

Centar za rehabilitaciju
Edukacijsko – rehabilitacijski fakultet
Zagreb



Kabinet za poremećaj iz
spektra autizma

VIZUALNA PODRŠKA

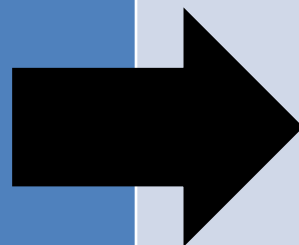
Smjernice za primjenu

VIZUALNI RASPORED

- Pokazuju što će se dogoditi tijekom nekog vremena
 - Redoslijed kojim će se stvari odvijati
 - Kada će završiti
 - Što će se sljedeće dogoditi
-
- Rasporedi se mogu odnositi na različite vremenske periode, cijeli dan, $\frac{1}{2}$ dana, mogu pokriti određenu aktivnost
 - Mogu biti prikazani od vrha do dna ili s lijeva na desno

Prvo – onda raspored

PRVO



ONDA



PRVO - ONDA

- **PRVO – ONDA raspored možemo koristiti u situacijama kad je djetetu neka aktivnost neugodna ili ju iz nekog drugog razloga odbija, a bitna je za svakodnevni život djeteta i obitelji da ju provede**
- Ovaj raspored omogućava djetetu da se regulira i smiri jer zna da će slijediti ugodna aktivnost te mu to pomaže da lakše prođe neku koju ne voli
- **Kako izraditi raspored:**
 - Malo čvršći karton podijeli se na dva dijela
 - na prvom dijelu gore piše PRVO, a na drugom ONDA i na svakom dijelu je čičak koji će omogućavati da nalijepite dvije slike
 - na dijelu gdje piše PRVO obično se stavlja slika aktivnosti koju dijete iz nekog razloga odbija (npr. Tuširanje,), a na dijelu na kojem piše ONDA stavlja se slika onoga što dijete voli (npr. gledanje crtića)

- Prvo najavljujemo neželjenu aktivnost i kažemo djetetu pokazujući pri tom na slike „Prvo ćeš se tuširati, a onda ćeš gledati crtiće”. Zatim dijete tuširamo (bitno je da u početku tuširanje traje vrlo kratko i da brzo prijeđemo na aktivnost koju dijete voli). Kad završi tuširanje skidamo sličicu tuširanja i kažemo, gotovo i najavljujemo gledanje crtića.
- Važno je napomenuti da dijete neće odmah razumjeti što znači taj raspored te da će i nakon najave uz pomoć rasporeda dijete odbijati aktivnost kao i prije. Važno je biti dosljedan i koristiti dosljedno raspored. Kad najavimo aktivnost, važno je da ju bar nakratko provedemo. Tako će dijete naučiti što raspored znači.

- **Ukoliko ne moramo uvesti PRVO – ONDA raspored što prije, prvo možemo naučiti dijete što on znači na način da pomoću njega najavljujemo razne aktivnosti tijekom dana.**
- U početku ga možemo koristiti za najavu neke neutralne pa ugodne aktivnosti („prvo ćeš se obući, a onda idemo u dvorište”). Jednom kad dijete nauči značenje rasporeda, možemo ga krenuti uvoditi i za neželjene aktivnosti kao što je prethodno opisano. Nekad, na žalost, nemamo izbora jer dijete odbija neke važne dnevne aktivnosti (poput oblačenja ili tuširanja) pa ga trebamo uvesti što prije.
- napomena: *ukoliko dijete odbija aktivnost zbog senzorne preosjetljivosti na odjeću ili vodu, potrebno je dijete postupno izlagati i tu također raspored može pomoći ili osigurati drugi način provedbe aktivnosti (kupanje ili samo određena vrsta odjeće koju dijete tolerira)*

DNEVNI RASPORED

(jedan cijeli dan)



buđenje



higijena



doručak



igra



pranje ruku



ručak



bojanje



televizija



učenje



igra s loptom



pranje ruku



večera



čitanje



higijena



spavanje

KAKO POČETI

- **Pripremiti/izraditi raspored**
- Odlučiti za koji dio dana treba djetetu raspored. Neke će djeci odgovarati imati raspored za cijeli dan jer im je bitno da znaju što slijedi i da im je vrijeme strukturirano. Nekima će biti potreban raspored za vrijeme slobodnog vremena, kako ne bi bilo praznog hoda i kako bi djetetu vrijeme bilo ispunjeno. S druge strane, nekima će biti potreban raspored s aktivnostima vezanim za učenje kako bi dijete lakše moglo pratiti tijek aktivnosti i znati kad je kraj.
- Sličice i njihova veličina ovise o djetetu, možete koristiti fotografije, crteže, simbole ili pisane upute
- Sličice bi bilo dobro zalijepiti na karton i oblijepiti selotejpom kako bi duže trajale

KAKO POČETI

- **Odlučite gdje će i kako raspored stajati** – razmislite gdje je djetetu i vama lako dostupan. Ako mislite da bi dijete ili drugi mlađi ukućani uzimali raspored i igrali se njime, možete ga staviti na povišeno mjesto, ali i dalje da ga dijete može vidjeti. Raspored može biti postavljen s lijeva na desno ili odozgo prema dolje.
- **Kako koristiti raspored**
- Vodimo dijete do rasporeda, uzimamo prvu sliku, imenujemo aktivnost i odlazimo do mjesta na kojem se provodi aktivnost sa slike, nakon provedene aktivnosti, vraćamo se do rasporeda i stavljamo sliku u džepić i kažemo „gotovo”.
- Najavljujemo sljedeću aktivnost na isti način
- Dijete neće odmah znati čemu služi raspored i prvo je potrebno dosljedno ponavljati postupke kako bi dijete naučilo njihovo značenje
- U rasporedu je dobro povremeno stavljati aktivnosti koje su djetetu ugodne, kako bi ono vidjelo da će možda nakon njemu ne tako dragih aktivnosti slijediti neka koju voli

TRAJANJE I ZAVRŠETAK AKTIVNOSTI



KAKO POČETI

- Samo trajanje određene aktivnosti možemo vizualno, ali i auditivno predočiti (zvuk alarma na kraju aktivnosti)
- Na taj način dijete uči i zna koliko određena aktivnost traje, kada će uslijediti druga aktivnost, čime se smanjuje neizvjesnost i povećava suradnja
- Djeca obično znaju “teško” podnijeti kraj određene aktivnosti, pa je ovo ujedno i jedna priprema za koju također treba vrijeme da se dijete nauči značenju vizualne oznake trajanja aktivnosti (vrijeme)
- Važno je procijeniti prema sposobnostima djeteta koji vizualni znak za trajanje aktivnosti ćemo koristiti (digitalni sat, štoperica, kuhinjski satić, pješčani sat)
- Kada započnemo s aktivnosti (npr. Igra), pokažemo djetetu vrijeme koje je za igru (npr. Aplikaciju na tv-u koja mjeri vrijeme a djetetu je razumljiva – oblik štoperice, koja na kraju kratko odzvoni)
- Važna je dosljednost kako bi djetetu zaista bio jasan kraj (znači čim odzvoni štoperica, svaki put za kraj) kažemo djetetu: Završili smo s igrom i pokažemo sličicu za **GOTOVO**.

KAKO POČETI

- Za **kraj** određene aktivnosti je važno koristiti vizualni znak
- Taj znak također odredite da je djetetu jasan (znak za gotovo, kvačica, riječ gotovo, kraj)
- Isti znak koristite i na kraju dnevnog rasporeda
- Kada završi određena aktivnost, pokazujemo znak za kraj(doslovno pokažemo sličicu za gotovo) ili dijete na rasporedu prema sličicu u džepić za kraj (što smo prethodno naveli)

VIZUALNI SUSTAV NAGRAĐIVANJA



KAKO POČETI

- Služi kako bi dijete bilo što više motivirano da provede određene aktivnosti
- Ovim sustavom dijete ima vizualnu predodžbu koliko određena aktivnost traje (broj zadataka) te kada će uslijediti “nagrada”
- Time se povećava suradnja, a smanjuju nepoželjna ponašanja prilikom provođenja aktivnosti (npr. za vrijeme pisanja zadaće)
- Broj “bodova” koje dijete skuplja, možete odrediti individualno prema djetetu, iako je u početku praktično staviti manji broj aktivnosti kako bi dijete što prije došlo do željene aktivnosti, ali i shvatilo princip sustava

KAKO POČETI

- Na papir nacrtate nekoliko praznih kvadratića (oni će vam služiti za unošenje bodova)
- Praktično je plastificirati papir s kvadratićima kako biste imali mogućnost višestruke primjene, a u zadnji kvadratić nalijepite čičak tako da možete zalijepiti sliku željene aktivnosti na isto mjesto
- Odredite koji je vizualni znak bilježenja bodova
- Bodovi mogu biti u obliku omiljenih slika djeteta, kvačice, smajlići... Možemo ih unositi mi ili dijete
- Pitamo dijete da odabere određenu aktivnost za koju će sakupljati bodove (omiljene aktivnosti djeteta)
- Kada dijete odabere aktivnost, stavimo sliku te željene aktivnosti na kraj (zadnji kvadratić) te držimo vizualni sustav ispred djeteta
- Kažemo djetetu koju aktivnost ćemo sada raditi (Npr. Idemo pisati zadaću. Imamo 5 zadataka. Za svaki zadatak dobiješ bod. A na kraju slijedi nagrada.)
- Za svaki uspješni zadatak koje dijete napravi stavimo oznaku za bod u kvadratić te isto pokažemo djetetu
- Kada ispunimo sve kvadratiće s bodovima, pokažemo djetetu da je skupio sve bodove te da mu kažemo da uzme svoju "nagradu"