



KHETAUN (SPOLOČNE): Kľúčové kroky pre zapojenie rómskych detí do kvalitných predškolských programov



Rodičovstvo založené na dôvere

Vzdelávacie moduly pre pedagógov, mediátorov a rodičov

Autori:

Ing. Miroslav Sklenka, PhD.

PhDr. Denisa Sklenková

PhDr. Eva Končoková

Mgr. Peter Repiský



Erasmus+

Zdroj:

- Rodičovstvo založené na dôvere: Podporovanie vývinu dieťaťa počas prvých troch rokov, Cassie Landersová, Ed.D., MPH, ilustrácie, Joan Auclairová

Žiar nad Hronom, Slovenská republika, 2016

Úvod

Všeobecným cieľom tejto iniciatívy je vytvoriť efektívne domáce učebné prostredie pre rodiny, ktorých deti nenavštevujú formálne predškolské zariadenia. Aj keď tento cieľ možno dosiahnuť rôznymi spôsobmi, všetky programy sa usilujú podporiť a rozšíriť vedomosti, zručnosti a postupy rodičov týkajúce sa vývinu malých detí.

S pomocou Medzinárodnej asociácie Krok za krokom (ISSA) a Inštitútu otvorenej spoločnosti bol vyvinutý program Rodičovstvo založené na dôvere, ktorý má podporiť rodičov a iných opatrovateľov v úsilí zabezpečiť pre deti optimálne prostredie.

Ako najdôležitejší učitelia detí majú rodičia obrovskú zodpovednosť. Majú na dieťa najväčší vplyv. Rodičovstvo je jedno z najnáročnejších povolání, ale väčšina z nás naň nikdy nebola pripravovaná. Služieb pre malé deti ubúda a tie, ktoré zostali, nie sú dostatočne kvalitné a venujú málo pozornosti potrebám rodičov a rodín. Napriek veľkému množstvu informácií sa tieto väčšinou k tým, ktorí ich najviac potrebujú, nedostanú. Ak aj informácie majú, kvalita a obsah rodičovskej výchovy sa veľmi líšia.

Z výskumov v oblasti rodičovstva jednoznačne vyplýva: jediný, najlepší spôsob ako byť rodičom, neexistuje. Ľudia sa učia byť rodičmi mnohokrátym spôsobom dlhý čas. Všetky vedné disciplíny sa však všeobecne zhodujú, že rozhodujúcu úlohu v zdravom rozvoji a vývine detí zohrávajú interakcie medzi rodičom a dieťaťom.

Tento súbor tematických modulov bol zostavený na podporu rodičov ako najdôležitejších učiteľov dieťaťa. Cieľom modulov je pomôcť rodičom lepšie si uvedomiť, čo robia dobre a poskytnúť im informácie a pomoc pri vytváraní učebného prostredia, v ktorom môžu skúmať alternatívne podnety a zručnosti na každodenné pozitívne interakcie medzi nimi a dieťaťom. Po osvojení informácií a zručností, ktoré tento program poskytuje, by rodičia mali získať dôveru, s ktorou budú čeliť novým problémom súvisiacim s vývinom ich dieťaťa, ako aj pocit uspokojenia z vedomia, že robia všetko pre to, aby dieťaťu umožnili čo najlepší štart do života.

PRINCÍPY

Rodičovstvo založené na dôvere reflektuje dva navzájom sa dopĺňajúce súbory princípov - princípy vývinu dieťaťa a súbor presvedčení o učení sa dospelých a rodičov.

Princípy vývinu dieťaťa sú obsiahnuté v nasledujúcich tvrdeniach:

- Deti sa aktívne učia. Najlepšie sa učia prostredníctvom pohybových skúseností a sociálnej interakcie s rodičmi a inými deťmi.
- Deti sa učia najlepšie, keď majú príležitosť dospieť k vlastným záverom aktívnym experimentovaním s predmetmi a myšlienkami. Učenie sa detí vychádza z ich skúseností a pochopenia sveta.
- Hra je dôležitým prostriedkom sociálneho, emocionálneho a kognitívneho vývinu detí.
- Pozornosť treba venovať všetkým aspektom vývinu dieťaťa - sociálnemu, emocionálnemu, kognitívnemu, jazykovému a motorickému. Vývin v jednej oblasti ovplyvňuje ďalšie a súčasne je nimi spätne ovplyvňovaný.
- Postupnosť alebo vzory zmien je u všetkých detí v podstate rovnaký. Rytmus alebo rýchlosť vývinu sa však u jednotlivých detí líši.
- Vývin prebieha v relatívne usporiadanej následnosti, pričom k rozvíjaniu a osvojeniu nových schopností, zručností a vedomostí dochádza na základe už získaných.
- Veľké rozdiely v rýchlosti a kvalite vývinu detí sú prirodzené.
- Deti sa najlepšie učia, keď majú príležitosti precvičovať si nové zručnosti.
- Domovy a komunity detí sú obsahovo bohaté učebné prostredia.

Rodičovstvo založené na dôvere sa opiera aj o nasledujúce presvedčenia o učení sa dospelých a rodičov:

- Rodičia môžu usmerňovať svoje učenie.
- Rodičia majú vyhraný, individuálny štýl učenia sa.
- Rodičia si potrebujú vymieňať skúsenosti.
- Rodičia potrebujú informácie o rodičovskej starostlivosti a o živote.
- Rodičia potrebujú vyvážené informácie a podporu.
- Rodičia potrebujú aplikovať osvojené poznatky.

Pri práci s dospelými učiacimi sú najefektívnejšie aktívne a participatívne postupy. Patria medzi ne diskusia v malých a veľkých skupinách, hranie rolí, brainstorming, pozorovanie a analyzovanie správania a nácvik zručností. Konečným cieľom je pomôcť rodičom uskutočňovať zodpovednejšie rozhodnutia v súvislosti s rodičovskou výchovou a získať pri rozhodovaní väčšiu istotu.

CIELE PROGRAMU

Všeobecným cieľom programu Rodičovstvo založené na dôvere je posilniť rodiny prostredníctvom:

- podporenia rodičov pri výchove dieťaťa,
- ponúknutia informácií o vývine dieťaťa a alternatívnych postupov rodičovskej výchovy,
- rozvíjania efektívnej komunikácie medzi rodičmi a deťmi,
- rozvíjania zručností rodičov pri zabezpečovaní učebných skúseností pre dieťa,
- rozvíjania spolupráce medzi rodičmi a školou.

Vedomosti o vývine dieťaťa sú primárnym cieľom každého modulu - aké správanie očakávať, kedy a prečo? Usiluje sa cibriť pozorovacie schopnosti rodičov a zlepšiť chápanie verbálnych a neverbálnych prejavov detí.

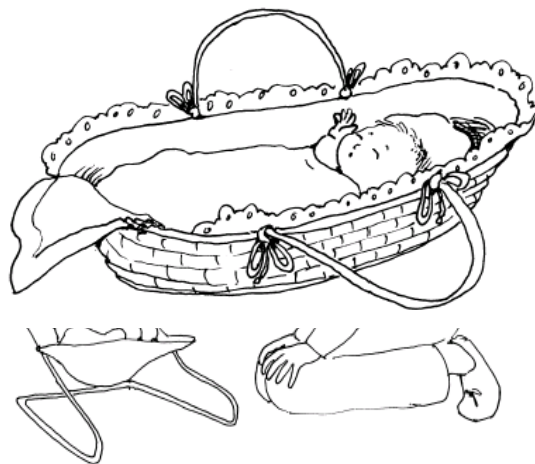
Program Rodičovstvo založené na dôvere sa zároveň snaží pomôcť rodičom lepšie pochopiť, kto sú, odkiaľ prišli a kam by mali smerovať. Dosahuje to prostredníctvom rôznych aktivít, ktoré podnecujú účastníkov k uvažovaniu o získaných skúsenostiach a ich vplyve na súčasné pocity a konanie; uvedomiť si vplyv rodiny a kultúry; skúmať otázky temperamentu a štýlu dieťaťa.

V materiáloch sú rovnocenne použité termíny „rodičia“, „účastníci“ a „opatrovatelia“. Termín „rodič“ označuje matku aj otca, zatiaľ čo „opatrovatel“ označuje ľubovoľnú osobu, ktorá má hlavnú zodpovednosť (obvykle dlhší čas) za vývin dieťaťa.

KOMUNIKOVANIE DEŤMI

S MALÝMI

Novorodenci vedia vyjadrovať svoje pocity od chvíle, keď sa po narodení prvýkrát rozplačú. Odvtedy používajú svoj hlas, tvár a ruky na informovanie rodičov o svojich pocitoch. Aj bábätká s postihnutím využívajú svoje zmysly a schopnosti na vyjadrovanie emócií.



Ciele

- Rozpoznať, aké dôležité úlohy zohráva výraz tváre, gestikulácia, držanie a pohyby tela v osobnej komunikácii.
- Precvičiť si reagovanie na neverbálnu komunikáciu detí.
- Precvičiť si komunikáciu s deťmi počas hry.
-

ÚVOD

Dojčatá si neuvedomujú, čo chcú. Vedia iba, čo cítia. Potrebujú celé mesiace rastu a dozrievania na to, aby si uvedomili, čo chcú a vedeli to dospelým dať najavo.

Kým sa dojčatá nenaučia hovoriť, rodičia musia pozorne sledovať ich pohyby a počúvať, aké zvuky vydávajú, aby zistili, čo potrebujú. Rodičia často iba hádajú, čo bábätko chce. Ak reakcie rodičov na plač alebo iné pokusy o komunikáciu dieťa uspokojia, vedia, že jeho potreby odhadli správne. V opačnom prípade budú musieť vyskúšať niečo iné. Čím skôr sa rodičia naučia interpretovať správanie bábätka, tým ľahšie bude pre nich reagovať na jeho prejavy.

Len jeden, najlepší spôsob ako byť rodičom, neexistuje. Stojí za to riadiť sa informáciami a radami odborníkov, pretože vychádzajú z mnohoročných výskumov a práce s deťmi. Rodičia sa ale musia sami rozhodnúť, či sú takéto odporúčania v súlade s ich hodnotami, životným štýlom, kultúrou, osobnosťou a skúsenosťami. Rodičia musia zistiť, čo je pre nich a ich deti najvhodnejšie.

Rečový vývin sa začína gestikuláciou a emocionálnymi prejavmi ako je úsmev, vraštenie čela, pohľad a ukazovanie. Týmito prejavmi jedinec vysiela výrazné signály pre ostatných počas celého života. Ak chceme pochopiť, čo nám niekto skutočne hovorí, musíme sa naučiť čítať „reč tela“. Keď slová človeka nie sú v súlade s rečou jeho tela, sme zmätení a nevieme presne, čo nám chce povedať.

Komunikácia je dvojsmerný proces, ktorý sa začína v dojčenskom veku medzi rodičom a dieťaťom. Rodičia nielen vysielať signály svojim deťom, ale sa aj usilujú pochopiť, čo si dieťa myslí a čo cíti. Komunikáciu môžeme chápať ako striedanie sa odosielať a príjemcu dôležitých informácií. Spôsob komunikácie ovplyvňuje všetky naše vzťahy. Návrik komunikácie je podstatná, celoživotná úloha.

Keď sa rodičia zapoja do hry s dieťaťom, podporujú vývin jeho myslenia a zlepšujú schopnosť komunikovať. Prostredníctvom citlivých interakcií rodičia otvárajú a zatvárajú „cykly komunikácie“.

AKTIVITA

Čo cítim?

V tejto aktivite sa oboznámime s dôležitými úlohami, ktoré zohráva v osobnej komunikácii výraz tváre, gestikulácia, držanie a pohyby tela.

Hra podobnú na šarádu (spoločenská hra, pri ktorej sa slabiky hľadaného slova herecky stváňujú). Každý dostane kartičku, na ktorej je slovo vyjadrujúce pocit. Kartičku nesmú nikomu ukázať. Vo dvojiciach vyjadria slovo na svojej kartičke grimasami, gestikuláciou a zvukmi. Partner vo dvojici sa pokúsi uhádnuť vyjadrovanú emóciu.

Keď sa partneri vo všetkých dvojiciach vystriedajú, skomentujte, do akej miery úspešne vyjadrili svoje pocity bez použitia slov a pochopili reč tela partnera. Čo sa pri tejto aktivite naučili?

Zhrnutie aktivity:

- Výraz tváre, gestikulácia, držanie a pohyby tela sú často výrečnejšie, ako slová.
- Deti niekedy nadobudnú z reči tela dospelého negatívny pocit, ktorý sa potom prejavuje v ich komunikácii s týmto človekom.
- Naučiť sa vnímať reč tela iného človeka je veľmi dôležité, aby sme pochopili signál, ktorý tento človek vysiela.
- Čítanie reči tela je zručnosť, ktorú precvičujeme, zdokonaľujeme a využívame po celý život.

Na záver diskusie uviesť jednu vec, ktorú sa pri tejto aktivite naučili.

Poznámka k príprave: Pripravte kartičky pre jednotlivých účastníkov. Na každú kartičku napíšte jedno z nasledujúcich slov: prekvapený, zúrivý, ospalý, žiarlivý, unudený, nervózny, smutný, ustarostený, šťastný, vystrašený, netrpezlivý, nahnevaný, uvoľnený, rozrušený, zdeprimovaný, zmätený, zaujatý, vydesený.

PRVÉ ROKY PRETRVAJÚ

Rady dr. T. Berryho Brazeltona

DISKUSIA V SKUPINE

Rozdajte účastníkom pracovný list s radami dr. Brazeltona. Požiadajte ich, aby si ho potichu prečítali. Začnite diskusiu prostredníctvom nasledujúcich otázok:

- Keď vaše bábätko plače, viete, že niečo potrebuje. Ak ho vezmete do náručia, aký signál pravdepodobne vyšle?
- Ak je bábätko vo vašom náručí nepokojné, čo vám jeho pohyby hovoria? Ako viete, že váš predpoklad je správny?
- Čo si myslíte o myšlienkach dr. Brazeltona? Domnievate sa, že schopnosť „čítať“ vaše dieťa príde sama od seba, alebo si ju budete musieť osvojiť?



AKTIVITA

Počúvanie dieťaťa a rozprávanie sa s ním

Rozdajte účastníkom pracovný list „Počúvanie dieťaťa a rozprávanie sa s ním“ a prečítajte si ho. Diskutujte o nasledujúcich myšlienkach a navrhnite rodičom, aby sa ich počas týždňa pokúsili realizovať.

Precvičujte reagovanie na neverbálnu komunikáciu dieťaťa:

- Pozorne sledujte neverbálnu komunikáciu svojho dieťaťa - výrazy tváre, gestikuláciu a držanie tela.
- Snažte sa čítať neverbálnu komunikáciu dieťaťa a pochopiť, čo sa vám usiluje povedať.
- Skúste urobiť niečo, čo podľa vás uspokojí potrebu dieťaťa - napríklad vezmite plačúce bábätko do náručia alebo pomôžte batolaťu vyliezť na gauč. Pozorujte zmeny v správaní dieťaťa, aby ste zistili, či ste správne pochopili jeho neverbálnu komunikáciu.
- Ak ste dieťa neuspokojili, pokúste sa urobiť niečo iné. Zapamätajte si, koľko pokusov bolo potrebných na uspokojenie potreby dieťaťa.
- Ak vaše deti vedia rozprávať, čítajte výrazy tváre a gestikuláciu, ktoré sprevádzajú ich slová, aby ste lepšie pochopili ich pocity.
- Precvičujte komunikáciu s dieťaťom počas hry:

- Snažte sa zapojiť do hry dieťaťa.
- Prejavte záujem o činnosť dieťaťa.
- Aktívne sa pripojte k činnosti dieťaťa.
- Snažte sa otvárať a zatvárať cykly komunikácie s dieťaťom počas jeho hry.
- Klad'te mu otázky začínajúce opytovacími zámenami: kedy, kde, čo a prečo?
- Snažte sa o prirodzený rytmus interakcií alebo rozhovoru s dieťaťom bez toho, aby ste mu prekážali v činnosti.

Pred odchodom rozdajte účastníkom pracovný list „Komunikácia s deťmi: Hlavné body.“

DISKUSIA V SKUPINE

Pokračovanie

Diskusia o svojich pozorovaniach.

ČÍTANIE DIEŤAŤA

- Koľkí z vás sa pokúsili „čítať“ správanie vášho bábätká alebo staršieho dieťaťa?
- Bolo ťažké uhádnuť, čo dieťa chcelo?
- Ako ste sa snažili uspokojiť ho?

CYKLY KOMUNIKÁCIE

- Vedeli ste rozpoznať, kedy ste s dieťaťom realizovali „cykly komunikácie“?
- Pokúsili ste sa niekedy predĺžiť ich?
- Koľkí z vás sa začali s dieťaťom hrať spoločnú hru, v ktorej ste sa striedali? Porozprávajte nám o tom.
- Ako to dopadlo, keď ste sa pripojili k dieťaťu, ktoré sa hralo?
- Ako to dopadlo, keď ste sa snažili udržiavať s dieťaťom rozhovor?
- Uveďte príklady rozhovorov a druhy otázok, ktoré ste kladli.

Literatúra

Department of Health and Human Services. 21st Century Exploring Parenting. Administration for Children and Administration for Children and Parenting Families Administration on Children and Youth and Families Head Start bureau. Under contract No.213-00-0010. BMA Inc, Landover, MD.2002.

Pracovný list pre rodičov 1

PRVÉ ROKY PRETRVAJÚ

Rady dr. T. Berryho Brazeltona, pediatra a autora

Dr. Brazelton vedie rodičov k tomu, aby „čítali správanie sa bábätko ako jeho reč.“ Domnieva sa, že sledovanie správania bábätko vám umožní dozvedieť sa, čo cíti alebo potrebuje. Vnímajte jeho zvuky a pohyby ako slová, ktoré tvoria pre vás zrozumiteľný jazyk.

„Vždy, keď prečítate bábätko správne, vyšle späť signál“, hovorí doktor. Keď pozorujete jeho správanie a uhádnete, čo cíti alebo potrebuje, čítate jeho osobitý jazyk správne. Keď splníte potreby bábätko, oznámi vám to zmenou správania. Dr. Brazelton to nazýva signál.

Keď bábätko plače, viete, že niečo potrebuje. Keď ho vezmete do náručia, aký signál pravdepodobne vyšle?

Ak je bábätko vo vašom náručí nepokojné, čo vám jeho pohyby hovoria? Ako viete, či je váš odhad správny?

Vaše dieťa bude postupne rásť a vy začnete chápať jeho pocity a potreby. Bude sa snažiť sprostredkovať ich gestikuláciou, napríklad ukáže na krabicu keksov. Neskôr bude schopné používať slová a vety.

Čo si myslíte o myšlienkach dr. Brazeltona? Domnievate sa, že schopnosť „čítať“ vaše bábätko alebo dieťa príde sama od seba, alebo si ju budete musieť osvojiť?



Pracovný list pre rodičov 2

KOMUNIKÁCIA S DEŤMI

Hlavné body

- Spôsob, akým dieťa používa svoj hlas, tvárové svaly, ramená a nohy vám sprostredkúva informácie o jeho pocitoch.
- Kým sa dieťa nenaučí chodiť, musíte pozorne sledovať jeho pohyby a počúvať zvuky, ktoré vydáva, aby ste pochopili, čo potrebuje.
- Ak to, čo ste urobili, vaše dieťa uspokojilo, potom ste jeho potrebu správne odhadli.
- Čím skôr sa naučíte interpretovať správanie sa bábätká, tým ľahšie bude pre vás reagovať na jeho prejavy.
- Stojí za to uvažovať o poznatkoch a radách detských špecialistov, pretože sa opierajú o mnohoročné výskumy a prácu s deťmi.
- Musíte sa sami rozhodnúť, či sú pre vás a vaše dieťa odporúčania „experta“ prijateľné. Musíte sami zistiť, čo je pre vás a vaše dieťa najvhodnejšie.
- Reč tela a neverbálny jazyk často sprostredkujú viac informácií, ako verbálny jazyk.
- Keď vaše slová nie sú v súlade s rečou vášho tela, dieťa alebo iný poslucháč môže nesprávne interpretovať váš signál.
- Komunikácia je dvojsmerný proces, ktorý sa začína v dojčenskom veku medzi rodičom a dieťaťom.
- Bábätká začínajú rozvíjať jazyk gestikuláciou a prejavmi ako je úsmev, mračenie sa, pohľady a ukazovanie.
- Spôsob, akým komunikujete s ostatnými, môže byť zlepšiť alebo narúšať vzťahy s nimi.
- Efektívna komunikácia je zručnosť, ktorú si osvojujeme a cibríme celý život.



Pracovný list pre rodičov 3

POČÚVANIE DIEŤAŤA A ROZPRÁVANIE SA S NÍM

Precvičujte reagovanie na neverbálnu komunikáciu dieťaťa

- Pozorne sledujte neverbálnu komunikáciu svojho dieťaťa - výrazy tváre, gestikuláciu a držanie tela.
- Snažte sa čítať neverbálnu komunikáciu dieťaťa a pochopiť, čo sa vám usiluje povedať.
- Skúste urobiť niečo, čo podľa vás uspokojí potrebu dieťaťa - napríklad vezmite plačúce bábätko do náručia alebo pomôžte batoliatu vyliezť na gauč. Pozorujte zmeny v správaní dieťaťa, aby ste zistili, či ste správne pochopili jeho neverbálnu komunikáciu.
- Ak ste dieťa neuspokojili, pokúste sa urobiť niečo iné. Zapamätajte si, koľko pokusov bolo potrebných na uspokojenie potreby dieťaťa.

Precvičujte komunikáciu s dieťaťom počas hry

- Snažte sa zapojiť do hry dieťaťa
- Prejavte záujem o činnosť dieťaťa
- Aktívne sa pripojte k činnosti dieťaťa
- Snažte sa otvárať a zatvárať cykly komunikácie s dieťaťom počas jeho hry
- Kladte mu otázky začínajúce opytovacími zámenami: kedy, kde, čo a prečo?
- Snažte sa o prirodzený rytmus interakcií alebo rozhovoru s dieťaťom bez toho, aby ste mu prekážali v činnosti.



SOCIÁLNY A EMOCIONÁLNY VÝVIN



Byť rodičom je intenzívna a emocionálna skúsenosť - neuveriteľne vzrušujúca a naplňajúca, ale aj veľmi náročná a stresujúca. Rodičia sa vždy obávajú, či majú zručnosti a schopnosti potrebné na vychovanie šťastného a zdravého dieťaťa. Deti potrebujú na rozvinutie svojho potenciálu niekoho, kto ich bude milovať; niekoho, kto sa bude snažiť pochopiť ich osobnosť; niekoho, kto sa bude usilovať citlivo a starostlivo reagovať na ich jedinečnú osobnosť. Každodenné chvíle jednoduchých láskyplných interakcií medzi rodičmi, inými opatrovateľmi a deťmi zabezpečia dieťaťu základné zložky potrebné na jeho zdravý sociálny, emocionálny a kognitívny vývin. Nezáleží iba na tom, čo rodičia hovoria a robia, dôležité sú aj ich interakcie s dieťaťom. Deti, ktoré sa cítia milované, rešpektované a opatrované, majú ten najlepší štart do života.

Všetky tieto skúsenosti významným spôsobom pomáhajú formovať dôležité časti mozgu dieťaťa, ktoré mu umožnia po celý život myslieť, cítiť, milovať, smiať sa a pohybovať.

Ciele

- Pochopiť potrebu citovej väzby bábätko.
- Oboznámiť sa s bábätkami a vývinom mozgu.
- Pochopiť úzkosť a strach z odlúčenia/neznámych ľudí.
- Oboznámiť sa s rastúcim pocitom sebauvedomovania dojčiat.
- Pomáhať dvojročným deťom, ktoré chcú všetko robiť samé.

A K T I V I T A P R E R O D I Č O V

Vy ste rozhodujúci

Požiadajte rodičov, aby chvíľu premýšľali a napísali slová, ktoré charakterizujú typ človeka, ktorým by sa malo stať ich dieťa v dospelosti.

Potom vyzvite rodičov, aby uvažovali, aké interakcie s dieťaťom v súčasnosti prispievajú k tomu, aby sa stalo opísaným typom dospelého človeka. Napríklad ak si ceníte priateľskosť, môžete modelovať srdečné a starostlivé vzťahy s rodinnými príslušníkmi a susedmi.

Požiadajte rodičov, aby sa so susedom podelili o svoje názory. Potom môžete vyzvať dobrovoľníkov, aby uviedli niekoľko príkladov.

Zhrňte aktivitu prostredníctvom nasledujúcich bodov:

- Každá vaša interakcia s malým dieťaťom, každá reakcia na jeho signál ho naučí niečo dôležité o fungovaní sveta a o tom, čo môže očakávať od najbližších ľudí a od vzťahov s ľuďmi všeobecne. Z vášho reagovania na jeho plač sa naučí, že môže vyvolať dianie svojím hlasom, že je dôležité a môže dôverovať ostatným.
- Ak majú rodičia reagovať citlivo a láskavo, musia si uvedomovať samých seba a spôsob reagovania na dieťa. Napríklad ak rodičia veľmi úzkostlivo reagujú na plač dieťaťa, dá im väčšiu námahu utíšiť ho.

DISKUSIA V SKUPINE

Pri prezentovaní nasledujúcich informácií môžu školitelia uviesť termín citová väzba a vysvetliť, prečo je pre bábätká dôležitá. Po krátkej prednáške môže nasledovať diskusia v skupine.

Bábätko si vytvorí pevnú citovú väzbu s ľuďmi, ktorí reagujú, ak potrebuje pomoc alebo spoločnosť, ktorí sa naň usmievajú, keď sa usmieva, ktorí počujú, keď „rozpráva“ a ktorí počúvajú a reagujú.

Všetky bábätká potrebujú aspoň jedného človeka, s ktorým si vytvoria pevné puto. Prostredníctvom vzťahu s ním sa oboznamujú s ľuďmi a svetom a získavajú schopnosť zrelšej lásky. Bábätká, ktorým sa dostáva adekvátna fyzická starostlivosť, ale chýba im emocionálna odozva, sa nevyvíjajú tak rýchlo a nedosahujú takú vývinovú úroveň, akú im umožňuje vrozený inštinkt a potenciál.

Vo veku jeden a pol roka sa bábätká viac pripútajú k svojim opatrovateľom. Majú množstvo lásky na rozdávanie a veľa ľudí, ktorí sú pre ne výnimoční. Bez ohľadu na to, ku koľkým ľuďom si bábätko vytvorí citovú väzbu, vyberie si jedného - obvykle hlavného opatrovateľa - s ktorým má najdôležitejší vzťah. Vo veku 6 až 7 mesiacov sú všetky znaky oddanosti dieťaťa pozitívne. Vo veku 8 mesiacov sa bábätko snaží mať hlavného opatrovateľa na dohľad po celý deň a keď ho od neho oddelia, zachvátí ho panika.

Bábätko si utvorí bezpečnú citovú väzbu s človekom, ktorý ho miluje a ktorý s ním láskavo a nežne zaobchádza a teší sa z jeho spoločnosti. Okrem toho sú dôležité pozorné reakcie na signály bábätká. Rodičia, ktorí primerane reagujú na prejavy jeho potreby, vytvárajú základ najpozitívnejších citových väzieb.

Otázky na diskusiu

- Prečo si väčšina dojčiat vytvorí pevnú citovú väzbu k jednému človeku v prvých mesiacoch života?
- Prečo majú niektorí rodičia problémy vytvoriť si pevnú citovú väzbu s dieťaťom?
- Ako sa líši správanie dojčiat bez pevnej citovej väzby od správania dojčiat, ktoré ju majú?

DOJČATÁ A MOZOG

DISKUSIA V SKUPINE

Začnite diskusiu otázkou:

- Prečo je interakcia s ľuďmi a objektmi počas prvých mesiacov života taká dôležitá pre vývin mozgu?

Po diskusii upozornite účastníkov na nasledujúce fakty týkajúce sa vývinu mozgu.

Vďaka novým technológiám lepšie chápeme zložitosť a vysokú úroveň aktivity mozgu malého dieťaťa. Vieme už, že skúsenosti z raného veku ovplyvňujú spôsob štruktúrovania mozgu. Časť mozgu vášho bábätká, zodpovedná za jazykovú komunikáciu, sa formuje dávno pred vyslovením prvého slova. Keď váš novorodenec máva ručičkami a hýbe nožičkami, aktivizujú sa časti mozgu, ktoré mu neskôr pomôžu chodiť. Všetky každodenné činnosti a



interakcie sú potrebným mozgovým cvičením. Ako rodičia ste vždy vedeli, že vaše konanie ovplyvňuje dieťa. Zasmejete sa, zasmeje sa aj ono. Pochválite ho, je hrdé. Ak je neposlušné, zamračíte sa a ono zosmutnie. Ste centrum sveta vášho dieťaťa.

Výskumy ukazujú, že v prvých troch rokoch života sa mozog vyvíja rýchlejšie, ako v neskoršom období. Vytvárajú sa vzorce myslenia a reagovania. Ako rodičia máte jedinečnú príležitosť pomôcť vášmu bábätku rozvíjať sa, aby mohlo neskôr sociálne, fyzicky a kognitívne prosperovať. Prvé roky pretrvávajú.

Vedci sa dlho domnievali, že mozog bábätko je presnou kópiou genetického kódu rodičov. Napríklad, ak je matka umelkyňa, je väčší predpoklad, že dieťa bude umelecky nadané. Aj keď genetika zohráva pri determinovaní zručností a schopností vášho dieťaťa dôležitú úlohu, najnovšie výskumy potvrdzujú, že rovnako významnú úlohu pri formovaní jeho osobnosti zohráva prostredie a najmä vy. Vedci už vedia, že skúsenosti z prvých dní, mesiacov a rokov majú veľký vplyv na vývin mozgu. Príroda a starostlivosť navzájom spolupracujú.

Asi si myslíte, že procesy prebiehajúce v mozgu bábätko sú v porovnaní s myšlienkovou a mozgovou aktivitou dospelého relatívne jednoduché. Nie je to pravda - v skutočnosti je mozog bábätko v porovnaní s mozgom dospelého dvojnásobne aktívny. Vedci sa zvlášť zameriavajú na prvé tri roky života, pretože toto obdobie identifikovali vo vývine ako podstatne významné. V tomto období má ľudský mozog najväčší potenciál na učenie. Bábätko sa nielen rýchlo učí, ale vytvárajú sa základné spôsoby myslenia, reagovania a riešenia problémov. Všimnite si napríklad, ako ľahko si dieťa osvojí cudzojazyčné slovo. Pre dospelého je to oveľa náročnejšie.

Čo to pre vás ako rodičov znamená? Vy a prostredie, ktoré vytvoríte, ovplyvnia spôsob, akým bude vaše dieťa zvládať svoje emócie, ako bude interagovať s ľuďmi, ako bude rozmýšľať a fyzicky sa vyvíjať. Vytvorením vhodného prostredia umožníte normálny vývin mozgu dieťaťa. Primerané prostredie je také, ktoré je orientované na dieťa a umožňuje mu učiť sa v súlade s jeho vývinom, záujmami a osobnosťou.

Rozdajte účastníkom pracovný list „Rozvíjanie sebaúcty vášho bábätko.“ Ak máte čas, vyzvite rodičov, aby si ho v skupinách prečítali a diskutovali o ňom. Môžu si ho však prečítať aj doma. Nasledujúce stretnutie začnite pripomenutím hlavných bodov pracovného listu.



ÚZKOSŤ A STRACH Z ODLÚČENIA / NEZNÁMYCH ĽUDÍ

VŠEOBECNÉ INFORMÁCIE

Úzkosť a strach z odlúčenia/neznámych ľudí sa stávajú evidentné počas prvého a druhého roka života. V krátkej prednáške prezentujte účastníkom relevantné informácie a potom ich vyzvite, aby o nich v malých skupinách diskutovali.

Približne v období, keď si deti vytvoria svoju prvú citovú väzbu, obvykle v 6. alebo 7. mesiaci, väčšina z nich začne prejavovať úzkosť pri odlúčení od rodiča alebo opatrovateľa a ostražitosť v prítomnosti neznámych ľudí. V mnohých prípadoch je táto ostražitosť dosť silná na to, aby mohla byť považovaná za strach; tento vzorec obáv sa postupne zvyrazňuje. Úzkosť z odlúčenia aj strach z neznámych dospelých dosahujú vrchol medzi 10. a 18. mesiacom. Neskôr sa bojavivosť u väčšiny detí zníži, ale niektoré zostanú pomerne nesmelé, príliš lipnú na opatrovateľovi a takmer všetkým sa v stresových situáciách opäť vráti plachosť.

Psychológovia túto reakciu označujú termínom separačná úzkosť. Bábätká v tomto veku nechápu pojem času. Keď niekoho nevidia, znamená to pre ne, že odišiel navždy. Bábätko zaregistruje neprítomnosť osoby, ale nevie si v mysli zachovať jej obraz; preto nie je schopné pokojne čakať na jej návrat. Separačná úzkosť môže mať rôzne formy, ale všeobecne sa prejavuje lipnutím na rodičovi, plačom pri jeho vzdialení a tiež krátkodobým zlým správaním počas jeho neprítomnosti.

Separačná úzkosť je bežná najmä vtedy, keď nepretržitý, každodenný vzťah medzi rodičom a dieťaťom sa náhle zmení požiadavkou, aby bol rodič pravidelne niekde inde - napríklad keď matka, ktorá sa starala o dieťa 24 hodín denne, sa vráti opäť do práce.

Po dovŕšení 18 mesiacov bábätko začne chápať význam pojmu trvalosť objektov - uvedomí si, že ľudia a predmety neprestávajú existovať iba preto, že ich nevidí alebo nepočuje. Bábätko sa naučí, že ľudia, na ktorých mu záleží, sa vrátia. Úzkosť z odlúčenia od opatrovateľa a z prítomnosti neznámych ľudí je skutočný strach. Bábätko z neho vyrastie, ak si vytvorí dôveru k svojmu domovu a vzťahom. S takýmto základom bude pripravené využívať rozvíjajúce sa zručnosti pri skúmaní vždy podnetného prostredia.

Nie všetky deti prechádzajú pozorovateľným obdobím úzkosti z odlúčenia a neznámych ľudí, ale väčšina ho do istej miery zažije. Ak sa vám zdá, že vaše dieťa trápi takáto úzkosť, neznepokojujte sa, je to normálna reakcia.

Strach

Strach malých detí je bežný a nenaznačuje nič neobvyklé. Batol'a mnohým veciam nerozumie a svet je preň strašidelným miestom. U viac ako polovice 1- až 2-ročných sa prejavuje aspoň jedna forma strachu. Medzi objekty, ktoré často vyvolávajú strach, patria psy, tma a príšery, ktoré tam žijú, hmyz a hluk.

Strach nemožno rozptýliť úsilím racionálne ho vysvetliť. Rodičia a opatrovatelia ho môžu zvládnuť nepriamo znížením úzkosti dieťaťa tým, že ho pripravia na možnosť pocítienia strachu pri stretnutí s príčinou strachu. Upokojujúco pôsobia aj rozhovory s dieťaťom predtým, ako sa uňho začne prejavovať strach. Nebude vám síce celkom rozumieť, ale možnosť klásť otázky a vyslovovať obavy zníži jeho úzkosť. Dieťaťu pomôžete prekonať strach aj prostredníctvom ďalších stratégií:

- Pomôžte mu vyhnúť sa všetkému, z čoho má strach, ale dbajte na to, aby vaše správanie nenaznačovalo, že aj vy sa toho bojíte.
- Hľadajte konkrétne príčiny vyvolávajúce stres dieťaťa a uvažujte o možnostiach ich redukovania.

- Venujte dieťaťu zvýšenú pozornosť; možno sa stalo nezávislým rýchlejšie, ako je preň vhodné.
- Rodičia a opatrovatelia sa niekedy znepokojujú, že ich priateľské bábätká sa začnú báť, ale strach dieťaťa by mali považovať za prejav rozvíjajúceho sa vedomia. Úzkosť je jasným indikátorom utvorenej citovej väzby dieťaťa.

AKTIVITA

Požiadajte niekoľko malých skupín, aby diskutovali o otázkach týkajúcich sa úzkosti z odlúčenia/neznámych ľudí; ostatné skupiny budú diskutovať o otázkach súvisiacich s bojazlivosťou.

Úzkosť z odlúčenia/neznámych ľudí

- Prejavili sa u vášho bábätká znaky úzkosti z odlúčenia/neznámych ľudí?
- Aký pocit vo vás toto správanie vyvolalo?
- Ako ste zareagovali?
- Čo by ste nabudúce urobili inak?

Strach

- Z čoho má vaše dieťa strach?
- Ako sa správa, keď má strach?
- Čo ste urobili, aby ste mu pomohli prekonať strach?
- Ako inak ste mohli reagovať?

Vyzvite dobrovoľníkov, aby uviedli niekoľko hlavných myšlienok. Teraz môžete účastníkom rozdať pracovné listy „Úzkosť z odlúčenia / neznámych ľudí“ a „Pomoc dieťaťu vysporiadať sa so strachom“. Na záver zhrňte aktivitu pomocou nasledujúcich bodov:

- Strach z neznámych ľudí a separačná úzkosť sú jasné indikátory vytvorenej citovej väzby dieťaťa. Keďže rozpoznáva svojho ochrancu a má k nemu citový vzťah, chce byť v jeho blízkosti. S rozvojom vedomia sa začína báť ľudí, ktorých nepozná.
- Úzkosť a strach sú prirodzené, ale nepríjemné ľudské emócie. Väčšina dospelých sa naučí zvládať situácie, ktoré v nich vyvolávajú úzkosť, alebo vyhýbať sa situáciám a objektom, ktoré v nich vzbudzujú strach. Batolátá na to nemajú ani skúsenosti, ani schopnosti. Okrem toho vaše dieťa do istého času nevie vyjadriť svoj strach slovami: „Drž ma za ruku. Bojím sa hromobitia.“
- Opatrovatelia musia vedieť strach batoláťa rozpoznať a akceptovať ho ako reálnu a opodstatnenú emóciu. Strach batoliat obvykle vychádza z prirodzenej a sebaobrannej ostražitosťi vo vzťahu k neznámemu. Deti majú tendenciu nedôverovať novým veciam, kým sa neukáže, že sú neškodné.

Rastúci pocit sebauvedomovania dojčiat

DISKUSIA V SKUPINE

Túto diskusiu môžete začať nasledujúcimi otázkami:

- Aké správanie vášho 1-2-ročného dieťaťa vám naznačuje jeho zvýšené sebauvedomovanie?
- Akým spôsobom vám dalo vaše 1-2-ročné dieťa najavo, že chápe emócie iných?
- Ako vám vyjadruje svoje emócie?

SEBAUVEDOMOVANIE

Zvýšené sebauvedomovanie batoláťa sa prejavuje sociálne primeranejším správaním. Asi vo veku 18 mesiacov povie svoje meno. Približne v rovnakom čase identifikuje svoj obraz v zrkadle a začne sa väčšmi zaujímať o vlastnú osobu. Po dovŕšení 2 rokov si vie umyť ruky a pomáha, keď ho obliekajú a vyzliekajú. Nadšene sa zapája do činností ľudí okolo neho. Opatrovatelia by mali podporovať túžbu batoláťa byť nápomocným, pretože pomáhanie, podobne ako zdieľanie, je životne dôležitá sociálna zručnosť.

Ročné dieťa má problém rozlišovať chlapcov a dievčatá. Niekedy si myslí, že patrí k obidvom pohlaviam. Vo veku 2 až 3 rokov si deti začnú rýchlo všímať, že chlapci sú iní, ako dievčatá. Naučia sa tiež identifikovať ako chlapci alebo dievčatá združujú s inými príslušníkmi svojho pohlavia. V tomto štádiu je záujem, ktorý prejavujú o telo a časti tela iných detí obyčajná zvedavosť, sprevádzaná prieskumnou hrou plnou smiechu.

CHÁPANIE EMÓCIÍ

V období od 18 do 36 mesiacov vedia deti vyjadriť širokú škálu emócií. Sú schopné otvorene vyjadriť náklonnosť, ako aj emocionálne vybuchnúť na verejnom mieste. V tomto období môže nálada detí kolísať od radosti až po zúrivosť. Na jednej strane môžu byť negatívne a skúšať trpezlivosť dospelých, na druhej strane sa rozvíja ich empatia.

Ako prirodzene sociálne bytosti sa už 2-ročné deti veľa naučia o pocitoch iných ľudí na základe skúseností z rodiny. Reagujú na trápenie ostatných a obvykle sa usilujú utešiť iné dieťa alebo dospelého, ktorý je rozrušený. Všetko toto je súčasťou dozrievania a prejavom emocionálnych zmien, ku ktorým dochádza v procese zápasu detí o získanie kontroly nad svojím konaním, impulzmi, pocitmi a telom. V tomto veku chcú deti skúmať svet a vyhľadávajú dobrodružstvo. Preto väčšinu času strávia overovaním hraníc - vlastných, rodičov a prostredia. To všetko je súčasťou života batoláťa.

AKTIVITA

Rozdajte účastníkom pracovný list „Štádiá pocitov a interagovania“. Vyzvite ich, aby v malých skupinách identifikovali zručnosti, ktoré rozpoznali u svojho dieťaťa. Pripomeňte rodičom, že každé dieťa sa vyvíja vlastným tempom a spôsobom.

SAMOSTATNOSŤ BATOLAŤA

DISKUSIA V SKUPINE

Položte účastníkom nasledujúce otázky:

- Chce vaše 2-ročné dieťa všetko robiť samo?
- O aké činnosti prejavilo vaše samostatné 2-ročné dieťa záujem a čo urobilo?
- Čo považujete na tomto správaní za vzrušujúce a/alebo náročné?

Rozdajte účastníkom pracovný list pre rodičov „Urobím to ja“. Požiadajte rodičov, aby uviedli ďalšie návrhy a myšlienky, ako podporovať samostatnosť batolaťa. Dbajte na to, aby rodičia pochopili, že toto nové správanie batolaťa súvisí s rozvojom jeho motorických, emocionálnych a sociálnych zručností.

VŠEOBECNÉ INFORMÁCIE

Jedno- a dvojročné deti sa učia chodiť, behať, rozprávať, rozmýšľať a uvažovať o sebe. Všetky tieto schopnosti a vlastnosti spolu znamenajú nárast samostatnosti. Batolátá chcú mať pocit moci a individuálne sa prejavovať ako osobnosť. Ešte nevedia vyjadrovať svoje psychologické potreby slovami; musia sa spoliehať na správanie.

V tomto období deti potrebujú porozumieť svetu, rozvíjať pochopenie svojich skúseností, aby zapadali do predvídateľného a pochopiteľného modelu. S tým súvisí potreba bezpečia, najmä keď sa deti snažia dosiahnuť jemnú rovnováhu medzi samostatnosťou a nezávislosťou. Toto obdobie pripomína nepretržitý boj medzi závislosťou od opatrovateľa a potrebou presadiť si samostatnosť. Vaše batola môže na vás lipnúť, keď ho nechávate samé, alebo odbehnúť preč, keď ho zavoláte. Ak budú rodičia na tieto zmeny reagovať, budú schopní poskytnúť batolaťu potrebnú podporu. Keď okrem láskavej starostlivosti a bezpečia prejavíte dieťaťu úctu, povzbudíte ho a oceníte jeho úspechy, bude sa cítiť spokojné, schopné a jedinečné. Stanovením pevných a rozumných hraníc umožníte batolaťu skúmať okolitý svet a tak uspokojiť zvedavosť, ale zároveň zabránite správaniu, ktoré by mohlo byť preň nebezpečné. Pochvala za úspech pomôže dieťaťu utvoriť si obraz o sebe ako o niekom, kto sa správa istým spôsobom - a negatívne správanie sa vytratí.

DOMÁCA AKTIVITA

Aj vy máte svoje kladné stránky!

Pamätajte, že aj rodičia potrebujú povzbudenie. Rozdajte účastníkom pracovný list a požiadajte ich, aby uvažovali o svojich vlastnostiach, na ktoré sú hrdí. Počas nasledujúceho stretnutia pomôžte účastníkom navzájom sa podporiť v silných stránkach a zaujímavých vlastnostiach.

Literatúra

Partners for a Health Baby. Home Visiting Curriculum for New Families. Babies First Six Months. Graham, M., Powell, A., Stabile, I., Chiricos, C. Florida State University Center for Prevention and Early Intervention Policy, 2001.

Shelov, Steven P., ed. The American Academy of Pediatrics: Caring for Your Baby and Young Child. New York: Bantam Books, 1998.

Pracovný list pre rodičov 1

BUDOVANIE SEBAÚCTY VÁŠHO BÁBÄTKA

Rodičia pomáhajú deťom vo vývine silného pozitívneho sebauvedomenia: sebauvedomenia, sebaistoty a sebaúcty. Deťom to pomáha rozvíjať si zručnosti dôležité pre život, napríklad schopnosť spamätať sa z problémov, chápať vlastné pocity a reakcie, ako aj pocity a reakcie ostatných, rozvíjať a udržiavať priateľstvá, postaviť sa za svoje presvedčenia. Keď svoje deti podporujete, dávate im úžasný dar odvahy.

Rozvíjanie sebauvedomenia začína okamihom narodenia. Uvedieme niekoľko spôsobov, ako bábätku zabezpečiť dobrý štart.

Láska a náklonnosť

Dávajte bábätku najavo svoju lásku. Reagujte na jeho plač, pritúl'te si ho, udržiavajte s ním očný kontakt, spievajte mu, rozprávajte sa s ním a smejte sa. Keď urobí niečo dobré, dajte mu to najavo. Aj úsmev alebo láskavé slovo mu pomôžu získať pocit dôležitosti.



Akceptujte pocity

Keď sa vaše dieťa bojí, snažte sa pochopiť, prečo; dajte mu najavo, že rozumiete. Môžete povedať: „To bol veľký hluk. Vystrašil nás.“

ZISTITE, V ČOM JE VAŠE BÁBÄTKO JEDINEČNÉ

Každé bábätko je zvláštne a jedinečné. Každý deň si na pár minút sadnite a pozorujte svoje bábätko. Budete prekvapení, čo všetko vie. Zozbierajte čo najviac informácií o temperamente dieťaťa, aby ste vedeli, čo vás čaká ďalej.

Vyhýbajte sa nečakaným prekvapeniam
Snažte sa vyhýbať nečakaným prekvapeniam.
Bábätká majú rady pravidelný režim; pomáha im získať pocit, že svet je bezpečný a predvídateľný. Pri zmene alebo prekvapení utíšite dieťa pokojným hlasom a pomôžte mu vrátiť sa do zabehaných koľají.

SÚSTREĎTE SA NA SVOJE BÁBÄTKO

Venujte bábätku čo najviac sústredenej pozornosti; dajte mu najavo, že mu patrí celá vaša pozornosť. Ak sa dožaduje pozornosti vtedy, keď mu ju nemôžete poskytnúť, buďte úprimní. Dbajte však na to, aby ste s ním každý deň strávili istý čas.

Prispôsobujte sa potrebám bábätka
Nezabúdajte, že bábätká nie sú na to, aby vám robili radosť; buďte flexibilní a prispôsobte si program potrebám bábätka. Vaše bábätko nie je schopné prispôsobiť sa vášmu programu.

Pochopte schopnosti vášho bábätka
Pochopte schopnosti vášho bábätka. Napríklad ak vie spolupracovať iba 10 minút, nevyžadujte od neho, aby sa venovalo činnosti dlhšie. Umožnite mu rozvíjať si zručnosti vlastným tempom.

Pomáhajte mu učiť sa postupne; rozdeľte náročné úlohy na jednotlivé kroky. Zakaždým, keď zvládne jeden krok, cíti sa dobre a má pocit, že má dianie pod kontrolou.

Očakávajte, že sa bábätko bude dobre správať
Neočakávajte, že sa vaše dieťa bude správať zle; naplní vaše očakávania. Ak ho budete považovať za dobré a múdre, bude sa správať lepšie. Všimnite si, čo robí dobre a rozprávajte o tom. Všetky deti robia chyby. Rozprávate sa s bábätkom, len keď robí chyby? Dbajte na to, aby ste si všímali všetky jeho pozitíva. Povedzte mu, že ste hrdí. „Urobil/a si to výborne.“

ÚZKOSŤ Z ODLÚČENIA / NEZNÁMYCH ĽUDÍ

Dojčatá vo veku 8 až 12 mesiacov sa môžu prejavovať ako dve rôzne bábätká. Jedno je otvorené, láskyplné a priateľské; druhé je úzkostlivé, lipne na opatrovateľovi a ľahko ho vyľakajú neznámi ľudia, predmety alebo situácie. Môžu vám povedať, že máte bojazlivé a plaché dieťa, lebo ho rozmaznáivate. Vzorce jeho správania však vyplývajú z novej schopnosti rozlišovať známe a neznáme situácie. Úzkosť v tomto období svedčí o zdravých vzťahoch dieťaťa s najbližšími ľuďmi.

Úzkosť z neznámych ľudí je jedným z prvých emocionálnych míľnikov vo vývine dieťaťa. Možno si pomyslíte, že niečo nie je v poriadku, keď vaše bábätko, ktoré v 3 mesiacoch pokojne interagovalo s cudzími ľuďmi, je teraz v prítomnosti neznámych ľudí napäté. Dokonca aj v prítomnosti príbuzných, pri ktorých bývalo pokojné, sa skrýva alebo sa môže rozplakať, najmä ak sa k nemu príliš rýchlo priblížia. Neznepokojujte sa, takéto reakcie sú v tomto veku normálne.

Približne v rovnakom čase sa vás bábätko začne väčšmi „držať“ a nebude vás chcieť opustiť. Takéto správanie signalizuje začiatok separačnej úzkosti. Bábätko si začína uvedomovať, že každý objekt je jedinečný a trvalý a zisťuje, že aj vy ste len jeden. Keď nebudete nablízku, bude vedieť, že niekde ste, ale nie s ním, a to ho znepokojí. Má obmedzené



vnímanie času, preto nevie, kedy - alebo či vôbec - sa vrátite. Keď bude dieťa o niečo staršie, spomienka na zážitky s vami ho vo vašej neprítomnosti upokojí a bude schopné očakávať opätovné stretnutie. Nanešťastie, v súčasnosti si uvedomuje iba prítomnosť. Preto zakaždým, keď odídete - hoci len do vedľajšej miestnosti - znervózne a rozplače sa.

Ako dlho by ste mali rátať so separačnou úzkosťou? Obvykle prejde medzi 10. a 18. mesiacom a stratí sa v prvej polovici druhého roka života. Táto fáza emocionálneho vývinu dieťaťa bude pre vás istým spôsobom mimoriadne bolestivá; túžba byť s vami je prejavom citovej väzby k jeho prvému a najdôležitejšiemu človeku.

ČO MÔŽU RODIČIA UROBIŤ?

Nasleduje niekoľko návrhov, ako pomôcť dieťaťu zvládnuť separačnú úzkosť.

Dieťa pripravte na odlúčenie vopred
Ak budete preč niekoľko hodín alebo dlhšie,
dieťa vopred informujte, kedy, prečo a ako odídete.
Strávte posledných 10 - 15 minút pred odchodom
s dieťaťom. Neodchádzajte pred príchodom opatrovateľa;
pred odchodom umožnite dieťaťu zvyknúť si naňho.



Rozprávajte sa s dieťaťom, čo budete po vašom návrate spoločne robiť

Dieťaťu tak v súvislosti so svojim odchodom umožníte očakávať niečo príjemné. Čím konkrétnejšie sa vyjadríte k tomu, čo budete robiť, tým lepšie – predstava dieťaťa bude jasnejšia. Dbajte, aby ste po návrate svoj sľub splnili čo najskôr.

Vytvorte rituál odchodov a návratov

Napríklad pri každom odchode povedzte rovnaké slová na rozlúčenie a pri každom príchode tie isté slová na zvitanie sa. Predvídateľnosť a zvláštna pozornosť súvisiaca s rituálom dieťa upokojí.

Precvičte krátke odlúčenia

Jedným z dôvodov, prečo deti v tejto vekovej kategórii obľubujú hru na schovávačku a podobné hry je, že im pomáhajú zvládnuť separačnú úzkosť; niekto, kto zmizne, sa po čase znovu objaví. Okrem týchto hier skúste z času načas odísť z domu, zariadiť si drobné záležitosti a nechajte dieťa v opatere susedky, priateľky alebo príbuzného.

POMOC DEŤOM VYSPORIADAŤ SA SO STRACHOM

STRACH

Strach malých detí je bežný a nenaznačuje nič neobvyklé. Batol'a mnohým veciam nerozumie a svet je preň strašidelným miestom. Všeobecný strach sa často zmení na špecifický. U viac ako polovice 1- až 2-ročných sa prejavuje aspoň jedna forma strachu. Medzi objekty, ktoré často vyvolávajú strach, patria psy, tma a príšery, ktoré tam žijú, hmyz a hluk.

Strach nemožno rozptýliť úsilím racionálne ho vysvetliť. Rodičia a opatrovatelia ho môžu najlepšie zvládnuť nepriamo. Môžu zmenšiť úzkosť dieťaťa tým, že ho pripraví na situácie, ktoré v ňom môžu stres a úzkosť vyvolať. Upokojujúco pôsobia aj rozhovory s dieťaťom predtým, ako sa uňho začne prejavovať strach. Nebude vám síce úplne rozumieť, ale možnosť klásť otázky a vyslovovať obavy zníži jeho úzkosť.



Majte s dieťaťom trpezlivosť. Umožnite mu čeliť strachu a zvládnuť ho vlastným tempom. Pravdepodobne nezaznamenate nijaké zlepšenie niekoľko týždňov. V prípade potreby urýchlite pokrok tým, že mu pomôžete postupne sa vyrovnáť so strachom. Napríklad ak sa dieťa bojí psov, vyhradte si čas na spoločné pozorovanie šteniatok z bezpečnej vzdialenosti. Ak je to pre dieťa príjemná skúsenosť, umožnite mu bezpečne sa pomazať so šteniatkom. Neskôr môže dieťa stráviť čas s dospelým psom pod dozorom opatrovateľa.

Dieťaťu pomôžete prekonať strach aj prostredníctvom ďalších stratégií:

Pomôžte mu vyhnúť sa všetkému, z čoho má strach, ale dbajte na to, aby vaše správanie nenaznačovalo, že aj vy sa toho bojíte.

Hľadajte konkrétne príčiny strachu dieťaťa a uvažujte o možnostiach ich redukovania.

Venujte dieťaťu zvýšenú pozornosť; možno sa stalo nezávislým rýchlejšie, ako je preň vhodné.

Podnecujte dieťa k zapájaniu sa do aktivít na kompenzáciu strachu. Užitočné sú fyzické hry, kreslenie a vykonávanie malých úloh.

Starostlivo pozorujte a podporujte pokrok dieťaťa pri zvládaní strachu. Všímajte si, ako si počiná a ako sa mu darí so strachom vysporiadať. Za pokrok ho nezapudnite pochváliť.

Buďte dobrým príkladom. Keď sa u dieťaťa rozvíja strach z niečoho, preberá váš model správania. Dbajte na to, aby ste na dieťa neprenášali úzkosť.

AKÉ DRUHY STRACHU SA OBVYKLE PREJAVUJÚ V JEDNOTLIVÝCH VEKOVÝCH KATEGÓRIÁCH¹

Deti obvykle zažívajú rôzne druhy strachu v rôznych štádiách svojho telesného, kognitívneho a emocionálneho vývinu. Prevažujúce príčiny strachu v jednotlivých vekových kategóriách sú nasledujúce:

0 až 6 mesiacov	Akýkoľvek hlasný a náhly hluk Prudký pohyb iného človeka Pád dieťaťa alebo jeho vypadnutie z rúk rodiča Strata podpory
7 mesiacov až 1 rok	Špecifické hlasné zvuky Neznámi ľudia Obliekanie, vyzliekanie alebo prezliekanie Vypúšťanie vody z vane a umývadla Výšky Bezmocnosť v neočakávanej situácii
1 až 2 roky	Špecifické hlasné zvuky Odlúčenie od rodiča Neznámi ľudia Vypúšťanie vody z vane a umývadla Spánok (strata vedomia a nočné mory) Poranenie Strata kontroly nad emóciami a fyzickými funkciami
2 až 2 1/2 roka	Špecifické hlasné zvuky Odlúčenie od rodiča alebo odmietnutie rodičom Neznáme deti Záchody Nočné mory Zmeny prostredia (premiestnený nábytok, pozmenené životné priestory) Zlé počasie (najmä hromobitie a blýskanie)
2 1/2 až 3 roky	Veľké, náhle sa objavujúce objekty Neznáme deti Neobvyklé udalosti a zmeny pravidelných činností Strata alebo pohyb objektov Nočné mory

¹ Philadelphia Child Guidance Center, Your Child's Emotional Health: The Early Years (New York: Macmillan, 1994).

Pracovný list pre rodičov 4

ŠTÁDIÁ POCITOV A INTERAGOVANIA

Do 12 mesiacov



Je plaché alebo úzkostné v prítomnosti neznámych ľudí.
Plače po odchode rodiča.
Rado napodobňuje správanie iných, najmä dospelých a starších detí.
Preferuje istých ľudí a hračky.
Objíma a bozkáva ľudí, ktorých má rado.
Má problém pochopiť, či je chlapec alebo dievča; niekedy si myslí, že patrí k obidvom pohlaviom.
Prejavuje veľa emócií.
Môže demonštrovať vzdorovité správanie.
Vie povedať svoje meno a identifikovať sa v zrkadle.
Snaží sa utešiť ostatných.

Do 24 mesiacov

Demonštruje rastúcu samostatnosť.
Prejavuje vzdorovité správanie.
Počet záchvatov separačnej úzkosti uňho narastá približne do 18 mesiacov, potom sa začína znižovať.
Napodobňuje správanie ostatných, najmä dospelých a starších detí.
Čoraz väčšmi si uvedomuje sám seba oddelene od ostatných.
Prejavuje čoraz väčšie nadšenie zo spoločnosti iných detí.

Do 36 mesiacov

Napodobňuje dospelých a deti, s ktorými sa hrá.
Spontánne prejavuje náklonnosť známym kamarátom.
Vie sa pri hre striedať.
Vie rozlišovať mužov a ženy ako ľudí odlišných od otecka a mamičky.
Rozumie pojmom „môj“ a „jeho/jej“.
Vyjadruje širokú škálu emócií.
Ľahko sa odlúči od rodičov.
Namieta voči väčším zmenám v pravidelných činnostiach.



Pracovný list pre rodičov 5

UROBÍM TO JA: BATOLATÁ A SAMOSTATNOSŤ

Batoľatá začínajú byť samostatnejšie, odťahujú sa od rodičov a stávajú sa osobnosťami. Pociťujú veľkú túžbu robiť pre seba viac. Chcú sa samé kŕmiť, obliekať a rozhodovať; je to pozitívny krok vo vyspívaní. Býva to dosť náročné. Uvedieme niekoľko spôsobov, ako podporiť rastúcu samostatnosť vášho dieťaťa.

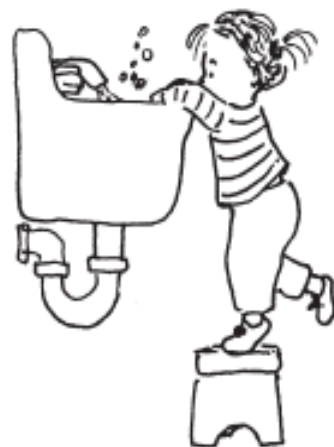
Pripravenosť vykonávať úlohy samostatne závisí od...

- Vývinu veľkých a malých svalov dieťaťa
- Chápania príčiny a následku dieťaťom
- Túžby dieťaťa po samostatnosti

Viem to urobiť

Nechajte dieťa vykonávať čo najviac činností, ktoré je schopné bezpečne urobiť. Vzbudíte v ňom pocit dôležitosti a zodpovednosti. Medzi činnosťami, ktoré pravdepodobne bude chcieť vykonávať samo, patrí:

- Umývanie rúk
- Čistenie zubov
- Výber hračky alebo rozprávkovej knihy
- Fúkanie boľáčiek
- Pitie zo šálky
- Obliekanie a vyzliekanie
- Pomáhanie pri varení



Podporovanie samostatnosti

Rodičia zohrávajú v podporovaní a podnecovaní samostatnosti dieťaťa dôležitú úlohu. Ukážte mu, ako má istú činnosť vykonať a potom ho nechajte vyskúšať si to.

Buďte trpezliví

Dieťaťu bude vykonanie nejakej činnosti obvykle dlhšie trvať ako vám. Keď ho budete niečo učiť, buďte trpezliví. Kým dieťa úlohu zvládne, musí postup veľakrát zopakovať.

Trpezlivosť musíte mať aj vtedy, keď čoraz samostatnejšie dieťa od vás vyžaduje viac práce - napr. rozleje mlieko, košielku si oblečie naopak.

POZORUJTE

Deti nie sú vždy schopné požiadať o pomoc. Buďte k dispozícii, keď má dieťa problém a pomôžte mu ho vyriešiť.

Uľahčite to dieťaťu

Umiestnite vešiacky, police a zásuvky na odkladanie vecí na prístupné miesta.

Stolček pri umývadle v kúpeľni uľahčí dieťaťu umývanie tváre a čistenie zubov.

Podávajte jedlá, ktoré sa ľahko jedia lyžicou.



Vytvorte systém pravidelných činností

Pravidelné činnosti pomôžu dieťaťu včas si osvojiť správne návyky. Dbajte na to, aby si dieťa odkladalo po skončení hry hračky a dávalo špinavé šaty na určené miesto. Takéto činnosti vám a vášmu dieťaťu uľahčia súčasný aj budúci život.

Dávajte dieťaťu jednoduché pokyny

Dávajte dieťaťu zrozumiteľné, jednoduché, postupné pokyny. Používajte slová, ktorým rozumie.

Rozdeľte úlohy do dvoch alebo troch jednoduchých krokov. Potom nechajte dieťa pokúsiť sa urobiť úlohu.

Snažte sa zameriavať na výsledok, nie na proces. Batolátá sa nevyznačujú efektívnosťou.

Často dieťa chváľte a povzbudzujte.

Pracovný list pre rodičov 6

ČO JE NA MNE DOBRÉ

Každý potrebuje povzbudenie - aj rodičia! Uvažujte o svojich prednostiach.

Som dobrý/á v:

Moje dieťa je dobré v:

Ľudia ma majú radi, pretože:

Páči sa mi, keď moje dieťa:

Učím sa:

Moja obľúbená aktivita je:

Prečo ste pre svoje dieťa taký výnimočný/á?

HRA – DOBRODRUŽSTVO V UČENÍ SA BATOLIAT

BATOĽATÁ

Medzi 1. a 3. rokom sa všetky nové schopnosti dieťaťa spoja a pomôžu mu učiť sa rýchlejšie a ľahšie. Je mobilné. Môže sa pohybovať a objavovať. Stôl, ktorý už videlo veľa krát, si teraz môže prezrieť zospodu. Zvládlo zručnosti naťahovať sa za vecami, brať ich do rúk a púšťať ich na zem. Jeho gestikulácia je veľmi expresívna a umožňuje mu klásť otázky alebo prejavovať prekvapenie aj bez slov. Potreba spánku sa znižuje a má viac času na skúmanie. Keďže sa môže v novom prostredí voľne pohybovať, ľahko sa dostane k jednotlivým predmetom, prezerá si ich, dotýka sa, ovoniava a ochutnáva ich, počúva. Pretože je všetko nové, nebude sa nudiť. Berie veci do rúk, len aby ich bralo, púšťa ich z rúk, lebo púšťať veci je zábavné, vkladá si ich do úst, aby ich lepšie spoznalo.

Prvotné skúsenosti s hrou vytvárajú pre batolá prostredie na prvé pokusy vychádzať s ostatnými. Pri vzájomných stretnutiach skúmajú batolá spoluprácu. Prostredníctvom hry sa učia svoje najdôležitejšie úlohy - ako vychádzať s inými deťmi, ako sa správať k dospelým a ako spoznávať samých seba ako spoločenských ľudí.

CIELE

- Skúmať, ako sa detská hra medzi 1. a 3. rokom veku mení.
- Identifikovať charakteristiky efektívnych pomôcok na hranie.
- Začleniť efektívne učebné skúsenosti do každodenných činností.
- Oboznámiť rodičov s možnosťami zlepšovania a podporovania hry svojho dieťaťa.

VŠEOBECNÉ INFORMÁCIE

Skúmanie a experimentovanie

Keďže batolá sú mobilnejšie, hľadajú a nachádzajú veci na skúmanie. Keď vezmú vec do rúk, usilujú sa zistiť, čo sa s ňou dá robiť. Dotýkajú sa jej, stláčajú ju a nechajú spadnúť. Onedlho začnú s vecami experimentovať. Základnou činnosťou je triedenie a zoskupovanie predmetov podľa farby, tvaru a veľkosti. Pozorujú, čo sa deje, porovnávajú svoje zistenia a objavujú odpovede. Potrebujú veľa príležitostí na skúmanie všetkých druhov látok, aby pochopili pojmy z každodenného života ako mokrý, suchý, plný, prázdny, pláva, potopí sa.

Po mesiacoch skúmania začínajú malé deti experimentovať. Potrebujú príležitosti na experimentovanie a používanie predmetov „nesprávnym“ spôsobom. Keď berú predmety do rúk a vkladajú si ich do úst, usilujú sa zistiť, čo sa s nimi dá robiť a akú majú chuť. Dotýkajú sa predmetov prstami, stláčajú ich a nechávajú spadnúť, len aby uvideli, čo sa stane. Pri experimentovaní používajú jeden predmet mnohokrátmi spôsobmi. Experimentovanie pomáha rozvíjať procesy tvorivého myslenia - vykonávať činnosti metódou pokusu a omylu namiesto dodržiavania pravidiel s rizikom neistoty, čo sa stane, ak sa pravidlo nedodrží.



Dieťa sa postupne oboznamuje so zákonitosťami, ktoré riadia správanie sa objektov vo svete. Keď prevrhne *POHÁR VODY, ZAMOČÍ SA; KEĎ PREVRHNE POHÁR PIESKU,* nezamočí sa. Voda mu vsiakne do šiat, ale piesok sa zosype na zem.

Keď batol'a zistí, ako sa správajú rôzne predmety a látky, začne si všímať aj podobnosti a rozdiely medzi nimi. Začne klasifikovať predmety podľa farby, tvaru a veľkosti. Postupne sa zlepšuje jeho schopnosť chápať kategórie predmetov. Malé deti trávajú pri hrách veľa času precvičovaním zručností triediť a klasifikovať predmety.



Imaginatívna hra (hra na niečo)

Schopnosť rozmýšľať v symbolických pojmach, ktorá zohráva hlavnú úlohu v rečovom vývine, dodáva detskej hre úplne nový rozmer. Keď dieťa dosiahne štádium, že vie jednu vec nahradiť (symbolicky vyjadriť) inou - či už je to slovo, ktorým označí vec, ktorú má na mysli, bábika, ku ktorej sa správa, ako by bola bábätkom, alebo kruh a niekoľko čiar na papieri predstavujúce osobu - otvára sa mu bohatý svet fantázie a hier s využitím predstavivosti.

Rozvoj hry na niečo je úzko spojený s rečovým vývinom. Dieťa, ktoré vie používať jednotlivé slová na označenie predmetov, môže predstierať, že prázdny pohár je plný a ono z neho „pije“. Približne v rovnakom čase ako deti začnú spájať dve alebo tri slová do jednoduchých viet, začínajú hru na niečo. Teraz už má niekoľko súčastí. Napríklad, 2-ročné dieťa môže urobiť z prázdneho pohára plný tým, že bude predstierať, že doňho nalieva mlieko, pije mlieko a povie „všetko som vypil“. Od schopnosti predstierať činnosť pomocou jednoduchých predmetov (hrebeň, lyžica, pohár) postupujú deti k schopnosti zahrnúť do činnosti inú osobu (česanie maminých vlasov, kŕmenie bábiky z pohára). Stane sa to približne v rovnakom čase ako začnú používať vety obsahujúce podmet, prísudok a predmet. Dvoj- až trojročné deti začínajú predstierať ešte slobodnejšie a používajú namiesto skutočných predmetov ich náhrady: češú sa pravítkom, bábiku kŕmia kockou zo stavebnice, zo stoličky urobia auto.

Začiatky abstraktného myslenia sa prejavujú schopnosťou batol'aťa hrať sa hry na niečo, ktoré sú plné vymýšľania a predstierania. Batol'atá majú rady veci, ktoré podnecujú ich predstavivosť. Bez pomoci začínajú začleňovať nájdené predmety do svojich predstáv. Deti získavajú veľa sociálnych skúseností z predstierania, že sú niekým iným. Tento druh hry na niečo umožňuje dieťaťu prežívať emócie a riešiť problémy každodenného života v jeho fantázii.

Často sa stáva, že deti nepochopia správne všetky detaily. Neupozorňujte ich zakaždým, keď sa pomýlia. Teraz je dôležité, že majú istotu pokračovať v predstieraní. Ak im vytvoríte dostatočný priestor a čas na hranie, budú sa rozvíjať ich zručnosti rozmýšľať. Tak ako skutoční vedci, aj deti vyžadujú v práci nezávislosť a ukážu vám výsledky, až keď prácu dokončia.

Poskytnite deťom dostatok času na uplatňovanie fantázie a precvičovanie nových zručností. Dieťa má pri hre situáciu vo svojich rukách. Bude skúmať rôzne situácie a činnosti, aby zistilo, ktorá sa osvedčí. Hra má pre malé deti neoceniteľný význam.

POMÔCKY NA HRANIE PRE 1- AŽ 3-ROČNÉ DETI

DISKUSIA V SKUPINE

Nie všetky hračky majú rovnakú hodnotu. Niektoré umožňujú deťom používať fantáziu, ďalšie podporujú rozvoj jemnej motoriky, iné zas nemajú konkrétny efekt. Nezabúdajte, jedny z najlepších hračiek sú potreby v domácnosti. Nie všetky hračky sa páčia všetkým deťom. Jedno sa môže veľmi rado hrať s cestom na hranie, kým iné to nudí.

Rozdajte účastníkom pracovný list „Pomôcky na hranie pre vaše 1-3-ročné dieťa.“ Prečítajte si spoločne tabuľku. Opýtajte sa účastníkov na prípadné otázky.

VAŠE 1-3-ROČNÉ DIEŤA

<i>Ked' vaše dieťa</i>	<i>Čo ho bude baviť</i>	<i>Prečo sú tieto hračky potrebné</i>
Samo chodí	Hračky, v ktorých môže sedieť a voziť sa, hračky, ktoré môže tlačiť alebo ťahať, hupacie hračky, veľké lopty, detský kočík alebo fúrik.	Na posilnenie nôh a zlepšenie rovnováhy. Aby objavilo vzrušenie z rýchlosti a pohybu.
Prestalo si vkladat' veci do úst	Piesok, voda, cesto na hranie, farby na maľovanie prstami, vyfarbovanie.	Aby objavovalo a učilo sa rozoznávať štruktúry, farby a tvary a nachádzalo v nich potešenie. Aby sa učilo vyjadrovať svoje myšlienky.
Uchopuje malé predmety a prekladá ich z ruky do ruky	Jednoduché skladačky, triedič tvarov, veľké stavebnicové kocky, stavebnicové diely, ktoré do seba zapadajú, dierovaná doska, do ktorej sa dajú zastrkávať kolíky, veľké drevené guľky/šnúra s guľkami.	Na podporu samostatného myslenia a riešenia problémov. Aby sa ľahšie učilo rozoznávať farby a tvary. Na zlepšenie koordinácie rúk a očí a rúk.
Začína opakovať a napodobňovať vaše činnosti.	Čiapky a jednoduché súčasti odevu na prezliekanie, skutočné a imaginárne potreby do domácnosti, bábiky a plyšové zvieratká, autíčka, domček pre bábiky, bábky, knihy o ľuďoch.	Na rozvoj fantázie a sociálnych zručností. Aby sa vedelo ľahšie prispôbovať každodennému životu a dospievať v ňom prostredníctvom hier na niečo a objavovania.

AKTIVITA

AKÁ HRAČKA JE VHODNÁ?

V tejto aktivite budú účastníci diskutovať o tom, ako zistiť, ktoré učebné pomôcky podporujú vývin dieťaťa. Začnite diskusiu nasledujúcimi otázkami:

- Akú „najlepšiu hračku / hru“ ste mali v detstve? V čom bola jedinečná?
- Akú najlepšiu hračku / hru pre vaše dieťa ste kúpili/ vyrobili? Čo sa vám na nej páčilo?

Zapíšte odpovede účastníkov na flipčartový papier a stručne ich zhrňte s dôrazom na nasledujúce informácie:

- Nie všetky hračky sú rovnocenné. Niektoré umožňujú deťom používať fantáziu, ďalšie podporujú rozvoj jemnej motoriky, iné nemajú na dieťa zvláštny vplyv.
- Jedny z najlepších hračiek sú potreby v domácnosti. Nie všetky hračky sa budú páčiť všetkým deťom. Kým jedno sa bude rado hrať s cestom na hranie, iné sa bude pri tom nudiť.
- Rešpektujte pocity detí z hračiek. Dávajte pozor, aby ste hračky automaticky nerozdeľovali na chlapčenské a dievčenské. Napríklad kuchynské predmety sú zaujímavé aj pre chlapcov a mnohé dievčatá sa rady zahrajú s autami a nákladnými autami.

AKTIVITA VO DVOJICIACH

Na flipčartový papier nakreslite obrys postavy dieťaťa. Rozložte na stôl kartičky s obrázkami hračiek (opíšeme ďalej). Požiadajte dvojice rodičov, aby si vybrali jednu kartičku. Povedzte im, aby si prečítali opis hračky a diskutovali o nasledujúcich otázkach:

- Pre aký vek je táto hračka vhodná?
- Akú oblasť vývinu podporuje?
- Bude vaše dieťa dlho zaujímať a bude s ňou vyrastať?
- Možno túto hračku používať viacerými, alebo len jedným spôsobom?
- Možno sa s ňou bezpečne hrať?
- Nedá sa ľahko pokaziť?
- Čo z domácich vecí môžete použiť na rovnaký účel?

Opýtajte sa rodičov, či by odporúčali jednotlivé hračky ako vhodné učebné pomôcky. Ak áno, požiadajte ich, aby pripevnili kartičku na flipčartový papier k oblastiam vývinu, ktoré hračka podporuje. Pokračujte dovtedy, kým nevyhodnotíte všetky hračky.

Poznámka k príprave pre školiteľov: Pripravte 20 kartičiek s obrázkom hračky na jednej strane a jej opisom na druhej strane. Na obrázkoch by mali byť pomôcky/ hračky pre rôzne vekové kategórie. Neobmedzujte hračky na výchovno-vzdelávacie alebo „dobré“. V katalógoch, časopisoch a novinách nájdete vhodné obrázky a opisy hračiek. Na flipčartový papier nakreslite dieťa a označte oblasti vývinu:

Hlava = intelektuálne schopnosti, myslenie, reč

Srdce = emócie, pocity

Ruky = jemná motorika

Trup, ramená, nohy = hrubá motorika

ALTERNATÍVNA AKTIVITA: PRACOVNÉ OKNÁ

Vyzvite účastníkov, aby si v malých skupinách prečítali pracovný list „Aký druh pomôcok je vhodný na hranie?“ Požiadajte jednotlivé skupiny, aby vyplnili tabuľky a doplnili ich návrhmi ďalších pomôcok, ktoré považujú za efektívne. Môžete tiež rodičov požiadať, aby túto aktivitu urobili doma.

Na záver stretnutia vyzvite rodičov, aby uviedli všeobecné charakteristiky efektívnej hračky pre deti. Rozdajte im pracovný list „Aká učebná hračka je vhodná?“

Vhodné pomôcky na hranie a učenie majú niekoľko vlastností:

- Nedajú sa ľahko pokaziť a skladajú sa len z niekoľkých nevyhnutných súčastí. Hračky, ktoré sa ľahko pokazia, vyvolávajú v deťoch pocit neobratnosti, viny a nezodpovednosti.
- Možno ich používať viacerými spôsobmi. Pomôcky ako hlina, cesto na hranie, pastelky, stavebnice, kocky a bábiky poskytujú deťom na hranie veľa rôznych možností.
- Možno ich rozobrať a znova poskladať rôznym spôsobom.
- Zohľadňujú vek a vývinové štádium detí - vekové rozpätie je označené na obale.
- Sú bezpečné. Nemajú malé súčasti, ktoré by dieťa mohlo prehltnúť. Nemajú ostré hrany. Nie sú toxické ani horľavé. Dajú sa umývať.
- Podnecujú dieťa k hre s nimi rôznym spôsobom.
- Podnecujú dieťa k prejavom citu a starostlivosti o bábiky, podporujú hry s predstavivosťou a rozprávanie príbehov.
- Pomáhajú deťom vystupovať v rôznych úlohách - šaty na prezliekanie, potreby na vedenie domácnosti, bezpečné nástroje a nádoby.

Porovnajte vyjadrenia účastníkov s týmto pracovným listom. Chýba niečo? Podľa potreby zoznam doplňte na základe odpovedí účastníkov.

DOMOV: NAJDÔLEŽITEJŠIA UČEBŇA VÁŠHO DIEŤAŤA

Rodičia sú skutočne prví a najdôležitejší učitelia svojich detí. Neznamená to ale, že musíte doma vytvoriť atmosféru ako v školskej triede s formálnym vyučovaním! Malé deti sú frustrované, keď sú nútené učiť sa spôsobom, ktorý je pre ne náročný. Ak dieťa nútite hrať sa s príliš zložitými pomôckami, očakávate od neho oveľa viac, ako je schopné.

Vaše každodenné činnosti dieťa fascinujú. Napríklad párovanie ponožiek je pre vás zväčša nudná, opakujúca sa povinnosť; ale pre 3-ročné dieťa je zaujímavé, zábavné a vzrušujúce zoskupovať veci rovnakej farby.

Váš domov je prvou učebňou vášho dieťaťa a jeho preskúmanie vyžaduje čas. Dá sa tam tak veľa naučiť! S rastúcou mobilitou môžu deti brať veci do rúk a hrať sa s nimi, skúmať ich a niečo s nimi robiť. Malé deti nadchýňajú rôzne predmety každodennej potreby - hrnce a panvice, škatule rôznych veľkostí, tvarov a z rôznych materiálov, nádoby - možností je nekonečne veľa. Poskytnite im pomôcky, ktoré im umožnia skúmať a experimentovať - vhodné je čokoľvek, vrátane vecí na vyhodenie a odpadového materiálu.

A K T I V I T A

HRA S KARTIČKAMI

Rozpočítajte účastníkov na prvých a druhých. Všetkých prvých nechajte vybrať si kartičku s aktivitou; všetci druhí si vyberú kartičku s hrou. Požiadajte účastníkov, aby vstali a našli si partnera s iným druhom kartičky. Vyzvite ich, aby porozmýšľali, ako by mohli aktivitu na kartičke pretvoriť na hravú skúsenosť pre dieťa, uvedenú na druhej kartičke. Požiadajte dobrovoľníkov, aby predviedli svoje nápady.

Poznámka pre školiteľov: Pripravte si dve sady kartičiek. Na jednu sadu kartičiek napíšte aktivity, na druhú hry. Jednotlivé sady kartičiek môžete farebne odlíšiť.

Kartičky s hrami

Riekanka, Pieseň, Bábka z ponožky, Výroba knihy, Hračky na rozvíjanie jemnej motoriky, Tanec, Rozprávanie príbehu, Aktivita na rozvoj hrubej motoriky, Hranie sa hry, Prstová hra, Čítanie knihy

Kartičky s aktivitami

Obliekanie, Varenie večere, Kúpanie, Čakanie, kým príde na rad, Pobyť vonku, Skladanie bielizne, Čakanie na autobus, Príprava na pobyt vonku, Jedenie, Čas ísť spať

DOMÁCA AKTIVITA

Rozdajte účastníkom pracovný list „Všade sa hrám a učím“. Požiadajte ich, aby uvažovali o možnostiach používania predmetov každodenného života tvorivým spôsobom. Vyzvite ich, aby sa pripravili na prezentáciu svojich myšlienok v diskusii na nasledujúcom stretnutí.

Sociálny vývin a hra

V období medzi 1. a 2. rokom veku sa výrazne mení vnímavosť detí na iné deti. Zatiaľ čo pre dojčatá je zaujímavé pozorovať iné deti z určitej vzdialenosti, batolátá sa obvykle s nadšením hrávajú vedľa iných detí alebo aj s nimi. Nevydržia sa dlhšie hrať spolupracujúcim spôsobom, ale množstvom signálov naznačujú, že sa snažia s ostatnými vychádzať.

Rodičia môžu podporovať ročné dieťa hrať sa s rovesníkmi, ale kým nedovŕši tri roky, sú jeho pokusy hrať sa spoločne s inými náročné. Všimnite si, ako sa dve batolátá hrajú vedľa seba. Zdalo by sa, že sa navzájom nevnímajú. Ale keď sa lepšie prizriete, zistíte, že sa hrajú takmer rovnako. Pri takejto „paralelnej hre“ dve deti robia súčasne to isté, ale samostatne. Deti sa môžu vedľa seba hrať veľmi dlho. Zdá sa, akoby sa navzájom na seba vôbec nepozerali. Preberajú však jeden od druhého veľa prvkov správania pri hre.

S blížiacimi sa tretími narodeninami začína deti baviť spoločná hra. Deti, ktoré majú veľa skúseností so skupinou iných detí alebo jedným priateľom, prechádzajú týmto štádiom oveľa skôr. Pri spoločnej hre si navzájom pomáhajú osvojovať nové zručnosti. Čochvíľa prídu s tvorivou myšlienkou, spontánnym riešením problému alebo novými slovami, ktoré predtým nepoužívali.

Spoločné hry detí v tomto veku vyústia veľakrát do hádok, najmä pre hračku alebo inú vec, ktorá jednému patrí. Aj keď majú dve rovnaké hračky, pustia sa do seba kvôli jednej z nich. V skutočnosti sú tieto nezhody cennou skúsenosťou. Deti sa nemusia hneď naučiť podeliť sa o hračky, ale začínajú si uvedomovať, že sa môžu dohovárať a vyjednávať a nakoniec sa im to, aspoň na istý čas, podarí.

DISKUSIA V SKUPINE RODIČOV

Na úvod diskusie položte tieto otázky:

- Hráva sa vaše batolá rado s inými batolátami?
- Aké faktory podľa vás ovplyvňujú jeho túžbu hrať sa s ostatnými deťmi?
- Ako sa v období od 1. do 3. roka zmenil vzťah vášho dieťaťa k iným deťom?
- Je pre vaše batolá ťažké podeliť sa s ostatnými? Ako mu pomáhate naučiť sa to?

MÔŽU SA HRAŤ AJ RODIČIA?

Pre batolátá sú kľúčom k hre, hračkám a kamarátom pri hre rodičia. Deti majú sklon vo všetkom ich napodobňovať - aj v priatelení sa s inými ľuďmi. Batolátá sledujú, ako sa rodičia k ľuďom približujú, alebo odvrátia od nich. Rovnako pristupujú k svojim kamarátom. Deti v tomto veku majú väčší úžitok z hry s rodičmi ako s inými deťmi. Rodič môže slovom alebo gestom podporiť záujem dieťaťa a predĺžiť rozsah jeho pozornosti. Rodičia sú prínosom, keď v kľúčových momentoch zasiahnu a pomôžu deťom lepšie spolu vychádzať, navrhnu stratégie a rozšíria hru, znovu usporiadajú hračky, ktoré deti pomiešali. Rodič môže vstúpiť do hádky dvoch detí kvôli hračke a navrhnúť, aby porozmýšľali, ako by sa mohli o hračku podeliť. Rodičia však musia dbať na to, aby hru detí príliš neriadili. Mohlo by to viesť k strate záujmu detí o hru.

V tomto veku môžu rodičia urobiť veľa, aby umožnili dieťaťu hrať sa. Kľúčovým slovom je však „umožnili“. Ich úlohou je ponúkať dieťaťu príležitosti - pomôcky, prostredie, príklad a povzbudenie - na radostnú a produktívnu hru. Potom by mali dieťa nechať hrať sa. Rodičia dieťaťu poskytujú podporu a povzbudenie, motivujú ho dosahovať pri hre vyššie ciele. Môžu mu ponúknuť pomoc, keď túžba prevyšuje jeho schopnosti. Umenie hrať sa s deťmi spočíva v tom, že im prenecháte za hru zodpovednosť.

DISKUSIA V SKUPINE RODIČOV

Požiadajte účastníkov, aby navrhli, akým spôsobom by mohli participovať na hre dieťaťa. Zhrňte diskusiu a doplňte nasledujúce informácie, ak ich účastníci neuviedli.

Ponúknuť fyzickú pomoc

Dieťa je veľmi malé a fyzicky slabé. Často si premyslí plán, ale keď mu fyzické schopnosti nestačia na jeho uskutočnenie, je frustrovaný. Pomôžte mu svojou koordináciou, výškou a silou, ale dbajte na to, aby ste mu umožnili objavovať riešenia.

Ponúknuť spoluprácu

Niektoré hry si vyžadujú partnera. Dieťa sa nemôže hrať na naháňačku, ak nemá kto za ním utekať. Nemôže kotúľať a chytať loptu, ak nemá partnera.

Poskytovať návrhy

Dieťa s radosťou prijme vaše návrhy, ak sú starostlivé a prichádzajú v správnom čase. Ak sa hrá s pieskom, môžete mu ukázať, ako má postaviť hrad. Či sa o to pokúsi alebo nie, nezasahujte do jeho plánu.

Pomôcť mu sústrediť sa

Dieťa môže mať problém so sústredením sa na náročné úlohy - najmä ak musí nehybne sedieť. Ak si k nemu prisadnete, budete sa s ním rozprávať, podporíte a povzbudíte ho, bude schopné pokračovať dlhšie. Splnenie náročnej úlohy, ktorú si samo stanovilo, je výborný spôsob na zvýšenie sebavedomia a sebaúcty.

Pomôcť mu podeliť sa s ostatnými deťmi

Podeliť sa o obľúbené veci je pre malé deti často ťažké. Ešte nie sú dostatočne veľké na to, aby „sa za seba bili“, „hrali férovo“, „striedali sa“ alebo „boli milé k hosťom“. Pomáhajte dieťaťu a jeho kamarátom naučiť sa podeliť tak, že všetkým dáte rovnaké hračky a necháte ich robiť čo chcú bez toho, aby ste zasahovali.

Záver

- Účelom hry je zabaviť sa. Výsledkom hry je fyzický, sociálny, emocionálny a intelektuálny vývin.
- Dôležité je, aby rodičia podporovali všetky druhy hier. Pohybové a verbálne, samostatné a skupinové, tiché a hlasné, ako aj hry na niečo.
- Hra je pre deti veľmi dôležitá. Rodičia musia deťom poskytnúť veľa neštruktúrovaného času na hranie a používanie fantázie, vhodné hračky, pomôcky a bezpečné prostredie na hranie.
- Prostredníctvom hry sa deti učia chápať roly dospelých. Napríklad hra na niečo pomáha deťom spracovať množstvo vecí, ktoré ich mätú alebo znepokojujú.
- Rodičia dieťaťu môžu pomáhať zapojením sa do hry. Dbajte na to, aby ste pri hre rešpektovali predstavy a záujmy dieťaťa.
- Vy máte kľúč k hre dieťaťa, jeho hračkám a kamarátom pri hre. V tomto veku môžu rodičia urobiť veľa, aby umožnili dieťaťu hrať sa, ale kľúčovým slovom je „umožniť“. Umenie hrať sa s dieťaťom spočíva v tom, že mu prenecháte nad hrou kontrolu.
- Buďte tvoriví! Snažte sa nachádzať spôsoby, ako urobiť z každodenných činností vzrušujúci, hravý a zábavný zážitok.

Literatúra

- Gee, Robyn and Meredith, Susan. Entertaining and Educating Babies and Toddlers. London, England:Usborne Publishing Ltd., 1993.
- Nelson, M.F.; Letourneay, S. and Smerlinder, J. Parents and Children at Play: Activity Kit. Minneapolis, MN: Meld Publications, 2002.
- Nelson, M., and A. W. Smalley, eds. The New Middle of the Night Book. Minneapolis, Minn.: Meld Publications, 1999.
- Palfry, J., I. Schulman, S. Katz, and M. New. The Disney Encyclopedia of Baby and Child Care. Vol. 1. New York: Hyperion, 1995.
- Shelov, Steven P., ed. The American Academy of Pediatrics: Caring for Your Baby and Young Child. New York: Bantam Books, 1998.

Pracovný list pre rodičov 1

Pomôcky na hranie pre vaše 1- až 3-ročné dieťa

<i>Ked' vaše dieťa</i>	<i>Čo ho bude baviť</i>	<i>Prečo sú tieto hračky potrebné</i>
Samo chodí.	Hračky, v ktorých môže sedieť a voziť sa, hračky, ktoré môže tlačiť alebo ťahať, hupacie hračky, veľké lopty, detský kočík alebo fúrik.	Na posilnenie nôh a zlepšenie rovnováhy. Aby objavilo vzrušenie z rýchlosti a pohybu.
Prestalo si vkladat' veci do úst.	Piesok, voda, cesto na hranie, farby na maľovanie prstami, vyfarbovanie.	Aby objavovalo a učilo sa rozoznávať štruktúry, farby a tvary a nachádzalo v nich potešenie. Aby sa učilo vyjadrovať svoje myšlienky.
Uchopuje malé predmety a prekladá ich z ruky do ruky.	Jednoduché skladačky, triedič tvarov, veľké stavebnicové kocky, stavebnicové diely, ktoré do seba zapadajú, dierovaná doska, do ktorej sa dajú zastrkávať kolíky, veľké drevené guľky/šnúra s guľkami.	Na podporu samostatného myslenia a riešenia problémov. Aby sa ľahšie učilo rozoznávať farby a tvary. Na zlepšenie koordinácie rúk a očí a rúk.
Začína opakovať a napodobňovať vaše činnosti.	Čiapky a jednoduché súčasti odevu na prezliekanie, skutočné a imaginárne potreby do domácnosti, bábiky a plyšové zvieratká, autíčka, domček pre bábiky, bábky, knihy o ľuďoch.	Na rozvoj fantázie a sociálnych zručností. Aby sa vedelo ľahšie prispôbovať každodennému životu a dospievať v ňom prostredníctvom hier na niečo a objavovania.

AKÝ DRUH POMÔCOK JE VHODNÝ NA HRANIE?

Deti sa budú hrať takmer so všetkým - kúskom látky, plastovou fľašou, lyžičkami, prázdnyimi škatuľami. 1- až 2-ročné deti fascinuje množstvo bežných predmetov - hrnce a panvice, škatule rôznych tvarov a veľkostí, nádoby. Potrebujú pomôcky, ktoré im umožňujú skúmať a experimentovať - hodí sa čokoľvek, aj veci na vyhodenie a odpadový materiál.

Dôležité je pamätať na to, že v rôznom veku deti potrebujú rôzne pomôcky na hranie, aby si mohli precvičovať nové zručnosti. Uvedieme niekoľko podnetov. Čo iné by ste ešte navrhli?

1. Keď vie vaše dieťa chodiť, potrebuje veci na posilnenie nôh a zlepšenie rovnováhy.

Čo sa mu páči?

- Metly
- Fúriky
- Hračky, ktoré môže tlačiť a ťahať za sebou

Čo sa mu ešte páči?

2. Keď si vaše dieťa prestane vkladať všetko do úst, potrebuje veci, ktoré mu pomôžu objavovať a rozoznávať štruktúru, farby, veľkosti a tvary a tešiť sa z nich.

Čo sa mu páči?

- Piesok
- Mušle
- Farby, ktorými môže maľovať prstami
- Zem
- Hra s vodou
- Hlina

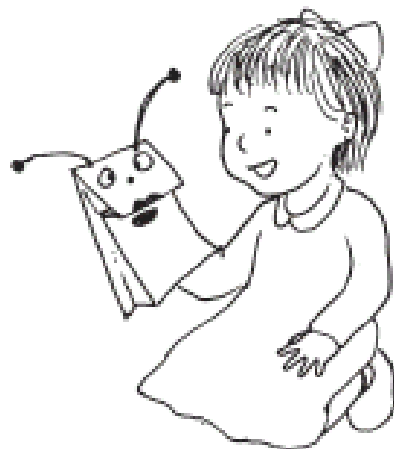
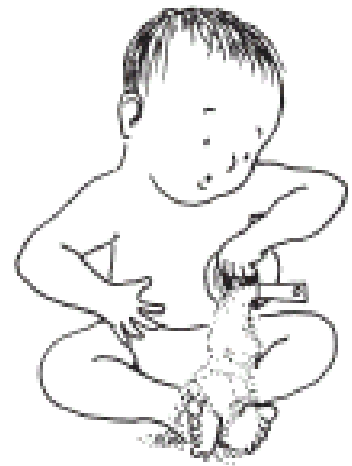
Čo podľa vás sa mu ešte páči?

3. Keď vie vaše dieťa držať v rukách malé predmety a prekladať ich z ruky do ruky, bude potrebovať veci, ktoré mu pomôžu premýšľať a riešiť problémy. Dôležité sú pomôcky, ktoré mu pomôžu rozoznávať farby a tvary a podporiť zručnosti rúk a prstov.

Čo sa mu páči?

- Jednoduché skladačky
- Škatule, vrchnáky
- Kruhy a guľky
- Triediče tvarov
- Stavebnicové kocky
- Predmety, ktoré do seba zapadajú

Čo sa mu ešte páči?





4. Keď dieťa začne napodobňovať vaše správanie, poskytnite mu veci, ktoré podporia rozvoj jeho predstavivosti a sociálnych zručností a pochopenie spoločenských pravidiel prostredníctvom hry na niečo.

Čo sa mu páči?

- Šaty na prezliekanie
- Skutočné a imaginárne predmety v domácnosti
- Mäkké bábiky a bábky
- Autíčka
- Obrázkové knihy
- Pastelky a papier

Čo podľa vás sa mu ešte páči?

Pracovný list pre rodičov 2

VŠADE SA HRÁM A UČÍM

Uvažujte, ako pomôcť batol'at'u každý deň sa naučiť niečo nové. Zapište svoje návrhy. Začnite jednoduchými úlohami. Keď ich dieťa zvládne, môžete vyskúšať zložitejšiu úlohu. Prejdite sa po byte a uvažujte, čo všetko by mohlo podporiť dieťa v učení rozvíjať jeho myslenie? Uvažujte, aké skúsenosti pomôžu rozvíjať jazyk a počúvanie, pamäť, počítanie a triedenie. Ako môžu deti využívať pri učení svoje zmysly (čuch, sluch, chuť a hmat)? Dôležité je pritom zabezpečiť odvážnemu žiačikovi bezpečné prostredie.

Pamätajte, že vaše batol'a najradšej vykonáva činnosti spolu s vami. Vzrušenie z novej úlohy a vaša prítomnosť ho robí šťastným. Venujte čas počúvaniu vášho dieťaťa a rozprávaniu sa s ním. Takmer všetko, čo s dieťaťom robíte, je príležitosťou pre vás oboch učiť sa.

Kde ste? Čo môžete urobiť?

Práčovňa

Kuchyňa

Kúpeľňa

Spálňa

Obývacia izba

Vonku

Pracovný list pre rodičov 3

AKÁ HRAČKA JE PRE VAŠE DIEŤA VHODNÁ?

Zamysleli ste sa niekedy nad tým, aká hračka je pre vaše dieťa vhodná? Ako vekovo primerané učebné pomôcky podnecujú rast a vývin vášho dieťaťa? Vhodné pomôcky na hranie a učenie majú nasledujúce vlastnosti:

- Nedajú sa ľahko pokaziť a skladajú sa len z niekoľkých nevyhnutných súčastí. Hračky, ktoré sa ľahko pokazia, vyvolávajú v deťoch pocit neobratnosti, viny a nezodpovednosti.
- Možno ich používať viacerými spôsobmi. Pomôcky na hranie ako hlina, cesto na hranie, pastelky, stavebnice, kocky a bábiky poskytujú deťom veľa rôznych možností.
- Možno ich rozobrať a znova poskladať rôznym spôsobom.
- Zohľadňujú vek a vývinové štádium detí - vekov.
- Sú bezpečné. Nemajú malé súčasti, ktoré by dieťa mohlo prehltnúť. Nemajú ostré hrany. Nie sú toxické ani horľavé. Dajú sa umývať.
- Podnecujú dieťa k tomu, aby sa s nimi hralo rôznym spôsobom.
- Podnecujú dieťa k prejavom citu a starostlivosti o bábiky, podporujú hry s predstavivosťou a rozprávanie príbehov.
- Pomáhajú deťom vystupovať v rôznych úlohách - šaty na prezliekanie, potreby na vedenie domácnosti, bezpečné nástroje a nádoby.



Pracovný list pre rodičov 4

MÔŽU SA HRAŤ AJ RODIČIA?

Pomáhajte batolaťu hrať sa a rozmýšľať

Pri hre chce byť batola blízko vás a uvíta vašu pomoc a participáciu. Nepotrebuje a ani nechce, aby ste mu hovorili, čo má robiť. Jeho hra spočíva v skúmaní, objavovaní a experimentovaní. Ak budete nástojiť na tom, že mu ukážete správny spôsob a zodpoviete jeho otázky, zmaríte proces učenia. Vhodne sa zapojiť do hry s dieťaťom znamená dovoliť mu byť vodcom. Nasledujúce návrhy vám pomôžu obohatiť hru s batolaťom a zároveň nájsť v nej potešenie.

Ponúknite dieťaťu fyzickú pomoc

Dieťa je veľmi malé a fyzicky slabé. Často si premyslí plán, ale keď mu fyzické schopnosti nestačia na jeho uskutočnenie, je frustrované. Pomôžte mu pri koordinácii pohybov, podajte mu predmety, ktoré nedočiahne alebo sú preň ťažké, ale dbajte na to, aby ste ho nechali objavovať riešenia.

Ponúknite mu spoluprácu

Niektoré hry si vyžadujú partnera. Dieťa sa nemôže hrať na naháňačku, ak za ním nemá kto utekať. Nemôže kotúľať a chytať loptu, ak nemá partnera.

Poskytnite návrhy

Dieťa s radosťou prijme vaše návrhy, ak sú starostlivé a prichádzajú v správnom čase. Ak sa hrá s pieskom, ukážte mu, ako postaviť hrad. Či sa o to pokúsi alebo nie, nezasahujte do jeho plánu.

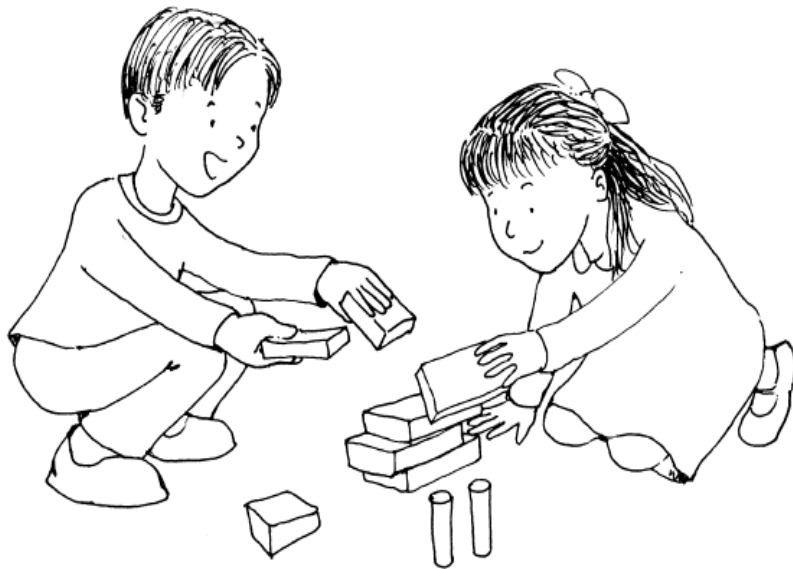
Pomôžte mu sústrediť sa

Dieťa môže mať problém so sústredením sa na náročné úlohy - najmä ak musí nehybne sedieť. Ak si k nemu prisadnete, budete sa s ním rozprávať, podporíte a povzbudíte ho, bude schopné pokračovať dlhšie. Splnenie náročnej úlohy, ktorú si samo stanovilo, je výborný spôsob na zvýšenie sebavedomia a sebaúcty.



Pomôžte mu deliť sa s ostatnými deťmi

Deliť sa o obľúbené veci je pre malé deti často ťažké. Ešte nie sú dostatočne veľké na to, aby sa „za seba bili“, „hrali férovo“, „striedali sa“ alebo „boli milé k hosťom“. Pomáhajte dieťaťu a jeho kamarátom učiť sa podeliť tak, že všetkým dáte rovnaké hračky a necháte ich robiť čo chcú bez toho, aby ste zasahovali.



ZÁBAVA S KNIHAMI



POČAS PRVÝCH MESIACOV A ROKOV ŽIVOTA ZAČÍNAJÚ

skúsenosti dieťaťa s jazykom a gramotnosťou formovať základ pre ich neskorší úspech v čítaní. Výskumy zhodne ukazujú, že čím viac deti vedia o jazyku a gramotnosti pred nástupom do školy, tým lepšie sú vybavené na úspech v čítaní.¹

Gramotnosť zahŕňa štyri základné schopnosti a s nimi súvisiace zručnosti - čítanie, písanie, rozprávanie a porozumenie. V minulosti prevládal názor, že ide o izolované zručnosti, ktoré sa rozvíjajú v stanovenom poradí. Domnievali sme sa napríklad, že dieťa sa najskôr naučí rozumieť jazyku a potom začne rozprávať. Až keď si osvojí tieto zručnosti, môžeme ho učiť čítať a písať. V dôsledku tohto prístupu začínalo formálne vyučovanie gramotnosti v škole, keď sa predpokladalo, že dieťa je „pripravené učiť sa“. Detským knihám a čítaniu rodičov nahlas doma sa venovala malá pozornosť. V súčasnosti sa pedagógovia domnievajú, že zručnosti gramotnosti sa začínajú rozvíjať v útlom veku a veľký vplyv na ich rozvoj má prostredie.

CIELE

- Pochopiť dôležitosť kontaktu detí s knihami a čítania od útleho veku.
- Oboznámiť sa s vývinovými štádiami ranej gramotnosti.
- Precvičiť si zručnosti hlasného čítania s malými deťmi.
- Vytvoriť knihy na čítanie s deťmi.

VŠEOBECNÉ INFORMÁCIE

Raná gramotnosť je založená na novom chápaní rozvíjania zručnosti detí čítať, písať a rozprávať. V súčasnosti sa pedagógovia domnievajú, že zručnosti gramotnosti sa začínajú rozvíjať v útlom veku a veľký vplyv na ich rozvoj má prostredie. Napríklad jazykový vývin začína dávno predtým, ako deti začnú rozprávať, pričom významnú úlohu zohrávajú interakcie s ľuďmi a vecami. Malé deti si prvé zručnosti gramotnosti neosvojujú prostredníctvom formálneho vyučovania. Tieto zručnosti sa objavujú ako reakcia na primeranú stimuláciu zo strany rodičov a opatrovateľov.

ZÁKLADY REČOVÉHO VÝVINU A GRAMOTNOSTI V RANOM VEKU

Jazyk	Knihy	Písmo	Písanie
Počúvanie	Zaobchádzanie s knihami (napr. obracanie stránok, schopnosť odlíšiť prednú a zadnú stranu knihy)	Charakterizovanie obrázkov	Čmáranie
Gestikulácia	Komentovanie obrázkov	Rozpoznávanie písmen a slov, ktoré dieťa vidí	Kreslenie
rozpoznateľných		mimo domova	postáv
Jednotlivé slová písanie	Rozprávanie príbehu	Rozpoznávanie známych slov (napr. meno)	Predstierané
Dvoj - trojslovné slovné spojenia	Predstierané čítania	Pomenúvanie písmen	Písanie tlačенých písmen
Vety, ktoré používajú dospelí meno)	Záujem o text	Schopnosť spájať písmená a hlásky	Písanie známych slov (napr.
		Čítanie jednoduchých slov	

Štúdie interakcií medzi rodičom a dieťaťom opisujú proces, pri ktorom dospelý usmerňuje a podporuje učenie sa dieťaťa tak, že nadväzuje na jeho predchádzajúce vedomosti a zručnosti. Tento proces sa označuje termínom „rozvíjajúce vyučovanie“. Bol pretransformovaný do konkrétnych vyučovacích stratégií, ktoré sa používajú na hodnotenie a vyučovanie zručností gramotnosti detí s oneskoreným rečovým vývinom a detí pochádzajúcich z odlišného kultúrneho prostredia. Efektívne rozvíjajúce vyučovanie umožňuje pružne reagovať na dieťa a využíva množstvo stratégií. Reflektuje princíp, že učiteľ umožňuje dieťaťu prebrať vedenie učebného procesu.

Uplatnenie tohto princípu je jedným z charakteristických aspektov vyučovania primeraného vývinu dieťaťa a jeho pozitívny vplyv na raný rečový vývin bol dostatočne zdokumentovaný pre normálne sa vyvíjajúce deti, ako aj deti s učebnými ťažkosťami.

DISKUSIA V SKUPINE RODIČOV

ČÍTANIE JE PODSTATNÉ

Požiadajte účastníkov, aby v celej skupine diskutovali o nasledujúcej otázke:

- Prečo je veľmi dôležité, aby deti mali od útleho veku kontakt s knihami a čítaním?

Zapíšte odpovede na flipčartový papier, prečítajte a zhrňte ich, aby ste sa presvedčili, že všetci pochopili informácie o vývine mozgu.

Mozog reaguje na podnety z prostredia. Nové výskumy vývoja mozgu zdôrazňujú význam prvých rokov života. Prostredníctvom čítania podporujeme vývoj a komplexnosť mozgu dieťaťa. Vieme, že čítanie nahlas je podstatnou činnosťou v procese vývinu gramotnosti a neskoršieho úspešného čítania. Zistilo sa, že deti, ktorým čítajú od útleho veku, sa ľahšie učia čítať a oboznámenie sa s tlačeným písmom v ranom veku je dôležitou súčasťou vývinu gramotnosti. Deti, ktoré prichádzajú do kontaktu s knihami, sa učia interpretovať obrázky, sledovať príbeh a chápať, že tlačené slovo má svoj význam. Tieto prvé gramotnostné zručnosti sú krokmi v rozvoji gramotnosti. Pozitívne skúsenosti v útlom veku pomáhajú deťom asociovať si knihy s rodičovskou láskavosťou, pozornosťou a akceptáciou.

Ďalšie informácie, na ktoré môžete v diskusii upozorniť:

- Ako rodič ste najdôležitejším učiteľom v živote dieťaťa. Pomáhate mu vytvoriť si základ celoživotnej lásky ku knihám a učeniu. Môžete mu pomôcť učiť sa čítať, písať, rozprávať a pozorne počúvať.
- Väčšina ľudí sa domnieva, že vzdelávanie sa začína až nástupom dieťaťa do školy. Už dlho predtým mu však rôznym spôsobom môžete pomôcť rozvíjať zručnosti potrebné v škole. Deti, ktoré majú veľa rôznych skúseností s čítaním doma, majú väčšiu šancu, že nastúpia do školy pripravené učiť sa čítať a písať.
- Čítanie je aj veľká zábava. Otvára úplne nový svet vzrušenia a dobrodružstva. Podnecuje myslenie a fantáziu dieťaťa. Keď si s dieťaťom spoločne sadnete ku knihe, prehlbuje sa váš vzťah.
- Deti sa najlepšie učia čítať a písať, keď sa venujú zmysluplným činnostiam. Dieťa môžete podporiť v učení a uviesť ho do sveta čítania a písania tak, že mu poskytnete také isté príležitosti a trpezlivosť, ako keď sa učilo rozprávať. Keď deti robia chyby pri rozprávaní, málokedy ich vnímame negatívne. V rovnakom duchu by sa dieťa malo vydať na vzrušujúcu cestu čítania a písania.

Teraz je vhodný čas rozdať účastníkom pracovný list „Kroky v rozvoji zručností gramotnosti.“

Čítanie s deťmi nahlas

DISKUSIA V SKUPINE RODIČOV

Začnite diskusiu nasledujúcou aktivitou vo dvojiciach. Požiadajte účastníkov, aby vo dvojiciach diskutovali o týchto otázkach:

- Na čo si spomínate zo svojho detstva v súvislosti s učením sa čítať?
- Bolo to príjemné?
- Čítate svojim deťom?
- Čo sa vám na tom páči?

Vyzvite niekoľkých účastníkov vyjadriť sa k otázkam.

AKTIVITA

Hranie rolí: Čítanie obrázkových kníh²

Bolo zistené, že jazyk spojený s čítaním obrázkových kníh, je podstatnou skúsenosťou, ktorá vedie k školskej úspešnosti. Kontakt s obrázkovými knihami poskytuje malým deťom množstvo príležitostí na osvojovanie jazyka a prvých gramotnostných zručností. Atmosféra pri čítaní obrázkových kníh - keď rodičia a deti komunikujú o knihe - podnecuje deti k rozprávaniu a rodičov k tomu, aby dieťa učili prostredníctvom pomenúvania obrázkov a poskytovaním spätnej väzby.

² Videofilm Rozprávanie a knihy ilustruje zručnosti čítať prezentované v tejto časti. Ak máte tento videofilm k dispozícii, môžete ho použiť na modelovanie troch uvedených stratégií.

V tejto aktivite sa rodičia oboznámia so stratégiami Skomentujte a počkajte, Položte otázku a počkajte, Reagujte tak, že doplníte ďalšiu informáciu, a precvičia si ich. Stratégie im majú pomôcť uľahčiť dieťaťu učiť sa jazyk a podporovať jeho lásku ku knihám.

OPIŠTE STRATÉGIU SKOMENTUJTE A POČKAJTE

Modelovanie jazyka prostredníctvom komentárov, ktoré reflektujú predmet záujmu dieťaťa, je všeobecne odporúčaný postup v modeloch na uľahčenie učenia sa jazyka. Opísať obrázky v knihe alebo činnosti dieťaťa počas hry, potom počkať a poskytnúť dieťaťu čas na odpoveď, je efektívny postup na podnietenie dieťaťa k rozprávaniu. Deti potrebujú čas na rozmýšľanie a zakódovanie myšlienok do jazyka, preto je dôležité, aby im dospeli po položení otázky dali aspoň pár sekúnd na odpoveď. Súčasne im tak dávajú najavo, že sa zaujímajú o to, čo chcú povedať.

- Modelujte s účastníkom v role dieťaťa aspoň 5-10 príkladov komentovania.
- Precvičte stratégiu. Vyzvite účastníkov, aby utvorili dvojice. Každé dvojici dajte obrázkovú knihu pre deti. Povedzte im, že jeden člen dvojice bude predstavovať dieťa, druhý rodiča. Nechajte ich precvičiť si komentovanie obrázkov a čakanie na odpoveď dieťaťa.

V súvislosti s touto stratégiou je potrebné zdôrazniť:

- Komentár by mal zohľadňovať záujem dieťaťa.
- Po jednotlivých komentároch nasleduje aspoň päťsekundová prestávka, aby malo dieťa čas na rozprávanie.

OPIŠTE STRATÉGIU POLOŽTE OTÁZKU A POČKAJTE

Dospeli kladú deťom dva hlavné druhy otázok: otvorené a zatvorené. Otvorené otázky sú také, ktoré od dieťaťa vyžadujú, aby pri odpovedaní vyprodukovalo slovo alebo vetu. Napríklad „Čo vidíš?“ verzus „Vidíš mačku?“

- Modelujte aspoň 5 -10 príkladov kladenia otázok.
- Vyzvite rodičov, aby znova utvorili dvojice a precvičili si kladenie otázok.

V súvislosti s touto stratégiou je potrebné zdôrazniť:

- Najefektívnejšie otázky sú tie, ktoré zohľadňujú záujem dieťaťa.
- V závislosti od schopností dieťaťa možno klať rôzne otázky, napr. otázky, na ktoré existuje iba jedna odpoveď (zatvorené otázky) alebo otázky, na ktoré je veľa odpovedí (otvorené otázky).
- Po otázke nasleduje aspoň päťsekundová prestávka, aby malo dieťa čas na odpoveď.

OPIŠTE STRATÉGIU REAGUJTE TAK, ŽE DOPLNÍTE ĎALŠIU INFORMÁCIU

Základným nástrojom v podporovaní rečového vývinu je rozširovanie jazykového prejavu. Dospelý zopakuje výrok dieťaťa a potom ho rozšíri jedným alebo dvomi novými slovami. Dieťa má tak možnosť porovnávať vlastný prejav s rozšíreným prejavom rodiča a súčasne vypočítať si vyššiu úroveň obtiažnosti. Napríklad, keď dieťa povie „veľký pes“, dospelý povie „Je to pekný, veľký, hnedý pes.“ Posilňuje tak jazykový prejav dieťaťa, pomáha mu prejsť k vyššej úrovni zložitosti a poskytuje mu nové informácie.

- Modelujte aspoň 5-10 príkladov reagovania. Vymyslite si výroky dieťaťa alebo vyzvite účastníkov, aby hrali roly rodiča a dieťaťa.
- Požiadajte rodičov, aby znovu utvorili dvojice a precvičili si reagovanie s doplnením ďalšej informácie.

V súvislosti s touto stratégiou je potrebné zdôrazniť:

- Môžete zareagovať tak, že zopakujete výrok dieťaťa a doplníte ďalšiu informáciu.
- Môžete reagovať na rovnakú tému bez opakovania (napr. poznámkou, otázkou, zhrnutím vlastnými slovami).

PO PREČÍTANÍ STRATÉGIE ZHRŇTE:

ODPOVEDZTE NA PRÍPADNÉ OTÁZKY RODIČOV

Na záver tejto aktivity by školitelia mali zdôrazniť nasledujúce informácie:

- Čím častejšie budete uvedené stratégie uplatňovať, tým väčšími sa v nich zdokonalíte a tým viac príležitostí bude mať vaše dieťa učiť sa rozprávať.
- Buďte vytrvalí. Všimajte si, o čo vaše dieťa prejavuje záujem. Vychádzajte z toho, čo chce robiť.
- Je v poriadku, ak si dieťa opakovane vyberie tú istú knihu.
- Je v poriadku, ak chce dieťa čítať knihu odzadu dopredu, začne čítať v prostriedku alebo knihu nedočíta. Cieľom je primäť dieťa rozprávať.

Požiadajte rodičov, aby používali stratégie doma. Povedzte im, aby si určili konkrétny čas a miesto na ich realizáciu.

Teraz môžu školitelia rozdať pracovný list „Tipy na čítanie nahlas“ a „Rozprávanie sa o knihách - Ako to robíte?“

AKTIVITA

VÝROBA VLASTNÝCH KNÍH

Túto aktivitu môžu účastníci realizovať na stretnutí, alebo vyrobiť knihy doma ako domácu aktivitu/úlohu. Ak budú vyrábať knihy doma, požiadajte ich, aby ich priniesli na ďalšie stretnutie.

Pomôžte dieťaťu vytvoriť vlastnú knihu a podporiť tak jeho záujem o knihy. Kúpte zošit na naliepanie výstrižkov, poznámkový zošit, alebo zložte niekoľko hárkov papiera na polovicu, na zloženom okraji urobte dierkovačom dve dierky a prevlečte cez ne hrubšiu niť, vlnu alebo stužku. Nasleduje niekoľko zábavných tipov, aké knihy si môžete spoločne vyrobiť:

Kniha o mne. S kresbami a fotografiami členov rodiny, priateľov, zvieracích miláčikov, hračiek, spálne, obľúbených vecí, jedál, sviatkov, narodenín.

Obľúbené témy. Povystrihujte obrázky zo starých časopisov a novín o obľúbených témach ako autá, zvieratá alebo jedlá.

Tvary a farby. Povystrihujte obrázky predmetov rôzneho tvaru a každému tvaru venujte jednu stranu. To isté urobte s farbami.

Príbehy. Ak dieťa prejavuje záujem o písanie, pomôžte mu vymyslieť príbeh a nechajte ho nadiktovať vám ho. Potom môže svoj príbeh ilustrovať.

AKTIVITA

VYMÝŠĽANIE PRÍBEHOV

Na vymýšľanie príbehov, ktoré sa dieťaťu páčia, nepotrebujete zvláštny talent ani mimoriadnu fantáziu. Ak neviete ako začať, pomôžte si fotografiou alebo obrázkami. Zahrňte do príbehu odpovede dieťaťa. Väčšina detí miluje starostlivo zostavené príbehy o sebe, ako aj príbehy z detstva ich rodičov. Požiadajte dieťa o pomoc: „Čo sa podľa teba stalo potom?“ Aj tú najmenšiu udalosť možno začleniť do krásneho rodinného príbehu. Ak vymyslíte príbeh na pokračovanie, epizódu vždy ukončíte v napínavom momente. Dieťa bude netrpezlivo očakávať pokračovanie príbehu.

Rozdajte účastníkom pracovný list „Učenie sa čítať: Desať základných zručností“. Školiteľ môže prečítať zručnosti spolu s účastníkmi a odpovedať na prípadné otázky.

Literatúra

- American Academy of Pediatrics. Helping Your Child Learn to Read. Elk Grove Village, Ill.: American Academy of Pediatrics, 1999.
- Healthy Steps. Boston: Boston Medical Center Department of Pediatrics, 1996.
- Neuman, S., C. Copple, and S. Bradekamp. Learning to Read and Write: Developmentally Appropriate Practices for Young Children. Washington, D.C.: National Association for the Education of Young Children, 1999.
- Ready to Learn: Essential Tips for Early Literacy. Los Angeles: I Am Your Child Foundation, 2003.

Pracovný list pre rodičov 1

KROKY V ROZVOJI GRAMOTNOSTNÝCH ZRUČNOSTÍ

Deti postupujú od napodobňovania zvukov k rozpoznávaniu jednoduchých slov, až kým sa nestanú nadšenými čitateľmi a tvorivými spisovateľmi.

Od narodenia po 1 rok

- Experimentujú s jazykom vydávaním zvukov, ktoré napodobňujú intonáciu a rytmus reči dospelých.



- Rady počúvajú známe rýmovačky a riekanky.
- Hrajú sa hry ako kukuk a ťap, ťap, ťapušky.
- Prejavujú záujem o knihy s obrázkami známych predmetov.
- Začínajú tieto predmety nahlas pomenúvať.
- Vydávajú zvuky zvierat, ktoré vidia v knihách.

Od 1 do 2 rokov

- Rady počúvajú príbehy, riekanky a piesne. Hrajú sa prstové hry a prezerajú si knihy.
- Chápu, že napísané meno znamená niečo, čo sa ich týka.
- S nadšením čmárajú.

Od 3 do 4 rokov

- Majú potešenie z rozhovoru a páči sa im, keď ich ostatní počúvajú a odpovedajú im.
- Rozpoznávajú tlačené písmo vo svojom prostredí.
- Vedia, že písanie je forma komunikácie.
- Rady diktujú poznámky o obrázkoch a písmenách.
- Vedia, že ľudia čítajú s nejakým zámerom.

Od 4 do 5 rokov

- Vedia, že sa číta zľava doprava a zhora nadol.
- Naučia sa, že nositeľom príbehu je písmo, nie obrázky.
- Predstierajú, že čítajú, pričom používajú vizuálne kľúče na zapamätanie slov obľúbených príbehov.
- Chápu, že písanie slúži na sprostredkovanie informácií a má špecifickú formu a systém symbolov; rozoznávajú a vedia pomenovať niektoré písmená.
- Vedia napísať niektoré písmená.
- Rady sa hrajú hry, ktorých súčasťou sú napísané slová a čísla.

Od 5 do 6 rokov

- Poznajú a vedia identifikovať niektoré napísané hlásky.
- Vedia vyhláskovať niektoré slová.
- Rady píšú a baví ich písať odkazy ostatným.
- Pokúšajú sa písať sami, pričom používajú vymyslený štandardný pravopis.
- Začínajú písať slová, ktoré počujú.
- Naučia sa vynechávať medzery medzi slovami.
- Rady čítajú obľúbené knihy, jednoduché knihy so známymi príbehmi a knihy, ktoré napísali.



Pracovný list pre rodičov 2

TIPY NA ČÍTANIE NAHLAS

Čítanie kníh s dieťaťom nahlas je výborný spôsob, ako mu pomôcť učiť sa čítať. Zároveň je to pre deti a rodičov veľká zábava. Umožnite dieťaťu určiť si vlastné tempo a zabávať sa. Nie je potrebné nacvičovať s dieťaťom písmená, čísla, farby, útvary alebo slová. Urobte z toho hru a nájdite spôsob na podnietenie zvedavosti a záujmu dieťaťa. Nasleduje niekoľko tipov na čítanie s dieťaťom nahlas:

Zahrňte čítanie medzi každodenné činnosti. Čítajte si pred spaním alebo v autobuse.

Zabávajte sa. Deti, ktoré majú rady knihy, sa naučia čítať. Knihám sa venujte počas príjemných chvíľ, ktoré trávite s dieťaťom.

Rozprávajte sa o obrázkoch. Nemusíte prečítať knihu, aby ste vedeli porozprávať príbeh.



Nechajte dieťa obracať listy. Bábätká potrebujú pri obracaní lepoprela pomoc, ale batolátá to môžu robiť sami!

Ukážte dieťaťu obal knihy. Vysvetlite mu, o čom je príbeh.

Ukazujte dieťaťu slová. Pri čítaní ukazujte prstom slová, ktoré práve čítate.

Oživte príbeh! Vymyslite hlasy jednotlivých postáv; rozprávanie príbehu sprevádzajte pohybmi tela.

Pýtajte sa na príbeh. Čo sa stane ďalej? Čo je to?

Nechajte dieťa klásť otázky týkajúce sa príbehu. Niektoré batolátá sa vedú dokonca naučiť časti príbehu naspamäť.

Pracovný list pre rodičov 3

ROZPRÁVANIE SA O KNIHÁCH – AKO TO ROBÍTE?

Predtým, ako sa dieťa naučí rozprávať, je vhodné:

Skomentovať a počkať.

Tento pes má smiešnu čiapku!
Ryba pláva!
Mám rád banány!

Položiť otázku a počkať.

Čo sa tu stalo?
Porozprávaj mi o tomto obrázku.
Čo robí?
Prečo spadla?
Ako žaba chytila muchu?

Keď dieťa odpovie, môžete:

Reagovať doplnením ďalšej informácie
k odpovedi dieťaťa.

Dieťa: Chlapec papá!
Dospelý: Chlapec papá hrianku.



Dieťa: Boľačka.
Dospelý: Bábätko má boľačku.

Dieťa: Mám rada tortu.
Dospelý: Aj ja. Mám rád čokoládovú tortu!

Pracovný list pre rodičov 4

UČENIE SA ČITAŤ DESAŤ ZÁKLADNÝCH ZRUČNOSTÍ

Pri učení sa čítať môžu rodičia pomôcť dieťaťu osvojiť si nasledujúcich desať základných zručností:

1. Rozprávať a počúvať, spievať, rýmovať a predstierať čítanie.

2. Tešiť sa z čítania.

- Počúvať príbehy čítané nahlas.
- Opakovane čítať obľúbenú knihu.
- Mať kontakt s knihami a tlačovinami.

3. Chápať, že čítanie je zmysluplné.

- Pochopiť, že kniha obsahuje príbeh.
- Pochopiť, že príbeh má začiatok, prostriedok a koniec.
- Vidieť ľudí čítať a obľubovať knihy, časopisy a noviny.

4. Experimentovať so slovami.

- Rozpoznávať slová a znaky.
- Pochopiť význam slova z hlások a na základe obrázkov.

5. Vedieť sa opraviť.

6. Predvídať a odpovedať na otázku prečo?

- Využívajte vedomosti a skúsenosti dieťaťa.
- Poukážte na príčinu a následok.
- Opýtajte sa: „Čo sa podľa teba stane ďalej?“

7. Prečítať si príbeh a potom ho prerozprávať vlastnými slovami.

8. Všímať si spôsob spracovania textu.

- Vizuálne modely.
- Opakované slovné spojenia.
- Predvídateľné príbehy, vetné modely.
- Piesne a riekanky.

9. Dedukovať a nachádzať súvislosti.

- „Je presne taký ako...“
- „Všetko bude lepkavé od medu.“
- „Bál som sa tak, ako to dievča.“

10. Získať uznanie a lásku.



“This project has been funded with support from the European Commission. This publication [communication] reflects the views only of the author, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein.”



Škola dokorán – Wide Open School n. o.
Dr. Janského 470/9
965 01 Žiar nad Hronom
Slovenská republika