



COPING WITH STUDENTS
CHALLENGING BEHAVIOUR

PRÍRUČKA PRE UČITEĽOV,
RODIČOV A
ŠPECIALISTOV NA
PREVENCIU A ZVLÁDANIE
PROBLÉMOVÉHO
SPRÁVANIA ŽIAKOV



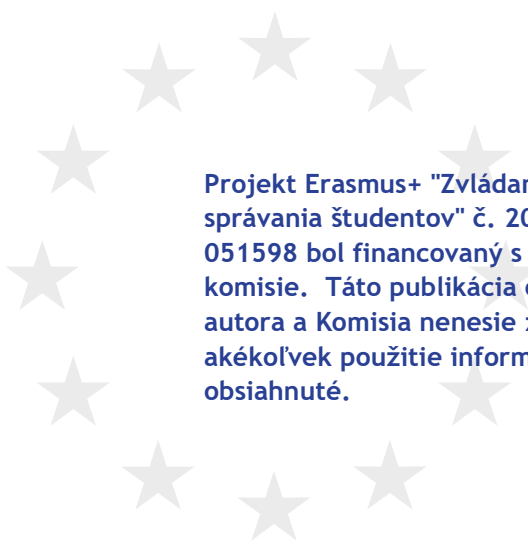
Spolufinancované z
programu Európskej únie
Erasmus+



**COPING WITH STUDENTS
CHALLENGING BEHAVIOUR**



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



Projekt Erasmus+ "Zvládanie problémového správanía študentov" č. 2019-1-EE01-KA229-051598 bol financovaný s podporou Európskej komisie. Táto publikácia obsahuje iba názory autora a Komisia nenesie zodpovednosť za akékoľvek použitie informácií, ktoré sú v nej obsiahnuté.

INDEX

Úvod

Teoretický prístup

Prevenca problémového správania

Intervencia pri problémovom správaní

Referencie

Dodatok



Rok vydania 2022 Autori:



Škola Pärnu Päikese z
Estonia
www.parnupaike.ee



"Dr. Zlatan Sremec"- Skopje z
Macedónska
www.zlatansremec.edu.mk



Rīgas Valda Avotiņa pamatskola z
Lotyšska
www.rvapsac.lv



Inštitút pre pracovnú rehabilitáciu občanov so
zdravotným postihnutím zo Slovenska
www.iprba.sk

Vedúca organizácia príručky: Škola **Pärnu Päikese**. Vedúca organizácia spája prácu všetkých organizácií, ktoré sú súčasťou projektu.

Fotografie sú zhotovené v škole Pärnu Päikese Railli Hiiesalu. Dizajn a rozloženie: Ain Saare.

Príručka bola pôvodne napísaná v anglickom jazyku.

Reprodukcia materiálu obsiahnutého v tejto publikácii, vrátane obrázkov a textov, je povolená len na nekomerčné účely a len v prípade ak bude uvedený jasný odkaz na tento zdroj.

ÚVOD

Túto príručku vytvorili štyri školy počas projektu strategického partnerstva Erasmus+ "Zvládanie problémového správania študentov". Koordinátorom tohto projektu bola Škola Pärnu Päikeses z Estónska, partneri "Dr. Zlatan Sremec" - Skopje zo Severného Macedónska, Rigas Valda Avotina pamatskola z Lotyšska a Inštitút pre pracovnú rehabilitáciu občanov so zdravotným postihnutím zo Slovenska.

Myšlienka projektu "Zvládanie problémového správania študentov" sa objavila po účasti na seminári TCA v partnerstvách poľskej školy do školy (S2S) – ako naplánovať vynikajúci projekt pre riaditeľov a učiteľov špeciálnych škôl. Sme európske školy s rôznym zázemím, mentalitou a skúsenosťami, napriek tomu všetci čelíme rovnakému problému - ako sa vysporiadať s problémovým správaním detí so špeciálnymi potrebami počas školského dňa.

Cieľom projektu bolo podeliť sa o osvedčené postupy v iných regiónoch s cieľom zvýšiť kompetencie zamestnancov v oblasti metód a prístupov k prevencii a znižovaniu problémového správania žiakov.

Počas projektu sme pracovali na dosiahnutí nášho cieľa, zdieľali sme a zhromaždili mnoho metód a prístupov a s touto príručkou sa radi podelíme o naše skúsenosti.

Táto príručka má pomôcť rodičom, učiteľom a iným odborníkom poučiť, presmerovať a naučiť žiakov so špeciálnymi potrebami v záujme zníženia výskytu problémového správania. Príručka tiež poskytuje návody, ako sa vysporiadať s už zdanlivým problémovým správaním.



TEORETICKÝ PRÍSTUP

Neexistuje žiadna všeobecne akceptovaná definícia problémového správania, ale existujú rôzne typy problémového správania.

- * agresívne správanie - ktoré môže zahŕňať tlačenie, udieranie, kopanie, hryzenie, plúvanie, škriabanie a ohrozujúce správanie;
- * deštruktívne správanie – ktoré môže zahŕňať ničenie majetku a životného prostredia;
- * rušivé správanie - ktoré môže zahŕňať krik, záchvaty hnevu, verbálne zneužívanie, nespokojnosť, útek;
- * utiahnuté správanie – ktoré môže zahŕňať nereagovanie alebo vyhýbanie sa ľuďom a aktivitám;
- * stereotypné správanie, najmä u detí s poruchami učenia a poruchami autistického spektra, ktoré môže zahŕňať hojkanie, opakované vokalizácie, rituálne pohyby rúk; a
- * sebapoškodzujúce správanie vrátane búchania do hlavy, škrabania a pichnutie.

VPLYV NA UČITEĽOV

Problémové správanie môže byť veľkým rušivým elementom v triede. Má to vplyv na krátenie času hodiny a z dlhodobého hľadiska ovplyvniť prospech žiakov. Môže tiež ovplyvniť náladu, emócie a duševné zdravie. Problémový žiak môže spôsobiť stres, ako aj zhoršiť príznaky úzkosti u učiteľov. Neposlušný žiak tiež

spochybňuje učiteľovu autoritu. Ak sa jeden žiak stane problémovým, ostatní žiaci by mohli urobiť to isté. Ak problémové správanie nezmyselné, situácia by sa mala správne vyriešiť.

ÚČINKY NA ŠTUDENTOV

Ak je žiak rušivý, môže to sťažiť ostatným ľuďom dokončiť svoju prácu. Čo je ešte horšie, môže to tiež spôsobiť emocionálne utrpenie. Problémové správanie môže zahŕňať šikanovanie, ktoré môže niektoré deti rozrušiť. Vytvára tiež negatívne prostredie v triede, ktoré by mohlo znížiť produktivitu a známky. Horšie je, že by to mohlo ovplyvniť ďalších žiakov a títo môžu nevhodné správanie napodobňovať..

PREVENCIA PROBLÉMOVÉHO SPRÁVANIA

1. SPOLUPRÁCA MEDZI DOMOVOM A ŠKOLOU

Spolupráca medzi domovom a školou je veľmi dôležitá. Pochopenie domácej situácie pomôže učiteľom pochopiť problematiku študentov, aby učители mohli nájsť spôsoby, ako zvládnuť ich správanie. Existuje mnoho dôvodov, prečo sa žiak môže správať zle. Napr. zlé domáce prostredie. Udržiavanie častej komunikácie s rodičmi je nevyhnutné pre zvládnutie problémového správania. Škola by mala aktívne komunikovať s domácnosťami. Rozhovory s rodičmi alebo opatrovateľmi pomôžu škole lepšie ich spoznať, pochopiť príčiny zlého správania. Pomôže to učiteľom vytvoriť niektoré techniky manažmentu dobrého správania v škole, ako aj niektoré, ktoré by mohli fungovať

efektívne v domácom prostredí. V prítomnosti dieťaťa je dôležité, aby sa rodičia vyhli negatívnym prejavom voči učiteľom, najmä ak je učiteľ autoritou pre dieťa.

2. ZVYŠOVANIE SEBAÚCTY U DIEŤAŤA

Zvyšovanie sebaúcty, rozvíjanie empatie a rešpektu je dôležité pri riadení hnevu a emócií.

Ak chcete vybudovať sebaúctu u žiaka, je dôležité zamerať sa na jeho silné stránky, záujmy a talent. Všetky deti, ale najmä autistické deti a tínedžeri, ktorí sú sebavedomí, si dokážu lepšie poradiť, keď sa niečo pokazí. Je menej pravdepodobné, že sa budú báť v nových alebo neočakávaných situáciách.

Všeobecne platí, že pedagógovia by mali oceniť úsilie, podporovať zvedavosť a zaobchádzať s chybami ako so stavebnými kameňmi pre učenie sa z vlastných chýb. Pedagógovia a rodičia by mali sprevádzať deti pri stretnutí s neúspechmi, ale ak je to možné, nechať ich, aby prišli na problémy sami.

Novozískané zručnosti môžu pomôcť vybudovať sebavedomie dieťaťa, skúsenosti pomáhajú žiakom pochopiť iných.

NIEKOLKO UŽITOČNÝCH TIPOV:

Môžu sa vytvárať sociálne príbehy – tie sú vynikajúce pri vysvetľovaní sociálnych situácií autistickým žiakom, ale môžu byť použité aj na opis úspechov alebo talentu jednotlivých žiakov vrátane súvisiacich fotografií.

Posilňujúce karty je možné vytvárať s deťmi, ktoré zobrazujú rôzne posilňujúce príklady

napríklad, som dobrý poslucháč alebo som odvážny. Každý týždeň môžu žiaci nakresliť kartu z farebného vrečka, pedagógovia chvália žiaka vždy, keď prejavia túto silnú stránku.

Mnoho autistických detí a tínedžerov má osobitné záujmy. Môžu byť použité na zlepšenie učenia sa a sociálnych zručností žiaka.

Napríklad:

- * záujem o rôzne typy vozidiel (autá, vlaky, autobusy), aby sme ich naučili počítať
- * nadšenie pre vodu, aby ich naučilo sebaobslužným zručnostiam, ako je sprcha alebo kúpeľ a umývanie rúk
- * osobitný záujem o prírodu pre rozvoj záujmu o čítanie tým, že sa s nimi pozrieme na knihy o zvieratách/vtákoch/vulkánoch
- * záujem o televíznu alebo filmovú postavu na rozvoj zručností na zvládanie emócií - "Keď sa Spiderman cíti nahnevaný alebo rozrušený, nájde si tiché miesto a tri krát sa hlboko nadýchne".

3. DOBRÉ VZŤAHY

Dobré a úctivé vzťahy doma a v škole sú pre dieťa dôležité. Žiaci potrebujú pozornosť a vedomie, že to, čo robia, bude fungovať aj u ostatných. Zdravé vzťahy budujú pozitívne priateľstvá a podporujú žiakov, aby sa sami regulovali svoje emócie. Je nevyhnutné, aby žiaci rozvíjali "sociálne kompetencie" a schopnosť komunikovať s ostatnými opatrne, s empatiou a s rešpektom.

4. DÔVERČIVÉ VZŤAHY

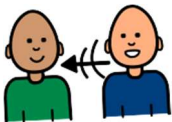
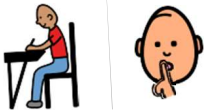
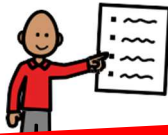
Vzťah dôvery s členmi vašej rodiny pomáha žiakovi

hovorí o svojich obavách, a tým znížiť napätie. Rodičia musia vedieť, kto sú priatelia ich dieťaťa. Pre budovanie dôveryhodného vzťahu musia rodičia udržiavať neštruktúrovaný, neprerušovaný čas so svojím dieťaťom každý deň. Dospelí dávajú dieťaťu vedieť, že sa zaujímajú o ich aktivity. Musia povzbudzovať deti, aby vyjadrili svoje pocity spôsobom primeraným veku, rešpektovali pocity detí a hrali hry, ktorými skúmame pocity.

5. ŠPECIFICKÝ OBRAZ ŠPECIÁLNYCH POTRIEB

Je dôležité oboznámiť sa so špeciálnymi potrebami žiaka, rodičia môžu požiadať školu o radu a obrátiť sa na rôznych špecialistov. Je dôležité, aby dospelí neobmedzovali žiakov ich postihnutím alebo výzvami, ale aby im dali slobodu dosiahnuť akékoľvek úspechy a ciele, ktoré môžu v živote dosiahnuť. Je dôležité, aby rodičia mali realistické očakávania voči svojim deťom. Pochopenie špeciálnych potrieb tiež pomáha pochopiť rôzne správanie.

CLASSROOM RULES



6. RUTINY A PRAVIDLÁ

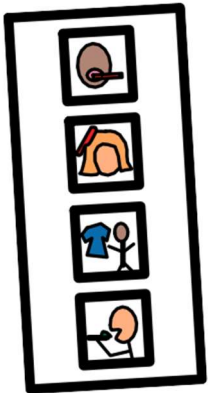
Rutina a pravidlá sú dôležité. Pravidlá umožňujú žiakovi naučiť sa správne správaniu. Rutina a poriadok mu dávajú istotu a pocit bezpečia. Účel pravidiel by mal byť vysvetlený jednoduchými slovami (napr. "Ak ma udrieš, potom sa zraním a

B
A

budem plakať"). Ak žiak nechápe, prečo boli pravidlá dané, čo najskôr ich poruší.

7. ROZVRH, DENNÝ PLÁN

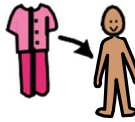
MORNING ROUTINE



7.00
WAKE UP



7.15
GETTING DRESSED



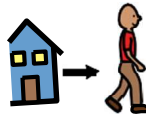
7.20
BREAKFAST



7.40
HYGIENE



7.50
LEAVING HOME



Denný plán / rozvrh je dôležitý, pomáha deťom sledovať, vytvára štruktúru pre daný deň.

Vizualizujte (v prípade potreby písomne, s obrázkami). Poskytovanie vizuálneho plánu, ktorý je potrebné dodržiavať, zabezpečuje predvídateľnosť.

Bezplatná obrazová banka pre individuálne použitie: arasaac.org, platená obrazová banka www.tobiidynavox.com.

Podporte každodennú rutinu svojho dieťaťa.

Žiak musí vedieť, že po splnení svojich úloh alebo povinností má aj voľný čas, počas ktorého môže robiť to, čo sa mu páči (sledovanie filmu, hranie hry so svojim rodičom atď.).

8. DRŽTE SA PLÁNU/DENNÉHO PROGRAMU

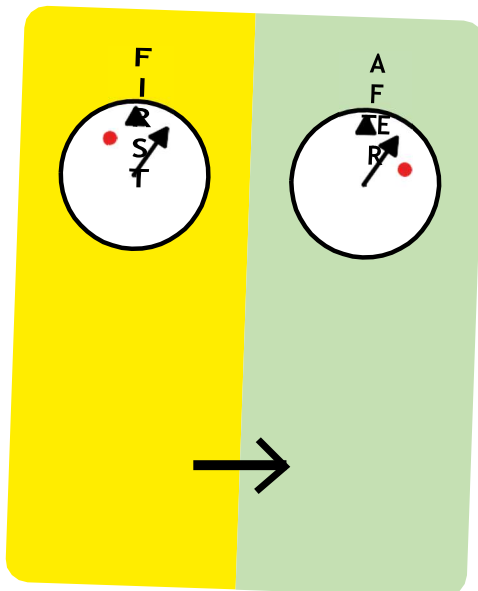
Plán sa musí dodržiavať počas štúdia. V prípade naliehavej potreby (dieťa je zjavne unavené; zdravotný stav si to vyžaduje) musí byť flexibilný.

9. HRANICE

Stanovené hranice musia dodržiavať a vykonávať všetci dospelí, ktorí pracujú s dieťaťom alebo ho inštruujú. Hranice dávajú deťom pocit bezpečia a bezpečný pocit. Pravidlá musia byť rovnaké a dodržiavať ich musia všetci, ktorí pracujú s dieťaťom.

10. PREDVÍDATEĽNOSŤ

Je dôležité vytvoriť predvídateľnosť pre dieťa, učí deti rôznym spojeniam vo svete a pomáha im pochopiť ich. To, čo sa stane ďalej, je veľmi dôležité pre deti so špeciálnymi potrebami, najmä pre deti s autizmom.



11. PRECHODY

Prechod z jednej aktivity na druhú môže byť pre žiaka ťažký. Dajte im včas vedieť, aby si dieťa mohlo zvyknúť na túto myšlienku, a podporte ho v tom. Ak je to potrebné, vizualizujte si prechod. Napr. najprv - potom; sled vizualizovaných akcií; vizuálne časovače; vizuály na odpočítavanie.

Možnosť použitia techniky "najprv potom". Príklad: Dieťa musí najprv urobiť menej atraktívnu úlohu a potom dostane príjemnejšiu úlohu alebo aktivitu. Môže to byť tiež len vytvorenie predvídateľnosti, použitie nejakej formy vizualizácie (s obrázkami, písaním, s objektmi).

12. DÔSLEDNOSŤ

Dôslednosť je dôležitá pri udržiavaní požiadaviek, hraníc a rutín. Stanovené hranice musia byť zachované a musia ich zachovávať všetci dospelí, ktorí pracujú s dieťaťom alebo ho inštruujú. Konzistencia dáva pocit bezpečnosti, žiak vie, čo môže očakávať, čo pomáha predchádzať problémovému správaniu.

13. DOBRE KOMUNIKUJTE

Komunikácia je kľúčom k efektívnemu riadeniu správania v škole a doma. Je dôležité komunikovať s deťmi, bez ohľadu na to, ako zle sa správajú. Kričať alebo strápňovať inú osobu nie je dobrý spôsob, ako vybudovať pozitívny vzťah. Namiesto toho ich lepšie spoznajte a pochopte, prečo sa správajú zle. Vždy sa uistite, že komunikujete jasne a dôsledne. Spôsob, akým komentujete výroky môže mať veľký vplyv na to, ako ich deti vnímajú. Môžete sa napríklad pokúsiť:

Preformulujte svoje požiadavky s "ďakujem". Napríklad: "Ďakujeme, že ste vložili balíček čipsov do koša." Toto je uzavretá žiadosť a nedáva dieťaťu žiadny prvok pochybností, ktorý by vyvolal hádku.

Buďte konkrétni. Napríklad "Odvzdajte mi domácu úlohu na začiatku hodiny v pondelok" je oveľa konkrétnejšie ako "Dajte mi svoju

domácu úlohu v pondelok". Je potrebné študentovi oznámiť čo presne by mal urobiť.

Mali by ste sa zamerať na to, aby vaša komunikácia bola pokojná, autoritatívna a neutrálna. Ak hovoríte pokojne bez toho, aby ste sa uchýlili k sarkazmu, kričali alebo demonštrovali stratu kontroly, deti s väčšou pravdepodobnosťou počúvajú a robia to, o čo žiadate. Buďte dôslední v udeľovaní sankcií, ktoré boli dohodnuté. Deti budú vždy vedieť čo môžu očakávať.

Buďte aktívni aj pri komunikácii s dieťaťom. Ak potrebujete poslať negatívnu správu, začinite s pozitívnou. Pri komunikácii vypnite telefón, vypnite televízor, zostaňte prítomní.

14. MOTIVÁCIA

Je dôležité motivovať žiaka. Motivácia je kľúčovým faktorom pri práci alebo učení jednotlivcov autistického spektra a kľúč k tomu, čo motivuje, sa často nachádza v záujme a koníčkoch žiaka. Pri tvorbe rozvrhov urobte nezabudnite čas na záujmy/koníčky. To môže byť motivátorom k tomu, aby ste najprv vykonávali menej preferované úlohy.

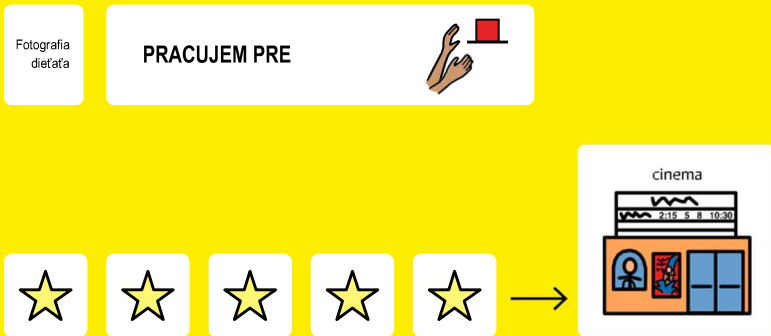
15. POCHVALA

Dieťa by malo byť pochválené za svoje úsilie a snahu poučiť sa zo svojich chýb. Je to potrebné pre ďalšiu motiváciu a spoluprácu. Je tiež dôležité chváliť žiaka, keď záchvat hnevu skončí. Môže byť tiež dobré uznať ich pocity. Naučiť sa zvládať problémové emócie je veľmi dôležitá životná schopnosť. Žiakom treba určite zablahoželať, keď sa im podarí upokojiť sa.

Nálepky, označujúce "dobré /výborné", vizuálne znamenajú dobre vykonanej práce, palec hore, verbálne alebo jedlé občerstvenie.

16. ODMENY

Jedným zo spôsobov motivovania je použitie odmiern. Nálepky sú vhodným ocenením za čiastkové úlohy, menšie aktivity. Za určitý dopredu dohodnutý počet nálepiek môže žiak dostať napríklad sladkosť, odmenu v podobe spoločnej aktivity, možnosť pozrieť si obľúbený film.



17. POSILNENIE POZITÍVNEHO SPRÁVANIA

Pozitívne správanie sa žiaka by malo byť ďalej posilnené tak, aby žiak pochopil, že toto je správne a želateľné. Pre utvrdenie žiaka v pozitívnom správaní môžeme použiť napríklad:

- * Preferované aktivity
- * voľný čas

- * Čas strávený s rodičom
- * Slovná pochvala/uznanie
- * Aktivity súvisiace s jedlom (príprava chutného jedla)
- * Ponuka obľúbenej hračky
- * Privilégium (napríklad výlet)
- * nálepky/magnetky na stole/doske/chladničke

18. SIGNÁL "KONIEC"

Pre žiaka je dôležité dostať jasný signál, že aktivita skončila. Po skončení aktivity/ hodiny žiak musí vedieť kde si má uložiť veci, musí si uvedomiť, že aktivita bola ukončená (dostane nálepku, vodu na pitie, dostane možnosť upokojujúcej aktivity). Musí vedieť kde má uložiť dokončenú úlohu – mal by byť na to určený konkrétny šanón/ krabica, do ktorých je potrebné vložiť výsledok práce.

Týmto postupom dáme žiakovi jasný signál, že jedna aktivita sa skončila a môže začať s ďalšou aktivitou. Ak sa nám nepodarilo úlohu dokončiť je vhodné mať na to osobitnú krabicu. Je potrebné vizuálne žiakovi zobraziť, ktoré denné úlohy/aktivity dokončil. Prechod z jednej aktivity do druhej kontrolovaným spôsobom umožňuje znížiť riziko neželaného správania, zlepšuje flexibilitu a znižuje nepokoj. K dispozícii sú rôzne jednoduché nástroje, z ktorých väčšinu je možné si ľahko vyrobiť, a ktoré napomáhajú procesu prechodu z jednej aktivity na druhú. Vizuality a pomôcky je potrebné obmieňať a prispôbovať zrelosti a veku žiaka.



19. FYZICKÉ CVIČENIA A ŠPORT

Fyzické cvičenia a športy sú dôležité pretože uvoľňujú napätie, podporujú poznávací, emočný a spoločenský rozvoj. Pravidelný pohyb znižuje úzkosť, napomáha rozvoju svalovej sily a zlepšuje motorické zručnosti. Taktiež je dôležité tráviť čas na čerstvom vzduchu.

Niekedy keď je žiak v strese je potrebné ho upokojiť napríklad prostredníctvom športových aktivít.

Žiakom s problémovým správaním často chýba koordinácia a správne pohybové zručnosti. Bývajú stuhnutí a môžu sa zdať nemotorní. Učitelia telesnej výchovy sa musia rozhodnúť aké cvičenia, hry sú pre žiakov s problémovým správaním vhodné. Žiakov je potrebné počas hodiny povzbudiť, pochváliť a ďalej rozvíjať ich pohybové schopnosti berúc do úvahy ich limity. V prípade žiakov s vážnymi motorickými problémami je potrebné kontaktovať fyzioterapeuta.

20. ROVNOVÁHA MEDZI AKTIVITAMI A ODDYCHOM

Pri zadávaní úloh a aktivít je potrebné prihliadať na to, aby žiak nebol preťažený. Je dôležité vyhnúť sa podráždenosti a nepokoju v dôsledku únavy.

Úlohy by mali byť rozdelené do menších častí. Mali by byť dávkované postupne, tak aby sme žiakov nepreťažili veľkým počtom úloh. Je vhodné do úloh pridávať vizuálne elementy a umožniť žiakom vypracovávať úlohy s použitím pomôcok.

21. PRESTÁVKY

Mali by sme sa uistiť, že žiak má dostatočné prestávky a zmeny zodpovedností. Voľný čas otvára možnosť objavovania a učenia sa vlastným tempom.

22. ZDRAVOTNÝ STAV, SCHOPNOSTI A ZRUČNOSTI

Je potrebné zohľadniť žiakov zdravotný stav, schopnosti a zručnosti. Diskusia a študijné materiály by mali byť vhodné veku a úrovni vývoja. Všetky deti sú schopné urobiť niektoré činnosti dobre avšak niektoré aktivity môžu byť pre nich zložité. Je potrebné nájsť silné stránky žiaka a pomôcť im ich rozvíjať.

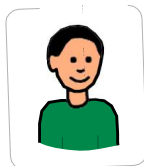
23. KOMUNIKÁCIA

Jasná a zrozumiteľná komunikácia je pre žiaka dôležitá. Je potrebné používať jednoduché a jednoznačné otázky a používať jazyk, ktorý je adekvátny vzhľadom k úrovni komunikácie žiaka. Je vhodné používať kratšie jednoduché vety, jednoduché a jasné príkazy. V prípade potreby je možné využiť prostriedky alternatívnej komunikácie (znaková reč, kartičky so symbolmi).

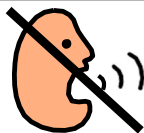
24. VIZUALIZÁCIA

Vizualizácia je dôležitá pre žiakov so špeciálnymi potrebami, aby lepšie pochopili svoje prostredie. Časovač je vhodnou pomôckou pre pochopenie začiatku a konca aktivít.

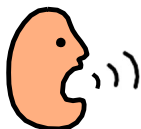
Sociálne príbehy sú vhodné nakoľko podporujú porozumenie a generalizujú zručnosti. Rodičia by mali konzultovať možnosti vizualizácie s triednym učiteľom alebo špeciálnym pedagógom.



“meno dieťaťa” počúva učiteľa počas hodiny a robí svoje úlohy potichu



Nehovoríme nahlas počas hodín



Ak hovoríme nahlas, spolučiaci sa nemôžu učiť

Jednoduchý príklad sociálneho príbehu.

25. KOMPROMISY

Kompromisy predstavujú pre žiaka príležitosť získať to po čom túži ak si splnil svoje povinnosti.

26. UPOZORNENIA

Upozornite žiaka ak sa nespráva dobre. Upozornenie dáva príležitosť žiakovi prestať alebo zmeniť nevhodné správanie. Dohodnite sa na počte/frekvencii upozornení dopredu a dodržujte to.

27. SPÚŠŤAČE

Identifikujte spúšťače nevhodného správania, monitorujte žiaka a nájdite dôvody, ktoré spúšťajú problémové správanie. Mapovanie vzorca správania sa žiakov je dôležité, aby sme videli kedy dochádza k eskalácii správania. Ak poznáme symptómy eskalácie problémového správania, môžeme aplikovať upokojujúce metódy pred tým ako dôjde k nervovému kolapsu. Symptómy môžu zahŕňať opakované nezvyčajné pohyby a zvuky, pohoďovanie sa, pokusy o únik alebo samotný únik. Pochopenie dôvodov – spúšťačov nám umožní predísť nervovému kolapsu žiaka pred tým ako nastane.

28. ODDYCHOVÁ ZÓNA

Nájdite miesto pre žiakov, kde sa môžu upokojiť, oddychový kútik je pre žiakov dôležitý (upravte ho spolu so žiakmi). Upokojenie pomôže žiakom zredukovať stres a získať sebakontrolu. Oddychovú zónu vybavte obľúbenými hračkami, knihami a časopismi.



Kútik v triede



Miesto na oddych v triede

29. POZITÍVNE ZAKONČENIE

Pozitívny koniec dňa v škole ako aj doma je dôležitý. Navodenie pokojnej konverzácie, hranie spoločenských hier, spoločné čítanie/pozeranie kníh je vhodným zakončením dňa doma. Tento spôsob ukončenia dňa dáva žiakovi pocit dôležitosti a zvyšuje jeho sebavedomie.

30. PODPORA POZITÍVNEHO SPRÁVANIA

Prezentujte nový spôsob správania, tak aby si ho žiak osvojil a mal možnosť ho napodobniť. Žiak musí pochopiť, že zapojenie istého vzorca správania mu umožňuje získať prístup k niečomu čo chce. Zvyšujeme tým pravdepodobnosť, že sa žiak bude správať žiadaným spôsobom aj v budúcnosti.

31. SPOLUPRÁCA SO ŽIAKMI

V prípade, že pracujeme so žiakom so špeciálnymi potrebami nie je možné predpokladať, že sa dokáže vyrovnáť so všetkými úlohami a aktivitami samo. Rodič, vychovávateľ musia byť prítomní, inštruovaní a pripravení asistovať.

32. SENZORICKÉ AKTIVITY

Zabezpečte senzorické aktivity pre dieťa. Senzorická hra umožňuje učenie sa prostredníctvom objavovania, zvedavosti, riešenia problémov a kreativity. Pomáha budovať nervové prepojenia v mozgu a podporuje rozvoj jazyka a pohybových zručností.

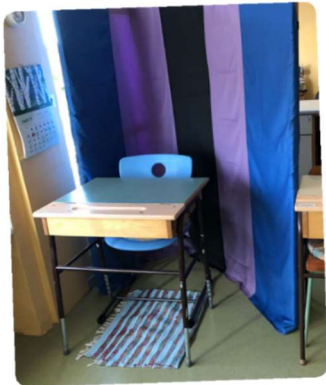


Nápady:

- * Hra s kinetickými a pieskovými loptičkami
- * plastelína
- * rôzne hračky na hru s vodou
- * fľašky na upokojenie
- * hojdacie kreslo, hojdačka
- * hračky vydávajúce zvuky
- * peny, voňavé mydlá a sviečky
- * "práca s ťažšími objektami" (tlačenie a ťahanie ťažkej krabice okolo miestnosti)

33. ADAPTÁCIA PROSTREDIA

Adaptácia prostredia v záujme prevencie výskytu problémového správania respektíve nervového kolapsu. Nápady:



Paraván v triede

- * oddeľovače
- * odstránenie atraktívnych/ dráždivých predmetov zo zorného poľa (napr. obľúbená kniha/ tablet atď. nie je počas učenia viditeľná)
- * slúchadlá blokujúce hluk;



Oddeľovač na lavici

34. POCIT DOSIAHNUTIA ÚSPECHU

Ponúknite žiakovi aktivity, kde má možnosť zažiť pocit úspechu a súčasne sa niečo naučiť. Dosiahnutie úspechu, kedy okolie oceňuje a uznáva žiakovu snahu a úspechy je dôležité. Žiaci so špeciálnymi potrebami nedosahujú úspech často takže každý kladný výsledok je dôvodom na veľkú oslavu. Menšie úspechy môžu pomôcť postupne vybudovať toľko potrebné sebavedomie.

35. SEBAPOŠKODZUJÚCE SPRÁVANIE

Sebapoškodzujúce správanie je správanie, pri ktorom si žiak spôsobuje fyzické poškodenie. U žiakov s ťažším stupňom postihnutia sa môže vyskytnúť udieranie samého seba, búchanie hlavou o tvrdé povrchy, jedenie veľkého množstva jedla alebo naopak nejestenie, vŕtanie sa v očiach, jedenie nepoživatelných vecí, ťahanie nechtov, vlasov, trhanie a škrabanie kože.

Sebapoškodzujúce správanie je komplexným problémom, ktorý si vyžaduje systematický prístup. Riešenie individuálnych incidentov nepomôže dosiahnuť uspokojivý výsledok. Základné kroky, ktoré sa musia vykonať pred tým ako sa pristúpi k procesu nápravy sú:

- * Lekárska prehliadka na vylúčenie dôvodov respektíve identifikovanie zdravotných dôvodov, ktoré môžu zapríčiniť sebapoškodzujúce správanie ako napríklad bolesť zubov, hlavy, žalúdočné a zažívacie problémy, dermatologické problémy.
- * Zabezpečenie bezpečného prostredia najmenej obmedzujúcim spôsobom. Odstránenie nebezpečných materiálov a ich nahradenie bezpečnejšími nástrojmi a materiálmi, nahradenie skla plexiskom,

zabezpečenie ostrých hrán nábytku. Nahradenie nábytku mäkkým kreslom, gaučom. V školskom a domácom prostredí by mali byť k dispozícii helmy, rukavice, oblečenie s dlhým rukávom. Žiaci by mali byť zabezpečený sústavný dozor, zamestnanci školy /rodičia by mali byť vyškolení ako bezpečne zvládnuť náročné situácie. Tieto opatrenia sú len formou prevencie a nemôžu byť chápané ako nástroj prevencie problémového správania a neodstraňujú príčinu. Aj keď ochranné pomôcky znižujú frekvenciu sebapoškodzovania, ich použitie by malo byť monitorované v záujme prevencie negatívnych dopadov na žiaka.

- * Pozorovanie a vedenie záznamov o správaní sa žiaka ako aj o prostredí, v ktorom bolo toto správanie zachytené. Zhromažďovanie dát pomáha identifikovať a vylúčiť rôzne faktory, ktoré prispievajú k sebapoškodzujúcemu správaniu. Zber dát, by mal obsahovať: opis správania, frekvenciu, intenzitu a dĺžku správania. Je taktiež dôležité opísať v akom kontexte k správaniu došlo. Kde k nemu dochádza, kde k nemu nedochádza? Aké sú následky správania? Identifikácia toho, čo sa stane okamžite po manifestácii sebapoškodzujúceho správania je kľúčom k funkcii správania. Sebapoškodzujúce správanie môže byť posilnené alebo udržované : (1) kladnými odmenami (po manifestácii sebapoškodzovania žiak získal odmenu, pozornosť, komfort alebo aj negatívnu pozornosť), (2) sebapoškodzovanie je demonštrované nakoľko následne sa žiak dostane z nepríjemných situácií (3) sebapoškodzovanie je posilnené senzoricou stimuláciou. (Ristic, 2022)

36. TEÓRIA SENZORICKEJ INTEGRÁCIE

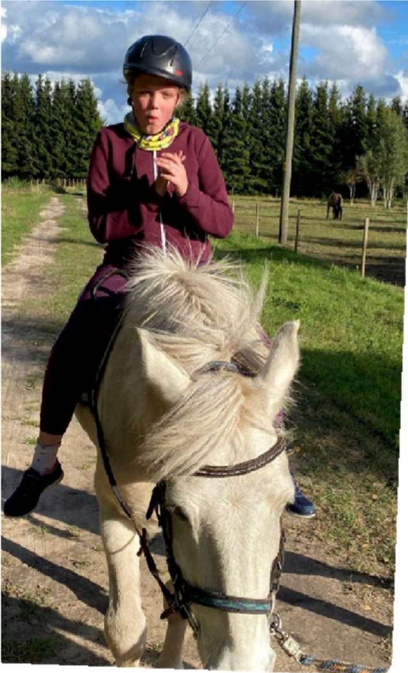
Terapia senzorickej integrácie je definovaná ako typ terapie, ktorá zahŕňa plánované aktivity implementované ergoterapeutom. Každá terapia je navrhnutá s cieľom naplniť potreby nervového systému určitého dieťaťa. Tak ako päť hlavných potravinových skupín zabezpečuje denné nutričné požiadavky tak terapia senzorickej integrácie zabezpečuje fyzické a citové potreby žiakov. Terapia senzorickej integrácie stimuluje pocity v kombinácii s aktivizujúcimi, organizačnými a upokojujúcimi technikami (Bogdashina, 1966).

Terapia senzorickej integrácie nepridáva len sensorickú stimuláciu do žiakovho dňa. Niekedy vyvolá terapia aj negatívnu odpoveď. Najúspešnejšia terapia senzorickej integrácie zahŕňa aktivity, v ktorých je dieťa aktívnym účastníkom. Terapia môže byť silným nástrojom korekcie správania. Ak je terapia senzorickej integrácie vhodne navrhnutá a implementovaná, môže viesť k prevencii problémového správania, vrátane sebastimulácie a sebazneužívania. Žiak sa cíti menej úzkostlivý keď sa cíti pohodlne a situácie a svoje správanie má pod kontrolou. (Aquilla, Yack, Sutton, 2015)

Terapia senzorickej integrácie zahŕňa kombináciu aktivizujúcich, organizačných a upokojujúcich aktivít. Príklad plánu terapie je v tabuľke pod textom.

Hypo alebo hyper vnímanie potreby	Terapia senzorickej integrácie – príklad SENZORICKÁ AKTIVITA	Trvanie alebo počet opakovaní
Vizuálne-hyposenzitívna	spájanie farebnej skladačky pomocou aplikácie s vizuálnymi efektmi na tablete	3 - 4 minúty
Sluchovo-hyposenzitívne a precitlivené	upozornenie: používanie bluetooth slúchadiel a počúvanie vlastného nahratého džavotu, počúvanie rýchlej rytmickej hudby, prehrávanie na xylofóne, počúvanie zvuku domácich spotrebičov upokojenie: ticho, používanie slúchadiel absorbujúcich zvuk, počúvanie relaxačnej /upokojujúcej hudby	5 minút
Hmatové-hypersenzitívny	hranie sa s kinetickým pieskom, stláčanie stresovej lopty	5 minút
Vestibular-hyposenzitívny	poskakovanie po terapeutickej lopte, hojdanie sa v hojdacej sieti v taške v rôznych smeroch, pohybovať sa rôznymi spôsobmi na podlahe skateboard (sedenie na ňom, na bruchu atď.)	2 minúty
Propriocepcia-hyposenzitívny	skákanie cez švihadlo, skákanie mini trampolína, použitie ponožky tela (cvičenie, tanec)	2 minúty
Spôsob použitia - striedať	Používajte celkom 5- 6 nástrojov nad 10 rokov minúty, asi 1,5 - 2 minúty pre jeden nástroj / cvičenie	

Hiesalu, 2017



37. RÔZNE TERAPIE

Terapeut chváli a podporuje žiaka. K dispozícii sú rôzne typy terapií, čo je potrebné a vhodné pre jedného žiaka to nemusí byť vhodné pre iného žiaka. Závisí to od žiaka a jeho potrieb. Niektoré z doporučených terapií zahŕňajú terapie hrou, hudobné terapie, hipoterapie, umelecké a kreatívne terapie, terapie s delfínmi, pracovná terapia.

38. POŽIADAŤ O POMOC/RADU

Dospelý človek by mal byť otvorený a schopný požiadať o pomoc ak nevie pomôcť /podporiť dieťa s určitým problémom a ak sa nevie so vzniknutou situáciou vyrovať. Výchova milovaného dieťaťa so špeciálnymi potrebami je pre každého rodiča náročná.

Rodičia a vychovávatelia sa môžu cítiť frustrovaní, osamotení a ochromení. Ponuka podpory a povzbudenia týmto rodičom im pomôže cítiť sa menej osamotení v náročnej životnej situácii. Žiadosť o pomoc ponúka rodičom nové nápady a novú perspektívu. Rozhovor s poradcom, špeciálnym pedagógom v škole, podporná skupina, opora v rodine a priateľoch pomôže rodičom detí so špeciálnymi potrebami uľahčiť záťaž, ktorú nesú.

39. PRIJATIE ODPORÚČANÍ

Je múdre prijať odporúčania učiteľov týkajúcich sa žiaka so špeciálnymi potrebami. Učitelia majú viac skúseností a vedomostí.

INTERVENCIA PRI PROBLÉMOVOM SPRÁVANÍ

Upokojujúce/rušivé techniky závisia od žiaka a jeho problémového správania. Je dôležité nájsť spôsoby, ako pomôcť vášmu dieťaťu znížiť problémové správanie. Odporúčanie vždy závisí od správania žiaka.

1. DÔVODY, MOTÍVY PROBLÉMOVÉHO SPRÁVANIA

Je dôležité identifikovať potrebu problémového správania a naučiť žiakov alternatívne - vhodnejšiemu správaniu. Napr. ako upútať pozornosť zdvorilým spôsobom, ako signalizovať svoje želania.

2. BUĎTE POKOJNÍ

V konfliktnnej situácii zostaňte pokojní, neprejavujte svoje podráždenie alebo pocity. Pokoj dospelého tiež pomáha žiakovi upokojiť sa. Nechať sa strhnúť emóciami žiaka vytvára v ňom ešte väčšiu neistotu a úzkosť.

3. KOMUNIKÁCIA

Jasná a zrozumiteľná komunikácia so žiakom. Pýtajte sa na jednoduché otázky a používajte vhodný jazyk na úrovni komunikácie žiaka. Používajte krátke jednoduché vety, jednoduché príkazy. V prípade potreby použite alternatívnu komunikáciu (obrázky PCS, posunkový jazyk).

4. SLOVO "NIE"

Je konkrétnejšie používať "Nie" namiesto použitia "Nerob ...". Dlhé vety môžu žiaka rozptyľovať a zmiast' v konfliktných situáciách. Povedať "nie" pomáha držať sa príkazov namiesto toho, aby ste poslúchali požiadavky žiaka.

5. KOMPROMISY

Ak chcete robiť kompromisy, dajte žiakovi možnosť rozhodovať sa v určitých medziach. Žiakovi sa dá vysvetliť možnosť získať to, čo je žiadúce/urobiť to, čo je príjemné, keď boli z jeho strany vykonané povinnosti.

6. PREDVÍDATEĽNOSŤ

Je dôležité vytvoriť pre žiaka predvídateľnosť v ich živote. Táto učí deti rôznym spojeniam vo svete a pomáha im porozumieť im. Čo príde / deje sa ďalej, je veľmi dôležité vedieť pre žiakov so špeciálnymi potrebami, najmä pre žiakov s autizmom.

7. FYZICKÉ A ALTERNATÍVNE AKTIVITY

Fyzické aktivity pomáhajú znižovať stres. V problémových situáciách by mohlo pomôcť hojdanie, skákanie na trampolíne, udieranie do boxovacieho vreca, hádzanie lopty, atď.

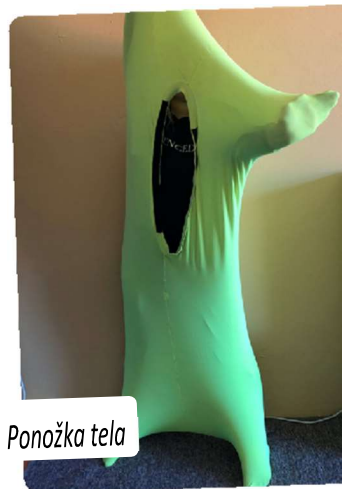
Nahradte činnosť spoločensky vhodnou zmyslovou alternatívou. Napr. ponuka skočiť na mini trampolínu a nie na gauč; žuvací krúžok namiesto žuvania oblečenia atď.



Nosenie tatkej
vesty

8. UPOKOJUJÚCE MIESTO

Poučte žiaka, aby išiel do určenej relaxačnej zóny, aby sa upokojil, bol sám, znížil podráždenie alebo znovu získal kontrolu nad sebou. Vhodné príklady pre upokojujúce miesta: vnútorný stan, veľká krabica, fazuľová taška, roh s ťažkými prikrývkami / vestou, ponožka tela, vankúše.



Ponožka tela

9. UPOKOJUJÚCE TECHNIKY

Použitie týchto techník (u žiaka alebo dospelých) pomáha upevniť proces upokojenia, znížiť úzkosť, uvoľniť telo a myseľ.

- * fyzické trenie
- * potľapkanie
- * použitie ťažkej prikrývky
- * mierne objímanie
- * počítanie čísel
- * chôdza s ťažkým (plneným) batohom/vestou
- * používanie rozličných relaxačných dýchacích techník
- * kývanie
- * spievanie alebo hučanie
- * relaxačná hudba (príroda, rôzne zvukové frekvencie)
- * atď.

10. POSILNENIE POZITÍVNEHO SPRÁVANIA

V prípade pozitívneho, očakávaného správania v konfliktnej situácii dajte žiakovi vedieť, že je to správne. Potvrďte to niečím pozitívnym alebo žiaducim pre vášho žiaka:

- * Preferované aktivity
- * voľný čas
- * Čas strávený s rodičom
- * Slovná pochvala/uznanie
- * Aktivity súvisiace s jedlom (príprava chutného jedla)
- * Ponuka obľúbenej hračky
- * Privilégium (napríklad výlet)
- * nálepky/magnetky na stole/doske/chladničke

11. UDOBRENIE

Udobrenie po nehode alebo záchvate hnevu žiaka. Keďže problémové správanie sa skončilo, je múdre ukázať žiakovi, že v pokojnom stave je vzťah v poriadku. Žiak je napriek predchádzajúcemu správaniu stále dôležitý a milovaný.

12. RIEŠENIE PROBLÉMOV SITUÁCIE BEZ PUBLIKA

Problémové správanie sa často zastaví, ak sa snažíme vyriešiť situáciu mimo verejného priestoru a bez publika. Ak dospelý odíde avšak zostane v zornom poli žiaka, musí ignorovať žiaka, kým sa neupokojí. Je tiež potrebné konfliktne situácie riešiť bez prítomnosti súrodencov alebo spolužiakov.

13. ODPÚTANIE POZORNOSTI

V niektorých prípadoch odpútanie pozornosti žiakov môže pomôcť zastaviť problémové správanie. Žiakovi môžeme ponúknuť napríklad nasledujúce aktivity: prechádzka, čítanie obľúbenej knihy, počúvanie upokojujúcej hudby, pozorovanie vonkajšieho sveta a iné zaujímavé a upokojujúce aktivity.

14. IGNOROVANIE

V závislosti od situácie aj ignorovanie môže napomôcť ukončeniu problémového správania. Problémové správanie je často zamerané na získanie si pozornosti. V týchto prípadoch nie je vhodné sa so žiakom rozprávať, komentovať jeho správanie alebo sa mu pozerať do očí. Ak je na to priestor a je to bezpečné pre žiaka, je možné sa vzdialiť.

15. NEPREDVÍDATEĽNÁ REAKCIA

V závislosti od situácie, nepredvídateľné správanie zo strany dospelého môže ukončiť problémové správanie. Nepredvídateľná reakcia môže byť odpútanie pozornosti, ale taktiež prekvapujúci sled udalostí. Niektoré príklady nepredvídateľnej reakcie počas manifestácie problémového správania:

- * Vyzlečenie ponožky žiaka (ak Vás kopol do nohy)
- * Rýchle tieskanie
- * Šepkanie alebo začatie rozhovoru inšpiratívnym spôsobom
- * Použitie nezmyselnej vety
- * Intervencia zo strany iného učiteľa

16. INTERVENCIA PRI SEBAPOŠKODZOVANÍ

Venujte pozornosť sebapoškodzujúcemu správaniu (hryzanie, udieranie si hlavy, rozškrabovanie si kože, ťahanie vlasov atď). pretože bezpečnosť žiaka je prvoradá. Je taktiež veľmi dôležité zbierať dáta počas intervencie a tieto analyzovať, aby sa dala zistiť úspešnosť zásahov. Niektoré dôležité úvahy pri budovaní intervenčného plánu môžu zahŕňať nasledovné body:

- * Zmena prirodzeného prostredia v záujme zvýšenia predvídateľnosti a bezproblémovej aplikácie rutiny do žiakovho prostredia. Použitie individuálneho výučbového plánu, zníženie času na neštrukturované aktivity, zníženie nadmernej stimulácie, vylúčenie hlučného prostredia a prostredia, v ktorom sa nachádza veľa ľudí. Organizácia pracovnej oblasti, určenie jasne zadefinovaných pravidiel, záťaž a očakávaní a ďalších odporúčaní, o ktorých sme sa zmienili vyššie.
- * Predĺženie času kedy sa nevyskytuje sebapoškodzujúce správanie prostredníctvom zabezpečenia pozitívnej podpory žiadaného správania. Toto môže byť dosiahnuté použitím posilňujúcich stimulov a pozitívnych stratégií, ktoré napomáhajú v absencii sebapoškodzujúceho správania. V záujme stanovenia efektívnej stratégie zber dát musí identifikovať postup, ktorý efektívne posilňuje pozitívne – želateľné správanie.
- * Zabezpečenie vhodných riešení pre žiakov prostredníctvom identifikácie a podpory ich individuálnych potrieb. Zameranie sa na komunikáciu učiteľ - žiak, naplnenie senzorických potrieb a aplikácia pedagogických zručností, ktoré podporujú nezávislosť.



Zabezpečením dostatku pozornosti, efektívnym komunikačným systémom a dostatkom senzorickej príležitosti minimalizujú rodičia/učitelia/špecialisti sebapoškodzujúce správanie. Uvedené problémové správanie je často spôsobom komunikácie a návyk žiaka na inú vhodnejšiu formu komunikácie mu umožňuje dosiahnuť komunikačný cieľ lepším spôsobom (žiaci môžu získať zručnosti ako požiadať o prestávku, požiadať o pomoc a nezávisle uspokojiť iné typy svojich požiadaviek).

Terapia senzorickej integrácie môže zabezpečiť príležitosť pre jednotlivcov vyvinúť adaptabilnejšiu formu správania. (Ristic, 2005)

ZÁVER

Pre deti, ich rodičov a ich okolie je dôležitý efektívny manažment problémového správania a jeho prevencia. Ak čítame to čo už vieme a používame, dodáva nám to dôveru a silu pokračovať. Všetky deti si zaslúžia spravodlivé zaobchádzanie. Tento manuál je poradcom pre situácie, s ktorými sa stretávame.

Dúfame, že tento manuál je užitočný. Ak potrebujete viac informácií obráťte sa na školu Vášho dieťaťa, centrum poradenstva alebo na špeciálne inštitúcie, ktoré sa starajú o deti so zdravotným znevýhodnením vo Vašej krajine.

Príklady použité v tomto manuály spolu s grafickými kresbami sú obrázkové komunikačné symboly (PCS) – sady farebných a čiernobielych kresieb pôvodne vyvinuté spoločnosťou Mayer-Johnson.

PCS and Boardmaker sú obchodnými značkami Tobii Dynavox LLC.



REFERENCIE

1. Aquilla, P., Yack, E., Sutton, S. 2015. Building Bridges through Sensory Integration, 3rd Edition: Therapy for Children with Autism and Other Pervasive Developmental Disorders Paperback, pp 97.
2. Bennie, M. (2016, March 10). How can you use motivation to help autistic individuals. Autism Awareness Center Inc. <https://autismawarenesscentre.com/motivation-and-autism/> (Accessed February 8th, 2022)
3. Bogdashina, O. 2005. Sensory Perceptual Issues in Autism and Asperger Syndrome. Jessica Kingsley Publishers London and Philadelphia, pp 156.
4. Hiiesalu, R. 2017. Sensory Diet for Autistic Children with Intellectual Disabilities. Master degree thesis.
5. Irish National Teachers Organisation. INTO Guidance on Managing Challenging Behaviour in Schools. https://www.into.ie/app/uploads/2019/07/2.6.1.3.1_Guide_managing_challenging_behaviour.pdf (Accessed February 8th, 2022)
6. Oliver, C., Davies, L. & Richards, C. (2016). Self-injurious behaviour in children with an intellectual disability. Cerebra Centre for Neurodevelopmental Disorders, University of Birmingham. <https://cerebra.org.uk/download/self-injurious-behaviour-in-children-with-intellectual-disability-2/> (Accessed February 8th, 2022).

7. Only about children. Exploring the Benefits of Sensory Play for Children. <https://www.oac.edu.au/news-views/sensory-play/> (Accessed February 8th, 2022)
8. Raising Children.net.au. The Australian parenting website. Building confidence: autistic children and teenagers. <https://raisingchildren.net.au/autism/behaviour/understanding-behaviour/building-confidence-asd> (Accessed February 8th, 2022)
9. Ristic, R. F. (2005) Self-Injurious Behavior in People with Developmental Disabilities. The Journal of Safe Management of Disruptive and Assaultive Behavior. The Journal 4. <https://www.crisisprevention.com/CPI/media/Media/Blogs/self-injurious-behavior-in-people-with-developmental-disabilities.pdf> (Accessed February 8th, 2022).
10. Taft, L. Twinkl. 20 Behaviour Management Techniques for Challenging Behaviour. <https://www.twinkl.com/blog/20-behaviour-management-techniques-for-challenging-behaviour> (Accessed February 10th, 2022).
11. The Challenging Behaviour Foundation. Self-injurious behaviour. <https://www.challengingbehaviour.org.uk/understanding-challenging-behaviour/specific-behaviours/self-injurious-behaviour/> (Accessed February 8th, 2022)



DODATOK

ABC CVIČENIE

Toto cvičenie je príkladom fyzickej aktivity, ktorá môže byť použitá v procese učenia s deťmi s náročným správaním. Cvičenie pozostáva z cvičení, ktoré sa riadia písmenami abecedy . Každé písmeno sa skladá z jednoduchého cvičenia a študenti/deti môžu vykonávať cvičenie, ktoré zodpovedá každému písmenu. Deti môžu používať svoje mená alebo slová. Cvičebné karty Alphabet sú vizuálne a metodologicky ľahko pochopiteľné študentmi. Naskenujte QR kód a pozrite si video z tréningu:





SLOVENSKO

INSTITUT PRE PRACOVNU
REHABILITACIU OBCANOV SO
ZDRAVOTNYM POSTIHNUTIM



ESTÓNSKO

PÄRNU PÄIKESE KOOL



LOTYŠSKO

RĪGAS VALDA AVOTIŅA
PAMATSKOLA



SEVERNÉ MACEDÓNSKO

POSEBNO OSNOVNO UCILISTE
"D-R ZLATAN SREMEC" – SKOPJE



COPING WITH STUDENTS
CHALLENGING BEHAVIOUR

PRÍRUČKA PRE UČITEĽOV, RODIČOV A INÝCH ŠPECIALISTOV NA
PREVENCIU A ZVLÁDANIE NÁROČNÉHO SPRÁVANIA DEŤÍ