



Evropská unie
Evropský sociální fond
Operační program Zaměstnanost

Metodiky práce - Zvyšování sociálních dovedností vedoucí k sociálnímu začleňování



Tento sešit vznikl v rámci projektu **Podpora uživatelů v inkluzi do společnosti po zahájení komunitní formy pobytových služeb** reg.č.: CZ.03.2.63/0.0/0.0/15_037/0001892.

Obsah:

Nácvik komunikačních dovedností - 5 ks

- metodika Nácvik volby náhradní komunikace, str. 5 - 7
- metodika Nácvik užívání prvních znaků do řeči, str. 8 - 10
- metodika Nácvik používání komunikační knihy jako prostředek AAK, str. 11 -13
- metodika Nácvik používání komunikátoru Go to talk jako prostředek AAK, str. 14 -16
- metodika Nácvik používání tabletu jako prostředku AAK, str. 17 - 19

Strukturované učení zaměřené na rozvoj kognitivních vlastností, soběstačnosti

v sebeobsluze, péče o své prostředí, vyřizování osobních záležitostí, společensky

přijatelného chování, samostatnosti umožňující volný pohyb aj. - 58 ks

- metodika Nácvik psaní jména, str. 20 -23
- metodika Nácvik skládání oblečení, str. 24 - 28
- metodika Nácvik obutí obuvi, str. 29 - 31
- metodika Nácvik mazání rukou, nohou, str. 32 - 42
- metodika Nácvik mytí rukou, str. 43 - 43
- metodika Nácvik mytí ve sprše, str. 47 - 49
- metodika Nácvik odměnového (motivačního) systému, str. 50 - 52
- metodika Nácvik osvojení protahovacích cviků, str. 53 - 55
- metodika Nácvik relaxačních technik, str. 56 - 59
- metodika Nácvik pravidel tykání, vykání ..., str. 60 - 62
- metodika Nácvik gratulování, str. 63 - 65
- metodika Nácvik nakupování v obchodě, str. 66 - 68
- metodika Nácvik samostatného pohybu, str. 69 - 72
- metodika Nácvik přecházení ulice, str. 73 - 76
- metodika Nácvik mytí nádobí, str. 77 - 81
- metodika Nácvik vyndání nádobí z myčky, str. 82 - 88
- metodika Nácvik utírání nádobí, str. 89 - 92
- metodika Nácvik zalévání květin, str. 93 - 97
- metodika Nácvik utírání prachu, str. 98 - 106
- metodika Nácvik zametání, str. 107 - 111
- metodika Nácvik vytírání, str. 112 - 120
- metodika Nácvik používání centrálního vysavače, str. 121 - 126

- metodika Nácvik mytí oken, str. 127 - 132
- metodika Nácvik ovládnání rychlovarné konvice s přípravou nápojů, str. 133 - 142
- metodika Nácvik prostírání stolu, str. 143 - 147
- metodika Nácvik prostírání slavnostní tabule, str. 148 - 150
- metodika Nácvik skládání oblečení, str. 151 - 155
- metodika Nácvik věšení prádla, str. 156 - 160
- metodika Nácvik vázání tkaniček, str. 161 - 164
- metodika Nácvik vyhazování odpadků do koše, str. 165 - 167
- metodika Nácvik třídění odpadu, str. 168 - 170
- metodika Nácvik ovládnání TV dálkovým ovladačem, str. 171 - 173
- metodika Nácvik povlékání lůžkovin, str. 174 - 176
- metodika Nácvik ovládnání elektrické trouby, str. 177 - 179
- metodika Nácvik mikrovlnné trouby, str. 180 - 182
- metodika Nácvik ovládnání varné desky, str. 183 - 185
- metodika Nácvik ovládnání pračky a sušičky, str. 186 - 188
- metodika Nácvik žehlení kapesníků, str. 189 - 191
- metodika Nácvik žehlení košil, str. 192 - 194
- metodika Nácvik balení dárků, str. 195 - 206
- metodika Nácvik zdobení stromečku, str. 207 - 216
- metodika Nácvik odklizení sněhu, str. 217 - 221
- metodika Nácvik hrabání listí, str. 222 - 226
- metodika Nácvik základní péče o zahradu (pletí, sázení...), str. 227 - 234
- metodika Nácvik sklizení úrody, str. 235 - 237
- metodika Nácvik znalosti své adresy, str. 238 - 240
- metodika Nácvik vyzvednutí zásilky na Poště, str. 241 - 243
- metodika Nácvik jednání na úřadě, str. 244 - 246
- metodika Nácvik návštěvy lékaře, str. 247 - 249
- metodika Nácvik vyzvednutí léků v lékárně, str. 250 - 252
- metodika Nácvik účasti v jakýchkoliv volbách, str. 253 - 255
- metodika Nácvik vyhledávání pracovního místa na internetu, str. 256 - 258
- metodika Nácvik rozpoznání peněz do 10 Kč, str. 259 - 263
- metodika Nácvik rozpoznání peněz do 20 Kč, str. 264 - 267
- metodika Nácvik rozpoznání peněz do 50 Kč, str. 268 - 271
- metodika Nácvik rozpoznání peněz do 100 Kč, str. 272 - 274
- metodika Nácvik rozpoznání peněz nad 100 Kč, str. 275 - 277
- metodika Nácvik počítání do 10-ti pomocí mincí, str. 278 - 281
- metodika Nácvik používání kompenzační kuchařky, str. 282 - 284
- metodika Nácvik hospodaření s penězi, str. 285 - 287
- metodika Nácvik používání karet barvy, tvary, str. 288 - 290
- metodika Nácvik znalosti a orientace - dny v týdnu, str. 291 - 294
- metodika Nácvik dodržení linie, čar ..., str. 295 - 297
- metodika Nácvik používání strukturovaného boxu, str. 298 - 300
- metodika Nácvik používání karet Počítání, str. 301 - 303
- metodika Nácvik cvičení paměti, str. 304 - 306

- metodika Návčik znalosti svého města, str- 307 - 309
- metodika Návčik otevírání PET lahví, str. 310 - 312
- metodika Skupinové odměňování jako motivace v komunitě, str. 313 -315

Podpora orientace v čase

- metodika Návčik znalosti analogového času celé hodiny, str.316 - 318
- metodika Návčik znalosti analogové hodiny, minuty ..., str. 319 - 327
- metodika Návčik znalosti analogové hodiny versus digitální, str. 328 - 331
- metodika Návčik znalosti číslic 1 - 12, str. 332 - 342
- metodika Návčik analogového času, celé hodiny, osoby s PAS, str. 343 - 346

Podpora v rozhodování

- metodika Podpora v rozhodování, str. 347 - 354

Veškeré dokumenty vznikly v rámci projektu **Podpora uživatelů v inkluzi do společnosti po zahájení komunitní formy pobytových služeb** reg.č.: CZ.03.2.63/0.0/0.0/15_037/0001892.

Domov Jeřabina Pelhřimov, příspěvková organizace

Zpracovala: Eva Jordánová

Metodika

Nácvik volby náhradní komunikace

- Cílová skupina
- Cíl metodiky
- Doporučení pracovníků a uživatelům
- Pomůcky
- Rizika
- Postup
- Způsob hodnocení

Metodika je určena všem osobám se zdravotním postižením, s poruchou autistického spektra, osobám s možnými projevy agresivního chování a osobám s vadou či absencí řeči.

Cílem metodiky je najít možnost vzájemné komunikace mezi cílovou skupinou této metodiky a osobami z okolí a její běžné užívání. V mnohých případech zamezení obav, neklidu a možného projevu i agresivního chování.

Doporučení pro pracovníky:

- Individuální přístup.
- Pečlivé pozorování uživatele.
- Důslednost.
- Pružně reagovat na měnící se potřeby uživatele.
- Zvolit tu nejlepší cestu komunikace.

Doporučení pro uživatele:

- Nebát se komunikovat svou vlastní formou kdekoliv.
- Prohlubovat své znalosti v komunikaci.

Pomůcky:

- Dle individuálních potřeb uživatele v závislosti na jeho abstraktním myšlení: např. při metodách bez pomůcek – pohled, mimika, gesto, odpověď ano/ne. Při metodách s pomůckami - zmenšeniny reálných předmětů nebo reálné předměty či jejich části jako symbol, piktogramy, fotografie, kreslené obrázky, diář a pero, komunikační kniha, lišta, list, komunikátor nebo tablet, tabulky s písmeny nebo slovy, zážitkové deníky, osobní počítač a další.

Rizika :

- Špatně zvolená komunikace ze strany pracovníků.
- Trvalý nezájem komunikovat ze strany uživatele.
- Upadnutí do stereotypu.

Postup :

Pracovník pozorováním uživatele zjistí, jak se projevuje, co má rád či nemá rád, jeho silné a slabé stránky, čím se každý den zabývá, jaké činnosti zvládá, co ho rozrušuje a naopak potěší atp. Vychází z individuality člověka a vede si o poznatcích záznam.

Navázaný kontakt s uživatelem prohlubuje a volí vhodnou formu komunikace dle nabytých poznatků o uživateli. Pokud možno spolu s uživatelem vytváří komunikační pomůcky, které poté intenzivně a důsledně používá v běžném každodenním životě uživatele.

S komunikací souvisí struktura a vizualizace, která je všeobecně vhodná pro lidi s poruchou autistického spektra a lidi s rizikovým chováním. (popsáno v metodice Návčik struktury a vizualizace)

I při zvládnutí jakékoliv formy komunikace, nadále pracovník věnuje pozornost uživateli a podporuje ho v aktivitě.

Způsob hodnocení: Ověření správné volby komunikační techniky je každodenní záležitostí v běžném životě uživatele. Uživatel používá náhradní komunikaci a komunikační pomůcky, okolí mu rozumí a kladně reaguje.

Metodika

Nácvik užívání prvních znaků do řeči

- Cílová skupina
- Cíl metodiky
- Doporučení pracovníků a uživatelům
- Pomůcky
- Rizika
- Postup
- Způsob hodnocení

Metodika je určena všem osobám se zdravotním postižením, s poruchou autistického spektra, osobám s možnými projevy agresivního chování a osobám s vadou či absencí řeči.

Cílem metodiky je zvládnutí znalosti prvních 3-5 znaků do řeči, jejich využívání v běžném životě uživatele a umožnění tak větší samostatnosti uživateli.

Doporučení pro pracovníky:

- Znaky do řeči vycházejí z gest uživatele, z náznaků a pohybů.
- Využívat každé příležitosti k opakování činnosti, která s ní souvisí.
- Poskytnutí přiměřené podpory.
- Vždy chválit i za sebemenší úspěch.

Doporučení pro uživatele:

- Využívat podpory zaměstnanců.

Pomůcky:

- předměty, osoby, činnosti, které se znakováním přímo souvisí

Rizika :

- ztráta zájmu znakovat
- zdravotní indispozice, která neumožňuje uživateli znakovat

Postup :

Pracovník pozorováním uživatele zjistí, jaká gesta při svém projevu již uživatel používá.

Metoda vychází z individuality člověka a působí přirozeně.

Užívání gest pracovník u uživatele prohlubuje a podporuje. Tzn., že při každém znakování uživatelem znak opakuje, pojmenuje danou činnost, osobu aj.

Naopak zase pracovník předem znakuje danou činnost např. Chcete napít? Potřebujete podat čaj? A ukáže znak spojený s pitím., který uživatel běžně používá.

Někdy může být projev uživatele pouze náznak (např. letmé mávnutí ruky jako odmítnutí). V tomto případě pracovník převezme náznak a prohloubí jej v gesto – znak do řeči.

Při každé příležitosti spojené s daným znakem pracovník znakování opakuje a podporuje uživatele k jeho používání.

Osvojené znaky každého uživatele budou zaznamenány do jeho Individuálního plánu při následném plánování služby pro snazší komunikaci uživatele s okolím.

I při osvojení komunikační dovednosti, nadále věnuje pracovník pozornost uživateli a podporuje ho v používání vlastních prohloubených gest - znaků.

Hodnocení: Uživatel používá formu komunikace Znak do řeči.

Metodika

Nácvik používání komunikační knihy jako prostředek AAK

- Cílová skupina
- Cíl metodiky
- Doporučení pracovníků a uživatelům
- Pomůcky
- Rizika
- Postup
- Způsob hodnocení

Metodika je určena osobám se zdravotním postižením s vysokou a střední mírou podpory, zejména osobám s vadou řeči či úplnou absencí řeči, osobám s PAS.

Cílem metodiky je zvládnutí samostatného používání komunikační knihy a umožnění tak větší samostatnosti uživateli prostřednictvím používání náhradní komunikace.

Doporučení pro pracovníky :

- Použít vhodné obrázky dle rozlišovací schopnosti daného uživatele.
- Poskytnutí přiměřené podpory.
- Používat komunikační knihu v běžném režimu dne v návaznosti na komunikaci.
- Přizpůsobit tempo nácviku uživateli.
- Vždy chválit i za sebemenší úspěch.

Doporučení pro uživatele :

- Postupovat „krok za krokem“.
- Dbát podpory, rad zaměstnanců.

Pomůcky:

- Komunikační kniha se stránkami se suchými zipy, vhodné obrázky opatřené suchým zipem, odměna (pokud využíváme motivační systém)

Rizika :

- Uživatel nedokáže trvale rozlišit obrázky.
- Ztráta zájmu o používání této formy náhradní komunikace.

Postup :

Pracovník předem spolu s uživatelem zvolí prvotní oblast komunikace a použitelné obrázky, které uživatel rozpozná.

Např. Já chci ... spát, jít do kina(volba jednotlivých potřeb) nebo dnes – zvoní budík, vstát z postele, umýt se,... (plánování aktivit dne),

také např. pustit vodu, namočit ruce, vzít mýdlo, namydřit ruce, opláchnout ruce, vypnout vodu, vzít ručník, usušit ruce (procesuální schémata).

Komunikační kniha může sloužit i jako výukový prostředek k prohlubování různých znalostí např. přiřazování barev, tvarů nebo číslic, nebo spojitosti symbolů jako předmětů v běžném životě např. ranní hygiena – kartáček, pasta, mýdlo, ručník apod.

Pracovník před nácvikem vyhotoví příslušné obrázky použitelné do komunikační knihy.

Pracovník seznámí uživatele s použitím komunikační knihy a ověří si porozumění výkladu u uživatele.

1. Popis a ukázka komunikační knihy a obrázků.
2. Vizualizace prvotního vložení obrázku (vhodné je označení desek fotografií uživatele).
3. Vizualizace vkládání obrázků dle příslušného schématu a vyslovení jednotlivých hesel k daným obrázkům.
4. Vizualizace sejmutí obrázků, popř. výměna vloženého příslušného obrázku s komentářem.

Mezi jednotlivými kroky dává pracovník prostor k vyjádření uživateli a nácviku činnosti. Dle potřeby opakuje.

V případě trvalé neschopnosti rozlišit jednotlivé obrázky, zvolí pracovník jinou grafiku, např. černobílou kresbu apod.

V případě zvládnutí oblasti komunikace, volí další oblast k nácviku.

Hodnocení: Uživatel zvládne samostatně používat komunikační knihu a tím i využívat náhradní komunikaci při kontaktu s okolím.

Pracovník i nadále věnuje pozornost zvládnutí činnosti a používání komunikační knihy.

Metodika

Nácvik používání komunikátoru Go to talk jako prostředek AAK

- Cílová skupina
- Cíl metodiky
- Doporučení pracovníků a uživatelům
- Pomůcky
- Rizika
- Postup
- Způsob hodnocení

Metodika je určena osobám se zdravotním postižením s vysokou a střední mírou podpory, zejména osobám s vadou řeči či úplnou absencí řeči, osobám s PAS.

Cílem metodiky je zvládnutí samostatného ovládnutí komunikátoru a umožnění tak větší samostatnosti uživateli prostřednictvím používání náhradní komunikace.

Doporučení pro pracovníky :

- Použít vhodné obrázky dle rozlišovací schopnosti daného uživatele a nahrát velmi srozumitelná příslušná slova či hesla.
- Poskytnutí přiměřené podpory.
- Používat komunikátor v běžném režimu dne v návaznosti na komunikaci.
- Přizpůsobit tempo nácviku uživateli.
- Vždy chválit i za sebemenší úspěch.

Doporučení pro uživatele :

- Postupovat „krok za krokem“.
- Dbát podpory, rad zaměstnanců.

Pomůcky:

- Komunikátor Go to talk, baterie vhodné do přístroje, návod k užívání, vhodné obrázky pro založení do komunikátoru, odměna (pokud využíváme motivační systém)

Rizika :

- Uživatel nedokáže trvale rozlišit symboly.

Postup :

Pracovník předem spolu s uživatelem zvolí prvotní oblast komunikace a použitelné obrázky, které uživatel rozpozná.

Např. já chci – čaj, káva, sušenky, bonbón apod. nebo k prvotnímu kontaktu na veřejnosti např. jméno, adresa, telefon.

Komunikátor může sloužit i jako výukový prostředek k prohlubování různých znalostí např. přiřazování barev, tvarů nebo číslic nebo spojitosti symbolů jako předmětů v běžném životě např. ranní hygiena – kartáček, pasta, mýdlo, ručník apod.

Pracovník před nácvikem vyhotoví příslušné obrázky a nahraje potřebná slova (dle návodu). Zvolí dle možností uživatele, kolik úrovní bude používat a komunikátor nastaví. Hlasitost nastaví dle potřeby uživatele.

Pracovník seznámí uživatele s použitím komunikátoru Go to talk a ověří si porozumění výkladu u uživatele.

- Popis a ukázka komunikátoru s nahranými slovy i vloženými obrázky.
- Vizualizace ovládacího prvku pro zapnutí komunikátoru (dle návodu).
- Vizualizace ovládání jednotlivých polí dotykem s poslechem příslušných slov (dle typu komunikátoru).
- Vypnutí ovládacího prvku pro vypnutí (dle návodu).

Mezi jednotlivými kroky dává pracovník prostor k vyjádření uživateli a nácviku. Dle potřeby opakuje.

V případě trvalé neschopnosti rozlišit jednotlivé obrázky, zvolí pracovník jinou grafiku, např. černobílou kresbu apod.

V případě zvládnutí oblasti komunikace, volí další oblast k nácviku.

Hodnocení:

Uživatel zvládne samostatně používat komunikátor Go to talk a tím i využívat náhradní komunikaci při kontaktu s okolím.

Pracovník i nadále věnuje pozornost zvládnutí činnosti a používání komunikátoru.

Metodika

Nácvik používání tabletu jako prostředek AAK

- Cílová skupina
- Cíl metodiky
- Doporučení pracovníků a uživatelům
- Pomůcky
- Rizika
- Postup
- Způsob hodnocení

Metodika je určena osobám se zdravotním postižením, zejména osobám s vadou řeči či úplnou absencí řeči, osobám s poruchou autistického spektra.

Cílem metodiky je zvládnutí samostatného ovládní tabletu a umožnění tak větší samostatnosti uživateli prostřednictvím používání náhradní komunikace.

Doporučení pro pracovníky :

- Použít vhodné obrázky či program dle rozlišovací schopnosti daného uživatele.
- Poskytnutí přiměřené individuální podpory.
- Používat tablet v běžném režimu dne v návaznosti na komunikaci.
- Přizpůsobit tempo nácviku uživateli.
- Vždy chválit i za sebemenší úspěch.

Doporučení pro uživatele :

- Postupovat „krok za krokem“.
- Dbát podpory, rad zaměstnanců.

Pomůcky:

- Tablet a příslušenství, návod k užívání, internetové připojení, odměna (pokud využíváme motivační systém)

Rizika :

- Uživatel trvale nezvládá ovládní tabletu.
- Ztráta zájmu o používání tabletu jako AAK.

Postup :

Pracovník předem spolu s uživatelem zvolí prvotní oblast komunikace, podle které nainstaluje program nebo aplikaci. Pracovník vše nastaví a připraví dle potřeb uživatele.

Pracovník seznámí uživatele s použitím tabletu a ověří si porozumění výkladu u uživatele.

- Popis a ukázka tabletu v režimu offline nebo online (dle potřeby).
- Vizualizace ovládacího prvku pro zapnutí tabletu (dle návodu).
- Vizualizace jednotlivých ikon, které bude uživatel používat.
- Vizualizace ovládání tabletu dotykem.
- Vizualizace užití vybraného programu.
- Použití ovládacího prvku pro vypnutí tabletu (dle návodu).

Mezi jednotlivými kroky dává pracovník prostor k vyjádření uživateli a nácviku. Dle potřeby opakuje.

V případě trvalé neschopnosti ovládání zvoleného programu nebo aplikace, zvolí pracovník program nebo aplikaci jiného charakteru s jednodušším ovládáním.

V případě zvládnutí oblasti komunikace, volí další oblast k nácviku.

Hodnocení:

Uživatel zvládne samostatně používat tablet a tím i využívat náhradní komunikaci při kontaktu s okolím.

Pracovník i nadále věnuje pozornost zvládnutí činnosti a používání tabletu.

Metodika

Nácvik psaní jména

- Cílová skupina
- Cíl metodiky
- Doporučení pracovníků a uživatelům
- Pomůcky
- Rizika
- Postup
- Způsob hodnocení

Metodika je určena osobám se zdravotním postižením s vysokou, střední mírou podpory a hlavně osobám s poruchou autistického spektra.

Cílem metodiky je zvládnutí samostatného psaní svého jména a příjmení a umožnění tak větší soběstačnosti uživateli.

Doporučení pro pracovníky:

- Přiměřená individuální podpora, vedení nácviku krok za krokem
- Pravidelnost nácviku - čas sjednaný po oboustranné dohodě, vždy s vizualizací činnosti pomůckou alternativní komunikace (piktogram, fotografie, zápis v diáři apod.)
- V případě potřeby zajistit kompenzační pomůcky (trojhranná tužka, pero nebo trojhranná násadka na psací potřebu)
- Pochvala za sebemenší úspěch

Doporučení pro uživatele:

- Dbát rad, podpory pracovníků

Pomůcky:

- Papír, černý fix, psací pomůcka, popř. kompenzační pomůcka
- Kartičky s písmeny, návrh v příloze
- Stůl, židle
- Odměna, pokud používáme u uživatele motivační systém, (bonbon, křupka apod.)

Rizika :

- Zhoršení jemné motoriky
- Dlouhodobá nespolupráce ze strany uživatele
- Nepřiměřená podpora

Postup :

Pracovník zajistí pomůcky dle potřeb uživatele a pokynů metodiky.

Pracovník zajistí potřebné prostředí k nácviku psaní jména.

Pracovník upozorní uživatele na nadcházející činnost s využitím prostředků alternativní komunikace, pokud uživatel používá.

Pracovník seznámí uživatele s pomůckami a činnostmi vizualizací. / Na desce stolu leží pouze pomůcky k dané konkrétní činnosti! /

Všeobecný postup vycházející ze znalosti písmen uživatele:

1. Pracovník fixem předepíše na papír jméno nebo jméno a příjmení ve velikosti a typu písma vyhovující uživateli a tak, aby mohl uživatel příslušná písmena opsat pod písmena předepsaná nebo obtáhnout.
2. Pracovník vyzve uživatele k přečtení písmen, popř. celého jména nebo reaguje svým způsobem.
3. Pracovník vyzve uživatele k opisu písmen/ jména. Tempo se přizpůsobuje uživateli.
4. Pracovník vždy dává prostor uživateli k vyjádření a poskytuje mu přiměřenou podporu ve všech krocích činnosti nebo pomoc, chválí uživatele.
5. Opakování činnosti dle možností a potřeb uživatele.

Všeobecný postup vycházející z neznalosti písmen:

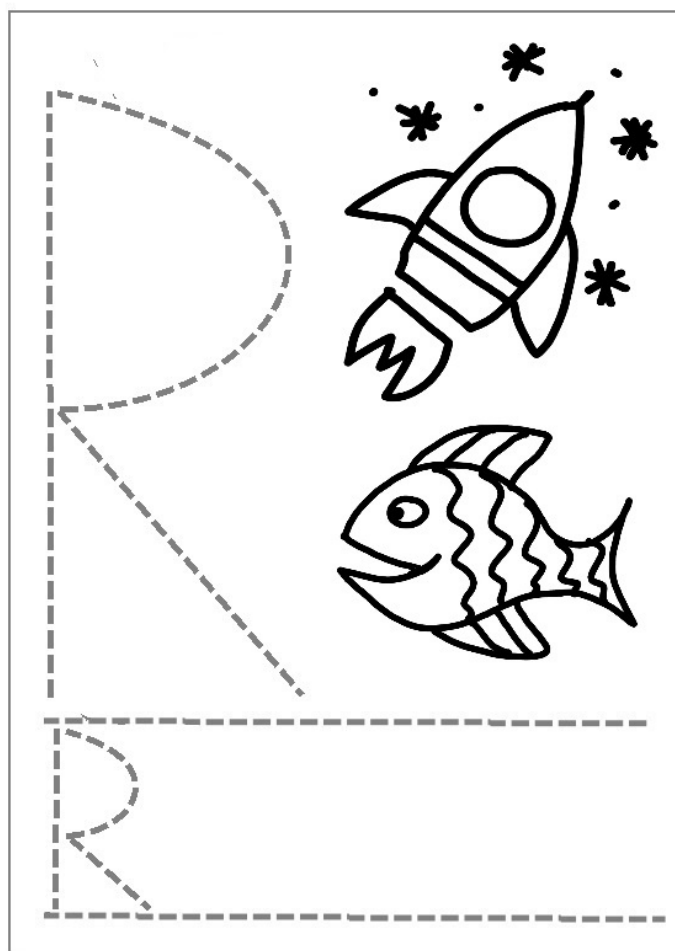
1. Pracovník předloží uživateli kartičky s písmeny a obrázky jeho jména a tak je i složí za sebe nebo pod sebe, jak uživatel preferuje.
2. Pracovník ukazuje jednotlivá písmena a oznamuje uživateli např. A jako auto. L jako lev. E jako eskymák. Š jako šíp. / Aleš / Postupně vkládá jednotlivé karty do ruky uživateli a poté za sebou zpět na desku stolu.
3. Pracovník dává prostor k vyjádření uživateli.
4. Pracovník vyzve uživatele k sestavení kartiček s jeho jménem.
5. Pracovník poskytuje uživateli přiměřenou podporu či pomoc, chválí jej.
6. V případě neschopnosti rozlišení jednotlivých písmen, použije pracovník párování písmen, kdy uživatel přikládá k předloženým písmenům identická písmena.
7. Dle možností a tempa uživatele vyzve pracovník uživatele k opisu (obtažení) jednotlivých písmen.

8. Pracovník poskytuje pomoc, podporu dle potřeb uživatele. Postupuje krok za krokem, písmeno po písmenu. Tempo udává uživatel. Pochvala následuje.
9. Opakování činnosti dle potřeb a možností uživatele.

V případě, že motivujeme uživatele odměnou, odměna leží vždy po pravé ruce uživatele. Po splnění úkolu / kroku činnosti, vyzve pracovník uživatele k čerpání odměny nebo si uživatel odebere odměnu sám.

Hodnocení: Uživatel se zvládne samostatně podepsat nebo se podepíše s malou dopomocí pracovníka.

příklad kartičky:



zdroj obr. Pinterest

Metodika

Nácvik skládání oblečení

- Cílová skupina
- Cíl metodiky
- Doporučení pracovníků a uživatelům
- Pomůcky
- Rizika
- Postup
- Způsob hodnocení

Metodika je určena osobám se zdravotním postižením s vysokou, střední mírou podpory a hlavně osobám s poruchou autistického spektra.

Cílem metodiky je zvládnutí samostatného skládání oblečení a umožnění tak větší soběstačnosti uživateli.

Doporučení pro pracovníky:

- Přiměřená podpora, vedení nácviku krok za krokem
- Pravidelnost nácviku – při každé příležitosti (skládání oblečení) nebo sjednanému nácviku po oboustranné dohodě, vždy s vizualizací činnosti pomůckou alternativní komunikace (piktogram, fotografie, zápis v diáři apod.)
- Pochvala i za sebemenší úspěch

Doporučení pro uživatele:

- Dbát rad, podpory pracovníků
- Postupovat krok za krokem

Pomůcky:

- Oblečení určené ke složení, stůl nebo jiná plocha vhodná ke skládání prádla, židle na sezení v případě potřeby, odměna, pokud využíváme u uživatele odměnový systém, deska na skládání košil a triček, obr.návod v příloze metodiky

Rizika :

- Zhoršení motoriky (jemné i hrubé)
- Dlouhodobá nespolupráce ze strany uživatele
- Nepřiměřená podpora

Postup :

Pracovník připraví pomůcky a prostředí k nácviku vhodné pro uživatele.

Pracovník připomene uživateli nadcházející činnost a vysvětlí smysl skládání oblečení (s využitím prostředků alternativní komunikace, pokud je potřeba a uživatel používá).

Pracovník seznámí uživatele s pomůckami, popř. s odměnou (pokud používá motivační systém u uživatele).

Pracovník vizualizuje skládání oblečení:

1. Položí desku na skládání oblečení na plochu.
2. Rozloží oblečení na desku vždy ve směru zleva doprava, shora dolů (tak jak pohledově oblečení nosíme)
3. Dle typu oblečení složí volné rukávy ke středu(košile, trika s dl.rukávem).
4. Přeloží levý díl desky s oblečením na střed.
5. Vrátí zpět.
6. Přeloží pravý díl desky s oblečením na střed.
7. Vrátí zpět.
8. Přeloží spodní díl desky s oblečením nahoru.
9. Vrátí zpět.
10. Uchopí složené oblečení.
11. Přemístí na hromádku.

Mezi jednotlivými kroky dává prostor k vyjádření uživateli a k nácviku. Poskytuje přiměřenou podporu. Dle potřeby opakuje.

V případě zvládnutí činnosti pracovník nadále věnuje pozornost uživateli a v případě potřeby mu poskytne přiměřenou podporu.

Pokud uživatel již v minulosti zvládl skládat oblečení, je možné přistoupit k nácviku bez užití desky na skládání oblečení se shodným postupem.

Hodnocení: Uživatel zvládne samostatně skládat oblečení s použitím desky nebo bez ní.



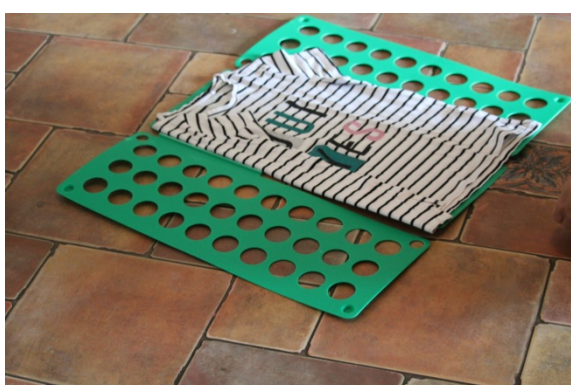
1. Položení desky na plochu.



2. Rozložení oblečení na desku.



4. Přeložení levého dílu na střed.



5. Vrácení zpět.



6. Přeložení pravého dílu na střed.



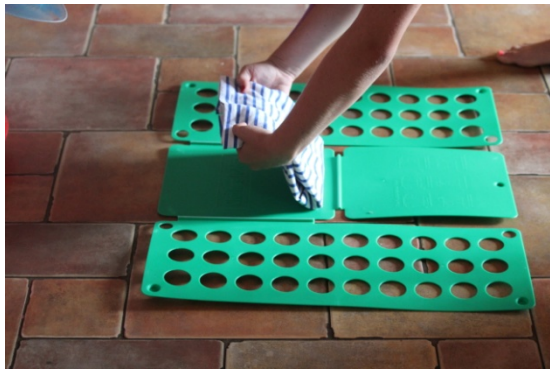
7. Vratí zpět.



8. Prostřední díl překlopí směrem nahoru.



9. Vrácení zpět.



10. Uchopení složeného trika.



11. Položení na hromádku oblečení.

Metodika

Nácvik obutí obuvi

- Cílová skupina
- Cíl metodiky
- Doporučení pracovníků a uživatelům
- Pomůcky
- Rizika
- Postup
- Způsob hodnocení

Metodika je určena osobám se zdravotním postižením s vysokou, střední mírou podpory a hlavně osobám s poruchou autistického spektra.

Cílem metodiky je zvládnutí samostatného obutí obuvi a umožnění tak větší soběstačnosti uživateli.

Doporučení pro pracovníky:

- Přiměřená podpora, vedení nácviku krok za krokem
- Pravidelnost nácviku – při každé příležitosti (obouvání obuvi) nebo sjednanému nácviku po oboustranné dohodě, vždy s vizualizací činnosti pomůckou alternativní komunikace (piktogram, fotografie, zápis v diáři apod.)
- V případě potřeby zajistit kompenzační pomůcky (dlouhá obouvací lžice)
- Pochvala i za sebemenší úspěch

Doporučení pro uživatele:

- Dbát rad, podpory pracovníků

Pomůcky:

- Obuv, kompenzační pomůcky (pokud uživatel používá) – dlouhá obouvací lžice, elastické tkaničky u šněrovacích bot, židle nebo lavice, odměna (v případě, že používáme motivační systém u konkrétního uživatele)

Rizika :

- Zhoršení motoriky (jemné i hrubé)
- Dlouhodobá nespolupráce ze strany uživatele
- Nepřiměřená podpora

Postup :

Pracovník zajistí uživateli (v případě potřeby) kompenzační pomůcky. Pracovník připraví obuv, veškeré pomůcky, které uživatel využívá.

Pracovník připraví prostředí k nácviku vhodné pro uživatele.

Pracovník připomene uživateli nadcházející činnost s využitím prostředků alternativní komunikace.

Pracovník seznámí uživatele s pomůckami k nácviku obutí obuvi, popř. s odměnou (pokud používá motivační systém u uživatele).

Pracovník vizualizuje užití pomůcek k obutí obuvi. Pracovník vyzve uživatele k činnosti, obutí obuvi.

Mezi jednotlivými kroky dává prostor k vyjádření uživateli.

/ V případě, že uživatel v minulosti již zvládl obutí obuvi nebo částečně zvládl obutí, pracovník vyzve rovnou uživatele k obutí obuvi./

Pracovník poskytne přiměřenou podporu při obouvání dle individuálních potřeb uživatele.

Pracovník dodržuje všeobecný postup:

Pomůcky (obouvací lžiči) pokládá dle možností uživatele, obuv před uživatele a odměnu si odeberá uživatel dle předchozí oboustranné dohody, pokud využíváme motivační systém.

1. Vsune nohu uživatele do špičky obuvi.
2. Poskytne oporu patě nohy pomocí vhodné obouvací lžiče, pokud ji uživatel používá.
3. Poskytne prostor a podporu uživateli k pevnému nazutí obuvi.
4. Dle typu obuvi zajistí její fixaci na noze (upevnění řemínku, zajištění konců elastických tkaniček, uvázání tkaniček)
5. Dává prostor k vyjádření uživateli.
6. Dle schopnosti (samostatnosti) uživatele upouští od pomoci a poskytuje přiměřenou podporu v každém kroku, chválí uživatele.
7. Opakování činnosti dle potřeby uživatele.

V případě, že zvládne uživatel i přípravu obuvi a pomůcky nebo si přeje větší samostatnost při obouvání včetně přípravy (donesení obuvi ze svého botníku, uvolnění obuvi k nazutí a přípravy obouvací lžiče, odnesení obuvi do svého botníku) umožní toto pracovník uživateli.

Hodnocení: Uživatel se zvládne samostatně obout nebo zvládne obutí obuvi včetně přípravy.

Metodika

Nácvik mazání rukou, nohou

- Cílová skupina
- Cíl metodiky
- Doporučení pracovníků a uživatelům
- Pomůcky
- Rizika
- Postup
- Způsob hodnocení

Metodika je určena osobám se zdravotním postižením s vysokou, střední mírou podpory a hlavně osobám s poruchou autistického spektra.

Cílem metodiky je zvládnutí samostatného mazání rukou, nohou a umožnění tak větší soběstačnosti uživateli.

Doporučení pro pracovníky:

- Přiměřená podpora, vedení nácviku krok za krokem
- Pravidelnost nácviku – při každé příležitosti (potřeby promazávání pokožky) nebo sjednanému nácviku po oboustranné dohodě, vždy s vizualizací činnosti pomůckou alternativní komunikace (piktogram, fotografie, zápis v diáři apod.)
- Pochvala i za sebemenší úspěch

Doporučení pro uživatele:

- Dbát rad, podpory pracovníků
- Postupovat krok za krokem
- Sedět při činnosti

Pomůcky:

- Krém dle potřeb uživatele, odměna, pokud využíváme u uživatele odměnový systém, židle nebo křeslo

Rizika :

- Zhoršení motoriky (jemné i hrubé)
- Ztráta zájmu o činnost
- Nepřiměřená podpora

Postup :

Pracovník připraví pomůcky a zajistí prostředí k nácviku vhodné pro uživatele.

Pracovník připomene uživateli nadcházející činnost a vysvětlí smysl promazávání pokožky (s využitím prostředků alternativní komunikace, pokud je potřeba a uživatel používá).

Pracovník seznámí uživatele s pomůckami, popř. s odměnou (pokud používá motivační systém u uživatele).

Pracovník vizualizuje mazání:

RUCE

1. *Úchop krému dle možností uživatele. (pravák/levák)*
2. *Otevření krému v případě možnosti zvládnutí uživatelem. / v opačném případě je připravený otevřený/*
3. *Nabrání množství krému.*
4. *Přiložení ruky s krémem k dlani druhé ruky.(jako při znaku prosím)*
5. *Pohybem jedné ruky dopředu roztírá krém. (-,-)*
6. *Pohybem druhé ruky dopředu. (-"-)*
7. *Opakování dle potřeby rozetření krému.*
8. *Nabrání dávky krému na ruku.*
9. *Přiložení ruky s krémem na hřbet druhé ruky.*
10. *Pohybem sem – tam dochází k rozetření krému.*
11. *V případě potřeby posuneme pohyb až na paži.*
12. *Nabrání další dávky krému a výměna rukou. /body 8. – 11./*

NOHY

1. *Úchop krému dle možností uživatele.(pravák/ levák)*
2. *Otevření krému v případě možnosti zvládnutí uživatelem. / v opačném případě je připravený otevřený/*
3. *Nabrání množství krému.*
4. *Přiložení ruky s krémem k noze (začínáme na stehně, které je nejbliže k ruce).*
5. *Pohybem sem – tam dochází k roztírání krému.*
6. *Dle potřeby opakujeme.*
7. *Nabrání dávky krému.*
8. *Přiložení ruky s krémem k druhé noze.*
9. *Pohybem sem – tam dochází k rozetření krému.*
10. *Dle potřeby opakujeme.*
11. *Nabrání dávky krému.*
12. *Ohnutí k dolní části nohy/ holeň, lýtko/*

13. Přiložení ruky s krémem k noze.
14. Pohybem nahoru – dolů dochází k rozetření krému.
15. Pokud uživatel zvládne, pohyb se posouvá po noze dokola.
16. Dle potřeby opakujeme.

NOHY – NÁRT, PLOSKY

1. Úchop krému dle možností uživatele. (pravák/ levák)
2. Otevření krému v případě možnosti zvládnutí uživatelem. / v opačném případě je připravený otevřený/
3. Nabrání množství krému.
4. Ohnutí se k noze/ nártu/
5. Přiložení ruky s krémem k nártu nohy.
6. Pohybem sem – tam dochází k rozetření krému.
7. Přizvednutí nohy (dle možností uživatele)
8. Přiložení ruky s krémem k plošce nohy.
9. Pohybem sem – tam dochází k rozetření krému.
10. Druhá noha dle bodů 3. – 9.
11. Dle potřeby opakujeme.

Mezi jednotlivými kroky dává pracovník prostor k vyjádření uživateli a k nácviku. Poskytuje přiměřenou podporu. Dle potřeby opakuje. Odměnu si uživatel odebírá dle oboustranné dohody.

V případě zvládnutí činnosti pracovník nadále věnuje pozornost uživateli a v případě potřeby mu poskytne přiměřenou podporu.

Hodnocení: Uživatel zvládne samostatné mazání rukou, nohou nebo jejich částí.

RUCE



1. Úchop krému dle možností uživatele.



2. Otevření krému dle zvládnutí uživatelem.



3. Nabrání množství krému.



4. Přiložení ruky s krémem k dlani druhé ruky.



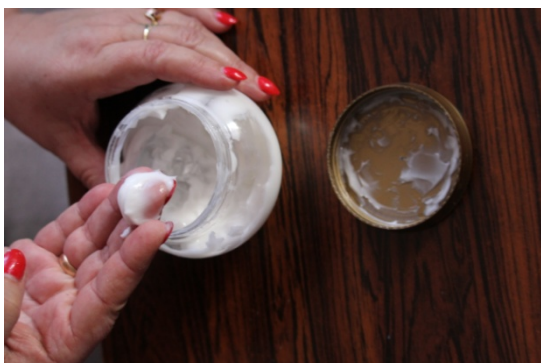
5. Pohybem jedné ruky dopředu roztírá krém.



6. Pohybem druhé ruky roztírá krém.



7. Opakování dle potřeby rozetření krému.



8. Nabrání dávky krému na ruku.



9. Přiložení ruky s krémem na hřbet druhé ruky.



10. Pohybem sem - tam se roztírá krém.

Opakujeme do rozetření krému.



11. V případě potřeby posun ruky na paži.



12. Výměna rukou.

Pokračování a opakování kroků.

NOHY



1. Správný úchop krému dle možností uživatele.



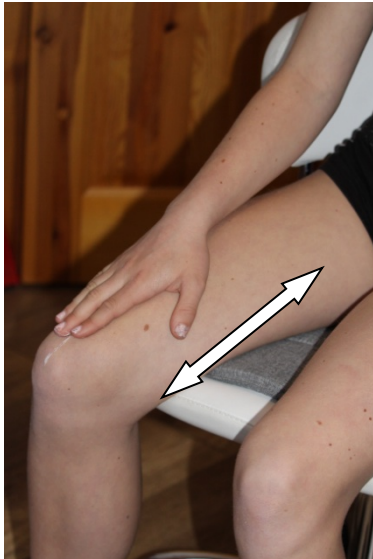
2. Otevření krému, pokud uživatel zvládne.
(jinak je krém otevřený)



3. Nabrání množství krému.



4. Přiložení ruky s krémem k noze.



5. Pohybem sem - tam dochází k rozetření krému. // 6. dle potřeby opakujeme .



7. Nabrání množství krému .



8. Ohnutí se k holeni nohy.



9. Pohybem sem - tam dochází k rozetření krému. //

10. Dle potřeby opakujeme.

NÁRT a PLOSKY NOHOU



1. Úchop krému dle možností uživatele.



2. Otevření krému.



3. Nabrání množství krému.



4. Ohnutí se k noze.



5. Přiložení ruky s krémem k nártu nohy.



6. Pohybem sem - tam se roztírá krém.



7. Přizvednutí nohy (dle možností uživatele).



8. Pohybem sem - tam se rozetře krém.

10. Druhá noha stejný sled kroků.

11. Dle potřeby opakujeme.

Metodika

Nácvik mytí rukou

- Cílová skupina
- Cíl metodiky
- Doporučení pracovníků a uživatelům
- Pomůcky
- Rizika
- Postup
- Způsob hodnocení

Metodika je určena osobám se zdravotním postižením s vysokou, střední mírou podpory a hlavně osobám s poruchou autistického spektra.

Cílem metodiky je zvládnutí samostatného mytí rukou a umožnění tak větší soběstačnosti uživateli.

Doporučení pro pracovníky:

- Přiměřená podpora, vedení nácviku krok za krokem
- Pravidelnost nácviku – při každé příležitosti (mytí rukou po jídle, po použití WC apod.) nebo sjednanému nácviku po oboustranné dohodě, vždy s vizualizací činnosti pomůckou alternativní komunikace (piktogram, fotografie, zápis v diáři apod.)
- Pochvala i za sebemenší úspěch

Doporučení pro uživatele:

- Dbát rad, podpory pracovníků
- Postupovat krok za krokem

Pomůcky:

- Umyvadlo s vodovodní baterií, mýdlo, ručník, piktogramová tabulka v koupelně (viz.příloha), odměna, pokud využíváme u uživatele odměnový systém

Rizika :

- Zhoršení motoriky (jemné i hrubé)
- Ztráta zájmu o činnost
- Nepřiměřená podpora

Postup :

Pracovník připraví pomůcky. Pracovník zajistí prostředí k nácviku vhodné pro uživatele.

Pracovník připomene uživateli nadcházející činnost a vysvětlí smysl mytí rukou (s využitím prostředků alternativní komunikace, pokud je potřeba a uživatel používá).

Pracovník seznámí uživatele s pomůckami, popř. s odměnou (pokud používá motivační systém u uživatele).

Pracovník vizualizuje mytí rukou.

- 13. Přistoupení k umyvadlu.*
- 14. Spuštění vody.*
- 15. Namočení rukou.*
- 16. Vypnutí vody.*
- 17. Použití mýdla na ruce.*
- 18. Umytí rukou.*
- 19. Spuštění vody.*
- 20. Opláchnutí namydlených rukou.*
- 21. Vypnutí vody.*
- 22. Uchopení ručníku.*
- 23. Osušení rukou.*
- 24. Odložení ručníku.*

Mezi jednotlivými kroky dává pracovník prostor k vyjádření uživateli a k nácviku. Poskytuje přiměřenou podporu. Dle potřeby opakuje. Odměnu si uživatel odebírá dle oboustranné dohody.

V případě zvládnutí činnosti pracovník nadále věnuje pozornost uživateli a v případě potřeby mu poskytne přiměřenou podporu.

Hodnocení: Uživatel zvládne samostatně si umýt ruce.

Umývání rukou



zdroj obr.Pinterest

Metodika

Nácvik mytí ve sprše

- Cílová skupina
- Cíl metodiky
- Doporučení pracovníků a uživatelům
- Pomůcky
- Rizika
- Postup
- Způsob hodnocení

Metodika je určena osobám se zdravotním postižením s vysokou, střední mírou podpory a hlavně osobám s poruchou autistického spektra.

Cílem metodiky je zvládnutí samostatného mytí ve sprše a umožnění tak větší soběstačnosti uživateli.

Doporučení pro pracovníky:

- Přiměřená podpora, vedení nácviku krok za krokem
- Pravidelnost nácviku – při každé příležitosti (potřeby sprchování) nebo sjednanému nácviku po oboustranné dohodě, vždy s vizualizací činnosti pomůckou alternativní komunikace (piktogram, fotografie apod.)
- Pochvala i za sebemenší úspěch

Doporučení pro uživatele:

- Dbát rad, podpory pracovníků
- Postupovat krok za krokem

Pomůcky:

- Sprchový kout v koupelně, mýdlo, ručník, sedátko či židlička pokud uživatel používá, madlo nebo protiskluzová podložka k opoře ve sprše pokud uživatel používá, odměna, pokud využíváme u uživatele odměnový systém

Rizika :

- Zhoršení motoriky (jemné i hrubé)
- Ztráta zájmu o činnost
- Nepřiměřená podpora

Postup :

Pracovník připraví pomůcky. Pracovník zajistí prostředí k nácviku vhodné pro uživatele.

Pracovník připomene uživateli nadcházející činnost a vysvětlí smysl sprchování (s využitím prostředků alternativní komunikace, pokud je potřeba a uživatel používá).

Pracovník seznámí uživatele s pomůckami, popř. s odměnou (pokud používá motivační systém u uživatele).

Pracovník vizualizuje mytí ve sprše a vede po jednotlivých krocích uživatele k samostatnému mytí.

- 25. Přístup ke sprchovému koutu.*
- 26. Otevření zástěny.*
- 27. Vstup do prostoru sprchového koutu.*
- 28. Usazení uživatele, pokud uživatel preferuje či potřebuje.*
- 29. Spuštění vody.*
- 30. Namočení osoby dle potřeby.*
- 31. Vypnutí vody.*
- 32. Uchopení mýdla.*
- 33. Namydlení jednotlivých částí těla osoby.*
- 34. Odložení mýdla.*
- 35. Spuštění vody.*
- 36. Opláchnutí celé osoby.*
- 37. Vypnutí vody.*
- 38. Uchopení ručníku.*
- 39. Osušení celé osoby.*
- 40. Výstup ze sprchového koutu.*
- 41. Odložení ručníku.*

Bod 14. až 16. se mění dle preferencí uživatele.

Pokud je při mytí ve sprše zahrnuto i mytí vlasů, od bodu 6. zahrneme tuto činnost s použitím prostředku na mytí vlasů.

Mezi jednotlivými kroky dává pracovník prostor k vyjádření uživateli a k nácviku. Poskytuje přiměřenou podporu. Dle potřeby opakuje. Odměnu si uživatel odebírá dle oboustranné dohody.

V případě zvládnutí činnosti pracovník nadále věnuje pozornost uživateli a v případě potřeby mu poskytne přiměřenou podporu.

Hodnocení: Uživatel se zvládne samostatně umýt.

Metodika

Nácvik používání motivačního systému

- Cílová skupina
- Cíl metodiky
- Doporučení pracovníků a uživatelům
- Pomůcky
- Rizika
- Postup
- Způsob hodnocení

Metodika je určena osobám se zdravotním postižením, zejména osobám s poruchou autistického spektra.

Cílem metodiky je motivovat uživatele k činnosti.

Doporučení pro pracovníky:

- Používat odměnový systém jen u uživatele, který nutně potřebuje takovou motivaci.
- Používat drobnou odměnu (bonbón, křupku, sušenku apod.) v případě odměny chuťové / odměna prožitková (poslech oblíbené hudby, houpání v houpačce aj.) Vždy dle volby uživatele.
- Odměnu poskytnout ihned po vykonání činnosti nebo její části (dle nastavení odměňování).
- Neměnná struktura užití chuťové odměny (1.při práci na desce stolu, odměna leží vždy vpravo, 2.při práci v prostoru odměna leží vždy na stejném předem smluveném místě)
- Pochvala vždy předchází odměny.

Doporučení pro uživatele:

- Volit odměnu dle svého přesvědčení.
- Trpělivost.

Pomůcky:

- Odměna dle volby uživatele, činnost dle volby uživatele

Rizika :

- Ztráta zájmu ze strany uživatele
- Nepřiměřená podpora

Postup :

Pracovník se s uživatelem domluví předem na odměně i činnosti, u které je zapotřebí motivace pomocí odměny.

Pracovník zajistí strukturu (za jakou konkrétní činnost nebo její část bude následovat odměna a místo pro odměnu, kde si ji bude uživatel odebírat).

Upozorní uživatele předem, kdy může odměnu odebrat.

V případě používání alternativní komunikace vizualizuje pracovník uživateli odměnu i činnost pomocí piktoqramů, fotografií aj. těsně před provedením nácviku.

Dle potřeb opakujeme. Nejlépe po dobu nácviku dané činnosti, při které bylo zapotřebí použít motivační systém.

Hodnocení: Uživatel je motivován a zvládne tak činnost nebo její část.

Metodika

Nácvik osvojení protahovacích cviků

- Cílová skupina
- Cíl metodiky
- Doporučení pracovníků a uživatelům
- Pomůcky
- Rizika
- Postup
- Způsob hodnocení

Metodika je určena osobám se zdravotním postižením s vysokou mírou podpory, střední i nízkou mírou podpory.

Cílem metodiky je osvojení si lehkého cvičení pro lepší fyzickou i psychickou kondici.

Doporučení pro pracovníky :

- Přiměřená podpora
- Návuk po předchozí domluvě, při dobrém rozpoložení uživatele
- Pochvala

Doporučení pro uživatele :

- Cvičení v dobré náladě

Pomůcky:

- Prostor ke cvičení, křeslo, židle, lůžko - dle potřeb uživatele, hudba, pokud uživatel preferuje, popř. další pomůcky - deka, cvičební podložka apod.

Rizika :

- Zhoršení zdravotního stavu

Postup :

Pracovník zajistí prostor k nácviku osvojení si lehkého cvičení a další vyhovující pomůcky dle pokynů metodiky po předchozí domluvě s uživatelem.

Pracovník informuje uživatele o činnosti, která bude následovat s využitím prostředků alternativní komunikace, pokud uživatel používá.

Pracovník poskytne přiměřenou podporu nebo pomoc po celou dobu nácviku osvojení si protahovacího cvičení a přizpůsobí tempo uživateli.

Všeobecný postup:

1. Pohodlný, pevný posed nebo postoj, popř. leh
2. Cvičení probíhá ve směru od hlavy, přes ruce, trup a nohy bez ohledu na fakt, zda uživatel sedí nebo stojí.
3. Možnosti cvičení:
 - Otáčení hlavy zleva doprava, kývání hlavy dopředu dozadu
 - Protážení paží
 - Protážení rukou a prstů
 - Mačkání dlaní do pěsti a povolení ruky
 - Vzpažení a připažení
 - Hlubší pravidelné dýchání do plic (nádech, výdech)
 - Otáčení trupu zleva doprava
 - Pokrčování nohou v koleni
 - Ohýbání nohou v kotníku, popř. kroužení kotníků
 - Po protažení uvolnění svalů protřepáním údů nebo povolením celého těla

V případě potřeby uživatele zvýšit náročnost cviků, lze použít zátěž při cvičení jako lehké činky nebo lahve s vodou. Lze přistoupit k pokročilému cvičení.

Může následovat relaxace dle metodiky Nácvik relaxačních technik.

Hodnocení: Uživatel se cítí uvolněně, osvojuje si cvičení.

Metodika

Nácvik relaxačních technik

- Cílová skupina
- Cíl metodiky
- Doporučení pracovníků a uživatelům
- Pomůcky
- Rizika
- Postup
- Způsob hodnocení

Metodika je určena osobám se zdravotním postižením s vysokou mírou podpory, střední i nízkou mírou podpory.

Cílem metodiky je vytvoření u jednotlivých osob pevnější duševní i tělesné zdraví, lepší pracovní výkonnost, lepší soustředění, zmenšení pocitu únavy a větší spokojenost se sebou i vnějším prostředím. Odstranění podrážděnosti, rozladěnosti a případné agresivity osob.

Doporučení pro pracovníky :

- Přiměřená podpora
- Návčik relaxace po předchozí domluvě, při dobrém rozpoložení uživatele

Doporučení pro uživatele :

- Relaxování v dobrém zdravotním stavu

Pomůcky:

- Prostor k relaxaci, podložka a polštáře na ležení či sezení - dle potřeb uživatele, relaxační hudba, kterou uživatel preferuje, aromatická lampa, přírodní aroma dle výběru uživatele

Rizika :

- Zhoršení zdravotního stavu

Postup :

Pracovník zajistí prostor k relaxaci a další vyhovující pomůcky dle pokynů metodiky po předchozí domluvě s uživatelem. Hlavní zásadou je výběr relaxační hudby a aroma dle preferencí relaxující osoby. Výběr zjistí pracovník během volného času uživatele dotazováním, samotným poslechem hudby a přivoněním k aroma, které má k dispozici.

Pracovník informuje uživatele o činnosti, která bude následovat s využitím prostředků alternativní komunikace, pokud uživatel používá.

Pracovník poskytne přiměřenou podporu nebo pomoc po celou dobu relaxace a přizpůsobí tempo uživateli.

Všeobecný postup:

1. Vstup do místnosti určené k relaxaci musí být příjemný a nenucený. Vše je vždy připraveno.
2. Osoby, které budou relaxovat, se pohodlně posadí nebo položí na záda. Podloží se polštáři tak, aby se cítili co nejpohodlněji.
3. Pracovník vyzve zúčastněné k ukončení mluvy a doporučí zavřít oči. Mluví tlumeně, avšak srozumitelně.
4. Pracovník pustí potichu předem zvolenou relaxační hudbu.
5. Pracovník do hudby promlouvá k zúčastněným: Máme krásný den. Ležíme na nádherném místě, kde je nám příjemně a teplo. Opakuje.

Odpočíváme a cítíme se uvolnění. Opakuje. Odpočíváme a cítíme se uvolnění. Je tu příjemně a teplo. Opakuje.

Cítíme svůj klidný dech. Cítíme se uvolnění. Opakuje. Cítíme teplý vánek na tváři.

Je nám příjemně a dobře. Opakuje.

Dle preferencí relaxující osoby pokračuje tématem zvolené hudby nebo oblíbeným místem – např. Slyšíme zpěv ptáků, cítíme vůni květin, trávy, lesa ...

Tímto způsobem pokračujeme až do úplného zklidnění mysli a dýchání osob.

Pracovník pokračuje v instrukcích: Naše mysl je lehká a prázdná. Cítíme se uvolnění a klidní. Opakuje.

6. Pracovník dále mlčí, nechá relaxující osoby vnímat hudbu a uvolnění.

7. Pro ukončení relaxace použije pracovník opět svůj hlas:

Ted' sevřeme všichni ruce v pěst, zhluboka se nadechneme, povolíme pěsti a přiložíme dlaně na oči. Až to půjde, pomalu otevřeme oči.

Můžeme i přitáhnout špičky směrem k tělu apod.

4. Pracovník vyzve přítomné, aby v klidu a pomalu vstali a protáhli se.

Relaxaci je dobré nadále provozovat pravidelně. Smluvit si den a hodinu, kdy bude relaxace prováděna. Ideální je v celkové délce 30 minut.

Hodnocení: Relaxující osoba se cítí uvolněná, svěží a v dobré duševní kondici.

Metodika

Nácvik pravidel tykání, vykání, oslovování

- Cílová skupina
- Cíl metodiky
- Doporučení pracovníků a uživatelům
- Pomůcky
- Rizika
- Postup
- Způsob hodnocení

Metodika je určena osobám se zdravotním postižením s nízkou a střední mírou podpory.

Cílem metodiky je zvládnutí pravidel tykání, vykání, oslovování a umožnění tak větší samostatnosti uživateli vedoucí k sociálnímu začlenění do společnosti.

Doporučení pro pracovníky:

- Být vzorem pro dodržení pravidel tykání, vykání, oslovování.
- Poskytnutí přiměřené podpory.
- Vždy chválit i za sebemenší úspěch.

Doporučení pro uživatele:

- Dbát podpory, rad zaměstnanců.
- Dbát pravidel společenského chování.

Pomůcky:

Rizika :

- Přetrvávající projevy nevhodného společenského chování, chybné oslovování.

Postup :

Seznámení s pravidly obecně:

1. Obecně si se všemi vykáme. Tzn. že všechny dospělé (muže i ženy) oslovujeme **Vy** s oslovením **pane** Novák nebo **paní** Nováková. Např. Dobrý den, pane Novák, jak se dnes máte? Nebo Dobrý večer, paní Nováková, máte ještě otevřeno v obchodě? V případě dohody v kolektivu můžeme např. užívat oslovení **Vy** a **paní Kateřino**

nebo jenom **Kateřino**, dnes **Vám** to velmi sluší. Vykání užívatel zejména v prostředí (obchodech, na úřadech, u lékaře, u kadeřníka, v kině, v zaměstnání, na ulici v sousedství a vůbec v cizím prostředí).

Vykání dodržujeme vždy a všude. V případě, že máme pocit, že bychom si mohli s některým z lidí tykat, **dodržujeme pravidla přechodu z vykání na tykání**: Tykání navrhuje vždy žena, nadřizený nebo starší. Probíhá většinou stiskem ruky, popřípadě políbením.

2. Tykání užívatel v kruhu nejbližších přátel, v rodině, po dohodě při předchozím vykání. Oslovujeme **Ty** a užívatel křestní jméno, např. Ahoj, Tondo, jak se máš? Dětem obvykle tykáme. V případě školního prostředí užívatel učitelé u větších dětí oslovení Vy, např. Seberte mi sešity, Františku, prosím.
3. Oslovení cizích dospělých lidí je tedy formou vykání např. Dobrý den, pane doktore. Dobré ráno, paní uklízečko. Dobrý večer, pane inspektore. Nikdy neužívatel Ahoj apod.!

Oslovení lidí, které známe např. sousedy, se kterými jsme se osobně seznámili, zní: Dobrý den, pane Drbale nebo paní Drbalová.

Oslovení dětí, kamarádů, příslušníků rodiny zní: Alenko, Petře, kamaráde, brácho apod.

Oslovení kolegů na pracovišti nebo pracovníků v organizaci závisí na dohodě mezi vámi.

Seznámení s pravidly formou trénování.

Pracovník vede trénink např. při posezení u kávy a určuje ostatním i sobě různé role lidí. Např. pracovník je lékařem, někdo sousedem, někdo doručovatelem, někdo maminkou uživatele apod. Navzájem se postupně oslovují a trénují tak pravidla. Moderátorem je pracovník. Poskytuje souběžně přiměřenou podporu.

Ověření pravidel v běžném životě.

Pracovník při návštěvě lékaře, kina, pošty, denního stacionáře aj. podporuje uživatele při nácviu dodržování pravidel tykání, vykání.

Hodnocení: Uživatel zvládá jednat dle pravidel tykání, vykání, oslovování.

Pracovník i nadále věnuje pozornost zvládnutí činnosti a po čase si ověří dovednost.

Metodika

Nácvik gratulování

- Cílová skupina
- Cíl metodiky
- Doporučení pracovníků a uživatelům
- Pomůcky
- Rizika
- Postup
- Způsob hodnocení

Metodika je určena osobám se zdravotním postižením s nízkou, střední i vysokou mírou podpory, osobám s PAS.

Cílem metodiky je zvládnutí gratulování k různým příležitostem a umožnění tak větší samostatnosti uživateli vedoucí k sociálnímu začlenění do společnosti.

Doporučení pro pracovníky:

- Jít příkladem v běžné praxi.
- Poskytnutí přiměřené podpory.
- Vždy chválit i za sebemenší úspěch.

Doporučení pro uživatele:

- Dbát podpory, rad zaměstnanců.
- Dbát pravidel společenského chování.

Pomůcky:

Rizika :

- Přetrvávající snížené sociální chování, stranění kolektivu.

Postup :**Seznámení s gratulací obecně:**

Gratulujeme lidem známým i příležitostně neznámým. Gratulace vždy probíhá stiskem pravé ruky (pokud hendikep jednoho z lidí neurčí jinak). Je to pozitivní událost, důležitá pro osobu oslavovanou. Dodržujeme pravidla tykání, vykání viz. metodika.

Oslovenému nabídneme pravou ruku a stiskneme jeho či jemně potřeseeme. Při možnosti oslovení : "Gratulujemenapř. k povýšení v práci, k narozeninám, k svátku, do Nového roku" apod.)

Používáme i osvědčené " Všechno nejlepší!".

V úzkém rodinném či přátelském kruhu je možné i krátké políbení na tvář. Respektujeme osobní zónu osloveného.

Pracovník vizualizuje přímo na uživateli gratulaci.

1. Přistoupí k němu - vstoupí do jeho osobní zóny (pokud možno udržuje oční kontakt).
2. Nabídne mu pravou ruku.
3. Uchopí uživatele za ruku stiskem.
4. Slovně mu popřeje.
5. Pustí jeho ruku.
6. Ustoupí z jeho osobní zóny.

Uživatel následně reflektuje situaci ve stejném sledu.

Nácvik může probíhat i v rámci celé komunity doma nebo ve stacionáři.

Hodnocení: Uživatel zvládá samostatně gratulovat ostatním a i jednat dle pravidel tykání, vykání, oslovování.

Pracovník i nadále věnuje pozornost zvládnutí činnosti a po čase si ověří dovednost.

Metodika

Nácvik nakupování v obchodě

- Cílová skupina
- Cíl metodiky
- Doporučení pracovníků a uživatelům
- Pomůcky
- Rizika
- Postup
- Způsob hodnocení

Metodika je určena osobám se zdravotním postižením s nízkou a střední i vysokou mírou podpory, osobám s PAS.

Cílem metodiky je zvládnutí samostatného nakupování v obchodě nebo jeho podstatnou část a umožnění tak větší samostatnosti uživateli.

Doporučení pro pracovníky:

- Seznámení s pravidly společenského chování (metodika vykání, tykání..)
- Seznámení s pravidly vhodného oblékání.
- Poskytnutí přiměřené podpory.
- Vždy chválit i za sebemenší úspěch.

Doporučení pro uživatele:

- Dbát podpory, rad zaměstnanců.
- Dbát pravidel společenského chování.

Pomůcky:

- Nákupní taška, peníze, nákupní lístek dle potřeb uživatele, pokud používá, kartu slev do příslušného obchodu nebo kupon, pokud uživatel využívá, osobní doklady a vhodné oblečení

Rizika :

- Přetrvávající projevy nevhodného chování.
- Přetrvávající obavy, nejistota, strach.

Postup :

Pracovník seznámí uživatele před možností nakupování s pravidly společenského chování a vhodnosti oblečení. Před každým krokem se společně domluví na průběhu např. půjdeme se tam jen podívat, zda mají všák ještě ve slevě, koupíme bonboniéru pro všechny doma, uděláme velký nákup podle nákupního lístku apod.

1. Pracovník seznámí uživatele s prostředím obchodu. Obchod si projdou, prohlédnou umístění regálů a jednotlivých produktů, umístění pokladen a pohyb nakupujících i prodávajících s využitím pravidel společenského chování (pozdrav, oslovení atd.)
2. Pracovník s uživatelem podniknou malý nákup (jedna až dvě věci) s využitím znalosti prostředí obchodu. Společně vejdou, pozdraví, výběr nákupu vede uživatel dle předchozí domluvy, pracovník poskytuje přiměřenou podporu. Při přistoupení k pokladně vyloží veškeré zboží na místo k tomu určené, pozdraví pokladní, zaplatí dle možností uživatele, uloží nákup do tašky, poděkují, pozdraví na rozloučenou a s nákupem odcházejí z obchodu.
3. Pracovník s uživatelem podniknou malý nákup s využitím znalosti prostředí obchodu. První vchází uživatel a jeho kroky následuje pracovník. Aktivitu nechá na uživateli, který je vybaven všemi potřebnými pomůckami, v případě potřeby poskytne přiměřenou podporu.
4. Pracovník s uživatelem podniknou velký nákup. První vchází uživatel a jeho kroky následuje pracovník. Aktivitu nechá na uživateli, který je vybaven všemi pomůckami, v případě potřeby poskytne přiměřenou podporu.
5. Pracovník čeká před obchodem a uživatel provede celý nákup samostatně.

Pracovník poskytuje při nakupování nejen přiměřenou podporu k činnosti, ale také podporuje uživatele v sebejistotě, zbavuje ho případných obav.

Hodnocení: Uživatel zvládne samostatně nakupovat nebo nakupuje s minimální podporou.

Pracovník i nadále věnuje pozornost zvládnutí činnosti a po čase si ověří dovednost.

Metodika

Nácvik samostatného pohybu, orientace ve městě, v obci

- Cílová skupina
- Cíl metodiky
- Doporučení pracovníků a uživatelům
- Pomůcky
- Rizika
- Postup
- Způsob hodnocení

Metodika je určena osobám se zdravotním postižením s nízkou, střední i vysokou mírou podpory.

Cílem metodiky je orientace uživatele ve městě, v obci, kde se dokáže sám pohybovat a umožnění tak větší samostatnosti uživatele vedoucí k sociálnímu začlenění do společnosti.

Doporučení pro pracovníky :

- Před samotným zahájením činnosti je důležité znát potřeby uživatele, jeho objekty zájmu v daném městě, v obci.
- Před zahájením samotného nácviku seznámí pracovník uživatele s možnými riziky (zablouzení, úraz, napadením člověkem či zvířetem..), pravidly silničního provozu (jízda vozidel vpravo, přecházení ulice, viditelnost chodce..) a pravidly společenského chování (zdravení po vstupu do společenského prostředí, osobní zóna, vhodné výrazy..) .
- Pracovník vždy poskytne uživateli podporu vedoucí k sebejistotě a samostatnosti.
- Poskytne uživateli kartičku s adresou bydliště a kontaktním telefonním číslem pro stav nouze.
- Vždy chválí i za sebemenší úspěch.
- Vede záznam nácviku.

Doporučení pro uživatele :

- Vždy vychází ve vhodném oblečení.
- Vždy se domluví s pracovníkem na trase a cíli své cesty a čase návratu.
- Vždy si vezme s sebou pomůcky (mobil nebo hodinky, kartičku s adresou a tel. číslem a osobní doklady)
- Dodržuje předem domluvenou trasu a čas návratu domů.
- Ví, jak použít kartičku s adresou atd. v krajní nouzi.
- Dodržuje pravidla společenského chování.

Pomůcky:

- hodinky nebo mobilní telefon (dle znalosti času)
- kartička se jménem, adresou a telefonním číslem domu, kde uživatel žije, kterou může využít v případě krajní nouze
- metodika Nácvik přecházení ulice
- Tabulka pro záznam samostatného pohybu viz.příloha

Rizika :

- Zabloudění
- Úraz
- Pracovník neposkytne dostatečnou podporu a uživatel tak není schopen zvládnout trasu.
- Uživatel i přes dostatečnou podporu se špatně orientuje.
- Uživatel nerespektuje pravidla silničního provozu a ruch města mu způsobuje problémy.
- Uživatel nerespektuje pravidla společenského chování a vznikají mu tak zbytečné konflikty v mezilidských vztazích.

Postup :***I.fáze*** Společná procházka uživatel - pracovník

Po seznámení uživatele s riziky a pravidly jde pracovník s uživatelem předem zvolenou trasou. Cestou upozorňuje pracovník uživatele na stěžejní body (místa) na trase, kde se na okamžik zastaví.

II.fáze Uživatel jde trasu sám - pracovník jde několik metrů za ním

Postup je stejný, avšak uživatel již zná svou trasu a cíle zájmu a postupuje samostatně. Pracovník je pouze ve viditelné vzdálenosti, aby mohl být podporou uživateli při nejistotě.

III.fáze Uživatel jde trasu samostatně a pracovník jej sleduje bez vědomí uživatele z větší vzdálenosti.

IV.fáze Uživatel jde trasu zcela samostatně. Pracovník čeká v domě uživatele na jeho předem domluvený příchod.

Hodnocení : Uživatel se orientuje ve městě, v obci a samostatně se pohybuje po okolí.

Datum	Cíl a trasa cesty	Orientační body	Chování uživatele	Podpis

Metodika

Nácvik přecházení ulice

- Cílová skupina
- Cíl metodiky
- Doporučení pracovníků a uživatelům
- Pomůcky
- Rizika
- Postup
- Způsob hodnocení

Metodika je určena osobám se zdravotním postižením s nízkou, střední mírou podpory.

Cílem metodiky je zvládnutí samostatného přecházení ulice, které je nezbytnou součástí nácviku samostatného pohybu a zároveň vede k větší samostatnosti uživatele a jeho sociálního začlenění.

Doporučení pracovníkům :

- Seznámit uživatele s pravidly silničního provozu.
- Seznámení uživatele s riziky.
- Poskytnutí přiměřené podpory při přecházení ulice.
- Kladné hodnocení uživatele (pochvala) i za sebemenší úspěch.
- Vést záznam o aktivitě.

Doporučení uživatelům:

- Dbát pravidel silničního provozu.
- Dbát při nácviku pokynů pracovníků.

Pomůcky: osobní doklady, tabulka záznamu aktivity a pomůcky pro nácvik samostatného pohybu

Rizika:

- Zabloučení
- Úraz
- Přetrvávající obava z provozu

Postup :

Před cestou seznámí pracovník uživatele s pravidly silničního provozu ohledně přecházení ulice (pohyb vozidel vpravo, použití přechodu pro chodce, viditelnost chodce atd.)

Pracovník seznámí uživatele s možnými riziky.

Dává prostor uživateli k vyjádření, věnuje pozornost zpětné vazbě.

Pracovník seznámí uživatele s pravidly přecházení ulice přímo při nácvičku přecházení:

1. Vyhledání na ulici nejbližšího přechodu pro chodce, pokud je.
2. Stoupnutí si čelem k ulici.
3. Rozhlédnutí vlevo, vpravo (pokud nerozlišuje uživatel strany – levá-pravá, rozhlédne se několikrát za sebou na obě strany)
4. Ujistění, že nejede žádné vozidlo.
5. Vstoupení do vozovky.
6. Přecházení ulice a rozhlížení vlevo – vpravo.

V případě, že je přechod pro chodce se signalizací (semaforem):

1. Zastavení před přechodem tak, aby byla v zorném úhlu signalizace přecházení.
2. Přecházení pouze na zelenou. (Na červenou vyčkávat.)
3. Při rozsvícení zelené signalizace, následuje ujistění a rozhlédnutí (ověření bezpečného provozu).
4. Přecházení ulice.

Hodnocení : Uživatel samostatně přejde ulici.

Datum	Místo přecházení ulice	Chování uživatele	podpis

Metodika

Nácvik mytí nádobí

- Cílová skupina
- Cíl metodiky
- Doporučení pracovníků a uživatelům
- Pomůcky
- Rizika
- Postup
- Způsob hodnocení

Metodika je určena osobám se zdravotním postižením s vysokou, střední mírou podpory a hlavně osobám s poruchou autistického spektra.

Cílem metodiky je zvládnutí samostatného mytí nádobí a umožnění tak větší soběstačnosti uživateli a většího sociálního začlenění.

Doporučení pro pracovníky:

- Přiměřená podpora, vedení nácviku krok za krokem
- Pravidelnost nácviku – při každé příležitosti (mytí nádobí po jídle) nebo sjednanému nácviku po oboustranné dohodě, vždy s vizualizací činnosti pomůckou alternativní komunikace (piktogram, fotografie, zápis v diáři apod.)
- Pochvala i za sebemenší úspěch

Doporučení pro uživatele:

- Dbát rad, podpory pracovníků
- Postupovat krok za krokem

Pomůcky:

- nádobí určené k mytí, prostředek na mytí nádobí, houbička nebo hadřík, kuchyňská linka, odměna, pokud využíváme u uživatele odměnový systém

Rizika :

- Zhoršení motoriky (jemné i hrubé)
- Ztráta zájmu o činnost
- Nepřiměřená podpora

Postup :

Pracovník připraví pomůcky.

Pracovník zajistí prostředí k nácviku vhodné pro uživatele.

Pracovník připomene uživateli nadcházející činnost a vysvětlí smysl mytí nádobí a sled mytého nádobí (s využitím prostředků alternativní komunikace, pokud je potřeba a uživatel používá).

Pracovník seznámí uživatele s pomůckami, popř. s odměnou (pokud používá motivační systém u uživatele).

Pracovník vizualizuje mytí nádobí:

1. *Uzavření odtoku vody dle typu dřezu.*
2. *Napuštění vody do dřezu.*
3. *Přidání do vody prostředku na nádobí (dle návodu na prostředku).*
4. *Namočení sklenic.*
5. *Namočení houbičky. Správný úchop pomůcek – nádobí, příbor x hadřík, houbička / dle uživatele (levák, pravák)*
6. *Styl mytí (omytí vnější části nádoby, vnitřní části nádoby)*
7. *Mytí do úplného odstranění nečistot.*
8. *Opláchnutí nádobí čistou vodou.*
9. *Odložení na odkapávací desku.*

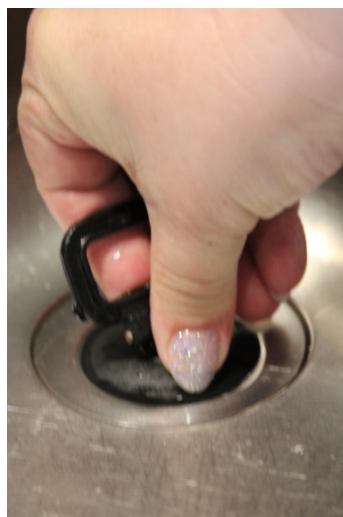
Dále pokračujeme dle sledu mytí nádobí (hrnky, talíře, příbory, hrnce atd.) dle bodů 4. – 9.

Mezi jednotlivými kroky dává pracovník prostor k vyjádření uživateli a k nácviku. Poskytuje přiměřenou podporu. Dle potřeby opakuje.

Odměnu si uživatel odebírá dle oboustranné dohody.

V případě zvládnutí činnosti pracovník nadále věnuje pozornost uživateli a v případě potřeby mu poskytne přiměřenou podporu.

Hodnocení: Uživatel zvládne samostatně umýt nádobí.



1. UZAVŘENÍ ODTOKU VODY DLE TYPU DŘEZU.



2. NAPUŠTĚNÍ VODY DO DŘEZU.



3. PŘIDÁNÍ PROSTŘEDKU NA NÁDOBÍ.



4. NAMOČENÍ NÁDOBÍ.



5. NAMOČENÍ HOUBIČKY.



6. STYL MYTÍ (VNĚJŠÍ A VNITŘNÍ ČÁST)



7.MYTÍ DO ÚPLNÉHO ODSTRANĚNÍ NEČISTOT.



8.OPLÁCHNUTÍ ČISTOU VODOU.



9.ODLOŽENÍ NA ODKÁPAVACÍ PLOCHU.

Metodika

Nácvik vyndání nádobí z myčky

- Cílová skupina
- Cíl metodiky
- Doporučení pracovníků a uživatelům
- Pomůcky
- Rizika
- Postup
- Způsob hodnocení

Metodika je určena osobám se zdravotním postižením s vysokou, střední mírou podpory a hlavně osobám s poruchou autistického spektra.

Cílem metodiky je zvládnutí samostatného vyndání nádobí z myčky a umožnění tak větší soběstačnosti uživateli a tím i jeho sociální začlenění.

Doporučení pro pracovníky:

- Přiměřená podpora, vedení nácviku krok za krokem
- Pravidelnost nácviku – při každé příležitosti (mytí nádobí po jídle) nebo sjednanému nácviku po oboustranné dohodě, vždy s vizualizací činnosti pomůckou alternativní komunikace (piktogram, fotografie, zápis v diáři apod.)
- Pochvala i za sebemenší úspěch

Doporučení pro uživatele:

- Dbát rad, podpory pracovníků
- Postupovat krok za krokem

Pomůcky:

- Umyté nádobí v myčce, kuchyňská linka, suchý hadřík k užívání v kuchyni, odměna, pokud využíváme u uživatele odměnový systém

Rizika :

- Zhoršení motoriky (jemné i hrubé)
- Ztráta zájmu o činnost
- Nepřiměřená podpora

Postup :

Pracovník připraví pomůcky.

Pracovník zajistí prostředí k nácviku vhodné pro uživatele.

Pracovník připomene uživateli nadcházející činnost (s využitím prostředků alternativní komunikace, pokud je potřeba a uživatel používá).

Pracovník seznámí uživatele s pomůckami, popř. s odměnou (pokud používá motivační systém u uživatele).

Pracovník vizualizuje vyndání nádobí z myčky:

1. *Otevření myčky.*
2. *Vysunutí jednoho zásobníku/koše s nádobím.*
3. *Vyjmutí nádobí.*
4. *Uložení nádobí do linky.*
5. *Opakování vyjmutí nádobí do vyprázdnění koše.*
6. *Zasunutí prázdného koše.*
7. *Vysunutí druhého koše s nádobím.*
8. *Vyjmutí nádobí.*
9. *Uložení nádobí do linky.*
10. *Opakování vyjmutí a uložení nádobí do vyprázdnění koše.*
11. *Zasunutí prázdného koše.*
12. *Uchopení suchého hadříku.*
13. *Setření vnitřku dvířek od zbylé vody a nečistot.*
14. *Zavření dvířek myčky.*

Mezi jednotlivými kroky dává pracovník prostor k vyjádření uživateli a k nácviku. Poskytuje přiměřenou podporu.

Odměnu si uživatel odebírá dle oboustranné dohody, pokud využíváme u uživatele odměnový systém.

V případě zvládnutí činnosti pracovník nadále věnuje pozornost uživateli a v případě potřeby mu poskytne přiměřenou podporu.

Hodnocení: Uživatel zvládne samostatně vyndat nádobí z myčky.



1. Otevření myčky



2. Vysunutí jednoho koše/ zásobníku na nádobí



3. Vydání nádobí z myčky



4. Uložení na místo



5. Opakování vyjmutí nádobí do vyprázdnění koše.



6. Zasunutí prázdného koše.



7. Vysunutí druhého koše.



8. Vyndání nádobí z myčky.



9. Uložení nádobí na místo.



10. Opakování vyjmutí nádobí do vyprázdnění.



11. Zasunutí koše.



12. Uchopení suchého hadříku.



13. Vytření dvířek od zbytků nečistot a vody.



14. Zavření dvířek myčky.

Metodika

Nácvik utírání nádobí

- Cílová skupina
- Cíl metodiky
- Doporučení pracovníků a uživatelům
- Pomůcky
- Rizika
- Postup
- Způsob hodnocení

Metodika je určena osobám se zdravotním postižením s vysokou, střední mírou podpory a hlavně osobám s poruchou autistického spektra.

Cílem metodiky je zvládnutí samostatného utírání nádobí a umožnění tak větší soběstačnosti uživateli.

Doporučení pro pracovníky:

- Přiměřená podpora, vedení nácviku krok za krokem
- Pravidelnost nácviku – při každé příležitosti (mytí nádobí po jídle) nebo sjednanému nácviku po oboustranné dohodě, vždy s vizualizací činnosti pomůckou alternativní komunikace (piktogram, fotografie, zápis v diáři apod.)
- Pochvala i za sebemenší úspěch

Doporučení pro uživatele:

- Dbát rad, podpory pracovníků
- Postupovat krok za krokem

Pomůcky:

- Umyté nádobí určené k utření, utěrka, kuchyňská linka, odměna, pokud využíváme u uživatele odměnový systém

Rizika :

- Zhoršení motoriky (jemné i hrubé)
- Ztráta zájmu o činnost
- Nepřiměřená podpora

Postup :

Pracovník připraví pomůcky.

Pracovník zajistí prostředí k nácviku vhodné pro uživatele.

Pracovník připomene uživateli nadcházející činnost a vysvětlí smysl utírání nádobí (s využitím prostředků alternativní komunikace, pokud je potřeba a uživatel používá).

Pracovník seznámí uživatele s pomůckou, popř. s odměnou (pokud používá motivační systém u uživatele).

Pracovník vizualizuje utírání nádobí:

1. *Odebrání nádobí z odkapávací desky dřezu.*
2. *Správný úchop pomůcek – utěrka, nádoba aj. / dle uživatele (levák, pravák)*
3. *Styl utírání (otření vnější části nádoby, vnitřní části nádoby)*
4. *Uložení otřeného nádobí.*

Mezi jednotlivými kroky dává prostor k vyjádření uživateli a k nácviku. Poskytuje přiměřenou podporu. Dle potřeby opakuje. Odměnu si uživatel odebírá dle oboustranné dohody.

V případě zvládnutí činnosti pracovník nadále věnuje pozornost uživateli a v případě potřeby mu poskytne přiměřenou podporu.

Hodnocení: Uživatel zvládne samostatně utřít nádobí.



1. Odebrání nádobí z odkapávací desky dřezu.



2. Správný úchop utěrky, nádoby (levák / pravák)



3. Utírání vnější, vnitřní části nádoby.



4. Uložení nádobí.

Metodika

Nácvik zalévání květin

- Cílová skupina
- Cíl metodiky
- Doporučení pracovníků a uživatelům
- Pomůcky
- Rizika
- Postup
- Způsob hodnocení

Metodika je určena osobám se zdravotním postižením s vysokou, střední mírou podpory a hlavně osobám s poruchou autistického spektra.

Cílem metodiky je zvládnutí samostatného zalévání květin a umožnění tak větší soběstačnosti uživateli a tím i sociální začlenění.

Doporučení pro pracovníky:

- Přiměřená podpora, vedení nácviku krok za krokem
- Pravidelnost nácviku – při každé příležitosti (péče o rostliny) nebo sjednanému nácviku po oboustranné dohodě, vždy s vizualizací činnosti pomůckou alternativní komunikace (piktogram, fotografie, zápis v diáři apod.)
- Pochvala i za sebemenší úspěch

Doporučení pro uživatele:

- Dbát rad, podpory pracovníků
- Postupovat krok za krokem

Pomůcky:

- Konývka s vodou, rostliny určené k zalévání, přístup ke kohoutku vodovodního potrubí, odměna, pokud využíváme u uživatele odměnový systém

Rizika :

- Zhoršení motoriky (jemné i hrubé)
- Dlouhodobá nespolupráce ze strany uživatele
- Nepřiměřená podpora

Postup :

Pracovník připraví pomůcky.

Pracovník připraví prostředí k nácviku vhodné pro uživatele.

Pracovník připomene uživateli nadcházející činnost a vysvětlí smysl zalévání rostlin (s využitím prostředků alternativní komunikace, pokud je potřeba a uživatel používá).

Pracovník seznámí uživatele s pomůckou k zalévání, popř. s odměnou (pokud používá motivační systém u uživatele).

Pracovník vizualizuje zalévání:

1. *Správný úchop konývky / dle uživatele (levák, pravák)*
2. *Náklon konývky při zalévání.*
3. *Množství vody u jednotlivých rostlin.*

Mezi jednotlivými kroky dává prostor k vyjádření uživateli a k nácviku. Poskytuje přiměřenou podporu.

V případě, že uživatel v minulosti již zvládl zalévání, přistoupíme k nácviku dolití vody do konývky.

Pracovník připraví pomůcky.

Pracovník seznámí uživatele s pomůckami.

Pracovník vizualizuje dolití vody do konývky:

1. *Spuštění studené vody.*
2. *Přidržení konývky pod proudem vody.*
3. *Naplnění konývky.*
4. *Uzavření tekoucí vody.*
5. *Pokračování v zalévání.*

Mezi jednotlivými kroky dává prostor k vyjádření uživateli a k nácviku. Poskytuje přiměřenou podporu. Dle potřeby opakuje.

V případě zvládnutí činnosti pracovník nadále věnuje pozornost uživateli a v případě potřeby mu poskytne přiměřenou podporu.

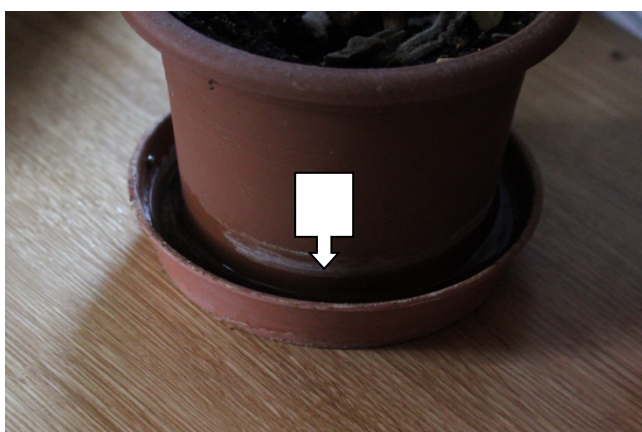
Hodnocení: Uživatel zvládne samostatně zalévat.



1. Správný úchop konývky (levák / pravák)



2. Náklon konývky při zalévání.



3. Množství vody.

Dolítí konývky a zalévání :



1. Spuštění studené vody.



2. Umístění konývky pod kohoutek.



3. Naplnění konývky.



4. Uzavření tekoucí vody.



5. Pokračování v zalévání.

Metodika

Nácvik utírání prachu

- Cílová skupina
- Cíl metodiky
- Doporučení pracovníků a uživatelům
- Pomůcky
- Rizika
- Postup
- Způsob hodnocení

Metodika je určena osobám se zdravotním postižením s vysokou, střední mírou podpory a hlavně osobám s poruchou autistického spektra.

Cílem metodiky je zvládnutí samostatného utírání prachu a umožnění tak větší soběstačnosti uživateli.

Doporučení pro pracovníky:

- Přiměřená podpora, vedení nácviku krok za krokem
- Pravidelnost nácviku – při každé příležitosti (úklid pokoje, domácnosti...) nebo sjednanému nácviku po oboustranné dohodě, vždy s vizualizací činnosti pomůckou alternativní komunikace (piktogram, fotografie aj.)
- Pochvala i za sebemenší úspěch

Doporučení pro uživatele:

- Dbát rad, podpory pracovníků
- Postupovat krok za krokem

Pomůcky:

- Prachovka nebo hadřík určený na utírání prachu, prostředek (sprej) na odstranění prachu z povrchů (pokud používáme), kyblík s vodou, odměna, pokud využíváme u uživatele odměnový systém

Rizika :

- Zhoršení motoriky (jemné i hrubé)
- Dlouhodobá nespolupráce ze strany uživatele
- Nepřiměřená podpora

Postup :

Fáze I. Suché utírání prachu.

Pracovník připraví prachovku nebo hadřík.

Pracovník připraví prostředí k nácvičku vhodné pro uživatele.

Pracovník připomene uživateli nadcházející činnost a vysvětlí smysl utírání prachu (s využitím prostředků alternativní komunikace, pokud je potřeba a uživatel používá).

Pracovník seznámí uživatele s pomůckou k utírání prachu, popř. s odměnou (pokud používá motivační systém u uživatele).

Pracovník vizualizuje utírání prachu:

1. *Správný úchop pomůcky / dle uživatele (levák, pravák).*
2. *Směr utírání prachu (nejlépe zleva doprava).*
3. *Vyklepání pomůcky (zbavení pomůcky prachu).*

Mezi jednotlivými kroky dává prostor k vyjádření uživateli a k nácvičku. Poskytuje přiměřenou podporu.

V případě, že uživatel v minulosti již zvládl suché utírání prachu, přistoupí

k fázi II. **mokrém utírání prachu.**

Pracovník připraví pomůcky – hadřík, kbelík s vodou, popř. sprej (pokud používáme).

Pracovník seznámí uživatele s pomůckami.

Pracovník vizualizuje utírání prachu na mokro:

1. *Namočení hadříku do vody.*
2. *Vyždímání hadříku.*
3. *Směr stírání prachu (nejlépe zleva doprava)*
4. *Dotření plochy, v případě dalších nečistot.*
5. *Vymáchání hadříku ve vodě.*
6. *Vyždímání hadříku.*

Mezi jednotlivými kroky dává prostor k vyjádření uživateli a k nácviku. Poskytuje přiměřenou podporu. Dle potřeby opakuje. Odměnu si uživatel odebírá dle oboustranné dohody.

Fáze III. - užití spreje na odstranění prachu:

1. Otevření spreje.
2. *Správný úchop spreje.*
3. *Nanesení spreje na plochu.*
4. *Uchopení hadříku.*
5. *Stírání nastříkané plochy hadříkem.*
6. *Dotření plochy v případě dalších nečistot.*
7. *Nanesení spreje na další plochu.*
8. *Stírání nastříkané plochy hadříkem.*
9. *Dotření plochy v případě dalších nečistot.*
10. *Vymáchání hadříku ve vodě.*
11. *Vyždímání hadříku.*
12. *Uzavření spreje.*

V případě zvládnutí činnosti pracovník nadále věnuje pozornost uživateli a v případě potřeby mu poskytne přiměřenou podporu.

Hodnocení: Uživatel si zvládne samostatně utřít prach.

Suchá metoda:



1. Uchopení hadříku (levák/pravák)



2. Směr utírání prachu. (nejlépe zleva doprava)



3. Vyklepání hadříku.

Mokrý metoda:



1. Namočení hadříku do vody.



2 .Vyždímání hadříku.



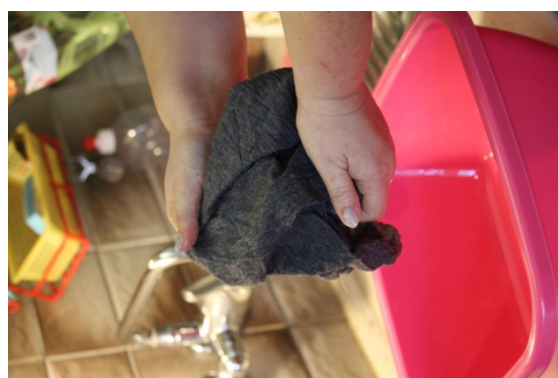
3. Směr utírání prachu. (nejlépe zleva doprava)



4. Dotření plochy v případě dalších nečistot.



5. Vymáčení hadříku ve vodě.



6. Vyždímání hadříku.

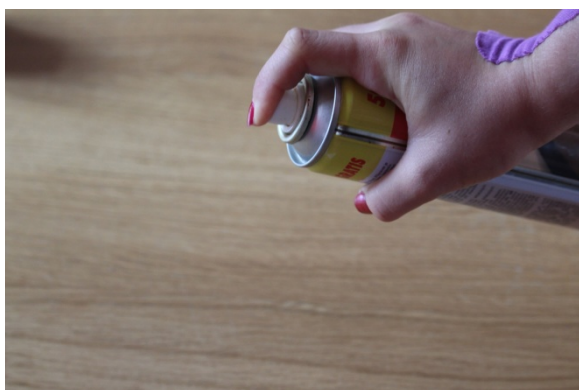
Použití spreje:



1. Otevření spreje.



2. Správný úchop spreje.



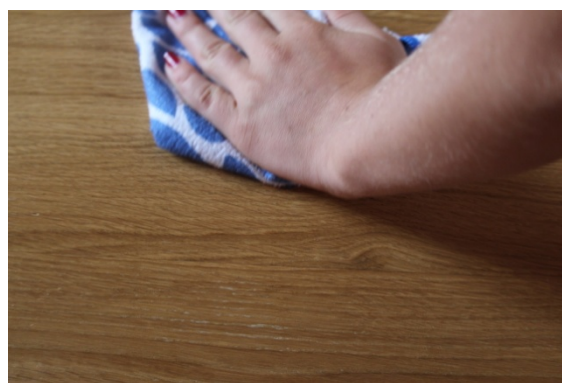
3. Nastříkání spreje na plochu.



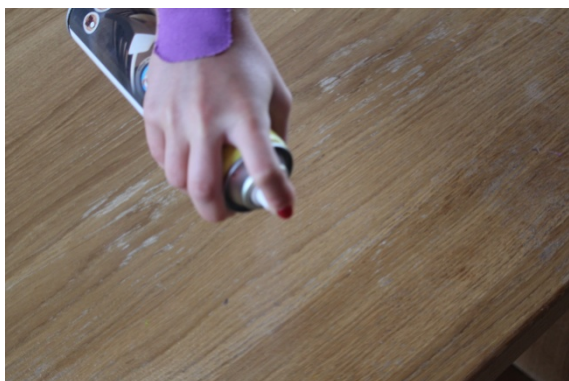
4. Uchopení hadříku.



5. Setření nastříkané plochy.



6. Setření veškerých nečistot.



7. Opakování nastříkání plochu.



8. Setření nastříkané plochy.



9. Setření veškerých nečistot.



10. Vymáčení hadříku ve vodě.



12. Vyždímání hadříku.



13. Uzavření spreje.

Metodika

Nácvik zametání

- Cílová skupina
- Cíl metodiky
- Doporučení pracovníků a uživatelům
- Pomůcky
- Rizika
- Postup
- Způsob hodnocení

Metodika je určena osobám se zdravotním postižením s vysokou, střední mírou podpory a hlavně osobám s poruchou autistického spektra.

Cílem metodiky je zvládnutí samostatného zametání prostoru a umožnění tak větší soběstačnosti uživateli.

Doporučení pro pracovníky:

- Přiměřená podpora, vedení nácviku krok za krokem
- Pravidelnost nácviku – při každé příležitosti (úklid pokoje, domácnosti...) nebo sjednanému nácviku po oboustranné dohodě, vždy s vizualizací činnosti pomůckou alternativní komunikace (piktogram, fotografie, zápis v diáři apod.)
- Pochvala i za sebemenší úspěch

Doporučení pro uživatele:

- Dbát rad, podpory pracovníků
- Postupovat krok za krokem
-

Pomůcky:

- Smeták, lopatka a malý smetáček, odpadkový koš, odměna, pokud využíváme u uživatele odměnový systém

Rizika :

- Zhoršení motoriky (jemné i hrubé)
- Dlouhodobá nespolupráce ze strany uživatele
- Nepřiměřená podpora

Postup :

Fáze I.

Pracovník připraví smeták.

Pracovník připraví prostředí k nácviku vhodné pro uživatele.

Pracovník připomene uživateli nadcházející činnost a vysvětlí smysl zametání (s využitím prostředků alternativní komunikace, pokud je potřeba a uživatel používá).

Pracovník seznámí uživatele s pomůckou k zametání, popř. s odměnou (pokud používá motivační systém u uživatele).

Pracovník vizualizuje zametání:

- 1. Správný úchop smetáku / dle uživatele (levák, pravák)*
- 2. Směr zametání – z pomyslné kružnice dovnitř.*
- 3. Tvoření hromádky smetí.*

Mezi jednotlivými kroky dává prostor k vyjádření uživateli a k nácviku. Poskytuje přiměřenou podporu.

V případě, že uživatel v minulosti již zvládl zametání, přistoupíme

k fázi II.

Pracovník připraví pomůcky – smetáček a lopatku, odpadkový koš.

Pracovník seznámí uživatele s pomůckami.

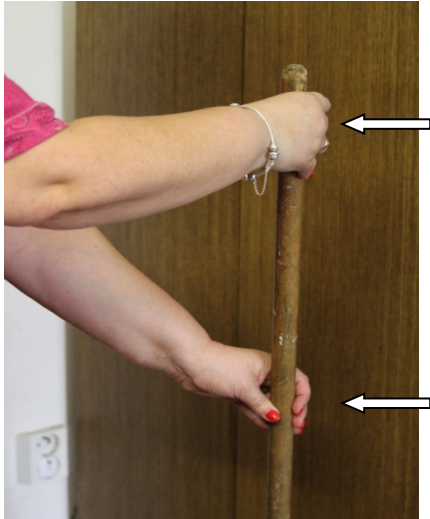
Pracovník vizualizuje smetání smetí na lopatku a vyprázdnění lopatky do odpadkového koše:

- 1. Správný úchop smetáčku a lopatky. / dle uživatele (levák, pravák)*
- 2. Směr smetání smetí na lopatku.*
- 3. Vyprázdnění lopatky do odpadkového koše.*

Mezi jednotlivými kroky dává prostor k vyjádření uživateli a k nácviku. Poskytuje přiměřenou podporu. Dle potřeby opakuje.

V případě zvládnutí činnosti pracovník nadále věnuje pozornost uživateli a v případě potřeby mu poskytne přiměřenou podporu.

Hodnocení: Uživatel zvládne samostatně zametat nebo zametá včetně uklizení smetí do odpadkového koše.



1. Správný úchop smetáku (levák / pravák).



2. Směr zametání - z pomyslné kružnice dovnitř. (např. od zdi doprostřed)



2. Směr zametání .



3. Tvoření hromádky smetí.

SMETÁČEK A LOPATKA



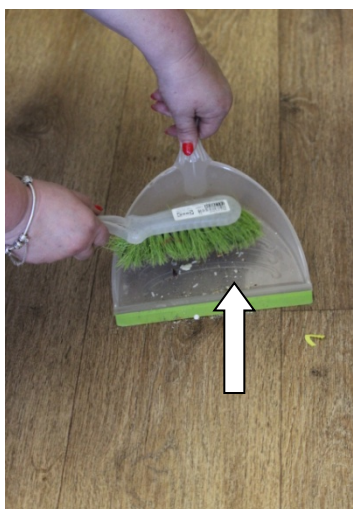
Hromádka smetí.



1. Správný úchop smetáčku a lopatky. (levák / pravák)



2. Směr smetání smetí na lopatku.



3. Vyprázdnění lopatky do odpadkového koše.

Metodika

Nácvik vytírání

- Cílová skupina
- Cíl metodiky
- Doporučení pracovníků a uživatelům
- Pomůcky
- Rizika
- Postup
- Způsob hodnocení

Metodika je určena osobám se zdravotním postižením s vysokou, střední mírou podpory a hlavně osobám s poruchou autistického spektra.

Cílem metodiky je zvládnutí samostatného vytírání a umožnění tak větší soběstačnosti uživateli.

Doporučení pro pracovníky:

- Přiměřená podpora, vedení nácviku krok za krokem
- Pravidelnost nácviku – při každé příležitosti (úklid pokoje, společné domácnosti...) nebo sjednanému nácviku po oboustranné dohodě, vždy s vizualizací činnosti pomůckou alternativní komunikace (piktogram, fotografie, zápis v diáři apod.)
- Pochvala i za sebemenší úspěch

Doporučení pro uživatele:

- Dbát rad, podpory pracovníků
- Postupovat krok za krokem

Pomůcky:

- Smeták, hadr na vytírání podlahy nebo mop(návod k mopu), prostředek na vytírání podlahy, kýbl s vodou, odměna, pokud využíváme u uživatele odměnový systém

Rizika :

- Zhoršení motoriky (jemné i hrubé)
- Dlouhodobá nespolupráce ze strany uživatele
- Nepřiměřená podpora

Postup : použití smetáku a hadru.

Pracovník připraví pomůcky k činnosti.

Pracovník připraví prostředí k nácviku vhodné pro uživatele.

Pracovník připomene uživateli nadcházející činnost a vysvětlí smysl vytírání (s využitím prostředků alternativní komunikace, pokud je potřeba a uživatel používá).

Pracovník seznámí uživatele s pomůckami k vytírání podlahy, popř. s odměnou (pokud používá motivační systém u uživatele).

Pracovník vizualizuje vytírání – užití smetáku a hadru:

- 1. Otevření nádoby se saponátem.*
- 2. Nalítí saponátu do vody (dle návodu).*
- 3. Uzavření nádoby se saponátem.*
- 4. Namočení hadru do vody.*
- 5. Vyždímání hadru.*
- 6. Položení hadru na zem.*
- 7. Položení smetáku na hadr.*
- 8. Složení hadru na smeták (všechny rohy směrem k smetáku).*
- 9. Správný úchop smetáku / dle uživatele (levák, pravák)*
- 10. Směr vytírání .*
- 11. Tvoření uklizené - mokré plochy podlahy.*
- 12. Opakování dle předchozích bodů 4.-11. do úplného vytření plochy.*

Mezi jednotlivými kroky dává prostor k vyjádření uživateli a k nácviku. Poskytuje přiměřenou podporu.

Postup: použití mopu.

Pracovník připraví pomůcky.

Pracovník připraví prostředí vhodné k nácviku.

Pracovník seznámí uživatele s pomůckami.

Pracovník vizualizuje vytírání podlahy pomocí mopu:

1. *Otevření nádoby se saponátem.*
2. *Nalítí saponátu do vody (dle návodu).*
3. *Uzavření nádoby se saponátem.*
4. *Namočení mopu do vody se saponátem.*
5. *Zbavení mopu přebytečné vody (dle návodu k používání).*
6. *Správný úchop mopu. / dle uživatele (levák, pravák)*
7. *Směr vytírání pomocí mopu.*
8. *Tvoření uklizené - mokré plochy podlahy.*
9. *Opakování dle předchozích bodů 4. – 8. do úplného vytření celé plochy podlahy.*

Mezi jednotlivými kroky dává prostor k vyjádření uživateli a k nácviku. Poskytuje přiměřenou podporu. Dle potřeby opakuje.

V případě zvládnutí činnosti pracovník nadále věnuje pozornost uživateli a v případě potřeby mu poskytne přiměřenou podporu.

Hodnocení: Uživatel zvládne samostatně vytřít podlahu pomocí smetáku a hadru nebo mopu.



1. Otevření nádoby se saponátem.



2. Nalít saponátu do vody (dle návodu).



3. Uzavření nádoby se saponátem.



4. Namočení hadru.



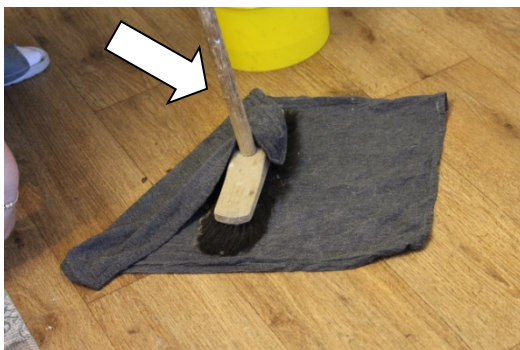
5. Vyždímání hadru.



6. Položení hadru na zem.



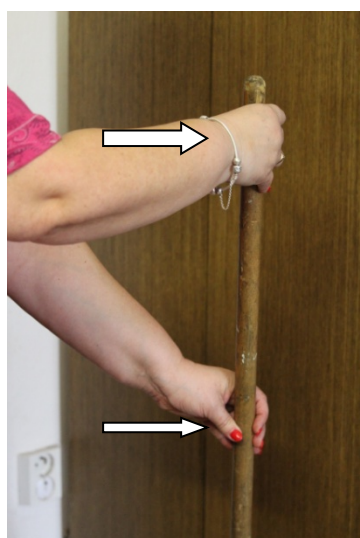
7. Položení smetáku na hadr.



8. Sležení hadru na smeták (všechny rohy směrem ke smetáku)



8. Složení hadru na smeták. (všechny rohy směrem ke smetáku)



9. Správný úchop (levák / pravák)



10. Směr vytírání.



11. Tvoření uklizené - mokré podlahy.

MOP



1. Otevření nádoby se saponátem.



2. Nalít saponátu do vody (dle návodu).



3. Uzavření nádoby se saponátem.



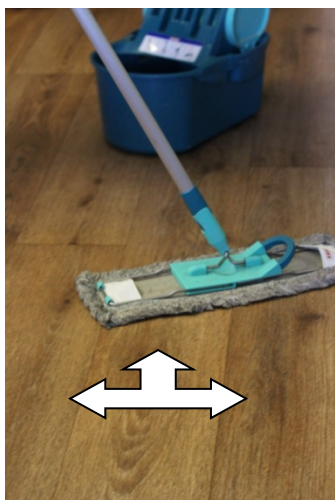
4. Namočení mopy do vody se saponátem.



5. Zbavení mopu přebytečné vody (dle návodu k používání).



6. Správný úchop (levák / pravák)



7. Směr vytírání pomocí mopu.



8. Tvoření uklizené - mokré podlahy.

Metodika

Nácvik používání centrálního vysavače

- Cílová skupina
- Cíl metodiky
- Doporučení pracovníků a uživatelům
- Pomůcky
- Rizika
- Postup
- Způsob hodnocení

Metodika je určena osobám se zdravotním postižením s vysokou, střední mírou podpory a hlavně osobám s poruchou autistického spektra.

Cílem metodiky je zvládnutí samostatného používání centrálního vysavače a umožnění tak větší soběstačnosti uživateli.

Doporučení pro pracovníky:

- Přiměřená podpora, vedení nácviku krok za krokem
- Pravidelnost nácviku – při každé příležitosti (úklid pokoje, domácnosti...) nebo sjednanému nácviku po oboustranné dohodě, vždy s vizualizací činnosti pomůckou alternativní komunikace (piktogram, fotografie, zápis v diáři apod.)
- Dbát pokynů a rizik při práci s el. přístroji
- Pochvala i za sebemenší úspěch

Doporučení pro uživatele:

- Dbát rad, podpory pracovníků
- Postupovat krok za krokem

Pomůcky:

- Centrální vysavač a příslušenství (návod k obsluze), odměna, pokud využíváme u uživatele odměnový systém

Rizika :

- Zhoršení motoriky (jemné i hrubé)
- Dlouhodobá nespolupráce ze strany uživatele
- Nepřiměřená podpora

Postup :

Pracovník připraví pomůcky k činnosti.

Pracovník připraví prostředí k nácviku vhodné pro uživatele.

Pracovník připomene uživateli nadcházející činnost a vysvětlí smysl úklidu (s využitím prostředků alternativní komunikace, pokud je potřeba a uživatel používá).

Pracovník seznámí uživatele s centrálním vysavačem, popř. s odměnou (pokud používá motivační systém u uživatele). Ukáže mu umístění vysávacích prvků v místnosti, kde je nácvik prováděn a obsluhu vysávacích prvků. Seznámí ho s pokyny a riziky při užívání centrálního vysavače (dle návodu).

Pracovník vizualizuje vysávání centrálním vysavačem:

1. *Donesení hadice na vysávání.*
2. *Zapojení hadice na odsávací prvek.*
3. *Spuštění vysávání.*
4. *Směr vysávání od jedné strany místnosti k druhé.*
5. *Kontrola povrchu a vysátí zbylých nečistot.*
6. *Vypnutí vysávání.*
7. *Odpojení hadice.*
8. *Odnesení hadice.*

Pokud vznikla potřeba nácviku použití odsávacího místa umístěného pod kuchyňskou linkou, doporučení je zařadit nácvik po proběhlém zametání.

Mezi jednotlivými kroky dává prostor k vyjádření uživateli a k nácviku. Poskytuje přiměřenou podporu.

Hodnocení: Uživatel zvládne samostatně používat centrální vysavač.



1. Donesení hadice na vysávání.



2. Zapojení hadice na odsávací prvek.



3. Spuštění vysávání.



4. Směr vysávání od jedné strany ke druhé.



5. Kontrola povrchu a vysátí zbylých nečistot.



6. Vypnutí vysávání.



7. Vypojení hadice.



8. Odnesení hadice.

Metodika

Nácvik mytí oken

- Cílová skupina
- Cíl metodiky
- Doporučení pracovníků a uživatelům
- Pomůcky
- Rizika
- Postup
- Způsob hodnocení

Metodika je určena osobám se zdravotním postižením s vysokou, střední mírou podpory a hlavně osobám s poruchou autistického spektra.

Cílem metodiky je zvládnutí samostatného mytí oken a umožnění tak větší soběstačnosti uživateli.

Doporučení pro pracovníky:

- Přiměřená podpora, vedení nácviku krok za krokem
- Pravidelnost nácviku – při každé příležitosti nebo sjednanému nácviku po oboustranné dohodě, vždy s vizualizací činnosti pomůckou alternativní komunikace (piktogram, fotografie, zápis v diáři apod.)
- Pochvala i za sebemenší úspěch

Doporučení pro uživatele:

- Dbát rad, podpory pracovníků
- Postupovat krok za krokem

Pomůcky:

- okno, stěrka, kbelík s teplou vodou + prostředek na mytí oken, hadřík určený na mytí oken, hadřík na doleštění, odměna, pokud využíváme u uživatele odměnový systém

Rizika :

- Zhoršení motoriky (jemné i hrubé)
- Ztráta zájmu o činnost
- Nepřiměřená podpora

Postup :

Pracovník připraví pomůcky.

Pracovník zajistí prostředí k nácviku vhodné pro uživatele.

Pracovník připomene uživateli nadcházející činnost a vysvětlí smysl mytí oken (s využitím prostředků alternativní komunikace, pokud je potřeba a uživatel používá).

Pracovník seznámí uživatele s pomůckami, popř. s odměnou (pokud používá motivační systém u uživatele).

Pracovník vizualizuje mytí oken:

1. *Uchopí hadr na okna.*
2. *Namočí do kbelíku s teplou vodou a prostředkem na mytí oken.*
3. *Vyndá hadr nad kbelík.*
4. *Vyždímá hadr.*
5. *Přiloží hadr na plochu okna.*
6. *Myje okno (struktura zleva doprava, shora dolů)*
7. *Opakuje body 2-6. do úplné smytí nečistot.*
8. *Uchopí stěrku.*
9. *Přiloží stěrku k oknu.*
10. *Setře stěrku zbytky vody a nečistot.(shora dolů, zleva doprava)*
11. *Otře stěrku hadříkem.*
12. *Opakuje body 9 -11. do setření celého okna.*
13. *Odloží pomůcky.*
14. *Uchopí hadřík na doleštění.*
15. *Přiloží k oknu.*
16. *Tahem vyleští plochu okna.*
17. *Odloží pomůcky.*

Body 9-13. lze obměnit pomůcky. Místo stěrky použít další hadřík .Mezi jednotlivými kroky dává pracovník prostor k vyjádření uživateli a k nácviku. Poskytuje přiměřenou podporu.

Dle potřeby opakuje. Odměnu si uživatel odebírá dle oboustranné dohody.

V případě zvládnutí činnosti pracovník nadále věnuje pozornost uživateli a v případě potřeby mu poskytne přiměřenou podporu.

Hodnocení: Uživatel zvládne samostatně umýt okno nebo poměrnou část.



1. Uchopení hadru na okna.



2. Namočení hadru do vody s prostř. na mytí oken.



3. Vyndání namočeného hadru nad kbelík.



4. Vyždímání hadru.



5. Přiložení namočeného hadru na okno.



6. Mytí okna dle struktury.

7. Opakuje body 2. -6. do umytí plochy tabule okna.



8. Uchopení stěrky.



9. Přiložení stěrky na okno.



10. Setření stěrkou vody z okna. (dle struktury)



11. Utření stěrky hadříkem.

12. Opakuje body 9-11. do setření celého okna.



13. Odložení pomůcek.



14. Uchopení hadříku na doleštění.



15. Přiložení hadříku k oknu.



16. Tahem vyleští plochu okna.



17. Odložení pomůcky.

Metodika
Nácvik ovládnání rychlovarné konvice
s přípravou teplých nápojů

- Cílová skupina
- Cíl metodiky
- Doporučení pracovníků a uživatelům
- Pomůcky
- Rizika
- Postup
- Způsob hodnocení

Metodika je určena osobám se zdravotním postižením s nízkou, střední i vyšší mírou podpory, zejména osobám s poruchou autistického spektra.

Cílem metodiky je zvládnutí samostatného ovládní rychlovarné konvice pro přípravu teplých nápojů a umožnění tak větší samostatnosti uživateli.

Doporučení pro pracovníky:

- Seznámit uživatele s bezpečností a riziky při manipulaci s elektrickými přístroji a vařící vodou před použitím.
- Dodržení jednotného postupu.
- Poskytnutí přiměřené podpory.
- Přizpůsobit tempo nácviku uživateli.
- Vždy chválit i za sebemenší úspěch.

Doporučení pro uživatele:

- Dodržovat postup a bezpečnost.
- Dbát podpory, rad zaměstnanců.
- Dbát možných rizik.

Pomůcky: rychlovarná konvice, její návod (bezpečné zacházení a rizika), nádoba určená k přípravě teplých nápojů, lžička, káva, čaj apod., odměna, pokud používáme odměnový systém

Rizika :

- Nebezpečí úrazu opařením.

Postup: Nácvik probíhá pouze na místě k tomu určeném, na kuchyňské lince.

I. fáze – vaření vody

Pracovník připraví veškeré pomůcky a odměnu, pokud používá. Seznámí uživatele srozumitelnou formou s bezpečným zacházením a možnými riziky při manipulaci s elektrickým přístrojem a nebezpečím úrazu opařením horkou vodou s využitím prostředků alternativní komunikace, pokud uživatel používá.

1. *Zapojení přívodní kabelu konvice do zásuvky.*
2. *Otevření víka konvice s upozorněním na mechanismus otvírání (dle návodu k přístroji).*
3. *Uchopení konvice.*
4. *Přenesení konvice pod vodovodní kohoutek ve dřezu.*
5. *Puštění vody.*
6. *Nalítí vody potřebné pro přípravu jednoho nebo více nápojů.*
7. *Uzavření víka konvice.*
8. *Přenesení konvice na základnu.*
9. *Zapnutí konvice k ohřevu vody s upozorněním na spínač (dle návodu k přístroji).*

Dává prostor uživateli k vyjádření a nácviku těchto kroků.

/při náročnosti pro uživatele napouštění vody z vodovodního řádu, je možné kroky 3.-5. vynechat s tím, že pracovník vždy připraví uživateli vodu do např. plastové konvice, kterou si přelije do rychlovarné konvice/

II.fáze – příprava nádoby a nápoje

1. *Postavení hrnku apod. před sebe na kuchyňskou linku.*
2. *Otevření nádoby s čajem, kávou apod.*
3. *Vložení množství směsi pro přípravu nápoje – dle možností a návyků uživatele*
4. *Vložení lžičky do hrnku.*
5. *Uzavření nádoby s čajem, kávou apod.*

III.fáze – zalití nápoje vroucí vodou

Pracovník upozorní na automatické vypnutí konvice po varu vody. Upozorňuje zároveň na bezpečnost.

1. *Uchopení konvice s vroucí vodou.*
2. *Přesunutí konvice nad připravenou nádobou.*
3. *Naklonění konvice nad nádobu a lití potřebného množství vody.*
4. *Vrácení konvice do svislé polohy.*
5. *Postavení konvice na kuchyňskou linku.*

Dává prostor k vyjádření uživateli a jeho nácviku.

IV. fáze – uložení konvice

1. *Uchopení konvice.*
2. *Přenesení ji nad dřez.*
3. *Vylití zbylé vody do dřezu.*
4. *Umístění konvice na základnu.*
5. *Vyjmutí zástrčky přívodního kabelu ze zásuvky.*

Dává prostor k vyjádření uživateli a jeho nácviku.

Dle potřeby uživatele pracovník postup více rozpracuje nebo naopak jednotlivé fáze sjednotí, aby byl nácvik efektivní pro uživatele.

Hodnocení: Uživatel samostatně ovládá rychlovarnou konvici nebo zvládne i přípravu nápoje.



1. Zapojení přívodního kabelu do zásuvky.



2. Otevření víka konvice / prvek otvírání



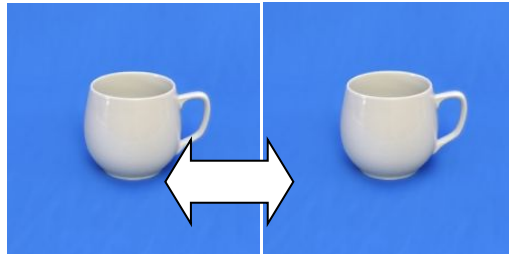
3. Uchopení konvice.



4. Přenesení konvice pod kohoutek.



5. Napuštění vody.



6. Množství vody (1 nápoj / více nápojů)



7. Uzavření víka konvice.



8. Postavení konvice na základnu.



9. Zapnutí ohřevu vody / spínač

Příprava nápoje :



1. Postavení hrnku na kuchyňskou linku.



2. Otevření nádoby s čajem, kávou ...



3. Vložení množství směsi k přípravě nápoje do hrnku.



4. Vložení lžičky do hrnku.



5. Uzavření nádoby s čajem, kávou ...

Zalítí nápoje vroucí vodou:



1. Uchopení konvice s horkou vodou.



2. Naklonění konvice nad hrnkem .



3. Nalítí potřebného množství horké vody.



4. Konvice zpět do svislé polohy.



5. Uložení konvice zpět na základnu.

Uložení konvice :



1. Uchopení konvice.



2. Přenesení k dřezu.



3. Vylití zbylé vody do dřezu.



4. Uložení konvice zpět na základnu.



5. Vyjmutí zástrčky přívodního kabelu ze zásuvky.

Metodika

Nácvik prostírání stolu

- Cílová skupina
- Cíl metodiky
- Doporučení pracovníků a uživatelům
- Pomůcky
- Rizika
- Postup
- Způsob hodnocení

Metodika je určena osobám se zdravotním postižením s vysokou, střední mírou podpory a hlavně osobám s poruchou autistického spektra.

Cílem metodiky je zvládnutí samostatného prostírání stolu a umožnění tak větší soběstačnosti uživateli.

Doporučení pro pracovníky:

- Přiměřená podpora, vedení nácviku krok za krokem
- Pravidelnost nácviku – při každé příležitosti (stolování) nebo sjednanému nácviku po oboustranné dohodě, vždy s vizualizací činnosti pomůckou alternativní komunikace (piktogram, fotografie, zápis v diáři apod.)
- Pochvala i za sebemenší úspěch

Doporučení pro uživatele:

- Dbát rad, podpory pracovníků
- Postupovat krok za krokem

Pomůcky:

- Kompenzační prostírání(to si může každý vyrobit viz.metodika - kompenz. prostírání), nádobí určené ke stolování, příbory, odměna, pokud využíváme u uživatele odměnový systém

Rizika :

- Zhoršení motoriky (jemné i hrubé)
- Ztráta zájmu o činnost
- Nepřiměřená podpora

Postup :

Pracovník připraví pomůcky.

Pracovník zajistí prostředí k nácviku vhodné pro uživatele.

Pracovník připomene uživateli nadcházející činnost a vysvětlí smysl prostírání stolu (s využitím prostředků alternativní komunikace, pokud je potřeba a uživatel používá).

Pracovník seznámí uživatele s pomůckami, popř. s odměnou (pokud používá motivační systém u uživatele).

Pracovník vizualizuje prostírání stolu:

- 1. Kompenzační prostírání položí na jednotlivá místa na desku jídelního stolu.*
- 2. Dle předkresleného vzoru položí talíř na středové kolečko. (mělký, hluboký).*
- 3. - 6. Dle předkresleného vzoru položí příbor – vidličku, nůž, lžíci, lžičku (dle užití uživatelem).*
- 7. Dle předkresleného vzoru položí sklenici, hrnek nebo plastový kelímek (dle užití uživatelem).*

Na každé jednotlivé prostírání připraví dle kroků 2. – 7.

Pokud uživatelé používají ubrousek, ukládáme dle jejich potřeb.

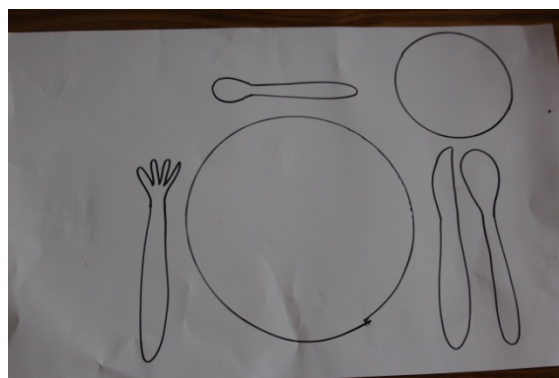
Mezi jednotlivými kroky dává prostor k vyjádření uživateli a k nácviku. Poskytuje přiměřenou podporu. Dle potřeby opakuje. Odměnu si uživatel odebírá dle oboustranné dohody.

V případě zvládnutí činnosti pracovník nadále věnuje pozornost uživateli a v případě potřeby mu poskytne přiměřenou podporu.

Hodnocení: Uživatel zvládne samostatně prostřít.



1. Položení strukturovaného prostírání.



2. Položení talíře na středové kolečko. (mělký, hluboký)



3. Položení vidličky na předkreslený vzor.



4. Položení nože na předkreslený vzor.



5. Položení lžice na předkreslený vzor.



6. Položení lžičky na předkreslený vzor.



7. Položení kelímku či skleničky na předkreslený vzor.

Metodika

Nácvik prostírání slavnostní tabule

- Cílová skupina
- Cíl metodiky
- Doporučení pracovníků a uživatelům
- Pomůcky
- Rizika
- Postup
- Způsob hodnocení

Metodika je určena osobám se zdravotním postižením s vysokou, střední mírou podpory a hlavně osobám s poruchou autistického spektra.

Cílem metodiky je zvládnutí samostatného prostírání slavnostní tabule a umožnění tak větší soběstačnosti uživateli.

Doporučení pro pracovníky:

- Přiměřená podpora, vedení nácviku krok za krokem
- Pravidelnost nácviku – při každé příležitosti nebo sjednanému nácviku po oboustranné dohodě, vždy s vizualizací činnosti pomůckou alternativní komunikace (piktogram, fotografie, zápis v diáři apod.)
- Pochvala i za sebemenší úspěch

Doporučení pro uživatele:

- Dbát rad, podpory pracovníků
- Postupovat krok za krokem

Pomůcky:

- Slavnostní prostírání, ubrus (v případě potřeby kompenzační s nákresy pro stolování), nádobí určené ke stolování, příbory, ubrousky, dekorace nebo květina, odměna, pokud využíváme u uživatele odměnový systém

Rizika :

- Zhoršení motoriky (jemné i hrubé)
- Ztráta zájmu o činnost
- Nepřiměřená podpora

Postup :

Pracovník připraví pomůcky.

Pracovník zajistí prostředí k nácviku vhodné pro uživatele.

Pracovník připomene uživateli nadcházející činnost a vysvětlí smysl prostírání slavnostní tabule (s využitím prostředků alternativní komunikace, pokud je potřeba a uživatel používá). Pracovník seznámí uživatele s pomůckami, popř. s odměnou (pokud používá motivační systém u uživatele).

Pracovník vizualizuje prostírání slavnostní tabule. Použití kompenzačního prostírání.

1. *Rozložený ubrus položí na stůl.*
2. *Srovnání ubrusu.*
3. *(Kompenzační) prostírání položí na jednotlivá místa podle počtu židlí.*
4. *Doprostřed stolu postaví dekoraci nebo květinu.*
5. *Dle předkresleného vzoru položí mělký talíř na středové kolečko.*
6. *Ubrousek položí na mělký talíř.*
7. *Položí hluboký talíř na mělký talíř.*
8. *Ubrousek položí na hluboký talíř, dle potřeb uživatele.*
9. *Drobný dar nebo dekoraci položí na ubrousek v hlubokém talíři.*
10. *Dle předkresleného vzoru položí příbor (podle užití uživatelem a jednotlivých osob).*
11. *Dle předkresleného vzoru položí sklenici nebo jinou nádobku na nápoj (dle užití uživatelem). Popř. nádoby dvě.*
12. *Na každé jednotlivé prostírání připraví dle kroků 3. – 11.*

Mezi jednotlivými kroky dává prostor k vyjádření uživateli a k nácviku. Poskytuje přiměřenou podporu. Dle potřeby opakuje. Odměnu si uživatel odebírá dle oboustranné dohody.

Při zvládnutí činnosti pracovník nadále věnuje pozornost uživateli a v případě potřeby mu poskytne přiměřenou podporu.

Hodnocení: Uživatel zvládne samostatně prostřít slavnostně stůl.

Metodika

Nácvik skládání oblečení

- Cílová skupina
- Cíl metodiky
- Doporučení pracovníků a uživatelům
- Pomůcky
- Rizika
- Postup
- Způsob hodnocení

Metodika je určena osobám se zdravotním postižením s vysokou, střední mírou podpory a hlavně osobám s poruchou autistického spektra.

Cílem metodiky je zvládnutí samostatného skládání oblečení a umožnění tak větší soběstačnosti uživateli.

Doporučení pro pracovníky:

- Přiměřená podpora, vedení nácviku krok za krokem
- Pravidelnost nácviku – při každé příležitosti (skládání oblečení) nebo sjednanému nácviku po oboustranné dohodě, vždy s vizualizací činnosti pomůckou alternativní komunikace (piktogram, fotografie, zápis v diáři apod.)
- Pochvala i za sebemenší úspěch

Doporučení pro uživatele:

- Dbát rad, podpory pracovníků
- Postupovat krok za krokem

Pomůcky:

- Oblečení určené ke složení, stůl nebo jiná plocha vhodná ke skládání prádla, židle na sezení v případě potřeby, odměna, pokud využíváme u uživatele odměnový systém, kompenzační pomůcka - deska na skládání košil a triček

Rizika :

- Zhoršení motoriky (jemné i hrubé)
- Dlouhodobá nespolupráce ze strany uživatele
- Nepřiměřená podpora

Postup :

Pracovník připraví pomůcky.

Pracovník připraví prostředí k nácviku vhodné pro uživatele.

Pracovník připomene uživateli nadcházející činnost a vysvětlí smysl skládání oblečení (s využitím prostředků alternativní komunikace, pokud je potřeba a uživatel používá).

Pracovník seznámí uživatele s pomůckami, popř. s odměnou (pokud používá motivační systém u uživatele).

Pracovník vizualizuje skládání oblečení:

1. *Položí desku na skládání oblečení na plochu.*
2. *Rozloží oblečení na desku vždy ve směru zleva doprava, zhora dolů (tak jak pohledově oblečení nosíme)*
3. *Dle typu oblečení složí volné rukávy ke středu (košile, trika s dl.rukávem).*
4. *Přeloží levý díl desky s oblečením na střed.*
5. *Vrátí zpět.*
6. *Přeloží pravý díl desky s oblečením na střed.*
7. *Vrátí zpět.*
8. *Přeloží spodní díl desky s oblečením nahoru.*
9. *Vrátí zpět.*
10. *Uchopí složené oblečení.*
11. *Přemístí na hromádku.*

Mezi jednotlivými kroky dává prostor k vyjádření uživateli a k nácviku. Poskytuje přiměřenou podporu. Dle potřeby opakuje.

V případě zvládnutí činnosti pracovník nadále věnuje pozornost uživateli a v případě potřeby mu poskytne přiměřenou podporu.

Pokud uživatel již v minulosti zvládl skládat oblečení, je možné přistoupit k nácviku bez užití desky na skládání oblečení se shodným postupem.

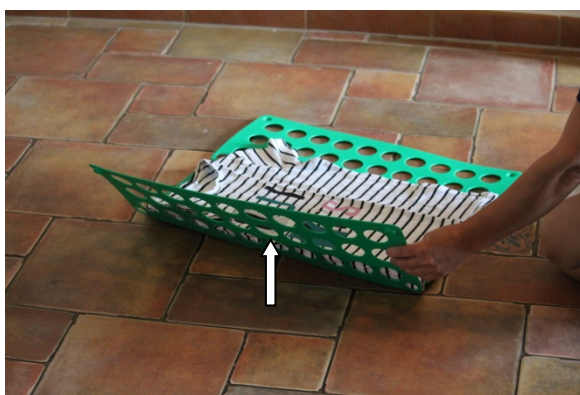
Hodnocení: Uživatel zvládne samostatně skládat oblečení s použitím desky nebo bez ní.



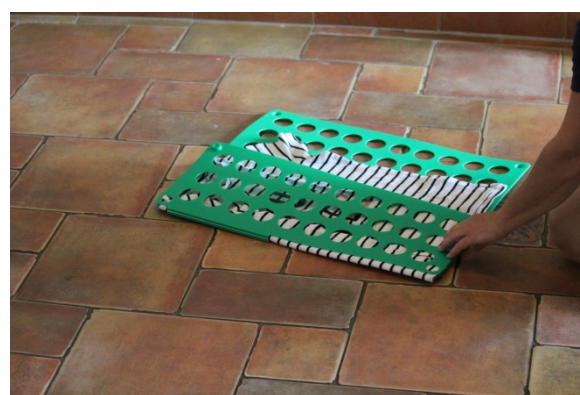
1. Položení desky na plochu.



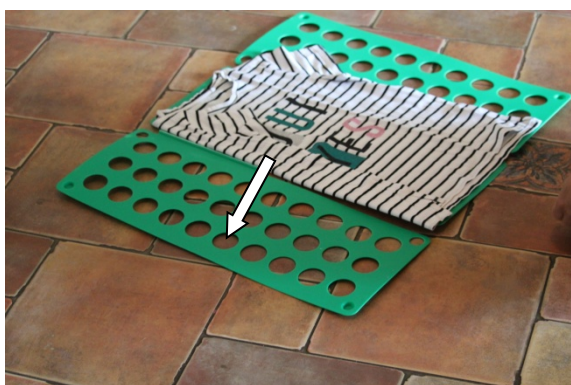
2. Rozložení oblečení na desku.



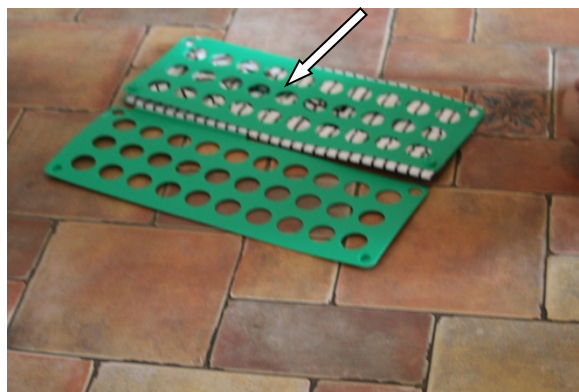
4. Přeložení levého dílu na střed.



6. Přeložení pravého dílu na střed.

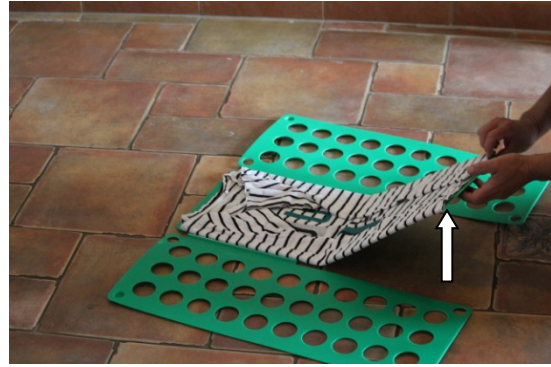


5. Vrácení zpět.

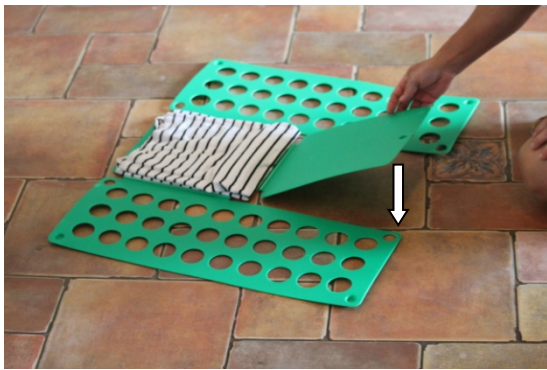




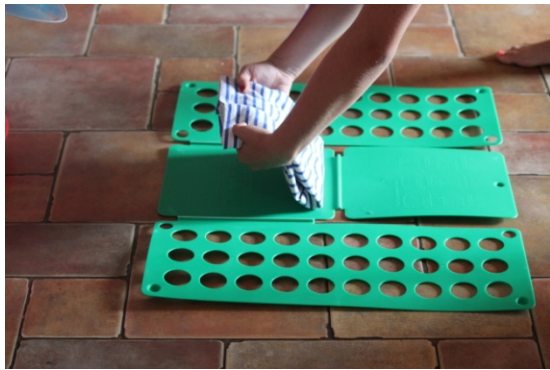
7. Vratí zpět.



8. Prostřední díl překlopí směrem nahoru.



9. Vrácení zpět.



10. Uchopení složeného trika.



11. Položení na hromádku oblečení.

Metodika

Nácvik věšení prádla na sušák

- Cílová skupina
- Cíl metodiky
- Doporučení pracovníků a uživatelům
- Pomůcky
- Rizika
- Postup
- Způsob hodnocení

Metodika je určena osobám se zdravotním postižením s vysokou, střední mírou podpory a hlavně osobám s poruchou autistického spektra.

Cílem metodiky je zvládnutí samostatného věšení prádla a umožnění tak větší soběstačnosti uživateli.

Doporučení pro pracovníky:

- Přiměřená podpora, vedení nácviku krok za krokem
- Pravidelnost nácviku – při každé příležitosti praní a věšení prádla nebo sjednanému nácviku po oboustranné dohodě, vždy s vizualizací činnosti pomůckou alternativní komunikace (piktogram, fotografie, zápis v diáři apod.)
- Pochvala i za sebemenší úspěch

Doporučení pro uživatele:

- Dbát rad, podpory pracovníků
- Postupovat krok za krokem

Pomůcky:

- Koš s vypraným prádlem, sušák, odměna, pokud využíváme u uživatele odměnový systém, popř. kolíčky

Rizika :

- Zhoršení motoriky (jemné i hrubé)
- Dlouhodobá nespolupráce ze strany uživatele
- Nepřiměřená podpora

Postup : Fáze I. Věšení bez kolíčků

Pracovník připraví pomůcky. Pracovník připraví prostředí k nácviku vhodné pro uživatele.

Pracovník připomene uživateli nadcházející činnost a vysvětlí smysl věšení prádla/sušení/ (s využitím prostředků alternativní komunikace, pokud je potřeba a uživatel používá).

Pracovník seznámí uživatele s pomůckami, popř. s odměnou (pokud používá motivační systém u uživatele).

Pracovník vizualizuje věšení prádla.

1. *Správný úchop jednotlivého kusu vypraného prádla / dle uživatele.*
2. *Vytřepání prádla – narovnání textilie.*
3. *Přehození přes „šňůru“ sušáku.*
4. *Popř. srovnání na „šňůře“.*

Mezi jednotlivými kroky dává prostor k vyjádření uživateli a k nácviku. Poskytuje přiměřenou podporu.

V případě, že uživatel již zvládl věšení bez kolíčků a vzniká potřeba věšet prádlo na kolíčky, přistoupí k fázi II. Věšení prádla na kolíčky.

1. *Správný úchop jednotlivého kusu vypraného prádla / dle uživatele.*
2. *Vytřepání prádla – narovnání textilie.*
3. *Přehození přes „šňůru“ sušáku.*
4. *Popř. srovnání na „šňůře“.*
5. *Správný úchop kolíčku.*
6. *Rozevření kolíčku.*
7. *Upevnění kolíčku na prádlo.*
8. *Dle potřeby více kolíčků na prádlo.*

Mezi jednotlivými kroky dává prostor k vyjádření uživateli a k nácviku. Poskytuje přiměřenou podporu. Dle potřeby opakuje. Odměnu si uživatel odebírá dle oboustranné dohody.

V případě zvládnutí činnosti pracovník nadále věnuje pozornost uživateli a v případě potřeby mu poskytne přiměřenou podporu.

Hodnocení: Uživatel zvládne věšet prádlo.



1. Uchopení prádla.



2. Vytřepání prádla.



3. Přiložení ke šňůře sušáku.



4. Popř. srovnání na šňůře.

Použití kolíčků :



1. Uchopení prádla.



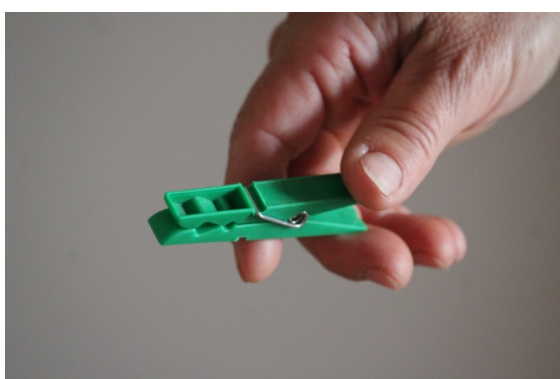
2. Vytřepání prádla.



3. Přiložení ke šňůře sušáku.



4. Srovnání prádla na šňůře.



5. Správný úchop kolíčku.



6. rozevření kolíčku.



7. Upevnění kolíčku na prádlo.



8. Dle potřeby použití více kolíčků.

Metodika

Nácvik zavazování tkaniček

- Cílová skupina
- Cíl metodiky
- Doporučení pracovníků a uživatelům
- Pomůcky
- Rizika
- Postup
- Způsob hodnocení

Metodika je určena pro osoby se zdravotním postižením střední a nízkou mírou podpory.

Cílem metodiky je zvládnutí zavazování tkaniček a umožnění tak větší samostatnosti uživateli.

Doporučení pro pracovníky:

- trpělivost
- dodržení jednotného postupu
- pochvala za každý i sebemenší úspěch uživatele
- trénovat zavázání tkaniček posloupně

Doporučení pro uživatele:

- trpělivost
- vázat tkaničky krok za krokem, nespěchat

Pomůcky:

- kartonová nebo dřevěná pomůcka na trénování zavazování tkaniček, dlouhá tkanička, vlastní obuv s tkaničkami

Před jakýmkoliv nácvikem připraví pracovník pomůcku a protáhne tkaničku očky (konce nechá volné).

Rizika:

- uživatel nedokáže rozvinout jemnou motoriku v takové míře, aby si sám zavázal tkaničky
- uživatel zvládne zavázat si tkaničky, avšak v běžném každodenním životě činnost nedělá

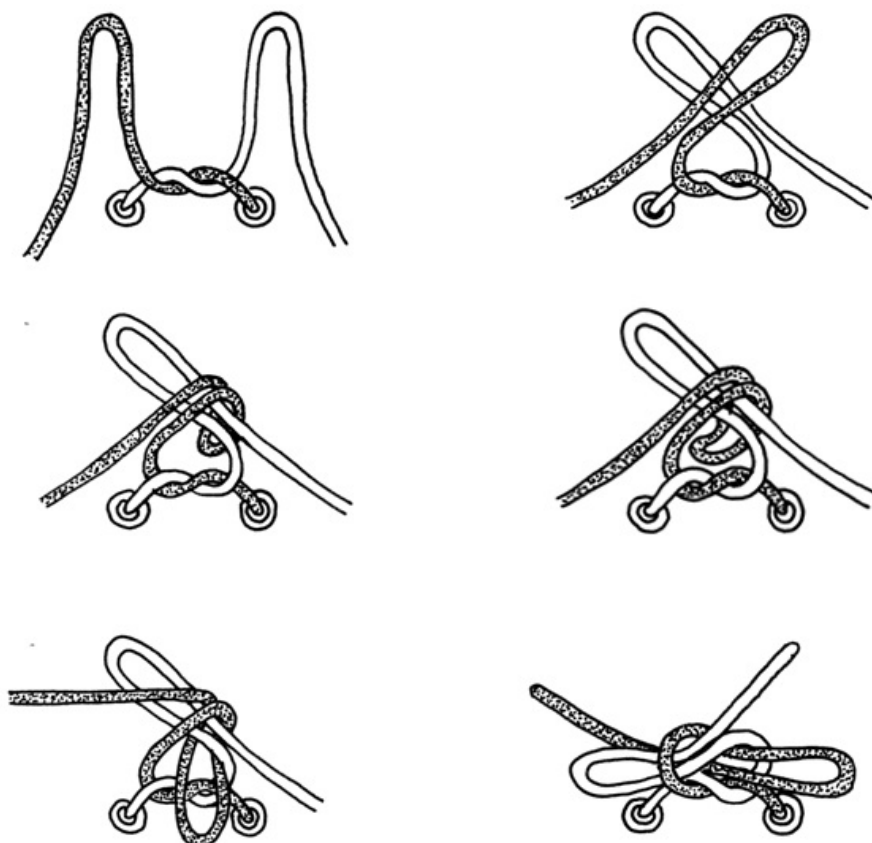
Postup I.verze:

Pracovník ukáže, jak se váže uzlík. Uživatel činnost zopakuje. Pracovník je vždy oporou uživateli a v případě potřeby vede jeho ruce. Činnost je dobré opakovat, než dojde k samostatnému uvázání uzlíku.

Až poté pracovník udělá očko na jedné tkaničce. Pak udělá druhé očko na druhé tkaničce. Činnost opakuje uživatel. Pracovník je oporou.

Vzniklá očka překříží pracovník právě v místě, kde je drží (u "kořene" oček). Uživatel činnost opakuje. Pracovník trpělivě podporuje.

Vrchní očko pracovník podsune pod druhé a protáhne vzniklým "okýnkem" z překřížení oček. Utáhne táhnutím za obě očka souběžně a vznikne úvaz - mašlička. **Vždy přizpůsobí úvaz dle možnosti uživatele - levák či pravák.** Uživatel činnost zopakuje.



Postup II.verze :

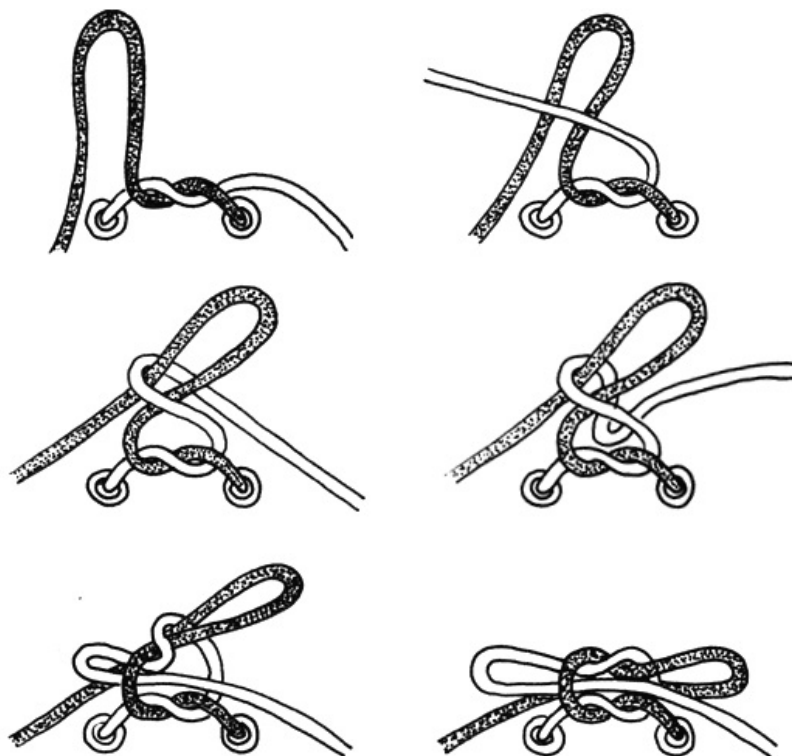
Pracovník ukáže, jak se dělá uzlík. Uživatel činnost zopakuje.

Dále pracovník vytvoří z jednoho konce tkaničky očko. Druhým koncem očko jednou omotá. Opět uživatel zopakuje.

Pak protáhne pracovník omotanou tkaničku pomocí ukazováčku "okénkem" vzniklým omotáním směrem k sobě. Činnost opakuje uživatel.

Na závěr pracovník zatáhne za obě vzniklá očka současně a vznikne úvaz - mašlička. Uživatel následuje pracovníka.

Pracovník stále podporuje uživatele nebo mu dle potřeby pomáhá. **Vždy přizpůsobí úvaz dle možnosti uživatele - levák či pravák.**



Postup přechodu na obuv :

Pracovník nejdříve vyzve uživatele, aby uvázal tkaničku na volně stojící botě. Dle potřeby opakuje. Vždy uživatele chválí.

Poté si uživatel boty obuje a vyzkouší uvázání tkaniček na obuté obuvi. Dle potřeby opakuje.

Hodnocení: Uživatel si sám zaváže tkaničky u bot.

Metodika

Nácvik vyhazování odpadků do koše

- Cílová skupina
- Cíl metodiky
- Doporučení pracovníků a uživatelům
- Pomůcky
- Rizika
- Postup
- Způsob hodnocení

Metodika je určena osobám se zdravotním postižením s vysokou, střední mírou podpory a hlavně osobám s poruchou autistického spektra.

Cílem metodiky je zvládnutí samostatného vhazování odpadků do koše a umožnění tak větší soběstačnosti uživateli.

Doporučení pro pracovníky:

- Přiměřená podpora, vedení nácviku krok za krokem
- Pravidelnost nácviku – při každé příležitosti (hromadění odpadu) nebo sjednanému nácviku po oboustranné dohodě, vždy s vizualizací činnosti pomůckou alternativní komunikace (piktogram, fotografie, zápis v diáři apod.)
- Pochvala i za sebemenší úspěch

Doporučení pro uživatele:

- Dbát rad, podpory pracovníků
- Postupovat krok za krokem

Pomůcky:

- Odpadkový koš, odpadky určené do směsného odpadu, odměna, pokud využíváme u uživatele odměnový systém

Rizika :

- Zhoršení motoriky (jemné i hrubé)
- Ztráta zájmu o činnost
- Nepřiměřená podpora

Postup :

Pracovník připraví pomůcky.

Pracovník zajistí prostředí k nácviku vhodné pro uživatele.

Pracovník připomene uživateli nadcházející činnost (s využitím prostředků alternativní komunikace, pokud je potřeba a uživatel používá).

Pracovník seznámí uživatele s pomůckami, popř. s odměnou (pokud používá motivační systém u uživatele). Vysvětlí smysl vyhazování odpadků, pokud je potřeba.

Pracovník vizualizuje vyhazování odpadků a pojmenovává jednotlivé části nácviku.

1. *Uchopení vhodného odpadu.*
2. *V případě potřeby stlačení, zmuchlání apod.*
3. *Přenesení odpadu k odpadkovému koši.*
4. *Otevření odpadkového koše dle možností uživatele – rukou víko koše nebo stlačením nohou příslušného pedálu k otevření koše.*
5. *Vhození odpadu do koše.*
6. *Uzavření odpadkového koše.*

Mezi jednotlivými kroky dává pracovník prostor k vyjádření uživateli a k nácviku.

Poskytuje přiměřenou podporu. Odměnu si uživatel odebírá dle oboustranné dohody, pokud využíváme u uživatele odměnový systém.

V případě zvládnutí činnosti pracovník nadále věnuje pozornost uživateli a v případě potřeby mu poskytne přiměřenou podporu.

Hodnocení: Uživatel zvládne samostatně vyhazovat odpadky do odpadkového koše.

Metodika

Nácvik třídění odpadu

- Cílová skupina
- Cíl metodiky
- Doporučení pracovníků a uživatelům
- Pomůcky
- Rizika
- Postup
- Způsob hodnocení

Metodika je určena osobám se zdravotním postižením s vysokou, střední mírou podpory a hlavně osobám s poruchou autistického spektra. /po zvládnutí samostatného vyhazování odpadků do koše/

Cílem metodiky je zvládnutí samostatného třídění odpadu a umožnění tak větší soběstačnosti uživateli.

Doporučení pro pracovníky:

- Přiměřená podpora, vedení nácviku krok za krokem
- Pravidelnost nácviku – při každé příležitosti (hromadění odpadu) nebo sjednanému nácviku po oboustranné dohodě, vždy s vizualizací činnosti pomůckou alternativní komunikace (piktogram, fotografie, zápis v diáři apod.)
- Pochvala i za sebemenší úspěch

Doporučení pro uživatele:

- Dbát rad, podpory pracovníků
- Postupovat krok za krokem

Pomůcky:

- Koš na tříděný odpad, odpadky určené k roztřídění a vyhození, odměna, pokud využíváme u uživatele odměnový systém

Rizika :

- Zhoršení motoriky (jemné i hrubé)
- Ztráta zájmu o činnost
- Nepřiměřená podpora

Postup :

Pracovník připraví pomůcky.

Pracovník zajistí prostředí k nácviku vhodné pro uživatele.

Pracovník připomene uživateli nadcházející činnost (s využitím prostředků alternativní komunikace, pokud je potřeba a uživatel používá).

Pracovník seznámí uživatele s pomůckami, popř. s odměnou (pokud používá motivační systém u uživatele). Vysvětlí smysl třídění odpadu, pokud je potřeba.

Pracovník vizualizuje a pojmenovává jednotlivé kroky třídění odpadu:

1. *Uchopení jednotlivého kusu odpadu.*
2. *V případě potřeby stlačení, zmuchlání apod.*
3. *Přenesení odpadu ke správné části koše na tříděný odpad.*
4. *Otevření příslušného poklopu koše dle možností uživatele – rukou víko koše nebo stlačení nohou příslušného pedálu k otevření koše.*
5. *Vhození odpadu do koše.*
6. *Uzavření odpadkového koše.*
7. *Opakování dle množství připraveného odpadu ke třídění.*

Mezi jednotlivými kroky dává pracovník prostor k vyjádření uživateli a k nácviku.

Poskytuje přiměřenou podporu. Odměnu si uživatel odebírá dle oboustranné dohody, pokud využíváme u uživatele odměnový systém.

V případě, že uživatel nerozezná jednotlivé části odpadkového koše, použijeme vizualizaci (obrázek) na víko koše – papír, plast, sklo – dle možnosti třídění a konkrétní potřeby uživatele.

Při zvládnutí činnosti pracovník nadále věnuje pozornost uživateli a v případě potřeby mu poskytne přiměřenou podporu.

Hodnocení: Uživatel zvládne samostatně třídit odpad.

Metodika

Nácvik ovládnání televize dálkovým ovladačem

- Cílová skupina
- Cíl metodiky
- Doporučení pracovníků a uživatelům
- Pomůcky
- Rizika
- Postup
- Způsob hodnocení

Metodika je určena osobám se zdravotním postižením s nízkou a střední mírou podpory.

Cílem metodiky je zvládnutí samostatného ovládání televize, umožnění tak větší samostatnosti uživateli.

Doporučení pro pracovníky :

- Dodržení jednotného postupu.
- Poskytnutí přiměřené podpory.
- Přizpůsobit tempo nácviku uživateli.
- Vždy chválit i za sebemenší úspěch.

Doporučení pro uživatele :

- Postupovat „krok za krokem“.
- Dbát podpory, rad zaměstnanců.
- Není potřeba znalosti uložení programů v televizi.

Pomůcky:

- Dálkový ovladač televize, televize (dále tv)

Rizika :

- Nezvládnutí ovládání tv dálkovým ovladačem z důvodu oslabené jemné motoriky.

Postup :

I. Uživatel si osahá dálkový ovladač dle vlastní volby a potřeby.

II. Pracovník seznámí uživatele s dálkovým ovladačem a to tímto způsobem:

1. *Zapnutí/vypnutí tv – z pravidla červené tlačítko nahoře na ovladači*
2. *přepínání programů pomocí volby ... P + -*
3. *regulace hlasitosti pomocí volby ... V + -*
4. *vypnutí/zapnutí tv – z pravidla červené kulaté tlačítko nahoře na ovladači*

Pracovník vizualizuje činnost. Poté dává prostor uživateli. Postupuje individuálně dle tempa uživatele, krok za krokem. Dle potřeby činnost opakuje.

Ostatní tlačítka nevyužívá, pokud nemá uživatel vyšší nároky. V tomto případě přistupuje pracovník na další část náviku dle potřeb uživatele a stejným způsobem „krok za krokem“ podporuje uživatele v náviku např. ovládání teletextu.

V případě nemožnosti uživatele ovládat dálkové ovládání tv prstem, použije kompenzační pomůcku - návlek na prst, tužku nebo jiný předmět, který vyhovuje uživateli a je vhodný k ovládání dálkového ovladače tv.

Hodnocení: Uživatel ovládá samostatně televizi.

Metodika

Nácvik povlékání lůžkovin

- Cílová skupina
- Cíl metodiky
- Doporučení pracovníků a uživatelům
- Pomůcky
- Rizika
- Postup
- Způsob hodnocení

Metodika je určena osobám se zdravotním postižením s nízkou, střední i vysokou mírou podpory.

Cílem metodiky je zvládnutí povlékání lůžkovin a umožnění tak větší samostatnosti uživateli.

Doporučení pro pracovníky :

- Dodržení jednotného postupu.
- Poskytnutí přiměřené podpory.
- Vede uživatele krok za krokem.
- Vždy chválí i za sebemenší úspěch.

Doporučení pro uživatele :

- Připravit si předem pomůcky (povlečení, prostěradlo)
- Dbát podpory, rad zaměstnanců.

Pomůcky:

- Lůžkoviny – povlak na polštář, povlak na peřinu (deku), prostěradlo

Rizika :

- Zhoršení jemné i hrubé motoriky.
- Nezvládnutí povlečení všech lůžkovin.
- Trvalá ztráta zájmu o činnost.

Postup :

1. *Pracovník připravené prostěradlo rozprostře po posteli tak, aby tvar a směr prostěradla odpovídal tvaru a směru postele.*
2. *Dle typu prostěradla upraví, zahrne okraje.*

Uživatel činnost reflektuje. Pracovník poskytuje přiměřenou podporu, chválí uživatele. Dle potřeby činnost opakuje.

3. *Pracovník položí polštář na postel.*
4. *Připravený povlak na polštář otočí naruby.*
5. *Položí ho na polštář dle tvaru, otvorem směrem k sobě.*
6. *Vsune ruce do povlaku až do zadních rohů.*
7. *Rukama skrze povlak uchopí pevně příslušné rohy polštáře.*
8. *Třepáním sklepe povlak na líc.*
9. *Polštář znovu položí na postel.*
10. *Vsune zbylé dva rohy polštáře do rohů povlaku.*
11. *Dle druhu zapínání uzavře povlak.*

Uživatel činnost opakuje. Pracovník poskytuje přiměřenou podporu krok za krokem, chválí uživatele. De potřeby činnost opakuje.

12. *Pracovník položí na postel peřinu (deku)/dále jen deku/.*
13. *Připravený povlak na deku otočí naruby.*
14. *Položí na deku dle tvaru a směru, otvorem směrem k sobě.*
15. *Vsune ruce do povlaku na deku až do zadních dvou rohů.*
16. *Rukama skrze povlak uchopí pevně příslušné rohy deky.*
17. *Zatřepáním sklepe povlak přes deku na líc.*
18. *Deku položí zpět na postel.*
19. *Vsune zbylé dva rohy deky do rohů povlaku.*
20. *Dle druhu zapínání uzavře povlak.*
21. *Upraví opětovným protřepáním uchopením za lícové rohy deky.*
22. *Povlečenou deku položí na postel.*

Uživatel činnost opakuje. Pracovník poskytuje přiměřenou podporu krok za krokem, chválí uživatele. Dle potřeby činnost opakuje.

Hodnocení : Uživatel samostatně povlékne lůžkoviny nebo jejich podstatnou část.

Metodika

Nácvik ovládnání elektrické trouby

- Cílová skupina
- Cíl metodiky
- Doporučení pracovníků a uživatelům
- Pomůcky
- Rizika
- Postup
- Způsob hodnocení

Metodika je určena osobám se zdravotním postižením s nízkou a střední mírou podpory.

Cílem metodiky je zvládnutí samostatného ovládání elektrické trouby a umožnění tak větší samostatnosti uživateli.

Doporučení pro pracovníky :

- Seznámení s bezpečností a riziky při užívání elektrických spotřebičů (viz. návod)
- Poskytnutí přiměřené podpory.
- Přizpůsobit tempo nácviku uživateli.
- Vždy chválit i za sebemenší úspěch.

Doporučení pro uživatele :

- Postupovat „krok za krokem“.
- Dbát podpory, rad zaměstnanců.
- Dbát bezpečnosti práce s elektrickými spotřebiči.

Pomůcky:

- Elektrická trouba, návod k užívání, pokyny pro bezpečnost při užívání elektrické trouby, vhodné nádobí do trouby a kuchyňské rukavice nebo chňapky

Rizika :

- Úraz
- Zhoršená schopnost rozlišit jednotlivé piktogramy - typy pečení, stupně

Postup :

Pracovník seznámí uživatele s bezpečností a riziky při práci s elektrickými spotřebiči a ověří si porozumění výkladu u uživatele.

1. *Popis a ukázka elektrické trouby (kolik a jaké ovládací prvky má, vhodné nádoby).*
2. *Vizualizace otevření dvířek trouby.*
3. *Bezpečné vkládání nádob s pokrmem k pečení.*
4. *Uzavření dvířek.*
5. *Vizualizace použití ovládacího prvku k pečení (typ pečení, stupně) dle návodu k přístroji.*
6. *Použití chňapek.*
7. *Otevření dvířek.*
8. *Bezpečné vyjmutí upečených pokrmů.*
9. *Zavření dvířek trouby.*
10. *Vypnutí ovládání elektrické trouby (dle návodu k přístroji).*

Mezi jednotlivými kroky dává pracovník prostor k vyjádření uživateli a vyzkoušení činnosti, dle potřeby opakuje.

V případě trvalé neschopnosti rozlišit jednotlivé piktogramy k pečení, použije pracovník jako podporu rozlišovací prvek, označí příslušný bod např. barevným „lepíkem“, který lze později sejmout.

Hodnocení: Uživatel zvládne samostatně ovládat elektrickou troubu.

Pracovník i nadále věnuje pozornost zvládnutí činnosti a po čase si ověří dovednost.

Metodika

Nácvik ovládnání mikrovlnné trouby

- Cílová skupina
- Cíl metodiky
- Doporučení pracovníků a uživatelům
- Pomůcky
- Rizika
- Postup
- Způsob hodnocení

Metodika je určena osobám se zdravotním postižením s nízkou a střední mírou podpory.

Cílem metodiky je zvládnutí samostatného ovládání mikrovlnné trouby a umožnění tak větší samostatnosti uživateli.

Doporučení pro pracovníky :

- Seznámení s bezpečností a riziky při užívání elektrických spotřebičů (viz. návod)
- Poskytnutí přiměřené podpory.
- Přizpůsobit tempo nácviku uživateli.
- Vždy chválit i za sebemenší úspěch.

Doporučení pro uživatele :

- Postupovat „krok za krokem“.
- Dbát podpory, rad zaměstnanců.
- Dbát bezpečnosti práce s elektrickými spotřebiči

Pomůcky:

- Mikrovlnná trouba, návod k užívání, pokyny pro bezpečnost při užívání mikrovlnné trouby, vhodné nádoby do mikrovlnné trouby

Rizika :

- Úraz - opaření, zásah elektrickým proudem

Postup :

Pracovník seznámí uživatele s bezpečností a riziky při práci s elektrickými spotřebiči a ověří si porozumění výkladu u uživatele.

1. *Popis a ukázka mikrovlnné trouby (kolik a jaké ovládací prvky má, vhodné nádobí).*
2. *Vizualizace ovládacího prvku otvírání dvířek.*
3. *Vizualizace bezpečného vkládání potravin k ohřevu.*
4. *Uzavření dvířek.*
5. *Vizualizace použití ovládacího prvku k ohřevu – minutka, výkon – dle návodu k přístroji.*
5. *Otevření dvířek.*
6. *Bezpečné vyjmutí ohřátých potravin.*

Mezi jednotlivými kroky dává pracovník prostor k vyjádření uživateli a vyzkoušení činnosti, dle potřeby opakuje.

Hodnocení: Uživatel zvládne samostatně ovládat mikrovlnnou troubu.

Pracovník i nadále věnuje pozornost zvládnutí činnosti a po čase si ověří dovednost.

Metodika

Nácvik ovládnání varné desky

- Cílová skupina
- Cíl metodiky
- Doporučení pracovníků a uživatelům
- Pomůcky
- Rizika
- Postup
- Způsob hodnocení

Metodika je určena osobám se zdravotním postižením s nízkou a střední mírou podpory.

Cílem metodiky je zvládnutí samostatného ovládání varné desky a umožnění tak větší samostatnosti uživateli.

Doporučení pro pracovníky :

- Seznámení s bezpečností a riziky při užívání elektrických spotřebičů (viz. návod)
- Poskytnutí přiměřené podpory.
- Přizpůsobit tempo nácviku uživateli.
- Vždy chválit i za sebemenší úspěch.

Doporučení pro uživatele :

- Postupovat „krok za krokem“.
- Dbát podpory, rad zaměstnanců.
- Dbát bezpečnosti práce s elektrickými přístroji.

Pomůcky:

- Varná deska, návod k užívání, pokyny pro bezpečnost při užívání varné desky, hrnec s vodou pro vizualizaci nebo přímo pokrm určený k vaření

Rizika :

- Úraz - opaření, zásah elektrickým proudem

Postup :

Pracovník seznámí uživatele s bezpečností a riziky při práci s elektrickými spotřebiči a ověří si porozumění výkladu u uživatele.

1. *Popis a ukázka varné desky (kolik má plotýnek, kolik a jaké ovládací prvky).*
2. *Vizualizace ovládání jednotlivých plotýnek – začínáme nejpoužívanější plotýnkou.*
3. *Položení hrnce na příslušnou plotýnku.*
4. *Zapnutí ohřevu pomocí ovládacího prvku pro zapnutí a regulaci ohřevu plotýnky dle návodu k přístroji.*
5. *Vizualizace vypnutí příslušné plotýnky dle návodu k přístroji.*

Mezi jednotlivými kroky dává pracovník prostor k vyjádření uživateli a vyzkoušení činnosti, dle potřeby opakuje.

Hodnocení: Uživatel zvládne samostatně ovládat varnou desku.

Pracovník i nadále věnuje pozornost zvládnutí činnosti a v případě potřeby dále podporuje uživatele v činnosti.

Metodika

Nácvik ovládnání pračky a sušičky

- Cílová skupina
- Cíl metodiky
- Doporučení pracovníků a uživatelům
- Pomůcky
- Rizika
- Postup
- Způsob hodnocení

Metodika je určena osobám se zdravotním postižením s nízkou a střední mírou podpory.

Cílem metodiky je zvládnutí samostatného ovládání pračky a sušičky a umožnění tak větší samostatnosti uživateli.

Doporučení pro pracovníky :

- Seznámení s bezpečností a riziky při užívání elektrických spotřebičů (viz. návod)
- Poskytnutí přiměřené podpory.
- Přizpůsobit tempo nácviku uživateli.
- Vždy chválit i za sebemenší úspěch.

Doporučení pro uživatele :

- Postupovat „krok za krokem“.
- Dbát podpory, rad zaměstnanců.
- Dbát bezpečnosti práce s elektrickými spotřebiči.

Pomůcky:

- Pračka, sušička, návod k užívání, pokyny pro bezpečnost (viz.návod), roztříděné prádlo k praní a sušení

Rizika :

- Úraz - zásah elektrickým proudem
- Zhoršená schopnost rozlišit jednotlivé piktogramy praní

Postup : pračka

Pracovník seznámí uživatele s bezpečností a riziky při práci s elektrickými spotřebiči a ověří si porozumění výkladu u uživatele.

1. *Popis a ukázka pračky (kolik a jaké ovládací prvky má, vkládání prádla).*
2. *Vizualizace pracího prostředku, popř. aviváže (množství dle návodu na prostředcích).*
3. *Vizualizace násypek a nálevek na tyto prostředky (dle návodu k pračce).*
4. *Otevření dvířek pračky.*
5. *Vkládání prádla.*
6. *Uzavření pračky.*
7. *Vizualizace zapnutí pračky, použití ovládacího prvku k praní (typ pracího programu, otáčky, stupně, spuštění) - dle návodu k přístroji.*
8. *Upozornění na signalizaci ukončení pracího programu (pokud pračka má).*
9. *Otevření dvířek pračky.*
10. *Vyndání prádla z pračky.*
11. *Vypnutí pračky (dle návodu).*

Postup: sušička

Pracovník seznámí uživatele s bezpečností a riziky při práci s elektrickými spotřebiči a ověří si porozumění výkladu u uživatele.

1. *Popis a ukázka sušičky (kolik a jaké ovládací prvky má, vkládání prádla).*
2. *Otevření sušičky.*
3. *Vizualizace vkládání prádla.*
4. *Uzavření sušičky.*
5. *Vizualizace zapnutí sušičky, použití ovládacího prvku k sušení (typ sušícího programu, spuštění) - dle návodu.*
6. *Vizualizace signalizace ukončení sušení.*
7. *Vyjmutí prádla ze sušičky.*
8. *Vypnutí sušičky.*
9. *Vylití nádoby pro kondenzát.*
10. *Vyčištění filtrů (dle návodu k sušičce).*

Mezi jednotlivými kroky dává pracovník prostor k vyjádření uživateli a vyzkoušení činnosti, dle potřeby opakuje.

V případě, že uživatel nerozliší jednotlivé piktogramy k praní, sušení, použije pracovník jako podporu rozlišovací prvek, označí příslušný bod např. barevným „lepíkem“, který lze později sejmut.

Hodnocení: Uživatel zvládne samostatně ovládat pračku, sušičku.

Metodika

Nácvik žehlení kapesníků

- Cílová skupina
- Cíl metodiky
- Doporučení pracovníků a uživatelům
- Pomůcky
- Rizika
- Postup
- Způsob hodnocení

Metodika je určena osobám se zdravotním postižením s nízkou a střední mírou podpory.

Cílem metodiky je zvládnutí samostatného žehlení kapesníků a umožnění tak větší samostatnosti uživateli.

Doporučení pro pracovníky :

- Seznámení s bezpečností a riziky při užívání elektrických spotřebičů (viz. návod)
- Dodržovat jednotný postup.
- Poskytnutí přiměřené podpory.
- Přizpůsobit tempo nácviku uživateli.
- Vždy chválit i za sebemenší úspěch.

Doporučení pro uživatele :

- Postupovat „krok za krokem“.
- Dbát podpory, rad zaměstnanců.
- Dbát bezpečnosti práce s elektrickými přístroji.

Pomůcky:

- Žehlící prkno, žehlička, návod k užívání, pokyny pro bezpečnost při užívání žehličky, kapesníky, v případě parního žehlení voda určená do žehličky

Rizika :

- Úraz - opaření, zásah elektrickým proudem

Postup :

Pracovník seznámí uživatele s bezpečností a riziky při práci s elektrickými spotřebiči a ověří si porozumění výkladu u uživatele. Pracovník připraví pomůcky dle potřeby uživatele / levák, pravák / vč. nalití vody do žehličky.

1. *Pracovník vizualizuje bezpečné uložení žehličky na prkno.*
2. *Vsunutí zástrčky přívodní šňůry do zásuvky.*
3. *Pracovník vizualizuje užití jednotlivých ovládacích prvků na žehličce – viz. návod a nastaví příslušný typ žehlení.*
4. *Rozložení kapesníku na prkně.*
5. *Žehlení od strany blíže k ruce, v níž držíme žehličku.*
6. *Postupujeme dále k druhé ruce, kterou si kapesník při kraji přidržujeme.*
7. *Odložení žehličky na odkládací plochu.*
8. *Složení kapesníku.(vycházíme z možností uživatele)*
9. *Odpojení přívodní šňůry ze zásuvky.*
10. *Vychladnutí žehličky na místě k tomu určeném.*

Mezi jednotlivými kroky dává pracovník prostor k vyjádření uživateli a vyzkoušení činnosti, dle potřeby opakuje.

Hodnocení: Uživatel zvládne samostatně žehlit kapesníky.

Pracovník i nadále věnuje pozornost zvládnutí činnosti a po čase si ověří dovednost.

V případě potřeby poskytne další podporu.

Metodika

Nácvik žehlení košil

- Cílová skupina
- Cíl metodiky
- Doporučení pracovníků a uživatelům
- Pomůcky
- Rizika
- Postup
- Způsob hodnocení

Metodika je určena osobám se zdravotním postižením s nízkou a střední mírou podpory.

Cílem metodiky je zvládnutí samostatného žehlení košil a umožnění tak větší samostatnosti uživateli.

Doporučení pro pracovníky :

- Seznámení s bezpečností a riziky při užívání elektrických spotřebičů (viz. návod)
- Dodržovat jednotný postup.
- Poskytnutí přiměřené podpory.
- Přizpůsobit tempo nácviku uživateli.
- Vždy chválit i za sebemenší úspěch.

Doporučení pro uživatele :

- Postupovat „krok za krokem“.
- Dbát podpory, rad zaměstnanců.
- Dbát bezpečnosti práce s elektrickými přístroji.

Pomůcky:

- Žehlící prkno, žehlička, návod k užívání, pokyny pro bezpečnost při užívání žehličky, košile, v případě parního žehlení vodu určenou do žehličky, pokud je k dispozici přídatné prkno k žehlení rukávů

Rizika :

- Úraz - opaření, zásah elektrickým proudem

Postup :

Pracovník seznámí uživatele s bezpečností a riziky při práci s elektrickými spotřebiči a ověří si porozumění výkladu u uživatele. Pracovník připraví pomůcky dle potřeby uživatele / levák, pravák / vč. nalití vody do žehličky.

1. Pracovník ukáže bezpečné uložení žehličky na prkno a vsunutí zástrčky přívodní šňůry do zásuvky.
2. Vizualizuje užití jednotlivých ovládacích prvků na žehličce(dle návodu k přístroji) a nastaví příslušný typ žehlení.
3. Košili žehlí ve sledu od shora dolů, zleva doprava jak ji vidíme viset před sebou na ramínku nebo na osobě (lépe se vizualizuje).
4. Položí košili na prkno.
5. Začíná vyžehlením límečku.
6. Pokračuje přední strana, záda, přední strana s využitím plochy žehlicího prkna dle individuálních možností uživatele.
7. Rukávy žehlí poslední. V případě použití „rukávníku“ navlékne jednotlivě rukávy na něho.
8. Dokola v celé délce rukáv vyžehlí.
9. Košili pověsí na ramínko.
10. Žehličku vypne(dle návodu).
11. Vyjme přívodní šňůru ze zásuvky.
12. Uloží k vychladnutí na místo k tomu určené.

Mezi jednotlivými kroky dává pracovník prostor k vyjádření uživateli a vyzkoušení činnosti, dle potřeby opakuje. Poskytuje přiměřenou podporu.

V případě zvládnutí činnosti, může přistoupit k nácviku dolití vody do žehličky.

Hodnocení: Uživatel zvládne samostatně žehlit košile.

Pracovník i nadále věnuje pozornost zvládnutí činnosti a po čase si ověří dovednost. Nadále poskytuje podporu při aktivitě.

Metodika

Nácvik balení dárků

- Cílová skupina
- Cíl metodiky
- Doporučení pracovníků a uživatelům
- Pomůcky
- Rizika
- Postup
- Způsob hodnocení

Metodika je určena osobám se zdravotním postižením s nízkou, střední mírou podpory a hlavně osobám s poruchou autistického spektra.

Cílem metodiky je zvládnutí samostatného balení dárků a umožnění tak větší soběstačnosti uživateli.

Doporučení pro pracovníky:

- Přiměřená podpora, vedení nácviku krok za krokem
- Pravidelnost nácviku – při každé příležitosti nebo sjednanému nácviku po oboustranné dohodě, vždy s vizualizací činnosti pomůckou alternativní komunikace (piktogram, fotografie, zápis v diáři apod.)
- Pochvala i za sebemenší úspěch

Doporučení pro uživatele:

- Dbát rad, podpory pracovníků
- Postupovat krok za krokem

Pomůcky:

- dárek, krabice, balící papír nebo folie, dárkový sáček, samolepící ozdobná stuha (květ), nastříhané proužky izolepy, kartička (jmenovka), odměna, pokud využíváme u uživatele odměnový systém, kniha na zatížení papíru, stůl, židle

Rizika :

- Zhoršení jemné motoriky
- Nepřiměřená podpora

Postup :

Pracovník připraví pomůcky.

Pracovník připraví prostředí k nácviku vhodné pro uživatele.

Pracovník připomene uživateli nadcházející činnost a vysvětlí smysl balení dárků (s využitím prostředků alternativní komunikace, pokud je potřeba a uživatel používá).

Pracovník seznámí uživatele s pomůckami, popř. s odměnou (pokud používá motivační systém u uživatele).

Pracovník vizualizuje balení dárku. Do dárkového sáčku.

1. *Vezme sáček.*
2. *Otevře sáček.*
3. *Vezme dárek.*
4. *Dárek vloží do sáčku.*
5. *Sáček zmáčkne celou dlaní v místě nad dárkem.*
6. *Přidrží sáček.*
7. *Volnou rukou vezme proužek izolepy nebo provázek a omotá dokola.*
8. *Sáček položí na stůl.*
9. *Vezme ozdobnou samolepící stuhu.*
10. *Sejme ochranný papírek z lepící plochy stuhu.*
11. *Stuhu přiloží na sáček.*
12. *Přimáčkne ji a tím ji upevní.*

Do krabice a papíru.

1. *Položí krabici na stůl.*
2. *Otevře krabici.*
3. *Vezme dárek.*
4. *Vloží dárek do krabice.*
5. *Krabici uzavře.*
6. *Přelepí proužky izolepy víko krabice.*
7. *Odloží krabici na stůl.*
8. *Rozloží dárkový papír na stůl.*
9. *Položí krabici s dárkem doprostřed papíru.*
10. *Přiloží jednu stranu papíru ke krabici.*
11. *Papír zatíží např. položením knihy.*
12. *Přilepí okraj papíru ke krabici proužkem izolepy.*
13. *Odloží knihu.*
14. *Přiloží protilehlou stranu papíru ke krabici.*

15. *Papír zatíží knihou.*
16. *Přelepí proužkem izolepy.*
17. *Odloží knihu.*
18. *Volný konec papíru přimáčkne rukou k desce stolu.*
19. *Uhladí dlaní.*
20. *Papír přiloží ke krabici.*
21. *Zatíží knihou.*
22. *Přilepí proužkem izolepy.*
23. *Odloží knihu.*
24. *Druhý volný konec papíru - kroky 17.-22.*
25. *Odloží zabalený dárek .*
26. *Vezme ozdobnou samolepící stuhu.*
27. *Sejme ochranný papír z lepící plochy stuhu.*
28. *Přiloží k dárku.*
29. *Přimáčkne a tím ji upevní na dárek.*

Přidání kartičky (jmenovky).

1. *Vezme nadepsanou jmenovku.*
2. *Přiloží ji k dárku.*
3. *Přelepí jmenovku izolepou.*

V případě samolepící jmenovky postupuje jako při upevnění samolepící stuhu.

Mezi jednotlivými kroky dává prostor k vyjádření uživateli a k nácviku. Poskytuje přiměřenou podporu. Dle potřeby opakuje.

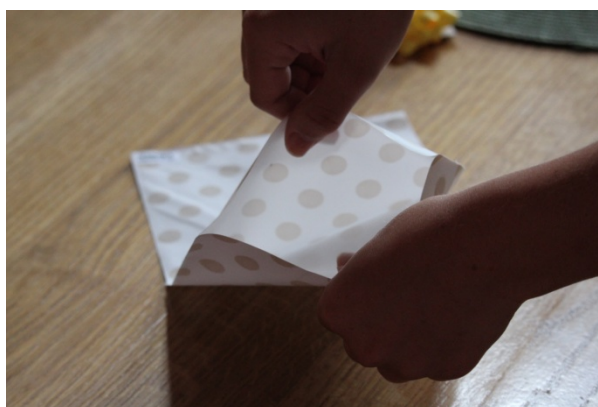
V případě zvládnutí činnosti pracovník nadále věnuje pozornost uživateli a poskytuje mu přiměřenou podporu.

Hodnocení: Uživatel zvládne samostatně balit dárek nebo většinou část.

Balení do sáčku:



1. Uchopení sáčku .



2. Otevření sáčku.



3. Uchopení dárku volnou rukou .



4. Vložení dárku do sáčku.



5. Zmáčknutí sáčku nad dárkem.



6. Uchopení proužku izolepy.



7. Omotání izolepy kolem.



8. Odložení dárku na stůl.



9. Uchopení ozdobné samolepící stuhy.



10. Sejmutí ochranné pásky.



11. Přiložení stuhy k sáčku.



12. Přimáčknutí stuhy - přilepení.

Balení do krabice a papíru:



1. Položení krabice na stůl.



2. Otevření krabice.



3. Uchopení dárku.



4. Vložení dárku do krabice.



5. Uzavření krabice.



6. Přelepění krabice izolepou.



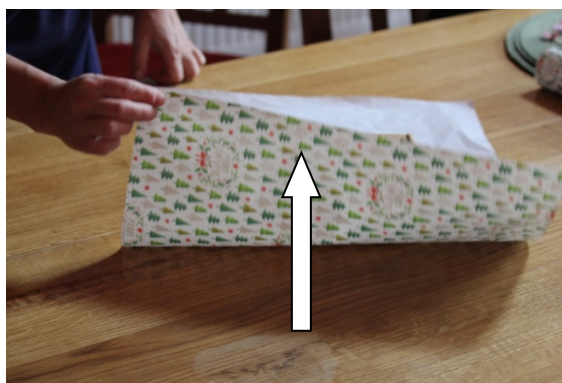
7. Odložení krabice na stůl.



8. Rozložení papíru na stůl.



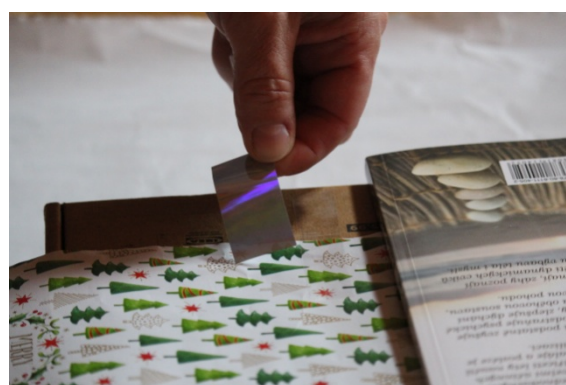
9. Položení krabice s dárkem na papír.



10. Přiložení jedné strany papíru.



11. Zatížení papíru, např. knihou.



12. Přilepení okraje papíru proužkem izolepy.



13. Odložení knihy.



14. Přiložení druhé strany papíru.



15. Zatížení papíru, např. knihou.



16. Přelepení papíru izolepou.



17. Odložení knihy.



18. Přimáčknutí volné strany papíru rukou.



19. Uhlazení papíru dlaní.



20. Přiložení papíru ke krabici.



21. Zatížení papíru knihou.



22. Přelepení proužkem izolepy.



22. Odložení knihy.

23. Druhá strana dle bodu 18 - 22.



24. Odložení dárku.



25. Uchopení ozdobné stuhy.



26. Sejmutí ochranné pásky.



27. Přiložení k dárku.

28. Přimáčknutím upevníme.



Označení jmenovkou:



1. Uchopení jmenovky.



2. Přiložení k dárku.



3. Přelepení jmenovky izolepou.



Hotový dárek.

Metodika

Nácvik zdobení stromečku

- Cílová skupina
- Cíl metodiky
- Doporučení pracovníků a uživatelům
- Pomůcky
- Rizika
- Postup
- Způsob hodnocení

Metodika je určena osobám se zdravotním postižením s vysokou, střední mírou podpory a hlavně osobám s poruchou autistického spektra.

Cílem metodiky je zvládnutí samostatného zdobení stromečku a umožnění tak větší soběstačnosti uživateli.

Doporučení pro pracovníky:

- Přiměřená podpora, vedení nácviku krok za krokem
- Nácvik při příležitosti zdobení, vždy s vizualizací činnosti pomůckou alternativní komunikace (piktogram, fotografie, zápis v diáři apod.)
- Pochvala i za sebemenší úspěch

Doporučení pro uživatele:

- Dbát rad, podpory pracovníků
- Postupovat krok za krokem

Pomůcky:

- Stromeček ve stojánku, světelné řetězy, krabice s ozdobami dle možností použití uživatelem, špička či hvězda, popř. uvázané mašle, řetězy, korálky nebo andělské vlasy. Židle, stůl v případě potřeby, odměna, pokud využíváme u uživatele odměnový systém

Rizika :

- Zhoršení motoriky (jemné i hrubé)
- Nepřiměřená podpora

Postup :

Pracovník připraví pomůcky dle možností a potřeb uživatelů.

Pracovník zajistí prostředí k nácviku vhodné pro uživatele.

Pracovník připomene uživateli nadcházející činnost a vysvětlí smysl zdobení stromečku (s využitím prostředků alternativní komunikace, pokud je potřeba a uživatel používá).

Pracovník seznámí uživatele s pomůckami, popř. s odměnou (pokud používá motivační systém u uživatele).

Pracovník vizualizuje zdobení stromečku. Světelný řetěz.

1. Uchopí světelný řetěz do obou rukou.
2. Odvine začátek (bez zástrčky).
3. Přenese ke stromečku.
4. Položí volný konec na větvíčku výše.
5. Odvine další část.
6. Položí na jinou větvíčku po délce.
7. Postupuje dokola.
8. Volný konec se zástrčkou nechá ležet na zemi. V případě bateriového zdroje uloží konec na větev.

Zavěšení ozdob.

9. Otevře krabice s ozdobami.
10. Uchopí ozdobu.
11. Přenese k větvi stromečku.
12. Zavěsí na větvíčku.
13. Vezme další ozdobu z krabice.
14. Přenese k větvi stromečku.
15. Zavěsí na jinou větvíčku dále od předchozí.
16. Opakuje body 10 - 12. do zavěšení všech ozdob z krabice.
17. Otevře další krabici.
18. Opakuje postup : body 10 - 12. do zavěšení všech ozdob.

Přizdobení uvázanými mašlemi.

19. Uchopí uvázanou mašli.
20. Přenese ke stromečku.
21. Položí na větvíčku.
22. Opakuje body 19 -21.

Přizdobení řetězy nebo korálky.

23. Uchopí řetěz.
24. Přenese ke stromečku.
25. Položí jeden konec na větvičku.
26. Po délce položí další část na jinou větvičku.
27. Konec položí na jinou větvičku.
28. Opakuje postup: body 23 - 27 do dozdobení řetězy.

Přizdobení andělskými vlasy.

29. Uchopí hrst andělských vlasů.
30. Přenese ke stromečku.
31. Ozdobí pohybem ze shora dolů.
32. Opakuje dle potřeby.

Špička nebo hvězda.

33. Vezme špičku nebo hvězdu.
34. Přenese nad vrchol stromečku.
35. Nasadí na větvičku na vrcholu.

Místo špičky či hvězdy lze použít uvázanou mašli.

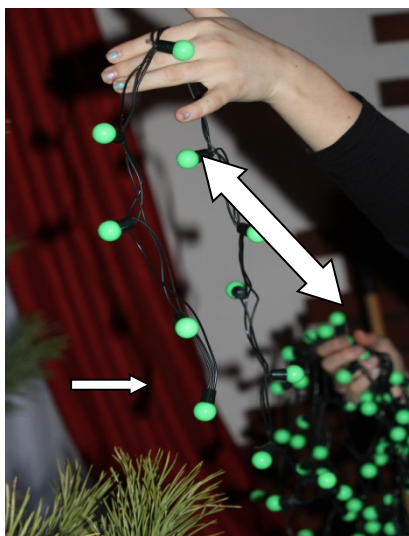
Pracovník volí přízdoby dle přání a možností uživatele. V případě použití světelného řetězu do elektrické sítě, na závěr zasune zástrčky do zásuvky el. sítě. Poučí uživatele o zásadách používání elektrických spotřebičů - světelného zdroje.

Mezi jednotlivými kroky dává prostor k vyjádření uživateli a k nácviku. Poskytuje přiměřenou podporu. Dle potřeby opakuje. Odměnu si uživatel odebírá dle oboustranné dohody. Nejlépe po jednotlivých fázích nácviku.

Při zvládnutí činnosti pracovník nadále věnuje pozornost uživateli a v případě potřeby mu poskytne přiměřenou podporu.

Hodnocení: Uživatel zvládne samostatně ozdobit stromeček nebo některé dílčí fáze.

Světelný řetěz:



1. Uchopení řetězu do obou rukou.
2. Odvine začátek řetězu (bez zástrčky).



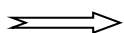
3. Přenese ke stromečku.



4. Volný konec řetězu položí na větvíčku.



5. Odvine další část.





6. Položí na jinou větvíčku po délce.



7. Postupuje dokola kolem stromku.



8. Volný konec se zástrčkou nechá ležet na zemi.

Zavěšení ozdob.



9. Otevře krabici.



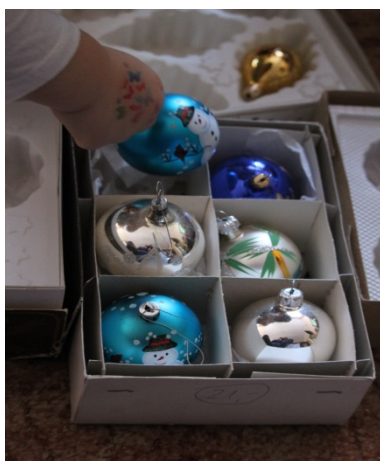
10. Uchopí ozdobu.



11. Přemístí ke stromečku.



12. Zavěsí na větvíčku.



13. Vezmeme další ozdobu.



14. Přemístíme ke stromečku.



15. Zavěsíme na větvíčku.



16. Otevře krabici.



18. Opakuje body 2 - 4. ...



... Opakuje body 2 - 4.

Přizdobení uvázanými mašlemi.



19. Uchopí uvázanou mašli.



20. Přenese ke stromečku.



21. Položí na větvičku. /22. Opakuje body 19 - 21

Přizdobení řetězy nebo korálky.



23. Uchopí řetěz. / 24. Přenese ke stromečku.



25. Položí na větvičku.



26. Další část položí po délce na další větvičku.



27. Konec položí na jinou větvičku.

28. Opakuje body 23 - 27. do dozdobení řetězy nebo korálky.

Přizdobení andělskými vlasy.



29. Uchopí hrst andělských vlasů.



32. Opakování dle potřeby.

30 . Přenese ke stromečku.

31. Ozdobí pohybem od zhora dolů.

Metodika

Nácvik odklizení sněhu

- Cílová skupina
- Cíl metodiky
- Doporučení pracovníků a uživatelům
- Pomůcky
- Rizika
- Postup
- Způsob hodnocení

Metodika je určena osobám se zdravotním postižením s vysokou, střední mírou podpory a hlavně osobám s poruchou autistického spektra.

Cílem metodiky je zvládnutí odklizení sněhu a umožnění tak větší soběstačnosti uživatelů.

Doporučení pro pracovníky:

- Přiměřená podpora, vedení nácviku krok za krokem
- Pravidelnost nácviku – při každé příležitosti nebo sjednanému nácviku po oboustranné dohodě, vždy s vizualizací činnosti pomůckou alternativní komunikace (piktogram, fotografie, zápis v diáři apod.)
- Pochvala i za sebemenší úspěch

Doporučení pro uživatele:

- Dbát rad, podpory pracovníků
- Postupovat krok za krokem

Pomůcky:

- Hrablo, koště, odměna, pokud využíváme u uživatele odměnový systém

Rizika :

- Zhoršení motoriky (jemné i hrubé)
- Dlouhodobá nespolupráce ze strany uživatele
- Nepřiměřená podpora

Postup :

Pracovník připraví pomůcky.

Pracovník připraví prostředí k nácviku.

Pracovník připomene uživateli nadcházející činnost a vysvětlí smysl odklizení sněhu (s využitím prostředků alternativní komunikace, pokud je potřeba a uživatel používá).

Pracovník seznámí uživatele s pomůckami k odklizení sněhu, popř. s odměnou (pokud používá motivační systém u uživatele).

Pracovník vizualizuje odklizení.

1. *Správný úchop hrabla/ dle uživatele (levák, pravák) a možností samotného úchopu*
2. *Směr odklizení (od sebe kupředu).*
3. *Tvoření hromady sněhu.*
4. *Opakujeme do úplného uklizení prostoru.*

Mezi jednotlivými kroky dává prostor k vyjádření uživateli a k nácviku. Poskytuje přiměřenou podporu.

V případě, že uživatel v minulosti již zvládl odklizení, přistoupí k nácviku dometání zbytků sněhu.

1. *Správný úchop koštěte dle možností uživatele.*
2. *Směr metení z vnějšího prostoru k hromadě sněhu.*
3. *Opakování do úplného uklizení prostoru.*

Mezi jednotlivými kroky dává prostor k vyjádření uživateli a k nácviku. Poskytuje přiměřenou podporu. Dle potřeby opakuje.

Při zvládnutí činnosti pracovník nadále věnuje pozornost uživateli a v případě potřeby mu poskytne přiměřenou podporu.

Hodnocení: Uživatel zvládne samostatně uklízet sněh.

HRABLO NA SNÍH



1. Správný úchop /LEVÁK x PRAVÁK/



2. Směr odklizení sněhu od sebe



2.Směr odklízení sněhu od sebe kupředu.



3.Tvoření hromady sněhu.



4.Opakujeme do úplného odklízení sněhu.

KOŠTĚ



1.Správný úchop koštětě/ LEVÁK x PRAVÁK /



2.Směr metení k hromadě sněhu.



3.Opakujeme do úplného uklizení prostoru.

Metodika

Nácvik hrabání listí

- Cílová skupina
- Cíl metodiky
- Doporučení pracovníků a uživatelům
- Pomůcky
- Rizika
- Postup
- Způsob hodnocení

Metodika je určena osobám se zdravotním postižením se střední mírou podpory a hlavně osobám s poruchou autistického spektra.

Cílem metodiky je zvládnutí samostatného hrabání listí a umožnění tak větší soběstačnosti uživateli.

Doporučení pro pracovníky:

- Přiměřená podpora, vedení nácviku krok za krokem
- Pravidelnost nácviku – při každé příležitosti nebo sjednanému nácviku po oboustranné dohodě, vždy s vizualizací činnosti pomůckou alternativní komunikace (piktogram, fotografie, zápis v diáři apod.)
- Pochvala i za sebemenší úspěch

Doporučení pro uživatele:

- Dbát rad, podpory pracovníků
- Postupovat krok za krokem

Pomůcky:

- Hrábě, nádoba na listí, odměna, pokud využíváme u uživatele odměnový systém

Rizika :

- Zhoršení motoriky (jemné i hrubé)
- Dlouhodobá nespolupráce ze strany uživatele
- Nepřiměřená podpora

Postup :

Pracovník připraví pomůcky.

Pracovník připraví prostředí k nácviku.

Pracovník připomene uživateli nadcházející činnost a vysvětlí smysl hrabání listí (s využitím prostředků alternativní komunikace, pokud je potřeba a uživatel používá).

Pracovník seznámí uživatele s pomůckami k hrabání listí, popř. s odměnou (pokud používá motivační systém u uživatele).

Pracovník vizualizuje hrabání.

1. *Správný úchop hrábí / dle uživatele (levák, pravák)*
2. *Směr hrabání – z pomyslné kružnice dovnitř.*
3. *Tvoření hromady listí.*

Mezi jednotlivými kroky dává prostor k vyjádření uživateli a k nácviku. Poskytuje přiměřenou podporu.

V případě, že uživatel v minulosti již zvládl hrabání, přistoupí k úklidu hromady listí.

1. *Nabírání listí.*
2. *Přenesení do nádoby určené na listí.*
3. *Přemístění k místu určeném ke kompostování.*
4. *Vysypání nádoby na místo určené ke kompostování.*

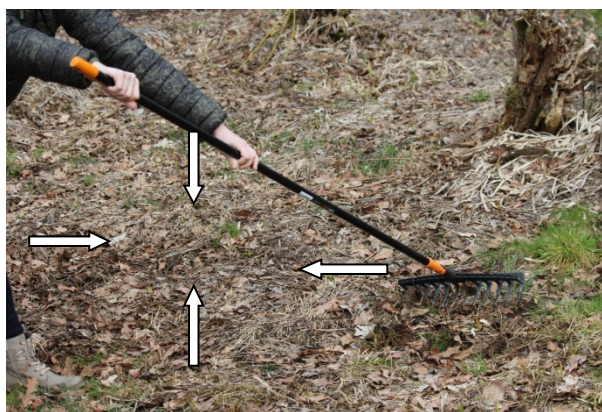
Mezi jednotlivými kroky dává prostor k vyjádření uživateli a k nácviku. Poskytuje přiměřenou podporu. Dle potřeby opakuje.

V případě zvládnutí činnosti pracovník nadále věnuje pozornost uživateli a v případě potřeby mu poskytne přiměřenou podporu.

Hodnocení: Uživatel zvládne samostatně hrabat listí.



1. Úchop hrábí (levák/pravák).



2. Hrabání listí (z pomyslné kružnice na střed).



3. Tvoření hromady listí.

Uklizení hromady listí.



1. Nabrání listí.



2. Přenesení do nádoby na listí.



3. Přemístění k místu určeném ke kompostování.



4. Vysypání listí na místo určené ke kompostování.

Metodika

Nácvik základní péče o zahradu

Vegetační období

- Cílová skupina
- Cíl metodiky
- Doporučení pracovníků a uživatelům
- Pomůcky
- Rizika
- Postup
- Způsob hodnocení

Metodika je určena osobám se zdravotním postižením se střední mírou podpory a hlavně osobám s poruchou autistického spektra.

Cílem metodiky je zvládnutí základní samostatné péče o zahradu a umožnění tak větší soběstačnosti uživateli vedoucí k sociálnímu začlenění.

Doporučení pro pracovníky:

- Přiměřená podpora, vedení nácviku krok za krokem
- Pravidelnost nácviku – při každé příležitosti (péče o zahradu) nebo sjednanému nácviku po oboustranné dohodě, vždy s vizualizací činnosti pomůckou alternativní komunikace (piktogram, fotografie, zápis v diáři apod.)
- Pochvala i za sebemenší úspěch

Doporučení pro uživatele:

- Dbát rad, podpory pracovníků
- Postupovat krok za krokem

Pomůcky:

- Zahradní nářadí, zahradní rukavice dle individuální potřeby, odměna, pokud využíváme u uživatele odměnový systém

Rizika :

- Zhoršení motoriky (jemné i hrubé)
- Dlouhodobá nespolupráce ze strany uživatele
- Nepřiměřená podpora

Postup :

Pracovník připraví pomůcky.

Pracovník připraví prostředí k nácviku.

Pracovník připomene uživateli nadcházející činnost a vysvětlí smysl péče o zahradu (s využitím prostředků alternativní komunikace, pokud je potřeba a uživatel používá).

Pracovník seznámí uživatele s nářadím, rostlinami, popř. s odměnou (pokud používá motivační systém u uživatele).

Pracovník vizualizuje činnosti : pletí, kypření půdy, sázení, zalévání viz. metodika zalévání, údržba náradí .

1. *Správný úchop náradí / dle uživatele (levák, pravák)*
2. *Vizualizace prostoru – záhon.*
3. *Technika činnosti (směr zleva doprava, shora dolů)*

Mezi jednotlivými kroky dává prostor k vyjádření uživateli a k nácviku. Poskytuje přiměřenou podporu. V případě, že uživatel v minulosti již zvládl některou z činností nebo ztratil zájem o danou činnost, přistoupí k nácviku další dílčí činnosti.

Pletí a kypření půdy:

1. *Uchopení motyčky.*
2. *Nakypření půdy lehkým okopáním.*
3. *Odložení motyčky.*
4. *Vytrhání plevelů.*
5. *Vyhození plevelů do připravené nádoby.*
6. *Dle potřeby opakujeme.*
7. *Vysypání nádoby s plevely na místo určené ke kompostování.*

Sázení:

1. *Uchopení sázecí lopatky.*
2. *Vytvoření důlku pro sazenici.*
3. *Odložení sázecí lopatky.*
4. *Uchopení sazenice.*
5. *Vyjmutí sazenice z obalu.*
6. *Vložení sazenice do připraveného důlku.*
7. *Přihnutí půdy k sazenici.*

Zalévání: viz. metodika zalévání s rozdílem prostředí

Údržba nářadí:

1. *Uchopení jednotlivého nářadí.*
2. *Zbavení nečistot/ hlíny z nářadí.*
3. *Uložení do nádoby nebo místo určené na nářadí.*

Mezi jednotlivými kroky dává prostor k vyjádření uživateli a k nácviku. Poskytuje přiměřenou podporu. Dle potřeby opakuje.

V případě zvládnutí činnosti pracovník nadále věnuje pozornost uživateli a v případě potřeby mu poskytne přiměřenou podporu.

Hodnocení: Uživatel zvládne základní péči o zahradu nebo některou z dílčích činností.



1. správný úchop - levák/pravák



2.vizualizace množství práce na záhonu



3. struktura zleva doprava, shora dolů

PLETÍ A KYPŘENÍ PŮDY



1. Uchopení motyčky.



2.a, Nakypření půdy lehkým okopáním.



2.b,



2.c,



3. Odložení motyčky.



4. Vytrhání plevelu.



5. Vyhození plevele do nádoby.

6. Dle potřeby opakujeme body 4. - 5.



7. Vysypání nádoby s plevelem na místo určené ke kompostování.

SÁZENÍ



1. Uchopení sázecí lopatky.



2. Vyhloubení důlku pro sazenici.



3. Odložení sázecí lopatky.



4. Uchopení sazenice.



5. Vyjmutí z obalu.



6. Vložení do připraveného důlku.



7. Přihnutí půdy k sazenici.

Metodika

Nácvik sklizení úrody na zahradě

- Cílová skupina
- Cíl metodiky
- Doporučení pracovníků a uživatelům
- Pomůcky
- Rizika
- Postup
- Způsob hodnocení

Metodika je určena osobám se zdravotním postižením s vysokou, střední mírou podpory a hlavně osobám s poruchou autistického spektra.

Cílem metodiky je zvládnutí samostatně sklízet úrodu na zahradě a umožnění tak větší soběstačnosti uživateli.

Doporučení pro pracovníky:

- Přiměřená podpora, vedení nácviku krok za krokem
- Pravidelnost nácviku – při každé příležitosti (péče o zahradu) nebo sjednanému nácviku po oboustranné dohodě, vždy s vizualizací činnosti pomůckou alternativní komunikace (piktogram, fotografie, zápis v diáři apod.)
- Pochvala i za sebemenší úspěch

Doporučení pro uživatele:

- Dbát rad, podpory pracovníků
- Postupovat krok za krokem

Pomůcky:

- Nádobu na plody (koš, mísa apod.), zahradní rukavice dle individuální potřeby, odměna, pokud využíváme u uživatele odměnový systém

Rizika :

- Zhoršení motoriky (jemné i hrubé)
- Dlouhodobá nespolupráce ze strany uživatele
- Nepřiměřená podpora

Postup :

Pracovník připraví pomůcky.

Pracovník připraví prostředí k nácviku.

Pracovník připomene uživateli nadcházející činnost a vysvětlí smysl péče o zahradu, sběr úrody (s využitím prostředků alternativní komunikace, pokud je potřeba a uživatel používá).

Pracovník seznámí uživatele s nářadím, rostlinami, popř. s odměnou (pokud používá motivační systém u uživatele).

Pracovník vizualizuje činnost.

1. *Označí rostlinu s plody, které jsou určeny ke sklizení.*
2. *Technika činnosti (směr zleva doprava, shora dolů) nebo dle možností uživatele.*
3. *Vizualizuje správný úchop plodu.*
4. *Následné utrnutí.*
5. *Vložení do nádoby určené na zralé plody.*

Mezi jednotlivými kroky dává prostor k vyjádření uživateli a k nácviku. Poskytuje přiměřenou podporu. Dle potřeby opakuje.

V případě zvládnutí činnosti pracovník nadále věnuje pozornost uživateli a v případě potřeby mu poskytne přiměřenou podporu.

Hodnocení: Uživatel zvládne sklízet úrodu.

Metodika

Nácvik znalosti své adresy

- Cílová skupina
- Cíl metodiky
- Doporučení pracovníků a uživatelům
- Pomůcky
- Rizika
- Postup
- Způsob hodnocení

Metodika je určena osobám se zdravotním postižením s nízkou a střední mírou podpory.

Cílem metodiky je zvládnutí a upevnění znalosti své adresy a umožnění tak větší samostatnosti uživateli.

Doporučení pro pracovníky :

- Dodržení jednotného postupu.
- Využívat vhodné příležitosti k opakování činnosti (odchod na nákup, do stacionáře, knihovny apod.).
- Poskytnutí přiměřené podpory.
- Přizpůsobit tempo nácviku uživateli.
- Vždy chválit i za sebemenší úspěch.
- **Nácvik probíhá vždy v rámci nějaké činnosti související s bydlištěm a musí být z počátku transparentní s fyzickým domem bydliště, ulicí.**

Doporučení pro uživatele :

- Dívat se kolem sebe, sledovat svůj dům a jeho okolí při nácviku.
- Dbát podpory, rad zaměstnanců.

Pomůcky:

- Dům uživatele a jeho okolí.

Rizika :

- Trvalá ztráta zájmu o činnost.

Postup :

I. Pracovník při každém vycházení z domu uživatele zastaví u branky a upozorní uživatele na fakt, kde jeho dům stojí. Oznámi např. : Bydlíte v ulici kp. Jaroše, v Pelhřimově.
Při procházení ulice ještě několikrát zopakuje.

Dává po každé prostor uživateli k vyjádření.

Při příchodu před dům opět pracovník zopakuje fakt, kde uživatel bydlí. Dává prostor k vyjádření uživateli.

II. Pracovník při každé další příležitosti /dle tempa zvládnutí nácviku uživatele / přidá k oznámení fakt a to např.: ulice kp. Jaroše číslo 325, v Pelhřimově.

Opakuje dle potřeby. Dává prostor k vyjádření uživateli.

III. Při zvládnutí znalosti adresy uživatelem je nutné poté procvičovat znalost ještě mimo adresu bydliště a to kdekoliv.

Zpětná vazba : Pracovník se zeptá uživatele, kde bydlí. Uživatel dle svých možností odpoví.

Hodnocení : Uživatel zná svou adresu.

V případě, že uživatel nezvládne samostatnou znalost adresy, lze používat v běžném životě kartičku s adresou, občanský průkaz nebo v případě pomůcky alternativní komunikace, komunikační knihu, tablet aj.

Metodika

Nácvik vyřizování osobních záležitostí - vyzvednutí zásilky na Poště

- Cílová skupina
- Cíl metodiky
- Doporučení pracovníků a uživatelům
- Pomůcky
- Rizika
- Postup
- Způsob hodnocení

Metodika je určena všem osobám s nízkou a střední mírou podpory.

Cílem metodiky je umožnění uživateli vyzvednout zásilku na Poště a podpořit tak jeho samostatnost a sociální začlenění.

Doporučení pro pracovníky:

- Poskytnutí přiměřené podpory při nácviku.
- Poskytnutí dostatečného množství informací o průběhu jednání na úřadech.
- Využití AAK.
- V případě potřeby přizvání opatrovníka, rodinného příslušníka nebo sociálního pracovníka.

Doporučení pro uživatele:

- Důvěra k lidem na poštovním úřadě.
- Dbát pokynů úředníků.

Pomůcky:

- Občanský průkaz, oznámení o vyzvednutí zásilku (pokud uživatel obdržel), kartičku s informacemi pro pracovníky Pošty nebo pomůcku AAK (pokud je potřeba), odměna v případě užití odměňovacího systému

Rizika :

- Poskytnutí nepřiměřené podpory.
- Přetrvávající obavy z cizího prostředí, většího množství lidí apod.

Postup :

Pracovník uživateli poskytne dostatek potřebných informací o vyzvednutí zásilky.

Doprovodí ho na Poštu v místě bydliště / v případě probíhajícího nácviku samostatného pohybu zahrne návštěvu Pošty do nácviku nebo jej o tuto aktivitu doplní/.

Postup příchodu na Poštu a převzetí zásilky:

1. *vstoupení do prostor poštovního úřadu*
2. *pozdrav - Dobrý den / dle možností uživatele*
3. *orientace v prostoru*
 - *vizuální, v případě, že uživatel umí číst, umožní pracovník samostatné přečtení vývěsek u přepážek*
 - *v případě nutnosti, použije uživatel kartičku s informacemi pro pracovníky Pošty nebo pomůcku AAK, pokud uživatel používá, a předá ji*
4. *pokud je v prostoru terminál na pořadová čísla, přistoupí nejprve k němu (pracovník vizualizuje obsluhu přístroje) - v případě náročnosti obsluhy terminálu, lze oslovit pracovníka Pošty nebo civilistu a požádat jej o pomoc (verbálně nebo neverbálně, dle možností uživatele, popř. užití kartičky). Ten aktivitu vykoná za uživatele.*
5. *vyčkání na přístup k přepážce*
6. *přistoupení k přepážce*
7. *pozdrav a oslovení (dle metodiky Tykání, vykání ...), v případě neverbální komunikace dle možností uživatele*
8. *předání OP, lístku k vyzvednutí zásilky poštovní úřednici*
9. *převzetí zásilky*
10. *podpis*
11. *platba poplatku, pokud Pošta vyžaduje (v případě, že uživatel disponuje finančními prostředky) jinak platbu provede doprovázející osoba*
12. *poděkování, pozdrav na rozloučenou (v případě neverbální komunikace dle možností uživatele)*
13. *odstoupení od přepážky*
14. *samotný odchod z Pošty*

Způsob hodnocení: Uživatel samostatně zvládne vyzvednutí zásilky na Poště nebo většinou aktivitu.

Metodika

Nácvik vyřizování osobních záležitostí - jednání na úřadě (např. vyřízení dokladů, žádost o práci apod.)

- Cílová skupina
- Cíl metodiky
- Doporučení pracovníků a uživatelům
- Pomůcky
- Rizika
- Postup
- Způsob hodnocení

Metodika je určena všem osobám s nízkou a střední mírou podpory.

Cílem metodiky je umožnění uživateli zvládnutí jednání na úřadě a podpořit tak jeho samostatnost a sociální začlenění.

Doporučení pro pracovníky:

- Poskytnutí přiměřené podpory při nácviku.
- Poskytnutí dostatečného množství informací o průběhu jednání na úřadech.
- Využití AAK.
- V případě potřeby přizvání opatrovníka, rodinného příslušníka nebo sociálního pracovníka.

Doporučení pro uživatele:

- Důvěra k lidem na úřadě.
- Dbát pokynů úředníků.

Pomůcky:

- Průkaz totožnosti, jiné dokumenty potřebné k vyřízení náležitosti, kartičku s informacemi pro pracovníky úřadu nebo pomůcku AAK (pokud je potřeba), odměna v případě užití odměnového systému

Rizika :

- Poskytnutí nepřiměřené podpory.
- Přetrvávající obavy z cizího prostředí, většího množství lidí apod.

Postup: Pracovník uživateli poskytne dostatek potřebných informací o jednání na úřadě.

Doprovodí ho na příslušný úřad / v případě probíhajícího nácviku samostatného pohybu může zahrnout návštěvu úřadu do nácviku nebo jej o tuto aktivitu doplní/. Postupně od doprovodu upouští stejně jako při nácviku samostatného pohybu.

Postup příchod na úřad:

1. *vstoupení do prostor úřadu*
2. *pozdrav - Dobrý den, pokud jsou v prostoru jiné osoby*
3. *orientace v prostoru*
 - *vizuální: v případě, že uživatel umí číst, umožní pracovník samostatné přečtení vývěsek či rozcestníku*
 - *v případě nutnosti, použije uživatel kartičku s informacemi pro pracovníky úřadu nebo jiné osoby (viz. příloha) nebo pomůcku AAK, pokud uživatel používá, a předá ji*
4. *nalezení příslušného oddělení*
5. *pokud je v prostoru terminál na pořadová čísla, přistoupí nejprve k němu (doprovázející osoba vizualizuje obsluhu přístroje) - v případě náročnosti obsluhy terminálu, lze oslovit pracovníka úřadu nebo jinou osobu a požádat jej o pomoc (verbálně nebo neverbálně, dle možností uživatele, lze použít kartičku). Ten aktivitu vykoná za uživatele.*
6. *vyčkání na přístup k přepážce*
7. *přistoupení k přepážce*
8. *pozdrav a oslovení (dle metodiky Tykání, vykání ...), v případě neverbální komunikace dle možností uživatele*
9. *při jednání lze využít kartičku s informacemi nebo jinou pomůcku AAK*
10. *vyřízení náležitosti*
11. *podpis*
12. *platba poplatku, pokud úřad vyžaduje (v případě, že uživatel disponuje finančními prostředky) jinak platbu provede doprovázející osoba*
13. *poděkování, pozdrav na rozloučenou (v případě neverbální komunikace dle možností uživatele)*
14. *odstoupení od přepážky*
15. *samotný odchod z úřadu*

Způsob hodnocení: Uživatel samostatně zvládne jednání na úřadě nebo většinou aktivitu.

Metodika

Nácvik vyřizování osobních záležitostí - návštěva lékaře

- Cílová skupina
- Cíl metodiky
- Doporučení pracovníků a uživatelům
- Pomůcky
- Rizika
- Postup
- Způsob hodnocení

Metodika je určena všem osobám s nízkou a střední mírou podpory.

Cílem metodiky je umožnění uživateli zvládnutí návštěvy lékaře a podpořit tak jeho samostatnost a sociální začlenění.

Doporučení pro pracovníky:

- Poskytnutí přiměřené podpory při nácviu.
- Poskytnutí dostatečného množství informací o průběhu jednání na úřadech.
- Využití AAK.
- V případě potřeby přizvání opatrovníka, rodinného příslušníka nebo sociálního pracovníka.

Doporučení pro uživatele:

- Důvěra k lékařům a zdravotnímu personálu.
- Dbát pokynů lékaře.

Pomůcky:

- Průkaz totožnosti, kartičku pojištěnce, jiné dokumenty, pokud máme pro lékaře, kartičku s informacemi pro zdravotní personál nebo jinou pomůcku AAK (pokud je potřeba), odměna v případě užití odměnového systému

Rizika :

- Poskytnutí nepřiměřené podpory.
- Přetrvávající obavy z cizího prostředí, většího množství lidí apod.

Postup :Pracovník uživateli poskytne dostatek potřebných informací o návštěvě lékaře.

Doprovodí ho k danému lékaři / v případě probíhajícího nácviku samostatného pohybu může zahrnout návštěvu lékaře do nácviku nebo jej o tuto aktivitu doplní/.

Postup příchodu k lékaři:

1. *vstoupení do prostor budovy*
2. *pozdrav - Dobrý den, pokud jsou v prostoru jiné osoby / dle možností uživatele*
3. *orientace v prostoru*
 - *vizuální: v případě, že uživatel umí číst, umožní pracovník samostatné přečtení vývěsek či rozcestníku*
 - *v případě nutnosti, použije uživatel kartičku s informacemi o lékaři, kterého hledá (viz. příloha) nebo jinou pomůcku AAK, pokud uživatel používá, a předá ji další osobě v budově*
4. *nalezení příslušné ordinace*
5. *vstoupení do čekárny lékaře*
6. *pozdrav - Dobrý den, pokud jsou v čekárně jiné osoby / dle možností uživatele*
7. *vyčkání na příchod zdravotní sestry*
8. *příchod zdrav.setry - pozdrav*
9. *v případě, že vyžaduje zdrav.setra kartičku pojištěnce předem, předání kartičky sestře*
10. *vyčkání na vyzvání ke vstupu do ordinace*
11. *vstoupení do ordinace*
12. *pozdrav a oslovení (dle metodiky Tykání, vykání ...), v případě neverbální komunikace dle možností uživatele*
13. *při jednání lze využít kartičku s informacemi nebo jinou pomůcku AAK, lékařskou zprávu*
14. *vyřízení návštěvy lékaře*
15. *v případě vypsání receptu na léky lékařem, převzetí receptu*
16. *poděkování, pozdrav na rozloučenou (v případě neverbální komunikace dle možností uživatele)*
17. *odchod z ordinace lékaře*
18. *samotný odchod z budovy*

Způsob hodnocení: Uživatel samostatně zvládne návštěvu lékaře nebo většinou aktivitu.

Metodika

Nácvik vyřizování osobních záležitostí - vyzvednutí léků v lékárně

- Cílová skupina
- Cíl metodiky
- Doporučení pracovníků a uživatelům
- Pomůcky
- Rizika
- Postup
- Způsob hodnocení

Metodika je určena všem osobám s nízkou a střední mírou podpory.

Cílem metodiky je umožnění uživateli zvládnutí návštěvy lékárny, vyzvednutí léků a podpořit tak jeho samostatnost a sociální začlenění.

Doporučení pro pracovníky:

- Poskytnutí přiměřené podpory při nácviu.
- Poskytnutí dostatečného množství informací o průběhu jednání na úřadech.
- Využití AAK.

Doporučení pro uživatele:

- Důvěra k personálu lékárny.
- Dbát pokynů lékaře při užívání léků.

Pomůcky:

- recept k vyzvednutí léků, průkaz totožnosti, kartičku pojištěnce, kartičku s informacemi nebo jinou pomůcku AAK (pokud je potřeba), odměna v případě užití odměnového systému

Rizika :

- Poskytnutí nepřiměřené podpory.
- Přetrvávající obavy z cizího prostředí, většího množství lidí apod.

Postup :Pracovník uživateli poskytne dostatek potřebných informací o vyzvednutí léků. Doprovodí ho do lékárny / v případě probíhajícího nácviu samostatného pohybu může zahrnout návštěvu lékárny do nácviu nebo jej o tuto aktivitu doplní/. Postupně upouští od doprovodu v lékárně, stejně jako při nácviu samostatného pohybu.

Postup příchodu do lékárny:

1. *vstoupení do prostor lékárny*
2. *pozdrav - Dobrý den / dle možností uživatele*
3. *orientace v prostoru*
 - *vizuální: v případě, že uživatel umí číst, umožní pracovník samostatné přečtení vývěsek či rozcestníku*
 - *v opačném případě, ukáže doprovod uživateli místo výdeje léků na předpis nebo použije kartičku s informacemi*
4. *přistoupení k místu výdeje léků na předpis*
5. *pozdrav - Dobrý den / dle možností uživatele*
6. *předání receptu s předpisem léků*
7. *vyčkání na výdej léků*
8. *převzetí léků a info o užívání / možné použít kartičku např. se strukturou dne, kde lékárník vyznačí dobu užití*
9. *poděkování, pozdrav na rozloučenou (v případě neverbální komunikace dle možností uživatele)*
10. *odchod z lékárny*

Způsob hodnocení: Uživatel samostatně zvládne vyzvednutí léků nebo většinou aktivitu.

Metodika

Nácvik účasti v jakýchkoliv volbách (využití práva volit)

Volba prezidenta

Volby do Poslanecké sněmovny

Volby do Senátu Parlamentu ČR

Volby do Evropského parlamentu

Volba členů Krajského nebo Obecního zastupitelstva

- Cílová skupina
- Cíl metodiky
- Doporučení pracovníků a uživatelům
- Pomůcky
- Rizika
- Postup
- Způsob hodnocení

Metodika je určena všem osobám s nízkou, střední i vysokou mírou podpory, kterým vznikla potřeba účastnit se voleb.

Cílem metodiky je umožnění uživateli volit a podpořit tak jeho samostatnost a sociální začlenění.

Doporučení pro pracovníky:

- Individuální přístup.
- Poskytnutí přiměřené podpory při práci s volebními lístky.
- Poskytnutí dostatečného množství informací o kandidátech a stranách.
- Využití i vizualizace formou reálných fotografií kandidátů v médiích nebo internetu.

Doporučení pro uživatele:

- Každý občan ČR po dovršení 18 let má právo volit.

Pomůcky:

- Volební lístky, kandidátky v novinách nebo PC s přístupem na internet

Rizika :

- Poskytnutí malého množství informací nedostačujících se rozhodnout.
- Ztráta zájmu o možnost volit.

Postup :

Pracovník s uživatelem vede rozhovor na téma voleb, které v daném období probíhají.

Seznámí uživatele s kandidujícími stranami nebo jednotlivými kandidáty, popř. s programem, který zveřejnili jednotlivé strany nebo přísliby jednotlivých kandidátů.

Může využít i vizualizaci prostřednictvím kandidátek zveřejněných v novinách nebo na internetu dle individuálních potřeb uživatele a jeho abstraktním vnímání.

V případě větší samostatnosti uživatele, volí si svého kandidáta zcela sám.

Svou volbu může uživatel konzultovat s dalšími lidmi, pokud mu tato potřeba vznikla. V případě potřeby mlčení, jeho volbu nikdo dále nešíří.

Při samotném aktu volby

- předstoupení před volební komisí
 - prokázání se občanským průkazem občana ČR
 - vložení volebního lístku do obálky
 - vhození do volební urny
- ... poskytuje pracovník přiměřenou podporu, pokud tato potřeba uživateli vznikla. Pokud je uživatel samostatný při účasti na volbách, pracovník zachovává diskrétnost a odstup.

Způsob hodnocení: Uživatel se účastní při volbách a využívá práva volit.

Metodika

Nácvik vyhledávání vhodného volného pracovního místa na internetu

- Cílová skupina
- Cíl metodiky
- Doporučení pracovníků a uživatelům
- Pomůcky
- Rizika
- Postup
- Způsob hodnocení

Metodika je určena všem osobám s nízkou a střední mírou podpory, kterým vznikla potřeba zaměstnání.

Cílem metodiky je najít možné volné pracovní místo pro uživatele a umožnit mu tak uplatnění se na volném trhu práce a podpořit jeho samostatnost a sociální začlenění.

Doporučení pro pracovníky:

- Individuální přístup.
- Poskytnout přiměřenou podporu při práci s PC.
- Pružně reagovat na měnící se potřeby uživatele.
- Zvolit tu nejlepší cestu vhodné motivující komunikace.

Doporučení pro uživatele:

- Trpělivost.
- Prohlubovat své znalosti při práci s PC a orientaci na trhu práce.

Pomůcky:

- Počítač s přístupem na internet, popř. papír, tužka pro záznam

Rizika :

- Malá nabídka vhodných pracovních míst.
- Trvalý nezájem firem a společností zaměstnávat lidi se zdravotním handicapem.
- Ztráta zájmu o zaměstnání.

Postup :

Pracovník s uživatelem vede rozhovor na téma zaměstnání a zaměstnávání. Mapují potřeby uživatele, jeho silné i slabé stránky.

Pracovník upozorní uživatele na fakta ohledně zaměstnávání lidí se zdravotním postižením.

Samotné vyhledávání volných pracovních míst na trhu práce vede pracovník jako „moderátor“, který ovládá počítač a vyhledávač na internetu nebo podporuje v ovládání počítače uživatele. Postupně projdou stěžejní webové stránky s nabídky zaměstnání a to např. stránky portal.mpsv.cz nebo jednotlivé úřady práce či portál práce.cz apod.

V případě zájmu o některou pozici uvedenou na internetu, poskytne pracovník dostatečné množství informací uživateli o vybrané pozici a poskytne mu podporu při vedení komunikace se zadavatelem práce. V případě nutnosti životopisu, poskytne pracovník dostatečnou podporu pro sepsání životopisu a odeslání zaměstnavateli.

O nalezené pracovní pozici informuje sociálního pracovníka.

V případě větší samostatnosti uživatele, vyhledává si pracovní pozici sám a o svou volbu konzultuje s pracovníkem. Ten pak poskytne přiměřenou podporu v dalších krocích a poskytne uživateli dostatečné množství informací pro další rozhodnutí. Je možné použít i metodiku Podporované rozhodování.

Způsob hodnocení: Uživatel vyhledává vhodnou pracovní pozici nebo se již uplatnil na volném trhu práce.

Metodika

Nácvik rozpoznání peněz do 10 Kč

- Cílová skupina
- Cíl metodiky
- Doporučení pracovníků a uživatelům
- Pomůcky
- Rizika
- Postup
- Způsob hodnocení

Metodika je určena pro osoby se zdravotním postižením s lehkou, střední i těžkou mírou podpory.

Cílem metodiky je rozpoznání peněz /mincí do 10 ti vedoucí k větší samostatnosti uživatele.

Doporučení pracovníkům:

- Vytvoření a zajištění klidného prostředí / prostoru k nácviku.
- Trpělivě podporuje uživatele.
- Uživatele vždy hodnotí kladně (pochvala) i za sebemenší úspěch.

Doporučení uživatelům:

- Dodržení postupu metody

Pomůcky:

- mince v hodnotě 1 Kč, 2 Kč, 5 Kč, 10 Kč v minimálním množství každou hodnotu 2 krát
- krabička nebo neprůhledný sáček
- list papíru
- tužka nebo fix
- drobné předměty (korále, víčka aj.) – dle zvolené metody

Rizika: uživatel nerozpozná mince

Postup: metoda párování

Pracovník seznámí uživatele s jednotlivými mincemi. Dá uživateli prostor k vyjádření.

Pracovník seřadí mince pod sebe od hodnoty 1 Kč do 10 Kč, vždy ohlásí hodnotu mince.

Uživatel přiřazuje jednotlivé mince k předložené, hlásí hodnotu mince nebo reaguje jiným způsobem (pokud je to osoba neverbálně nebo částečně verbálně komunikující).

Pracovník poskytuje slovní podporu k hlášení hodnot jednotlivých mincí.

Dle potřeby se činnost opakuje.

Zpětná vazba : Uživatel zvládne samostatně přiřadit mince jednotlivých hodnot a rozpozná je.

Postup: metoda vhazování do krabičky a vytahování z krabičky(sáčku)

Pracovník připravené mince v hodnotě 1 Kč až 10 Kč seřadí na desku stolu. Vždy ohlásí jejich hodnotu. Dává prostor uživateli k vyjádření.

Pracovník postupně jednotlivé mince ukazuje uživateli a vhadzuje je do krabičky nebo sáčku. Vždy oznámí hodnotu mince. Dává prostor k vyjádření uživateli.

Obrácená role: Uživatel postupně odebírá jednotlivé mince dle svého výběru a vhadzuje je do krabičky nebo sáčku, vždy ohlásí jejich hodnotu nebo reaguje jiným způsobem. Pracovník poskytuje uživateli přiměřenou podporou.

Pracovník vytahuje z krabičky (sáčku) jednotlivé mince, ukazuje je uživateli. Ohlásí jejich hodnotu. Dává prostor k vyjádření uživateli.

Obrácená role : Uživatel vytahuje z krabičky(sáčku) jednotlivé mince a pokládá je na desku stolu, vždy ohlásí jejich hodnotu. Pracovník poskytuje uživateli přiměřenou podporu.

Dle potřeby se činnost opakuje. V případě, že uživatel nezvládne vytahovat či vhadzovat jednotlivé mince, provádí akt pracovník.

Zpětná vazba : Uživatel přiřadí správnou hodnotu ke každé minci, kterou drží v ruce a rozpozná je.

Postup: metoda přiřazování hodnoty

Pracovník seřadí jednotlivé mince pod sebe na list papíru. Vždy ohlásí jejich hodnotu.

Uživatel k jednotlivým mincím připíše jejich hodnotu nebo přiřadí příslušný počet předmětů a ohlásí ji nebo reaguje jiným způsobem (osoba se zhoršenou verbální komunikací).

Pracovník poskytuje uživateli přiměřenou podporu. Dle potřeby se činnost opakuje.

Obrácená role: Pracovník zapisuje číslici nebo pokládá příslušný počet předmětů a uživatel přiřazuje mince.

Hodnocení: Uživatel rozpozná mince v hodně 1 Kč, 2 Kč, 5 Kč, 10 Kč.

Metodika

Nácvik rozpoznání peněz do 20 Kč

- Cílová skupina
- Cíl metodiky
- Doporučení pracovníků a uživatelům
- Pomůcky
- Rizika
- Postup
- Způsob hodnocení

Metodika je určena pro osoby se zdravotním postižením s lehkou, střední i těžkou mírou podpory.

Cílem metodiky je rozpoznání peněz /mincí do 20 ti vedoucí k větší samostatnosti uživatele.

Doporučení pracovníkům:

- Vytvoření a zajištění klidného prostředí / prostoru k nácviku.
- Trpělivě podporuje uživatele.
- Uživatele vždy hodnotí kladně (pochvala) i za sebemenší úspěch.

Doporučení uživatelům:

- Dodržení postupu metody

Pomůcky:

- mince v hodnotě 1 Kč, 2 Kč, 5 Kč, 10 Kč ,20 Kč v minimálním množství každou hodnotu 2 krát
- krabička nebo neprůhledný sáček
- list papíru
- tužka nebo fix
- drobné předměty (korále, víčka PET lahví) – dle zvolené metody

Rizika: uživatel nerozpozná mince

Postup: metoda párování

Pracovník seznámí uživatele s jednotlivými mincemi. Dá uživateli prostor k vyjádření.

Pracovník seřadí mince pod sebe od hodnoty 1 Kč do 20 Kč, vždy ohlásí hodnotu mince.

Uživatel přiřazuje jednotlivé mince k předložené, hlásí hodnotu mince nebo reaguje jiným způsobem (pokud je to osoba neverbálně nebo částečně verbálně komunikující). Pracovník poskytuje slovní podporu k hlášení hodnot jednotlivých mincí. Dle potřeby se činnost opakuje.

Zpětná vazba : Uživatel zvládne samostatně přiřadit mince jednotlivých hodnot a rozpozná je.

Postup: metoda vhadzování do krabičky a vytahování z krabičky (sáčku)

Pracovník připravené mince v hodnotě 1 Kč až 20 Kč seřadí na desku stolu. Vždy ohlásí jejich hodnotu. Dává prostor uživateli k vyjádření.

Pracovník postupně jednotlivé mince ukazuje uživateli a vhadzuje je do krabičky nebo sáčku. Vždy oznámí hodnotu mince. Dává prostor k vyjádření uživateli.

Obrácená role: Uživatel postupně odebírá jednotlivé mince dle svého výběru a vhadzuje je do krabičky nebo sáčku, vždy ohlásí jejich hodnotu nebo reaguje jiným způsobem. Pracovník poskytuje uživateli přiměřenou podporou.

Pracovník vytahuje z krabičky (sáčku) jednotlivé mince, ukazuje je uživateli. Ohlásí jejich hodnotu. Dává prostor k vyjádření uživateli.

Obrácená role : Uživatel vytahuje z krabičky(sáčku) jednotlivé mince a pokládá je na desku stolu, vždy ohlásí jejich hodnotu. Pracovník poskytuje uživateli přiměřenou podporu.

Dle potřeby se činnost opakuje. V případě, že uživatel nezvládne vytahovat či vhadzovat jednotlivé mince, provádí akt pracovník.

Zpětná vazba : Uživatel přiřadí správnou hodnotu ke každé minci, kterou drží v ruce a rozpozná je.

Postup: metoda přikládání hodnoty

Pracovník seřadí jednotlivé mince pod sebe na list papíru. Vždy ohlásí jejich hodnotu.

Uživatel k jednotlivým mincím připíše jejich hodnotu nebo přiřadí příslušný počet předmětů a ohlásí ji nebo reaguje jiným způsobem (osoba se zhoršenou verbální komunikací).

Pracovník poskytuje uživateli přiměřenou podporu. Dle potřeby se činnost opakuje.

Obrácená role: Pracovník zapisuje číslici nebo pokládá příslušný počet předmětů a uživatel přiřazuje mince.

Hodnocení: Uživatel rozpozná mince v hodně 1 Kč, 2 Kč, 5 Kč, 10 Kč, 20 Kč.

Metodika

Nácvik rozpoznání peněz do 50 Kč

- Cílová skupina
- Cíl metodiky
- Doporučení pracovníků a uživatelům
- Pomůcky
- Rizika
- Postup
- Způsob hodnocení

Metodika je určena pro osoby se zdravotním postižením s lehkou, střední i těžkou mírou podpory.

Cílem metodiky je rozpoznání peněz /mincí do 50 ti vedoucí k větší samostatnosti uživatele.

Doporučení pracovníkům:

- Vytvoření a zajištění klidného prostředí / prostoru k nácviku.
- Trpělivě podporuje uživatele.
- Uživatele vždy hodnotí kladně (pochvala) i za sebemenší úspěch.

Doporučení uživatelům:

- Dodržení postupu metody

Pomůcky:

- mince v hodnotě 1 Kč, 2 Kč, 5 Kč, 10 Kč, 20 Kč, 50 Kč v minimálním množství každou hodnotu 2 krát
- krabička nebo neprůhledný sáček
- list papíru,
- tužka nebo fix
- drobné předměty – dle zvolené metody

Rizika: uživatel nerozpozná mince

Postup: metoda párování

Pracovník seznámí uživatele s jednotlivými mincemi. Dá uživateli prostor k vyjádření.

Pracovník seřadí mince pod sebe od hodnoty 1 Kč do 50 Kč, vždy ohlásí hodnotu mince.

Uživatel přiřazuje jednotlivé mince k předložené, hlásí hodnotu mince nebo reaguje jiným způsobem (pokud je to osoba neverbálně nebo částečně verbálně komunikující). Pracovník poskytuje slovní podporu k hlášení hodnot jednotlivých mincí. Dle potřeby se činnost pakuje.

Zpětná vazba : Uživatel zvládne samostatně přiřadit mince jednotlivých hodnot a rozpozná je.

Postup: metoda vhadzování do krabičky a vytahování z krabičky(sáčku)

Pracovník připravené mince v hodnotě 1 Kč až 50 Kč seřadí na desku stolu. Vždy ohlásí jejich hodnotu. Dává prostor uživateli k vyjádření.

Pracovník postupně jednotlivé mince ukazuje uživateli a vhadzuje je do krabičky nebo sáčku. Vždy oznámí hodnotu mince. Dává prostor k vyjádření uživateli.

Obrácená role: Uživatel postupně odebírá jednotlivé mince dle svého výběru a vhadzuje je do krabičky nebo sáčku, vždy ohlásí jejich hodnotu nebo reaguje jiným způsobem.

Pracovník poskytuje uživateli přiměřenou podporou.

Pracovník vytahuje z krabičky (sáčku) jednotlivé mince, ukazuje je uživateli. Ohlásí jejich hodnotu. Dává prostor k vyjádření uživateli.

Obrácená role : Uživatel vytahuje z krabičky(sáčku) jednotlivé mince a pokládá je na desku stolu, vždy ohlásí jejich hodnotu. Pracovník poskytuje uživateli přiměřenou podporu.

Dle potřeby se činnost opakuje. V případě, že uživatel nezvládne vytahovat či vhadzovat jednotlivé mince, provádí akt pracovník.

Zpětná vazba : Uživatel přiřadí správnou hodnotu ke každé minci, kterou drží v ruce a rozpozná je.

Postup: metoda přikládání hodnoty

Pracovník seřadí jednotlivé mince pod sebe na list papíru. Vždy ohlásí jejich hodnotu.

Uživatel k jednotlivým mincím připíše jejich hodnotu nebo přiloží příslušný počet předmětů a ohlásí ji nebo reaguje jiným způsobem (osoba se zhoršenou verbální komunikací). Pracovník poskytuje uživateli přiměřenou podporu. Dle potřeby se činnost opakuje.

Obrácená role: Pracovník zapisuje číslici nebo pokládá příslušný počet předmětů a uživatel přiřazuje mince.

Hodnocení: Uživatel rozpozná mince v hodně 1 Kč, 2 Kč, 5 Kč, 10 Kč, 20 Kč, 50 Kč.

Metodika

Nácvik rozpoznání peněz do 100 Kč

- Cílová skupina
- Cíl metodiky
- Doporučení pracovníků a uživatelům
- Pomůcky
- Rizika
- Postup
- Způsob hodnocení

Metodika je určena pro osoby se zdravotním postižením s lehkou, střední i těžkou mírou podpory.

Cílem metodiky je rozpoznání peněz do 100 Kč vedoucí k větší samostatnosti uživatele.

Doporučení pracovníkům:

- Vytvoření a zajištění klidného prostředí / prostoru k nácviku.
- Trpělivě podporuje uživatele.
- Uživatele vždy hodnotí kladně (pochvala) i za sebemenší úspěch.

Doporučení uživatelům:

- Dodržení postupu metody

Pomůcky:

- mince v hodnotě 1 Kč, 2 Kč, 5 Kč, 10 Kč, 20 Kč, 50 Kč v minimálním množství každou hodnotu 2 krát,
- bankovku 100 Kč 2 krát
- list papíru
- tužka nebo fix
- drobné předměty (korále, víčka) – dle zvolené metody

Rizika: uživatel nerozpozná mince a bankovky

Postup: metoda párování

Pracovník seznámí uživatele s jednotlivými mincemi a bankovkami. Dá uživateli prostor k vyjádření.

Pracovník položí jednotlivé peníze na desku stolu pod sebe, ohlásí její hodnotu.

Uživatel přiřazuje jednotlivé mince a bankovky k předložené, hlásí hodnotu peněz nebo reaguje jiným způsobem (pokud je to osoba neverbálně nebo částečně verbálně komunikující). Pracovník poskytuje slovní podporu k hlášení hodnot peněz.

Dle potřeby se činnost pakuje.

Zpětná vazba : Uživatel zvládne samostatně přiřadit mince a bankovky jednotlivých hodnot a rozpozná je.

Postup: metoda přikládání hodnoty

I.fáze

Pracovník seřadí jednotlivé mince a bankovky pod sebe na list papíru.

Vždy ohlásí jejich hodnotu.

Uživatel k jednotlivým mincím a bankovce připiše jejich hodnotu nebo přiloží příslušný počet předmětů a ohlásí ji nebo reaguje jiným způsobem (osoba se zhoršenou komunikací).

Pracovník poskytuje uživateli přiměřenou podporu. Dle potřeby se činnost opakuje.

II. fáze

Pracovník nechá na hromádce ležet na desce stolu mince a bankovku. Uživatel náhodně vybírá peníze, pokládá je před sebe a připisuje jim příslušnou hodnotu nebo přikládá příslušný počet předmětů. Pracovník poskytuje přiměřenou podporu uživateli.

Dle potřeby se činnost opakuje.

III. fáze

Pracovník zapíše číslice jednotlivých hodnot peněz na list papíru nebo rozloží skupiny příslušného počtu předmětů. Uživatel peníze k číslicím nebo předmětům přiřazuje.

Pracovník poskytuje uživateli přiměřenou podporu. Dle potřeby se činnost opakuje.

Hodnocení: Uživatel rozpozná peníze v hodně 1 Kč, 2 Kč, 5 Kč, 10 Kč, 20 Kč, 50 Kč a 100 Kč.

Metodika

Nácvik rozpoznání peněz nad 100 Kč

- Cílová skupina
- Cíl metodiky
- Doporučení pracovníků a uživatelům
- Pomůcky
- Rizika
- Postup
- Způsob hodnocení

Metodika je určena pro osoby se zdravotním postižením s lehkou a střední mírou podpory.

Cílem metodiky je rozpoznání peněz nad 100 Kč vedoucí k větší samostatnosti uživatele.

Doporučení pracovníkům:

- Vytvoření a zajištění klidného prostředí / prostoru k nácviku.
- Trpělivě podporuje uživatele.
- Uživatele vždy hodnotí kladně (pochvala) i za sebemenší úspěch.

Doporučení uživatelům:

- Dodržení postupu metody

Pomůcky:

- bankovky 100 Kč, 200 Kč, 500 Kč, 1000 Kč 2 krát
- list papíru
- tužka nebo fix – dle zvolené metody

Rizika: uživatel nerozpozná bankovky

Postup: metoda párování

Pracovník seznámí uživatele s jednotlivými bankovkami. Dá uživateli prostor k vyjádření.

Pracovník položí jednotlivé peníze na desku stolu pod sebe, ohlásí její hodnotu.

Uživatel přiřazuje jednotlivé bankovky k předložené, hlásí hodnotu peněz nebo reaguje jiným způsobem (pokud je to osoba neverbálně nebo částečně verbálně komunikující).

Pracovník poskytuje slovní podporu k hlášení hodnot peněz. Dle potřeby se činnost pakuje.

Zpětná vazba : Uživatel zvládne samostatně přiřadit bankovky jednotlivých hodnot a rozpozná je.

Postup: metoda připisování hodnoty (nutná znalost psaní číslic)

I.fáze

Pracovník seřadí jednotlivé bankovky pod sebe na list papíru. Vždy ohlásí jejich hodnotu.

Uživatel k jednotlivým bankovkám připíše jejich hodnotu a ohlásí ji nebo reaguje jiným způsobem (osoba se zhoršenou komunikací). Pracovník poskytuje uživateli přiměřenou podporu. Dle potřeby se činnost opakuje.

II.fáze

Pracovník nechá na hromádce ležet na desce stolu bankovky.

Uživatel náhodně vybírá peníze, pokládá je před sebe a připisuje jim příslušnou hodnotu. Pracovník poskytuje přiměřenou podporu uživateli. Dle potřeby se činnost opakuje.

III.fáze

Pracovník zapíše číslice jednotlivých hodnot peněz na list papíru. Uživatel peníze k číslicím přiřazuje. Pracovník poskytuje uživateli přiměřenou podporu.

Dle potřeby se činnost opakuje.

Hodnocení: Uživatel rozpozná peníze nad 100 Kč.

Metodika

Nácvik počítání do 10-ti pomocí mincí

- Cílová skupina
- Cíl metodiky
- Doporučení pracovníků a uživatelům
- Pomůcky
- Rizika
- Postup
- Způsob hodnocení

Metodika je určena pro osoby se zdravotním postižením se střední a nízkou mírou podpory.

Cílem metodiky je znalost počítání do 10 ti pomocí mincí vedoucí k větší samostatnosti uživatele.

Doporučení pracovníkům:

- Vytvořit klidné prostředí / prostor k nácviku.
- Dodržení jednotného postupu.
- Přiměřená individuální podpora.
- Kladné hodnocení uživatele (pochvala) i za sebemenší úspěch.

Doporučení uživatelům :

- Postupovat postupně dle pokynů pracovníků.

Pomůcky:

- mince v hodnotě 1 Kč, 2 Kč, 5 Kč, 10 Kč větší množství
- nasbírané předměty(korále, víčka apod.) pro vizualizaci počtů
- papír,
- barevné tužky nebo fixy

Rizika :

- ztráta zájmu o činnost
- nevládnutí samostatného počítání do 10 ti

Postup : mince + přikládání předmětů

Pracovník použije postupně mince v hodnotě 1 Kč, 2 Kč, 5 Kč a 10 Kč.

Vytvoří příklad počítání např. $1+1 = 2$. Znázorní v mincích tak, že položí na desku stolu minci 1 Kč a 1 Kč a oznámí 1koruna a 1koruna jsou 2koruny. Použije k tomu korále, apod. Ke každé minci položí příslušný počet předmětů.

Přiloží vedle minci 2 Kč a k ní opět přiloží příslušný počet předmětů. Opakuje dle potřeby. Dává prostor k vyjádření uživatele.

Takto sestavuje pracovník postupně (dle zvládnutí) různé formy příkladů. Uživatel přikládá předměty, počítá spolu s pracovníkem. Postupně přebírá iniciativu a počítá do 10 ti pomocí mincí.

Postup: dopočítávání + dokreslování do tabulky

Pracovník použije formu dopočítávání. Např. Máme 2 Kč. Kolik korun potřebujeme do 5 Kč? nebo Kolik nám chybí do 5 Kč? apod.

Znázorní pomocí tabulky dopočítávání do 10 ti.(v příloze) a přiloží příslušné mince.
/Jednoduše barevně znázorní hodnoty mincí, stejně jako v případě přikládání předmětů./

Střídavě používá různé seskupení mincí. Opakuje dle potřeby. Dává prostor uživateli k vyjádření.

Uživatel přebírá iniciativu a přikládá mince nebo dokresluje do tabulky, postupně aktivně počítá do 10 ti pomocí mincí.

Postup: počítání s mincemi + dopisování příkladů

Pracovník používá napsaný příklad (např. $2 + 5 = 7$ nebo $2+ = 7$). Používá klasické sčítání nebo dopočítávání dle potřeby uživatele. K jednotlivým číslům přikládá mince. Využívá různé seskupení mincí a podporuje uživatele k počítání. Dává prostor k vyjádření uživatele.

Postupně přebírá iniciativu uživatel a počítá mince dle předepsaných příkladů.

Při zvládnutí kterékoliv metody, odkládá pracovník pomocnou pomůcku a dává prostor uživateli k počítání pouze s mincemi.

Postup : odčítání do 10 ti pomocí mincí

Pracovník užívá metodu dopočítávání. Např. Mám 10 Kč. Utratím 5 Kč. Kolik mi zbývá do 10 Kč?

Využije tabulku dopočítávání.

Hodnocení : Uživatel počítá do 10 ti pomocí mincí.

Vzor tabulky k dopočítávání:

Metodika

Nácvik používání kompenzační kuchařky

- Cílová skupina
- Cíl metodiky
- Doporučení pracovníků a uživatelům
- Pomůcky
- Rizika
- Postup
- Způsob hodnocení

Metodika je určena osobám se zdravotním postižením s vysokou, střední mírou podpory i nízkou mírou podpory.

Cílem metodiky je zvládnutí samostatné používání kompenzační kuchařky a umožnění tak větší soběstačnosti uživateli.

Doporučení pro pracovníky:

- Přiměřená podpora, vedení nácviku krok za krokem
- Pravidelnost nácviku – při každé příležitosti (příprava jídla) nebo sjednanému nácviku po oboustranné dohodě, vždy s vizualizací činnosti pomůckou alternativní komunikace (piktogram, fotografie, zápis v diáři apod.)
- Pochvala i za sebemenší úspěch

Doporučení pro uživatele:

- Dbát rad, podpory pracovníků
- Postupovat krok za krokem

Pomůcky:

- Kompenzační kuchařka, brýle, pokud uživatel používá, odměna, pokud využíváme u uživatele odměnový systém

Rizika :

- Zhoršení zdravotního stavu
- Dlouhodobá nespolupráce ze strany uživatele
- Nepřiměřená podpora

Postup :

Před použitím se vždy dohodne uživatel/é s pracovníkem na jídle, které se bude připravovat a zajistí společně ingredience dle receptu. Jídlo musí být v seznamu kompenzační kuchařky.

/ v případě, že jídlo není obsaženo v seznamu kompenzační kuchařky, má uživatel/é + pracovník možnost vytvořit postup nafocení jednotlivých ingrediencí a kroků postupu přípravy daného jídla (v tomto případě se obecně doporučuje již předchozí znalost s použitím kompenzační kuchařky) /

Pracovník připraví pomůcky a zajistí vhodné prostředí k nácviku.

Pracovník poskytne čas uživateli k samostatnému prohlédnutí kompenzační kuchařky. V případě potřeby, poskytne přiměřenou podporu.

Pracovník vyzve uživatele k vyhledání předem domluveného receptu. V případě potřeby poskytne přiměřenou podporu uživateli.

Pracovník nebo uživatel vyjme recept z vazby (pro jeho lepší přehlednost a užití).

Pracovník vyzve uživatele, aby si sám seřadil potřebné pomůcky k přípravě jídla před sebe, aby se mohl během přípravy lépe orientovat.

Dle postupu v kompenzační kuchařce pak dále pokračuje. / Jednotlivé kroky postupu jsou vyobrazeny na fotografiích a doplněny jednoduchým textem. /

Pracovník poskytuje přiměřenou podporu.

Po dokončení přípravy jídla uklidí uživatel s pracovníkem prostor a pomůcky.

Hodnocení: Uživatel zvládne používat kompenzační kuchařku.

Metodika

Nácvik hospodaření s penězi

- Cílová skupina
- Cíl metodiky
- Doporučení pracovníků a uživatelům
- Pomůcky
- Rizika
- Postup
- Způsob hodnocení

Metodika je určena pro osoby se zdravotním postižením s nízkou a střední mírou podpory.

Cílem metodiky je zvládnutí hospodaření s penězi a umožnění tak uživateli větší samostatnosti vedoucí k sociálnímu začlenění do společnosti.

Doporučení pracovníkům:

- Dodržení opakovaně stejného postupu.
- Poskytnout uživateli dostatek informací.
- Poskytnutí přiměřené podpory uživateli.
- Kladné hodnocení uživatele (pochvala) i za sebemenší úspěch.

Doporučení uživatelům:

- Dodržení svého rozhodnutí

Pomůcky : obálky, 7 krabiček , tužka nebo fix, rozměňená hotovost, papír

Rizika:

- Pracovník neposkytne dostatečné množství informací a uživatel tak nemá možnost volby.
- Uživatel i přes dostatečnou podporu nedokáže hospodařit s penězi.
- Uživatel trvale utrací své peníze za nadbytečné věci a nezbyvá mu na nutné.

Postup „obálkové metody“ :

Peníze rozdělí pracovník spolu s uživatelem do obálek podle toho, na co je uživatel potřebuje.

Vytvoří seznam vydání nutných a zbytných. :

Např. obálka na nákup hygienických potřeb(nemám zubní pastu),

obálka na nákup oblečení(nemám zimní bundu),

obálka na nákup potravin(potřebuji svačiny do práce),

obálka na zaplacení telefonního kreditu(musím se telefonicky hlásit) = **nutná vydání** ,

obálka na kino, večeři v restauraci – zábavu, obálka na dovolenou, obálka na kadeřníka apod. = **zbytná vydání**.

Pracovník obálky popíše nebo jinak označí dle typu vydání tak, aby uživatel rozuměl. Pracovník pečlivě vysvětlí smysl hospodaření a rozdělení peněz do obálek dle vydání. Pracovník vizualizuje rozpočet vydání na papír srozumitelnou formou pro uživatele.

Pracovník upozorní uživatele na rizika, která mohou vzniknout špatným hospodařením.

Pracovník dává prostor uživateli ke zpětné vazbě porozumění výkladu.

Dle délky období hospodaření s penězi si stanoví uživatel s pracovníkem termín kontroly vydání. Kdy opět proberou pravidla hospodaření s penězi.

Postup „krabičkové“ metody :

Metoda je týdenní. Na každý den 1 krabička se shodnou částkou hotovosti.

Např. 10,-Kč v každé krabičce na drobný nákup (sušenky aj.)

Pracovník spolu s uživatelem připraví krabičky s mincemi. Označí je tak, aby uživatel porozuměl rozlišení.

Pracovník vysvětlí uživateli smysl hospodaření s penězi a rozdělení do krabiček na týden. Pracovník vizualizuje týdenní hospodaření na papír srozumitelnou formou pro uživatele.

Pracovník upozorní uživatele na rizika spojená se špatným hospodařením s penězi.

Pracovník dává prostor uživateli ke zpětné vazbě porozumění výkladu.

Kontrolu vydání si stanoví uživatel s pracovníkem na určitý den v týdnu, kdy opět proberou pravidla hospodaření s penězi.

V obou případech při správném hospodaření s penězi vznikne časem prostor k další obálce či krabičce a to: spoření.

Hodnocení: Uživatel zvládne hospodařit s penězi a spoří si.

Metodika

Nácvik používání karet barvy, tvary

(strukturovaný box)

- Cílová skupina
- Cíl metodiky
- Doporučení pracovníků a uživatelům
- Pomůcky
- Rizika
- Postup
- Způsob hodnocení

Metodika je určena osobám se zdravotním postižením, zejména osobám s PAS.

Cílem metodiky je posílení kognitivních funkcí - prohlubování a upevnění znalosti rozlišení barev, tvarů (nezávisle na sobě), i rozvoj řeči nebo užití náhradní komunikace.

Doporučení pro pracovníky :

- Pravidelnost nácviku v daném čase.
- používat strukturu jako součást nácviku.
- Poskytnutí přiměřené podpory.
- Přizpůsobit nácvik rozpoložení a možností uživatele.
- Chválit i za sebemenší úspěch.

Doporučení pro uživatele :

- Pracovník je pomocník a "učitel".

Pomůcky:

- Strukturovaný box nebo plocha stolu, pokud uživatel používá. Kartičky Strukturovaného učení barvy, tvary. Reálné předměty v barvách (např. velké korálky, kostky) a tvarech (např. vytvořené modely z papíru nebo dřevěná kostka, hranol, míček...) dle nácviku.

Rizika :

- Nepřiměřená podpora

Postup :

Pracovník vždy připraví pomůcky předem, dle individuálních potřeb uživatele.

Pokud začínáme s nácvikem, začínáme s výběrem dvou kartiček.

Barvy , které se vyskytují v okolí uživatele častěji nebo na které pozitivně reaguje.

Např. uživatel má rád červená jablka nebo upřednostňuje žluté triko apod.

Ostatní kartičky uschová. Postupně karty přidává.

Možnosti: 1, použití listu se suchými zipy a kartičky

2, použití listu se suchými zipy, kartiček a reálných předmětů

3, použití kartiček ve strukturovaném boxu

4, použití kartiček ve strukturovaném boxu s reálnými předměty

Pracovník vždy připraví pomůcky stejným způsobem a strukturu po dobu nácviku nemění.

/vlevo úkol, uprostřed řešení, vpravo splněný úkol/

/řešení zleva doprava, shora dolů/

V případě používání odměnového systému, vždy předem stanoví odměnu kdy, kde a za jakých podmínek si ji uživatel odebere (např. za přiřazení dvou barev a dvou tvarů správně si zazpíváme oblíbenou písničku nebo si uživatel odebere lentilku).

Hodnocení: Uživatel rozpozná barvy nebo tvary /dle individuálního nácviku/.

Metodika

Nácvik znalosti a orientace - dny v týdnu

- Cílová skupina
- Cíl metodiky
- Doporučení pracovníků a uživatelům
- Pomůcky
- Rizika
- Postup
- Způsob hodnocení

Metodika je určena osobám se zdravotním postižením s vysokou, střední i nízkou mírou podpory a osobám s poruchou autistického spektra(dále PAS).

Cílem metodiky je ovládat znalost a orientovat se – dny v týdnu a umožnění tak větší soběstačnosti uživateli.

Doporučení pro pracovníky:

- Běžně informovat uživatele o aktuálním dni, souvisejících aktivitách, uplynulém dni nebo nadcházejícím. Nácvik by měl být přirozenou součástí každodenních činností.
- Přiměřená individuální podpora
- Pravidelnost nácviku - nácvik může být i skupinový doma nebo v rámci některé dílny v DA a i při jiných aktivitách uživatele.
- V případě potřeby zajistit individuální kompenzační pomůcky (barevné kostičky ze stavebnice s nápisy dnů v týdnu, kartičky se dny v týdnu nebo jiné alternativní předměty s nápisy, popř. text „básničky“ vhodné k naučení dnů v týdnu)
- Pochvala za sebemenší úspěch

Doporučení pro uživatele:

- Dbát rad, podpory pracovníků

Pomůcky:

- Kompenzační pomůcka dle potřeb uživatele
- Stůl, židle, pokud je nutné
- Odměna, pokud používáme u uživatele motivační systém

Rizika :

- Dlouhodobá nezájem ze strany uživatele
- Nepřiměřená podpora

Postup :

Pracovník zajistí pomůcky dle potřeb uživatele a pokynů metodiky.

Pracovník zajistí potřebné prostředí k nácviku dnů v týdnu.

Všeobecný postup k nácviku znalosti dnů v týdnu přirozenou formou:

1. Pracovník ve službě každý den při setkání např. u snídaně oznámí uživatelům: Dnes je pondělí, začíná týden, dnes půjdeme odpoledne do obchodu nakoupit potraviny. Co jste dělali o víkendu, v sobotu a v neděli?
2. Pracovník vyzve uživatele k diskuzi o uplynulém víkendu a nadcházející části týdne – pracovní a aktivní části spojené s konkrétním dnem. Podpoří tak fixaci názvu dne a jeho pozici.
3. Taktéž pracovník jednotlivých dílen v DA nebo DS podporuje uživatele v nácviku přirozenou formou rozhovoru.

Všeobecný postup k nácviku znalosti dnů v týdnu zábavnou formou „básničky“:

Pracovník využívá volný čas uživatelů k zábavné formě nácviku – básničkou zaměřenou na dny v týdnu:

Co jsi/jste dělali v pondělí? Např. Vepřové a zelí..

Co jsi/jste dělali v úterý? Např. Zašli jsme si na ryby..

Co jsi/jste dělali ve středu? Např. Vypral jsem si zástěru..

Co jsi/jste dělali ve čtvrtek? Např. Na výtvarce náčrtek..

Co jsi/jste dělali v pátek? Např. Tonda měl svátek..

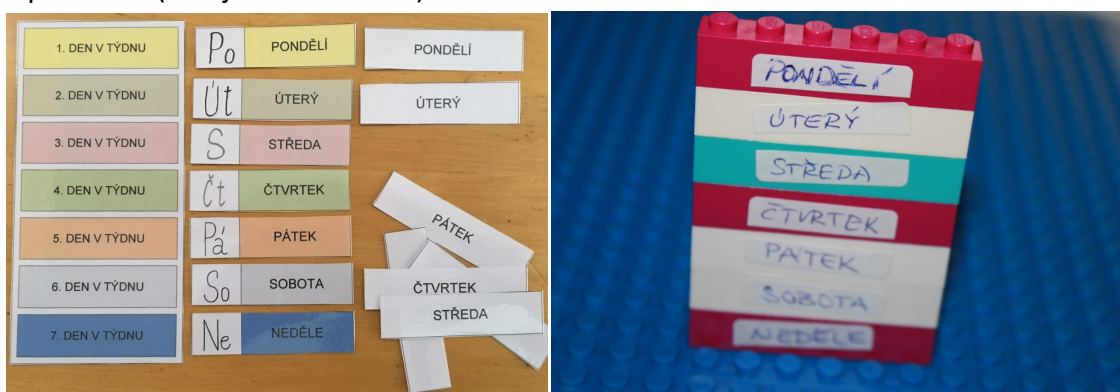
Co jsi/jste dělali v sobotu? Např. Upekl jsem bábovku..

Co jsi/jste dělali v neděli? Např. Leželi jsme v posteli.. apod.

Všeobecný postup s vizualizací – schéma - nácvik velice vhodný pro osoby s PAS:

1. Pracovník zajistí vhodné kompenzační pomůcky vizualizace dle potřeb uživatele. (barevné kartičky se dny v týdnu v komunikační liště, knize nebo nástěnce, barevné kostky s nálepkou se dny v týdnu apod.)
2. Pracovník aktivně pracuje s pomůckami a každý den je u uživatele využívá.
3. Pracovník seznámí uživatele s jeho konkrétními pomůckami a podporuje ho k práci s nimi.

vzor pomůcek:(zdroj obr. Pinterest)



4. Pracovník dává prostor uživateli k vyjádření a zpětné reakci.
5. V případě používání motivačního systému, dohodnutá odměna vždy následuje po činnosti. Je viditelná na předem dohodnutém místě.

Hodnocení: Uživatel ovládá znalost dnů v týdnu samostatně a orientuje se v nich nebo se orientuje s pomocí pomůcek, i s malou dopomocí pracovníka.

Metodika

Nácvik dodržení linií, čar při psaní i kreslení

- Cílová skupina
- Cíl metodiky
- Doporučení pracovníků a uživatelům
- Pomůcky
- Rizika
- Postup
- Způsob hodnocení

Metodika je určena osobám se zdravotním postižením, zejména osobám s PAS.

Cílem metodiky je zvládnutí dovednosti kresby, vybarvování nebo psaní - dodržení linie.

Doporučení pro pracovníky :

- Pravidelnost nácviku v daném čase.
- používat strukturu jako součást nácviku.
- Poskytnutí přiměřené podpory.
- Přizpůsobit nácvik rozpoložení a možností uživatele.
- Chválit i za sebemenší úspěch.

Doporučení pro uživatele :

- Pracovník je pomocník a "učitel".

Pomůcky:

- čtvrtka, karton nebo destička na kresbu, psaní
- tužka, pastelky, fix apod.
- provázek a lepidlo, plastelína, vykrajovátko apod. pro vytvoření linie nebo tvaru
- kompenzační pomůcky k nácviku čar, pokud uživatel používá

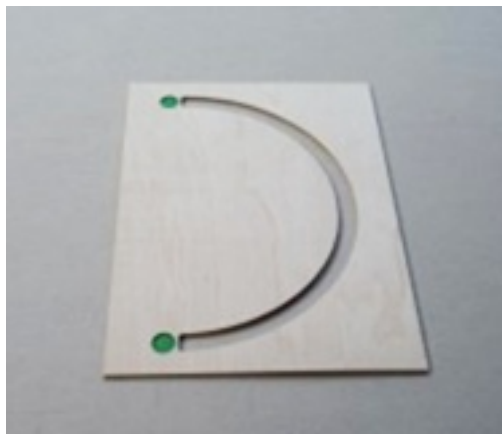
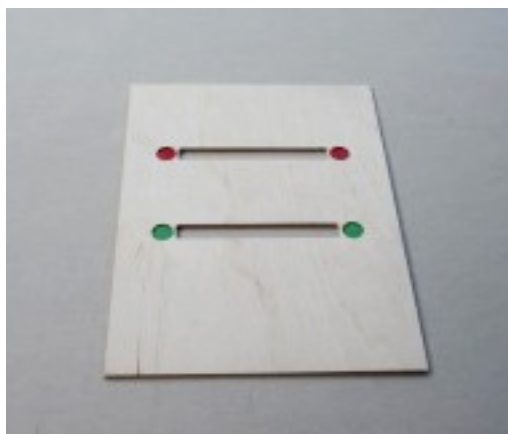
Rizika :

- Přetížení = nepřiměřená podpora.

Postup :

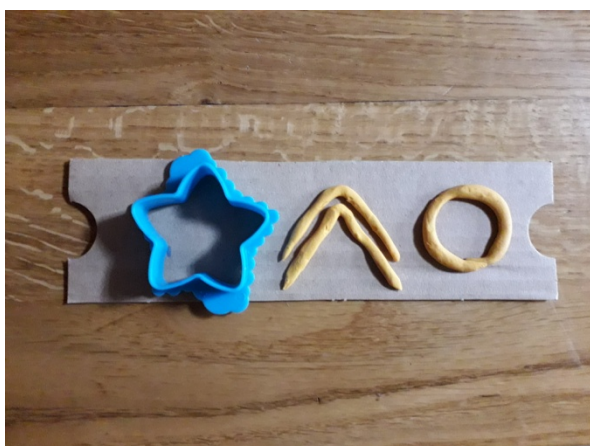
Pracovník vždy připraví pomůcky předem, dle individuálních potřeb uživatele.

Pokud začínáme s nácvikem, používá pracovník větších obrazců. Pomocí pomůcek vytvoří vzor. Postupně zmenšuje vzor(dle potřeb uživatele).Uživatel dle zadání obtahuje nebo vybarvuje vzor.



např.

nebo



nebo celý obrázek se strukturovanými liniemi.

Pracovník vždy připraví pomůcky stejným způsobem a strukturu po dobu nácviku nemění.

V případě používání odměnového systému, vždy předem stanovíme odměnu kdy, kde a za jakých podmínek si ji uživatel odebere (např. za přiřazení dvou barev a dvou tvarů správně si zazpíváme oblíbenou písničku nebo si uživatel odebere např. lentilku).

Hodnocení: Uživatel zvládne dodržení linie /dle individuálního nácviku/.

Metodika

Nácvik používání strukturovaného boxu

- Cílová skupina
- Cíl metodiky
- Doporučení pracovníků a uživatelům
- Pomůcky
- Rizika
- Postup
- Způsob hodnocení

Metodika je určena osobám se zdravotním postižením, zejména osobám s PAS.

Cílem metodiky je používání strukturovaného boxu k usnadnění nácviku, který vede k osvojení dovednosti nebo její upevnění či prohloubení, k rozvoji kognitivních funkcí.

Doporučení pro pracovníky :

- Pravidelnost nácviku v daném čase.
- používat strukturu jako součást nácviku.
- Poskytnutí přiměřené podpory.
- Přizpůsobit nácvik rozpoložení a možností uživatele.
- Chválit i za sebemenší úspěch.

Doporučení pro uživatele :

- Pracovník je pomocník a "učitel".

Pomůcky:

- Strukturovaný box, karty a předměty dle individuálního nácviku

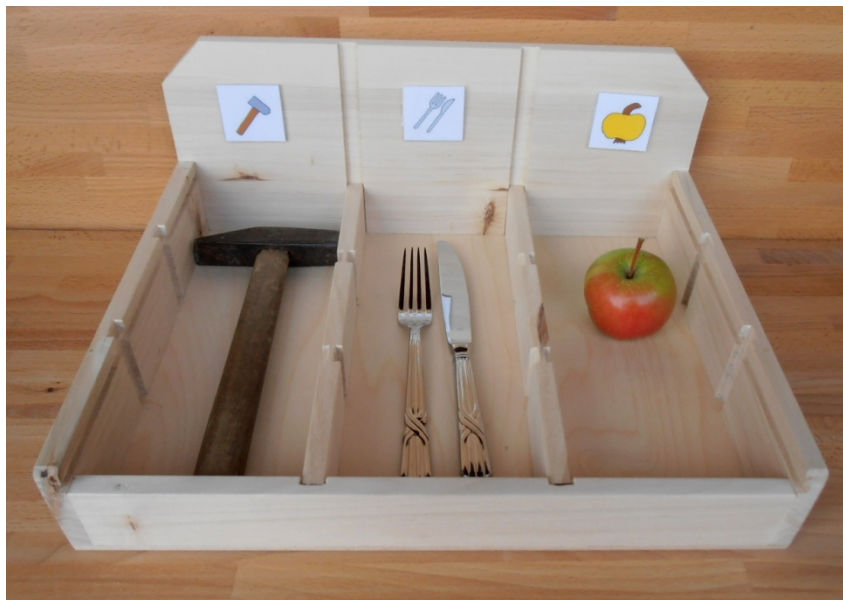
Rizika :

- Přetížení = nepřiměřená podpora.

Postup :

Pracovník vždy připraví pomůcky předem, dle individuálních potřeb uživatele.

Pracovník uzpůsobí box potřebám nácviu.



např.

nebo



Pracovník vždy připravuje pomůcky stejným způsobem a strukturu po dobu daného nácviu nemění. /řešení zleva doprava, shora dolů/

Hodnocení: Uživatel užívá strukturovaný box a usnadňuje mu nácviu, který vede k rozvoji kognitivních funkcí.

Metodika

Nácvik používání karet počítání

- Cílová skupina
- Cíl metodiky
- Doporučení pracovníků a uživatelům
- Pomůcky
- Rizika
- Postup
- Způsob hodnocení

Metodika je určena osobám se zdravotním postižením, zejména osobám s PAS.

Cílem metodiky je prohlubování a upevnění znalosti počítání, rozvoj kognitivních funkcí.

Doporučení pro pracovníky :

- Pravidelnost nácviku v daném čase.
- Používat strukturu jako součást nácviku.
- Poskytnutí přiměřené podpory.
- Přizpůsobit nácvik rozpoložení a možností uživatele.
- Chválit i za sebemenší úspěch.

Doporučení pro uživatele :

- Pracovník je pomocník a "učitel".

Pomůcky:

- Strukturovaný box nebo plocha stolu, pokud uživatel používá. Kartičky Strukturovaného učení počítání. Reálné předměty v daných počtech (např. velké korálky, kostky nebo autíčka aj.) dle nácviku.

Rizika :

- Přetížení = nepřiměřená podpora.

Postup :

Pracovník vždy připraví pomůcky předem, dle individuálních potřeb uživatele.

Pokud začínáme s nácvikem, začínáme s výběrem dvou kartiček 1 a 2.

Ostatní kartičky uschová nebo zakryje. Postupně karty přidáváme.

Možnosti: 1, použití listu se suchými zipy a kartičky

2, použití listu se suchými zipy, kartiček a reálných předmětů

3, použití kartiček ve strukturovaném boxu nebo na stole

4, použití kartiček ve strukturovaném boxu nebo na stole s reálnými předměty

Pracovník vždy připraví pomůcky stejným způsobem a strukturu po dobu nácviku nemění.

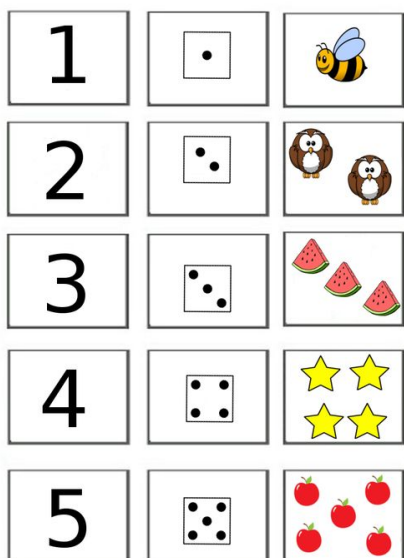
/vlevo úkol, uprostřed řešení, vpravo splněný úkol//přiřazování zleva doprava, shora dolů/

V případě používání odměnového systému, vždy předem stanovíme odměnu kdy, kde a za jakých podmínek si ji uživatel odebere (např. za přiřazení dvou karet správně si zazpíváme oblíbenou písničku nebo si uživatel odebere sušenku).

Uživatel odebírá postupně volné kartičky a přiřazuje ke vzoru, který je umístěn na kartě vlevo, následně vpravo na volná pole.

Hodnocení: Uživatel zvládá počítání /dle individuálního nácviku/.

vzor kariček:



zdroj obr. Pinterest

Metodika

Nácvik cvičení paměti

(strukturovaný box)

- Cílová skupina
- Cíl metodiky
- Doporučení pracovníků a uživatelům
- Pomůcky
- Rizika
- Postup
- Způsob hodnocení

Metodika je určena osobám se zdravotním postižením, zejména osobám s PAS.

Cílem metodiky je rozvoj kognitivních funkcí, zejména procvičení paměti.

Doporučení pro pracovníky :

- Pravidelnost nácviku.
- používat strukturu jako součást nácviku.
- Poskytnutí přiměřené podpory.
- Přizpůsobit nácvik rozpoložení a možností uživatele.
- Chválit i za sebemenší úspěch.

Doporučení pro uživatele :

- Pracovník je pomocník i "učitel".

Pomůcky:

- Strukturovaný box nebo krabice s nízkými okraji např. od bonboniéry. Kartičky Strukturovaného učení, které uživatel zná nebo reálné drobné předměty, které uživatel pozná. Obrázky, puzzle, korály aj. Odměna v případě užití odměnového systému.

Rizika :

- Nepřiměřená podpora

Postup :

Pracovník vždy připraví pomůcky předem, dle individuálních potřeb uživatele.

Možnosti:

1, Použití strukturovaného boxu s jedním předělem nebo krabice - **Najdi rozdíl.**

Vlevo pracovník položí předměty , vpravo identické. S tím, že přidá jeden předmět navíc.
Pro zdatnější použije obrázky.

2, Použití strukturovaného boxu nebo krabice - **Pamatuj.**

Pracovník připraví do boxu různé předměty. Ukáže je uživateli a zakryje box.
Jeden předmět odebere a znovu ukáže box uživateli. Ten pojmenuje chybějící předmět.

Pracovník může také připravit předměty do boxu a identické vpravo, kdy po vyjmutí jednoho předmětu, uživatel předmět označí(ukáže) z předmětů vpravo.

3, Slož obrázek.

Pracovník položí složený obrázek. Poté jej rozdělí. Uživatel následně obrázek složí.

Pro snadnější skládání pracovník poskytne uživateli předlohu. (Může použít i dětské obrázkové kostky.)

Pracovník poskytuje uživateli během úlohy přiměřenou podporu. Dává prostor k vyjádření uživateli. V případě zvládnutí úlohy, na úlohu nezapomíná a stále ji uživateli nabízí k procvičení.

Pro větší obtížnost lze použít kostky domina, obrázkové pexeso nebo kartičky se slovy.

Pracovník vždy připraví pomůcky stejným způsobem a strukturu nemění.

Hodnocení: Uživatel zvládne úlohy. Jeho kognitivní funkce se stimulují.

Metodika

Nácvik znalosti svého města

- Cílová skupina
- Cíl metodiky
- Doporučení pracovníků a uživatelům
- Pomůcky
- Rizika
- Postup

- Způsob hodnocení

Metodika je určena všem osobám se zdravotním postižením.

Cílem metodiky je osvojit si obecné znalosti o svém bydlišti a lépe se tak v místě bydliště orientovat a tím i osamostatnění uživatele s cílem sociálního začlenění.

V mnohých případech zamezení obav z neznámého nebo nového.

Trénink kognitivních funkcí.

Doporučení pro pracovníky:

- přiměřená podpora
- individuální přístup
- vizualizace míst, které uživatele zajímají nebo jsou důležité pro život v místě

Doporučení pro uživatele:

- dbát rad pracovníka

Pomůcky: čtvrtka, obrázky, fotografie míst z okolí bydliště(pro opakované použití lépe zalaminované), fix, tužka apod., mapa z infocentra

Rizika :

- ztráta zájmu o aktivitu
- uživatel nerozliší orientační body dle fotografií

Postup :

Pracovník dle znalosti jednotlivých uživatelů zvolí cíle zájmu z okolí jejich bydliště, dále vybere stěžejní místa, např. pošta, úřad, knihovna, zastávka autobusu, poliklinika apod. V rámci procházky jednotlivé body nafotí a následně vytiskne. Fotografie je lepší používat zalamované pro opakované užití. Ke každému obrázku přiřadí pracovník i text nejlépe označený hůlkovým písmem.

1. Najdi si svou cestu.

Pracovník rozloží na plochu stolu fotografie a pojmenuje je. Uživatel hledá body své cesty např. do stacionáře. (Dům, ve kterém bydlí výchozí bod. Ulice se sousedním domem, obchod kolem kterého denně chodí atd.) Pracovník poskytne veškeré potřebné informace o jednotlivých bodech. Seřadí je za sebou zleva doprava.

Pracovník poskytuje přiměřenou podporu a dává prostor uživateli k vyjádření.

Fotografie lze i použít rozházené na velké čtvrtce, kdy jednotlivé obrázky spojuje uživatel čarou. (procvičení grafomotoriky) nebo naopak seřazené za sebou, v případě, že se uživatel neorientuje vůbec.

2. Slož své město.

Pracovník rozloží všechny fotografie z města.

Uživatel na plochu skládá město např. z pohledu důležitých budov. (radnice, pošta, úřad, muzeum, nemocnice, škola apod.) Pracovník poskytne veškeré potřebné informace o jednotlivých bodech.

Pracovník poskytuje přiměřenou podporu a dává prostor uživateli k vyjádření.

3. Mapa. (pro náročnější uživatele)

Pracovník ukáže mapu města a důležité orientační body na ní. O bodech na mapě poskytne veškeré potřebné informace. Následně poskytne fotografie těchto míst.

Uživatel podle mapy seskládá fotografie těchto orientačních bodů.

V rámci vycházky vezme mapu sebou a jednotlivé body v mapě si prohlédne reálně. Pracovník poskytuje přiměřenou podporu a dává prostor uživateli k vyjádření.

Znalost orientace v mapě může využít i při cestování do jiných měst.

Hodnocení: Uživatel zná své město.

Metodika

Nácvik otevírání PET lahví

- Cílová skupina
- Cíl metodiky
- Doporučení pracovníků a uživatelům
- Pomůcky
- Rizika
- Postup
- Způsob hodnocení

Metodika je určena pro osoby se střední i vysokou mírou podpory, osobám s PAS.

Cílem metodiky je zvládnutí otevírání víček PET lahví a umožnění tak větší samostatnosti uživateli. Rozvoj jemné motoriky a podpora kognitivních funkcí.

Doporučení pro pracovníky :

- dodržení jednotného postupu
- pochvala za každý i sebemenší úspěch uživatele

Doporučení pro uživatele:

- dbát rad a podpory pracovníků
- v případě potřeby použít kompenzační pomůcku

Pomůcky :

- kompenzační pomůcka na otvírání lahví, pokud uživatel potřebuje
- kompenzační pomůcka k nácviku
- stůl, židle
- odměna, pokud používá odměňový systém u uživatele

Rizika :

- zhoršení jemné motoriky (nedostatečný úchop či síla)

Postup :

Pracovník připraví pomůcky. Při použití s osobami s PAS, struktura je daná.

Vlevo na stole leží víčka. Uprostřed leží pomůcka s hrdly lahví. Vpravo odměna, pokud používáme odměnový systém.

Při využití pomůcky otvíráku: Vpravo na stole leží otvírák. Uprostřed pomůcka s hrdly a uzávěry, vpravo odměna.

Pracovník zajistí prostředí k nácviku vhodné pro uživatele.

Pracovník připomene uživateli nadcházející činnost (s využitím prostředků alternativní komunikace, pokud je potřeba a uživatel používá).

Pracovník seznámí uživatele s pomůckami, popř. s odměnou (pokud používá motivační systém u uživatele).

Pracovník vizualizuje činnost.

1. Uchopí víčko.
2. Přiloží k příslušnému hrdlu lahve.
3. Šroubováním zleva doprava uzavře hrdlo láhve.
4. Opakuje do odebrání všech víček.
- 5.

Tuto pomůcku lze využít i k nácviku dovednosti - rozlišení barev, kdy jednotlivá hrdla natřeme nebo jinak označíme barvou příslušného víčka nebo. Pak přiřkládáme víčko k příslušnému hrdlu dle barevného provedení.

V případě používání kompenzační pomůcky otvíráku na PET láhve. Hrdla lahví jsou uzavřená.

1. Uchopí otvírák.
2. Přiloží k uzávěru na hrdlu láhve.
3. Šroubováním otevře zprava doleva.
4. Opakuje dle potřeby.

Mezi jednotlivými kroky dává prostor k vyjádření uživateli a k nácviku. Poskytuje přiměřenou podporu. Dle potřeby opakuje. Odměnu si uživatel odebírá dle oboustranné dohody.

V případě zvládnutí činnosti pracovník nadále věnuje pozornost uživateli a v případě potřeby mu poskytne přiměřenou podporu.

Hodnocení : Uživatel si sám otevře PET láhev. Uživatel zvládne otevřít i zavřít PET láhev.

Popř. uživatel zvládne rozlišit barevnou škálu na pomůcce.

Metodika

Skupinové odměňování jako motivace v komunitě

- Cílová skupina
- Cíl metodiky
- Doporučení pracovníků a uživatelům
- Pomůcky
- Rizika
- Postup
- Způsob hodnocení

Metodika je určena osobám se zdravotním postižením a osobám s poruchou autistického spektra.

Cílem metodiky je motivovat všechny zúčastněné ke společným aktivitám a činnostem v rámci jedné komunity nebo domácnosti či oddělení. Fungování jednoho kolektivu jako celek, i když každý má svou individuální roli. Socializace jednotlivých členů a navázání pevnějších vztahů mezi sebou.

Doporučení pro pracovníky:

- Dodržovat dlouhodobě stejný postup.
- Být rovnocenným partnerem a jít příkladem.
- Shodné nastavení odměň pro všechny.
- Pochvala vždy předchází odměny.

Doporučení pro uživatele:

- Snaha o dodržení smluvených kolektivních aktivit.

Pomůcky:

- Odměny dle dohody komunity.
- Kolektivní aktivity, kterých se odměna týká.
- Tabulka pro záznam.

Rizika :

- Ztráta zájmu ze strany zúčastněných.
- Nepřiměřená podpora.

Postup :

Pracovník prvotně sjedná shromáždění komunity, kde si určí společné kolektivní aktivity, které budou ve výčtu aktivit s odměnou.

Jsou to většinou aktivity (činnosti), které jsou neoblíbené nebo se jednotlivci nedokážou podílet na jedné dané aktivitě. Jedná se o aktivity, na kterých se může podílet každý.

Dále je věcí dohody, zda zahrnou i aktivity jako např. tématickou výzdobu nebo výrobu dárků pro návštěvy či rodinné příslušníky aj.

Veškeré domluvené aktivity zanese pracovník do záznamové tabulky, která je následně vyvěšena i s časovým harmonogramem na nástěnce.

Odměny a systém odměň navrhuje pracovník a jednotlivci komunity mají možnost k vyjádření.

Odměna může být jednorázová chuťová nebo prožitková, ale mohou se shodnout i na větší odměně dlouhodobé např. víkend na horách apod.

!! Důležité je, že odměna platí pro celou komunitu!!

Pracovník zajistí strukturu a vizualizuje takovou formou, která je pro komunitu srozumitelná.

Hodnocení: Komunita funguje jako celek s ohledem na individualitu jedince. Většina se podílí na společných aktivitách a mají sociální vazby na další členy komunity.

Metodika

Podpora orientace v čase

Nácvik znalosti analogového času - celé hodiny

- Cílová skupina
- Cíl metodiky
- Doporučení pracovníků a uživatelům
- Pomůcky
- Rizika
- Postup
- Způsob hodnocení

Metodika je určena osobám se zdravotním postižením se střední a nízkou mírou podpory.

Cílem metodiky je znalost rozpoznání analogového času v celých hodinách a umožnění tak větší samostatnosti uživateli.

Doporučení pro pracovníky :

- vytvořit prostor, kde se cítí uživatel dobře a kde bude podpora orientace v čase pravidelně probíhat
- zajistit klidnou atmosféru
- být trpělivý
- chválit uživatele byť za sebemenší úspěch
- být rovnocenným partnerem a podporovat uživatele v jeho aktivitě

Doporučení pro uživatele:

- domluvit si předem čas, kdy bude podpora orientace v čase probíhat např. po obědě
- dodržovat svou naplánovanou aktivitu

Pomůcky: edukační papírové nebo dřevěné hodiny

Rizika:

- uživatel si nedokáže zafixovat trvale čas (pozici ručiček)
- uživatel ztratí zájem o činnost

Postup :

Pracovník nastaví čas celé hodiny, např. 7 hodin a oznámí : Sedm hodin, je čas vstávat. Opakuje.

Pracovník nastaví čas 12:00 a oznámí: je 12 hodin, je oběd. Opakuje.

Takto vybere několik prvotních ukázek času, celých hodin, které jsou pro uživatele v denním režimu stěžejní.

Nespěcháme a trpělivě ukazujeme čas a zřetelně opakujeme např. je 12 hodin, oběd.

Uživatel si vizualizací upevní pozici ručiček a opakováním času či pojmu si zafixuje čas samotný, byť by musel ovládat znalost číslic.

Zpětná vazba podpory :

Pracovník nastaví čas na hodinách. Uživatel ohlásí hodnotu nebo pojem , který si zafixoval k danému času nebo reaguje svým způsobem.

Pracovník ohlásí čas a pojem, který si uživatel zafixoval. Uživatel nastaví ručičky hodin, pokud zvládne.

Pokročilá verze : Znalost analogových hodin - celé hodiny

Pomůcky : 2 x edukační papírové nebo dřevěné hodiny

Postup:

Pracovník nastaví čas 12:00 a oznámí čas.

Uživatel nastaví čas 12:00 na svých hodinách a oznámí čas nebo reaguje svým způsobem.

Pracovník nastaví čas 1:00 a oznámí čas.

Uživatel nastaví čas 1:00 na svých hodinách a oznámí čas.atd.

V případě, že uživatel nedokáže nastavit ručičky hodin, nastavuje ručičky pouze zaměstnanec na obou hodinách a uživatel oznamuje čas nebo na něj reaguje svým způsobem.

Hodnocení: Uživatel pozná čas v celých hodinách.

Metodika

Podpora orientace v čase

Nácvik znalosti analogového času - v půl hodinách, ve čtvrt hodinách, ve tři čtvrtě hodinách a v minutách

- Cílová skupina
- Cíl metodiky
- Doporučení pracovníků a uživatelům
- Pomůcky
- Rizika
- Postup
- Způsob hodnocení

Metodika je určena osobám se zdravotním postižením s nízkou mírou podpory.

Cílem metodiky je znalost rozpoznání analogového času nejen v celých hodinách, také ve čtvrt hodinách, půl hodinách, tři čtvrtě hodinách a v minutách a umožnění tak větší samostatnosti uživateli.

Doporučení pro pracovníky:

- vytvořit prostor, kde se cítí uživatel dobře a kde bude podpora orientace v čase pravidelně probíhat
- zajistit klidnou atmosféru
- být trpělivý
- chválit uživatele byť za sebemenší úspěch
- být rovnocenným partnerem a podporovat uživatele v jeho aktivitě

Doporučení pro uživatele:

- domluvit si předem čas, kdy bude podpora orientace v čase probíhat např. po obědě
- dodržovat svou naplánovanou aktivitu

Pomůcky:

- edukační papírové nebo dřevěné hodiny
- karty s barevně vyznačenými příslušnými časy

Rizika:

- uživatel si nedokáže zafixovat čas ve čtvrt, půl a tři čtvrtě hodinách
- uživatel ztratí trvale zájem o činnost

Postup :

1. Půl hodiny.

Pracovník nejprve nastaví čas celé hodiny. Např. 7 hodin. Oznámí - celá hodina 7 hodin. A položí vedle obrázek celých hodin, kde je vybarvený celý kruh hodin.

Pracovník nastaví čas půl sedmé, oznámí čas. A položí vedle obrázek hodin, kde je vybarvena půlka hodin. Což znázorňuje půl hodiny.

Takto pokračujeme s různými časy v půl hodinách, např. půl jedné, půl druhé atd. Postupně projde všechny časy. Opakuje dle potřeby. Dává prostor k vyjádření uživatele.

Pokročilejší verzí podpory je, kdy pracovník nastaví čas půl hodiny, oznámí jej a uživatel nastaví na svých hodinách shodný čas či jej oznámí. Poté zadá pracovník stejný čas slovně a uživatel nastaví čas na svých hodinách.

Zpětná vazba podpory: Pracovník nastaví čas půl hodiny a uživatel ukáže obrázek s vybarvenou půlkou hodin ze všech možných.

V pokročilé znalosti nastaví uživatel čas půl hodiny, který mu zadá pracovník nebo jej určí dle předlohy..

Hodnocení: Uživatel rozpozná čas v půl hodinách.

2. Čtvrt hodiny.

Pracovník nastaví čas celé hodiny, oznámí čas a přiloží obrázek s hodinami, kde je vybarven celý kruh.

Pracovník nastaví čas jakékoliv půl hodiny, oznámí čas. A položí vedle obrázek hodin, kde je vybarvena půlka hodin.

Pracovník nastaví čas čtvrt hodiny. Položí vedle obrázek hodin, kde je vybarveno čtvrt hodin.

Takto pokračuje s různými časy např. čtvrt na jednu, čtvrt na dvě atd. Opakuje dle potřeby.

Pokročilejší verzí podpory je, kdy pracovník nastaví čas čtvrt hodiny a uživatel nastaví na svých hodinách čas.

Poté zadá pracovník stejný čas slovně a uživatel nastaví čas na svých hodinách.

Takto pokračuje dál v procvičení dalších možností čtvrt hodin.

Zpětná vazba podpory:

Pracovník nastaví čas čtvrt hodiny a uživatel ukáže hodiny, kde je vybarvena čtvrt hodina ze všech možných.

V pokročilejší znalosti nastaví uživatel čas čtvrt hodiny , který mu zadá pracovník nebo jej určí dle předlohy.

Hodnocení: Uživatel rozpozná čas ve čtvrt hodinách.

3. Tři čtvrtě hodiny.

Pracovník nastaví celou hodinu, oznámí čas a přiloží obrázek hodin s vybarveným celým kruhem hodin.

Pracovník nastaví půl hodinu, oznámí čas a přiloží obrázek s vybarvenou polovinou hodin.

Pracovník nastaví čtvrt hodiny, oznámí čas a přiloží obrázek s hodinami, kde je vybarvena čtvrt hodina.

Pracovník nastaví tři čtvrtě hodin, oznámí čas a přiloží obrázek s vybarvenou částí hodin tři čtvrtě.

Pracovník opakuje nastavení času ve tři čtvrtě hodinách, např. tři čtvrtě na pět apod.

Projde všechny možnosti hodin dne. Opakuje dle potřeby.

Dává prostor k vyjádření uživatele.

Pracovník zadá čas tři čtvrtě hodiny, uživatel určí obrázek s vyznačenou tři čtvrtě hodinou ze všech možných.

V pokročilejší verzi zadá pracovník čas a uživatel určí čas dle předlohy nebo jej sám nastaví.

Hodnocení: Uživatel rozpozná čas ve tři čtvrtě hodinách.

4. Minuty.

(K rozpoznání času v minutách analogového času je dobré zvládnutí počtů do šedesáti vzestupně.)

1) 60 minut

Pracovník nastaví na hodinách 12 hodin a oznámí čas.

Dále oznámí uživateli, že jedna hodina má 60 minut a skutečnost ukáže na hodinách objetím kruhu velké ručičky.

Přiloží kartu s obrázkem hodin, kde je vyplněný celý kruh, 60 minut.

Pracovník nastaví na hodinách jakýkoliv čas celé hodiny, oznámí jedna hodina je 60 minut.

A opět znázorní pomocí ručičky a pohybem ruky. Dává prostor k vyjádření uživatele. Opakuje dle potřeby.

Pokročilá verze podpory :

Pracovník oznámí, že jedna hodina je 60 minut a vizualizuje pomocí karty či hodin.

Uživatel si spočítá minuty po kruhu hodin. Pracovník podporuje uživatele, dle potřeby opakuje.

Hodnocení: Uživatel znázorní čas jedné hodiny v minutách stejně jako pracovník.

2) 30 minut

Pracovník nastaví jakoukoliv půl hodinu a oznámí čas.

Dále oznámí uživateli, že jedna hodina má 30 minut.

Předloží kartu s obrázkem hodin, kde je vyznačena půlka, což je 30 minut.

Pracovník nastaví na hodinách jakýkoliv čas půl hodiny, oznámí čas způsobem: tři hodiny a 30 minut. Znázorní.

Dává prostor k vyjádření uživatele. Opakuje dle potřeby.

Pokročilá verze podpory :

Pracovník oznámí, že půl hodiny má 30 minut a vizualizuje pomocí karty nebo hodin.

Uživatel si spočítá minuty půl hodiny.

Pracovník nastaví čas jakékoliv půl hodiny a oznámí čas. Čas oznamujeme způsobem: např. 5 hodin a 30 minut.

Uživatel nastaví svůj čas půlhodiny dle pokynů.

Pracovník podporuje uživatele, dle potřeby opakuje.

Hodnocení:

Uživatel znázorní čas půl hodiny v minutách stejně jako pracovník a určí čas tímto způsobem : např. je 5 hodin a 30 minut.

3) 15 minut

Pracovník nastaví jakoukoliv čtvrt hodinu a oznámí čas.

Dále oznámí uživateli, že čtvrt hodina má 15 minut. Předloží kartu s vyznačenou čtvrt hodinou v minutách.

Pracovník nastaví čas na hodinách jakoukoliv čtvrt hodinu a oznámí čas způsobem: je 8 hodin a 15 minut. Dává prostor k vyjádření uživatele. Opakuje dle potřeby.

Pokročilá verze podpory :

Pracovník oznámí, že čtvrt hodiny má 15 minut a vizualizuje pomocí karty nebo hodin. Uživatel si spočítá minuty čtvrt hodiny.

Pracovník nastaví čas jakékoliv čtvrt hodiny a oznámí čas. Čas oznamujeme způsobem: např. 5 hodin a 30 minut. Uživatel dle pokynů nastaví svůj čas.

Pracovník podporuje uživatele, dle potřeby opakuje.

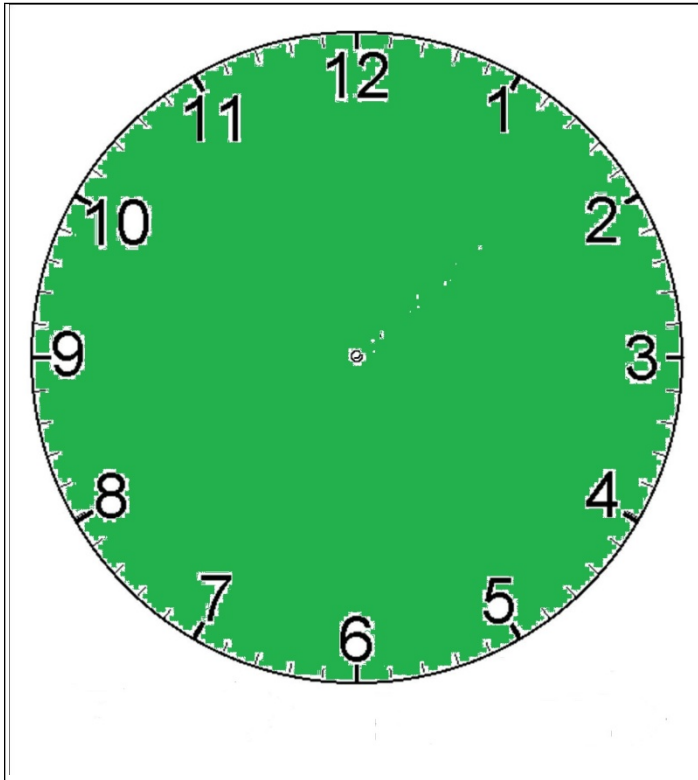
Hodnocení: Uživatel znázorní čas čtvrt hodiny v minutách stejně jako pracovník a určí čas tímto způsobem : např. je 5 hodin a 15 minut.

4) Minuta po minutě

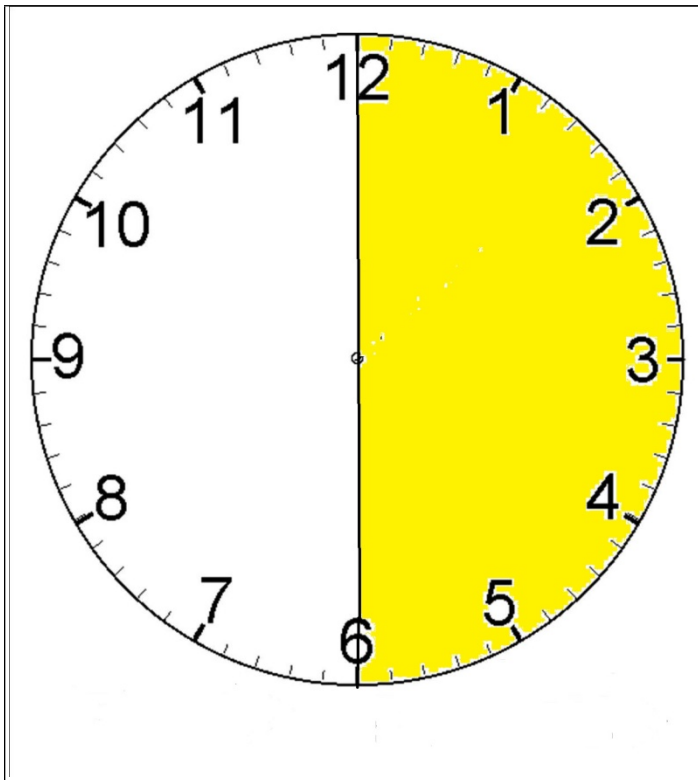
Pracovník nastaví čas např. 2 hodiny a 5 minut, čas oznámí. Může využít i karet s vizualizací minut.

Dává prostor k vyjádření uživatele, opakuje dle potřeby. Takto postupuje v dalším čase s minutami, postupem shodným jako v předchozích bodech.

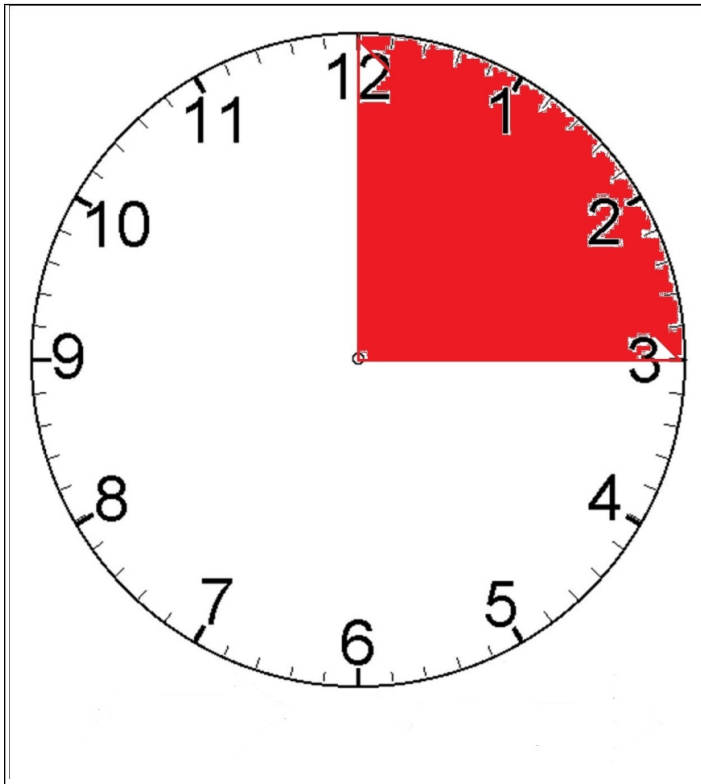
Hodnocení: Uživatel rozpozná čas v minutách.



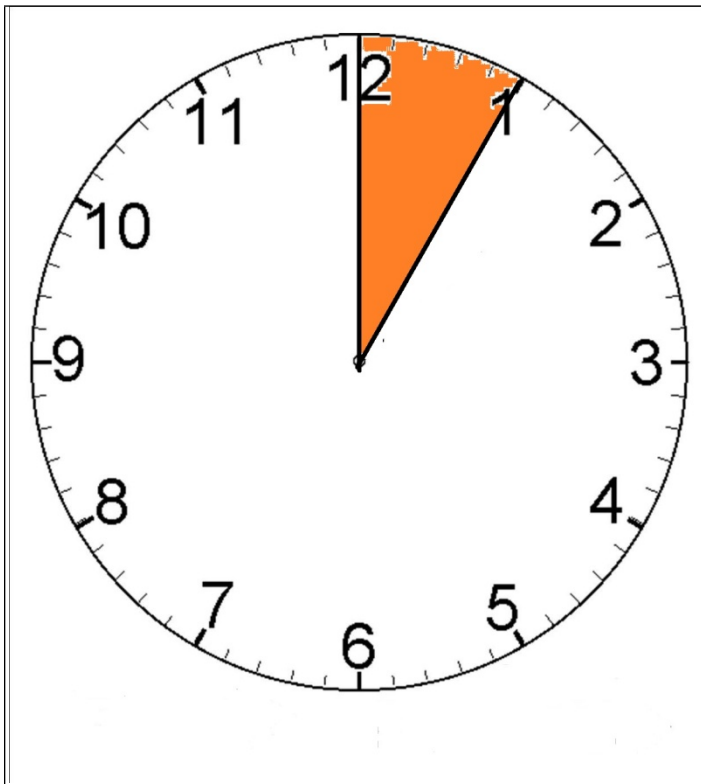
celá hodina = 60 minut



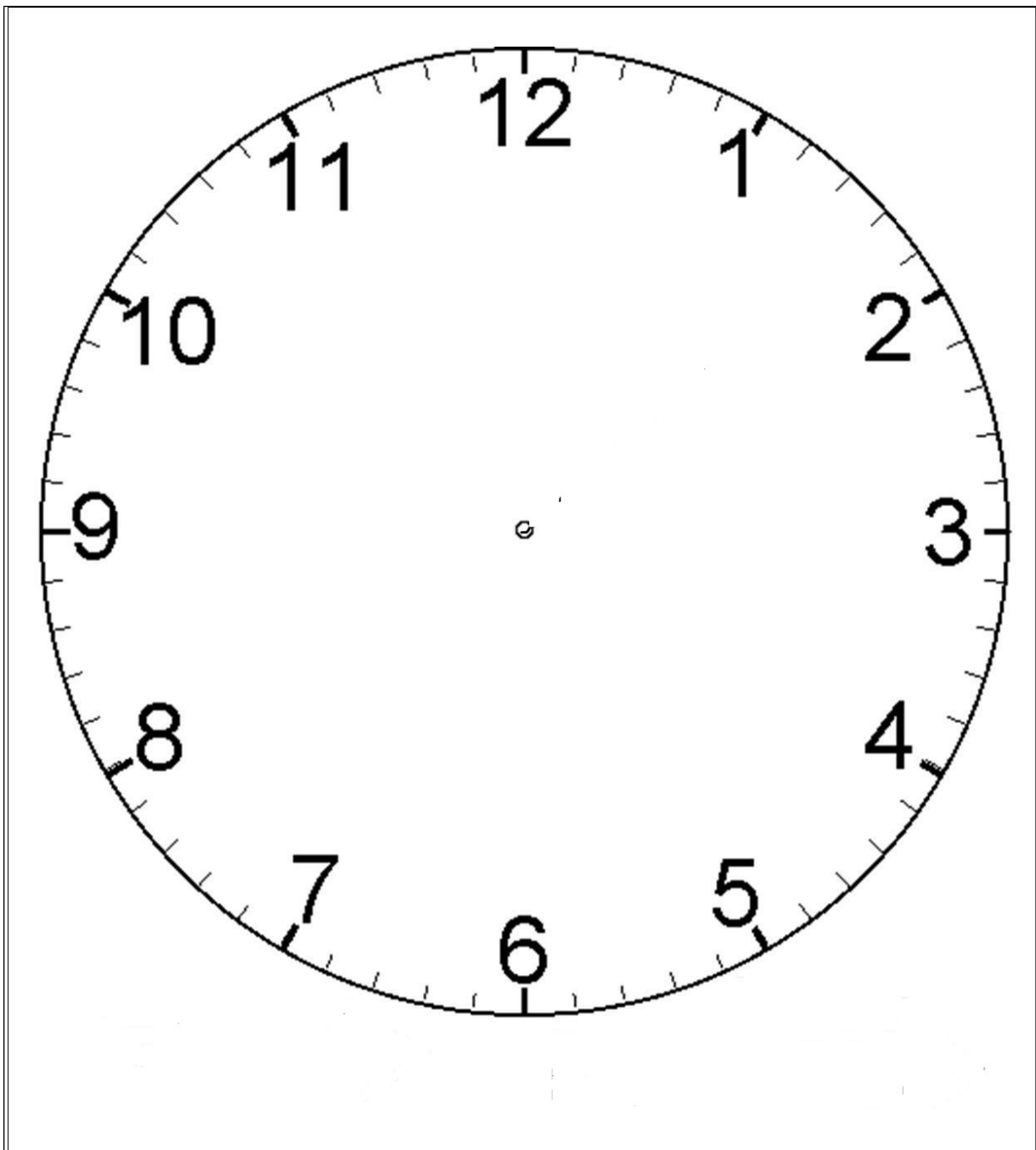
půl hodina = 30 minut



čtvrt hodina = 15 minut



5 minut



hodiny bez označení

Metodika

Podpora orientace v čase

Nácvik znalosti analogového versus digitálního času

- Cílová skupina
- Cíl metodiky
- Doporučení pracovníků a uživatelům
- Pomůcky
- Rizika
- Postup
- Způsob hodnocení

Metodika je určena osobám se zdravotním postižením s nízkou mírou podpory.
Předpokladem je znalost analogového času a číselné řady.

Cílem metodiky je znalost rozpoznání digitálního času versus analogový a umožnění tak větší samostatnosti uživateli.

Doporučení pro pracovníky:

- vytvořit prostor, kde se cítí uživatel dobře a kde bude podpora orientace v čase pravidelně probíhat
- zajistit klidnou atmosféru
- být trpělivý
- chválit uživatele byť za sebemenší úspěch
- být rovnocenným partnerem a podporovat uživatele v jeho aktivitě

Doporučení pro uživatele:

- domluvit si předem čas, kdy bude podpora orientace v čase probíhat např. po obědě
- Ddržovat svou naplánovanou aktivitu

Pomůcky: karta s prázdnými hodinami a tabulkou pro znázornění digitálního času

Doporučení zalaminovat nebo vložit do folie pro opakované užití .

Rizika:

- uživatel si nezafixuje trvale digitální čas
- uživatel ztratí zájem o činnost

Postup :

Pracovník zadá digitální čas např. 05:30 a zapíše jej do karty dole (v rámečku k tomu určený), následně čas znázorní do hodin analogových zakreslením ručiček.

Toto opakuje uživatel.

Pracovník zadá čas digitální a uživatel znázorní analogový. Poté zadá čas analogový a uživatel znázorní čas digitální.

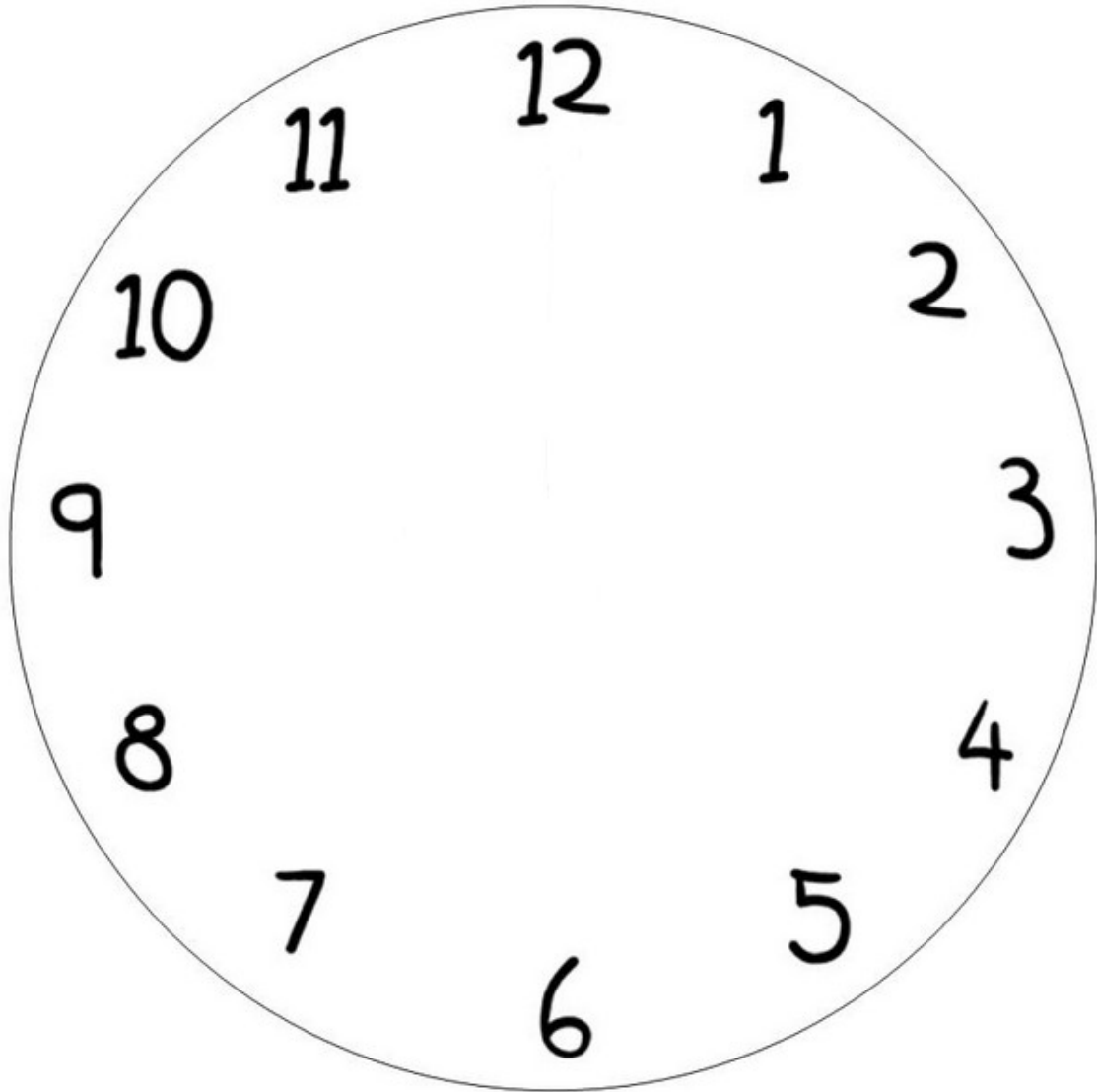
Takto pokračuje podpora dále, kdy je zadání různorodé.

V případě těžkosti zakreslení ručiček hodin je možné použít klasické papírové hodiny s pohyblivými ručičkami, kdy uživatel znázorňuje analogový čas na těchto hodinách.

Zpětná vazba podpory :Pracovník zadá slovně čas. Uživatel čas znázorní.

Pracovník znázorní čas, uživatel jej pozná.

Hodnocení: Uživatel zná digitální čas a umí jej použít.



Metodika

Podpora orientace v čase

Nácvik rozpoznání číslic 1 – 12

- Cílová skupina

- Cíl metodiky
- Doporučení pracovníků a uživatelům
- Pomůcky
- Rizika
- Postup
- Způsob hodnocení

Metodika je určena osobám se zdravotním postižením s vysokou, střední i nízkou mírou podpory.

Cílem metodiky je znalost rozpoznání číslic 1 - 12 a umožnění tak větší samostatnosti uživateli.

Doporučení pro pracovníky:

- vytvořit prostor, kde se cítí uživatel dobře a kde bude podpora orientace v čase pravidelně probíhat
- zajistit klidnou atmosféru
- být trpělivý
- chválit uživatele byť za sebemenší úspěch
- být rovnocenným partnerem a podporovat uživatele v jeho aktivitě

Doporučení pro uživatele:

- domluvit si předem čas, kdy bude podpora orientace v čase probíhat např. po obědě
- dodržovat svou naplánovanou aktivitu

Pomůcky: kartičky s číslicemi, kartičky s číslicemi a prázdnými poli, fix

Doporučení zalaminovat nebo vložit do folie pro opakované užití.

Rizika:

- uživatel si nerozpozná číslice
- uživatel ztratí zájem o činnost

Postup :

Pracovník připraví jednotlivé karty s párovými číslicemi tak, že vlevo na stůl položí čísla 1 - 12 pod sebe, jdoucí za sebou.

Vpravo připraví číslice 1 - 12 rozházená. Pokud uživatel nemá vůbec v podvědomí číslice, postupujeme pomalu. Zvolíme část číslic např. 1 - 5.

Pracovník ukáže na číslici 1, oznámí její hodnotu. Vyzve uživatele k vyhledání shodné číslice. Ten ji přiloží ke vzoru.

Pracovník dává prostor k vyjádření uživatele. Poskytuje přiměřenou podporu.

Zpětná vazba podpory :

Pracovník ukáže kartu s číslicí a uživatel přiřadí shodnou. Může i oznámit její hodnotu nebo reaguje svým způsobem.

Pokročilá verze : Rozpoznání číslic 1 - 12

Pomůcky: karty s číslicemi a prázdnými poli, fix

Postup: Pracovník postupně vyzývá uživatele, aby jednotlivé číslice dopsal do prázdného pole na kartě. Např. vybere kartu s číslicí 1 a uživatel zapíše číslici 1.

Vždy řadíme karty s číslicemi vzestupně, tak, jak jdou na hodinách. Pracovník dává prostor k vyjádření uživatele. poskytuje přiměřenou podporu.

Zpětná vazba podpory : Uživatel zapíše shodné číslice na karty.

Hodnocení: Uživatel rozpozná číslice 1-12 nebo jejich podstatnou část.

1

1

2

2

3

3

4

4

5

5

6

6

7

7

8

8

9

9

1 0

1 0

1 1

1 1

1 2

1 2

1	
2	
3	

4	
5	
6	

7	
8	
9	

1 0

1 1

1 2

Metodika

Podpora orientace v čase

Nácvik znalosti analogového času – celé hodiny, osoby s PAS

(strukturovaná metodika)

- Cílová skupina
- Cíl metodiky
- Doporučení pracovníků a uživatelům
- Pomůcky
- Rizika
- Postup
- Způsob hodnocení

Metodika je určena osobám se zdravotním postižením se střední a nízkou mírou podpory, osoby s PAS.

Cílem metodiky je znalost rozpoznání analogového času v celých hodinách a umožnění tak větší samostatnosti uživateli.

Doporučení pro pracovníky:

- vytvořit prostor, kde se cítí uživatel dobře a kde bude podpora orientace v čase pravidelně probíhat
- zajistit klidnou atmosféru
- být trpělivý
- chválit uživatele byť za sebemenší úspěch
- být rovnocenným partnerem a podporovat uživatele v jeho aktivitě

Doporučení pro uživatele:

- domluvit si předem čas, kdy bude podpora orientace v čase probíhat např. po obědě
- dodržovat svou naplánovanou aktivitu

Pomůcky:

- edukační papírové nebo dřevěné hodiny
- podložka struktura prostoru
- obrázky dějů v daných časech
- lze použít i edukační literaturu pro děti

Rizika:

- uživatel si nedokáže zafixovat trvale čas (pozici ručiček)
- uživatel ztratí trvale zájem o činnost

Postup :

Pracovník připraví prostor a pomůcky.

Struktura je vždy shodná. Vlevo na podložce leží hodiny. V případě, že volíme motivační systém (odměnu) formou oblíbeného nápoje či drobného občerstvení pokud je potřeba. Odměna leží úplně vpravo.

Uživatel je obeznámen s činností. Hodiny pokládá doprostřed podložky a podporu v orientaci v čase v celých hodinách provádíme formou:

Vybereme prvotní ukázkou času, celých hodin, která je pro uživatele v denním režimu

stěžejní. (obvykle je to čas oběda) Přiložíme obrázek k dané hodině např. "oběd".

Pracovník nastaví čas např. 12:00 a oznámí: 12 hodin, je oběd. Opakuje.

Nespěchá a trpělivě ukazuje čas a obrázek, zřetelně opakuje. 12 hodin, je oběd.

Touto formou volí další stěžejní čas a stejně nastaví např. 7 hodin, je čas vstávat.

Uživatel si vizualizací upevní rozpoznání pozice ručiček a opakováním času či pojmu si zafixuje čas samotný, byť by musel ovládat znalost číslic.

Pracovník dává vždy prostor k jakémukoliv vyjádření uživatele. Poskytuje přiměřenou podporu.

Zpětná vazba podpory:

Pracovník nastaví čas na hodinách. Uživatel ohlásí hodnotu nebo pojem , který si zafixoval k danému času nebo reaguje jiným svým způsobem, ukáže příslušný obrázek.

Pracovník ohlásí čas a pojem, který si uživatel zafixoval, ukáže obrázek. Uživatel nastaví ručičky hodin, pokud zvládne, nebo reaguje jiným svým způsobem.

Po skončení činnosti odkládá uživatel hodiny vpravo. Uživatel získává odměnu (pokud používáme motivační systém).

Uživatel má právo ukončit činnost i dříve, než bylo smluveno. Lépe tak, že odloží hodiny vpravo.

Pokročilá verze : Znalost analogových hodin - celé hodiny

Pomůcky: edukační papírové nebo dřevěné hodiny, podložka struktury prostoru, obrázky dějů k danému času

Postup:

Použijeme podložku struktury prostoru. Hodiny leží vlevo. Uživatel položí hodiny doprostřed podložky.

Pracovník nastaví čas 12:00 a oznámí čas.

Uživatel nastaví čas 12:00 na hodinách a oznámí čas nebo reaguje jiným svým způsobem, ukáže příslušný obrázek.

Pracovník nastaví čas 1:00 a oznámí čas.

Uživatel nastaví čas 1:00 na hodinách a oznámí čas.atd.

V případě, že uživatel nedokáže nastavit ručičky hodin, nastavuje ručičky pouze zaměstnanec a uživatel oznamuje čas nebo na něj reaguje svým způsobem, ukazuje příslušné obrázky.

Po skončení činnosti odkládá uživatel nebo pracovník hodiny vpravo.

V případě potřeby získává uživatel odměnu (pokud používáme motivační systém).

Hodnocení: Uživatel pozná analogový čas v celých hodinách nebo jejich podstatnou část.

Metodika

Podpora v rozhodování

- Cílová skupina
- Cíl metodiky
- Doporučení pracovníků a uživatelům
- Pomůcky
- Rizika
- Postup
- Způsob hodnocení

Metodika je určena pro všechny osoby se zdravotním postižením, s vysokou, střední i nízkou mírou podpory.

Cílem podporovaného rozhodování je dosáhnout u podporované osoby takového rozhodnutí, které je rovnocenné samostatnému rozhodování člověka v běžném životě a naplnit tak předpoklad jeho plnohodnotného života.

To zn. že buď dospěje k rozhodnutí kladnému či zápornému s využitím všech možných podpor kolektivu, který ho podporuje, s ohledem na jeho osobní představy a bezpečí, i za předpokladu rizika učinit špatné rozhodnutí.

Cílem metodiky je podpora samostatnosti uživatele za účelem jeho sociálního začlenění do společnosti.

Pokyny pro pracovníky :

- Pohled na podporovanou osobu je pohled zaměřený na člověka.
- Vnímání jeho individuality a zásadně jeho pozitiva osobnosti.
- Poukazovat na jeho dovednosti, schopnosti, nadání.

(Pohled přes negativní vlastnosti osoby zkresluje možnosti podpory a buduje předsudky).

- Respektování priorit a hodnot člověka, porozumění způsobu jeho prožívání a vnímání situace.
- Oboustranná komunikace s možností využití všech dostupných prostředků , i v případě zhoršené nebo žádné verbální komunikace. (psaní, kresby, zpěvu, mimiky, gest i řeči celého těla, AAK - alternativní a augmentativní způsoby komunikace).
- Ochota naslouchat druhým.
- Udržení rovnováhy podpory a samostatnosti uživatele s ohledem na fakt, že člověk má právo učinit i špatné rozhodnutí.
- Respektování lidských práv a svobod každého člověka se zdravotním postižením.
- Posouzení situace musí být individuální.

Pokyny pro uživatele :

- Poskytnutí informací o přání pracovníkům.
- Respektování svého konečného rozhodnutí.

Pomůcky : karty s tabulkami pro zápis situací, tužka, papír

Rizika :

- Neschopnost uživatele rozhodnout se v dané situaci i přes využití všech možných podpor / náhradní rozhodování /.
- Nedostatečná znalost osoby a tím i následná nedostatečná podpora v dané situaci, nedostatečná vizualizace, málo poskytnutých informací vedoucích k milnému rozhodnutí - POZOR !!
- Poskytování větší pomoci než uživatel potřebuje (přepečování) nebo naopak neposkytnutí potřebné podpory (zanedbávání) tím zkreslené vyhodnocení potřeb.

Postup :

Sepsání pozitiv podporované osoby, sepsání reálných snů a přání uživatele, co má rád, co je pro něj důležité, kladných vlastností a nadání, důležitých lidí v jeho životě, obav nebo i reakcí na danou situaci s využitím veškerých komunikačních možností a znalostí uživatele.

Samotná klíčová situace vyžaduje zmapování potřeby podpory uživatele - zápis.
(tabulka v příloze)

Vizualizace potřeby a jejích možných řešení s ohledem na komunikační dovednosti uživatele (to zn. nákres, piktogram, popis, graf apod.)

Předání informací uživateli a diskuse s ohledem na komunikační dovednosti uživatele.

Zpětná vazba uživatele - porozumění podpory v rozhodování.

Samotné rozhodnutí, které je opět vizualizováno.

V případě neschopnosti uživatele po individualizované podpoře učinit vlastní rozhodnutí, učiníme rozhodnutí na základě nejlepšího možného porozumění tzv. náhradní rozhodnutí.

Uživatel má právo vizualizovanou podporu v rozhodování a rozhodnutí mít u sebe pro pocit jistoty z rozhodnutí a možné přezkoumání svého rozhodnutí i s nevýhodami a riziky, s kterými je srozuměn.

Jiná možnost záznamu i více rozhodnutí se zaznamenává do tabulky "Důležitá rozhodnutí v mém životě"(tabulka v příloze).

V případě nerozumného rozhodnutí je možné využít tabulku "Nerozumné rozhodnutí", kdy se zjišťuje duševní způsobilost k rozhodnutí v případě rizik, např. vyčerpání peněz uživatele.(tabulka v příloze).

Hodnocení: Uživatel učinil rozhodnutí.

Mapování potřeb podpory	Jméno :
O jaké rozhodnutí se jedná ?	
Kdo byl součástí podpůrné skupiny při rozhodování?	
Kdy probíhalo jednání o volbě nebo rozhodnutí ?	
Jak jste poskytli dostatečné informace k rozhodnutí ?	
Jak jste si ověřili porozumění procesu rozhodování ?	

Jak jste si ověřili schopnost rozhodující se osoby zvážení výhod a nevýhod, případných rizik ?	
Jak Vám dala rozhodující se osoba najevo své stanovisko - rozhodnutí ?	
Jaký je závěr mapování potřeb podpory ?	
Kdy bude rozhodnutí přezkoumáno	

Důležitá rozhodnutí v mém životě :	Jak jsem do nich zapojen já ?	Kdo dělá konečné rozhodnutí ?	Kdy bude kontrola rozhodnutí ?

Nerozumná rozhodnutí	Jméno:
O jaké rozhodnutí se jedná?	
Kdo byl zahrnut do rozhodování?	
Kdy jste představili volbu nebo rozhodnutí?	
Jak jste informaci danému člověku přednesli?	
Jak jste si ověřili porozumění problematice u daného člověka?	
Jak jste si ověřili schopnost osoby zvážit výhody a nevýhody?	
Jak vám dala daná osoba najevo své rozhodnutí?	
Jaký je závěr testu způsobilosti?	
Kdy to bude přezkoumáno?	