

KUPOZ

Program pro rozvoj pozornosti



- je vhodný pro děti mladšího školního věku – od 8 let
- program je určen pro děti s ADHD, ale i děti s pomalejším psychomotorickým tempem, neurotickými potížemi, poruchami učení
- použití je vhodné i pro děti s hraničním intelektem
- těžiště programu je v domácí práci, společně pracuje rodič s dítětem pod vedením odborníka
- program trvá 15 týdnů
- pracuje se denně 15 až 20 minut, 1x za 14 dní instruktáž
- pracovat s ním mohou psychologové nebo speciální pedagogové na poradnách nebo v ambulancích s platným osvědčením (po absolvování školení)

Výsledky

- zrychlení psychomotorického tempa
- zklidnění křivky pozornosti
- zlepšení komunikace mezi rodičem a dítětem
- schopnost pravidelné práce
- zlepšení emočního vyladění a přístupu k práci
- zážitek úspěchu a zvýšení vědomí vlastní ceny
- odbourání časového stresu
- celkové zlepšení při školní práci

Princip programu

Program je založen na společné práci rodiče s dítětem. Dítě provádí každý den v týdnu po dobu maximálně 20 minut tři až čtyři cvičení. Ta jsou zaměřena na oblasti sluchového a zrakového rozlišování, dále pak na pojmové myšlení, na komunikační dovednost a na vlastnosti pozornosti. Důležité je, že je kladen důraz na udržení a přenášení pozornosti. Úkol z výše uvedených oblastí se každý den opakuje se stoupající obtížností. Další navazující lekce procvičuje stejnou oblast, ale jiným typem úkolu. Některé úkoly jsou časově limitované. Daná časová dotace poskytuje dítěti kontrolu vlastního výkonu, ukazuje, jak se zrychlilo, a tedy jak se učí řešení, také ale odstraňuje strach z časově limitovaných úkolů. Mnohdy se tato obava objevuje zejména v souvislosti se školními činnostmi, kde se nebere ohled na individuální pracovní tempo dítěte. Program KUPOZ pomáhá dítěti zvykat si na časový limit v situacích, které ho neohrožují. Program je hravý. Těžiště celého programu je v domácí práci dítěte spolu s rodičem. Po dobu 15 týdnů pracuje dítě s jedním s rodičů denně na zadaných úkolech. Jedenkrát za dva týdny přicházejí oba – rodič a dítě – do ordinace, kde obdrží materiály na další období. Je provedena názorná instruktáž k zadaným úkolům a také nenápadná kontrola provedené práce. Dítě má možnost pochlubit se s prvními úspěchy. To nesmírně posiluje jeho další motivaci. Rodič konzultuje své postupy a nezdědka koriguje své přístupy k dítěti. Oba dva – rodič i dítě – se učí efektivní spolupráci. Za úspěch považujeme, když dítě zadané úkoly provede. Správnost provedení již není tak důležitá. Právě tento fakt, je třeba opakovaně, ba i naléhavě zdůrazňovat. Mimo všeprostupující trénink pozornosti tak program také záměrně rozvíjí zrakové a sluchové vnímání, pozornost a paměť, logické myšlení, vyjadřovací schopnosti a schopnost koncentrace pozornosti. Posiluje sociální citění, upevňuje vztah mezi rodičem a dítětem a vnáší do života rodiny a dítěte pravidelný řád.