

GERLINDE ORTNEROVÁ

POHÁDKY RADÍ

nejmenším



KNIŽNÍ KLUB

Zadanie:

**Prezentácia z vlastnej práce s klientami
s príbehom Morská víla
z knihy pre deti Gerlinde Ordnerová -
„Pohádky radí najmenším“**



Spracoval:

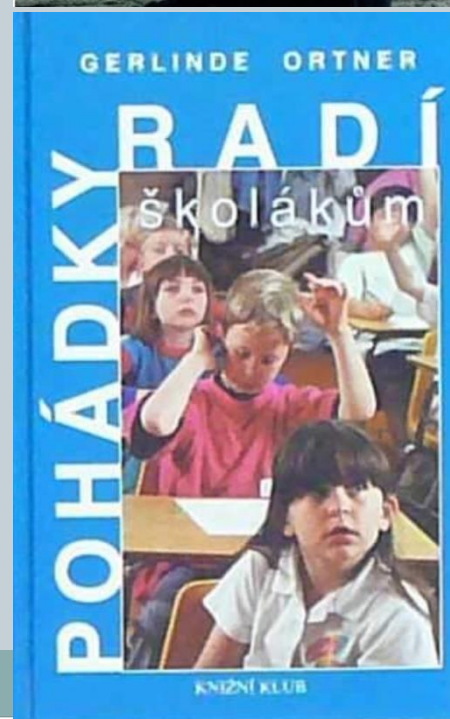
**Vladislav Babka, 5.roč.Mgr UK PF LP
Predmet: Biblioterapia v klinickej praxi**



Gerlinde Ortner



- Gerlinde Ortner, nar. 1945, bola psychológom pre deti a adolescentov. Najskôr pracovala v poradenských centrách vo Viedni, neskôr dva roky ako psychológ na Univerzitetnej klinike pre deti so sluchovým postihnutím a potom viedla školu v Španielsku.
- V súčasnosti pracuje ako psychoterapeut, psychológ a supervízor vo vlastnej ambulancii vo Viedni. Vydala mnoho knižných publikácií, ktoré vyšli vo viacerých jazykoch.
- Zahrala si aj v TV sérii **Seniorenclub** vysielanú od 1968 do 2000. Hrala sama seba ako Dr. Gerlinde Ortner v epizóde prvýkrát odvysielanej 19. januára 1986



Obsah a vybrané kapitoly



Kniha vznikla z práce autorky s deťmi s poruchami správania a je určená pre deti od 3 do 9 rokov, ale súčasne aj ich rodičom.

Hneď v úvode sa rodičom prihovára, aby sa R. naučili ako deti „správne“ motivovať a vedieť kedy pochváliť aj kedy potrestať.

Rozprávky a príbehy sú určené pre dieťa, ktoré :

- nechce ísť spať alebo má strašidelné sny
- sa bojí psov alebo má strach zo zubára
- klame alebo nadáva a je neposlušné
- si hryzie nechty
- sa zajakáva alebo sa pomočuje
- ruší v škole pri vyučovaní alebo má sklony k agresivite
- sa prvýkrát stretne so smrťou a ďalšie

Účel a cieľ knihy



- Deti sa radi identifikujú s hrdinami rozprávok a príbehov a tak rodičom môžu tieto príbehy poslúžiť na prekonanie bariér medzi nimi a deťmi a pomôcť vo vzájomne komunikácii.
- Kniha sa nesnaží nahradiť terapeutickú pomoc či pri ľahších alebo závažnejších poruchách správania, ale jej vhodným doplnkom a pomocou rodičom.
- Všeobecný úvod knihy a na konci rozprávok aj kapitoly pre rodičov "**čo k tomu problému musia rodičia vedieť**", ponúkajú náhľad na tému výchova a zmeny správania spolu so zásady správnej motivácie

Kapitola "Ako deti správne motivovať"



Vývin dieťaťa charakterizuje striedanie kludných, pokojných období s krízovými fázami, keď sa objavujú nové poznatky a Ď. dosahuje vyšší vývinový stupeň ---> *najhrubšie výchovné chyby R*

Autorka rozlišuje tieto krízové štádiá:

- 8.mesiac života prvé rozlišovanie známeho od neznámeho
- 3.rok života rozvoj fantázie, fáza vzdoru, prechod od spontánneho myslenia k cieľavedomému
- 6.rok života škola narušenie duševnej a telesnej vyrovnanosti
- pubertálny vek Ď. nie je samosebou, problémy s okolím, vrstovníkmi

Každé správanie je možné sa naučiť



„Rovnako žiadúcim aj nežiadúcim správaním sa Ď.učí“

Učenie na modele pozorovania a napodobňovania

Vzor alebo osoba, ktorá svojím určitým správaním dosahuje výhod, ktoré na Ď.pôsobia príťažlivo alebo ktoré samo zažilo a prevzalo do svojho modelu spr.

Učenie úspechom

Ak Ď.dostane bezprostredne po určitom správaní pozitívnu odozvu, bude toto spr. opakovať znova, aby malo opäť odmenu

Čo môže byť pre Ď. odmenou?

- Pozornosť
- Pochvala a uznanie
- Privilégia
- Materiálne výhody



„Každý druh pozornosti (i dohováranie, napomenutie, kritika), ktorý nasleduje bezprostredne po určitom správaní, pôsobí ako povzbudenie.“

Možnosti zlepšenia komunikácie:

- Posilnenie pochvalou s okamžitou podporou
- Ukázanie porozumenia
- Motivácia a návod na odstránenie nežiadúceho správania

Ako reagovať keď už Ď. chápe , že „hnevá“?

1. Poukážeme na pozitívnu alternatívnu situáciu
2. Ignorujeme negatívne správanie
3. Naznačíme cestu k žiadúcemu správaniu

Keď sa chceme naučiť prejať porozumenie, dať najavo, že berieme druhého vážne a naučiť sa ako s druhými ľ.vychádzať, musíme sa naučiť vyslovovať svoje POCITY.

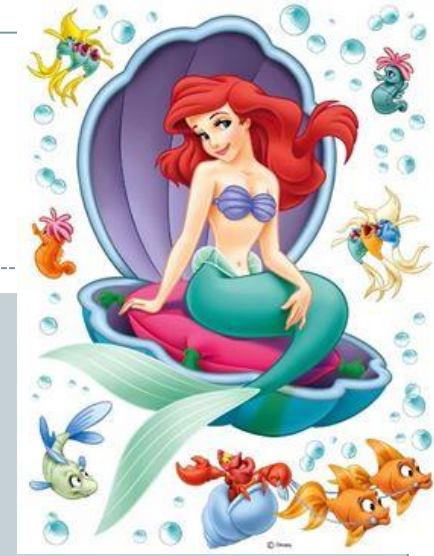
„Program je úspešný iba vtedy, keď sa rodič pokúsi vcítiť do príčin detského správania a sebakriticky ich zhodnotiť.“

Malá morská víla

Když má dítě strach ze zubaře. Mořská panenka, str.37,



- Hlavný cieľ :** zbaviť sa strachu zo zubára
- Časové hľadisko:** krátkodobý program,
rozdelený na 3 stretnutia po 1 hod
- Frekvencia stretnutí :** 1x do týždňa
- Pomôcky:** HRV biofeedback, magnety, voda
- Počet účastníkov :** 2 dievčatá, vek 9 a 11 rokov.



Ďalšie ciele: Naučiť sa prekonávať strach z nepríjemnej či neočakávanej situácie, podporiť odvahu a smelosť, využitie v iných oblastiach života.

Priebeh stretnutia 1



Obsah príbehu: *Morská víla si úpenlivo želala byť človekom. Pri troch prianiach si však zabudla priať aj ZDRAVIE a tak ju po chvíli vo svete ľudí začali veľmi bolieť zuby. Pri prekonávaní strachu a bolesti jej pomôže jej nová kamarátka Kristínka. Naučí ju ako je to u zubára, na čo sa treba pripraviť. Nakoniec morská víla prekoná strach a navštívi zubára.*

Stručné vysvetlenie obsahu: Nespokojná Morská víla býva v korálovom paláci. Narieka a vzlyká, že sa chce stať človekom. Napriek tomu, že by nemala byť prečo nespokojná. Zvieratká okolo sépia, medúza, morský ježko, deldín, žralok...sa ju snažia upokojiť. Pomôže jej posol inej dobrej víly, vyplní jej tri priania: byť človekom, žiť ďaleko od mora, a aby ju ľudia mali radi.

Rozohriatie a úvod: Ď. a terapeut znázorňujú a napodobňujú zvukmi použijúc svoju fantáziu rôzne morské zvieratká, búrku na mori, vietor... Môžeme skúsiť znázorňovať aj emócie, ktoré prežíva morská víla.

Terapia (relaxácia): Cieľom je naučiť sa uvoľniť a poznať celé telo, vysvetliť si, že menej niečo človeka bolí, ak je uvoľnený a naopak. Vyskúšať si cvičenie na znecitlivenie prstov či dlane – škála kreatívnej imaginácie.

Pri dobrej spolupráci je možné fixovať /kotviť tento stav na dlhšie obdobie (napr.technikou 3 prstov) aj po stretnutí.

Reflexia - Domáca úloha: Trénovať uvoľnenie doma spolu s kotvením 3P

Priebeh stretnutia 2



Obsah príbehu: *Morská víla spokojne žije u ľudí, pokiaľ neprídu bolesti zubov. Kamarátka Kristínka pomáha zistiť, aké je to ísť k zubárovi, čo to znamená chodiť k zubárovi. A tak sa začnú hrať na zubára, ako to prebieha v skutočnosti. Kristínka ju upokojuje, vtipkuje až nakoniec si Morská víla na predstavu návštevy zubára zvykne.*

Úvodná fáza stretnutia: Dieťa a terapeut znázorňujú bolesti zubov môžu skúsiť vydávajú zvuky podobné vrtačke, motorke, roju mušiek. Návnik dýchania HRV .

Návrh „sugestívnej“ básne : *Malá morská víla, zmenila sa na človeka,
a návšteva u zubára, celkom isto na ňu čaká.*

*Kamarátka pomôže, vytiahne ma z kaluže.
Zubár ten je odborník, nebojí sa ho veru nik.*

Terapia - relaxácia: Predstavujeme si cestu autom alebo autobusom do ambulancie, ako to bude ďalej prebiehať od zazvonenia u zubára po ukončenie zákroku.

Reflexia: Spätná väzba, čo sa ešte musíme naučiť pred návštevou zubára?



Priebeh stretnutia 3

Obsah príbehu: Morská víla ide spolu s kamarátkou na návštevu zubára. Víla sa tak dostane aj do ambulancie, kde vidí všemožné prístroje a môže priamo namieste zažiť ako to u zubára naozaj prebieha. Nakoniec si aj ona sama odvážne sadne do zubárskeho kresla.

Úvodná fáza stretnutia: Dieťa a terapeut znázorňujú pohodu bez bolesti zubov, ako sa budú cítiť po návšteve zubára. Otázka na domácu úlohu a precvičenie na HRV spolu s vedomým dýchaním a uvoľnením

Terapia - relaxácia a vizualizácia. Po úvode pomáhame terapeuticky vizualizovať opäť cestu k lekárovi, krok za krokom, so sadnutím si v čakárni, môžeme si predstavovať pacientov čakajúcich na oštiepenie, či si predstavovať zubára alebo zdravotnú sestru. Prejsť celé oštiepenie do konca aj s pocitmi, ktoré z toho klient má, keď sa mu to podarí prekonať a keď vychádza z ambulancie. Kotvenie pozitívnych emócií.

Reflexia : Ako je klient pripravený na návštevu zubára? Čo sa mu páčilo, čo nie? Závazok, mám to v malíčku? Posledné stretnutie je dobré zorganizovať pár dní pred termínom samotnej návštevy zubára a ak je možné, po terapii navštíviť iného oštiepujúceho lekára, ak je nejaký nablízku.

„Čo k tomu problému musia rodičia vedieť“



Rodičia by sa mali snažiť predísť rozvoju strachu z návštevy zubára:

- Zvyknúť si na ordináciu, keď na ošetrenie ide R. napr. na preventívnu prehliadku
- Nezneisťovať Ď. neustálym ukludňovaním a dohováraním
- Hovoriť o pocitoch otvorene: „Máš pravdu je to nepríjemné chodiť k zubárovi. Keď sa trochu bojíme, neznamená to, že sme zbabelci...“
- Ak sa strach už rozvinul alebo je Ď. príliš úzkostné treba postupovať postupne po malých krokoch ako bolo ukázané v troch sedeniach.
- Za každý pokrok Ď. pochválime a motivujeme



Zdroje



Použitá literatura:

Ortnerová, G. 1988. *Pohádky radí nejmenším*. Praha: Knižní klub. 1995. 128s. ISBN 80-7176-243-1

Dostupné online:

<https://www.dtv.de/autor/gerlinde-ortner-1940/>

<https://www.kremayr-scheriau.at/autoren/gerlinde-ortner/>

https://www.imdb.com/title/tt9510768/?ref=nm_flmg_slf_1

Ďakujem za pozornosť.