

# Aktivity a techniky intervence 3P

Podpora

Posilování

Provázení

# Komiks – situační rámec pro intervenci



© Can Stock Photo - csp28028159



# Foto – situační rámec pro intervenci



# Foto – situační rámec pro intervenci

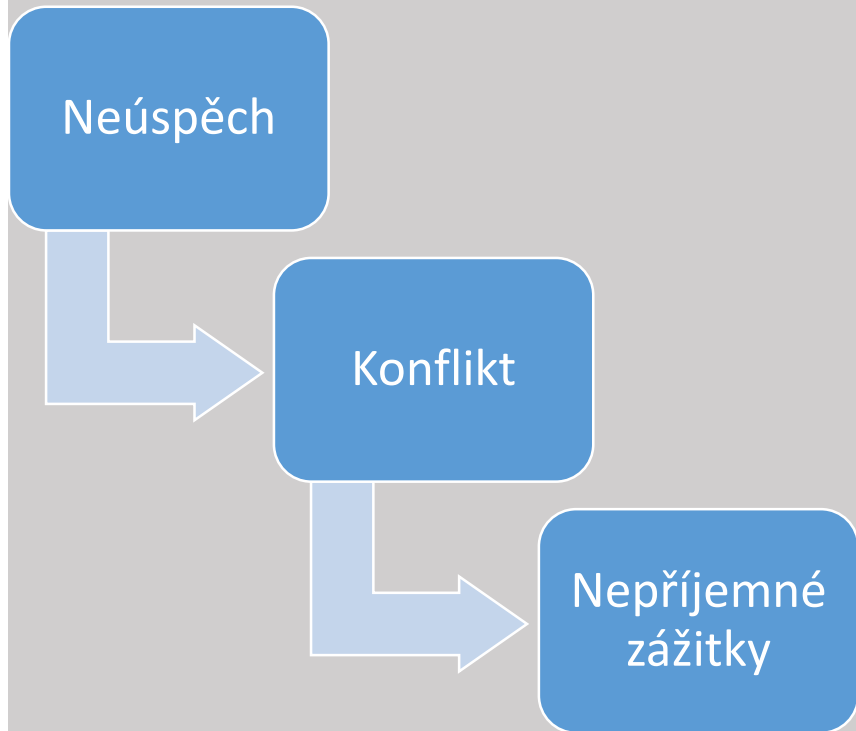




# OPTIMISMUS

## Trénink pozitivního myšlení a přerámování situace.

**Negativní myšlenkové rámce orientují člověka na**



### **Intervenční portfolio**

Těším na..

Vím, že umím...

Kdybych o sobě měl říct jednu dobrou věc byla by to...

Lidem se na mně líbí když (já)

Jsem nejlepší v..

Moje nejlepší kvalita je...

Přátelé se na mě mohou spolehnout v..

Hezká vzpomínka je..

Když jsem ve škole, cítím se dobře v..

Něco, co mi ve škole jde, je...

Nedávný úspěch ve škole byl...

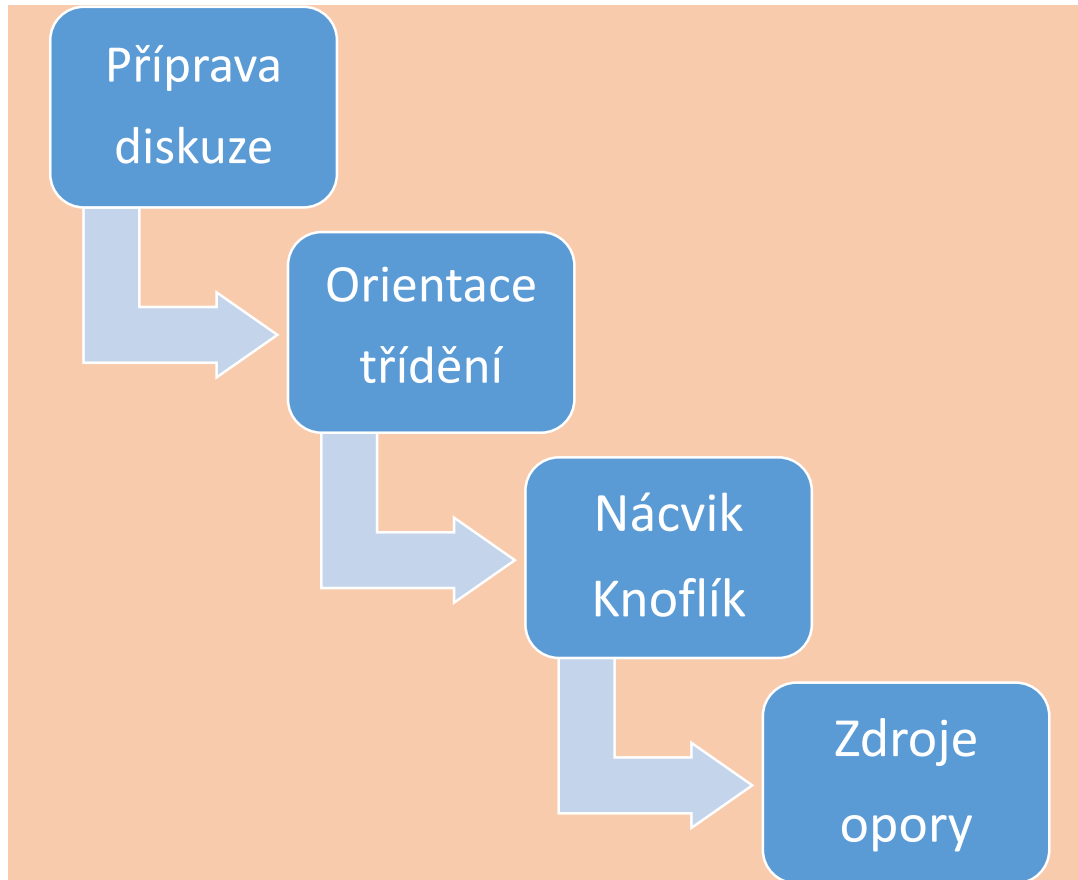
Můj nejhezčí výlet byl...

Nedávný problém, který jsem řešil, byl..

# OPTIMISMUS

Trénink – přerámování negativních postojů – viz OPNP2

## Fáze intervence



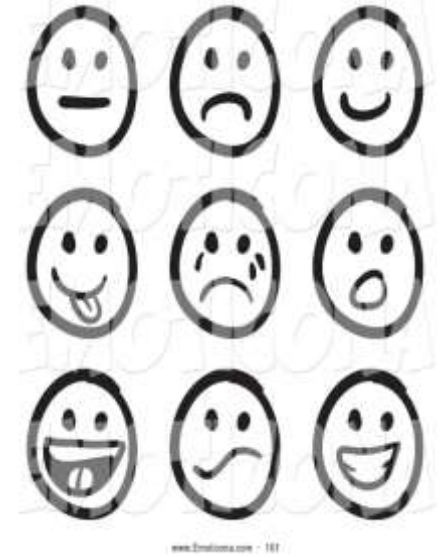
## Techniky

Příběhy

Nedokončené věty


Situace ze života

Filmy



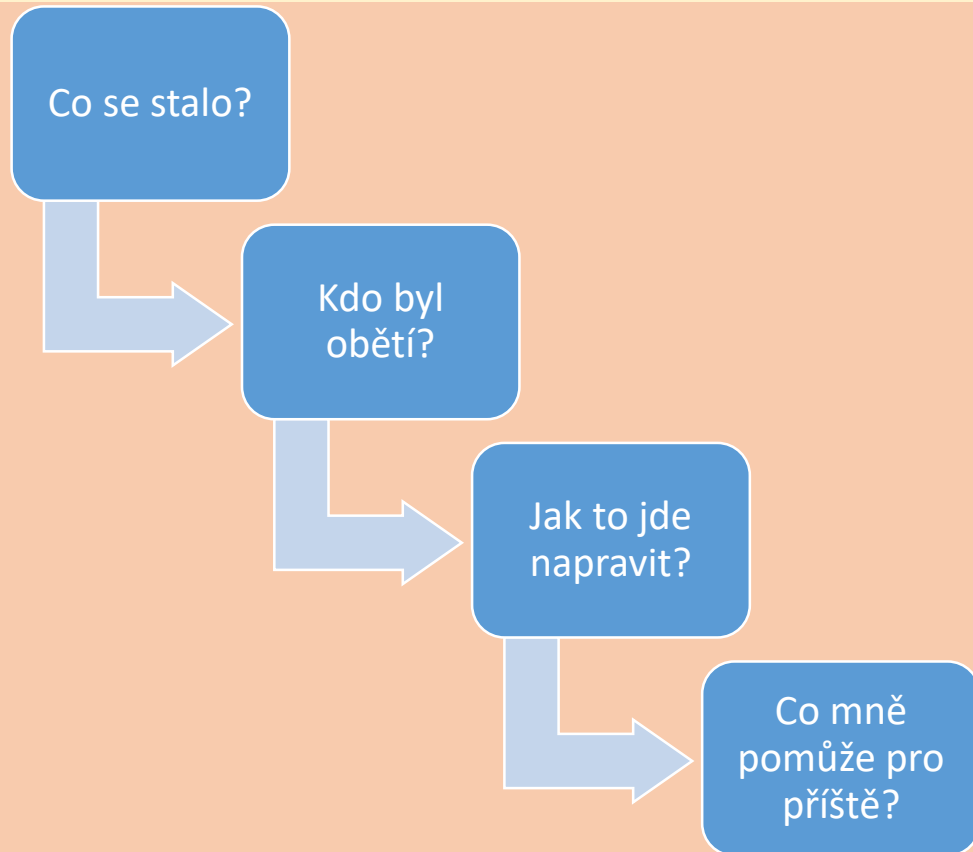
# Cíl je naučit se pomocí myšlenek změnit pocity a postoje, kontrolovat je. OPNP\_2

## Trénink změny – knoflík jako spouštěč

<b>PŘÍPRAVA</b>	Nejdříve si povídejte o negativních pocitech, a jestli je správné, když lidé chtějí povzbudit toho, kdo má špatnou náladu tím, že mu říkají „Vzchop se!“ „Dostaň se z toho!“ Někdy, když má člověk špatnou náladu, je v pořádku tuto skutečnost respektovat a mít špatnou náladu. ALE pokud jedinec chce tuto náladu změnit, pak je to možné	
<b>KROK 1</b>	Umožněte dítěti rozpoznat jeho negativní pocity např. smutek, vztek, deprese. Dále s dítětem probereme, jak je možné tyto negativní pocity bezpečně vyjádřit (např. bouchnutí do polštáře, křikem, pláčem, malováním, nakopnutím balonu, napsáním dopisu, grimasami atp.)	
<b>KROK 2</b>	Myšlení může být dítěti vysvětleno jako tlačítko, kdy můžeme po jeho zmáčknutí špatný pocit změnit na pocit příjemný. Umožněte dítěti zjistit, co ho rozesmává, co mu připadá legrační. Diskutujte se studentem, jak přemýšlet o těchto humorných situacích příště, až se zase bude cítit smutný, nebo v depresi, tak aby nové, pozitivní pocity mohly nahradit ty negativní. Jedinec má nyní rychlou techniku, pomocí které může kdykoliv a kdekoliv cvičit změnu svého stavu pocitů. Pokud je schopný to snadno provádět, pak zjistí, že tyto myšlenky můžou taky vést k řízení pocitů smutku a zlosti.	
<b>KROK 3</b>	Pokud je to možné, můžeme také vysvětlit princip nákazy, tendence chytit od ostatních lidí dobré pocity. Pokud mají děti dobrou náladu, pravděpodobně tím ovlivní i svoje přátelé. Ověřte, jestli mladí lidé vědí, jak dostat do dobré nálady svoje rodiče a jestli tahle technika funguje také na specifické učitele. Podporuje to znalosti mladých lidí o pocitech a o tom, jak mít pod kontrolou ne jen svoje pocity ale i pocity ostatních lidí.	

# ŘEŠENÍ PROBLÉMŮ

## Postupy



## Intervenční portfolio

Datum incidentu:

Co se stalo?

Kdy se to stalo?

Kdo byl zasažen?

Jaká byla moje role?

Myslím, že to souvisí .....

Nestalo by se to, kdybych.....

Když zpětně přemýšlím o tom, co se stalo, přeji si...

Příště udělám.....



# Portfolio - osobní

Cílem: posilování motivace ke změně

Forma:

- a) Pro intervenujícího
- b) Pro dítě/cílovou osobu

Principy:

- Osobní dimenze – foto, kresby, práce, smlouvy, plány
- Kontinuální vedení - povzbuzuje
- Ochrana dat a informací
- Reflexe a sebereflexe – motivuje, nastavuje změny
- Přiměřenost/srozumitelnost pro všechny účastníky IP



# Skupinové portfolio

- Cílem:
- posilování motivace ke změně
  - posilování resilience skupiny
  - orientace v situaci
  - učení se novým strategiím
  - učení se rozhodovat
  - využívání resilienčních zdrojů
    - Žádost
    - poskytování

Principy:

Posilování funkčních strategií – scénáře, foto, kresby, práce

Dokumentační účel – posiluje vazby ve skupině

Přiměřenost/srozumitelnost pro všechny účastníky

Reflexe a sebereflexe – motivuje, nastavuje změny

