé a plánovité rozvíjanie psychických procesov, funkcií a vlastností dieťaťa. Výchova je najširší termín, zahŕňa v sebe aj vzdelávanie dieťaťa, ktoré sa má chápať ako integrálna súčasť výchovného procesu. Základným znakom výchovy je cieľavedomosť - čím je cieľ výchovy konkrétnejší, tým je lepšia a ľahšia jeho realizácia.

1.2. Stratégia výchovy

Výchova dieťaťa s nariadenou ústavnou starostlivosťou je v centre úzko prepojená s výchovou v domácom prostredí. Stratégia takejto výchovy vyžaduje :

- a) individuálny prístup k dieťaťu
- b) úzku spoluprácu s rodinou na výchove dieťaťa – výchova rodičov k hodnotám a normám
- c) aplikovanie metód humanistickej výchovy v skupine aj v rodine
- d) zážitkové a aktivizujúce metódy a formy výchovnej práce
- e) spoluprácu s ostatnými subjektmi pri výchove dieťaťa

1.3. Ciele výchovy

Výchovou sledujeme rozvoj všetkých zložiek osobnosti dieťaťa, pričom vychádzame z psychických funkcií a špecifických stratégií rozvoja všetkých oblastí osobnosti dieťaťa. Za realizáciu a naplnenie výchovno-vzdelávacích cieľov zodpovedajú vychovávateľ, pomocný vychovávateľ, psychológ a v rozsahu svojich aktuálnych kompetencií aj rodič.

Hlavný cieľ výchovno- vzdelávacej práce sa realizuje v čiastkových cieľoch pri realizácii:

- a) individuálnej výchovy dieťaťa
 - ako riadené a plánované úlohy v Pláne výchovnej práce s dieťaťom, ktoré sa opakujú v závislosti od fyzických, mentálnych a emocionálnych schopností dieťaťa , ktoré sú vyhodnocované v Hodnotiacej správe IPRoDU
 - ako spontánne (a zaznamenávané) úlohy, ktoré dieťa počas voľnočasových aktivít „otvorí“ a potrebuje ich spracovať v Záznamoch o psychickom, fyzickom a sociálnom vývine dieťaťa, v Knihe denného hlásenia (ak to nie je citlivá téma pre dieťa), v zázname o mimoriadnych udalostiach, alebo v Hodnotiacej správe IPRoDU.
- b) skupinovej výchovy detí umiestnených v samostatne usporiadanej skupine
 - ako riadené a plánované úlohy v Pláne činnosti skupiny (aj tlačivo Aktivita)
 - ako spontánne úlohy, ktoré sú pre deti predmetom aktuálneho záujmu na pravidelných komunitách skupiny,
 - ako riadené a plánované úlohy v schválenom Psychologickom programe pre deti

Hlavné ciele výchovnej a vzdelávacej práce s deťmi sú predovšetkým vo vzťahu dieťaťa

- a) k svojej rodine-t. j. porozumieť rodinnej histórii, spracovať ju a prijať ako svoj rodinný systém
- b) k sebe samému – t. j. naučiť sa akceptovať seba, svoj aktuálny vývin a vidieť možnosti ďalšieho rozvoja
- c) spoločnosti – t. j. učiť sa, vzdelávať, pracovať a tak sa stať platným členom rodiny, komunity, spoločnosti

Čiastkové ciele vo vzťahu k dieťaťu :

- samostatnosť dieťaťa v osobnom živote
- schopnosť dokončiť vzdelanie ako hlavný predpoklad budúceho uplatnenia sa na trhu práce
- schopnosť využiť získaných kompetencií (znalosti, vedomosti a poznania v praxi)
- schopnosť osvojiť si potrebné pracovné návyky
- schopnosť autoregulácie a sebaovládania
- schopnosť byť emocionálne vyrovnaný
- schopnosť mať pozitívny náhľad na život, pozitívne myslenie
- schopnosť aktívne sa zapojiť do spoločenského života

Hlavný cieľ a čiastkové ciele sa stanovujú a pravidelne prehodnocujú v Individuálnom pláne rozvoja osobnosti dieťaťa ako aj v Mesačnom pláne činnosti samostatne usporiadanej skupiny.

1.4. Metódy výchovy

Metóda je všeobecnosť cesty, určitý predpis a popis činností, ako od vstupu prísť k výstupu, ako dosiahnuť organizáciu činností tak, aby bol naplnený pozitívny výchovný cieľ. Medzi tradičné výchovné metódy patria :

- a) slovné metódy : vysvetľovanie, presviedčanie, sugerovanie
- b) názorné metódy . ukážky, príklady, demonštrovanie
- c) činnosťno – praktické metódy : tréning, nácvik, cvičenie
- d) hodnotiace metódy – odmena, trest, povzbudenie

1.5. Formy výchovy

Formy výchovy sú spontánne činnosti a organizované pravidelné (dlhodobé) alebo príležitostné (krátkodobé, jednorazové alebo sezónne) činnosti, prostredníctvom ktorých chceme dosiahnuť žiadané ciele. V závislosti od organizovania výchovnej činnosti využívame formu individuálnu, skupinovú a tzv. frontálnu (t.j. forma práce so všetkými deťmi v centra). Vzťah medzi cieľmi výchovy a činnosťami je taký, že jedna činnosť môže naplňať viacero

cieľov, avšak pre potreby odbornej práce má byť zacielenosť činností na ciele veľmi presne vymedzená (napr. výlet do mesta alebo vychádzka nemá byť samoúčelná, ale presne zacielená).

Vo výchovnom procese využívame tieto činnosti :

- učenie sa, vzdelávanie
- hra, vrátane zábavy, rekreačnej, záujmovej činnosti
- práca , vrátane domácich prác
- vychádzka, voľný čas
- kultúrna a umelecká činnosť pasívne aj aktívne
- odpočinok, relaxovanie, regenerácia síl,
- sociálne činnosti, t.j. interakcie s inými deťmi a ľuďmi
- náboženská činnosť

Formy výchovy pri neriadenej spontánnej činnosti:

- odpočinok, čítanie kníh a časopisov,
- tematické hry (domov, rodina, škola, priatelia, život ...)
- konštruktívne hry
- stolné hry, skladanie obrázkov,
- voľné kreslenie, omaľovánky, dopĺňovačky,
- sledovanie TV,
- rozhovory, besedy

Formy výchovy pri organizovanej činnosti :

- vychádzky s cieľným pozorovaním,
- technické práce s rôznymi druhmi materiálu,
- ročné práce s využitím rôznych výtvarných techník,
- besedy, diskusie
- práce s knihou,
- súťaživé hry, didaktické hry,
- hudobno- pohybové hry,
- TV chvíľky,
- športové hry

V práci s deťmi je potrebné štruktúrovať neriadené a organizované riadené činnosti, pomocou ktorých je možné ovplyvňovať a rozvíjať funkcie dieťaťa, zaviesť tzv. **REŽIM DŇA**. V mnohých prípadoch je to presne to, čo deti v rodine nepoznali a preto je spočiatku veľmi náročné ich režimu naučiť a vnímať ho ako niečo zmysluplné pre ich vývin.

2. Role vychovávateľa pre realizácii výchovného procesu

Vychovávateľ je realizátorom výchovného procesu, ktorý môže aktívne ovplyvniť, aby deti dosiahli čo najväčšie pozitíva. Vychovávateľ môže mať jednu alebo viacero rolí ktoré by mal vedieť vychovávateľ kombinovať podľa funkčnosti požiadaviek. Je teda potrebné, aby sa cvičil v používaní rozmanitých rolí vo výchovnej práci:

1. vychovávateľ ako **poradca dieťaťa** – táto rola sa odporúča a je efektívna vo výchovnom procese, v ideálnom prípade sa dieťa môže obrátiť na všetkých vychovávateľov, alebo si vyberá poradcu podľa témy, ktorú rieši,
2. vychovávateľ ako **diagnostik dieťaťa** – táto rola je nevyhnutná pre prácu vychovávateľa pre výber najvhodnejších výchovných postupov, navyše aj dieťa očakáva, že ho vychovávateľ pozná a rozumie mu, avšak nemôže sa stať akýmsi odborníkom na dieťa pred ostatnými vychovávateľmi a nerešpektovať ich diagnostické zistenia,
3. vychovávateľ ako **podnecovateľ a stimulátor** – rola je potrebná a očakávaná hlavne od detí, pričom je potrebné, aby táto funkcia bola využitá pri každom jednom dieťati,
4. vychovávateľ ako **kontrolór** – nie je veľmi odporúčaná, a ako je to nutné, treba však mať úplne jasný dôvod jej využitia,
5. vychovávateľ ako **arbiter v sporoch detí a sporoch s rodičmi** – rola patriaca vedúcemu vychovávateľovi, nie je vhodná pre ostatných vychovávateľov,
6. vychovávateľ ako **vyšetrovateľ** – dieťa by nemalo vychovávateľa takto vnímať, mal by pristupovať k dieťaťu tak, aby jeho otázky chápalo ako hľadanie riešenia ťažkostí dieťaťa,
7. vychovávateľ ako **citový uspokojovač** – rola, ktorá je veľmi častá u detí, ale spája sa s nebezpečenstvom prílišnej citovej závislosti dieťaťa na dospelom, čo nie je najlepším riešením ich vzájomného vzťahu,
8. vychovávateľ ako **vzorový vychovávateľ** – rola, pri ktorej sa dieťa vedome alebo podvedome učí hodnotám a správaniu. Dá sa to dosiahnuť kombináciou rolí vychovávateľa a role rodiča, do ktorej má dieťa možnosť nahliadnuť.

2.1. Všeobecné stratégie podporovania dobrého správania a usmerňovania problematického správania detí

1. Kedykoľvek je možné, ignorujte zlé správanie a zamerajte sa na dobré správanie. Deti túžia po pozornosti. Keď si budete všímať to dobré, čo robia, povzbudí ich to, aby to robili častejšie. Nečakajte však, že sa to stane okamžite.
2. Upevňujte pozitívne správanie odmeňovaním. Ako stimul pozitívneho správania stačí, keď ako odmenu použijete pochvalu a venujete dieťaťu pozornosť. Vychádzka nie je pre dieťa taká odmena, za akú ju považujete. Dieťa by privítalo Vašu spoločnosť v kine, na výlete a podobne viac, ako vychádzku osamote.
3. Kritizujte správanie dieťaťa, nie dieťa samotné. Hovorte : „...*bitie ostatných je zlé, pretože...*“ a nie „*si zlý, pretože biješ ostatných...*“ Deti majú už aj tak narušený sebeobraz a nedostatočné sebavedomie, a externalizácia správania im umožní, aby sa videli oddelene, preto sú schopné robiť veci v budúcnosti inak, pričom nedchádza k ďalšiemu prehlbovaniu ich negatívnych pocitov.

4. Dajte dieťaťu príležitosť, aby sa poučilo.
Dajte deťom možnosť zistiť, že ľudia robia chyby a že to neohrozuje vaše vzájomné vzťahy, ktoré budú pokračovať bez ohľadu na daný incident.
5. Buďte dôslední!
Deti sa potrebujú cítiť bezpečne. Súčasťou tohto pocitu je poznať „pravidlá“.
6. Používajte techniku „odvrátenia pozornosti“ skôr, než dôjde k eskalácii problému
Je lepšie problému sa vyhnúť, ako ho potom riešiť.
7. Jasne stanovte, čo od detí očakávate, ako aj čo sa stane, ak vaše očakávania nesplnia.
Nepredpokladajte, že deti budú automaticky vedieť, čo alebo od nich žiadate. Podrobne a zrozumiteľne im vysvetlite, čo chcete, aby robili. Nestačí napr. povedať „prestaň ma hnevať“ alebo „keď budeš dobrý, budeš sa mať pri mne dobre“. Namiesto toho vysvetlite, čo z toho čo robia, znamená, že vás hnevajú alebo čo z toho, čo robia, znamená, že sú dobrí.
8. Používajte pozitívne formulácie.
Hovorte s deťmi tak, aby zažívali vo výchove, že všetko nie je negatívne, čo prispeje zvýšeniu ich sebavedomia.
9. Ukážte deťom, že jednáte férovo, a dajte im možnosť vysvetliť veci z ich pohľadu.
Deti sa často cítia bezmocné a vystrašené (aj keď to na nich vôbec nemusí byť vidno) a preto potrebujú vidieť, že je možné nadviazať vzťahy s ľuďmi, ktorí ich podporujú a ochraňujú.
10. Vysielajte dobré a pozitívne správy.
Budovaniu sebavedomia detí pomôžete tým, že si budete všímať a komentovať veci, v ktorých sú deti dobré a v ktorých sa prejavuje ich šikovnosť.
11. Dajte dieťaťu možnosť, aby bolo za niečo alebo niekoho zodpovedné.
Deťom sa zvýši sebavedomie, ak nadobudnú pocit dôležitosti zo splnenej úlohy (je dôležité deti pre plnenie úlohy získať a nedávať im ju nasilu)
12. Zvýšte u dieťaťa pocit, že môže veci ovplyvniť.
Dokážete to tak, že deťom dáte na výber alebo ich zapojíte do rozhodovania, a to aj v prípade, keď nebudú mať posledné slovo. Tým sa u detí zvyšuje pocit zodpovednosti za vlastný život a znižuje pocit bezmocnosti a bezbrannosti. Deti sa takto naučia, že môžu dosiahnuť svoje aj bez toho, aby sa „predvádzali“, napr. záchvatmi zlosti, paniky a pod.
13. Počúvajte, čo dieťa hovorí a vžite sa do pocitov, ktoré prejavuje (alebo ich len predpokladáte) a to aj v prípade, že sa s nimi nestotožňujete.
Deťom to pomôže uvedomiť si, že o ne máte skutočný záujem a správate sa k nim férovo. Navyše získajú pocit, že sa nemusia predvádzať, aby ich niekto počúval, či aby sa presadili.
14. V problémovej situácii odved'te divákov alebo dieťa.
Vždy je lepšie dieťa pritiahnúť ako odstrčiť, zároveň je však potrebné dostať ho mimo problémovú situáciu. Ak napríklad dôjde medzi deťmi k bitke, môžete dieťa poslať do inej miestnosti, ale lepšie bude navrhnúť mu, aby ste niekam odišli spoločne.
15. Nepoužívajte zbytočne tvrdé tresty a viacero za jeden priestupok.
16. Na odľahčenie situácie používajte humor.
Nemyslí sa tým humor na účet dieťaťa.

17. Ospravedlňte sa, ak ste urobili chybu. V prípade potreby vysvetlite dôvody svojho konania. Z toho dieťa vidí, že robiť chyby je normálne, ale treba sa z nich poučiť. Ak sa ospravedlníte, budujete dôveru a vzájomný rešpekt medzi vami a dieťaťom.

2.2. Päťdesiat výchovných cieľov ako zabezpečiť rozvoj osobnosti dieťaťa

Pred vami je dieťa, ktoré na svojej ceste životom od narodenia do dospelosti prežíva zrejme najťažšie obdobie svojho života. Prichádza z rodiny, v ktorej prežilo utrpenie, biedu, bitku, znásilňovanie, chaos, nedostatok pravidiel, nedostatok lásky. Je to nepochopiteľné, ale dieťa potrebuje svoju neschopnú, nemožnú, ľahostajnú, problémovú RODINU. Je to jediná rodina, ktorú dieťa má. Ľudstvo nevie po stáročia túto inštitúciu zmysluplne nahradiť. Na ceste životom však dieťa potrebuje sprievodcu, človeka, ktorý ho bude učiť ako žiť. Ak je tých sprievodcov viac, je treba, aby boli ako jeden. Len vtedy to má pre dieťa význam.

1. Privítajte dieťa v skupine a poskytnite mu slovnú aj fyzickú oporu, ak ju prijme.
2. Pomôžte dieťaťu prekonať prvé dni a týždne. Buďte mu k dispozícii na mobile, ak nie ste v práci, povzbudzujte ho, aby s Vami hovorilo o svojom prežívaní.
3. Postarajte sa o to, aby jeho adaptácia v komunite detí prebiehala v priateľskom ovzduší.
4. Zoznámte dieťa so všetkými dospelými a ich rolami, aby sa necítilo stratené.
5. Nájdite si s dieťaťom nejakú spoločnú povahovú črtu, záľubu, prežitú ťažkú situáciu, čokoľvek, čo Vás k sebe priblíži.
6. Pozvite dieťa na pizzu, do kina, a ak je to možné, k sebe domov na návštevu. Ukážte mu, že je pre Vás podstatné, aby sa cítilo prijaté.
7. Napíšte dieťaťu list, v čom mu chcete byť nápomocní a vypýtajte si taký istý list od dieťaťa, aby ste sa zblížili a spoznali.
8. Zoznámte dieťa s hodnotami a zásadami, ktorými sa riadite pri jeho výchove. Buďte stabilný bod v jeho nestabilnom živote.
9. Pomôžte dieťaťu porozumieť jeho rodinnej situácii. Pripravte si dobré odpovede na otázky, ktoré Vám bude klásť o rodičoch a svojej budúcnosti.
10. Hľadajte s dieťaťom pozitívnu spomienku na rodičov a detstvo, veď to mu pomôže cítiť sa milovaným.
11. Zabezpečte, aby si dieťa telefonovalo alebo písalo s rodičmi, no nedovoľte, aby ste neboli súčasťou ich kontaktu a nerozumeli ich vzťahu.
12. Zabezpečte, aby sa dieťa pravidelne stretávalo so svojimi súrodencami, môžu pomôcť dieťaťu nájsť korene.
13. Pomôžte dieťaťu zapojiť sa do nejakej skupiny detí, športového klubu, tanečného alebo speváckeho súboru, do kresťanského spoločenstva, aby sa cítilo prijaté spoločnosťou.
14. Pomáhajte dieťaťu s úlohami. Ochraňujte ho v škole aj vtedy, keď možno spôsobil problémy. Nezabudnite na to, že možno nepoznalo pocit bezpečia.
15. Stretávajte sa s jeho učiteľmi, aby ste im pomohli spoznať dieťa a jeho ťažkosti a úspechy.
16. Naučte dieťa ako sa má starať o svoje zdravie. Nedovoľte mu, aby si zdravie ohrozovalo škodlivými prostriedkami (alkohol, cigarety, drogy, veľa sladkostí)

17. Naučte dieťa, ako sa má zdravo stravovať. Naučte ho variť, ak má na to primeraný vek. Dovtedy nech s Vami trávi čas v kuchyni pomocou pri jednoduchých činnostiach. Dbajte však na jeho bezpečnosť.
18. Naučte dieťa prať, žehliť, upratovať, ale aj spievať, tancovať a zabávať sa.
19. Doprajte dieťaťu pocit slobody. Dovoľte mu, aby sa vo svojej izbe zavrelo vždy, keď to bude potrebovať a požiada Vás o to. Umožnite mu, aby malo svoje tajné veci uzamknuté pred nepovolaným zrakom.
20. Postarajte sa o to, aby dieťa svoj voľný čas využívalo bezpečne a zmysluplne. Poznajete jeho priateľov z detského domova aj z iných komunít.
21. Pýtajte sa dieťaťa každý večer, ako sa mu darilo behom dňa. Hodnoťte jeho správanie, poskytujte mu rady, ako sa správať vhodne a správne, ale nehodnoťte jeho osobnosť.
22. Rozprávajte dieťaťu o svojom živote, predovšetkým o dobe, keď ste boli v jeho veku a tým mu dávajte nenásilnou formou vzory a pozitívne príklady. Nepokúšajte sa vystupovať pred dieťaťom ako neomylní, hovorte aj o svojich chybách a o tom, ako ste sa z nich poučili.
23. Naučte dieťa ospravedlniť sa a požiadať o prepáčenie, keď niekomu ublíži. Ospravedlňte sa mu, ak ste pochybili vy.
24. Objímajte dieťa, hlavne vtedy, ak nemá dostatok objatí od rodičov, ale robte to tak, aby rozumelo, že je to objatie blízkej osoby, nie záujemcu o rodičovstvo. Neodsúvajte rodičov na vedľajšiu koľaj.
25. Nikdy nezabudnite na sviatok dieťaťa. Nachystajte mu oslavu a obdarujte ho malým darčekom.
26. Neodídte od dieťaťa, ak nemáte vyriešený konflikt.
27. Zakazujte dieťaťu hovoriť sprosté slová a sami si dávajte pozor, aký slovník používate.
28. Chváľte dieťa za každý, aj malý úspech. Nepremárnite príležitosť pochváliť ho pred rodičmi alebo inými ľuďmi.
29. Nikdy nepoužívajte fyzický trest ani tresty, ktoré sú ponižujúce.
30. Ak budete musieť dieťa potrestať, uistite sa, či pochopilo 3 PREČO? : Prečo je to, za čo je trestané, zakázané ? Prečo sa to musí napraviť ? a Prečo to nesmie viac krát urobiť?
31. Nikdy nehovorte nevhodne o rodičoch dieťaťa, priamo ani v narážkach ho neporovnávajte s chybami a omylmi rodičov.
32. Naučte dieťa vyjadrovať svoje pocity – hnev, smútok, bezmocnosť, hanbu, bolesť. Buďte pri ňom vždy, keď ho emócie premôžu.
33. Nikdy nepodceňujte detské strachy, úzkosti, pochybnosti, buďte k dieťaťu empatickí a ochraňujte ho.
34. Často dieťaťu opakujte, že aj keď nie ste jeho rodičom, cítite za neho zodpovednosť a preto musíte byť občas naozaj dôsledný v dodržiavaní pravidiel.
35. Buďte pre dieťa vzorom aspoň v jednej činnosti alebo v charakterovej vlastnosti. Zistite, v čom ste pre dieťa vzorom a rozvíjajte to.
36. Rozprávajte sa s dieťaťom tak často, ako sa len dá. Potrebuje veľa pozornosti. Ak dospieva, nájdite taký spôsob komunikácie, ktorý Vám pomôže prekonať obdobie vzdoru.
37. Pozerajte s dieťaťom televízor, nehovorte mu nestále, že máte veľa práce.
38. Smejte sa s dieťaťom, tancujte, zabávajte sa, dieťa potrebuje uvoľnenosť a pohodu.
39. Vysvetlite dieťaťu, čo je to práca na sebe. Vysvetlite mu, že úspech dosiahne len s námahou a vytrvalosťou.

40. Rozprávajte sa s dieťaťom o jeho budúcnosti, plánujte ju spoločne s ním. Vymyslite spoločnú pieseň, báseň alebo modlitbu, ktorú použijete vždy, keď nebudete čo ďalej.
41. Napíšte dieťaťu list, čo pre Vás znamená a vypýtajte si taký istý list od dieťaťa, aby ste sa zblížili a spoznali.
42. Naučte dieťa dôverovať Vám. Poznáte to podľa toho, že sa Vám zdôverí a požiada Vás o pomoc.
43. Choďte dieťaťu príkladom – nehrešte, nekričte, nikdy neklamte a nerobte to, čo jemu zakazujete a prikazujete.
44. Píšte dieťaťu listy, v ktorých mu vyjadrite podporu. Poslúžia mu ako Kniha života, keď si bude hľadať v spomienkach niečo pozitívne.
45. Urobte všetko pre to, aby ste dieťaťu v každodennom živote nahradili rodičovskú starostlivosť, aj keď ono to pravdepodobne nikdy dostatočne neocení.
46. Rozprávajte sa s dieťaťom o jeho detstve, mladosti – hľadajte spolu pozitívne spomienky, aby mu pomáhali zvládnuť tie ťažké.
47. Rozprávajte sa s dieťaťom o jeho rodine, o jeho rodičoch – doprajte mu aspoň jeden pozitívny zážitok s rodičmi.
48. Zabezpečte dieťaťu fotky z jeho minulosti, ale aj z prítomnosti, ktoré ocení, keď bude dospelé.
49. Pozývajte rodičov na oslavy dieťaťa, na vystúpenia a iné udalosti, v ktorých dieťa vyniká. Pozývajte ich aj na rodičovské združenie a k lekárovi. Dieťa však nemusí vedieť, že tam rodič neprišiel dobrovoľne.
50. Dovoľte dieťaťu prežiť bezpečne a plnohodnotne každé vývinové obdobie, aj keď Vás to bude vyvádzať z miery.
51. Buďte pre dieťa láskavým sprievodcom na tom krátkom úseku života, ktorému sa hovorí detský domov.

3. Rola rodiny pri realizácii Programu výchovnej práce s dieťaťom

Dieťa oddelené dočasne od rodinného prostredia potrebuje jednotnú výchovu vychovávateľov, ale aj rozkolísanú a nestálu podporu od rodiny. Izolácia od rodičov je pre dieťa škodlivá, ochudobňuje ho po stránke citovej a následne vedie k nedostatkom v sociálnej adaptácii, v sebarealizácii dieťaťa aj v jeho charaktere. Naopak, v prípade spolupráce s rodinou dieťa nadobúda väčší pocit istoty a zázemia, zlepšuje sa správanie, výsledky v škole a sociálne začlenenie. Prostredníctvom rodičov a aktivít s nimi spojených možno pomôcť dieťaťu zvládnuť novú situáciu. Je však veľmi potrebné vzdelávať rodičov tak, aby v domácom prostredí pokračovali v cieľavedomej výchove detí.

3.1. Vzťahová väzba a poruchy vzťahovej väzby

Behom prvého roka života dieťaťa sa vyvíja u dieťaťa kľúčová vzťahová väzba na primárnu osobu (vo väčšine prípadov matku). Pokiaľ u dieťaťa kontakt s touto osobou vzbudzuje očakávania, že jeho potreby budú uspokojené, mozog dieťaťa aktivuje iné spojenia než v prípade, keď kontakt s touto osobou bude prinášať frustráciu alebo dokonca hrozbu.

Mozgové spoje posilňované blízkosťou tejto osoby sa pri ďalších kontaktoch s ňou vždy aktivizujú prednostne. V prípade starostlivej osoby sa bude posilňovať istá väzba, v prípade nevšimavého alebo dokonca agresívneho dospelého bude u dieťaťa automaticky spustené obranné chovanie. Znamená to, že obranné reakcie sa v psychike dieťaťa spúšťajú „preventívne“ a to aj v situáciách, keď ujma nehrozí. Už samu prítomnosť dospelého môže toto dieťa pokladať za signál ohrozenia, taktiež neutrálny výraz tváre dospelého môže považovať za výraz opovrhnutia alebo hnevu. Zdrojom traumatizácie dieťaťa môžu byť taktiež vrstovníci dieťaťa (šikana v škole, staršie alebo agresívne deti v skupine, starší úrodenc vyžadujúci poslušnosť a pod.) Zdrojom traumy môžu byť aj dospelí, ktorí nie sú primárnymi starajúcimi sa osobami, ale stretávajú sa s rodinou (priatelia, príbuzní, ktorí zneužívajú dieťa a pod.). Obidva typy reakcií na primárnu osobu sa obvykle generalizujú a prenášajú sa na iných ľudí, ktorí sa podieľajú na starostlivosti a teda bezpochyby aj na zamestnancov detského domova.

Aké typy vzťahovej väzby poznáme?

1. **Istá vzťahová väzba** : sa vyskytuje u detí s bezpečnou primárnou osobou.

2. **Neistá vzťahová väzba**, ktorá má dve podoby - vyhýbavú a odporujúcu:

a) vyhýbavá (odmietavá) vzťahová väzba spočíva v tom, že dieťa potláča citové prejavy, na ktoré matka reaguje negatívne. Tým si chce dieťa matku nakloniť, ale za cenu pseudodospelej vyrovnanosti. Súčasne s tým si dieťa skúša ako a v ktorých situáciách by bolo možné sa bez opory dospelých zaobísť.

b) ambivalentná vzťahová väzba spočíva v tom, že dieťa preháňa emočné prejavy, čím chce dieťa získať pozornosť matky. Ak ju získa, prejavuje v ďalšom kontakte zdráhavosť alebo závislosť.

c) dezorganizovaná vzťahová väzba sa vyskytuje u detí, žijúcich v ťažko traumatizovaných vzťahoch, teda u detí zanedbávaných, zneužívaných a u detí vyrastajúcich v chaotickom prostredí bez pravidiel a limitov. Takéto deti nenašli konzistentný spôsob správania, ktorý by im umožnil vytvoriť alebo udržať citové puto s rodičom. Ich reakcie na dospelých sú často nepredvídateľné a nezrozumiteľné.

Najčastejšie poruchy správania a chovania detí s neistou vzťahovou väzbou na rodiča, ktoré sa generalizujú na všetky dospelé osoby :

- majú nutkavú potrebu riadiť chovanie druhých – dospelých aj detí
- je u nich časté klamanie a to aj v situáciách, ak sú chytené pri čine
- majú odpor k pravidlám, je pre nich typický opozičný vzdor
- očný kontakt pociťujú ako nepríjemný
- majú neadekvátny telesný kontakt – buď nechcú žiadny alebo ho chcú moc
- v ich interakciách s ľuďmi chýba spontánnosť a potešenie
- pokus o naviazanie hlbšieho vzťahu zo strany inej osoby v nich vyvoláva paniku
- ľahko sa povrchno priatelia s inými ľuďmi
- majú nedostatočnú schopnosť komunikovať a udržiavať konverzáciu
- majú zhoršenú schopnosť plánovať, predvídať dôsledky a riešiť problémy
- majú zníženú schopnosť empatie
- majú tendenciu vidieť svet v extrémoch, teda čierno-bielo, buď je človek dobrý alebo zlý atď.

- je u nich typické odpojovanie sa od svojich emócií a telesných pocitov
- trpia pocitmi extrémnej hanblivosti

Ludia, ktorí mali v detstve nepriaznivé skúsenosti s dospelými, majú v dospelom veku preukázateľne viac zdravotných problémov, vrátane alkoholizmu, depresí, užívania drog, ale tiež sa u nich častejšie vyskytuje partnerské násilie a samovražedné pokusy (rodičia detí). Vplyv detských nepriaznivých skúseností je kumulatívny, čo znamená, že čím viac takých skúseností človek prekoná, tým väčšie zdravotné a sociálne problémy má v dospelosti.

Typy traumy, ktoré dieťa môže prekonať:

1. Sexuálne zneužívanie dieťaťa

2. Týranie dieťaťa

3. Zanedbávanie dieťaťa : v agende sociálnych pracovníkov je zanedbávanie prevažujúcim typom špatného zaobchádzania s dieťaťom a mnohonásobne prevyšuje prípady týrania a zneužívania. Zanedbávanie sa môže týkať všetkých hlavných životných potrieb dieťaťa, teda jedla, oblečenia, bývania, zachovania zdravia, psychického, sociálneho a morálneho rozvoja, vzdelávania a ochrany pred podmienky pre rozvoj duševných schopností členov rodiny, avšak dieťa stráda citovo a nemá uspokojenú potrebu identity a otvorenej budúcnosti. V súčasnej dobe sa na západe pri hodnotení rodiny nedávajú trestné body za poruchy rodiny, teraz sa dávajú pozitívne body za to, že rodičia dieťa vezmú do kina, na futbal, že majú doma fotoaparát, robia dieťaťu oslavu, slávia Vianoce, chodia do kostola a pod. (nepíšeme do funkcií nič konkrétne smerom k dieťaťu). Typickým následkom zanedbávania u malých detí je oneskorenie psychomotorického vývinu, vrátane reči. Nízka úroveň hygieny a špatné stravovanie u nich vyvolávajú zdravotné problémy, ktoré sa často stávajú prvým impulzom na prehodnotenie podmienok, v akých dieťa vyrastá. Tieto podozrenia sa následne prehodnocujú štátnymi orgánmi. Zanedbávanie sa prejavuje aj v školskej dochádzke, deti majú problém s koncentráciou, s komunikáciou, s nadväzovaním vrstovníckych. Nevenujú pozornosť učivu, často zapáchajú, sú v kolektíve izolované. Pretože nie sú zvyknuté na pravidelný rodinný režim a pravidlá, reagujú len na okamžité podnety, nevedia odkladať uspokojenie. Keďže si nenosia desiatu, berú deťom jedlo, berú (podľa nich nekradnú) im aj iné veci, ktoré sa im páčia. Na rozdiel od materiálneho zanedbávania nie je emočné zanedbávanie na dieťaťi tak viditeľné. Až väčšie deti sú schopné si ho uvedomovať a verbalizovať svoju frustráciu. U menších detí môžeme o emočnom zanedbávaní usudzovať len v kontexte generalizovanej neistej vzťahovej väzby k iným dospelým (napr. Erik). Zanedbávanie obvykle nepredstavuje krátkodobú záležitosť. Často ide o chronickú situáciu. Táto môže byť navyše zdrojom ďalších tráum. Príklady: zanedbávané dieťa mladšieho šk. veku sa pokúša sebe a svojmu súrodencovi uvariť jedlo a pri tom sa popáli. Zanedbávané dieťa trpí zlomeninou kvôli pádu, ktorej nikto nevenuje pozornosť. Zanedbávané dieťa býva bité, ak sa plačom dožaduje jedla alebo pozornosti. Zanedbávané dieťa trávi noci samé, lebo v noci rodičia odchádzajú a na plač dieťaťa nikto nereaguje. Prostredie, v ktorom sú potreby dieťaťa zanedbávané – a tak je zvyšované riziko vzniku traumy – býva zároveň prostredím, v ktorom len s ťažkosťami môže dieťa túto traumatickú skúsenosť zvládnuť. Úloha zvládnuť traumu dieťaťa je veľmi náročná aj pre rodiny, ktoré dieťa zanedbávajú. Zanedbávanie sa v rodinách prenáša medzi generáciami. Na prahu dospelosti sa zanedbávané deti často pokúšajú uniknúť z nepriaznivých podmienok svojho detstva tým, že skúšajú samostatnú existenciu, čo býva spojené s narodením ich

vlastných detí. Vzhľadom k nedostatočným kompetenciám a chýbajúcim ďalším zdrojom sa tento plán u množstva týchto detí zrúti s predpovedateľnými dôsledkami pre nich aj pre ich deti.

Obranné a vyrovnávacie stratégie

Vývin dieťaťa traumatizovaného v blízkych vzťahoch je poznamenaný množstvom dôsledkov na telesnom aj duševnom zdraví, ako oneskorený vývin reči a intelektu, strachy, úzkosti, depresie, poruchy vo vzťahoch k ľuďom a rozličné psychosomatické ťažkosti, nedostatočný školský alebo pracovný výkon, komplikované vrstovnicke a partnerské vzťahy a podobne. Traumatizované deti berú častejšie psychofarmaká a drogy, častejšie užívajú alkohol, častejšie sú násilné k sebe a k iným ľuďom, Celkovo majú zložitejší a kratší život ako ich vrstovníci z harmonických rodín.

Obranné a vyrovnávacie stratégie predstavujú medzičlánok stojaci medzi uvedenými dôsledkami a samotnou traumatickou skúsenosťou dieťaťa. S ich pomocou sa dieťa pokúša neutralizovať dopad traumy. Tieto stratégie – pri sociálnej podpore prichádzajúcej od najbližších ľudí – rozhodujú o tom, ako bude dieťa behom ďalšieho vývoja čeliť ďalším traumám resp. aké bude úspešné v snahe sa im vyhnúť. Niektoré stratégie sú maladaptívne, niektoré adaptívnejšie, čo vždy záleží na osobnostnom a situačnom kontexte. Záleží na tom, ako dlho dieťa potrebuje obrannú stratégiu využívať. Pokiaľ je traumatizácia dlhodobá a zasahuje človeka v rannom veku, môže sa z obrannej a vyrovnávacej stratégie stať „komplex“ podstatne ovplyvňujúci spôsob života.

Prehľad obranných a vyrovnávacích stratégií :

1. Zamrznutie – vývojovo najstaršia stratégia. Obvykle sa aktivuje behom bezprostredného pôsobenia stresoru a postupom času sa generalizuje. Okolím je dieťa vnímané ako stiahnuté do seba, snaha o izoláciu, pasivita, nechť k opusteniu „svojho priestoru“, nechť k novým aktivitám, nechť ku kontaktu s ľuďmi.
2. Popieranie – dieťa nemá traumatickú udalosť vo vedomí, popiera závažnosť traumatizácie, bagatelizuje nepriaznivé správanie dospelého vrátane svojej reakcie na traumu, napr. dieťa tvrdí, že mamin priateľ je neohrabaný a omylom do neho strčil a preto má zlomenú ruku a vlastne to ani nebolí (minimalizácia traumy).
3. Únik do fantazijného sveta – dieťa si vysníva inú realitu, iný svet, do ktorého môže unikáť, a v ktorom využíva materiál z kníh, filmov, internetu a zo porezanie
4. Regrese – dieťa sa vracia do predchádzajúcich vývinových období života. Zdanlivo stráca schopnosti, ktoré už malo, napr. začne sa pocikávať, pokakávať, prestane rozprávať a pod.
5. Zovšeobecnený pocit zahanbenia a studu – dieťa si vysvetľuje chovanie dospelého ako zaslúžené, ospravedlňuje sa, hanbí sa za všetko, plače.
6. Nízke sebahodnotenie – dieťa sa považuje za menejcenné a chová sa v súlade s touto predstavou (naučená bezmocnosť, mučenícka rola).
7. Sebapoškodzovanie – dieťa takto znižuje vnútorné napätie. Agresívne impulzy pôvodne určené ubližujúcej osobe prenáša na seba. Najčastejšou formou používanou v našej spoločnosti je porezanie zápästia.
8. Samovražedné pokusy a samovraždy – pokus môže byť volaním o pomoc, samovražda definitívnym únikom z neznesiteľného stavu alebo situácie.

9. Snaha zmierniť nepríjemné stavy alkoholom, drogami, fajčením alebo zvýšeným príjmom potravy – vyskytuje sa u väčších detí a adolescentov.
10. Rigidné rituály týkajúce sa hygieny, jedla, chovania v neznámych situáciách – rituály slúžia k posilneniu pocitu bezpečia. Ritualizované chovanie je spojené s predstavou, že dieťa má „všetko pod kontrolou“, napr. nutkavé mytie a pranie vecí pri sexuálnom zneužití.
11. Absolútna poslušnosť voči dospelým – dieťa sa snaží vyhovieť dospelým za každú cenu a tým znížiť pravdepodobnosť, že ho nespokojný dospelý bude trestať alebo zneužívať. Poslušnosť si však dospelý môže vykladať tak, že môže v traumatizujúcom správaní voči dieťaťu pokračovať bez prekážok.
12. Snaha opustiť stresujúce prostredie, úteky z domova – táto úniková stratégia pomáha dieťaťu nebyť v zornom poli dospelého. Ak má možnosť, zatvára sa vo svojej izbe, trávi čas v záhrade, v pivnici a pod, alebo dieťa trávi čas u príbuzných. Niekedy dieťa uteká z domova bez konkrétneho cieľa kam a ku komu, len aby sa vyhlo priamemu ohrozeniu.
13. Fantázie o pomste, prípadne zabití osoby, ktorá je zdrojom ohrozenia – táto stratégia je odplatom v rovine predstáv. Občas sa predstavy vo vyhrotenej situácii zrealizujú.
14. Protiútok namierený na osobu, ktorá je zdrojom ohrozenia – je top stratégia väčších detí a dospievajúcich. Dieťa môže brániť seba alebo ďalšiu významnú osobu (súrodencu, matku). Starší chlapci niekedy zrania alebo zabijú ohrozujúceho dospelého.
15. Agresívne odreagovanie tenzie na blízkej osobe alebo inej osobe – dieťa môže svoju agresivitu vzbudenú ohrozujúcim správaním dospelého smerovať na niekoho, kto sa nebude schopný agresii brániť. To môže byť druhý rodič alebo súrodenec, alebo učiteľ, spolužiak, vychovávateľ, u dospievajúcich partner. Je preukázané, že zhruba polovica dospievajúcich, ktorí prejavia resp. zažijú behom prvých milostných schôdzok násilie, majú za sebou nejaký typ emočného zneužívania behom detstva.
16. Neistá vzťahová väzba na rodiča, ktorý je zdrojom ohrozenia, a rozštiepenie predstavy o ňom - dieťa sa pokúša zaobísť bez opory v dospelom veku – pri odmietavej väzbe, alebo sa striedajú obdobia provokácie a príchylnosti – pri ambivalentnej väzbe. Pri dezorganizovanej väzbe extrémne traumatizovaných detí napr. sexuálnym zneužívaním sa deti chovajú k rodičovi nepredvídateľne.
17. Zosilnená väzba na alternatívnych opatrovateľov, ktorí sú dostupní – dieťa má tendenciu primkynat' sa k osobám, ktoré nie sú u jeho hľadiska spojené s osobou, ktorá predstavuje ohrozenie, najčastejšie sú to príbuzní zo širšej rodiny alebo starí rodičia.
18. Primknutie sa k náboženskej viere, k jej reprezentantom – táto obrana sa ľahko aktivizuje u detí vyrastajúcich v prostredí, kde sa viera praktikuje. Traumatizované deti sa v dospelosti ľahko stávajú príslušníkmi náboženských siekt.
19. Spontánne zvýšenie fyzickej aktivity – dieťa využíva možnosť pohybom odpaviť vnútornú tenziu a preladiť na hormonálnu rovnováhu.
20. Meditácia, ta-chi , joga – tieto techniky sú v niektorých krajinách priamo využívané v rámci terapie traumy o adolescentov.
21. Spontánna rekapitulácia hrozby – menšie deti sa aj bez vonkajšieho podnetu môžu prehrávať s bábikami traumatickú situáciu, Deti behom hry môžu meniť rolu násilníka a obeti.
22. Rekapitulácia traumy v bezpečnom prostredí – dieťa môže spontánne rozprávať o traumatickej udalosti niekomu, ku komu cíti dôveru alebo niekomu, od koho nehrozí nebezpečenstvo alebo od koho si sľubuje pomoc.

23. Konštrukcia príbehu, v ktorom má trauma zmysel - známku spracovania trauma je schopnosť rozprávať o nej ucelený príbeh, v ktorom má chovanie páchatel'a trauma logiku a logiku majú aj reakcie obeť na trauma. Niekedy sa obeť k tomu prepracuje sama, častejšie s pomocou iných ľudí.

24. Usporiadanie medzi páchatel'om a obeťou – niekedy je možné spracovať trauma tak, že si obeť aj páchatel' priamo objasnia logiku svojho konania, obeť dá najavo pochopenie pre páchatel'a a páchatel' za svoje správanie prijme zodpovednosť. Proces môže skončiť tým, že sa páchatel' vierohodne ospravedlní a obeť mu vierohodne odpustí.

Generalizované životné stratégie

Pokiaľ sa traumatická udalosť v detstve opakovala, mohla – popri osobnostných dispozíciách – formovať súboj postojov, ktoré sa dajú označiť ako generalizovaná životná stratégia. Medzi najčastejšie používané patria:

1. Zosilnený sklon ovládať druhých – stratégia kompenzujúca zážitok bezmocnosti behom detstva poznamenaného traumou. Má formu klamania, násilia, sexuality alebo sofistikovanej manipulácie. K úspechu vedie iba krátkodobá, dlhodobá a spokojná vzťahy na tejto stratégii nie je možné založiť. Život je plný zvrátov a hrozieb, ktorú predstavujú frustrácie blízki.

2. Snaha pomstiť sa – obeť sa za staré trauma a príkoria môže pomstiť celej spoločnosti a zástupný cieľ si vyberie „námatkovo“ alebo si vyberie špecifickejší cieľ v niečom, čo reprezentuje pôvodcu trauma. Môže tiež nastúpiť životnú dráhu vydedenca alebo dokonca páchatel'a ďalších traum. Prípadnú kriminálnu „kariéru“ potom sprevádza presvedčenie, že násilie je ospravedlňujúce.

3. Postoj smoliara – tento človek zažíva svoju dospelosť ako nekončiacu sériu neúspechov. Jeho ambície klesajú až na akési „prevádzkové minimum“, súčasne je využívaná materiálna a psychická podpora od ľudí, ktorí sú ochotní ju poskytnúť. V extrémnom prípade je takýto človek úplne osamelý a izolovaný.

4. Závislá osobnosť – dospelá obeť je naďalej obeťou domáceho násilia, obeťou partnera alkoholika, obeťou podvodníkov a pod., z čoho je zrejmé, že vyhľadáva osoby, ktoré mu v nejakej podobe trauma opakujú. Voľba nového partnera nebýva pod vedomou kontrolou.

5. Hraničná osobnosť, dlhodobé psychické problémy – dospelý s hraničnou poruchou osobnosti len obtiažne chápe iných ľudí a obtiažne sa im prispôbuje. Ťažiskom jeho psychického života je zosilnená potreba kontaktu spojená s pocitom hlbokéj vnútornej prázdnoty. Pokusy o naviazanie trvalejšieho vzťahu opakovane zlyhávajú, majú silnú sprievodnú emočnú intenzitu a veľmi ľahko oscilujú medzi extrémami. V obdobiach opustenosti a zúfalstva sa objavuje sebapoškodzovanie, pokusy o samovraždu, poruchy príjmu potravy a vzťahovosť. Dlhodobými psychickými poruchami môžu byť depresie alebo úzkosti.

6. Prekonanie trauma – dospelá obeť si je vedomá toho, že nepriaznivé ranné skúsenosti predstavujú handicap, ktorý by mohol skomplikovať život v dospelosti. Preto sa pokúsi s využitím dostupných ľudských zdrojov (priatelia, partneri, terapeuti) trauma spracovať a až potom urobiť významné životné rozhodnutia (stály partner, spoločná domácnosť, dieťa).

Všeobecné zásady podpory a terapie

Podporou rozumieme všetky postupy napomáhajúce tomu, aby sa dieťa vyrovnalo s nepriaznivým vplyvom traumy bez ohľadu na to, kto ju uplatňuje. Výraz terapia používame pre postupy používané kvalifikovanými odborníkmi. Aj v prípade podpory realizovanej kýmkoľvek v okolí traumatizovaného dieťaťa (pedagógmi, vychovávateľmi, sociálnymi pracovníkmi, rodičmi, profí, pestúnmi) je nevyhnutná znalosť základných zásad prístupu k traumatizovanému dieťaťu, aby nedochádzalo k ďalšej traumatizácii.

Pokiaľ je zdrojom traumy dieťaťa blízka osoba, dieťa stratilo ku nej dôveru a pravdepodobne aj k ďalším blízkym osobám. Dieťa sa necíti bezpečne. Z toho dôvodu sa mení jeho psychická rovnováha. Dieťa v dôsledku traumy nedokáže regulovať svoje emočné stavy, a systém starostlivosti mu zatiaľ nedokázal s reguláciou týchto stavom účinne pomôcť.

Život dieťaťa je traumou ovplyvňovaný komplexne : emočné stavy (prežívanie) sú spojené s chovaním, chovanie má vplyv na vzťahy dieťaťa k ľuďom, kvalita vzťahov má vplyv na sebahodnotenie dieťaťa a celkovú kvalitu jeho života. Vážne traumatizované deti majú doslova pokazený život (96).

Spracovanie traumy vyžaduje:

1. Stabilizáciu - vo svojom domácom prostredí by sa dieťa malo cítiť bezpečne, ohrozenie musí byť neutralizované
2. Integráciu - vnímanie toho, čo sa stalo a ako to bolo dieťaťom hodnotené má byť prijateľným spôsobom preverené, jeho emócie by mali byť pomenované a primeraným spôsobom spracované
3. Adaptáciu – dieťaťu by mala minulosť dávať zmysel, mal by sa mu vrátiť pocit vlastnej hodnoty a mal by sa mu otvoriť nový obzor, na ktorom trauma už nepredstavuje dominantu.
4. Koordináciu – pomoc dieťaťu má byť koordinovaná odborníkmi za účasti rodiny a dôležitých osôb pre dieťa.

Zásady práce s traumatizovaným dieťaťom:

- **rešpekt k dieťaťu** ako k unikátnemu jedincovi je zásadný pre koordinovanie predchádzajúcich negatívnych skúseností s dospelými. Terapeut nesmie opakovať negatívne reakcie na dieťa aj keď ho dieťa svojím negatívnym správaním môže provokovať. Vždy sa musí pokúšať pochopiť, prečo sa dieťa chová tak ako sa chová a nekritizovať ho za to.
- **informovanie dieťaťa** zvyšuje jeho dôveru k terapeutovi. Informácie sa majú týkať toho, čo sa behom terapie plánuje a tiež toho čo terapeut od dieťaťa očakáva. Informácie môžu mať aj povahu všeobecného vysvetlenia toho prečo dieťa reaguje na traumy tak ako reaguje. Takéto vysvetlenia môžu oslabovať sklon dieťaťa považovať sa za divné, bláznivé alebo poškodené. Informovanie dieťaťa behom terapie a transparentnosť chovania terapeuta napomáha tomu, aby dieťa postupne získavalo pocit vlastnej kompetencie a bola posilňovaná jeho schopnosť utvárať svoj život.
- **napojenie** je krátke označenie pre vytvorenie pozitívnej emočnej väzby. Tej je dosiahnuté, ak má dieťa (nie terapeut) pocit, že terapeutovi na ňom záleží.
- **nádej** znamená, že terapeut by mal vhodným spôsobom dať najavo, že predpokladá, že proces terapie bude mať pre dieťa dobrý výsledok.

3.1. Charakteristika dieťaťa a vychovávaného bez rodičovskej väzby

Dieťa žijúce v detskom domove je spoločensky ľahko zraniteľné a precitlivé, trpí pocitom krivky a bezprávia. Stráca dôveru, lebo rodičia zlyhali pri napĺňaní jeho potrieb. Príčiny zlyhania rodiny hľadá v sebe, obviňuje sa, no tieto pocity viny samo nevie spracovať. Vonkajšie prejavy vnútornej neistoty a strádania prejavuje v rôznych podobách. Ak nemá rýchlu a účinnú pomoc, ak zostáva dlhodobo v prostredí detského domova a nemá pred sebou víziu návratu do rodiny, dochádza k zmenám v prežívaní a správaní dieťaťa. Podľa Matejčka sa deti osobnostne menia takto :

1. Typ relatívne dobre adaptovaný – predstavuje deti, ktoré sa relatívne dobre prispôbia novým podmienkam a zoberú si z detského domova najviac ako môžu. Týchto detí je relatívne málo.
2. Typ útlmový – predstavuje deti, ktoré na prostredie zariadenia reagujú znížením vlastnej aktivity, javia sa pasívne, niekedy až apatické. Mnohé z týchto detí sú diagnostikované ako mentálne retardované. V starostlivosti rodiny sa menia pozitívne a môžu dosiahnuť až vysokoškolské vzdelanie
3. Typ náhradného uspokojenia – označuje deti, ktoré neuspokojenie svojich základných psychických potrieb kompenzujú neprimeraným „náhradným uspokojovaním“ iných potrieb. Tieto deti sú často agresívne, s narcistickými alebo sadistickými tendenciami, masturbujú, prejedajú sa a podobne.
4. Typ sociálne hyperaktívny - predstavuje deti, reagujú neprimeraným sociálnym záujmom. Málo sa zaujímajú o veci, hru, učenie, prácu, zameriavajú sa predovšetkým na kontakt s ľuďmi. Tento kontakt je však povrchný a rozptýlený. Ku každému sú rovnako milé a priateľské, pritom však bez hlbšieho vzťahu. Sú prelietavé, nepoznajú vernosť.
5. Typ sociálnej provokácie – predstavuje deti, ktoré sa „násilím domáhajú svojich práv na lásku“ sústavnými provokáciami dospelých. Chcú mať „svojich ľudí“ len pre seba. Druhé deti pre nich predstavujú nevítanú konkurenciu, takže sú voči nim často neprimerane agresívne. Takéto deti na rozdiel od predchádzajúcich typov sa javia ako odpudivé, ale ak sú umiestnené do rodiny, veľmi rýchlo a dobre sa prispôbuje.

Výchova mimo rodinu vedie k nenaplneniu viacerých vývinových potrieb dieťaťa. Navyše, tieto deti nie sú schopné emocionálne zvládnuť ani pochopiť ubližovanie zo strany rodičov. Nemajú kapacitu vyrovnáť sa s neschopnosťou svojich rodičov starať sa a napĺňať ich potreby. Nie sú schopné vyrovnáť sa so zážitkami bitky, týrania, zneužívania, hladu, strachu, nepriateľstvom alebo stratami. Napriek tomu, že dieťa bolo vyslobodené z patologickkej životnej situácie a prostredia, odnesie si túto realitu so sebou a tak aj spôsoby ako prežiť ťaživú situáciu: krik, plač, búchanie hlavou o posteľku, agresívne správanie voči veciam, zvieratám a iným deťom, kradnutie, klamanie atd. To je jazyk zúfalého dieťaťa. Bude treba veľmi veľa citlivej starostlivosti, aby sa to podarilo zmeniť. A bude treba na to samozrejme veľmi veľa času. Deti sa rodia s krehkým zmyslom pre seba samo a preto aj keď fyzicky prežijú všetky strašné zážitky, na emocionálnej a kognitívnej úrovni zostanú dlhodobo (niekedy celoživotne) poznačení.

Ak to teda zhrnieme, dieťa, ktoré v rannom detstve do 5 rokov nezažilo trvalé a bezpečné citové puto, má uloženú veľmi rozdielnu skutočnosť než dieťa, ktoré bolo očakávané, prijaté a vychovávané s láskou a záujmom. Zažilo stav, kedy nebolo chcené ani vítané na svet, bolo opustené a ponechané v starostlivosti ľudí, ktorým nerozumelo a oni nerozumeli jemu. Alebo bolo týrané, zanedbávané a emocionálne opustené svojimi najbližšími v rodine. Jedná sa o dlhodobé a opakované traumatické zážitky. Dieťa má v pamäti uloženú tajomnú, nerozpoznateľnú, ale obrovskú zásobu spomienok a zážitkov, ktoré boli desivé, smutné a bolestné, kedy sa cítilo nehodné lásky, zlé a pokazené. Neopiera sa o bezpečnú základňu, ale naopak, žije na nebezpečnom a nevypočítateľnom mieste, kde sa môže spoľahnúť len samo na seba. Jeho vnútorný model vyzerá takto:

1. Nedôveruje, že svet je bezpečný - cíti úzkosť a nebezpečenstvo.
2. Nedôveruje, že jeho potreby môžu byť naplnené druhým človekom – neprijíma pomoc.
3. Nedôveruje, že môže efektívne ovplyvňovať svet v dobrom – vymýšľa si, podvádza, klame, kradne, bije sa, ubližuje.
4. Nedôveruje, že rodič je dobrý a dôveryhodný, že je možné sa na neho spoľahnúť – odporuje, je negativistický, agresívny, snaží sa získať pozornosť, moc, prevahu, pomstiť sa.
5. Nedôveruje, že ho rodič podporí, ochráni ho, vie, čo je pre neho najlepšie – preto uniká, schováva sa, nehovorí pravdu.
6. Nedôveruje, že je dobré s rodičom spolupracovať a v dôvere ho nasledovať – preto odporuje, bojuje a presadzuje sa za každú cenu.
7. Nedôveruje, že je samo dobré, cíti sa zlé, opovrhnutia hodné, nevydarené – nemá záujem ukazovať svoje pozitívne stránky.

Často na deťoch nie je vidieť, ako sa cítia vo vnútri. Vieme ale, aké má následky strata, strach, osamelosť, dlhodobé zúfalstvo. Vo vnútri dieťa cíti prázdnotu, samotu, bezvýchodiskovosť, bezmocnosť.... to trvá a neopúšťa dieťa ani na chvíľku. Profí rodičia musia slabo alebo nemocne pripútané dieťa krôčik po krôčiku učiť, ako sa k nim priblížiť, ako im dôverovať. Budú potrebovať špecializovaného terapeuta, ktorý im k tomu pomôže nájsť cestu.

Všeobecné prejavy následkov poruchy pripútania:

1. Dieťa sa vie chovať umelým a neprirodzeným spôsobom milo, okúzľujúco a roztomile
2. Vyhýba sa očnému kontaktu
3. Nerozlišuje náklonnosť k blízkym a cudzím ľuďom
4. Má nedostatok citu k rodičom
5. Nepozornosť, poruchy pozornosti
6. Deštruktívne chovanie k veciam, ostatným ľuďom aj k sebe
7. Kruté chovanie k zvieratám
8. Klamanie, a aj v situáciách, kedy je pravda úplne zjavná
9. Pretrvávajúce nezmyselné otázky
10. Neustále rozprávanie, neobvyklý spôsob reči
11. Nenormálne "lepenie sa" na rodičov alebo iné osoby
12. Nízka schopnosť kontrolovať impulzy
13. Poruchy učenia
14. Neschopnosť vnímať príčiny a následky

15. Nerozvinuté seba – vedomie, sebareflexia, vhl'ad
16. Nenormálne spôsoby jedla prípadne poruchy príjmu potravy
17. Slabé vzťahy s vrstovníkmi
18. Špeciálny obsedantný záujem o oheň
19. Nenormálne sexuálne chovanie
20. Predispozície k rôznym druhom závislostí
21. Kriminálne správanie

Stratégia sociálnej terapie s dieťaťom :

- Je treba si uvedomovať , že problémy týchto detí sú príliš vážne a majú starý hlboký koreň
- Je dôležité pamätať si, že problémy samé od seba neprejdú, skôr sa budú vekom zhoršovať
- Je nevyhnutné poznať do hĺbky problematiku nielen dieťaťa, ale celej jeho rodiny
- Je dôležité neustále sa vzdelávať , študovať odbornú literatúru
- Je veľmi dôležité zverovať sa so všetkými starosťami odborným pracovníkom detského domova,
- Je nevyhnutné si vedieť pripustiť, že nie všetky výchovné situácie dokáže vychovávateľ zvládnuť bez pomoci, a vedieť hľadať a prijať pomoc

3.2. Typy rodín a ich vplyv na prežívanie a správanie dieťaťa v centre

Poznanie typov rodín spolu s diagnostikou a analýzou potrieb detí je základom k vypracovaniu individuálnych plánov detí a následne vodítkom odbornej práce v individuálnej a skupinovej práci.

Typ rodiny : Aspoň jeden rodič (prarodič) prejavuje záujem o dieťa. Snaží sa o zrušenie ústavnej výchovy. Rodičia sa o dieťa aktívne zaujímajú, ak sú deti na pobyte doma, rodičia sa im venujú. Snažia sa o zrušenie ústavnej výchovy.

Správanie dieťaťa : *deti s poruchami chovania, afektívne stavy ako reakcia na záťažovú situáciu, na ústavnú starostlivosť sa ťažko adaptujú, často sa chovajú účelovo. Mimo zariadenia rešpektujú vhodné vzorce správania. Budúcnosti sa neboja, sú upnuté na život v rodine, čo je zatiaľ jediný cieľ.*

Pomoc pre dieťa : posilnenie osobnostnej zdatnosti a adekvátnych vzorcov správania, nácvik vhodných spôsobov sebaapresadenia, pomoc pri uplatnení vo vrstovníckych skupinách, práca s osobnou motiváciou dieťaťa.

Typ rodiny : Kontakt s rodičmi je nepravidelný, dlhé pauzy v kontakte, kontakt s rodičmi je často vyvolaný zariadením. Rodičia neposkytujú adekvátne rodičovské vzory, sú obvykle nezrelými a nezodpovednými osobami.

Správanie dieťaťa : *deti sú dlhodobo v ústavnej starostlivosti , majú príznaky „ústavnej deprivácie“. Staršie deti v tejto kategórii sú skeptické voči prejavom záujmu rodičov. Chránia tým sami seba pred dôsledkami falošných nádejí. Sú veľakrát veľmi realistické v náhlade na svojich rodičov alebo naopak, stále ich ospravedlňujú. Sú uzatvorené, nedôverčivé k dospelým, v ústavnom zariadení jednajú účelovo s cieľom získať výhody alebo sú neprispôsobivé, veľmi*

problémové Dlhodobó sú u nich výrazne narušené sociálne vzťahy. Sú bez vlastnej motivácie. Menšie deti stále čakajú a dúfajú, že ich rodičia budú kontaktovať. Rodičov ospravedlňujú alebo o nich nehovoria. Náhľad na budúcnosť majú celkom realistický. Prejavujú sa u nich prvky výraznej psychickej deprivácie, emočná plochosť a nezrelosť. Majú narušené alebo nevytvorené vyššie city.

Pomoc pre dieťa : v tejto skupine je nutné veľmi citlivo rešpektovať zákazku detí v riešení vzťahov. Ak chcú udržiavať vzťahy s rodinou, je treba posilňovať ich svojbytnosť a osobnostnú zdatnosť. Ak sa chcú odpútať, tak ich previesť odpustením rodičom, pomôcť im pochopiť správanie rodičov, viesť ich k seba prijatiu a k schopnosti nadväzovať kvalitný a uspokojivý vzťah („To, že ma rodičia odmietli, neznamená, že som zlý a nehodný lásky.“) Návrik vhodných spôsobov správania a komunikácie zatiaľ v bezpečnom priestore terapeutickej skupiny. Viesť k seba prežívaniu a verbalizácii pocitov. Hľadanie a vyzdvihnutie pozitívnej stránky osobnosti a potenciálu ku zmene a na ich základe budovanie sebavedomia.

Typ rodiny: Aspoň jeden z rodičov (prarodičov) pravidelne prejavuje záujem o deti, tie chcú chodiť domov. Rodičia však nežiadajú o zrušenie ústavnej starostlivosti.

Správanie dieťaťa : deti žijú v neustálom vnútornom konflikte, čo sa prejavuje čiernobielym videním vlastnej situácie, výkyvmi v správaní a prežívaní, častými agresívnymi výbuchmi. Sú labilné, egocentrické, neschopné riešiť záťažové situácie. Charakteristickým rysom je veľmi nízke sebavedomie, žijú v sebaklame, nasadzujú a udržujú psychické obrany pred nepríjemnou skutočnosťou, čím výrazne zatažujú celý organizmus. Výhľady do budúcnosti sú rovnako nerealistické ako náhľad na súčasnú situáciu.

Pomoc pre dieťa : relaxačné techniky, podpora verbálneho vyjadrenia prežívania, zlepšenie seba náhľadu. Citlivé vedenie k realistickému náhľadu na seba a životnú situáciu, psychická podpora. Návrik zvládania záťažových situácií pomocou techník kognitívno-behaviorálnych terapeutických prístupov, psychodrámy a videotréningu. Prehĺbenie dôvery v skupinu, podpora vyjadrenia otvoreného, spontánneho prejavu – sám za seba. Pomoc k prijatiu situácie takej aká je, bez upínania sa k planým nádejam. Podpora sebarealizácie v oblasti alebo v odbore, pre ktorý má dieťa predpoklady.

Typ rodiny : Patologické rodinné zázemie. Deti nechcú chodiť domov alebo len preto, aby mohli ísť preč z detského domova.

Správanie dieťaťa : táto skupina detí je veľmi rôznorodá. Záleží zrejme na tom, v akom štádiu spracovania situácie s rodičmi sa deti aktuálne nachádzajú. Obvykle sa vplyvom dlhodobej ústavnej starostlivosti objavuje ústavná deprivácia. Majú dlhobodo narušené sociálne vzťahy, zreteľné výkyvy v správaní, často veľmi problémové správanie a nevyvážené sebavedomie. Pokiaľ deti odmietnu kontakt s rodičmi, vznikne prázdne miesto, ktoré dospelí v ústavnej výchove nezaplňia. Ak sa deti stretávajú s rodičmi aj napriek nepríjemnej a bolestivej skúsenosti, sú neustále zraňované. Žijú v neustálej neistote, čiernobielym videní sveta, prežívajú ambivalentné a premenlivé vzťahy k rodičom.

Pomoc pre dieťa : stanovenie bezpečných a pevných pravidiel, stabilné a predvídateľné správanie, posilňovanie dôvery v skupinu a v dospelých. Udržiavanie písomného, telefonického a osobného kontaktu v medziobdobí, podľa potreby poskytnutia individuálnej terapie. Relaxácia, uvoľnenie, umožnenie vyrozprávať sa nezávislému a dôveryhodnému

človeku, uľahčenie osobnej situácie. Posilňovanie sebavedomia, vyzdvihovania pozitívnej stránky osobnosti a jedinečnosti dieťaťa. Vytváranie a nácvik vhodnejších foriem sociálneho správania v podmienkach psychologického a sociálneho bezpečia psychoterapeutickej skupiny, neskôr v prirodzených životných podmienkach.

Typ rodiny: Bez kontaktu s dieťaťom. Deti bez rodinného zázemia.

Správanie dieťaťa : *deti najčastejšie od útleho detstva v náhradnej ústavnej starostlivosti. Deti odložené, nechcené. Deti vrátené z neúspešnej pestúnskej starostlivosti. Dlhodobý pobyt v ústavnej starostlivosti má za následok depriváčny syndróm zasahujúcim celú štruktúru osobnosti , výraznú emočnú plochosť, sebestrednosť, závislosť na zariadení, pasivitu, nastavenie len na prijímanie, strach z budúcnosti, nerealistický výhľad do budúcnosti, strach z budúcnosti, z prijatia vlastného osudu.*

Pomoc pre dieťa : aktivizácia, vedenie k racionálnemu náhľadu na vlastnú situáciu a budúcnosť, konkretizácia problémov, hľadanie praktických riešení. Mobilizácia vlastných síl jedinca. Sociálny výcvik formou zážitkovej skúsenosti a priameho nácviku. Zoznámenie so širokým spektrom situácií a javov bežných v živote mimo detský domov, so sociálnou realitou.

4. Samostatne usporiadaná skupina ako výchovné prostredie pre deti

Osobité postavenie medzi sociálnymi skupinami v živote dieťaťa má výchovná skupina, v ktorej je dieťa umiestnené po oddelení od rodiny . Vzniká v rámci inštitúcie – centra pre deti a rodiny. Nevzniká spontánne na základe dobrovoľnosti, ale na podnet z vonkajšieho prostredia. Samostatne usporiadanú skupinu ako malú sociálnu skupinu charakterizujú všetky znaky sociálnych skupín:

1. interakcia – deti sa osobne poznajú, prebieha medzi nimi priama, bezprostredná komunikácia, vzájomne sa ovplyvňujú, pôsobia na seba, podliehajú skupinovému tlaku,
2. spoločné ciele – svojou vzájomnou činnosťou smerujú k istému cieľu, pričom deti prostredníctvom dosahovania spoločného cieľa uspokojujú aj svoje individuálne ciele,
3. spoločné hodnoty a normy správania – deti rešpektujú určitý daný systém pravidiel (noriem), ktoré regulujú ich správanie a pomáhajú udržiavať skupinovú disciplínu,
4. vedomie súdržnosti a spolupatričnosti – deti v skupine majú vedomie „my“, teda vedomie, že patria do skupiny, patria k sebe,
5. štruktúra – vzájomné vzťahy detí sú poprepájané v zmysle vymedzenia pozícií, rolí a statusov jednotlivcov, pričom ich vzájomné vzťahy vytvárajú jeden integrovaný systém,
6. autonómia –skupina predstavuje samostatný celok, ktorý je odlišný, oddelený od iných skupín a do určitej miery od nich aj nezávislý, samostatne fungujúci

Vychovávateľ vedie výchovnú činnosť v samostatne usporiadanej skupine, tvorenej najviac 10 deťmi vo veku od narodenia (ak dieťa má starších súrodencov v centre) do 18 rokov. Vzťahy medzi členmi takejto výchovnej skupiny sú navzájom závislé - správanie jedného dieťaťa ovplyvňuje správanie ostatných detí v skupine, deti nemusia mať rovnaké hodnoty, názory a normy, čo narúša jednotu skupiny. Pre vedenie skupiny detí je dôležité porozumieť základným 3 pojmom – prostredie, atmosféra a klíma skupiny.

Prostredie skupiny – vyjadruje priestorové podmienky v rodinnom dome, počet detí v izbe, vonkajšie prostredie, možnosti hier na dvore, materiálne podmienky (napr. počet televízorov, WIFI, spoločenské hry atď.), návštevne priestory pre rodičov a priateľov a pod.

Atmosféra skupiny – vyjadruje sociálne vzťahy a javy, ktoré majú krátkodobé trvanie a sú silne situačne podmienené a premenlivé (napr. iný vychovávateľ v skupine, dieťa z inej skupiny na krátkodobý pobyt, príchod nového dieťaťa a pod.)

Klíma skupiny – vyjadruje dlhodobejšie pretrvávajúce sociálne vzťahy v skupine, ktoré sú menej premenlivé, fungujú bez ohľadu na konkrétne sociálne situácie a nemenia sa tak rýchlo ako atmosféra skupiny.

Na klímu skupiny pôsobí :

- a) veková rozmanitosť detí v skupine
- b) spokojnosť v skupine – určitá pohoda, miera uspokojenia
- c) spory a konflikty v skupine – miera napätia a škriepok
- d) súťaživosť v skupine – konkurenčné vzťahy v skupine, miera snáh po vyniknutí, prežívanie úspechov a neúspechov
- e) náročnosť povinností a ich frekvencia
- f) súdržnosť skupiny – priateľské a nepriateľské vzťahy a voľby detí, miera pospolitosti v inom prostredí
- g) prostredie, z ktorého dieťa pochádza a jeho správanie

4.1. Prístupy a taktiky vychovávateľa na vytvorenie pozitívnej klímy v skupine

Na vytvorenie pozitívnej klímy môžu vychovatelia využiť súbor prístupov a taktík, ktoré sú v intenciách humanistického prístupu vo výchove, v súlade s Rogersovou humanistickou koncepciou výchovy.

Medzi efektívne výchovné prístupy patria:

Empatia – „Som empatický, srdečný, dokážem vidieť svet aj očami detí, rozumiem konaniu detí, hovorím im to, rozlišujem hodnotenie osobnosti dieťaťa od jeho správania, vytváram príležitosť, aby deti mohli súhlasiť alebo nesúhlasiť s mojím názorom“

Srdečnosť – „Som ohľaduplný, som k deťom priateľský aj vtedy, keď riešim konflikt, akceptujem deti aj vtedy, keď nesúhlasím s tým čo robia, poskytujem deťom aktívnu podporu, hovorím im, že ich mám rád, že si vážim ich city, životné skúsenosti“

Autenticnosť – „Som k deťom úprimný, neskrývam sa za naučené role, deti vedia, aký mám ku nim vzťah a k ich rodine a životu, som sám sebou vo všetkých situáciách“

Konkrétosť – „Som vecný, keď s deťmi hovorím, nepoužívam mnohoznačné a hmlisté charakteristiky alebo usmernenia, o ich rodine a životných skúsenostiach hovorím priamo, nepoužívam dvojsmyselné výroky o ničom, čo sa ich týka“

Otvorenosť – „Dovoľujem deťom, aby videli aký som vo vnútri, a robím to preto, aby deti boli otvorené ku mne, neočakávam, že oni budú otvorené a ja som v roli múdreho a schopného

vychovávateľa, dokážem s deťmi hovoriť o tom, čo cítim, čo si myslím, nevytváram tajomstvá, a to isté chcem od nich“.

Akceptácia citu – „Nebojím sa bezprostredného kontaktu s citmi detí, doprajem si vo vzťahu k nim prežívať vlastné city, čím im otvárať cestu k tomu, aby reagovali rovnako, no nevnucujem sa im“.

Konfrontácia – „Dokážem sa postaviť tvárou v tvár voči druhým, robím to s pocitom zodpovednosti a angažovanosti, pri rozdielnosti názorov znesiem stretnutie s deťmi, rodičmi, vychovávateľmi a inými ľuďmi v nádeji, že dosiahnem porozumenie a akceptáciu, nevyhrážam sa im, nevyčítam a neútočím, ani nijako nezdôrazňujem svoju autoritu“

Sebapoznanie – „Skúmam svoje konanie a životné postoje, rád čerpám podnety od ostatných a rád ich aj prijímam, dokážem hodnotiť sám seba, stretnutia s rodičmi, vychovávateľmi a inými ľuďmi a všetky skúsenosti sú pre mňa cenným zdrojom sebapoznania a sebakorekcie.“

Existuje rad zábran a blokad, prečo sa tradičný vychovávateľ tak nespráva. Medzi najdôležitejšie predsudky, ktorá vychovávateľ môže mať, patri, že mu klesne autorita, že neudrží v skupine disciplínu, že také správanie deti nepochopia alebo ho zneužijú, že byť sám sebou nevedie k zmene klímy v skupine, len to ukáže citlivé a zraniteľné miesto vychovávateľa a nenájde to podporu u vedenia.

5. Plánovanie individuálnej práce s dieťaťom

5.1. Individuálny plán rozvoja osobnosti dieťaťa

V súlade s § 45 odsek 9 a § 49 odsek 6 zákona centrum pripraví v spolupráci s orgánom SPODaSK, a ak je to vzhľadom na vek a rozumovú vyspelosť dieťaťa možné, tak aj s dieťaťom, Individuálny plán rozvoja osobnosti (ďalej len „IPROD“). IPROD je súbor čiastkových plánov vykonávania odborných činností v centre, najmä Plánu sociálnej práce, Plánu výchovnej práce s dieťaťom, Hlavných úloh psychologickéj činnosti psychológa centra – plánu psychologickéj práce s dieťaťom. IPROD je komplexne vypracovaný pre každé dieťa po uskutočnenej prípadovej konferencii, na ktorej sa stanovujú hlavné ciele vo všetkých zložkách plánovania pomoci dieťaťu a jeho rodine tak, aby boli naplnené potreby dieťaťa na základe vyhodnotenia celkovej situácie dieťaťa vrátane rodinných súvislostí. IPROD sa vyhodnocuje najmenej jedenkrát za 6 mesiacov (v prípade výchovných opatrení najmenej 1 krát za 5 mesiacov) vo všetkých čiastkových plánoch, vo forme odbornej správy a vo forme listu, ktorý je adresovaný dieťaťu a je neformálnou podobou odbornej správy tak, aby dieťa porozumelo jej obsahu. Neformálna správa vo forme listu pre dieťa je uložená v osobných dokumentoch dieťaťa (tzv. Kniha života).

PLÁN VÝCHOVNEJ PRÁCE S DIEŤAŤOM vypracúva vychovávateľ v spolupráci s ostatnými vychovávateľmi samostatnej skupiny, s psychológom (ktorý stanovuje odporúčania do praxe), sociálnym pracovníkom (ktorý stanovuje odborné metódy práce s dieťaťom a jeho rodinou) a ostatnými externými odbornými pracovníkmi centra. Plán výchovnej práce je vypracovaný za aktívnej účasti dieťaťa a vyhodnocovaný pravidelne:

- a) pravidelne raz za 6 mesiacov formou listu, ktorý dieťaťu píše vybraný vychovávateľ samostatne usporiadanej skupiny
- b) písomne jedenkrát za 6 mesiacov vo forme odbornej správy predloženej na prípadovej konferencii k aktualizácii Individuálneho plánu rozvoja osobnosti dieťaťa a Plánu sociálnej práce,

- c) čiastkové ciele sú vyhodnocované písomne v Záznamoch o fyzickom, psychickom a sociálnom vývine dieťaťa alebo v záznamoch v spisovej dokumentácii dieťaťa, ak sa vyskytnú také situácie, ktoré si vyžadujú pozornosť (krízový plán, návšteva v škole a pod.)

PLÁN SOCIÁLNEJ PRÁCE vypracúva sociálny pracovník centra na základe stanovených cieľov na prípadovej konferencii a je jednotný pre centrum a orgán SPODaSK. Umiestnenie do centra má byť zároveň prvým krokom na vytvorenie podmienok návratu dieťaťa do rodinnej starostlivosti. Ciele stanovené v pláne sú zamerané na riešenie nepriaznivej situácie dieťaťa bez rodičovskej starostlivosti, a to: a) sanácia rodinného prostredia s cieľom návratu dieťaťa do rodiny, b) poskytnutie náhradného rodinného prostredia formou náhradnej osobnej starostlivosti alebo formou pestúnskej starostlivosti alebo adopcie, c) postupné osamostatňovanie sa dieťaťa s udržiavaním resp. úpravou a ozdravením vzťahovej väzby dieťaťa s rodičmi formou odborných metód práce, ktoré vykonávajú zamestnanci centra a orgánu sociálnoprávnej ochrany detí a sociálnej kurately

Plán sociálnej práce je vyhodnocovaný a aktualizovaný:

- a) písomne najmenej jedenkrát za 6 mesiacov vo forme odbornej správy predloženej na prípadovej konferencii k aktualizácii Individuálneho plánu rozvoja osobnosti dieťaťa a Plánu sociálnej práce,
- b) písomne najmenej jedenkrát za 6 mesiacov záznamom z rodinnej porady za účasti zamestnancov centra, odborného tímu centra a pozvaných hostí, ak je to vhodné a účelné (externí zamestnanci, zástupcovia škôl, orgánu SPODaSK, školy, rodiny a príbuzných a pod.)
- c) čiastkové ciele sú vyhodnocované na operatívnych stretnutiach odborného tímu a v úradných záznamoch sociálnych pracovníkov v spisovej dokumentácii dieťaťa, ak sa vyskytnú také situácie, ktoré si vyžadujú pozornosť (krízový plán, návšteva v škole a pod.).

PLÁN OSAMOSTATNOVANIA SA vypracúva sociálny pracovník v spolupráci s dieťaťom vo veku najmenej 17 rokov, odborným tímom a orgánom SPODaSK. Cieľom je uľahčiť prechod dieťaťa do samostatného života. Čiastkové ciele sú zamerané na popis predpokladaného spôsobu zabezpečenia si bývania, zamestnania, úlohy posilňujúce zručnosti na samostatný život (varenie, sebaobsluha, vybavovanie sa príslušných úradoch, výberové konanie do práce a iné), stanovisko rodiny k možnostiam po odchode mladého dospelého vo forme pomoci rodiny pri zabezpečení bývania, stanovisko obce k možnosti pomoci a vyjadrenie, či tvorila úspory, stanovisko dieťaťa k forme vyplatenia príspevku na osamostatňovanie vo forme peňažnej, vecnej alebo kombinovanej, úlohy jednotlivých subjektov na osamostatňovaní sa mladého dospelého a po odchode z centra. Ak chce zostať mladý dospelý v centre aj po dovŕšení plnoletosti, je v Pláne zahrnutá aj Dohoda s mladým dospelým o podmienkach zotrvania v centre. Ak je mladý dospelý zamestnaný, centrum určuje úhradu.

PLÁN PSYCHOLOGICKEJ STAROSTLIVOSTI – Hlavné úlohy činnosti psychológa centra vypracúva psychológ centra. Diagnostickú správu psychológ spracúva v spolupráci s externým tímom centra. Cieľom psychologickej starostlivosti v centre je v adaptačnom období poskytovať dieťaťu a rodičom podporu a individuálne poradenstvo, posúdiť úroveň vývinu osobnosti dieťaťa, typ vzťahovej väzby s rodičom, súrodeneckú väzbu, orientačnú úroveň intelektového potenciálu v diagnostickej správe a formou individuálnej a skupinovej práce pracovať na harmonickom vývine osobnosti dieťaťa za aktívnej spolupráce rodičov, pracovať s rodičom na zlepšení, úprave alebo udržaní vzťahovej väzby dieťaťa s rodičmi a na zlepšení podmienok návratu dieťaťa do rodinného prostredia, ponúkať vychovávateľom odborné odporúčania do praxe.

Plán psychologickej starostlivosti sa vyhodnocuje:

- a) písomne jeden krát za 6 mesiacov vo forme odbornej správy predloženej na prípadovej konferencii k aktualizácii IPRoDu a Plánu psychologickej práce,
- b) čiastkové ciele sú vyhodnocované písomne v Záznamovom hárku dieťaťa alebo v záznamoch v spisovej dokumentácii dieťaťa, ak sa vyskytnú také situácie, ktoré si vyžadujú pozornosť (krízový plán, rodičovské konflikty, nezáujem rodiča o dieťa a pod.).

5.2. Kľúčové kompetencie dieťaťa

Cieľom výchovno – vzdelávacej práce s dieťaťom je získanie kompetencií primeraných veku dieťaťa a jeho aktuálnemu fyzickému, psychickému a sociálnemu vývinu dieťaťa. Kompetencie v oblasti výchovy a vzdelávania sú definované ako súbor vedomostí, schopností (t. j. hodnôt, noriem a postojov) a zručností dieťaťa, ktoré nestoja vedľa seba izolovane, ale rôznymi spôsobmi sa prelínajú, sú multifunkčné, a dieťa ich môže získať len ako výsledok celkového procesu výchovy v centre, v škole a cielene čiastočne aj v rodinnom prostredí. K ich utváraniu a upevňovaniu musia smerovať všetky činnosti, ktoré v centre a podľa možností aj v rodine prebiehajú.

Proces osvojenia kompetencií dieťaťom prebieha v štyroch úrovniach :

1. úroveň : dieťa nemá osvojenú kompetenciu
2. úroveň : dieťa potrebuje stálu pomoc pri osvojovaní kompetencie
3. úroveň : dieťa potrebuje občasnú pomoc alebo kontrolu pri osvojení kompetencie
4. úroveň : dieťa má osvojenú kompetenciu a je schopné samostatne ju realizovať

Za kľúčové kompetencie pre komplexný rozvoj osobnosti dieťaťa považujeme :

- sociálne (interpersonálne) kompetencie
- personálne kompetencie
- pracovné kompetencie
- kompetencie k rodinnému spôsobu života
- občianske kompetencie
- kultúrne kompetencie
- kompetencie k tráveniu voľného času
- kompetencie k zdravému spôsobu života
- vzdelávacie kompetencie = kompetencie na učenie
- vzdelávacie kompetencie = komunikačné a informačné kompetencie

Sociálne (interpersonálne) a personálne kompetencie dieťaťa :

- dieťa vie pomenovať svoje potreby, city a pocity v každej situácii
- dieťa vie zvládnuť jednoduché stresové situácie
- dieťa vie riešiť vlastným postupom jednoduché konflikty
- dieťa vie poprosiť, poďakovať, ospravedlniť sa
- dieťa vie prejaviť vďačnosť za starostlivosť
- dieťa vie presadiť vlastnú autonómiu a práva svojej osobnosti

- dieťa pozná a rešpektuje potreby detí v skupine
- dieťa vie spolupracovať efektívne v skupine
- dieťa si uvedomuje potreby osôb so zdravotným znevýhodnením
- dieťa vie poskytnúť pomoc alebo pomoc privolať
- dieťa vie plánovať, organizovať, riadiť a hodnotiť
- dieťa vie odhadnúť riziká svojich nápadov
- dieťa vie pristupovať svojim úlohám zodpovedne
- dieťa vie rozhodovať sa samostatne o svojich činnostiach a uvedomovať si, že za ne
- dieťa prijíma zodpovednosť a nesie dôsledky
- dieťa vie prejavíť citlivosť a ohľaduplnosť
- dieťa vie rozpoznať vhodné a nevhodné správanie
- dieťa sa podieľa na vytváraní vhodnej (príjemnej) tímovej atmosféry
- dieťa spolupracuje v skupine detí, dokáže sa v skupine (vrstovníkov) presadiť aj podriaďiť alebo prijať kompromis
- dieťa vie rešpektovať prijaté pravidlá
- dieťa vie rešpektovať iné deti (iných ľudí)
- dieťa vie tolerovať odlišnosti medzi ľuďmi - farba pleti, spoločenské postavenie, orientácia
- dieťa vytvorí pozitívnu predstavu o sebe samom
- ovládať a riadiť svoje správanie tak, aby bol dosiahnutý pocit sebauspokojenia a sebaúcty

Pracovné kompetencie dieťaťa :

- dieťa vie upratať, prať, vysávať, upratať si svoju izbu a udržať ju v poriadku
- dieťa sa vie starať o svoju obuv
- dieťa vie variť jedlá primerane svojmu veku
- dieťa pozná peniaze a cenu potravín, oblečenia, hračiek a pod.
- dieťa vie hospodáriť so svojím vreckovým a využívať ho na pozitívne veci
- dieťa vie nakúpiť podľa jedálneho lístka
- dieťa má radosť z vykonanej práce
- dieťa si váži prácu iných
- dieťa si uvedomuje nutnosť poctivej práce pre seba a spoločnosť
- dieťa pozná svoje pracovné povinnosti
- dieťa vie pracovať v skupine, potláčať negatívne zlozvyky
- dieťa vie dokončiť začatú prácu
- dieťa vie rozlišovať svoje schopnosti v obslužných a pracovných činnostiach

Kompetencie dieťaťa k rodinnému spôsobu života :

- dieťa pozná históriu svojej rodiny
- dieťa pozná tradície svojej etnickej skupiny
- dieťa rozumie konaniu svojich rodičov, rozlišovať ich silné stránky a chyby
- dieťa chápe význam rodiny pre život dieťaťa
- dieťa sa vie postarať o menšie a slabšie deti

- dieťa chápe význam čistoty vo vzťahu s opačným pohlavím
- dieťa vie oceniť význam a postavenie vychovávateľa
- dieťa pozná tradície spojené so svadbou, krstom, meninami a narodeninami členov rodiny
- dieťa sa podieľa na príprave podujatí v skupine, centre, v rodine
- dieťa pozná rôzne tradície spojené s významnými sviatkami ako Vianoce, Veľká noc, Deň matiek a pod

Kompetencia dieťaťa k tráveniu voľného času:

- dieťa vie rozlišovať vhodné a nevhodné ponuky k tráveniu voľného času
- dieťa si vyberá priateľov, s ktorými vhodne trávi voľný čas
- dieťa si rozvíja schopnosť pracovať so skupinou a pre skupinu
- dieťa sa orientuje v možnostiach zmysluplného trávenia voľného času
- dieťa posilňuje svoje slabšie stránky s pomocou iných,
- dieťa cieľavedome rozvíja svoje nadanie

Kompetencie dieťaťa k zdravému životnému štýlu:

- dieťa má osvojené hygienické návyky
- dieťa dodržiava zásady zdravej výživy
- dieťa má kladný vzťah k pohybu
- dieťa pozná význam preventívnych lekárskeho prehliadok
- dieťa pozná pravidlá prvej pomoci
- dieťa vie vplyv sociálno-patologických javov – fajčenie, alkohol a iné drogy na človeka
- dieťa vie regulovať svoje správanie aj v partii rovesníkov

Kultúrne kompetencie dieťaťa :

- dieťa si uvedomuje rozdiel medzi vulgárnym a kultúrnym správaním
- dieťa dbá o estetiku svojho vzhľadu
- dieťa dbá o estetiku svojho osobného priestoru aj životnému priestoru v skupine a rodine
- dieťa sa správa kultúrne, primerane okolnostiam a situáciám
- dieťa vie pomenovať základné druhy umenia
- dieťa si rozvíja vzťah k umeniu návštevami v divadle, galérií a pod.
- dieťa vie krásu nielen vnímať, ale aj tvoriť drobnými dennými činnosťami
- dieťa pozná bežné pravidlá spoločenského kontaktu – etiketu
- dieťa rešpektuje kultúrne tradície
- dieťa sa zúčastňuje spoločenských akcií
- dieťa sa venuje vhodnej záujmovej aktivite
- dieťa sa podieľa na príprave spoločenských podujatí v skupine, škole, centra
- dieťa sa podieľa na prezentácii centra

Občianske kompetencie dieťaťa :

- dieťa pozná, a rozumie pojmom demokracia, občan, štát
- dieťa pozná svoje práva a povinnosti, správa sa podľa nich
- dieťa pozná a uvedomuje si význam kultúrneho dedičstva
- dieťa pozná a dodržiava ľudské práva a primeraným spôsobom bojuje proti rasizmu

- dieťa pozná význam prírody a zdravého prostredia v živote človeka
- dieťa chápe základné princípy ochrany životného prostredia
- dieťa šetrí energiou
- dieťa triedi odpad
- dieťa sa učí spoznávať druhy zvierat a rastlín
- dieťa si pestuje vzťah ku krásam prírody – chodí do prírody a stará sa o ňu
- dieťa odsudzuje negatívne zásahy človeka do prírody a zabraňovať im vhodným spôsobom

Kompetencie dieťaťa na riešenie problémov:

- dieťa vie rozpoznať závažnosť problémov
- dieťa vie odhadnúť svoje sily k vyriešeniu daného problému
- dieťa vie pri riešení problému vychádzať z nadobudnutých skúseností
- dieťa vie využívať logické, matematické a empirické postupy
- dieťa chápe, že odkladanie problému nevedie k cieľu
- dieťa vie rozlišovať správne a chybné riešenia
- dieťa vie využívať získané vedomosti a zručnosti k objavovaniu rôznych variantov riešenia
- dieťa vie vyhľadávať informácie vhodné k riešeniu problémov
- dieťa je vytrvalé pri hľadaní konečného riešenia problémov
- dieťa vie overovať správnosť riešenia problémov
- dieťa vie obhájiť svoje postupy pri riešení problémov
- dieťa dokáže uznať svoju chybu, dať prednosť vhodnejšiemu postupu, ospravedlniť sa.

Kompetencie dieťaťa na učenie : /program vzdelávania /

- dieťa pozná zmysel a cieľ významu učenia,
- dieťa si osvojuje postupy potrebné na získavanie nových poznatkov a vedomostí
- dieťa zvláda základy učenia na základe osobnej motivácie
- dieťa vie pracovať s učebnicou a orientuje sa v učive,
- dieťa vie interpretovať počutý text
- dieťa si kladie otázky a vie si na ne odpovedať,
- dieťa vie ohodnotiť vlastný výkon,
- dieťa sa teší z dosiahnutých výsledkov,
- dieťa si vie vybrať vhodné informácie,
- dieťa je aktívne v individuálnej vzdelávacej činnosti (číta si, učí sa bez pokynov, dieťa dokáže získané vedomosti, zručnosti a návyky využiť v praktických situáciách)
- dieťa sa dokáže doučiť neznáme učivo
- dieťa baví učenie

Komunikačné a informačné kompetencie dieťaťa :

- dieťa vie formulovať a vyjadrovať svoje myšlienky, vyjadrovať sa
- dieťa vie počúvať, rozumieť druhým ľuďom, zapojiť sa do diskusie
- dieťa rozumie neverbálnej komunikácii

- dieťa uplatňuje ústretovú komunikáciu pre vytváranie dobrých vzťahov so spolužiakmi
- dieťa preberá zodpovednosť za svoje komunikačné správanie
- dieťa vie používať informačné technológie vo výchovných činnostiach a pri učení sa
- dieťa ovláda základy potrebných počítačových aplikácií

- dieťa dokáže primerane veku komunikovať pomocou elektronických médií
- dieťa dokáže adekvátne veku vyhľadávať informácie na internete
- dieťa vie používať rôzne vyučovacie programy
- chápať, že je rozdiel medzi reálnym a virtuálnym svetom
- vedieť, že existujú riziká, ktoré sú spojené s využívaním internetu a IKT

5.3. Vývojové úlohy podľa veku dieťaťa:

Dieťa má potenciál stať sa kompetentným vtedy, ak sa u vychovávateľa prejavujú tri podstatné kvality pri vzťahovom výchovnom procese:

2- ročné dieťa

- dieťa sa vie vyzliecť
- dieťa si vie umyť ručičky a tváričku
- dieťa si vie učesať vlasy
- dieťa si umyť si zúbky (za asistencie)
- dieťa si vie pozbierať hračky a dať ich do úložnej škatule
- dieťa vie poupratovať izbičku
- dieťa vie odpratať veci zo stola
- dieťa vie uložiť knihy v poličke
- dieťa sa vie hrať samostatne a bezpečne po určitú dobu (pol hodinku) vo vlastnej izbe, samozrejme pod dohľadom. Deti sa musia naučiť, že sa dokážu hrať osamote a stále sa zabaviť

3 - ročné dieťa

- dieťa sa vie obliecť (za asistencie)
- dieťa si vie upraviť postieľku
- dieťa si vie utrieť po sebe rozliate veci
- dieťa vie zahodiť odpadky do koša
- dieťa vie pomôcť pri prestieraní stola
- dieťa si vie zapnúť zips
- dieťa vie dať špinavé veci do prádlového koša
- dieťa vie prestrieť stôl
- dieťa vie utrieť prach na parapetách

4-ročné dieťa

- dieťa vie pomôcť pozbierať špinavú bielizeň
- dieťa vie ustlať svoju posteľ

- dieťa vie použiť ručný vysávač
- dieťa vie pozbierať vonkajšie hračky
- dieťa vie oprášiť a vyčistiť poličky
- dieťa vie vyprázdniť odpadkový kôš
- dieťa vie povedať vlastné domáce telefónne číslo
- dieťa vie povedať vlastnú adresu
- dieťa vie pomôcť vyprázdniť umývačku riadu
- dieťa vie pomôcť pri donášaní potravín z obchodu
- dieťa vie sedieť v tichosti a prezerat' knihy, alebo kresliť
- dieťa vie plávať
- dieťa vie nakrímiť domáce zvieratko
- dieťa vie poliat' kvety
- dieťa vie pripraviť jednoduché občerstvenie
- dieťa vie povysávať svoju izbu
- dieťa vie utrieť a uložiť riady
- dieťa vie dezinfikovať kľučky na dverách

5 -ročné dieťa

- dieťa vie odložiť čistú bielizeň
- dieťa vie plávať
- dieťa zanechá toaletu a kúpeľňu po použití čistou
- dieťa vie spláchnuť po sebe toaletu
- dieťa vie nakrímiť domáce zvieratka
- dieťa vie poliat' kvety
- dieťa vie vybrať schránku (iba ak podľa vás umiestnená na bezpečnom mieste) a dať poštu na príslušné miesto
- dieťa chápe význam malého vreckového
- dieťa vie zavolať 112
- dieťa sa vie korčuľovať
- dieťa vie skákať cez švihadlo
- dieťa sa vie bicyklovať
- dieťa sa začína učiť viazať si šnúrky na topánkach

6 – ročné dieťa

- dieťa si vie organizovať vlastné šuflíky a skrinky
- dieťa vie vyprázdniť umývačku riadu a odložiť riady
- dieťa vie zložiť uteráky
- dieťa vie pozbierať odpady na dvore
- dieťa vie umyť a poutierať riady svojimi rukami
- dieťa vie poupratovať obývačku a spoločné priestory
- dieťa vie pohrabať lístie
- dieťa vie pomôcť odložiť potraviny na správne miesto
- dieťa si vie spraviť vlastný toast alebo chlebík
- dieťa sa učí rozumieť základom mňania, sporenia a dávania peňazí

- dieťa si vie naliať džús alebo mlieko do pohára
- dieťa vie poumývať plastové odpadkové koše
- dieťa vie umyť zrkadlá a iné sklenené predmety
- dieťa sa samé vie poumývať

6 – 7 ročné dieťa

- dieťa vie pozbierať odpadky
- dieťa vie zložiť uteráky
- dieťa vie utrieť prach mopom (prachovkou) z podlahy
- dieťa vie vyprázdniť umývačku riadu
- dieťa vie spárovať čisté ponožky
- dieťa vie vyplieť burinu v záhrade
- dieťa vie hrabať lístie
- dieťa vie odtrhnúť paradajky či mrkvu
- dieťa vie (s pomocou) urobiť šalát
- dieťa vie vymeniť rolku toaletného papiera
- dieťa vie samostatne sa obliecť a obuť
- dieťa si vie pozapínať gombíky a zaviazať šnúrky;
- dieťa sa vie samostatne najesť
- dieťa sa vie samostatne obslúžiť na WC
- dieťa vie správne vyslovovať všetky hlásky
- dieťa sa vie vyjadrovať plynule aj v zložitejších vetách
- dieťa vie kresliť tak, že línie sú pevné a neroztrasené
- dieťa vie nakresliť postavu so všetkými základnými znakmi
- dieťa vie vystrihnúť jednoduchý tvar podľa predkreslenej čiary
- dieťa pozná základné farby
- dieťa spočítava predmety najmenej do "päť"
- dieťa vie rozprávať obsah krátkej rozprávky a rozumieť jej obsahu
- dieťa sa vie naučiť naspamäť detskú pesničku alebo básničku
- dieťa vie vysloviť krátke slovo samostatne po hláskach
- dieťa sa vie orientovať v priestore, vie kde je "vpredu", "vzadu", "hore", "dole", "vpravo", "vľavo".
- dieťa vie vydržať pri hre alebo inej činnosti 15 - 20 minút
- dieťa vie začatú prácu dokončiť, nezačína neustále niečo nové, neodbieha
- dieťa si na nové prostredie a osoby zvyká bez väčších problémov (neplače, neskrýva sa za rodičov, neuteká)
- dieťa sa väčšinou hráva spoločne s deťmi, nestráni sa ich spoločnosti, nie je medzi deťmi bojzlivé a plačlivé
- dieťa nie je agresívne, spory s deťmi dokáže riešiť väčšinou bez bitky, hádky, vzdorovitosti
- v správaní dieťaťa sa neprejavujú zlozvyky, ako napríklad cmúľanie prstov, ohrýzanie nechtov, časté pokašliavanie, žmurkanie.
- dieťa sa nezajakáva pri reči
- dieťa sa nepomocuje

7 – ročné dieťa

- dieťa vi použiť vysávač
- dieťa vie poumývať kliečky a misky po domácich zvieratkách
- dieťa vie použiť metličku a zmeták
- dieťa vie pozametať chodníky a terasy
- dieťa vie napísať správu pre niekoho, kto je neprítomný
- dieťa sa vie naučiť základné potravinové skupiny a zdravé stravovacie návyky
- dieťa si vie ohriať jedlo v mikrovlnke
- dieťa si vie prečítať si jednoduchý recept a pomáhať pri jeho zhotovovaní
- dieťa si vie pripraviť jednoduchý pokrm, ako napríklad varené vajčka
- dieťa pozná kuchynské náradie a vie, na čo sa používa
- dieťa vie manažovať financie- zarobiť si menší obnos (vreckové, pomáhanie v domácnosti) a šetriť (napr. na hračku)
- dieťa si vie urobiť vlastnú desiatu
- dieťa si vie pokrájať mäso a iné potraviny
- dieťa vie polievať vonkajšie rastliny
- dieťa si vie vyzliecť posteľ
- dieťa vie udržiavať vo vlastnej izbe poriadok na poličkách s hračkami a knihami
- dieťa sa učí hrať na hudobný nástroj
- dieťa vie vyprázdniť umývačku riadu
- dieťa vie spárovať čisté ponožky
- dieťa vie vyplieť burinu v záhrade
- dieťa vie hrabať lístie
- dieťa vie odtrhnúť paradajky či mrkvu
- dieťa vie urobiť šalát
- dieťa vie vymeniť rolku toaletného papiera

8 – ročné dieťa

- dieťa vie poskladať úhladne svoje oblečenie (bez záhybov)
- dieťa si vie oprat' svoje spodné prádlo
- dieťa si vie prezliecť obliečky a plachtu na posteli
- dieťa vie vyčistiť interiér auta
- dieťa si vie povysávať nábytok ako stoličky, gauč
- dieťa vie vyčistiť umývadlo, vaňu a toaletu
- dieťa vie naložiť a zapnúť umývačku riadu
- dieťa si vie ostrihať nechty na rukách a nohách a vyčistiť si uši
- dieťa zvládne vytvoriť podľa návodu napríklad nejaký model
- dieťa vie správne prestrieť stôl
- dieťa vie umyť dlážku
- dieťa vie očistiť zemiaky a zeleninu
- dieťa vie usmažiť vajčka
- dieťa vie upiecť jednoduché cukrovinky

- dieťa si vie poskladať opraté oblečenie
- dieťa si začína manažovať si vlastný čas- dodržiavať rozvrh, termíny
- dieťa si ďalej vyvíja schopnosti manažovania financií

9 – ročné dieťa

- dieťa vie použiť práčku a sušičku
- dieťa vie rozvíjať časový manažment (dokázať dokončiť aktivity v stanovený rámec času)
- dieťa vie pekne poskladať deky a paplóny
- dieťa vie udržiavať kuchynské šuflíky pekne upratané
- dieťa vie pomáhať pri čistení chladničky
- dieťa vie pripravovať teplé nápoje
- dieťa vie pripravovať jednoduché jedlá zo sáčku, uvariť si párky a praženicu
- dieťa vie dohliadnuť na opekanie mäsa na panvici či grile
- dieťa vie utrieť prach v celej domácnosti
- dieťa vie zrátať peniaze v obchode (aj výdavok)
- dieťa vie porovnať kvalitu a cenu vecí
- dieťa si vie naolejovať bicykel

10 – ročné dieťa

- dieťa si vie vymeniť žiarovku a porozumieť princípu elektrického napätia
- dieťa vie rozoznať medzi dobrými a pokazenými potravinami
- dieťa vie upiecť koláč z prášku
- dieťa vie uvariť zmrazené pokrmy
- dieťa rozumie dôležitosti a opodstatneniu nutričných hodnôt potravín
- dieťa si vie naplánovať vyvážený jedálniček
- dieťa si vie vybrať a pripraviť ovocie a zeleninu
- dieťa si vie vymeniť koleso (dušu) na bicykli a opraviť rôzne malé poruchy
- dieťa ovláda základy prvej pomoci
- dieťa vie o používaní liekov a nebezpečenstve predávkovania
- dieťa vie oprat' a vysušiť prádlo pre celú rodinu
- dieťa vie pokosiť trávnik
- dieťa vie zaobchádzať s vreckovým nožom
- dieťa ovláda základy šitia

10 – 11 ročné dieťa

- dieťa si vie vyčistiť kúpeľňu a toaletu
- dieťa vie povysávať koberce
- dieťa vie poumývať podlahu
- dieťa vie vyčistiť kuchyňu
- dieťa vie pripraviť jednoduché jedlo
- dieťa vie pokosiť trávnik
- dieťa vie poslať e-mail
- dieťa vie robiť jednoduché opravy (niečo zašit', zlepiť atď.)

- dieťa vie pozametat' garáž

11 – ročné dieťa

- dieťa vi vymeniť poistku a vie, kde sú ističe
- dieťa vie upratať garáž
- dieťa vie upiecť sušienky a muffiny
- dieťa vie pripraviť čerstvý šalát a dressing
- dieťa si vie opraviť chyby na oblečení a prišit' gombík
- dieťa vie umyť auto
- dieťa sa vie naučiť základné opravy elektroniky
- dieťa vie ovládať rôzne druhy uzlov
- dieťa ovláda prácu s fotoaparátom, mobilom, tabletom, počítačom
- dieťa je nápomocné v komunite

12 – 13 ročné dieťa

- dieťa vie poumývať podlahy
- dieťa vie vymeniť stropné svietidlo
- dieťa vie povysávať a poumývať auto
- dieťa vie upravovať živý plot
- dieťa vie vymaľovať stenu
- dieťa vie nakúpiť potraviny podľa zoznamu
- dieťa vie uvariť kompletnú večeru
- dieťa vie upiecť chlieb alebo koláč
- dieťa vie umyť okná
- dieťa vie dohliadnuť na mladších súrodencov
- dieťa vie vyžehliť oblečenie

13 – 15 ročné dieťa

- dieťa sa vie postarať o mladšieho súrodenca
- dieťa si vie vložiť a vybrať peniaze z banky
- dieťa ovláda prvú pomoc
- dieťa ovláda základ manažment času- vie si zorganizovať deň

15 – 18 ročné dieťa

- dieťa sa vie postarať o domácnosť
- dieťa sa vie postarať o mladšieho súrodenca
- dieťa sa vie postarať o seba
- dieťa vie komunikovať na úradoch, inštitúciách
- dieťa vie vykonávať drobné údržbárske práce
- dieťa vie pracovať na brigáde

- dieťa vie vykonávať prácu oper
- dieťa vie zabezpečiť ochranu majetku v prípade potreby
- dieťa vie zabezpečiť lekársku pomoc
- dieťa vie ochrániť seba

7. Sociálno -psychologický výcvik pre deti a mladistvých

Jednu z možností aplikácie sociálnej psychológie na úrovni skupín predstavuje sociálno-psychologický výcvik (ďalej „SPV“). Cieľom týchto skupinových intervenčných programov, resp. aktivít, je rozvoj osobnej kapacity, individuálnych potencialít, sociálnej kompetencie a usmerňovanie profesijného vývinu. SPV je plánovitý a systematický prístup k ovplyvňovaniu skupinových procesov a skupinového správania. Účastníci si uvedomujú a vnútorne prežívajú skutočnosť, že je reálne a možné meniť správanie jednotlivca určitým smerom, napriek náročnosti, vyplývajúcej z preučovania dlhodobých fixovaných stereotypov.

SPV je plánovaná forma sociálneho učenia s využitím metód a techník na rozvoj a posilnenie celkovej sociálnej kompetencie jedinca alebo na vybrané rizikové oblasti interpersonálnu percepciu, senzitivitu, verbálnu a neverbálnu komunikáciu, nácvik spätných väzieb, kooperatívnych foriem správania atď. Nezávisle na tom, či metóda, ktorú v skupine využívame, má charakter hry, cvičenia, modelovania, hrania rolí, je možné situáciu, ktorú vyvoláme, považovať viac-menej za štruktúrovanú situáciu sociálneho učenia. Táto situácia umožňuje účastníkovi uľahčiť získanie nových informácií o sebe, o vplyve na druhých a podnecuje k trénovaniu jednotlivých sociálnych zručností a spôsobilostí.

Významnú úlohu pri realizácii SPV s deťmi zohráva vedúci skupiny. Vzhľadom na svoju citovú závislosť vo vzťahu k autoritám, pocit istoty a bezpečia vo vzťahu ku nim, potrebujú deti a dospievajúci vedúcemu skupinovej práce dôverovať. V mnohých oblastiach potrebujú byť autoritou vedené alebo sa s ňou konfrontovať, hoci nie vždy sú pripravené niesť za svoje názory a rozhodnutia zodpovednosť. Vedúci skupiny predstavuje pre deti a dospievajúcich vzor, z ktorého chcú mať možnosť čerpať vlastnú osobnú istotu a emočnú stabilitu.

Zapojenie rodičov potvrdzuje pozitívny efekt na deti aj rodičov v oblasti schopnosti prejavovať podporu, zlepšiť sebakontrolu detí, vzájomnú komunikáciu a pod., nielen na deti s problémovým správaním, ale aj v preventívnych aktivitách, teda u detí s primeraným školským a psychosociálnym vývinom.

7.1. Modelové témy sociálneho učenia detí na SPV

Téma : „*Patrím do tejto rodiny a nehanbím sa za to*“ - pozitívne prežívanie seba samého ako člena rodiny, z ktorej je dieťa trvale alebo dočasne odobraté bez možnosti kontinuálneho prežívania rodinných zážitkov s rodičmi a súrodencami

Čiastkové témy:

- a) Poznám a rozumiem mojej rodinnej histórii,
- b) Poznám tradície a hodnoty rodiny a etnickej skupiny, z ktorej moja rodina pochádza,
- c) Poznám tradície a hodnoty skupiny, v ktorej som vychovávané,
- d) Viem, na koho sa môžem obrátiť, ak potrebujem hovoriť o svojej rodine (SPO, SP, psychológ, vychovávateľ..),
- e) Prežívam s rodičmi spoločné zážitky a umocňujem si s nimi vzťah
- f) Mám kontakt so svojimi súrodencami a rozumiem súrodeneckej konštelácii,
- g) Prežívam so súrodencami pozitívne zážitky a umocňujem tak celoživotné súrodenecké vzťahy, obraciam sa o radu a pomoc k starším súrodencom, podporujem a pomáham mladším súrodencom.

Téma : „*Som kto som a som na seba hrdý, pretože som veľa dokázal a ešte dokážem*“ - vedenie dieťaťa k zdravému sebavedomiu a sebaúcte

Čiastkové témy:

- a) Poznám svoje slabé a silné stránky, viem ich rozlišovať,
- b) Poznám svoju schopnosť (ne)zvládať záťažové situácie, spoznávam sociálno-patologické javy ako maladaptívne formy správania,
- c) Prijímam pochvalu a pokarhanie ako reakciu na svoje správanie a konanie,
- d) Viem oceniť a povedať konštruktívnu kritiku inému dieťaťu,
- e) Viem slušne a bez vulgarizmov vyjadriť svoj názor dospelému,
- f) Viem odmietnuť splnenie úlohy zadanej dospelou osobou s primeraným vysvetlením,
- g) Viem primerane svojmu veku spravodlivo a pravdivo hodnotiť starostlivosť o jeho vývin v náhradnom prostredí,
- h) Viem formulovať požiadavky a hodnotiť samé seba na komunitných stretnutiach.

Téma : „*Som samostatný a zodpovedný za seba, svoje vedomosti, schopnosti a zručnosti*“ - vedenie dieťaťa k pozitívnemu vzťahu ku svojmu životu

Čiastkové témy :

- a) Starám o svoje zdravie, hygienu a čistotu, zdravý spánok,
- b) Starám sa o svoj životný priestor,
- c) Mám osvojené spoločenské a kultúrne návyky,
- d) Pomáham v kuchyni pri varení a viem variť,
- e) Starám sa o spodné prádlo, viem prať, viem vysávať, viem upratovať,
- f) Starám sa o kvety,
- g) Starám sa o spoločné zvieratko, prípadne o svoje vlastné,

- h) Viem narábať s vreckovým,
- i) Nepoužívam žiadne podporné prostriedky,
- j) S mierou používam mobil, internet,
- k) Voľný čas využívam zmysluplne,
- l) Viem využívať služby úradu, nemocnice, banky,
- m) Viem sa samostatne prepravovať hromadnou dopravou,
- n) Viem sa orientovať v neznámom priestore a s neznámymi ľuďmi,
- o) Venujem sa svojim záľubám, zúčastňujem sa súťaží, vystúpení, reprezentujem seba, svoje centrum, svoje korene ...

Téma : *„Som dobrý človek, kamarát, starší priateľ a rovesník „ - vedenie dieťaťa k priateľskému a dlhodobému vzťahu k rovesníkom, t.j. k deťom v ostatných skupinách, v centrách pre deti a rodiny a deťom z rodín*

Čiastkové témy :

- a) Vyhľadávam rovesnícke vzťahy,
- b) Poznám životný príbeh iných detí,
- c) Vytváram dlhodobé priateľstvá,
- d) Vnímam svoju hodnotu v skupine detí, nepresadzujem sa násilím,
- e) Pomáham v staršom veku mladším deťom,
- f) Organizujem spoločne s vychovávateľmi aktivity na upevnenie vzťahov a priateľstiev detí v skupinách,
- g) Zúčastňujem sa aktivít organizovaných pre deti na miestnej, krajskej a celoslovenskej úrovni,
- h) Počas prázdninových pobytov vytváram priateľstvá mimo komunitu detí bez rodiny,
- i) Poznávam a zvnútorňujem hodnoty usporiadaných rodín ako svoj vzor do budúcnosti

Téma : *„Plánujem si svojím správaním a konaním peknú budúcnosť“ - vedenie dieťaťa k zodpovednému vzťahu k svojej budúcnosti*

Čiastkové témy :

- a) Mám pozitívny vzťah k vzdelávaniu a povolaniu,
- b) Rozumiem , prečo je dobré byť vzdelaný,
- c) Venujem sa pravidelne a zodpovedne príprave do školy,
- d) Venujem sa rovnako obľúbeným aj menej zvládaným predmetom,
- e) Nevymeškávam bezdôvodne zo školy,
- f) Netajím informácie zo školy,
- g) Správam sa podľa pravidiel školy,
- h) Rešpektujem spolužiakov,
- i) Rešpektujem výchovné obmedzenia pri porušovaní pravidiel,
- j) Zúčastňujem sa na aktivitách školy,
- k) Poznám svoje vzdelávacie možnosti,
- l) Viem formulovať svoje predstavy o budúcom povolaní,
- m) Prijímam rady od odborníkov,

- n) Pripravujem sa zodpovedne na budúce povolanie v na vyššom stupni vzdelania,
- o) Rešpektujem a spolupracujem s majstrami pri výkone praxe,
- p) Pravdivo informujem svojich vychovávateľov o priebehu štúdia a vyučovacích výsledkoch.

Téma : „*Rešpektujem a ctím si každého človeka!*“ – vedenie dieťaťa k bezpečnému a rešpektujúcemu vzťahu k ľuďom

Čiastkové témy :

- a) Poznám, rešpektujem a dodržiavam hodnoty a pravidlá komunity (SUS) a sociálneho životného prostredia, v ktorom žijem,
- b) Slušne a ohľaduplne sa správam ku kamarátom, zamestnancom centra a ostatným dospelým v bežných aj náročných životných situáciách,
- c) Poznám a rešpektujem kultúrne zvyky a tradície spôsobu života iných skupín ľudí,
- d) Akceptujem vychovávateľov v roli náhradných opatrovateľov,
- e) Akceptujem prostredie, v ktorom dočasne žijem,
- f) Hľadám spôsoby podpory starých a chorých ľudí formou dobrovoľníckej činnosti alebo návštevou, kultúrnym programom, alebo spoločnou športovou aktivitou pre určenú sociálnu skupinu.

Téma : „*Vážim si krajinu a spoločnosť, v ktorej žijem!*“ - vedenie dieťaťa k rešpektujúcemu a pozitívnemu vzťahu k spoločnosti a svetu

Čiastkové témy:

- a) Rešpektujem a spolupodiel'am sa na ochrane spoločenského prostredia a prírody,
- a) Poznávam prírodu a jej zákonitosti, chápem postavenie človeka v jej ochrane,
- b) Starám sa o svoj životný priestor v izbe, v rodinnom dome, na dvore,
- c) Pomáham dospelým pri skrášľovaní interiéru a exteriéru,
- d) Triedim odpad, šetrím pitnou vodou, zbieram papier,
- e) Vnímam zákony na ochranu prírody,
- f) Pomáham finančne alebo materiálne zvieratkám v útulkoch aj vo svojom okolí, vyhľadávam možnosti dobrovoľníctva.

Príloha č.

Plán činnosti pre rodinu

Teoretické východiská :

Plán činnosti pre rodinu je súčasťou Individuálneho plánu rozvoja osobnosti dieťaťa – Plán výchovnej práce s dieťaťom. Vŕahuje dysfunkčných rodičov do procesu výchovy dieťaťa aktívnym spôsobom. Rodič sa týmto spôsobom zaujíma o potreby svojho dieťaťa a učí sa vedome hodnotiť svoje rodičovské zručnosti a schopnosti. Plán činnosti je súčasne zodpovednosťou rodiča za výchovu, zdravie a bezpečnosť dieťaťa počas jeho pobytu doma.

Spracovanie Plánu činnosti :

Plán činnosti obdrží rodič vždy, keď bude mať dieťa zverené do svojej starostlivosti (počas víkendov, prázdnin, sviatkov)

Plán činnosti má 2 oddiely:

1. oddiel A/ spracúva vychovávateľ, ktorý má dieťa osobne zverené. V zvolených oblastiach plánuje rodičovi úlohy, ktoré sú potrebné pre rozvoj dieťaťa. Úlohy sú jednoduché a zrozumiteľné, aby rodičovi nerobilo problém ich zvládnuť. Rodič ich plnenie vyznačuje pod vypísanou úlohou.
2. oddiel B/ spracúva rodič spoločne so svojím dieťaťom (za prítomnosti vychovávateľa) čím sa rodič učí vnímať dieťa, jeho potreby a záujmy. O programe, ktorý si spoločne s deťmi naplánovali, spracuje písomnú správu priamo do Plánu činnosti.

Odobzdenie Plánu činnosti :

Plán činnosti rodič odovzdáva vychovávateľovi po návrate dieťaťa do detského domova. Tento sa stáva súčasťou Vyhodnotenia Plánu výchovnej práce za aktuálny mesiac.

PLÁN ČINNOSTI PRE RODINU

I. Dátum pobytu dieťaťa mimo DeD:

od do

A/ Vypíšte detský domov pre rodiča:

II. Denný režim dieťaťa:

1. Dodržujte vychádzky – a) cez týždeň:

b) cez víkend:

2. Učte dieťa činnosti v domácnosti:

.....
.....
.....
.....

3. Rozvíjajte sebaobslužné a hygienické návyky (u mladších detí):

.....
.....
.....
.....

4. Použijete obdržané finančné prostriedky na stravu na:

.....
.....
.....
.....

5. Spoločne s dieťaťom sa venujte v rámci prípravy do školy:

.....
.....
.....
.....

6. Podporujte dieťa v týchto aktivitách a hrách:

.....
.....
.....
.....

7. Dodržujte večierku (čas na spánok) – a) cez týždeň:

b) cez víkend:

III. Podávajte lieky:

.....
.....
.....

B/ Vypíše rodič pre detský domov:

IV. Naplánujte spoločne s dieťaťom program na doma: (kedy – kam)

.....
.....
.....
.....
.....
.....

V. Podajte správu o plnení Plánu činnosti pre rodinu:

Plán prevzal:

.....
podpis rodiča

.....
zamestnanec DeD

C/ Vypíše službukonajúci vychovávateľ:

VI. Vplyv pobytov v rodine na dieťa:

V Topoľčanoch, dňa: Zapísal/a:

Príloha č.

Dohoda o spolupráci s osobou blízkou dieťaťu

Meno a priezvisko dieťaťa :	Nar.
-----------------------------	------

Meno a priezvisko osoby blízkej dieťaťu :		
Nar. :	Rodné číslo :	ČOP:
Bydlisko :		
Telefonický kontakt :		

<p>Vyjadrenie osoby blízkej dieťaťu k záujmu udržiavať vzťah s dieťaťom :</p> <p>1/ ako a kedy ste sa spoznali s</p> <p>2/ definujte svoj vzťah k</p> <p>3/ aké sú citové väzby ostatných členov rodiny k dieťaťu a aký majú postoj k návštevám vo vašej domácnosti :</p> <p>4/ ako si predstavujete kontakt s v budúcnosti ,prípadne v jeho dospelosti :</p>
--

5/ Súhlasíte s tým, že sa budete zúčastňovať Rodinných konferencií a budete sa podieľať na zabezpečovaní starostlivosti o

Vyjadrenie dieťaťa : (aký má vzťah k blízkej osobe, čo od nej očakáva)

Záznam z návštevy v rodine :

Ekonomické podmienky rodiny:

osoba blízka dieťaťu :
zamestnávateľ -
pracovná doba-

partner osoby blízkej dieťaťu :
zamestnávateľ -
pracovná doba-

Bytové podmienky :

aký má osobný priestor dieťa v rodine:

* príloha : STANOVISKO ODBORNÉHO TÍMU k Dohode o spolupráci s osobou blízkou dieťaťu

Poučenie o možnosti vykonávať náhradnú rodinnú starostlivosť alebo profesionálne rodičovstvo:

P.absolvoval/a/ **Informačné poradenstvo v rozsahu 4 hodín:**

- oboznámenie s právami dieťaťa podľa Dohovoru o právach dieťaťa z 20.11.1989
- informácie o náhradnej starostlivosti, o jej formách a možnostiach stať sa náhradným rodičom

P..... bol/a/ informovaný/á/ o možnosti stať sa profesionálnym rodičom po absolvovaní prípravy v súlade so zákonom č. 305/2005 Z.z.

P. berie na vedomie, že dieťa má biologickú rodinu a v prípade jej sanácie bude spolupracovať s detským domovom v záujme dieťaťa.

Práva a povinnosti osoby blízkej dieťaťu:

1. Vzťah dieťaťa a osoby blízkej dieťaťu je založený na vzájomnom vzťahu úcty, rešpektu a tolerancie.
2. Dieťa môžete navštevovať v detskom domove alebo s ním byť na vychádzke na dohodnutom mieste.
3. Dieťa môže stráviť vo Vašej domácnosti stráviť víkendový pobyt alebo prázdninový pobyt.
4. Záujem o akúkoľvek formu kontaktu s dieťaťom oznámite najmenej 3 pracovné dni vopred pred jeho uskutočnením sociálnej pracovníčke na tel. číslo 038 5324518.
5. Dieťa má nárok na príspevok na stravu podľa § 56,ods.8. Ak dieťa odovzdáte do detského domova pred dohodnutým termínom, máte povinnosť vrátiť alikvótnu čiastku príspevku.
6. Počas pobytu dieťaťa vo Vašej domácnosti preberáte za dieťa plnú právnu zodpovednosť. V prípade mimoriadnych udalostí budete okamžite informovať službukonajúceho vychovávateľa na tel. čísle
7. Vycestovanie dieťaťa do zahraničia je možné len so súhlasom súdu, ktorý nariadil ústavnú starostlivosť.
8. Po príchode do detského domova podáte krátku písomnú správu.
9. Svojím podpisom vyjadrujete spoluzodpovednosť za výchovu dieťaťa.

V Topoľčanoch dňa :

.....
podpis osoby blízkej dieťaťu

.....
podpis dieťaťa

.....
Podpis rodičov

.....
riaditeľka DeD Topoľčany

Príloha č. 3

Dotazník Ja a moji spolužiaci

Meno: Trieda: Dátum:

Doplň tieto vety:

1. Každý si myslí, že naša trieda
2. Niektorí spolužiaci
3. Som rád, že
4. Naša trieda vždy
5. Nepáči sa mi, že v triede
6. Učiteľ si myslí, že naša trieda
7. V našej triede je dobré
8. Keď niekto v našej triede
9. Hnevám sa, keď v triede
10. Dobré by bolo, keby

Varianta B (pohľad žiaka na druhých)

1. Kto ubližuje slabším?
2. Kto si zastáva slabších?
3. Kto zastrašuje a ponižuje spolužiakov?
4. Kto je priateľský a kamarátsky?
5. Kto používa násilie proti druhým?
6. Kto zosmiešňuje spolužiakov?.....
7. Koho považuješ za najbystrejšieho?
8. Kto najviac podpichuje (rýpe)?
9. Kto sa stáva terčom rôznych vtipov a žartov?
10. S kým je najväčšia sranda?
11. Kto má strach z nejakého spolužiaka?
12. Kto je odvážny a nebojí sa?
13. Kto je ostatnými prehlíadaný a odmietaný?
14. Komu to myslí a má dobré nápady?
15. Kto je fyzicky napadaný a nevie sa brániť?
16. Koho majú radi učitelia?
17. Kto sa najslušnejšie správa k pedagógom?
18. Koho by si chcel za predsedu triedy a prečo?
-

Ďakujeme za spoluprácu!

