

1. Vymedzenie teoretického rámca podprogramu „Cesta za slnečným dobrodružstvom“

Výchovné problémy u detí – sú označované za nevhodné, rizikové až ohrozujúce správanie, ktoré je výsledkom narušených sociálnych vzťahov alebo výchovného procesu. Súčasťou výchovných problémov sú aj prejavy agresívneho správania, považované za krízový, patologický jav, pri ktorom ide o porušovanie či obmedzovanie práv druhých, symbolické alebo reálne obmedzovanie, poškodzovanie vecí či ich ničenie. Agresívne správanie podporuje agresivita, ktorá predstavuje osobnostnú premennú – predispozíciu k agresívnemu správaniu. Agresia sa prejavuje ľahkou útočnosťou či impulzivitou, podiel na nej má aj spôsob výchovy a zaobchádzanie s dieťaťom. Ide najmä o citový chlad, ponižovanie, hnev, odpor, ľahostajnosť, hostilitu, nenávisť, fyzické a psychické násilie, kruté tresty či neurotické, úzkostné prostredie rodiny. S výchovnými problémami súvisí aj záškoláctvo – neospravedlnená neprítomnosť – absencia z vyučovania bez vedomia rodičov alebo s vedomím rodičov. Na záškoláctvo bez vedomia rodičov by sme mali pozerať ako na fakt, ale mali by sme ho vnímať ako určitú reakciu dieťaťa, ktoré nie je schopné situáciu riešiť inak ako únikom. Patria sem aj úteky z domu – únik pred napätou rodinnou atmosférou a pod..

2. Cieľ podprogramu

Výchovný program „Cesta za slnečným dobrodružstvom“ je zameraný na všetky tradičné zložky výchovy a to na rozumovú, mravnú, pracovnú, ekologickú či estetickú. Dôraz kladie na individuálny a pozitívny prístup k dieťaťu a jeho rodičom a na budovanie pocitu istoty a bezpečia. Jeho cieľom je viesť rodičov k hľadaniu nových alebo efektívnejších výchovných štýlov pri problémoch ich dieťaťa.

3. Cieľová skupina podprogramu

- deti s výchovnými problémami (školské neúspechy, záškoláctvo, úteky, nezvládanie agresivity, problémy s autoritami), deti s podozrením na týranie, zneužívanie, šikanu a násilie)

3.1. Kontraindikácia cieľových skupín pri zaradení do podprogramu

- závažné psychiatrické diagnózy vyžadujúce intenzívnu zdravotnú starostlivosť alebo dlhodobú ústavnú liečbu v zdravotníckom zariadení,
- neliečená závislosť na alkohole, iných omamných látkach a iných foriem závislostí, ľudia aktuálne pod vplyvom alkoholu alebo inej drogy,
- závažné poruchy správania, agresivita, pri ktorých dieťa alebo rodič ohrozuje život a zdravie zamestnancov v teréne alebo v IC pre rodiny,
- závažné poruchy správania vyžadujúce starostlivosť v uzatvorenom režimovom zariadení,
- poruchy správania u dieťaťa ako prejav, následok organického poškodenia,
- klienti, ktorý už prešli podobným programom najmenej 2x a nepodarilo sa dosiahnuť zmeny.

4. Forma podprogramu v kontexte počtu osôb

- a/ individuálna v kombinácii so skupinovou (rodina, širšia rodina)
- b/ skupinová

5. Forma podprogramu v kontexte miesta:

- a/ ambulatná
- b/ terénna

6. Obsah a štruktúra podprogramu

Spôsob určenia sumy podľa § 89d ods. 3 zákona 305/2005Z.z. v zmysle § 28 bod 2 písm. d) Vyhlášky 103/2018

Ø Obsah podprogramu

- využívanie prvkov výtvarného umenia (kresba, maľba, práca s rôznymi materiálmi, prvky arteterapie,...),
- využívanie prvkov hudobného umenia (spev, pohyb, hudba, prvky muzikoterapie),
- využívanie hrových činností (hra, prvky dramaterapie, prvky hrovej a filiálnej terapie, hranie rolí,...),
- rozvoj vzťahov v užšom a širšom sociálnom prostredí,
- upevňovanie pozitívnych návykov a zručností,
- zoznámenie sa s rôznymi oblasťami života dieťaťa a jeho rodičov a podporovať činnosti, ktoré rodina zvláda a má z nich radosť,
- vedenie rodičov k hľadaniu nových, vhodnejších a účinnejších spôsobov komunikácie a správania smerom k svojim deťom,
- podporu vhodných, pozitívnych, spoločensky prijateľných vzorcov správania a komunikácie u detí a rodičov,
- vedenie rodičov k vnímaniu ich situácie, čo pre nich znamená, k prežívaniu, čo robia a ako to robia, čo očakávajú, že sa stane,
- diskusie o dôsledkoch negatívneho správania dieťaťa a rodičov na ich spoločný život,
- vedenie rodičov a detí rozpoznávať varovné príznaky svojho hnevu a naučiť sa ho ovládať,
- podporovať schopnosť dieťaťa spracovávať emócie a regulovať správanie,
- viesť rodičov k tolerancii a trpezlivosti s dieťaťom,
- podporovať kooperáciu rodičov v starostlivosti o dieťa,
- podporovať spoločnú životnú perspektívu,
- viesť rodičov k zadávaniu hraníc a pravidiel určiť čo je dôležité, čo je dovolené, čo je nebezpečné, čo neprijímame, čo oceňujeme, (dieťa prežíva bezpečie tam, kde sú jasne dané hranice a pravidlá),
- podporovať schopnosť rodiča spracovávať emócie,
- pomôcť rozvíjať hĺbku a stálosť citových vzťahov medzi rodičmi a deťmi,
- podporovať toleranciu rodičov k poruchám a problémom vo vývoji dieťaťa,
- motivovať rodičov, aby umožnili deťom vyberať si záujmové krúžky podľa svojich záujmov, talentu, vlôh a preferencií,
- viesť rodičov k dohliadaniu nad prípravou detí na vyučovanie a byť im nápomocní pri príprave na vyučovanie, ak to potrebujú,
- viesť rodičov k zaujímaniu sa o to, ako a s kým trávia voľný čas,
- viesť rodičov, aby spolu s deťmi hľadali a vytvorili vyhovujúci denný režim, pravidlá a povinnosti pre všetkých,
- motivovať rodičov k venovaniu dostatočnej pozornosti svojim deťom,
- viesť rodičov vnímať a rešpektovať potreby a požiadavky dieťaťa,
- viesť deti k vnímaniu a rešpektovaniu potrieb a požiadaviek svojich rodičov,
- motivovať rodičov k vedeniu otvorených rozhovorov s deťmi primerane veku,
- motivovať deti k vedeniu otvorených rozhovorov s rodičmi,

Podprogram „Cesta za slnečným dobrodružstvom“

Výchovný program (§ 12 ods. 1 písm. d) a § 11 ods. 3, písm. b), bod 3.)

- motivovať deti a rodičov k hľadaniu alternatív trávenia spoločného voľného času, ale aj individuálneho, podľa potrieb jednotlivých členov,
- viesť rodinu k vzájomnému sa rešpektovaniu,
- podporu pozitívnych vzorcov správania rodičov formou oceňovania a pochvaly,
- upozorniť rodičov na dôsledky vplyvu patologického prostredia na deti,
- upozorniť rodičov na dôsledky vyplývajúce z nedostatočnej starostlivosti o deti,
- zasiahnuť okamžite v prípade, že v rodine dochádza k porušovaniu práv detí,
- podporovať toleranciu rodičov k poruchám a problémom vo vývoji dieťaťa,
- povzbudzovať rodičov k rovnakému prístupu voči všetkým deťom,
- pomoc pri rozvoji osobnosti a zlepšovaní si výchovno-vzdelávacích výsledkov,
- rozvíjať komunikačné kompetencie,
- rozvíjať sociálne kompetencie,
- rozvíjať schopnosti správne identifikovať a analyzovať problémy, navrhovať riešenia a vedieť ich uplatňovať,
- rozvíjať manuálne zručnosti, psychomotorické schopnosti, aktuálne poznatky a samostatnosť pracovať s nimi v praktických činnostiach,
- nácvik sebakontroly a regulácie správania dieťaťa,
- realizovať aktivity zamerané na utužovanie súrodeneckých väzieb,
- posilňovanie vzťahu dieťa – rodič,
- nácvik zvládania agresivity,
- upozorňovať dieťa na dôsledky jeho správania,
- realizovať aktivity zamerané na ventiláciu emócií a tenzie,
- viesť rodičov k eliminovaniu nepriaznivých vplyvov na dieťa.

Ø Štruktúra podprogramu

MODUL Č. 1:

Počet klientov:	2 klienti
Personálne požiadavky:	2× sociálny pracovník alebo 1× sociálny pracovník a 1× asistent sociálnej práce alebo 1× sociálny pracovník a 1× psychológ/ špeciálny pedagóg/pedagóg alebo 1× psychológ a 1× špeciálny pedagóg/pedagóg
Počet hodín face to face:	63 hodín
Realizačná fáza:	ambulantnou a terénnou formou

MODUL Č. 2:

Počet klientov:	3-5 klientov
Personálne požiadavky:	2× sociálny pracovník alebo 1× sociálny pracovník a 1× asistent sociálnej práce alebo 1× sociálny pracovník a 1× psychológ/ špeciálny pedagóg/pedagóg alebo 1× psychológ a 1× špeciálny pedagóg/pedagóg
Počet hodín face to face:	84 hodín
Realizačná fáza:	ambulantnou a terénnou formou

MODUL Č. 3:

Počet klientov:	6-10 klientov
Personálne požiadavky:	2× sociálny pracovník alebo 1× sociálny pracovník a 1× asistent sociálnej práce alebo 1× sociálny pracovník a 1× psychológ/ špeciálny pedagóg/pedagóg alebo 1× psychológ a 1× špeciálny pedagóg/pedagóg
Počet hodín face to face:	104 hodín
Realizačná fáza:	ambulantnou a terénnou formou

NADSTAVBOVÝ MODUL A – psychológ

Počet klientov:	1 klient/rodina
Personálne požiadavky:	1× psychológ
Počet hodín face to face:	15 hodín
Realizačná fáza:	ambulantnou formou, v prípade potreby aj kombináciou s terénnou formou

NADSTAVBOVÝ MODUL B – špeciálny pedagóg

Počet klientov:	1 klient/rodina
Personálne požiadavky:	1× špeciálny pedagóg
Počet hodín face to face:	10 hodín
Realizačná fáza:	ambulantnou formou, v prípade potreby aj kombináciou s terénnou formou

NADSTAVBOVÝ MODUL C – psychológ a špeciálny pedagóg

Počet klientov:	1-2 klienti
Personálne požiadavky:	1× psychológ a 1× špeciálny pedagóg
Počet hodín face to face:	30 hodín
Realizačná fáza:	ambulantnou formou, v prípade potreby aj kombináciou s terénnou formou

7. Metódy a techniky práce

- **Pozorovanie** – ide predovšetkým o zachytenie vonkajších prvkov správania klienta, či už dospelého alebo dieťaťa. Predmetom pozorovania sú predovšetkým motorické prejavy ako nepokoj, strach, gestikulácia, kývanie a pod. V rámci pozorovania sa zameriavame na motorickú, fyziologickú a kognitívno-afektívnu zložku správania sa klienta.
- **Motivačný rozhovor** – zameriava sa na rodičov ako aktérov zmien, pomôcť klientovi realizovať zmeny v jeho živote, ktoré nevie realizovať sám bez podpory. Motivačný rozhovor je vedený s akcentom na porozumenie jednotlivým fázam procesu zmeny
- **Informácia** – patrí medzi elementárne metódy práce s klientmi, pomoc rodine informácie spracovať a overiť si, či ich správne pochopila. Informácie sa týkajú predovšetkým ich základných práv, nárokov na poskytnutie sociálnych služieb, podpory zo strany samosprávy, štátnych sociálnych dávok, zvýšenie právneho povedomia.
- **Interview** – najpoužívanejšia metóda sociálnej práce vedená s jednotlivcom alebo skupinou.
- **Klarifikácia** – v rámci tejto metódy ide o rozumovú analýzu problému alebo celkovej situácie, odborník a rodina objasňujú rôzne aspekty prezentovaného problému. V rámci procesu

klarifikácie môže prísť k redefinícii problému či zmene diagnózy, rodina môže naraz vidieť svoju situáciu z iného zorného uhla a objavuje nové možnosti riešenia svojho problému.

- **Ventilácia** – sa používa predovšetkým pri prvom poradenskom rozhovore, pomáha klientovi zbaviť sa nahromadeného napätia, stresu, úzkosti, strachu, umožňuje klientovi hovoriť o problémoch a ťažkostiach bez zosmiešňovania, zhadzovania a nepochopenia. Rozprávaním o probléme dochádza k zníženiu tenzie a strachu a môže sa vytvoriť priestor pre konštruktívnu poradenskú prácu.
- **Povzbudenie** – túto metódu používa sociálny pracovník pri cieľovej skupine zväčša v iniciálnej fáze, kedy je dôležité hneď povzbudiť klienta, oceniť, že sa rozhodol riešiť svoj problém. Najmä u detí je táto metóda veľmi dôležitá, aby prekonali svoj strach. V rámci tejto metódy sa môže použiť aj modifikácia, resp. použitie ďalších prostriedkov vhodných pre jednotlivé vekové kategórie (hračka a pod.).
- **Interpretácia** – ako jedna z metód sociálnej práce sa pri cieľovej skupine používa v neskoršej fáze a používa sa u dospelých klientov. Nepoužíva sa v úvodnej fáze ani v krízovej intervencii kedy klient nesmie byť v tenzii a musí byť pripravený na interpretáciu. V rámci tejto metódy prestáva byť poradca celkom pasívny, začína aktívne dopĺňať chýbajúce súvislosti, ktoré zostávali klientovi skryté. Nie je vhodná počas tenzie, počas rozličných kríz u klienta, poradca musí mať viacero poznatkov o klientovom prežívaní. Vhodné pre túto metódu je, aby klient dospel do štádia, kedy dokáže interpretovať sám, aby nedošlo k pocitu, že mu bola interpretácia implantovaná.
- **Tréning** – ide predovšetkým o tréning zameraný na prekonávanie strachu, tréning na zvyšovanie sebavedomia a pozitívneho sebahodnotenia, tréning základných rodičovských zručností, tréning konštruktívnej hádky, tréning v asertivite tréning pri prekonávaní fóbii a pod..
- **Modelovanie** – zaraďujeme k činnostným metódam, kedy ide o modelovanie reálnych situácií zo života klienta, ktorú si rozohráva podľa svojich predstáv. Pri tradičnom modelovaní odborník ponúka rodine svoj spôsob zvládania určitej situácie a rodina sa môže inšpirovať alebo si tento spôsob osvojiť.
- **Hranie rolí** – táto metóda sa využíva i v spojení s ďalšími metódami, zväčša je realizovaná v rámci komunitnej práce s klientmi, skupinovej, svojpomocnej skupiny. Najčastejšie ostatní členovia rodiny hrajú rolu jedného člena v rôznych situáciách a tým mu poskytujú užitočnú spätnú väzbu na jeho správanie. Veľmi užitočná býva výmena rolí, aby sa členovia rodiny dokázali vcítiť do situácie ostatných a lepšie pochopili motiváciu, komunikáciu a správanie.
- **Metóda incidentu** – v rámci tejto metódy ide o zameranie klienta a poradcu na detailnú analýzu konfliktnej situácie s úmyslom pripraviť klienta na jej zvládnutie v budúcnosti.
- **Konfrontácia** – v rámci tejto metódy sociálny pracovník upozorňuje klienta na rozdiely a rozpory v jeho tvrdeniach, správaní a chápaní seba aj iných. V rámci tejto metódy sa môže dostať klient a poradca do vzájomnej konfrontácie, do konfrontácie s ostatnými členmi rodiny, či členmi skupiny. Túto metódu uplatňujeme hlavne ak pracujeme s matkou a s deťmi, kedy dochádza k násilným atakom matky voči deťom, prípadne dochádza ku konfrontácii medzi klientmi navzájom.
- **Podmieňovanie a iné behaviorálne techniky** – používajú sa predovšetkým u detí, pozitívne podmieňovanie (pochvala), Napomáhajú regulovať správanie detí, v prípade dospelých osôb ide o čiastkové zmeny jednotlivých postojov a správania v určitých situáciách.

Podprogram „Cesta za slnečným dobrodružstvom“

Výchovný program (§ 12 ods. 1 písm. d) a § 11 ods. 3, písm. b), bod 3.)

- **Reflexia** – v rámci tejto metódy sociálny pracovník preformulováva klientove odpovede, aby stimuloval klientov v hľad a sebareflexiu. Prostredníctvom nej odborník signalizuje rodine, že ju počúva, snaží sa pochopiť prezentované obsahy nielen z hľadiska racionality, ale aj prežívania.
- **Abreakcia** – sociálny pracovník vytvára pre klienta priestor, aby mohol znovu prežiť problémovú situáciu, uvoľniť skrytú alebo potlačenú emocionalitu, pochopiť aktuálnu situáciu a obnoviť mechanizmy zvládania tejto situácie. Často sa spája so znovuprežitím a následnou katarziou.
- **Persuázia** – v rámci tejto metódy hľadá sociálny pracovník primerané argumenty, aby sprostredkoval klientovi iný pohľad na problém, ponúkol mu efektívnejšie vzorce správania či riešenia problémovej situácie.
- **Prípadová konferencia** – je plánované koordinované a štruktúrované stretnutie všetkých do prípadu zainteresovaných strán – rodičia, deti, odborníci jednotlivých inštitúcií, ktorí pracovali alebo budú pracovať s dieťaťom alebo jeho rodinou, prípadne, aj členovia širšej rodiny, ak môžu byť prínosom pre riešenie problémovej situácie dieťaťa a jeho rodiny.
- **Sumarizácia** – zameraná na zhrnutie doterajšej spolupráce s rodinou, uskutočňuje sa po určitej etape alebo na konci sedenia, ale užitočnejšie je, ak poradca povzbudí k sumarizácii rodinu, ktorá referuje o tom, kam sa spolupráca s odborníkom dostala a na čom sa spolu dohodli.
- **Exemplifikácia** – príkladovanie. Deti sa učia predovšetkým napodobňovaním a stretávajú sa práve s nevhodnými spôsobmi správania, ktoré majú sklon napodobňovať, dokonca ho považovať za prirodzené a normálne. Preto je potrebné poskytnúť deťom také vzory a spôsoby správania sa, ktoré sú spoločensky akceptované.
- **Exercifikácia** – nácvik pozitívnych typov správania. Dôležité je nie len dieťa oboznámiť so spôsobmi vhodného správania sa (napr. spôsoby riešenia konfliktov, správanie sa v spoločnosti, na vyučovaní, v zariadení a pod.), ale ho aj tomuto správaniu priamo učiť. Na tento účel sú veľmi vhodné dramatizujúce metódy ako je hranie rolí či výmena rolí.
- **Laudácia a premiácia** – pochvala a odmeňovanie pozitívneho správania. Táto metóda priamo nadväzuje na metódy predchádzajúce. Je založená na systéme pozitívneho prístupu a oceňovaní vhodného správania sa, čím dochádza k jeho následnej fixácii.
- **Evaluácia** – odborné posúdenie úrovne plnenia vopred stanovených kritérií s dieťaťom a rodičmi.
- **Zážitkové metódy** – ide o metódy založené na konkrétnej osobnej skúsenosti v rôznych oblastiach života.
- **Písanie denníkov** – patrí do seberefektívnych metód, ktoré sa využívajú najmä vtedy, ak dieťa nedokáže o svojom probléme hovoriť. V denníku dokáže postupne o probléme písať, formulovať svoje emócie, priania.
- **Relaxačné techniky** – ako napr. Schultzov autogénny tréning, Jakobsonova progresívna relaxácia, relaxačné etudy.
- **Metódy sociogramu** – sú zamerané na skúmanie sociálnych vzťahov a vnútornej skladby rodín klienta. Zisťuje sa sociabilita, štruktúra rodiny, pomáha určiť presné postavenie a rolu každého jedinca v rodine aj štruktúru skupinových vzťahov. Realizácia sociogramu prebieha pomocou dotazníku, rozhovoru s klientom alebo hrami.
- **Metóda SMART** – na definovanie cieľov:

Podprogram „Cesta za slnečným dobrodružstvom“

Výchovný program (§ 12 ods. 1 písm. d) a § 11 ods. 3, písm. b), bod 3.)

S – Špecifický – cieľ musí byť špecifický t.j. musí v sebe obsahovať jasné kritéria, podľa ktorých spoznáme či sa nám ho podarilo splniť.

M – Merateľný – v tomto bode je odporúčené použiť číslo, ktoré dokážeme ľahko vyhodnotiť. Zameriavame sa aj na to dokedy chceme dosiahnuť tento stav. Cieľ musí mať posledný možný dátum, kedy splníme cieľ.

A – Akcia – teda motivácia klienta na dosiahnutie cieľa, pre stanovenie cieľa je dôležité, aby boli čo do miery využiteľnej energie klienta, realizovateľné.

R – Realistické – ciele majú byť realistické, každý splnený cieľ dodá klientovi sebadôveru, lepší pocit a chuť do ďalšieho sebarozvoja. Zmyslupnosť – cieľ musí mať pozitívny efekt, klient musí vidieť zmysel, aby mohol naplno venovať energiu, aby ho dosiahnutie cieľa potešilo.

T – Trasovateľný – nestačí mať len jeden konečný bod. Pomôckou je keď si sociálny p odborník stanovuje na ceste malé kroky, kedy sa spolu s klientom ohliadnú a zhodnotia dosiahnutie cieľa.

Záverom: Sociálno-výchovný podprogram pod názvom „Cesta za slnečným dobrodružstvom“ je programom, ktorého úlohou je eliminácia nevhodného správania u detí, ktorá je však neodmysliteľne spojená so zapojením rodičov. Program prebieha v 3 moduloch, z ktorých je možné vybrať podľa počtu členov zapojených do programu. V prípade potreby je ho možné rozšíriť o špecializované moduly a intervenciu odborníkov ako psychológ, špeciálny pedagóg, či zapojením oboch odborníkov naraz.

Nitra, 2. 5. 2022

Mgr. Mariana Kováčová, PhD.
riaditeľka/odborná garantka