

UNIVERZITA PALACKÉHO V OLMOUCI

PEDAGOGICKÁ FAKULTA

Ústav speciálněpedagogických studií

DIPLOMOVÁ PRÁCE

Bc. Renata Štrampachová

Rozvoj sociálních dovedností a samostatnosti u jedince
s Aspergerovým syndromem

Prohlašuji, že jsem diplomovou práci zpracovala samostatně a že jsem použila prameny, které jsou uvedeny v seznamu literatury.

V Olomouci dne 6. 5. 2020

Podpis:

Poděkování:

Mé poděkování patří především Mgr. Lucii Pastierikové, Ph.D. za její odborné rady a vedení práce. Dále bych zde ráda poděkovala Kristiánovi a jeho rodině, díky kterým bylo možné napsat práci na toto konkrétní téma. Mé poděkování také patří nepochybně mé rodině, která mi umožnila studovat a dodávala mi sílu vytrvat až do konce. Mimo to děkuji i mým přátelům, kteří mě plně podporovali po celou dobu studia.

OBSAH

ÚVOD	5
TEORETICKÁ ČÁST	7
1 ASPERGERŮV SYNDROM.....	7
1.1 Charakteristika Aspergerova syndromu	7
1.2 Symptomy Aspergerova syndromu	8
1.2.1 Nápadné rysy v sociální interakci.....	8
1.2.2 Specifické zájmy či stereotypní chování	8
1.2.3 Specifická komunikace.....	9
1.3 Klasifikace Aspergerova syndromu.....	9
2 SOCIÁLNÍ DOVEDNOSTI.....	12
2.1 Komunikace.....	13
2.1.1 Verbální komunikace	14
2.1.2 Nonverbální komunikace	15
2.1.3 Komunikace a Aspergerův syndrom	17
2.2 Emoce	17
2.2.1 Charakteristika vybraných emocí	18
2.2.2 Emoce a mezilidské vztahy	20
2.2.3 Emoce a Aspergerův syndrom.....	20
2.3 Mezilidské vztahy.....	21
2.3.1 Socializace.....	21
2.3.2 Sociální skupiny	22
2.3.3 Mezilidské vztahy a Aspergerův syndrom	23
2.4 Rozvoj sociálních dovedností.....	23
2.5 Samostatnost.....	24
PRAKTICKÁ ČÁST	26
3 ROZVOJ KONKRÉTNÍCH SOCIÁLNÍCH DOVEDNOSTÍ A SAMOSTATNOSTI U VYBRANÉHO JEDINCE S ASPERGEROVÝM SYNDROMEM	26
3.1 Cíl šetření a částečné cíle.....	26
3.2 Průzkumné otázky	27
3.3 Metody šetření	27
3.4 Vzorek šetření.....	28

3.5	Průběh průzkumného šetření	28
3.6	Místo šetření	29
3.7	Kazuistika	29
3.7.1	Rodinná anamnéza	29
3.7.2	Zdravotní anamnéza	30
3.7.3	Školní anamnéza	31
3.7.4	Osobní anamnéza	32
3.8	Zhodnocení úrovně sociálních dovedností a samostatnosti a výběr problematických oblastí.....	34
3.9	Nácvik sociálních dovedností a samostatnosti	42
3.10	Závěry šetření	80
3.11	Diskuze	86
ZÁVĚR		89
SEZNAM BIBLIOGRAFICKÝCH CITACÍ.....		90
SEZNAM POUŽITÝCH ZKRATEK.....		94
SEZNAM TABULEK		96
ANOTACE		

ÚVOD

Když se v široké společnosti zmíní pojem poruchy autistického spektra, kam spadá například autismus a Aspergerův syndrom, mnoho lidí si ihned představí člověka, který má nějaké výjimečné schopnosti a stanovené své rituály. Tyto představy vznikají například díky známému filmu s názvem *Rain man*, ve kterém Dustin Hoffman svým hereckým výkonem výborně ztvárnil jedince s autismem. Tato filmová postava měla spoustu stereotypních zvyků a projevů, mimo to ale také vyčnívala díky svým neobvyklým schopnostem s čísly. Právě tento film má autorka této práce moc ráda a už několik let ji velice zajímá, jaká je práce s jedinci s poruchami autistického spektra v reálném životě.

Během studia speciální pedagogiky k ní přišla skvělá příležitost, nabídka asistence u muže, kterému byl během života diagnostikován Aspergerův syndrom. Jeho osobitost a práce s ním ji natolik zaujala, že při volbě tématu diplomové práce to pro ni byla jasná volba.

V této diplomové práci se zaměříme na problematiku osob s Aspergerovým syndromem. Každý člověk s tímto syndromem je zcela individuální a je potřeba si všimnout jejich osobitých projevů a brát na ně patřičný ohled. Náš zájem nejvíce připadá na oblast sociálních dovedností a samostatnosti, jelikož tyto oblasti bývají u těchto jedinců často narušeny. V teoretické části si proto nastíníme, jaké projevy Aspergerův syndrom zahrnuje.

V první kapitole teoretické části naší diplomové práce se zabýváme charakteristikou, symptomy a klasifikací Aspergerova syndromu. Druhá kapitola je věnována tematice sociálních dovedností a jejich následnému propojení se specifickými projevy u jedinců s Aspergerovým syndromem. Během celého zpracování teoretické části této diplomové práce jsme použili metodu analýzy dostupných literárních zdrojů.

V praktické části se následně zaměříme na jednoho námi vybraného jedince. Popis práce s ním by pak mohl být vhodný jako ukázka toho, jak lze s těmito jedinci pracovat při rozvoji vybraných oblastí. Praktická část naší diplomové práce je zpracována formou kvalitativního šetření. To je založené zejména na metodách pozorování a kazuistiky. Šetření je zaměřené na námi vybraného muže s Aspergerovým syndromem a následnou přímou práci s ním.

Cílem naší práce je přiblížit problematiku Aspergerova syndromu ve spojitosti se sociálními dovednostmi. Dále je pak cílem v praktické části najít problematické oblasti

sociálních dovedností a samostatnosti u námi zkoumaného jedince a následně vybrat ty, které jsou nejvíce vhodné k rozvoji. Ty pak pomocí námi zvolených forem nácviku rozvíjet. Na závěr této práce se budeme věnovat vyhodnocení případného posunu v daných oblastech.

Věříme, že obsah této práce bude přínosem například pro studenty, kteří se zabývají speciální pedagogikou nebo konkrétně poruchami autistického spektra. Jelikož jsme se zde pokusili o nastínění možností rozvoje jednotlivých dovedností právě u těchto jedinců. Dále bychom byli rádi, kdyby naše práce byla nějakým způsobem nápomocná i samotným rodičům dětí, u kterých se tyto poruchy autistického spektra projevíly.

TEORETICKÁ ČÁST

1 ASPERGERŮV SYNDROM

Aspergerův syndrom spadá pod pervazivní vývojové poruchy, kam spolu s ním dále řadíme i další poruchy, a to: dětský autismus, Rettův syndrom, jiná dezintegrační porucha v dětství, atypický autismus, jiné pervazivní vývojové poruchy, pervazivní vývojová porucha nespecifikovaná a hyperaktivní porucha sdružená s mentální retardací a stereotypními pohyby. Tyto pervazivní vývojové poruchy jsou jedny z nejtěžších poruch mentálního vývoje. Jejich diagnostika je velice obtížná, klíčovou oblastí pro její určení je tzv. triáda poškození, kam patří: poruchy v sociálním chování, komunikaci a představitosti. (Thorová, 2016)

Jelikož je tato práce zaměřena pouze na Aspergerův syndrom, nebudeme se zde dále více věnovat ostatním výše zmíněným poruchám. Pro Aspergerův syndrom je charakteristická zejména porucha dvou oblastí, a to narušené sociální chování a přítomnost stereotypních vzorců chování, zájmů a aktivit. (Countryman, 2008)

1.1 Charakteristika Aspergerova syndromu

Poprvé byl termín Aspergerův syndrom použit britskou lékařkou Lornou Wingovou v odborné publikaci napsané v roce 1981. (Thorová, 2016) Uvedla jej na základě charakteristiky a chování dětí a dospělých, které odpovídaly příznakům popsáných vídeňským pediatrem Hansem Aspergerem. Ten v roce 1944 napsal disertační práci, ve které popsal čtyři chlapce odlišující se od standardního profilu jejich vrstevníků. Tyto odlišnosti se týkaly sociálních, jazykových a kognitivních (myšlenkových) dovedností. Hans Asperger však stav těchto chlapců nazval „autistickou psychopatií“, kterou bral jako druh poruchy osobnosti. Jeho disertační práce zůstala bez většího povšimnutí, znovu o ní byla zmínka až po třiceti letech. (Attwood, 2005)

Wingová (in Thorová, 2016) zmiňuje, že se u Aspergerova syndromu vyskytují následující klinické symptomy: nedostatečná empatie, naivní, nepřiměřená a jednostranná interakce, malá či žádná schopnost navázání přátelství, pedantická, opakující se řeč, chudá nonverbální komunikace, ulpívavý zájem o konkrétní předměty, narušená motorická koordinace, která zahrnuje neobratné pohyby a v poslední řadě zvláštní držení těla.

Pro srovnání si zde ještě uvedeme i jiné pojetí symptomů, například Attwood (2005) mezi hlavní příznaky Aspergerova syndromu řadí omezené sociální dovednosti a neobratné pokusy o udržení konverzace, častokrát zaměřené na jednu specifickou oblast, o kterou se jedinec s tímto syndromem hluboce zajímá.

Dle Preissmann (2010) činí největší problém osobám s Aspergerovým syndromem oblast sociálního chování a interakce.

V současnosti Vágnerová (in Mikoláš, 2014) uvádí, že se Aspergerův syndrom častěji objevuje u chlapců a má s ním co dočinění 0,4% dětské populace. Dále také zmiňuje, že příčina tohoto syndromu není zcela jednoznačně určena. V dokumentu MKN - 10 (2018, s. 251) se uvádí, že Aspergerův syndrom je „*porucha nejisté nozologické validity, charakterizovaná týž kvalitativním porušením reciproční sociální interakce, které napodobuje autismus, současně s opakujícím se omezeným, stereotypním repertoárem zájmů a aktivit. Liší se od autismu hlavně tím, že není opoždění ve vývoji řeči a kognitivních schopnostech. Tato porucha je často spojena se značnou nemotorností.*“

1.2 Symptomy Aspergerova syndromu

1.2.1 Nápadné rysy v sociální interakci

Osoby s Aspergerovým syndromem bývají často izolované a nemají mnoho přátel. Problém jim také dělá rozpoznávání významů, které se projevují způsobem řeči těla. Často mohou druhé osoby přivádět do rozpaků svým nevhodným leč pravdivým projevem o jejich osobě. Nepoznají totiž, zda se jedná o nevhodnou poznámku, nebo ne. Stejně tak nevnímá, jestli dotyčné osobě svým výrokem nezranil city, nemusí vůbec chápat, proč se po tomto výroku osoba, které se to týká, urazí, jelikož to vnímá jako pravdivý výrok. (Attwood, 2005)

1.2.2 Specifické zájmy či stereotypní chování

Mimo jiné se u jedinců s Aspergerovým syndromem také objevují stereotypní vzorce chování, čímž je myšlen jakýsi systém rutinního chování tohoto jedince. Případné narušení této zažité rutiny jej může velice negativně ovlivnit. (Preissmann, 2010)

Dalším typickým příznakem Aspergerova syndromu je jeden více vyhraněný zájem nad ostatní. Může se jednat například o zálibu v dopravních prostředcích, zvířatech či jiné oblasti. Může se jednat o zájem, který se postupem věku v životě jedince mění. Ale zpravidla

ve chvíli, kdy se jeden zájem stane tím hlavním, jedinec prakticky o ničem jiném konverzaci nevede. (Attwood, 2005)

1.2.3 Specifická komunikace

Tito jedinci si mnohdy zcela neuvědomují význam metaforických přísloví a podobných výroků. Mohou metafory chápat doslovně a následně nepochopí význam dané věci. Častým projevem jsou i nerovnoměrně rozložené schopnosti. Mohou mít například dlouhodobou paměť na vysoké úrovni, často ale jen ohledně věcí, o které se zajímají. Tím pádem k věcem, které nejsou středem jejich zájmu, mají nulovou motivaci a nesoustředí se na ně. (Attwood, 2005)

1.3 Klasifikace Aspergerova syndromu

Aspergerův syndrom je možné členit do určitých podtypů, nyní si uvedeme dělení dle Přemysla Mikoláše (2014), který uvádí následující **podtypy Aspergerova syndromu**:

Logický – potřebuje znát důvody pravidel, jeho pohled na svět je založený na logice, což může znamenat, že některé věci rozebírá až přehnaně do detailu.

Pravidlový – potřebuje mít v životě daný soubor pravidel, kterými se může řídit. V případě, že pravidla stanovená nemá, vymyslí si svá vlastní pravidla, jelikož je bez nich nešťastný a neví, co v dané situaci dělat. Tento typ se ještě dále dělí na dva další:

- Bezelstný/pasivní – často chce všechny kolem sebe potěšit, je velmi poslušný a výborně spolupracuje s autoritami. Ačkoli na veřejnosti působí vychovaně a všichni jej chválí, doma se může naopak projevit nepřipustné chování ve formě návalů vzteku. Pokud se jedinec chová špatně doma i venku, nejedná se o pravidlový typ.
- Příliš se kontrolující – velmi podobný předchozímu typu, rozdíl je v tom, že se chová slušně doma i ve škole či společnosti, naučil se ovládat své výbuchy vzteku a podobně.

Emoční – pro tento typ pravidla znamenají mnohem méně, jejich chování je ovládáno emocemi. Jsou zde častější výbuchy vzteku, snadná rozrušitelnost, náchylnost ke špatnému chování.

Paranoidní – vidí svět jako nepřátelské místo, jejich myšlení může být násilné a agresivní vůči druhým, jedná se tedy o nejobtížnější typ.

S poruchou pozornosti, s hyperaktivitou (ADHD), obsedantně-kompulzivní poruchou (OCD) a bujnou fantazií – jedinci spadající pod tyto podtypy bývají popisováni jako nepozorní, ale u každého z nich může nepozornost pramenit z jiných důvodů.

- Převážně ADHD – velmi nepozorný, zapomíná, ztrácí věci, nedokáže se dlouho soustředit na jednu aktivitu.
- Převážně OCD – působí na okolí nepozorně, důvodem jsou jeho hluboké zájmy, nad kterými se zamýšlí. Může mít i určité rituály na posloupnost věcí, které musí být hotové dříve, než začne jinou činnost a podobně. Často je perfekcionista, to vše může být důvodem nevnímání reality, nepozornosti.
- Převážně fantazijní – podobný předchozímu podtypu s OCD, rozptýlení zde ale pramení z fantazijních představ (videohry, filmy, knihy).

Úzkostný – na rozdíl od všech výše zmíněných podtypů nemá žádnou strategii, díky které by se cítil dobře a vyrovnal se s případným přetížením. Často bývá takový jedinec rigidní, plačtivý a potřebuje více času ke zvládnutí jakéhokoliv problému.

Rozzlobený/vzdorující typ – podobný paranoidnímu typu, jeho činy jsou ovládány emocemi. Má rád nad vším kontrolu a jeho projevy jsou méně prudké a nepřátelské.

Negativista – má na svět negativní pohled, často se hádá a odmítá, je více ohrožen sklonem k depresím.

Thorová (2016) uvádí dělení Aspergerova syndromu na nízko funkční a vysoce funkční. Dle Mockové (2013) se u osob s nízko funkční variantou vyskytuje problémové chování, úzkostlivé lpění na rituálech, na kterých si zakládají, a v jejich chování lze také pozorovat často se opakující projevy - tzv. repetitivní chování. U osob s druhou variantou Aspergerova syndromu, tedy vysoce funkční, se naopak těžké problémy v chování nevyskytují. Často mají tyto jedinci své oblíbené zájmy, kterým věnují většinu své pozornosti, ovšem dovedou se zaměřit i na jiné činnosti. Na společnost mohou působit mnohdy naivně či nezrale, ale jejich silnou stránkou jsou často průměrné až nadprůměrné intelektové schopnosti.

S ohledem na uvedené symptomy, především deficity v komunikaci a sociálních interakcích, působí velmi pozitivně některé techniky, například nácviky sociálních dovedností. Právě proto se budeme v následující kapitole věnovat jim.

2 SOCIÁLNÍ DOVEDNOSTI

Definice sociálních dovedností často není přesně v odborné literatuře uváděna. Ovšem například Rapsová (2017, s. 54) sociální dovednosti definuje „*jako klíčovou oblast způsobilostí a schopností jednotlivce pro psychologicky přiměřené poznávání a ovládání sebe samotného a jednání s ostatními lidmi, jako i obratnost v mezilidských vztazích.*“

Dále si zmíníme definici z knihy od Bělohlávkové, která uvádí, že za sociální dovednosti je možné považovat dovednosti užívané v mezilidských vztazích. Díky těmto dovednostem jsme schopni přirozeně vyjadřovat své potřeby, bavit se o svých pocitech a záměrech a zároveň přitom brát ohledy na potřeby druhých lidí. (Bělohlávková, 2012)

Tato autorka se zmiňuje o třech složkách, které sociální dovednosti mají. Jsou jimi dovednosti správného vnímání, dále správného chápání a také dovednost správně sdělovat a reagovat. U osob s Aspergerovým syndromem je možné nalézt deficity ve všech třech uvedených složkách. (Bělohlávková, 2012)

Co se týče nějakého konkrétního dělení sociálních dovedností, lze ho pojmout více způsoby. Například Kodým (2014) uvádí dělení pojaté tímto způsobem:

- dovednosti interakční;
- dovednosti percepční;
- dovednosti komunikační;
- dovednosti organizační;
- dovednosti behaviorální.

Pro tuto práci použijeme ovšem jiné dělení, které považujeme pro nás za více vhodné. A tím je dělení sociálních dovedností na: **emoce, nonverbální komunikaci, verbální komunikaci a mezilidské vztahy**. Jelikož všechny tyto oblasti činí osobám s tímto syndromem často velké potíže. (Bělohlávková, 2012)

Mnohdy problémy v sociálním chování přetrvávají až do dospělosti a brání tak osobám s například nízkofunkčním postižením navázat sociální kontakty. Společenské nároky jsou pro ně náročné a vzhledem k tomu jim často brání v úspěšné integraci do společnosti. (Howlin, 2005)

Přítom jednou z nejdůležitějších lidských schopností je vycházení s druhými lidmi. Tato schopnost nejvíce přispívá k pocitu úspěšnosti a také k životnímu uspokojení. Aby jedinec mohl ve společnosti bezproblémově fungovat, je nezbytné naučit se poznávat různé společenské situace, interpretovat je a také na ně vhodně umět reagovat. (Shapiro, 2009)

Přemysl Mikoláš (2014) uvádí, že nedostatek sociálních dovedností u osob s Aspergerovým syndromem může zvyšovat míru stresu, který daný jedinec prožívá. Dále se může jednat o spouštěč rozvoje úzkostí, nebo to dokonce může být důsledkem psychické poruchy, na základě které brání jedinci s Aspergerovým syndromem jeho sociální dovednosti účinně používat.

Nyní si tedy popíšeme podrobněji jednotlivé sociální dovednosti, nejprve se budeme věnovat komunikaci.

2.1 Komunikace

„Komunikace je proces, během kterého probíhá sdělování a přijímání údajů, tedy dochází k vzájemné výměně informací přímo mezi dvěma či více lidmi, nepřímo pomocí tisku, rozhlasu, televize a jiných médií.“ (Čechová a kol., 2004, s. 112)

Prostřednictvím komunikace je nám umožněna sociální interakce. Lze komunikovat různými formami, a to například řečí mluvenou, psanou či dalšími znakovými soustavami (např. znakový jazyk). Mimo to je možné komunikovat i nonverbálně, tedy gesty, mimikou, pohledem, dotekem, postojem a podobně. (Rozsypalová a kol., 2003)

Základní strukturu komunikace tvoří následující činitelé: v první řadě je to komunikátor (osoba sdělující), dále komunikant (osoba, která přijímá sdělení) a komuniké, tedy obsah sdělení. Během komunikace se role komunikátora a komunikanta střídají. (Nakonečný, 2009)

Každá komunikace má nějaký svůj účel neboli funkci. Komunikační výměna většinou plní jednu a více těchto funkcí zároveň, kdy se od jednoho účelu komunikace přejde k druhému. (Vybíral, 2009)

Hlavních pět funkcí komunikace:

- informativní – oznámení, předání zprávy;
- instruktážní – naučit, navést;

- přesvědčovací – ovlivnit, zmanipulovat;
- vyjednávací – nalézt řešení, dospět k dohodě;
- zábavní – rozptýlit, rozveselit. (Vybíral, 2009)

2.1.1 Verbální komunikace

Jedná se o komunikaci, která je specifická pro lidi a vyskytuje se ve formě mluvené nebo psané řeči. Toto dorozumívání pomocí mluvené řeči nám umožňuje jazyk, který má vždy svou specifickou národní formu, například naše čeština nebo pak v zahraničí němčina a jiné. (Nakonečný, 2009)

Vybíral (2009, s. 106) uvádí, že verbální komunikací „*rozumíme výběr, kombinování a produkci jazykových znaků, proces vzájemného sdělování, percepce (vnímání) a recepce (příjem).*“

Důležité je zmínit, že i přes to, že dva komunikující lidé hovoří stejným jazykem, nemusí to být vždy zárukou porozumění. Jelikož je velice málo časté, aby druhá osoba zcela úplně porozuměla všemu, co máme svým výkladem právě na mysli. Příčinou těchto nedorozumění mohou být vícečetné významy použitých slov nebo malá slovní zásoba. (Vybíral, 2009)

Dalším problémem, který může během verbální komunikace mezi lidmi nastat, je tzv. egocentrická řeč. Tato řeč může také negativně ovlivnit porozumění a je charakteristická tím, že se jedinec, který právě hovoří, v podstatě nezajímá o to, zda jej druhá osoba poslouchá. Připomíná to spíše monolog, během kterého mluví jen o sobě. Naopak tzv. sociální řeč slouží k většímu kontaktu s dalšími lidmi. (Janoušek, 2007)

Také dvojsmyslné promluvy často vedou k narušení hladkého průběhu komunikace. Ve chvíli, kdy je slovní spojení zvolené tak nešťastně, že není zcela jednoznačný jeho význam a lze si jej vyložit více způsoby, může tím mluvčí neúmyslně posluchače zmást. Často je ale tento způsob vyjadřování využíván u reklam, vtipů a podobně. (Vybíral, 2009)

Během verbální komunikace si mimo jiné můžeme všimnout způsobu mluvy. Na základě toho, jakým stylem s námi daný jedinec komunikuje, je možné odhadnout některé charakterové rysy, například srdečnost, negativismus, egocentrismus a jiné. (Vybíral, 2009)

Komunikaci mezi dvěma či více lidmi zastřešuje pojem rozhovor. Po čas rozhovoru se mezi sebou střídají dva či více komunikačních partnerů. (Janoušek, 2007)

Po celý čas rozhovoru se vyskytuje spousta rozmanitostí, jež jsou ovlivňovány osobami, které spolu komunikují. Jde především o způsob navázání slovního kontaktu, naslouchání a následných reakcí. Nepřiměřené či nevhodné reakce mohou vést ke konfliktům mezi komunikujícími. Ovšem pod konfliktem si nemusíme vždy představit jen to špatné, mnohdy drobná argumentace docílí kvalitnějšího porozumění. (Vybíral, 2009)

Kvalita komunikace se odvíjí zejména od aktivního a empatického naslouchání, které je nezbytně nutné k navození porozumění a pocitu sounáležitosti. (Vybíral, 2009)

2.1.2 Nonverbální komunikace

Během rozhovoru nekomunikujeme pouze jazykově, užíváme mimo to i nonverbální signály, které mohou být v některých případech dokonce i silnější než naše slova. Pro úspěšné zapojení do společnosti je nesmírně důležité umět správně a přiměřeně reagovat na veškeré komunikační signály. (Hayesová, 2013) Specifickým lidským dorozumívacím prostředkem je tedy řeč, ale velká část (70–90 %) se uskutečňuje právě díky nonverbální, tedy mimoslovní formě komunikace. (Čechová a kol., 2004)

Zmíněná nonverbální komunikace se dá považovat za nejpůvodnější projev sociálního chování. Jelikož například vztah matky a kojence je zpočátku založený na tělesných kontaktech, lépe řečeno dotycích, které jsou později postupně nahrazovány dále i mimikou, gesty a podobně. (Nakonečný, 2009) Pod pojmem nonverbální komunikace je tedy možné si představit rozsáhlou oblast toho, co signalizujeme beze slov, nebo také spolu se slovy jako doplnění verbální (slovní) komunikace. (Vybíral, 2009)

Například Vybíral (2009) uvádí, že se k nonverbální komunikaci řadí:

- gesta, pohyby hlavy a jiné pohyby těla;
- postoje těla;
- mimika;
- zrakový kontakt;
- vzdálenost v prostoru (blízkost komunikujících);

- tělesný kontakt;
- tón hlasu, či jiné nonverbální aspekty řeči;
- způsob oblékání a jiné aspekty vlastní vizáže.

V jiné literatuře je dále k nalezení například následující pojetí dělení nonverbální komunikace: mimika, zrakový kontakt, kinetika, gestika, haptika, proxemika a paralingvistika. (Čechová a kol., 2004)

Gesta jsou pohyby rukou, hlavy nohou nebo celého těla, které mají informační hodnotu. (Kořa, 2013) Dále se dají považovat za tichá slova. Jelikož v určité společnosti může mít konkrétní gesto ustálený význam a může tak nahradit dokonce i některá slova. (Vybíral, 2009)

Mimika zahrnuje výrazy obličeje, které vyjadřují zejména naše emoce. (Čechová a kol., 2004)

Haptika je řeč pomocí doteku, se kterou se všichni setkáváme již od dětství. Řadí se sem například hlazení, držení, ohmatávání, objetí a jiné. (Kořa, 2013)

Postoje těla mají při komunikaci velký význam. Během komunikace je značný rozdíl, jestli k nám komunikující osoba stojí natočená celou přední plochou svého těla nebo zda je natočená bokem, či dokonce zády. Postoj komunikujících osob by měl být vždy ve vzájemném souladu. (Čechová a kol., 2004)

Proxemika neboli řeč prostoru, každý člověk má svou osobní zónu, do které nerad pouští druhé. Pomocí vzdálenosti mezi komunikujícími je ovlivněna například možnost haptiky nebo zachycení čichových či tepelných podnětů. Vzdálenost je možné rozdělit na veřejnou, sociálně poradní, neformálně osobní a intimní. (Kořa, 2013)

Zrakový kontakt má velký význam v sociálním chování, pohledem totiž vysíláme a získáváme obrovské množství informací, ať chceme nebo ne. (Vybíral, 2009) Jedná se tedy o významnou složku nonverbální komunikace. Prostřednictvím zrakového kontaktu lze vyjádřit zájem o osobu, se kterou právě komunikujeme. Naopak pakliže se jedinec zrakovému kontaktu zcela vyhýbá, může to značit nezájem či naprosté odmítání komunikace. Záleží ovšem vždy na konkrétní situaci a kontextu. (Kořa, 2013)

Paralingvistika neboli parajazykové komunikační projevy zahrnují: rychlost řeči, dále i hlasitost řeči, pomlky, přerušování sdělení druhého a intonaci (melodii). Například právě pomocí intonace je možné zcela změnit význam sdělení se stejným obsahem – zda jde o žert, vážné sdělení, nezávažnou informaci a podobně. (Čechová a kol., 2004)

2.1.3 Komunikace a Aspergerův syndrom

Problém s komunikací se zde vyskytuje mnohdy již od raného dětství. Jelikož u dětí s Aspergerovým syndromem může být přítomný opožděný vývoj řeči. Ale i přesto, že poté děti hovoří zcela plynule, nemusí jejich způsob komunikace působit na okolí přirozeným dojmem. V jejich projevu bývají často přítomné nápadné charakteristiky. Například pronesení poznámky, která s danou situací ani tématem rozhovoru vůbec nesouvisí. Dále se může jednat o přerušování projevu druhých, tzv. skákání do řeči, porušování společenských a kulturních norem a jiné. (Attwood, 2005)

U jedinců s Aspergerovým syndromem se během života často stává, že v komunikaci s okolím selhávají. K tomuto selhání dochází z mnoha důvodů. Například se také může stát, že nepoznají, kdy je vhodné vstoupit do rozhovoru, nebo kdy jej naopak ukončit. Dále může být problémem celkové soustředění se na komunikaci s okolím či nevhodná reakce na proslov druhých osob. Velkým problémem v komunikaci pro ně bývá používání metafor, vtípků či nadsázky, jelikož tyto věci jedinci s Aspergerovým syndromem berou mnohdy doslovně. (Bělohávková, 2012)

Z výše uvedených důvodů se u těchto jedinců vyskytuje nedostatek sebedůvěry v rozhovorech, které vede k častému váhání a nejistému odpovídání. Také prozodické faktory řeči jsou charakteristické, a to například rytmem, melodií či chudým užíváním tónů. Řeč zní často monotónně, vzhledem ke špatné práci s melodií. (Mikoláš, 2014)

2.2 Emoce

Slovo emoce pochází z latinského slovesa emovere, což znamená vzrušovat. Emoce mají důležitou roli jak v psychickém životě, tak i v interpersonálním světě. (Plháková, 2003)

Pojem emoce je běžně spojován s pojmem cit, kterým se označuje prožívání stavů, jako jsou například radost, smutek, hněv, strach a podobně. Vymezení pojmu emoce z psychologického hlediska je velice obtížné takřka až nemožné. V současnosti jsou emoce

chápany jako komplexní fenomén. Jádrem tohoto fenoménu jsou city, dále fyziologická složka, která se projevuje vegetativními a motorickými reakcemi. (Nakonečný, 2012)

Nicméně se v literatuře zmiňuje i odlišnost pojmů emoce a cit, kdy je zmíněný pojem emoce užíván ve dvou významech. První se vztahuje k prožívání, když nám například někdo oznámí, že pocítuje úzkost, což je vhodnější označovat termínem cit. Druhý význam mimo citu zahrnuje i stav tělesný. Významově je tedy pojem emoce nadřazený pojmu cit. (Nakonečný, 2012)

Plháková (2003) uvádí, že pojmem cit nebo pocit označujeme emocionální prožitky, jako příklad uvádí pocit viny nebo křivdy. Pojem cit tedy můžeme chápat i jako prožitkovou, čistě psychickou stránku emoce.

Pojetí emocí vychází z relativně samostatného emočního systému, který je považován za nedílnou součást psychických jevů. Většinou je tvořen čtyřmi komponenty, a to:

- podmětovou situací, jež spouští emoční reakci;
- vědomým prožitkem, který může být laděný pozitivně či negativně;
- tělesným stavem, navozeným autonomním nervovým systémem a žlázami s vnitřní sekrecí;
- chováním, které daná emoce vyvolává. (Slaměník, 2011)

V literatuře také můžeme najít dělení dle intenzity a doby trvání emocí. Jedná se o nálady, afekty a citové vztahy. Pod pojmem afekt si můžeme představit jakési prudké vzplanutí nebo citový výbuch, který vzniká náhle a trvá pouze krátce. Například může jít o náhlý příval hněvu, pod jehož vlivem může dojít i k nemístným činům (jedinec něco rozbije, někoho napadne apod.). Náklady jsou pak citové stavy, které trvají déle. Jedná se o náladu pesimistickou, smutnou nebo naopak veselou. Změnu nálad vyvolávají podněty, které si častokrát ani jedinec neuvědomuje. Citové vztahy se projevují u jedince celá léta, někdy i celý život. Jedná se například o lásku k dětem nebo rodičům. (Rozsypalová a kol., 2003)

2.2.1 Charakteristika vybraných emocí

Emocemi se zabývá už dlouhá historie zkoumání, během které bylo vyřčeno hned několik odlišných teorií. Tyto teorie se zabývají převážně otázkami, jak emoce vznikají, jaké procesy se na vyvolání emocí podílejí a jakou mají roli. (Slaměník, 2011)

Mezi nejznámější stávající přístupy k emocím patří teorie základních emocí, lze k ní přiřadit i teorii emocí primárních (basic emotion theory např. Ekman, 1972; Izard, 1992) a diskrétních (discrete emotion theory např. Panksepp, 1982, 1989). Společnou vlastností těchto teorií je, že pracují pouze s omezeným počtem emocí. Obvykle jde o šest až deset emocí. (Poláčková Šolcová, 2018)

Nakonečný (2012) ve své publikaci o emocích uvádí, že základními komplexními emocemi jsou tyto: radost, štěstí, smutek, úzkost, strach, hněv, pocit viny, stud, starost, hnus, lítost, naděje a empatie. Popíšeme si nyní tedy stručně charakteristiku některých z nich:

Radost Nakonečný (2012) popisuje jako velmi příjemný pocit, který bývá spojený s celkovým oživením. Často je doprovázen i motorickou aktivitou, která se může projevovat například poskakováním nebo mnutím rukou. Pro každého člověka je přirozená touha po spokojenosti, blahu, pozitivních radostech různých druhů, a naopak se každý snaží vyhýbat věcem negativním v podobě strastí.

Smutek je dá se říct stav rezignace, způsobený ztrátou něčeho pro nás velmi důležitého. Například ztratíme-li milovanou osobu, vše pro nás ztrácí význam a naše vědomí je rázem nasáklé jakousi hořkostí. (Nakonečný, 2012) Smutek se může projevovat v různé intenzitě, od pocitu mírné sklíčenosti až po extrémní pocity během období truchlení. Také je možné, že se bude zároveň prolínat i s jiným druhem emocí, například se strachem nebo vztekem. (Ekman, Friesen, 2015)

Strach bývá vyvolaný zpravidla reakcí na nějaké hrozící nebezpečí. Jedná se o emoci vrozenou, která má za účel nás před hrozícím nebezpečím ochránit. (Nakonečný, 2012) Ekman (2015) uvádí, že naše přežití závisí na naučené schopnosti, díky které se vyhýbáme nebo se snažíme uniknout z nebezpečné situace. Každý člověk se bojí ublížení, které může být fyzické, psychické nebo smíšené. Právě emoce strachu tomuto ublížení často předchází. Délka trvání je různá a při pocitech silného strachu se může na jedinci projevit například zblednutím kůže, zrychleným dechem, bušením srdce nebo zvýšeným pocením. (Ekman, Friesen, 2015)

Hněv - jedná se o původně také vrozenou reakci na překážku, stejně jako strach. (Nakonečný, 2012) Tato emoce se může stupňovat od mírného rozčilení až po zuřivost. Jedná se o stav, při kterém je dost časté, že jedinec, který tuto emoci pociťuje, provede něco, čeho později bude litovat, například, že někomu ublíží či jej napadne. Celý průběh prožívání hněvu

nebo vzteku ovlivňuje velice povaha jedince, který tuto emoci prožívá, a co ji vyvolalo. (Ekman, Friesen, 2015)

2.2.2 Emoce a mezilidské vztahy

Právě emoce jsou vlastně prvním komunikačním prostředkem, díky kterému komunikuje dítě s okolním světem. Až později dochází k rozvoji řeči a osvojení významu gest a na základě toho ztrácejí emoce onu hlavní komunikační funkci. I přesto ale nadále zůstávají důležitou součástí mezilidské interakce. Podílejí se zejména na navazování i rozpadu mezilidských vztahů. (Slaměnik, 2011)

Vždy jsou ve vztahu mezi lidmi přítomny nějaké emoce. Hrají důležitou roli ve všech mezilidských vztazích, vzhledem k tomu, že se podílejí na navazování vztahů, dále i na jejich trvání a případném rozpadu. (Slaměnik, 2011)

2.2.3 Emoce a Aspergerův syndrom

Mezi příznaky Aspergerova syndromu se řadí i postrádání empatie. Neznamená to však, že se daný jedinec vůbec nezajímá o druhé, spíše nedokáže své pocity přiměřeně dát najevo a emoce druhých osob ho matou. Jedinec s tímto syndromem se od ostatních lidí může v běžném životě lišit tím, že má mnohdy takzvanou kamennou tvář, jelikož neprojevuje emoce tak, jak okolí očekává. Používají málo gesta a řeč těla celkově a zároveň mají potíže s rozeznáním gest, které používají lidé kolem. Často nerozeznají, jestli je druhá osoba smutná, cítí se trapně a podobně. (Attwood, 2005)

Řada lidí s Aspergerovým syndromem pouze rozlišuje, zda jsou emoce špatné nebo dobré, což pro plnohodnotný život mnohdy nestačí. Je důležité, aby se jejich vnímání emocí rozšířilo. Měli by se postupně naučit jednotlivé emoce pojmenovat a umět je vyjádřit. Dále pochopit vztah emocí k našim myšlenkám nebo k tělesným projevům a k určitému způsobu chování. A v neposlední řadě je potřeba pochopit, proč je vůbec tak důležité umět kontrolovat své emoce. (Bělohávková, 2012)

Jelikož jednou z nejdůležitějších složek sociálního chování je právě toto sdělování emocí a pocitů. Někteří jedinci jsou schopni projevovat jednoduché základní emoce, ale nedokážou popsat pocity, které jsou složitější, a to například stud, hrdost a jiné. Proto je nesmírně důležité se věnovat nácviku a rozvíjení vnímání emocí. (Attwood, 2005)

2.3 Mezilidské vztahy

Už Harry Stack Sullivan, který byl žákem Sigmunda Freuda, poukazoval na důležitost společenských vztahů u dětí v závislosti vlivu na jejich vývoj osobnosti. Byl přesvědčen, že osobnost dítěte, která se vyvíjí, se rovná součtu veškerých jeho mezilidských vztahů. Myslel tím jak vztah jedince s rodiči, tak i vztahy s vrstevníky, které na něj mohou mít silný vliv. Dítě se již kolem osmého roku života pomalu vymaňuje z vlivu rodičů a časem postupně hledá zdroj citu, souhlasu i podpory mezi svými vrstevníky, kamarády. Pokud jedinec není svým okolím přijímán, hrozí dopady ve formě pocitu nenaplněnosti, neuspokojení a podobně. (Shapiro, 2009) Kvalita života každého člověka je závislá na naplnění potřeby mít blízký vztah s dalšími lidmi. To, co jsme schopni s druhou osobou sdílet a najít u ní porozumění, ovlivňuje, jak tuto osobu dále vnímáme a čím se pro nás stává. Existuje spousta situací a setkání, při kterých pocítujeme spojení a blízkost s druhými lidmi mnoha způsoby. Díky tomu jsme pak schopni pojmenovat, chápat a rozlišovat vztah, který pocítujeme k danému člověku. (Solovská a kol., 2013)

2.3.1 Socializace

Tento pojem pochází ze sociální psychologie, označuje vysoce komplexní proces, který začíná již v novorozeneckém období, a to v rodině. Dále pak pokračuje během celého života, při vzdělávání ve škole a později i v zaměstnání. Zahrnuje i zařazení jedinců do skupin pracovních, zájmových a dalších. (Nakonečný, 2009)

„Lidský jedinec přichází na svět jako potencionální člověk. Člověkem se stává v procesu socializace, jehož výsledkem je získání specificky lidských způsobů psychického reagování, vnímání, myšlení, cítění, konání, tedy osvojení si vlastností, které mu umožňují život ve společnosti“ (Sollárová in Výrost a kol., 2008, s. 49)

Právě zmíněná socializace dále vede k osvojování sociálních rolí, způsobů chování, jaké je od jedince jeho okolím očekáváno z hlediska věku, pohlaví, společenského statusu a mimo jiné i situace, ve které se jedinec právě nachází. (Nakonečný, 2009)

Každý z nás má ve svém životě dané nějaké sociální role, které určují, jak se máme k druhým lidem ve svém okolí chovat. Během jednoho dne vystřídá každý z nás vícero rolí, a to například: role matky, dcery, partnerky a podobně. Všechny tyto role mají různou dobu trvání, mohou být dlouhodobé i krátkodobé, takzvaně na přechodnou dobu (např. role studenta, cestujícího v autobuse). (Hayesová, 2013)

Jako hlavní činitelé socializace jsou uváděny ty sociální skupiny, do kterých je jedinec trvale a pevně začleněný. Mají tak na něj dlouhodobý vliv přímého působení a značně jej ovlivňují. Velký význam je z tohoto hlediska přisuzován rodině jedince, škole, skupinám jeho vrstevníků, nebo skupinám na pracovišti a mimo jiné také hromadným komunikačním prostředkům (masmédiím). (Výrost, Slaměník, 2008)

Ve vývoji každého jedince je během zmíněné socializace přítomné také aktivní formování vyzrálé a samostatné osobnosti, tento proces se nazývá personalizace. (Výrost, Slaměník, 2008)

2.3.2 Sociální skupiny

Za sociální skupinu považujeme určité seskupení lidí, mezi kterými se vytvořily vzájemné vztahy. Každá skupina většinou má daná pravidla chování a normy, kterými se jejich členové řídí. (Rozsypalová a kol., 2003)

Během celého svého života se každý člověk stává příslušníkem mnoha různých sociálních skupin. V literatuře existuje celá řada jejich odlišných pojetí. Například C. H. Cooley dělí tyto skupiny na primární a sekundární. Za primární skupinu je považována rodina, mezi jejími členy se vyskytují přímé a důvěrné vztahy. Rodina má u jedince velký vliv zejména na vývoj osobnosti. V sekundární skupině se pak objevují méně intenzivní vztahy, jedná se spíše o skupinu se stejným zájmem (např. pracovní skupina) a podobně. (in Kořa, 2013)

Dále je známé i dělení na malé a velké sociální skupiny, či formální a neformální skupiny.

Malá sociální skupina – jedná se o skupinu, ve které se všichni členové navzájem znají. Řadí se sem tedy například rodina, zájmový kroužek, pracovní skupina a jiné.

Velká sociální skupina – je charakteristická velkým počtem členů, kteří se obvykle navzájem neznají. Například se jedná o pacienty v nemocnici, studenty středních škol, politické strany, národy.

Formální skupina – tyto skupiny jsou organizované, všichni členové v ní mají dané své určité místo, povinnosti, práva.

Neformální skupina – menší seskupení, uvnitř kterých mají členové mezi sebou přátelské vztahy, a spojuje je například nějaká společná činnost. (Rozsypalová a kol., 2003)

2.3.3 Mezilidské vztahy a Aspergerův syndrom

Většina osob s Aspergerovým syndromem postrádá zájem o navazování kontaktu s druhými lidmi. Tento nezájem vzniká mnohdy z důvodu nejistoty nebo neschopnosti kontakt s druhou osobou navázat. Pro tyto jedince je obtížné pochopit chování druhých lidí. Často pak pociťují úzkost, která se může projevit chováním, které je bráno jako problémové. (Bělohlávková, 2012)

U osob s Aspergerovým syndromem je narušené sociální chování typickým jevem. Lze je rozdělit do dvou skupin, a to na osoby osamělé a osoby s extrémní sociální aktivitou. Jedinci s tímto syndromem se zpravidla téměř nezapojují do žádných skupinových aktivit, projevují se egocentricky, jako by si měli zcela vystačit samy. Častým jevem při zapojení do nějaké společné činnosti bývá potřeba řízení a usměrňování druhých, co mají dělat. Při projevech mezi vrstevníky nejsou často přijímáni v souvislosti s nepochopením pravidel. Dále často mohou říct něco, co může druhé urazit a v dané situaci je jejich vyřčená poznámka nevhodná, i když je pravdivá. (Mikoláš, 2014)

2.4 Rozvoj sociálních dovedností

Na závěr této kapitoly si pouze stručně uvedeme, jak je možné tyto sociální dovednosti rozvíjet. Existuje mnoho literatury, která poskytuje náměty k tomu, jak s lidmi s postižením na těchto oslabených oblastech pracovat.

Například je pro tyto osoby dostupná spousta skupinových tréninků sociálních dovedností pod vedením zkušeného terapeuta. Tyto skupinové tréninky se dají využít k rozvoji všech sociálních dovedností, a to například k rozvoji verbální komunikace, zrakového kontaktu, zlepšení navazování mezilidských vztahů a podobně. Cílem těchto tréninků je komplexní zlepšení kvality života, jelikož případné narušení sociálních dovedností ovlivňuje optimální fungování ve všech ostatních oblastech života u osob s Aspergerovým syndromem. (Countryman, 2008)

Dále jsou pro rozvoj sociálních dovedností vhodné také individualizované nácviky či tréninky. Každý tento trénink má konkrétní cíl, kterého se postupně klient snaží dosáhnout. Většinou se každý cíl rozdělí na více úkolů a následně se společně s mentorem pokouší

postupovat od nejjednoduššího úkolu k nejtěžšímu. (Rapsová, 2017) Hlavním posláním mentora, který pracuje s jedincem s Aspergerovým syndromem, je objasnění všech nejasností týkajících se sociálních situací a společenských pravidel a chování. (Macleod, 2016)

Rozvoj sociálních dovedností je nesmírně důležitou součástí života každého z nás, zejména pak těch, kteří se řadí mezi jedince s Aspergerovým syndromem či jiným druhem postižení, které tyto oblasti narušuje. Ačkoli začátky mohou být obtížné a pokrok se nedostaví hned, je důležité vytrvat. Každý jedinec je zcela individuální a je potřeba si uvědomit jeho možnosti a limity, neučiníme-li tak, mohou se dostavit spíše než pokroky pocity zklamání či selhání, které jedince naopak zcela odradí. U mnoha osob s Aspergerovým syndromem se objevuje značně nízké sebevědomí, proto je nezbytně nutné, aby jedinec, který se rozhodne pracovat na rozvoji svých sociálních dovedností, měl i dostatečně silnou chuť a motivaci. Na tom, že jedinci s Aspergerovým syndromem mají jiný pohled na svět, nebo mají v životě jiné priority či zájmy, není nic špatného. Není důležitá diagnóza, ale sám člověk. (Macleod, 2016)

2.5 Samostatnost

Na základě zkušeností můžeme tvrdit, že ve chvíli, kdy u jedince dochází k rozvoji sociálních dovedností, se zároveň rozvíjí i samostatnost.

Všichni jedinci si během života prochází řadou vývojových období, počínaje novorozeneckým obdobím a končící stářím. Během každého z těchto období se každý z nás stává méně závislým na rodičích a podobně, zejména na konci období adolescence, tedy přibližně kolem dvacátého roku života, se jedinec stává nezávislým, samostatným a také zodpovědným za svá rozhodnutí a chování. (Čechová a kol., 2004)

Cesta od závislosti na rodičích k samostatnosti a nezávislosti je velice důležitá pro každého jedince. Samostatný člověk, který není odkázaný na pomoc druhých, ať už rodičů či jiných osob z okolí, žije o poznání šťastnější život. (Zlámalová, 2011)

Mnohdy se může zaměňovat význam slova samostatnost za soběstačnost, je ovšem důležité tyto pojmy rozlišit. Osoba, která je soběstačná, je ta, které nečiní problém pečovat sama o sebe, tedy bez pomoci asistenta či jiné pečující osoby. Oproti tomu pojem samostatnost vyjadřuje, že je daná osoba psychicky zralá a dokáže sama rozhodovat, komunikovat a celkově za sebe přebírá zodpovědnost. Z toho vyplývá, že soběstačnost je spíše o zvládnutí fyzických dovedností a samostatnost je tedy o mentálních a psychických schopnostech jedince, a právě tyto schopnosti jsou v životě každého z nás nesmírně důležité.

Všichni rodiče a zejména pak rodiče dětí s postižením by se pomocí různých institucí, vlastní iniciativy a podobně měli co nejvíce snažit během vývoje dítěte tyto schopnosti rozvíjet, aby jednou mohlo žít co nejméně závislé na jejich pomoci. (Riegrová, 2014)

V teoretické části naší diplomové práce jsme si shrnuli Aspergerův syndrom a popsali jsme si, co spadá pod sociální dovednosti, na které je dále zaměřená naše praktická část, která je věnována rozvoji vybraných sociálních dovedností a samostatnosti u dospělého jedince s Aspergerovým syndromem.

PRAKTICKÁ ČÁST

3 ROZVOJ KONKRÉTNÍCH SOCIÁLNÍCH DOVEDNOSTÍ A SAMOSTATNOSTI U VYBRANÉHO JEDINCE S ASPERGEROVÝM SYNDROMEM

Praktická část naší diplomové práce je výsledkem kvalitativního šetření, které je zaměřené na jednoho konkrétního jedince s Aspergerovým syndromem. Tato metoda, která se snaží o detailní a komplexní popis jednoho jedince, se nazývá případová studie (Reichel, 2009). V této části práce jsme pracovali s metodou pozorování, kazuistiky, rozhovorů a plánovaných setkání, která byla zaměřená na zhodnocení a rozvoj sociálních dovedností a samostatnosti.

3.1 Cíl šetření a částečné cíle

Hlavním cílem praktické části naší práce je **zhodnocení a rozvíjení konkrétních sociálních dovedností a samostatnosti u vybraného jedince s Aspergerovým syndromem.**

Dále jsme si v souladu s naším hlavním cílem šetření formulovali následující částečné cíle práce:

- zhodnotit úroveň sociálních dovedností a samostatnosti u námi zkoumaného jedince s Aspergerovým syndromem na základě informací získaných v případové studii;
- vybrat nejvíce problematické oblasti v sociálních dovednostech a samostatnosti, na které se dále zaměříme formou nácviku;
- najít co nejreálnější způsoby, jak by se daly tyto oblasti rozvíjet a praktická aplikace zvolených forem nácviku;
- zhodnotit případný posun v daných oblastech a pokusit se doporučit, jak pokračovat v rozvoji dále.

3.2 Průzkumné otázky

Na základě výše stanovených cílů jsme formulovali uvedené průzkumné otázky:

- Jaká je úroveň sociálních dovedností a samostatnosti u námi zkoumaného jedince?
- Jaké sociální dovednosti je potřeba rozvíjet u námi zkoumaného jedince?
- Jakými způsoby lze tyto oslabené oblasti rozvíjet?
- Jak se vybrané oblasti za dobu našeho působení posunuly?

3.3 Metody šetření

V praktické části diplomové práce byla použita kvalitativní metoda ve formě **pozorování**, dále metoda **kazuistiky** konkrétního jedince, **rozhovory** s rodiči a samotný **praktický nácvik** sociálních dovedností a samostatnosti.

Švaříček (2007, s. 145) uvádí, že je hned několik druhů pozorování, z těch základních je to pak například pozorování zúčastněné, nezúčastněné, přímé, nepřímé a další. Pro tuto práci jsme zvolili přímé pozorování, které je charakteristické tím, „že se badatel účastní zkoumaného jevu v čase jeho průběhu.“

Po každém setkání, během kterého probíhalo toto pozorování, jsme zaznamenávali všechny informace pomocí písemných poznámek. Žádoucí pro nás bylo pokusit se o co nejpřesnější zaznamenání těchto informací, aby byl každý čtenář schopný si danou situaci co nejlépe představit a také jí porozumět.

Kazuistika je vědeckým zpracováním informací o jednom konkrétním případě. Tato kazuistika zpravidla zahrnuje pokud možno všechny dostupné informace o vývoji, diagnostice a celkovém stavu jedince. Mimo to může také obsahovat okolnosti, které celý vývoj jedince ovlivnily. (Primak, 2011) V našem případě tedy šlo o kazuistiku jedince s Aspergerovým syndromem, kdy jsme informace získávali zejména analýzou lékařských a jiných odborných zpráv, dále pak také pomocí rozhovorů s jeho rodiči.

Tyto rozhovory jsme zvolili volné (nestrukturované) a polostrukturované, které měly především za cíl zjistit potřebné informace ke zpracování výše zmíněné podrobné kazuistiky. Otázky tedy během každého rozhovoru vznikaly volně nebo jsme měli připravená určitá témata, která jsme chtěli záměrně probrat. (Reichel, 2009)

V poslední řadě jsme se pak věnovali praktickému nácviku sociálních dovedností a samostatnosti, ten probíhal většinu času v domácím prostředí či v jeho blízkém okolí. Na každé toto setkání jsme měli přichystaný nějaký plán a cíl, který jsme se pokusili vždy co nejlépe realizovat a následně popsat. S jedincem jsme pracovali se souhlasem rodičů i jím samotným vzhledem k tomu, že se jednalo o již dospělého muže.

3.4 Vzorek šetření

Průzkumným vzorkem pro tuto práci byl dospělý jedinec s diagnostikovaným Aspergerovým syndromem. Vzhledem k vhodnému zachování anonymity mu bylo pro tyto účely změněno jméno, stejně jako jeho rodině, která se na práci také podílela formou rozhovorů při sběru anamnestických údajů v praktické části. Vzorek o jednom jedinci byl zvolen záměrně, jelikož se autorka zná s jeho rodinou už tři roky a pravidelně k nim dochází jako asistentka. S celou rodinou, zejména pak s ním samotným, má moc dobrý vztah, a proto při volbě tématu diplomové práce neváhala a chopila se příležitosti. Jedná se totiž o specifický případ dospělého muže, u kterého se Aspergerův syndrom prokázal až v pozdějším období života, což nebylo lehké pro nikoho z jeho blízkého okolí a ani pro něj samotného. Tato diplomová práce by měla být poukázáním na detailní práci s jedním konkrétním jedincem, vzhledem k tomu, že ke každému je potřeba přistupovat zcela individuálně a nelze dané poznatky zobecňovat.

3.5 Průběh průzkumného šetření

Data do naší práce jsme získali pomocí pozorování v časovém období od října 2019 do března 2020. Toto období jsme mohli rozdělit do dvou etap, nejprve jsme se celý **říjen** věnovali vytyčení oslabených či problémových oblastí týkajících se sociálních dovedností a samostatnosti. Zároveň jsme již uvažovali o možnostech, jak dané dovednosti lze rozvíjet a jak s nimi nejlépe pracovat. Druhá etapa se uskutečnila v období **listopad–březen**, v tomto období jsme s námi vybraným jedincem začali prakticky pracovat na vybraných dovednostech pomocí námi zvolených metod. Osobní anamnestické údaje jsme získali rozhovory s rodiči a také rozbořením odborných zpráv. I přesto, že autorčiny návštěvy Kristiána probíhaly již dříve zhruba 3 roky, nepracovala s ním do této doby na žádném rozvoji dovedností. Jednalo se pouze o asistenci a spíše kamarádskou společnost. Díky tomuto dobrému vztahu bylo mnohdy těžší přejít k cílené práci na konkrétních dovednostech, jelikož je mimo jiné Kristián docela zvyklý na přístup, ve kterém se mu vždy se vším pokud možno pomůže.

3.6 Místo šetření

Velká část našeho šetření probíhala v domě Kristiánových rodičů, ve kterém společně s nimi žije. Každé setkání probíhalo tak, aby se Kristián cítil příjemně, což bylo pro naši práci důležité. Většinou jsme tedy spolu seděli u něj v pokoji, kde byl klid a uvolněná atmosféra, jelikož je to pro něj známé prostředí. Mimo to k praktickému nácviku sociálních dovedností a samostatnosti docházelo i ve městě – na poště, v obchodě, u lékaře atd.

3.7 Kazuistika

3.7.1 Rodinná anamnéza

Kristián se narodil do úplné rodiny žijící v rodinném domě, kde měl vždy svůj vlastní pokoj. Otec i matka jsou vysokoškolsky vzdělaní učitelé – matka ZŠ, otec SŠ. Oba rodiče jsou introvertní povahy, hodně uzavření do sebe. Spoustu času trávili s dětmi a věnovali se jim. Kristián má jednu o tři roky mladší sestru, která je stejně jako rodiče také vysokoškolsky vzdělaná (lektorka německého jazyka v současné době na mateřské dovolené). Sestra nyní žije odděleně v zahraničí, kde má manžela a dceru.

Od dětství byl vychováván spíše prarodiči, jelikož oba rodiče pracovali. Matka nebyla na mateřské dovolené a od jeho dvou měsíců pracovala. Ve čtyřech letech následně Kristián nastoupil do mateřské školy. Prarodiče byli také učitelé na ZŠ, v současné době už nežijí, ale v roce, kdy se Kristián narodil, šli do důchodu a měli čas na péči o něj. Dědeček s ním hodně maloval a často si s ním povídal. Kristián měl proto opravdu dobré výchovné zázemí a podnětné prostředí. Ze strany rodiny (jak rodičů, tak prarodičů) nebyla žádná dispozice k podobnému postižení.

Otec má mladšího bratra a starší sestru také bez potíží. Během ZŠ utrpěl otec těžký úraz při opravě domu, kdy došlo k výbuchu asfaltu a utrpěl popáleniny na 75% těla, následovala dlouhodobá léčba. Poznamenalo to jeho psychiku, projevilo se to nejspíš lehce i ve výchově syna – úzkostlivá výchova, bál se o něj, nezapojoval ho moc do činností kolem domu, aby si neublížil.

Matka má 3 starší sestry, jedna z nich má těžce postiženého syna, u kterého se v prvním roce života začaly projevovat epileptické záchvaty a následně došlo k poškození mozku (krvácení z prasklé cévky). Má proto trvalé neurologické následky a je v invalidním

důchodu, nyní má 42let. Tato sestra měla údajně těžší průběh těhotenství (tvrzení dělohy), jako druhé dítě má zdravou dívku.

3.7.2 Zdravotní anamnéza

Průběh těhotenství byl bezproblémový, porod proběhl přirozenou cestou bez komplikací. Narodil se v roce 1984, byl větší porodní hmotnosti 4 kg, 54 cm. Od narození byl Kristián velmi neklidný kojeneček, hodně plakával, špatně polykal a blinkal. Z tohoto důvodu moc neprosplával a nepřibýval na váze. Jedl převážně v pozici v leže a po dlouhou dobu přijímal pouze mixovanou stravu, dle matky to trvalo dlouho cca do 4 let, až v mateřské škole se postupně naučil přijímat tuhoun stravu. Dle matky nikdy nejedl s chutí, nebyl velký jedlík, nepřecpával se ani nemlsal. Kromě častých viróz nebyl v dětství vážně nemocný, na ZŠ pouze nosil brýle kvůli myopii (krátkozrakost).

Vážné zdravotní problémy nastaly až 4. 1. 2009 v důsledku nutné hospitalizace. V nemocnici jej léčili pro nekrotickou gastritidu a bolesti břicha s váhouným úbytkem 11 kg. K těmto problémoun došlo během pokusu o Kristiánouno samostatné bydlení v bytě, který se nacházel nedaleko domu rodičů. Stav byl vážný a hrozilo odebrání žaludku, ale nakonec se jeho zdravotní stav ve FN Olomouc natolik zlepšil, že operace nebyla potřeba. Po této hospitalizaci se vrátil Kristián domů k rodičoun, jelikož nebyl schopen se o sebe sám postarat. Na dále byl však sledován na diabetologii pro sníženou funkci slinivky, což bylo důsledkem trvale zhoršeného stavu.

V listopadu 2016 začaly u Kristiána zhoršující se psychické problémy – tiky ve tváři, záškuby těla, poruchy chůze a obrovské nechutenství s úbytkem na váze. Byl proto navržen k hospitalizaci na Psychiatrické klinice v Olomouci. Tam následně nastoupil a byl podroben komplexnímu vyšetření (MR mozku, SONO břicha, RTG plic apod.). Veškerá tato vyšetření byla v normě, ale byla mu stanovena diagnóza mentální anorexie a depresivní stavy. Proto zde byl hospitalizován po dobu jednoho měsíce a po nastavení vhodné medikace se vrátil domů k rodičoun. Zdravotní stav se poté stabilizoval, ale dál pak docházel na pravidelné psychiatrické kontroly v místě bydliště.

V současné době je v péči rodičů, má své denní rituály a nastavenou strukturu dne. Jídlo mu připravují rodiče a dbají na dodržování jeho hygienických návyků. Dále dochází na pravidelné kontroly na diabetologii (je na dietě) a psychiatrii (užívá lék Apo-parox).

3.7.3 Školní anamnéza

Kristián nastoupil do mateřské školy 1988 ve věku 4 let. Velice špatně se na to prostředí adaptoval. Nevyhledával žádné kontakty, nehrál si ve skupinách dětí a hrál si spíše sám. Jinak byl šikovný, co se týče hygieny atd., paní učitelky s ním nikdy neměly žádný problém. Byl spíše introvertní povahy. Velice často byl jako malý nemocný, často měl různé virózy a byl pak proto doma s prarodiči.

První třídu zahájil v září 1990 na běžné základní škole v místě bydliště bez odkladu. Prvním problémem, který rodiče zaznamenali bylo, že se učitelka během prvního pololetí zmínila, že by bylo dobré, kdyby se vrátil do mateřské školy, jelikož se jí nezdál úplně vyzrálý (např. se nedokázal zapojit do kolektivních aktivit). Znamky měl hezké, převážně jedničky a nějaké dvojky, takže učivo na prvním stupni zvládal bez problému. Během prvního ročníku si Kristián oblíbil jednoho spolužáka, se kterým následně každý rok seděl. Chodili spolu ven, jezdili hodně na kole a trávili spolu volný čas. Občas se i navzájem navštěvovali i s rodiči, jelikož se rodiny přátelily.

Dle vysvědčení lépe prospíval v jazycích (AJ, ČJ), trojky se objevovaly až kolem 5. ročníku z matematiky a fyziky. Na druhém stupni ZŠ měl stále dobré výsledky z jazyků, problém přetrvával v M, Ch, F, kde měl trojky. V devátém ročníku nastala změna třídní učitelky, po které jeho prospěch poklesl na první čtyřku na vysvědčení, a to z matematiky. V ostatních předmětech převažovali stále dobré známky – dvojky, trojky a jedničky. Během devátého ročníku se ale mimo to projevila skrytá šikana od spolužáků. Kristián se více začal uzavírat do sebe, čehož si všimli rodiče i bývalá třídní učitelka, která ho stále učila na některé předměty. Projevy šikany – schovávání papučí, musel jít domů v zimě bez obuvi, hosená živá myš do tašky s učením, posmívání se, že je jiný (přímo toto slovo děti často používali) a podobně. Z důvodu této šikany a zhoršeného prospěchu byl na žádost rodičů vyšetřen v Pedagogicko-psychologické poradně (v Šumperku). Vyšetřující psycholog nerozpoznal diagnózu Aspergerův syndrom a pouze konstatoval, že by bylo pro Kristiána vhodné vzdělávání mimo běžnou ZŠ, tedy v tehdejší ZŠ praktické. Jelikož se v tuto dobu už blížil konec ZŠ, dohodil Kristián stávající školu, na vysvědčení měl jednu čtyřku, jinak trojky, dvojky a pár jedniček.

Sám si v devátém ročníku zvolil studium na SZŠ Šumperk, 2letý obor Ošetřovatel/Ošetřovatelka, který byl ukončen závěrečnou zkouškou (bez maturity). Když se ho rodiče tehdy ptali, proč si vybral právě tento obor, odpověděl: „Je tam čisto a klid.“ Do

SZŠ denně dojížděl autobusem sám. Byl zde jediný kluk ve třídě, nerozuměl dívčímu kolektivu, proto nenavázal žádné přátelství. Teoretickou výuku zde zvládal průměrně (trojky), ale s praxí měl od počátku velké potíže z důvodu apraxie, neschopnosti komunikace s pacienty, nezvládnutí určitých úkolů např. stlaní postelí, zajištění hygieny pacientů atd. Probíhala zde ale velmi dobrá spolupráce s vedoucí praxe, Kristián doma všechno procvičoval s rodiči, aby úspěšně procházel studiem.

V průběhu prvního ročníku studia škola doporučila Kristiánovi absolvovat psychologické vyšetření. Klinický psycholog stanovil (20. 3. 2008) diagnózu, a tou byla pervazivní vývojová porucha – Aspergerův syndrom. Škola zareagovala velmi vstřícně s tím, že školu dokončí s drobnou úpravou ukončení studia, a to písemnou formou namísto ústní. První ročník zvládl nakonec s tímto přístupem celý, ale ve druhém ročníku, během druhého pololetí, došlo k regresi. Kristián nepřišel jednoho dne do výuky, od dveří budovy utekl a schoval se následně doma ve sklepě. Škola tehdy kontaktovala rodiče, že se nedostavil na výuku, i přesto, že byl svými spolužačkami viděn před budovou.

Jednalo se o zlomový okamžik. Mimo neúčast ve škole se doma náhle zbavoval svých nejoblíbenějších předmětů (jeho oblíbených videokazet atd.). Na radu psychologičky se sešla matka s ředitelkou školy, a i přes její vstřícnost a pochopení se muselo Kristiánovo studium na této škole ukončit (na SZŠ studoval tedy od 1. 9. 1999 – 5. 3. 2001). V témže roce 2001 se mu naskytla možnost začít studovat na Středním odborném učilišti v místě bydliště obor Kuchařské práce, zakončené výučním listem, toto studium bylo na 3 roky. Zde byly Kristiánovi od začátku nastaveny přijatelné vzdělávací podmínky (IVP, byl vždy informován o průběhu praxe předem, co se bude vařit apod.). Našel si ve třídě dokonce i jednoho dobrého kamaráda a oblíbil si svou učitelku praxe. Za těchto podmínek dokončil toto studium bez problému získáním výučního listu v roce 2003. Práci v oboru ale následně nenašel. A na základě lékařských posudků a doporučení psychiatričky mu byl přiznán plný invalidní důchod.

3.7.4 Osobní anamnéza

Od malička měl Kristián pouze viditelné problémy s polykáním. Dle slov rodičů jako malý nejraději byl jen v leže na peřince, nerad se choval, nebyl tzv. „mamánek“. Jinak se projevoval jako zdravé dítě, měl rád čtení pohádek od rodičů, zpívání, byl zvědavý a často se na spoustu věcí ptal. Od malička se nikomu nesvěřoval o láskách, problémech a jiných věcech

ani sestře ani rodičům. Byl ale vždy poslušný, nevzdoroval, nevztekal se a měl rád vše hned splněno, aby už na to nemusel myslet.

Co se týče zájmů, od útlého věku měl rád želvy. V pokoji měl dokonce akvárium s vodními želvami, o které se moc rád staral. Později začal sbírat hračky dinosaurů. Mimo to měl rád postavy želvy Ninja, rád si všechny tyto věci kreslil do deníčků a četl si o pravěku. Nevyhledával kamarády, byl spíš introvertní povahy. Jeho hlavní radostí bylo tedy sbírání věcí, zejména hraček, maket dinosaurů a podobně. Jezdil také rád na kole, všechno dobře ovládal, provoz i značky. Na základní škole se chodil po dobu čtyř let učit hrát na klavír. Učila ho tenkrát hrát jedna starší paní u sebe doma, nikdy nehrál před obecnstvem, ale pouze soukromě. Chvilí navštěvoval i pěvecký sbor. Později se začal hodně zajímat o filmy. Sbíral videokazety a četl si mnohé encyklopedie zaměřené na tematiku o filmech. Všude byl schopný chodit sám, na nákup, do školy atd. Po dokončení školní docházky až do dospělosti mu zůstal pouze zájem o filmy. V současné době má již sbírku 2850 nahrávek filmů na DVD a videokazetách. Rád si čte i nadále na internetu o filmech a hercích, každý den mimo to musí vidět v televizi pořad televizní noviny.

Po dokončení studia se rozhodoval, jestli chce žít dál s rodiči nebo bydlet sám. Rozhodl se, že chce zkusit samostatné bydlení, proto mu rodiče zakoupili malý byt nedaleko jejich bydliště. Z počátku vše zvládal, chodil si nakupovat, na obědy do jídelny a o víkendech pobýval s rodiči. Nosil domů prádlo na vyprání a s úklidem v paneláku mu vypomáhali rodiče, jelikož to sám nezvládal. Rodiče Kristiána proto chodili občas kontrolovat, zda je vše v pořádku. Po nějakém čase (cca 1 rok) přestával zvládat péči o svou osobu (zevnějšek, nevynášel odpadky, neumýval nádobí a přestal i nakupovat, začal chřadnout fyzicky i psychicky). Vše vyvrcholilo vánočními svátky, v té době doma u rodičů téměř zkolaboval, zvracel a byl proto převezen na oddělení JIP v nemocnici (4. 1. 2009). Po měsíční léčbě se vrátil natrvalo k rodičům. Matka přestala pracovat a začala se o něj následně od roku 2009 starat.

V současné době se o něj stará otec, který je v důchodě a matka pracuje. Kristián ne navštěvuje pravidelně žádné komunitní centrum ani charitativní zařízení. I když dříve vystřídal několik zařízení např. Centrum Oáza Zábřeh, Vítej o.p.s. v Hřebči, Klubíčko Beroun a Centrum sociálních služeb Pomněnka Šumperk. Nyní pouze občas dochází do Pomněnky, ale nezvládá docházet pravidelně.

Od prosince 2016 za ním dochází autorka až doposud. Za tuto uplynulou dobu spolu navázali docela dobrý vztah. Kristián má vždy radost, když za ním přijde na návštěvu a něco mu vypráví, nebo spolu chodí na procházky a podobně. Jelikož má dobrý vztah i s jeho rodiči, domlouvají se dokonce i na občasném hlídání u nich doma dle potřeby.

3.8 Zhodnocení úrovně sociálních dovedností a samostatnosti a výběr problematických oblastí

Pro zmapování problematických oblastí s Kristiánem proběhla celkem 3 setkání, při kterých bylo potřeba sledovat projevy jeho sociálních dovedností a samostatnosti v praxi, tedy během situací, které jsou součástí Kristiánova běžného života. Tato setkání jsme poté detailně popsali a na základě pozorování vyhodnotili, které oblasti bylo vhodné nejvíce rozvíjet.

Považovali jsme to za důležité i přesto, že autorka za Kristiánem dochází již po dobu tří let jako asistentka. Měla sice již nějaké ponětí o jeho zvycích či problematických oblastech, ale nikdy se na tyto věci nezaměřovala s tzv. odborným pohledem či záměrem nějak tyto oblasti rozvíjet. Naopak, jednalo se opravdu pouze o navázání dobrého vztahu s ním v rámci asistence zaměřené na aktivnější využívání jeho volného času (např. návštěvy cukrárny, kina, procházky a jiné).

Pro lepší přehlednost jsme v následujícím textu zvolili jako označení důležitých pasáží týkajících se námi pozorovaných sociálních dovedností a samostatnosti podtržený text. Na závěr jsme vždy tyto jednotlivé dovednosti zaznamenali do tabulek, díky kterým bylo možné následně vyhodnotit, zda je daná dovednost vhodná k rozvoji nebo zda došlo k pozitivnímu či negativnímu posunu v konkrétní rozvíjené dovednosti.

Setkání č. 1

Datum: 8. 10. 2019

Plán setkání: Plánem tohoto setkání bylo doprovodit Kristiána na poštu a vyzvednout s ním jeho důchod, tak jak je zvyklý, tedy bez popudu k jeho iniciativě. Dále jsme během celého setkání plánovali pozorovat vhodné oblasti k rozvoji sociálních dovedností a samostatnosti.

Realizace setkání:

Po mém příchodu ke Kristiánovi domů mě jeho otec zavedl do obývacího pokoje. Při vstupu do dveří jsem si všimla Kristiána, který seděl v křesle. Poté, co jsem jej pozdravila, mi taktéž odpověděl ahoj, ale nenavázal se mnou zrakový kontakt.

Dnešní den byl zvláštní tím, že přišel důchod, pro který jsme spolu plánovali jít na místní poštu. Kristián ještě nebyl oblečený a zdálo se, že se mu vzhledem k sychravému počasí nikam jít nechce. Zeptala jsem se ho tedy, jestli půjdeme na poštu hned nebo si mám na chvíli odložit bundu. Po chvíli zareagoval tím, že se zvedl z křesla a zamířil rovnou do svého pokoje. Hned jak jsem ho uslyšela jít po schodech dolů, připomněla jsem mu, zda má s sebou peněženku, ve které jsou potřebné doklady. Kristián kývl, že ano. Mohli jsme tedy pomalu vyrazit.

Přímo před domem stáli dělníci, kteří pracovali na opravě silnice. Pánové se na nás hned po vstupu na chodník před brankou začali dívat, Kristián se totiž zastavil a nešel dál. Má takový zažitý rituál, při kterém se při chůzi i několikrát za sebou zastavuje a sleduje své dlaně či ruce, po zhruba půl minutě se sám znovu rozejde. Takže jsme zanedlouho přeci jen vyšli vstříc poště. Takovouto zastávku s pohledem na ruce jsme celkem za cestu absolvovali asi šestkrát. I vzhledem k tomu, že nejde o velkou vzdálenost.

Šli jsme zrovna v době, kdy děti končili ve škole, a proto na chodníku bylo více lidí, což Kristián nerad vidí. Za celou cestu k poště se na mě pouze při jedné zastávce dlouze zadíval a zeptal se: „Víš o Karlovi?“ Mně hned došlo, že myslí úmrtí zpěváka Karla Gotta, ale raději jsem se ujistila: „Myslíš Karla Gotta?“ Kristián jen kývl a já tedy odpověděla, že vím a je mi to moc líto, dál téma nerozebíral. Po příchodu k budově pošty se Kristián zastavil přímo přede dveřmi, aniž by sáhl po klice, aby je otevřel. Natočil se místo toho tělem ke mně a já tedy dveře sama otevřela tak, aby mohl projít, jelikož je na otevírání dveří od druhých poměrně zvyklý.

Na poště bylo potřeba zvolit si správný lístek k vyzvednutí důchodu. Kristián se zastavil hned u přístroje, který lístky vydává a otočil se ke mně čelem, aniž by navázal zrakový kontakt. Přistoupila jsem tedy k němu a zeptala se, zda ví co zmáčknout, po delší pauze odpověděl, že neví. Hledala jsem tedy správné tlačítko, ale on se bez zájmu hned rozešel směrem k židli a nesledoval tedy, co se chystám zmáčknout. S lístkem jsem si poté přisedla za ním a ukázala mu, jaké máme číslo a co je na lístku napsané.

Po krátkém čekání se na tabuli objevilo naše číslo, Kristián ale vůbec nereagoval. Řekla jsem tedy, ať se podívá na tabuli, že to jsme my a máme jít k přepážce číslo tři. Po příchodu k přepážce si stoupl víc na stranu a podíval se na mě, aniž by cokoliv řekl, jen více pracoval mimikou a pomlaskával. Přistoupila jsem tedy a řekla paní za přepážkou, pro co jdeme, Kristián mi následně podal peněženku a já rychle předložila jeho občanku. Paní se usmála a řekla, ať chvíli počkáme. Všimla jsem si, že se Kristián začal dívat na tužku umístěnou na pultu. Poté co se paní vrátila, oslovila Kristiána: „Pane X, prosím podepište se mi tady.“ A ukázala na příslušný řádek na papíře. Kristián ihned popadl tužku, kterou celou dobu sledoval a pomalu a pečlivě se podepsal.

Paní nám záhy podávala peníze a nahlas počítala, abychom viděli, zda je to správná suma. Kristián už to ale vůbec nesledoval, počítání nechal na mně. Já jsem paní poděkovala a rozloučila se, ale Kristián vyrazil beze slova rychle směrem ke dveřím, u kterých se opět zastavil, abych mu otevřela. Cestou domů už se zastavoval méně často, vypadal, že domů spěchá, začínalo totiž pršet. Poté co jsem Kristiána doprovodila domů, jsem se spolu rozloučili.

Dovednosti vhodné k rozvoji v oblasti **komunikace a sociálních vztahů**:

	ano	ne	poznámka
Pozdrav se mnou	x		
Pozdrav s paní pošťáčkou		x	
Zrakový kontakt vůči mně	x		ale ne vždy
Zrakový kontakt vůči paní pošťáče		x	
Udržení rozhovoru		x	reagoval spíše pouze přikývnutím
Iniciace k zahájení rozhovoru	x		během celého setkání inicioval rozhovor 1x
Poděkování		x	
Rozloučení s paní pošťáčkou		x	
Rozloučení se mnou	x		

Dovednosti vhodné k rozvoji v oblasti **samostatnosti**:

	ano	ne	poznámka
Otevírání dveří		x	
Výběr lístku s pořadím		x	bez zájmu
Předložení občanského průkazu		x	podal mi peněženku, abych předložila průkaz sama
Podpis	x		po vyzvání paní pošťačkou
Manipulace s penězi		x	vůbec se o peníze nezajímá

Setkání č. 2

Datum: 19. 10. 2019

Plán setkání: V plánu byla předem dohodnutá běžná návštěva kina, tak jak je Kristián zvyklý. Bylo pro nás opět důležité sledovat a následně vyhodnotit oblasti sociálních dovedností a samostatnosti vhodné k rozvoji.

Realizace setkání:

Na konci minulého setkání mi Kristián ukazoval program kina u nich ve městě. Zeptala jsem se tedy, jestli bude chtít na nějaký z nových filmů zajít, protože vím, že filmy jsou jeho největším zájmem. Ukázal na film, ve kterém hraje jedna z jeho oblíbených hereček, Angelina Jolie. A dohodli jsme se, že na tento film půjdeme spolu.

Přijela jsem k nim domů o chvíli dříve, abychom v klidu stihli dojít do kina a koupit lístky v Kristiánově oblíbené řadě. Po vstupu do domu mi jeho máma řekla, že se ještě Kristián obléká, posadila jsem se zatím v kuchyni a čekala na něj u šálku čaje. Po pár minutách přišel Kristián, pozdravil mě a přisedl si k nám k jídelnímu stolu bez jakéhokoliv navázání zrakového kontaktu.

Film se hrál v sobotu o půl šesté, není to sice moc pozdní večer, ale na Kristiána už to není úplně ideální doba, vzhledem k tomu, že je zvyklý chodit relativně brzo spát (zhruba okolo deváté večer). I tak na něm šlo vidět, jak je rád a těší se, že půjdeme, jelikož neustále kontroloval hodiny. Za celou dobu, co jsme seděli s jeho mámou u stolu nepromluvil ani slovo, jen se díval na stůl nebo na hodiny. Při obouvání bot mu máma řekla: „Co je s tebou, tak se aspoň usměj, vždyť jsi říkal, jak se těšíš.“ Kristián se hned na to usmál a široký úsměv mu vydržel pomalu až do vstupu na chodník před domem. Pár metrů od domu se zastavil a podle jeho silnější mimiky jsem poznala, že se mi chystá něco říct. Zeptal se mě: „Tvoje

máma to ví?“ Já na to reagovala otázkou, jestli myslí, že jdeme spolu do kina a on jen přikývl. Když jsem odpověděla, že o tom ví a vedla konverzaci dál, už mi neodpovídal ani na otázky typu: „Jak jsi se měl?“ nebo „Co jsi měl k obědu?“ Zeptala jsem se proto: „Ty se se mnou nebavíš?“ Kristián se na mě ani nepodíval, ale usmál se a soustředil se dál na cestu.

Šli jsme celkem rychle, dokonce se i méně zastavoval, jak to má jindy ve zvyku. Ulice takhle k večeru byly klidné, což bylo pro nás přínosem. Za to u kina to už žilo, pomalu tam přicházely rodiny s dětmi a Kristián nevěděl, jestli může jít do dveří, nebo je má pustit první. Šlo vidět, že je hodně nejistý, v místním kině totiž mají otočné dveře, do kterých se musí vstoupit nejlépe po jednom a pomalu pomocí tlačení nimi otáčet. Nakonec jednu celou rodinu, co šla před námi, sám od sebe Kristián pustil, když viděl, že nejdu hned za ním.

Po vstupu do kina si okamžitě sedl na židli, která stála hned u dveří. Zeptala jsem se tedy, jestli mám lístky kupovat sama. On jen přikývl a podíval se mi do očí. Dodala jsem ještě otázku, jestli chce pátou řadu jako vždy, na to už reagoval slovem jo. Odešla jsem kousek opodál k přepážce a koupila dva lístky. Hned jak mi je pán podal, Kristián se zvedl a šel za mnou. Film byl promítán ve 3D, takže jsme při vstupu do sálu dostávali brýle. Ukázala jsem paní uvaděčce naše lístky, ta se na nás mile usmála a podala mi jedny brýle. Pak se podívala na Kristiána a řekla: „Tady ty mu asi nebudou, zkuste tyhle brýle.“ Kristián si je sám vzal, nasadil na oči a hned odpověděl: „Dobrý.“

Po usednutí na místa už jsme spolu až do konce nepromluvili. Lidí v kině bylo opravdu hodně a párkrát jsme museli pustit někoho projít do naší řady, protože jsme seděli na Kristiánových oblíbených místech u uličky. Hned jak naběhly u filmu závěrečné titulky a v kině začalo být světlo, Kristián se zvedl a chtěl jít ven. Jelikož bylo kino opravdu plné, musela jsem mu říct, ať chvíli ještě počká, že se přes ten dav v klidu nedostaneme. Až řady trošku prořídly, vyrazili jsme po schodech nahoru. Vrátili jsme brýle a rozloučila jsem se s paní uvaděčkou, která se na nás opět mile usmívala, Kristián ale na shledanou vůbec neřekl a vyrazil k otočným dveřím, které vedly ven z kina.

Před budovou už moc lidí nebylo, tak jsme se postavili v klidu na chodník, kde jsme čekali na jeho tátu. Byli jsme totiž domluvení, že nás po filmu vyzvedne autem, protože už bylo docela pozdě a tma, kterou Kristián moc nemusí. Při čekání na auto, jsem se ho zeptala, jestli se mu film líbil, na což odpověděl, že jo. Šlo na něm vidět, že už je hodně unavený a po odpovědi na mou otázku, jestli tomu tak je, o tom nebyl pochyb. Naštěstí už zanedlouho přijel náš odvoz. Kristián přišel k autu a čekal až mu otevřeme zadní dveře, jelikož je na to od

rodičů tak zvyklý. Po příjezdu k domu opět čekal, až mu otevřeme, aby mohl vystoupit. Následně ihned rychle zamířil do svého pokoje. Až se pak po chvíli vracel zpět dolů do kuchyně převlečený, chystala jsem se už k odchodu, proto jsme se pro dnešek už rozloučili.

Dovednosti vhodné k rozvoji v oblasti **komunikace** a **sociálních vztahů**:

	ano	ne	poznámka
Pozdrav se mnou	x		
Pozdrav v kině		x	
Zrakový kontakt vůči mně	x		pouze výjimečně
Zrakový kontakt vůči ostatním		x	
Iniciace k zahájení rozhovoru	x		během celého setkání inicioval rozhovor 1x
Udržení rozhovoru		x	reagoval spíše jen přikývnutím, na otázky neodpovídal
Rozloučení		x	pouze se mnou

Dovednosti vhodné k rozvoji v oblasti **emocí**:

	ano	ne	poznámka
Projev emocí na podněty	x		usmíval se

Dovednosti vhodné k rozvoji v oblasti **samostatnosti**:

	ano	ne	poznámka
Výběr lístků		x	
Platba lístků		x	
Otevírání dveří		x	

Setkání č. 3

Datum: 29. 10. 2019

Plán setkání: V plánu bylo u Kristiána zjistit přirozený průběh nákupu v obchodě a vytyčit pak vhodné oblasti k rozvoji sociálních dovedností a samostatnosti.

Realizace setkání:

Dnešní setkání bylo trochu nevšední, jelikož mě Kristiánovi rodiče poprosili o celodenní hlídání u nich doma. Potřebovali odjet zazimovat jejich chatu a vzhledem k tomu,

že se známe téměř tři roky, není takové občasně hlídání žádný problém. Kristián má zaběhlý svůj denní režim stravování, a to: snídaně 8:00, oběd 12:00, svačina 15:00, večere 18:00. Mimo tyto hodiny se běžně nestravuje.

Poté co jsme dojedli oběd, zeptala jsem se Kristiána, co by chtěl na svačinu. Po chvíli mi odpověděl, že je mu to jedno. Sama bych asi nebyla ráda, kdyby mi někdo nachystal jídlo, které si dát vůbec nechci, a tak jsem se tedy zeptala, jestli by chtěl nějaké ovoce. Kristián se mi *podíval do očí* a přikývl. Pak jsem ještě dodala, že bychom se mohli jít kousek projít do obchodu, aby si vybral i něco malého na zub. Kristián mi odpověděl: „Když nebude pršet.“ U toho se začal zvedat od stolu a šel pomalu k sobě do pokoje odpočívat po jídle, jak je zvyklý.

Zhruba za hodinu a půl jsem šla zkusit zaklepat, jestli tedy nevyrazíme do zmiňovaného obchodu. Kristián ležel v posteli, zvedl hlavu a řekl: „Tak jo.“ Moc rád ven nechodí, musí se mu opravdu chtít, ale něco na zub byla dostačující motivace. Dokonce byl dole oblečený rychleji než já, což mě mile překvapilo. Mezi tím, co jsem odemykala branku, se mě Kristián chtěl na něco zeptat, poznala jsem to podle hlasitějšího pomlaskávání a při pohledu na obličej výraznější mimiky. Nechala jsem tedy branku zavřenou a počkala, co mi chce říct. Podíval se na mě a zeptal se: „Volala jsi mámě?“ Já na to odpověděla, jestli jeho mámě nebo mé. Hned mi na to odpověděl: „Tvé.“ Vedla jsem dál konverzaci, že jsem s mámou mluvila při vaření oběda a že se jí možná ještě ozvu později. Dodala jsem také, že má máma Kristiána pozdravuje, ale na to vůbec nereagoval a soustředil se na chůzi.

Cestou k obchodu se asi třikrát zastavil a prohlížel si ruce, jako vždy, když se někam jde. Hned jak Kristián prošel dveřmi, které se otevíraly samy, zastavil se. Zeptala jsem se ho, jestli ví, co by si chtěl koupit. Odpověděl: „Tyčinku.“ Na to jsem já zmínila, že bych si ráda koupila pití na další den do školy a že bychom se mohli podívat i po něčem na zítřejší snídani.

Kristián vyrazil uličkou mezi zeleninou a já šla hned vedle něj. Když jsem se zastavila u sladkého pečiva, nereagoval na to a pokračoval dál. Šla jsem proto za ním na místo, kde se zastavil a ukázala mu, kde je něco na snídani a ať si vybere, co má rád. Nic ale nevzal do ruky. Ukázala jsem tedy na tvarohové buchty a on vzápětí souhlasil: „Může být.“ Kousek dál bylo slané pečivo, Kristián se u něj zastavil, tak jsem se ho zeptala: „K večeri bys chtěl něco odtud? Třeba rohlík nebo chleba?“ Odpověděl mi: „Rohlík.“ Šla jsem tedy nabírat rohlíky a Kristián se držel hned vedle mě. Díval se ale do země a ne na to, co dělám.

Prošli jsme do další uličky, kde byly sladkosti. Kristián se tam rozhlížel, ale řekl, že odtud nic nechce. Přešli jsme k uličce, ve které byly jogurty a podobné věci. Najednou to vypadalo, že už přesně ví, co hledá, protože se díval přímo do dveří chladících boxů. Zastavil se u tyčinek, chvíli si prohlížel, co tam mají na výběr, poté se předklonil a vzal jednu tyčinku do ruky se slovy: „Tahle je dobrá.“ Ukázal mi ji a usmíval se při tom. Jakmile jsem dořekla, že tuhle tyčinku jsem asi už také párkrát jedla, zamířil rychlou chůzí k pokladně.

Zastavil se až kousek před dvěma pokladnami, které byly otevřené. Já si ještě rychle vybrala pití, které jsem si chtěla koupit a zamířila jsem k pokladně, u které byla menší řada. Kristián šel hned za mnou a přitom mi podával tyčinku. Zeptala jsem se ho, jestli si ji nechce koupit sám, že mu můžu dát peníze, ale on na to odpověděl: „Ne, ty.“ Po celou dobu stál hned u mě a díval se, jak platím. Následně jsem se rozloučila s paní prodavačkou, Kristián šel ale beze slova pomalu ven.

Venku před obchodem se zastavil, hned jsem toho využila a podala mu tyčinku, ať si ji nese sám. Vzal si ji, pousmál se a zamířili jsme k domovu, za rohem se ale opět zastavil v rámci svého rituálu a díval se chvíli na své ruce. Zeptala jsem se ho, jestli k té tyčince bude chtít na svačinu ještě i nějaké to ovoce, třeba jablko nebo banán. Kristián odpověděl: „Jo.“ Zeptala jsem se tedy znovu: „A které? Banán nebo jablko?“ Pak už jeho odpověď byla jasná, banán.

Po příchodu domů si Kristián položil tyčinku na botník a šel se převléct. Zanedlouho byl čas svačiny, na kterou si dal spokojený svou koupenou tyčinku a banán.

Dovednosti vhodné k rozvoji v oblasti **komunikace** a **sociálních vztahů**:

	ano	ne	poznámka
Pozdrav paní prodavačky		x	
Zrakový kontakt vůči mně	x		
Zrakový kontakt vůči paní prodavačce		x	
Iniciace k zahájení rozhovoru	x		během celého setkání inicioval rozhovor 1x
Udržení rozhovoru		x	
Rozloučení s paní prodavačkou		x	

Dovednosti vhodné k rozvoji v oblasti **emocí**:

	ano	ne	poznámka
Projev emocí na podněty	x		usmíval se

Dovednosti vhodné k rozvoji v oblasti **samostatnosti**:

	ano	ne	poznámka
Výběr zboží v obchodě	x		tyčinku si vybral sám, byla pro něj motivací jít na nákup
Výběr zboží na podnět		x	
Placení v obchodě		x	odmítl můj popud k placení, ale sledoval, jak platím

Po zhodnocení těchto tří setkání, jsme vybrali jednotlivé sociální dovednosti a oblasti samostatnosti, které by bylo vhodné u Kristiána rozvíjet. Důležitá pro nás byla hlavně motivace Kristiána, jeho přání a také potřeby, jelikož bez toho by naše práce s ním byla zbytečně plná přemlouvání, odmítání a pro něj by mohla být dokonce velice stresující. Těmto nežádoucím okolnostem jsme se po celou dobu snažili zcela vyhnout a pracovali jsme tak, aby byl Kristián spokojený.

3.9 Nácvik sociálních dovedností a samostatnosti

Jednotlivá setkání byla zaměřena na rozvoj sociálních dovedností, jako je zrakový kontakt, zahájení a rozvíjení rozhovoru, projevování emocí a také na rozvoj samostatnosti. Tyto dovednosti jsme rozvíjeli v rámci následujících sedmnácti nácvikových setkání, která probíhala od listopadu 2019 do března 2020. Pro přehlednost zde budou uváděna chronologicky, tedy tak, jak za sebou probíhala.

Setkání č. 1

Datum: 1. 11. 2019

Cíl: Jelikož jsme si všimli, že z oblasti nonverbální komunikace mnohdy u Kristiána chybí zrakový kontakt, bylo cílem tohoto setkání poukázání a vysvětlení, proč je v komunikaci tolik důležitý. Mimo rozvoj **zrakového kontaktu** jsme se zde zaměřili i na rozvoj **rozhovoru**.

Pomůcky: Žádné.

Plán setkání: Nejprve pro nás bylo důležité zjistit, zda si Kristián (K) uvědomuje důležitost navázání zrakového kontaktu v průběhu komunikace. Následně bylo žádoucí se o tomto tématu volně bavit, abychom si ujasnili důležitost zrakového kontaktu i pro praktické situace, které Kristiána mohou v životě denně potkat.

Realizace setkání:

Na úvod jsme se s Kristiánem pozdravili, chvíli jsme se bavili o běžných věcech, jak se má a co je nového. Poté jsme se dohodli, že spolu dále budeme mluvit o komunikaci, přesněji tedy zrakovém kontaktu.

Má první otázka zněla: „Myslíš, že je důležité, když se spolu bavíme, aby ses mi podíval do očí?“ Kristián ihned reagoval navázáním zrakového kontaktu se mnou a odpověděl: „Jo.“ Dále jsem tedy otázku rozvinula: „A proč je důležitý? Co mi tím dávaš najevo?“ K: „Nevím.“ Já: „Dáváme tím najevo druhému člověku, se kterým mluvíme, svůj zájem o jeho reakci. Získáme tím i jeho pozornost a upozorníme jej, že chceme navázat rozhovor a případně jej vést dále.“ Kristián se na mě díval, ale nijak víc nereagoval. Pokračovala jsem proto další otázkou, která byla zároveň i takovou modelovou situací, jelikož jsem se ke Kristiánovi otočila zády se slovy: „Co kdybych se třeba takhle dívala při mluvení do dveří místo na tebe, bylo by to v pořádku?“ Kristián mlčel. Otočila jsem se zpět a podívala se na něj a řekla: „Bylo by to podle tebe v pořádku? Přišlo by ti to slušné?“ Kristián se mi také podíval do očí a s úsměvem na rtech odpověděl: „Ne.“ Já: „Tak vidíš, jak moc je důležité se na někoho takhle podívat během toho, co s ním mluvíme. A měli bychom si na to dávat pozor.“ Kristián se na mě podíval a přikývl.

Já: „Takže když se mnou chceš mluvit, co je důležité abys v první řadě udělal? Abys mě upoutal a já tě poslouchala?“ K: „Bych se podíval.“ Já: „A kdybych si nevšimla, že se na mě díváš, napadá tě, co bys mohl udělat jiného?“ K: „Bych se ozval.“ Já: „Super, takže bys mě oslovil, abych si všimla, že se mnou chceš mluvit, chápu to správně?“ Kristián přikývl a usmál se, zároveň se mnou navázal i zrakový kontakt.

Na závěr setkání jsem se ještě zeptala, abychom si to shrnuli a ujistila jsem se, že jsme se s Kristiánem během toho setkání pochopili. Má otázka zněla: „Když na tebe mluvím já nebo tvoji rodiče či kdokoli jiný, je tedy důležité, aby ses na nás díval?“ K: „No je.“ Já: „A dělá ti to nějaké potíže, vadí ti podívat se někomu do očí?“ K: „Ne.“ Já: „Ani u cizích lidí?“ Kristián odpověděl, že ne a tímto jsme celé setkání ukončili a rozloučili se slovem ahoj.

Dovednosti vhodné k rozvoji v oblasti **komunikace** a **sociálních vztahů**:

	ano	ne	poznámka
Pozdrav	x		
Zrakový kontakt	x		
Iniciace k zahájení rozhovoru		x	
Udržení rozhovoru		x	ale aktivně odpovídal
Rozloučení	x		

Dovednosti vhodné k rozvoji v oblasti **emocí**:

	ano	ne	poznámka
Projev emocí na podněty	x		usmíval se

Setkání č. 2

Datum: 4. 11. 2019

Cíl: Cílem bylo zdůraznění, že je při rozhovoru žádoucí střídání komunikačních partnerů. Jelikož je to nezbytné pro rozvoj **rozhovoru**, opět jsme se mimo slovní komunikaci zaměřili i na přítomnost **zrakového kontaktu**, který bylo potřeba také rozvíjet.

Pomůcky: Žádné.

Plán setkání: V plánu tedy bylo poukázání na důležitost toho, aby se během rozhovoru oba lidé, co spolu komunikují, střídali a vzájemně si naslouchali.

Realizace setkání:

Úvodem tohoto setkání jsem se Kristiána zeptala: „Když se budeme zase bavit o té komunikaci, je důležité i střídání partnerů během rozhovoru. Víš, co tím myslím?“ Kristián mi odpověděl, že neví. Zvolila jsem tedy ještě jinou otázku: „Tak začneme jinak. Co když na tebe mluvím během návštěvy třeba o škole, posloucháš mě?“ Kristián se mi podíval do očí a usmál se. Po chvíli řekl odpověď: „Ne.“ Já: „Aha, a proč ne? Posloucháš rád jen to, co tě zajímá?“ Kristián se na mě opět podíval a přikývl s velkým úsměvem na tváři.

Pokračovala jsem proto s vysvětlením, že to je ale špatně. Protože mi přece potom může být nepříjemné, že dlouho vyprávím něco, na co jsem chtěla slyšet jeho názor nebo

dokonce odpověď, která později od něj nepřichází. Je tedy moc důležité druhého poslouchat, co nám chce říct.

Dál jsem se ještě Kristiána zeptala: „Když mi nerozumíš, zeptáš se, co tím myslím nebo to necháš být?“ K: „Říct to ještě.“ Já: „Přesně tak, máš pravdu. Pokud něčemu, co nám druhý říká nerozumíme, musíme mu to říct, jinak se navzájem nepochopíme, a to by byla velká škoda.“

Na závěr tohoto setkání bylo žádoucí ověřit jako vždy, jestli jsme se oba navzájem pochopili. Proto jsem se Kristiána zeptala: „Takže když ti teď něco budu povídat a ty nebudeš vědět, co tím myslím, co uděláš?“ Kristián se na mě podíval beze slov. Doptala jsem se proto ještě: „Řekneš mi něco zvláštního?“ K: „Jo, nerozumím ti.“

Po krátké pauze jsem Kristiánovi položila další otázku shrnující naše povídání o komunikaci. Mou otázkou bylo, zda ho napadá ještě něco, co je důležité během rozhovoru kromě zrakového kontaktu a střídání se komunikačních partnerů v mluvení. Kristián ale mlčel. Zeptala jsem se: „Co je moc důležité, abychom oba věděli, o čem mluvíme?“ K: „Nevím.“ Následně na mě upřel svůj pohled a šlo znát, že čeká, co řeknu. Já: „Je to naslouchání, tím myslím třeba to, že přikyvuješ a dáváš druhému najevo, že ho posloucháš. Kdybys mě teď neposlouchal, nevíš vlastně, o čem mluvím, proto je to moc důležité. Kristián přikývl se slovem jo. Tímto jsme dnešní setkání uzavřeli a bavili jsme se ještě chvíli o běžných věcech na odlehčení.

Dovednosti vhodné k rozvoji v oblasti **komunikace** a **sociálních vztahů**:

	ano	ne	poznámka
Zrakový kontakt	x		
Iniciace k zahájení rozhovoru		x	
Udržení rozhovoru		x	ale aktivně odpovídal

Dovednosti vhodné k rozvoji v oblasti **emocí**:

	ano	ne	poznámka
Projev emocí na podněty	x		usmíval se

Setkání č. 3

Datum: 6. 11. 2019

Cíl: Rozvoj **rozhovoru** a **zrakového kontaktu**. Tématem, které jsme považovali za vhodné probrat bylo poukázání na důležitost užívání slov prosím a děkuji.

Pomůcky: Pro úspěšné probrání tématu a rozvinutí dané dovednosti jsme si připravili příklady 3 situací z běžného života, aby Kristián dané téma lépe pochopil a procvičil si jej trochu i prakticky.

Plán setkání: Stěžejní pro nás bylo zjistit, jestli si je Kristián vědom důležitosti užívání slov prosím a děkuji v domácím prostředí i ve společnosti, jelikož tyto fráze během žádných předchozích setkání či situací nepoužíval. V plánu bylo uvést si společně nějaké příklady situací, kdy je žádoucí tato slova použít, abychom si společně ujasnili důležitost těchto frází.

Realizace setkání:

Na úvod jsem se Kristiána zeptala, proč si myslí, že je důležité tato slova, prosím a děkuji, používat. Kristián se na mě usmál a navázal se mnou zrakový kontakt. Chvilí více pracoval mimikou a pomlaskával, následně však promluvil: „No slušnost.“ Souhlasila jsem a zeptala jsem se ihned na další věc: „Co myslíš, kdy je správné říkat slovo prosím? V jaké situaci je to například vhodné?“ K: „To nevím.“

Pokusila jsem se ho tedy navést dál: „Takže kdybych použila spojení – 1. Podáš mi tužku prosím? nebo 2. Podáš mi tužku? co zní lépe a je to vhodnější? K: „To první.“ Já: „Ano, máš pravdu. Aby to nebyl příkaz ale prosba, musíme použít slovo prosím.“

Dále jsem přešla k významu slova děkuji. Zeptala jsem se nejprve, jestli má Kristián představu, proč je důležité poděkovat. Kristián se na mě ale pouze podíval a nic neříkal. Začala jsem tedy povídat: „Co se týče poděkování, je to vlastně také slušnost. Například děkujeme za to, že pro nás někdo něco udělá, třeba nám s něčím pomůže, něco nám poradí, popřeje nám k narozeninám.“ Kristián se na mě po celou dobu díval a na závěr mého povídání přikývl. Ještě jsem se následně na závěr Kristiána doptala, za co můžeme někomu například poděkovat. K: „Za dárek.“

Po tomto úvodním vysvětlení jsme přešli k řešení situací, které mohou nastat v každodenním životě:

A) Situace na poště:

Já: „Když se spolu teď zamyslíme nad vyzvedáváním důchodu na poště, také tam je vhodné někomu poděkovat?“ K: „Jo.“ Já: „A komu? Kdo tam pro nás něco udělá?“ K: „Ta paní.“ Já: „Super, myslíš paní pošťačku, jak nám vždycky vydává peníze?“ Kristián se mi po téhle otázce podíval do očí a odpověděl jo.

Pro zopakování a ujištění, že jsme se s Kristiánem pochopili, jsem se zeptala: „Takže až půjdeme spolu zase pro důchod, co je vhodné, abychom řekli, až nám podá paní pošťačka peníze?“ K: „Dobrý den, mám tady důchod.“ Já: „Dobře, a potom až ti ho paní podá, řekneš ještě něco, nebo už je to vše?“ K: „Poděkuju.“ Já: „A co dál, řekl bys ještě něco?“ K: „Rozloučil se.“

B) Situace v obchodě:

Já: „Když půjdeme nakoupit do obchodu a budeme potřebovat poradit s nákupem, musíme něco paní prodavačce říct?“ Kristián se mi díval do očí, ovšem bez odpovědi. Zeptala jsem se ještě jednou a jinak: „Nebo když bychom během nákupu chtěli poradit, kde najdeme nějaké zboží, co hledáme, bylo by vhodné paní prodavačce něco říct?“ K: „Poprosit.“

C) Běžné situace doma:

Kdybych přišla k vám na návštěvu a řekla ti, že máš hezký nový sestřih, jaká by byla tvá odpověď na tuhle pochvalu? K: „Děkuji ti.“ Já: „A mimochodem, zdá se mi to nebo máš malinko jiné vlasy?“ Kristián se na mě podíval, usmál se a přikývl. Tímto jsme toto setkání ukončili a rozloučili se.

Dovednosti vhodné k rozvoji v oblasti **komunikace a sociálních vztahů:**

	ano	ne	poznámka
Zrakový kontakt	x		
Iniciace k zahájení rozhovoru		x	
Udržení rozhovoru		x	ale aktivně odpovídal
Rozloučení	x		

Dovednosti vhodné k rozvoji v oblasti **emocí:**

	ano	ne	poznámka
Projev emocí na podněty	x		usmíval se

Setkání č. 4

Datum: 8. 11. 2019

Cíl: Rozvoj rozhovoru a zrakového kontaktu.

Pomůcky: Žádné.

Plán setkání: V plánu na toto setkání bylo probrání užívání pozdravu a rozloučení v běžných situacích, jelikož Kristián během úvodních praktických setkání na tato slova ve společnosti zapomínal.

Realizace setkání:

Poté co jsme se s Kristiánem pozdravili, jsme se dohodli, že se dnes chvíli budeme bavit o pozdravu a rozloučení. Začala jsem tedy otázkou: „Proč je vůbec důležité se s ostatními lidmi pozdravit?“ Kristián se na mě podíval a řekl: „Je to slušnost.“

Souhlasila jsem s ním a jen jsem se ještě zmínila, že je to opravdu slušnost ve společnosti pozdravit, a proto bychom na to neměli zapomínat.

Další věc, co mě zajímala, byla, jaký je rozdíl mezi pozdravem ahoj a dobrý den. Ale na to, jaký je mezi těmito slovy rozdíl, mi Kristián nic neřekl, pouze se mi podíval do očí. Zeptala jsem se tedy: „Tak třeba ahoj pozdravíš koho?“ K: „Kamaráda. Nebo doma.“ Já: „Super a dobrý den řekneš v jaké situaci?“ Odpověď ale nepřicházela, dodala jsem tedy: „Jak pozdravíš někoho, koho neznáš, například paní na poště, když jdeme pro důchod?“ K: „Dobrý den.“ Já: „A dělá ti potíže takhle pozdravit, když na tu poštu přijdeme?“ K: „No dělá.“ Já: „Nemáš rád, když mluvíš s někým cizím?“ Kristián se na mě podíval a odpověděl jo.

Dál jsme se začali bavit o rozloučení, zeptala jsem se Kristiána: „Když se s někým loučíš, tak to děláš kdy?“ K: „Před tím, než odejdu.“ Já: „Takže tím ukončuješ rozhovor a je to taky slušnost?“ K: „Ano.“ Já: „S kým se loučíš slovem ahoj a komu naopak říkáš na shledanou?“ Kristián se na mě podíval a řekl, že neví. Dovysvětlila jsem tedy na závěr, že je vhodné říkat „ahoj“ doma rodině nebo kamarádům a „na shledanou“ použijeme například na poště, v obchodě, zkrátka to říkáme lidem, které neznáme. Abych si ověřila pochopení dnešního tématu, zeptala jsem se nakonec Kristiána: „Takže je ti jasné, jak to s pozdravem a rozloučením chodí? Jen ti vadí promluvit na lidi, které neznáš?“ K: „Jo.“ Tímto jsme naše povídání na tohle téma ukončili a rozloučili jsme se.

Dovednosti vhodné k rozvoji v oblasti **komunikace** a **sociálních vztahů**:

	ano	ne	poznámka
Pozdrav	x		
Zrakový kontakt	x		
Iniciace k zahájení rozhovoru		x	
Udržení rozhovoru		x	ale aktivně odpovídal
Rozloučení	x		

Setkání č. 5

Datum: 11. 11. 2019

Cíl: Rozvoj rozhovoru a zrakového kontaktu. K rozhovoru jsme zvolili téma, díky kterému jsme chtěli rozvíjet i **samostatnost** pomocí rozšíření povědomí o průběhu lékařského vyšetření.

Pomůcky: Žádné.

Plán setkání: Již na tento týden měl Kristián naplánovanou kontrolu u lékařky, a proto jsme toto téma týkající se lékaře považovali za vhodné probrat. V plánu bylo se na tomto setkání s Kristiánem pobavit o tom, jaké druhy lékařů například máme (praktický, kožní, zubař apod.). Dále jsme se pak v konverzaci chtěli zaměřit na to, jak taková návštěva u lékaře probíhá, co se u lékaře dělá, kdo tam s ním spolupracuje či jaký je obecný průběh takové návštěvy u lékaře.

Realizace setkání:

Na začátku setkání jsem se Kristiána nejprve zeptala, jestli ví, ke kterým lékařům například může chodit. Kristián se mnou navázal zrakový kontakt a odpověděl: „No vím.“ Já: „Tak mi řekni příklad nějakého lékaře, který tě napadá, prosím.“ K: „Zubař.“ Já: „Super, toho zrovna teda nemám vůbec ráda. A kde jsi to nedávno byl na tom vyřezání znaménka?“ K: „Jak se to jmenuje.“ Já: „Já myslím, že jsi byl na kožním.“ Kristián se pousmál a přikývl.

Dále jsem pokračovala v povídání o tom, co je u takového lékaře obecně důležité udělat, aby nás vyšetřil. U každého lékaře většinou musíme předložit průkaz pojištění. Všichni máme nárok na jeho péči, abychom byli zdraví. Lékaři mají své určité specializace a ke každému tedy chodíme s nějakým konkrétním problémem, kterému on rozumí. Máme tedy například toho zubaře, kožního lékaře, praktického a jiné.

Kristián se na mě po celou dobu díval, ale nijak slovně nereagoval, zapojila jsem ho tedy opět do hovoru otázkou: „Myslíš, že bys mohl svého doktora vyměnit, kdybys s ním nebyl spokojený?“ K: „Jo.“ Já: „A jsi s těmi svými spokojený, třeba s praktickým lékařem?“ K: „No jsem.“ Já: „Tak to je super. A když přijdeme k lékaři, s kým spolupracuje v ordinaci?“ K: „No sestra.“ Já: „Máš pravdu a co vůbec dělá taková sestřička?“ Kristián mlčel a podíval se mi do očí. Já: „Například nám bere krev, měří tlak, aby se zjistilo, jestli nám něco nechybí a je s námi všechno v pořádku.“ K: „Jo.“ Já: „Vadí ti odběry krve?“ K: „Ne.“

Následně jsme se spolu bavili o tom, jak celá taková návštěva u lékaře probíhá. Já: „Když přijdeme do čekárny a je tam více pacientů, co musíme udělat?“ K: „Počkat.“ Já: „Ano, musíme se nejdříve posadit a počkat, než na nás přijde řada. Potom nás sestřička pozve dál. Je to stejné jako na poště nebo v obchodě, všude musíme počkat, než budeme na řadě.“

S Kristiánem jsme se dále shodli na tom, že po příchodu do ordinace se může každé vyšetření lišit. Důležité ale je, popsat co nás trápí a vždy co nejvíce odpovídat lékaři na jeho dotazy, aby nám mohl co nejlépe pomoci. Na konci vyšetření nám doktor poví, jestli jsme v pořádku a případně nám dá léky, které nás uzdraví. Zeptala jsem se ještě, jestli Kristián ví, díky čemu nám později v lékárně dají ty správné léky, zda nám něco lékař musí dát. Kristián ihned odpověděl, že dostaneme recept. Souhlasila jsem a dodala, že se následně už jen rozloučíme a poděkujeme panu doktorovi za vše, jelikož je to slušnost.

Na závěr tohoto setkání zaměřeného na situaci u lékaře jsme si spolu ještě shrnuli, co je u lékaře tedy důležité – hlavně komunikace, a to zejména: pozdrav, popsání problému (co nás trápí), poděkování a rozloučení. Po odchodu si v lékárně případně vyzvedneme léky, které nám předepsal lékař. Ovšem v lékárně opět počkáme, než přijdeme na řadu, odevzdáme recept a zaplatíme poplatek, který dané léky stojí. I v lékárně je opět důležitá komunikace – pozdrav, zrakový kontakt, předložení receptu, poděkování, platba a rozloučení.

Dovednosti vhodné k rozvoji v oblasti **komunikace a sociálních vztahů**:

	ano	ne	poznámka
Zrakový kontakt	x		
Iniciace k zahájení rozhovoru		x	
Udržení rozhovoru		x	ale aktivně odpovídal

Dovednosti vhodné k rozvoji v oblasti **emocí**:

	ano	ne	poznámka
Projev emocí na podněty	x		usmíval se

Dovednosti vhodné k rozvoji v oblasti **samostatnosti**:

	ano	ne	poznámka
Ví, jaké náležitosti obnáší cesta k lékaři	x		Kristián ale nikdy neodchází z domu bez doprovodu, tedy ani k lékaři nechodí sám
Zná průběh vyšetření	x		

Setkání č. 6

Datum: 15. 11. 2019

Cíl: Rozvoj rozhovoru, zrakového kontaktu a samostatnosti.

Pomůcky: Žádné.

Plán setkání: V plánu bylo poskytnout Kristiánovi doprovod k lékařce (L), ke které byl objednaný na kontrolní vyšetření.

Realizace setkání:

Dnešní setkání bylo domluvené cíleně, Kristián potřeboval doprovod k lékařce, psychiatrice. Po mém příchodu ke Kristiánovi domů mě přivítal jeho táta, Kristián seděl v kuchyni, a právě dojídal oběd. Pozdravila jsem ho a on mi odpověděl také slovy ahoj, aniž by se na mě ale podíval. Po chvílce dojedl poslední sousto a po vyzvání táty se šel nahoru převléknout. Za pár minut už byl připravený k odchodu za lékařkou.

Před brankou jejich domu se Kristián zastavil a podíval se mi do očí. Díky zvýšeně projevené mimice šlo vidět, že mi něco chce říct. Po chvíli řekl: „Viděl jsem Kameňák.“ Já se tedy zeptala: „Kolikátý díl? Ten poslední?“ Na to mi odpověděl, že ano, přestal mě sledovat a podíval se směrem k brance. Já stále stála, abych mu ukázala, že branku si může otevřít i sám. Hned se rozešel a otevřel ji, šla jsem tedy až za ním a branku jsem za námi pouze zavřela. Ordinance, do které jsme mířili, je nedaleko jeho bydliště, takže cesta byla bezproblémová.

Cestou k ní se Kristián párkrát zastavil, tak jak je u něj zvykem, v rámci rituálu s pohledem na ruce.

Po příchodu k budově, ve které se ordinace nachází, mi opět Kristián otevřel dveře. Byla jsem mile překvapena, že stačilo jen jít až za ním a nemusela jsem ho k tomu tentokrát nijak nabádat. Vyšli jsme pár schodů a sedli jsme si v čekárně před ordinací, na dveřích stálo, že se má po příchodu zaklepat a ohlásit příchod a pak dále čekat na vyzvání. Zeptala jsem se Kristiána, jestli zaklepe na dveře a on řekl, že teď ještě ne. Bylo chvíli před jednou a my byli objednáni přesně na jednu hodinu. Po chvíli se ke mně Kristián naklonil a řekl: „Teď můžeš už zaklepat.“ Na můj dotaz, jestli zaklepe on sám, vůbec nereagoval, zvedla jsem se tedy a zaklepala sama. Zanedlouho se otevřely dveře a paní lékařka nás pozdravila a pozvala dál. Kristián na její pozdrav ihned reagoval také slovy dobrý den.

Po vstupu do ordinace nás lékařka vyzvala, abychom se oba posadili. Kristiánovi vykala a byla velice milá. Zeptala se hned na úvod, jestli jí poví, kdo jsem. Kristián se paní lékařce podíval přímo do očí a řekl: „Jmenuje se Renata.“ Lékařka: A kdo to pro vás je, jaký máte vztah? K: „Moje asistentka.“ L: „Aha, a co pro vás taková asistentka dělá?“ K: „Pomáhá se vším.“ L: „Se vším, to zní jako byste nemohl spoustu věcí dělat sám. Co tedy zvládnete sám bez pomoci?“ K: „Převlíct se, jídlo.“ L: „Dobře. A řekněte mi, co vám udělalo v posledních měsících největší radost?“ K: „Koncert.“ L: „Jaký koncert?“ K: „Zpěvačky.“ L: „A jak se ta zpěvačka jmenovala, vzpomenete si?“ K: „Barbora Poláková.“ L: „Výborně, ta tady vlastně byla nedávno. A nevadil vám ten hluk a lidé kolem?“ K: „Ne.“ L: „Máte jinak nějaké potíže, které bychom mohli spolu řešit?“ K: „Ne.“ L: „A co jídlo chutná vám, nemusíte se do něj nutit?“ K: „Mám chuť.“ L: „Co s léky, nemáte žádné potíže, sedí vám?“ K: „Ano.“ L: „Takže necháme stejné dávkování i na dále a předepíšu vám dvě nová balení.“ K: „Ano.“ L: „Víte do které lékárny jít? Ukážete to slečně asistentce?“ K: „Ano.“ Po této poslední otázce se paní lékařka ještě zeptala mě, jestli mám něco ke Kristiánovi ze svého pohledu na dodání, co třeba dělá největší problém. Odpověděla jsem, že se snažíme vše rozvíjet, ale zatím asi nejvíc vážne komunikace. Paní lékařka souhlasila, ale zároveň podotkla, že dnes je opravdu překvapená, jak Kristián komunikuje. Dodala pak ještě: „Nevím, zda to je tím, že jste tady s ním právě vy, ale nikdy se nestalo, že by na každou otázku reagoval tak jako dnes.“ Také za to Kristiána moc pochválila a řekla, že se těší na další návštěvu. Pak se rozloučila slovy na shledanou. Kristián odpověděl také na shledanou.

Po odchodu od paní lékařky jsme zamířili k lékárně, která byla také nedaleko. Cestou k ní jsem se Kristiána zeptala, jestli si vezme ten recept a dá ho paní v lékárně sám. On ale hned zastavil a řekl: „Ne, ty dej.“ Pak jsme po krátké rituální pauze s pohledem na ruce zase pokračovali dál. U lékárny opět Kristián otevřel dveře a já šla za ním. On se ale zastavil hned vedle dveří a dál jít nechtěl ani po vyzvání. Šla jsem tedy sama k pultu a podala paní lékárnici recept.

Lékárnice mi ale oznámila, že bohužel mají jen jedno balení a druhé by bylo potřeba objednat na pondělí. Dříve než jsem odpověděla, otočila jsem se na Kristiána, který se na mě díval a kýval hlavou. Jelikož s tím teda souhlasil, objednala jsem to druhé balení na pondělí. Zaplatila jsem a Kristián už v tu chvíli vycházel ven. Před lékárnou se mi podíval do očí a řekl: „Nebyl jsem na Poslední aristokratce.“ Odpověděla jsem: „Nebyl jsi tam? A chtěl jsi jít?“ Kristián odpověděl, že ne. Tak jsem se zeptala, jestli tam chtěl jít některý z jeho rodičů. Opět odpověděl ne. Proto jsem se ještě doptala: „Aha, takže oni ten film teď jen hrají v kinech, proto sis na to vzpomněl?“ Odpověděl jo a šli jsme dál směrem domů.

Po příchodu domů jsme si dali s Kristiánem pití a při té příležitosti mi ještě stihl povědět, že má dva nové filmy. Zeptala jsem se jaké. Odpověděl: „Bláznivá jízda a fantasy film.“ Zajímalo mě, jestli už je viděl, odpověděl mi na to, že ano a pak hned odešel do obývacího pokoje, jelikož už chtěl být sám. Rodiče mi po jeho odchodu řekli, že před nimi u paní doktorky nemluví a byli moc rádi za dnešní návštěvu. Před svým odchodem jsem se ještě šla s Kristiánem rozloučit, odpověděl mi ahoj a já mohla spokojeně odejít.

Dovednosti vhodné k rozvoji v oblasti **komunikace** a **sociálních vztahů**:

	ano	ne	poznámka
Pozdrav se mnou	x		
Pozdrav s lékařkou	x		
Zrakový kontakt vůči mně	x		
Zrakový kontakt vůči lékaře	x		ne vždy, ale proběhl
Iniciace k zahájení rozhovoru	x		během celého setkání inicioval rozhovor 2x
Udržení rozhovoru		x	ale aktivně odpovídal
Rozloučení s lékařkou	x		
Rozloučení	x		

Dovednosti vhodné k rozvoji v oblasti **samostatnosti**:

	ano	ne	poznámka
Otevírání dveří	x		bez upozornění, aby otevřel
Samostatná cesta k lékaři		x	nechodí nikam bez asistenta
Zaklepání na dveře		x	vyzval k zaklepání asistenta
Samostatný vstup do ordinace		x	pouze s doprovodem
Vyzvednutí léků		x	chtěl, ať je vyzvednu sama, pouze se díval
Platba za léky		x	ani se o to nezajímal

Setkání č. 7

Datum: 18. 11. 2019

Cíl: Především rozvoj **samostatnosti** při vyzvedávání důchodu, dále rozvoj **rozhovoru** a **zrakového kontaktu**.

Pomůcky: Měli jsme v bodech sepsané jednotlivé kroky, které je nezbytné provést při reálné situaci na poště, která se Kristiána týká. Jednalo se tedy o kroky, které vedou k úspěšnému vyzvednutí důchodu.

Plán setkání: Plánem na toto setkání bylo probrat v domácím prostředí věci týkající se návštěvy pošty. Zejména jsme chtěli poukázat na to, proč je důležitý při vyzvedávání důchodu Kristiánův podpis. Dále i na to, že si musíme vždy dobře prohlédnout a přečíst co podepisujeme, abychom nepodepsali něco, co vlastně nechceme. Také bylo pro nás žádoucí probrat, jak probíhá pro Kristiána běžná situace na poště, když jdeme vyzvednout důchod.

Realizace setkání:

Poté co jsme se s Kristiánem pozdravili, jsme se dohodli na probrání tématu ohledně pošty a vyzvedávání důchodu.

Nejprve jsem se s Kristiánem bavila o tom, co je vlastně podpis, že se jedná o naše jméno a příjmení, které je například právě při vyzvedávání důchodu velice důležité. Následně jsem se tedy Kristiána zeptala, jestli ví, proč je důležité, aby se při vyzvedávání důchodu paní pošťáče představil a podepsal. Kristiánova odpověď byla: „Víš, že jsem tam byl.“ Já: „A je vhodné se podepisovat jen jménem nebo i příjmením?“ K: „Oboje.“

Další věc, o které jsme se chvíli bavili, byla, k čemu slouží pošta. Jelikož Kristián odpověděl, že neví, vysvětlila jsem mu, že tam spolu vyzvedáváme důchod, ale dá se tam ještě mimo to například poslat dopis, vyzvednout balík a podobně. Aby rozhovor pokračoval lépe, zeptala jsem se ještě Kristiána: „Byl jsi někdy poslat dopis?“ K: „Ne.“ Já: „Teď už se vlastně ani moc neposílají, no my tam chodíme hlavně pro ten důchod.“ Kristián se usmál, podíval se mi do očí a pouze přikývl.

Po tomto krátkém úvodu jsme se zaměřili na situaci na poště, která nás vždy při vyzvedávání důchodu čeká. Považovali jsme za důležité probrat průběh krok za krokem pro lepší orientaci v této činnosti, díky které trénujeme Kristiánovu větší samostatnost a rozvoj sociálních dovedností.

Situace na poště:

1. krok – *Vybereme si pořadové číslo na přístroji, musíme zvolit službu, kterou zrovna potřebujeme, a to je vyzvednutí důchodu.*

Já: „Když přijdeme na poštu, co uděláme jako první?“ K: „Vezmu si lístek.“ Já: „Je to nějaký zvláštní lístek? Je tam víc voleb, pro co můžeme jít?“ K: „Ano.“ Já: „A víš, co je potřeba vybrat?“ K: „Jo.“

2. krok – *Počkáme, než na nás přijde řada.*

Já: „A co uděláme dál až si vezmeme správný lístek?“ K: „Počkám na to, až zavolají.“

3. krok – *Přijdeme k přepážce, která nám byla přidělena.*

Já: „A co uděláme, až nás zavolají?“ K: „Jdeme tam.“

4. krok – *Pozdravíme a řekneme, co si přejeme – vyzvednutí důchodu.*

Já: „Když přijdeme k přepážce, co bychom měli udělat?“ Kristián mlčel a díval se na mě. Já: „Napadá tě něco, co je slušnost?“ K: „Pozdravit.“ Já: A jak bys paní na poště pozdravil? Ahoj nebo dobrý den?“ K: „Dobrý den.“

5. krok – Předložíme občanský průkaz, aby na poště věděli, kdo jsme a mohli nám následně důchod vydat.

Já: „A co potom musíš udělat, aby ti paní ten důchod dala?“ Kristián mlčel, proto jsem pokračovala další otázkou: „Máš u sebe vždy něco, díky čemu by mohla zjistit, že jsi to opravdu ty?“ K: „Občanku.“

6. krok – Podepišeme papír o převzetí peněz.

Já: „Potom co paní dáš občanský průkaz, chce po tobě ještě něco?“ K: „Podpis.“

7. krok – Počítáme, kolik peněz nám paní pošťačka dává.

Já: „A co je dobré, abychom udělali s těmi penězi?“ K: „To je všechno.“ Já: „Takže ti je jedno, kolik ti jich paní dá?“ K: „Ne.“ Já: „Takže je spolu s paní pošťačkou při předávání počítáš?“ K: „Jo.“

8. krok – Vezmeme peníze, poděkujeme a rozloučíme se.

Já: „A potom jak si schováme peníze do peněženky, je dobré ještě něco udělat?“ Kristián se na mě pouze beze slova podíval. Já: „Na začátku jsme paní pošťačku pozdravili, takže při odchodu jí řekneme něco dalšího?“ K: „Jo, se rozloučím.“

Tímto jsme setkání s Kristiánem ukončili a na závěr jsme se spolu oba rozloučili slovem ahoj.

Dovednosti vhodné k rozvoji v oblasti **komunikace** a **sociálních vztahů**:

	ano	ne	poznámka
Pozdrav	x		
Zrakový kontakt	x		
Iniciace k zahájení rozhovoru		x	
Udržení rozhovoru		x	ale aktivně odpovídal
Rozloučení	x		

Dovednosti vhodné k rozvoji v oblasti **emocí**:

	ano	ne	poznámka
Projev emocí na podněty	x		usmíval se

Dovednosti vhodné k rozvoji v oblasti **samostatnosti**:

	ano	ne	poznámka
Orientuje se v průběhu vyzvedávání důchodu	x		ale reálný nácvik zatím neproběhl

Jelikož Kristián zřejmě v budoucnu sám důchod vybírat chodit nebude a bude mít s sebou vždy doprovod, zvolili jsme jako další postup vedoucí k rozvoji této oblasti formu komentovaných vyzvedávání důchodu přímo na poště. Chtěli jsme tím tedy alespoň docílit upevnění postupu, který na poště při vyzvednutí důchodu musí vždy proběhnout, aby byl úspěšný.

Setkání č. 8

Datum: 21. 11. 2019

Cíl: Rozvoj **rozhovoru, zrakového kontaktu** a zejména **samostatnosti** v oblasti práce s penězi – povědomí o cenách výrobků.

Pomůcky: Na toto setkání jsme si připravili reálné pomůcky, a to vystříhané obrázky z letáků místních supermarketů. Jednalo se o obrázky základních potravin, které vím, že má Kristián rád. Jednalo se celkem o 8 obrázků, na kterých byl: rohlík, chleba, šunka, minerálka, jogurt, mléko, džus a čokoláda.

Plán setkání: Během dnešního setkání bylo v plánu pracovat s reálnými pomůckami. Nejprve bylo pro nás vhodné pracovat s obrázky, které byly vystříženy z letáků supermarketů. U těchto obrázků jsme měli v plánu nechat Kristiána odhadovat, kolik co stojí. Cílem tohoto úkolu bylo zjistit, zejména jestli má reálné představy o tom, kolik výrobky stojí aspoň přibližně. Dle potřeby bylo dále možné vymýšlet úkoly jako například seřadit obrázky podle ceny, tedy od nejdražšího nebo od nejlevnějšího výrobku.

Realizace setkání:

Na úvod jsem se s Kristiánem pozdravila a řekla, že se dnes budeme bavit o potravinách a nákupech. Vytáhla jsem si připravené obrázky výrobků z letáků, které jsem Kristiánovi vždy ukázala a začala se u toho ptát: „Zkusil bys mi prosím říct, kolik tak zhruba může stát v dnešní době třeba chleba?“ K: „Třicet.“ Já: „Tenhle na obrázku zrovna vážně 30kč stojí, máš super odhad. A co takový rohlík?“ K: „Dvě.“ Já: „Ano máš pravdu, co dál, co

třeba minerálka, kolik by nás mohla stát?“ K: „Patnáct.“ Já: „Většinou to tak je, super. Často spolu chodíme nakupovat věci z chladicích boxů, tak co nějaký jogurt, který máš rád, kolik většinou stojí?“ K: „Deset.“ Já: „Zhruba tolik to bývá. Jde vidět, že ceny sleduješ. Čteš si někdy letáky, které vám chodí?“ Kristián se na mě podíval a pousmál se se slovem: „Občas.“ Já: „Když jsme u těch chladicích boxů, co mléko, kolik může stát?“ K: „Nevím.“ Já: „Tak šunka, tu jíš často, je to tak?“ K: „Jo. Tak třicet.“ Další obrázek byl s čokoládou. U té Kristián řekl, že by mohla stát 25kč. Na závěr jsem mu ukázala obrázek s džusem, který pije denně a zeptala se naposledy: „Kolik myslíš, že stojí džus?“ Kristián se mi podíval do očí a řekl, že neví.

Po tomto cvičení jsem se ještě Kristiána doptala, jestli mi poví, co je dražší než takovéto potraviny, o kterých jsme se dnes bavili. Kristián se mi podíval opět do očí a odpověděl, že za auto dáme víc. Když jsem chtěla vědět ještě nějakou věc, co ho napadne, řekl už, že neví. Tímto jsme setkání spolu ukončili a na závěr jsme se spolu oba rozloučili.

Dovednosti vhodné k rozvoji v oblasti **komunikace** a **sociálních vztahů**:

	ano	ne	poznámka
Pozdrav	x		
Zrakový kontakt	x		
Iniciace k zahájení rozhovoru		x	
Udržení rozhovoru		x	ale aktivně odpovídal
Rozloučení	x		

Dovednosti vhodné k rozvoji v oblasti **emocí**:

	ano	ne	poznámka
Projev emocí na podněty	x		usmíval se

Dovednosti vhodné k rozvoji v oblasti **samostatnosti**:

	ano	ne	poznámka
Přehled o cenách výrobků	x		

Setkání č. 9

Datum: 10. 12. 2019

Cíl: Rozvoj **rozhovoru, zrakového kontaktu a samostatnosti** v oblasti rozeznání hodnoty peněz.

Pomůcky: Pro toto setkání jsme měli nachystané reálné bankovky a mince různé hodnoty (2000, 1000, 500, 200, 100 a drobné mince 1, 2, 5, 10, 20, 50). Mimo to jsme si pro lepší průběh rozhovoru připravili následující body, které jsme chtěli postupně probrat: povídání o tom, k čemu peníze slouží, rozeznání jednotlivých peněz a následné seřazení dle jejich hodnoty.

Plán setkání: Před manipulací s penězi v obchodě, na poště, v kině či kdekoli jinde jsme považovali za důležité probrat za pomoci reálných pomůcek jejich hodnotu. V plánu na tomto setkání tedy bylo rozvinout rozhovor týkající se peněz.

Realizace setkání:

1. bod – *Povídání o tom, k čemu peníze slouží a kde je bereme.*

Zeptala jsem se Kristiána na úvod: „Co s penězi děláme?“ Kristián se na mě podíval a řekl: „Utrácíme.“ Já: „A za co třeba?“ K: „Oblek, jídlo, pití.“ Dál už mlčel a díval se do země.

Zeptala jsem se tedy na další otázku: „Za co vlastně ty peníze dostáváme?“ K: „Za práci.“ Já: „A ještě za něco je můžeme dostat?“ K: „Za vysvědčení.“ Já: „To je pravda. Taky jsi dřív dostával peníze třeba za samé jedničky?“ Kristián se mi podíval do očí, usmál se a řekl, že ne. Ještě jsem pak dodala poslední otázku: „A to, pro co chodíme spolu na poštu, je co?“ K: „To je můj důchod.“ Já: „Ano a tím vlastně získáváš peníze ty sám.“

2. bod – *Rozeznání jednotlivých mincí a bankovek.*

Během dalšího bodu jsem rozložila před Kristiána peníze různých hodnot. Cílem bylo zjistit, které sám zaručeně pozná a u zbylých jsme se společně snažili přijít na to, podle čeho je lze případně poznat lépe. Při tomto bodu jsem zjistila, že Kristián moc dobře pozná všechny kovové mince i papírové bankovky. Opravdu u každé mi řekl, která má jakou hodnotu, jen u dvacetikoruny chvíli zaváhal. Dokonce když jsem se ho zeptala, jestli si něco můžeme koupit za korunu, on hned reagoval, že ne.

3. bod – Seřazení peněz dle jejich hodnoty.

Zde bylo za úkol seřadit peníze od nejvyšší hodnoty po nejnižší nebo pak dále ukázat, kde je která mince (např. Najdi mi prosím stakorunu.) U tohoto bodu opět nebyl žádný problém, Kristián seřadil peníze od nejnižší hodnoty po nejvyšší sám bez váhání. Když jsem se cíleně zeptala, kolik vidí před sebou např. stakorun, byl schopný mi i spočítat, že tam vidí tři, což je celkem 300kč.

Během celého setkání Kristián aktivně spolupracoval a navazoval se mnou po celou dobu zrakový kontakt.

Dovednosti vhodné k rozvoji v oblasti **komunikace a sociálních vztahů**:

	ano	ne	poznámka
Zrakový kontakt	x		
Iniciace k zahájení rozhovoru		x	
Udržení rozhovoru		x	ale aktivně odpovídal

Dovednosti vhodné k rozvoji v oblasti **emocí**:

	ano	ne	poznámka
Projev emocí na podněty	x		usmíval se

Dovednosti vhodné k rozvoji v oblasti **samostatnosti**:

	ano	ne	poznámka
Rozpoznání jednotlivých mincí a bankovek	x		
Uvědomění si hodnoty peněz (seřazení od nejnižší po nejvyšší)	x		

Setkání č. 10

Datum: 18. 12. 2019

Cíl: Rozvoj **rozhovoru, zrakového kontaktu** a také **samostatnosti**, díky zvolenému tématu, jak postupovat při nakupování.

Pomůcky: Žádné.

Plán setkání: Během setkání bylo žádoucí vést rozhovor o nakupování, abychom si ujasnili, co je obecně vlastně potřeba při takovém nákupu udělat pro další případné praktické nácviky v obchodě.

Realizace setkání:

Toto setkání probíhalo u Kristiána doma. Zaměřili jsme se na něm cíleně na téma nákup, jelikož spolu občas chodíme do nedalekého obchodu.

Poté co jsem se s Kristiánem pozdravila, jsme se dále dohodli, že se chvíli budeme jen tak bavit o nakupování, hlavně ať nemá strach, o nic nejde, jen si povídáme jako vždycky. Moje první otázka zněla: „Když jdeme nakoupit, co všechno potřebujeme s sebou?“ Kristián odpověděl: „Tašku.“ Dál se jen díval na mě a mlčel. Zeptala jsem se tedy ještě: „Co dál bychom mohli potřebovat?“ Kristián reagoval slovy: „Peněženku.“ Pokračovala jsem tedy dál v rozhovoru: „Super, máš pravdu, a to je asi to nejdůležitější, vid'. Když pak přijdeš do obchodu, co si často musíš vzít na nákup?“ Kristián mi ihned odpověděl: „Vezmu si košík.“

Já: „Jasně, ať máme všechno kam dávat. A co až máš vybraný nákup, co musíš udělat pak?“ K: „Jít k pokladně.“ Já: „No a u té pokladny potom děláme vlastně co?“ K: „Vezmeme to zboží, pak se platí.“

Následně jsme rozhovor na téma nákup ukončili a bavili se jen o tom, co je u Kristiána nového, abychom se nevěnovali stále jen cíleným tématům. Zanedlouho jsme se společně rozloučili.

Dovednosti vhodné k rozvoji v oblasti **komunikace** a **sociálních vztahů**:

	ano	ne	poznámka
Pozdrav	x		
Zrakový kontakt	x		
Iniciace k zahájení rozhovoru		x	
Udržení rozhovoru		x	
Rozloučení	x		

Dovednosti vhodné k rozvoji v oblasti **samostatnosti**:

	ano	ne	poznámka
Přehled o průběhu nákupu	x		

Setkání č. 11

Datum: 8. 1. 2020

Cíl: Rozvoj **samostatnosti** při vyzvedávání důchodu, dále rozvoj **rozhovoru** a **zrakového kontaktu**.

Pomůcky: Žádné.

Plán setkání: Toto setkání bylo naplánované po předchozí domluvě, a to za účelem vyzvednutí Kristiánova důchodu na místní poště. Jednalo se tedy o nácvik v praxi.

Realizace setkání:

Po mém příchodu ke Kristiánovi domů mi otevřel jeho táta se slovy, že už se Kristián obléká a mám chvíli počkat. Byli jsme totiž dohodnuti i na konkrétní hodinu, pro Kristiána je to tak lepší, když ví, kdy mě může očekávat. Po malé chvilce přicházel Kristián ze svého pokoje a cestou mě už sám zdravil: „Ahoj.“ Odpověděla jsem mu také ahoj. Následně se oblékl do bundy, obul se a mohli jsme vyrazit na nedalekou poštu. U dveří mi ještě rychle dal do ruky svoji peněženku a řekl, ať ji nesu u sebe v tašce, poté otevřel vchodové dveře i branku na zahradě, aniž bych mu musela připomínat, že je dobré otvírat si sám.

Hned před brankou se mě Kristián zeptal: „Učila ses?“ Mně bylo v tu chvíli jasné, že si z mé poslední návštěvy pamatuje povídání o tom, jak mi ve škole začalo zkouškové období. Proto jsem odpověděla, že ano, ale vše dobře dopadlo a zvládla jsem to. Dál už konverzace

nepokračovala a soustředili jsme se na cestu k poště. Párkrát jsme se při chůzi zastavili, tak jak má Kristián zvykem. Jakmile jsme se přibližovali k nedaleké poště, zeptala jsem se Kristiána: „Chtěl by sis dnes na poště vyzkoušet něco udělat sám?“ Kristián odpověděl: „A co?“ Nabídla jsem mu tedy: „Buď stisknout tlačítko, aby nám vyjel lístek s pořadím, nebo třeba dát paní u přepážky občanku, co ty na to? Všechno ti ukážu.“ Kristián se na mě podíval, ale mlčel.

Přišli jsme na poštu a postavili se k přístroji, který vydával lístky s pořadím. Podívala jsem se na Kristiána, který stál hned u mě a řekla: „Teď potřebujeme z těchto možností vybrat to, pro co sem jdeme. A to je co?“ Kristián mi odpověděl: „Důchod.“ Oba jsme dál stáli u přístroje, ale Kristián tlačítko zmáčknout nechtěl ani po mém vyzvání. Udělala jsem tedy tento úkon za něj, ale až poté, co jsem mu ukázala příslušné tlačítko na ploše přístroje. Během toho, co vyjžděl náš lístek s pořadím, už Kristián zamířil k židli, na kterou si chtěl sednout, aby se mu lépe čekalo, než půjdeme na řadu.

Stoupla jsem si vedle jeho židle a vytáhla peněženku. Zeptala jsem se: „Co potřebujeme teď?“ Kristián mlčel. Tak jsem pokračovala dál: „Paní u pultu potřebuje vidět tvou občanku, aby věděla, komu důchod vydává.“ Kristián se na mě podíval a odpověděl mi slovem jo. Vytáhla jsem tedy z jeho peněženky občanku a zeptala se: „Dáš paní pošťače tu občanku dnes sám?“ Kristián natáhl ruku a vzal si občanku k sobě, u toho se mi podíval do očí a přikývl. Zanedlouho se na tabuli objevilo naše číslo, ukázala jsem jej Kristiánovi a ten se ihned zvedl.

K okýnku jsme přistoupili jinak než při posledním vyzvedávání důchodu, které proběhlo v rámci mapování sociálních dovedností již v říjnu. Tentokrát si Kristián stoupl přímo naproti paní za pultem a já jsem stála na boku pultu vedle něj. Paní pošťačka nás pozdravila a já ji také, Kristián ale mlčel a místo pozdravu se natáhl pro propisku, jelikož už věděl, že se musí při vyzvedávání důchodu vždy podepsat. Jakmile propisku uchoopil, začal se střídavě dívat na pult a na mě. Řekla jsem tedy paní pošťače sama, že jdeme pro důchod, jelikož šlo vidět, že Kristián je z paní pošťačky nervózní. Mohl tak alespoň poslouchat, co je potřeba v tuhle chvíli říct. Jakmile jsem to dořekla, Kristián podal přes přepážku paní občanku, aniž bych ho pobízela já nebo ona.

Chvíli jsme počkali a poté se mohl Kristián podepsat. Zvládl to skvěle, dokonce zůstal stát u přepážky, odložil jen propisku a čekal kolik peněz dostane. Paní nám podávala peníze a

nahlas počítala. Kristián se na mě díval, jak schovávám peníze do peněženky, děkuji a loučím se s paní pošťáčkou, ale sám mlčel.

Při vycházení z pošty jsem se smála a říkala Kristiánovi: „Teda, to se do té peněženky sotva vlezlo.“ On mi na to ihned s širokým úsměvem na rtech odpověděl: „Zvýšili.“ Pak mi došlo, že od nového roku nastali nějaké změny. Pomalým krokem jsme zamířili zpět domů, cestou jsme se zase párkrát zastavili a o ničem už jsme nemluvili. Byla zima a Kristián se soustředil na chůzi. Po příchodu domů jsme se rozloučili a já odešla domů.

Dovednosti vhodné k rozvoji v oblasti **komunikace** a **sociálních vztahů**:

	ano	ne	poznámka
Pozdrav se mnou	x		
Pozdrav s paní pošťáčkou		x	
Zrakový kontakt vůči mně	x		
Zrakový kontakt vůči paní pošťáčce		x	
Iniciace k zahájení rozhovoru	x		během celého setkání inicioval rozhovor 1x
Udržení rozhovoru		x	reagoval pouze občas na mé otázky
Poděkování		x	
Rozloučení s paní pošťáčkou		x	
Rozloučení se mnou	x		

Dovednosti vhodné k rozvoji v oblasti **emocí**:

	ano	ne	poznámka
Projev emocí na podněty	x		usmíval se

Dovednosti vhodné k rozvoji v oblasti **samostatnosti**:

	ano	ne	poznámka
Otevírání dveří	x		bez nutnosti připomenutí
Výběr lístku s pořadím		x	ale sleduje, jak se má vybrat
Předložení občanského průkazu	x		bez nutnosti vyzvání
Podpis	x		po vyzvání
Manipulace s penězi		x	sleduje množství peněz

Setkání č. 12

Datum: 12. 1. 2020

Cíl: Rozvoj rozhovoru a zrakového kontaktu.

Pomůcky: Žádné.

Plán setkání: Na toto setkání byla domluvena malá oslava, jelikož měl Kristián nedávno narozeniny. Setkání bylo vhodné na rozvíjení mezilidských vztahů (zejména tedy rodinných), ale především na rozvoj komunikačních dovedností. Byli jsme proto s jeho rodiči domluveni, že se pokusíme při této příležitosti s Kristiánem více rozvinout rozhovor.

Realizace setkání:

Po mém příchodu byl Kristián nachystaný dole v kuchyni, kde byli i jeho rodiče. Všichni tři mě hezky pozdravili a já je také. Na stole byl už připravený dort a pití. Kristián stál kousek od stolu a my jsme se s rodiči dohodli, že mu popřejeme dříve, než se rozkrojí dort. Jeho máma se nejprve zeptala: „Kristiáne, tak nám řekni, co je dnes za zvláštní den?“ Odpověděl: „Měl jsem narozeniny.“ Máma se ptala dál: „A kdy jsi je měl? Jaký den?“ Kristián mlčel. Jeho máma tedy řekla sama celé datum i rok a on jen přikývl. Zeptala se pak ještě: „A kde jsi se narodil?“ Kristián odpověděl: „v Šumperku.“

Poté jsme přešli k blahopřání, první mu popřáli rodiče, předali mu i dárky a pak jsem byla na řadě už jen já. Při podání ruky a vyslovování přání se nám všem Kristián díval do očí. Dokonce se i široce usmál. Ale ani jednomu z nás nepoděkoval. Máma ho proto upozornila, že by to ale bylo v této situaci vhodné. Kristián si pak položil dárky na kuchyňskou linku, aniž by si je předtím prohlédl. Dál jsme si všichni sedli ke stolu a nakrojil se dort. Po jeho sněžení si vzal Kristiánův táta do rukou mobil a pustil na něm hlasovou zprávu od Kristiánové sestry, která žije v cizině. V té zprávě zpívala píseň k narozeninám a Kristián se při tom opět letmo usmál, ale nic neříkal. Chvíli jsme dál seděli a pili čaj. Pak Kristián z nenadání řekl: „V kině bude Králíček Jojo.“ Zeptali jsme se ho, co to je, jestli to není něco pro děti. A on řekl, že neví. Chvíli jsme zase jen pili čaj a poté se mi Kristián zadíval přímo do očí a řekl: „Pojď nahoru.“ Rodiče se zasmáli, že teda asi oslavu pomalu končíme a ať se tedy oba klidně přesuneme k němu do pokoje. Tak jsme tedy šli.

Po příchodu k němu nahoru mi řekl: „Ukážu ti toho Králíčka Jojo.“ A zapínal u toho počítač. Našel pak na internetu stránku o tomto filmu a dal mi přečíst text o tom, jaký je jeho

děj. Po dočtení tohoto popisu děje jsem pak jen řekla, že to teda asi film pro děti moc nebude a on se opět pousmál. Zeptala jsem se, jestli to je všechno, co nahoře chtěl probrat a půjdeme zase dolů za rodiči. Kristián ale řekl, že chce být sám nahoře. Rozloučila jsem se s ním tedy a odešla sama.

Dovednosti vhodné k rozvoji v oblasti **komunikace a sociálních vztahů**:

	ano	ne	poznámka
Pozdrav	x		
Zrakový kontakt vůči mně	x		
Zrakový kontakt vůči rodičům	x		
Poděkování		x	
Iniciace k zahájení rozhovoru		x	
Udržení rozhovoru		x	ale aktivně všem odpovídal
Rozloučení	x		

Dovednosti vhodné k rozvoji v oblasti **emocí**:

	ano	ne	poznámka
Projev emocí na podněty	x		často se usmíval

Setkání č. 13

Datum: 4. 2. 2020

Cíl: Rozvoj **rozhovoru, zrakového kontaktu** a také **samostatnosti**, díky praktickému nácviku nákupu v obchodě.

Pomůcky: Žádné.

Plán setkání: Při tomto setkání jsme se zaměřili na nákup, ke kterému patří i práce s penězi. Plán pro tohle setkání byl postavený na komentování činnosti a názorném ukázání, jak co musíme udělat, abychom nakoupili. Před nákupem jsme si předem stanovili, pro co jdeme, aby nám to usnadnilo následnou orientaci v obchodě. Tento obchod navštěvujeme pokaždé, když spolu jdeme nakupovat.

Realizace setkání:

Toto setkání bylo opět trochu nevšední, Kristiánovi rodiče mě totiž požádali o hlídání u nich doma. Tentokrát chtěli navštívit jejich dceru, která žije v cizině a jelikož pro mě není takové občasné hlídání žádný problém, souhlasila jsem. Jak už bylo zmíněno dříve, Kristián má zaběhlý svůj denní režim, který zahrnuje i časy stravování a to: snídaně 8:00, oběd 12:00, svačina 15:00, večeře 18:00. Mimo tyto hodiny se běžně nestravuje a většinou odpočívá u sebe v pokoji, jak je zvyklý podle nálady.

Jakmile jsme dojedli oběd, šel si Kristián k sobě do pokoje lehnout. Já se pustila do umývání nádobí a poté jsem za ním šla s návrhem. Bylo potřeba jít nakoupit a vzhledem k tomu, že se Kristián se mnou snaží o rozvinutí této dovednosti, chtěla jsem ho i tentokrát vzít s sebou. Šla jsem tedy k němu do pokoje a zeptala se, jestli už je odpočatý a šel by se mnou na nákup. Kristián ihned souhlasil. Řekla jsem mu, aby se tedy oblékl a já zatím počkám v kuchyni.

Za malou chvíli Kristián přišel, sedli jsme si spolu ke stolu a začali jsme uvažovat o tom, co je vlastně potřeba nakoupit. K večeři jsme se shodli na rohlíku s máslem a šunkou. Také jsme na seznam přidali něco sladkého k zítřejší snídani a něco malého na dnešní odpolední svačinu. Vzala jsem do rukou peněženku a ukázala Kristiánovi kolik vezmeme peněz (nachystali jsme si 200 korun). Při oblékání jsem Kristiánovi řekla, že si může vybrat opravdu cokoli na co má chuť i mimo tento sepsaný seznam, na kterém byly rohlíky, něco sladkého k snídani a něco na svačinu.

Cestou do obchodu se Kristián párkrát zastavil, tak jak má zvykem a díval se na své ruce. Obchod je nedaleko jejich domu, takže jsme po krátké cestě mohli začít nakupovat. Po vchodu do obchodu jsem Kristiánovi řekla, že první na seznamu máme rohlíky. Šel tedy hned rychlým krokem přímo k pečivu kus přede mnou. U pultu s různými druhy pečiva se zastavil a podíval se na mě. Zopakovala jsem, že jdeme pro rohlíky a ty vidím napravo od nás. Přistoupila jsem k nim se slovy, že na ně musím vzít sáček, následně jsem jeden utrhla a nabrala 3 rohlíky. Kristián mě celou dobu pozoroval z jednoho místa, na kterém se zastavil.

Dál jsem tento nákup komentovala: „Další věc, kterou máme na seznamu je něco sladkého na snídani.“ Kristián se začal rozhlížet po pečivu dál, ukázala jsem mu, že ještě vedle je jeden pult jen se sladkými věcmi. Hned se tam rychle přemístil a po chvíli rozhodování prohlásil: „Ten červený.“ Viděla jsem, že se dívá přímo na jedno místo, kde byl

koblih s narůžovělou polevou. Ukázala jsem tedy na něj a zeptala se: „Myslíš tento?“ Kristián se na mě podíval a přikývl. Opět jsem řekla, že si musím utrhnout další sáček a nabrat ho. Zeptala jsem se také, jestli si chce Kristián nákup sám nést. Odpověděl, že ne.

Poslední položkou na seznamu bylo něco na svačinu. Kristián se vydal ke chladicím boxům, kde jsou jogurty a podobně. Vybral si tam nakonec jednu tyčinku, kteřou si sám vzal, ale poté se na mě otočil se slovy: „Tuhle.“ A dal mi ji do ruky. Nesla jsem tedy celý nákup k pokladně a postavila se i s Kristiánem do fronty. Vytáhla jsem peníze a pobídla Kristiána: „Zbývá už jen zaplatit, máme jen pár věcí, určitě dostaneme hodně vráceno, zaplatíš tentokrát paní prodavačce ty?“ Kristián se ale díval do země a řekl, že nechce. Zaplatila jsem tedy já a Kristián se aspoň díval, jak platím a následně dávám nákup do tašky. Na závěr jsem se s paní prodavačkou rozloučila, Kristián ale odcházel bez rozloučení.

Při odchodu jsem Kristiánovi ukázala lístek, který jsme dostali v obchodě a komentovala jsem to: „Podívej, zaplatili jsme za tyto věci jen 40 korun. To jsme se teda moc nerozjeli.“ Kristián se na mě podíval a pousmál se, pak už nasadil rychlý krok směrem domů. Cestou se párkrát jako vždy zastavil a zanedlouho jsme byli doma na svačině. Zeptala jsem se ho, jestli je spokojený s nákupem a on odpověděl, že ano a s chutí si snědl svou vybranou tyčinku.

Dovednosti vhodné k rozvoji v oblasti **komunikace a sociálních vztahů**:

	ano	ne	poznámka
Pozdrav v obchodě		x	
Zrakový kontakt vůči mně	x		
Zrakový kontakt vůči ostatním		x	
Iniciace k zahájení rozhovoru		x	
Udržení rozhovoru		x	
Rozloučení v obchodě		x	

Dovednosti vhodné k rozvoji v oblasti **emocí**:

	ano	ne	poznámka
Projev emocí na podněty	x		pousmál se

Dovednosti vhodné k rozvoji v oblasti **samostatnosti**:

	ano	ne	poznámka
Výběr zboží v obchodě	x		spolupracoval po celou dobu nákupu
Placení v obchodě		x	můj popud k placení odmítl, ale sledoval mě, jak platím

Setkání č. 14

Datum: 12. 2. 2020

Cíl: Rozvoj **rozhovoru, zrakového kontaktu a samostatnosti**, díky praktickému nácviku vyzvedávání důchodu.

Pomůcky: Žádné.

Plán setkání: Jednalo se o další setkání domluvené za účelem vyzvednutí Kristiánova důchodu. Opět jsme byli dohodnuti na konkrétní hodinu, jelikož je pro Kristiána důležité, aby se mohl v klidu připravit, že se bude něco dít.

Realizace setkání:

Po mém příchodu na Kristiána zavolal jeho táta, jestli už je oblečený. Hned v tu chvíli už Kristián pomalu přicházel za námi na chodbu, pozdravil mě a následně už se jen dooblékl do bundy. Ještě než jsme vyšli ven z domu, podal mi do ruky peněženku a řekl mi, abych ji vzala k sobě. Poté otevřel dveře od domu a pomalu vyšel na dvůr, kde se zastavil a podíval se na mě. Pracoval výrazněji mimikou, pomlaskával a stále se mi díval do očí, po chvíli mi pak řekl: „Viděla jsi Robina Hooda?“ Já odpověděla, že jsem se dívala jen na kousek, protože jsem byla ten večer, kdy to dávali v televizi, unavená a šla jsem brzo spát. Doptala jsem se tedy ještě, jestli se Kristián vydržel dodívat až do konce a on odpověděl, že ano. Jakmile jsme si tohle dořekli, pomalu jsme vyrazili ven na chodník, ale branku Kristián ani na vyzvání neotevřel, takže jsem tentokrát musela otevřít já.

Cestou jsme se párkrát zastavili, tak jak je u Kristiána zvykem. Za chůze jsem Kristiána zkoušela motivovat, aby dnes na poště opět více spolupracoval, když byl minule tak šikovný a podání občanky skvěle zvládl. Odpověděl mi na to ale, že se mu nechce dělat nic nového.

Po příchodu na poštu jsem otevřela dveře a hned u nich jsme se oba zastavili u přístroje, který vydává čísla s pořadím. Kristián se na mě díval a já mu opět jako minule ukázala, které tlačítko potřebujeme zmáčknout, aby nám důchod vydali. Díval se opravdu se zájmem, ale ani s mou slovní dopomocí tlačítko nechtěl zmáčknout. Udělala jsem to tedy já a ukázala jsem mu, jaké číslo na lístku máme. Přesunuli jsme se následně na židle, kde jsme se posadili a počkali, než se objeví naše číslo. Při čekání jsem zatím vytáhla peněženku a podala Kristiánovi občanku se slovy, že tohle už umí skvěle, on přikývl a vzal si ji bez problému k sobě.

Jakmile se na tabuli objevilo naše číslo, upozornila jsem na to Kristiána, zvedli jsme se a společně se přesunuli k příslušné přepážce. Paní za přepážkou nás pozdravila, já ji také, ale Kristián ne. Zeptala se nás, jestli jdeme pro důchod a já odpověděla, že ano. Kristián si stoupl k přepážce a podal po vyzvání paní pošťačky svoji občanku, aniž by se na ni podíval. Jakmile nám ji vracela zpět, Kristián občanku ihned vzal, podíval se mi do očí a podal mi ji, abych ji schovala. Pak se otočil zpět a zadíval se na tužku, která ležela u přepážky.

Za chvíli následovalo od paní pošťačky vyzvání Kristiána k podpisu. Ten uchopil tužku a podepsal se pečlivě na příslušný řádek, který mu paní ukázala. Poté došlo na vydání peněz, kdy paní pošťačka nahlas počítala a Kristián i já jsme sledovali, kolik bankovek nám podává. Hned po dopočítání jsem peníze vzala a snažila jsem se je uložit do peněženky. Mezi tím ale paní oznámila, že pro nás má ještě jeden lísteček, který si máme schovat. Kristián se na mě podíval a jakmile uviděl, že ještě schovávám peníze a mám proto obě ruce plné, vzal tento lísteček od paní sám, ale nenavázal s ní při tom opět zrakový kontakt. Až jsem zvedla oči od peněženky, podal mi lísteček, ať ho také schovám. Na závěr jsem paní pošťačky poděkovala, ale Kristián neřekl vůbec nic. Rozloučila jsem se tedy sama a zamířili jsme z pošty domů.

Venku před poštou se Kristián zastavil, zadíval se mi do očí a řekl: „Co máma?“ Odpověděla jsem, že moje máma se má dobře a že je zrovna v práci. Chtěla jsem vést konverzaci dál a zeptala jsem se: „A co tvoje máma?“ Kristián odpověděl: „Dobrá.“ Pokračovala jsem v rozhovoru ještě dál: „Viděl jsi nějaké nové fotky sestry a své neteře, za kterými nedávno rodiče byli?“ Odpověděl mi, že ne a rozešel se pomalu směrem domů.

Po cestě jsme se opět ještě párkrát zastavili, tak jak má Kristián ve zvyku, ale konverzace už žádná neprobíhala. Po příchodu k nim domů jsem Kristiánovi dala jeho peněženku, kterou chtěl mít u mě schovanou a rozloučili jsme se.

Dovednosti vhodné k rozvoji v oblasti **komunikace** a **sociálních vztahů**:

	ano	ne	poznámka
Pozdrav se mnou	x		
Pozdrav s paní pošťáčkou		x	
Zrakový kontakt vůči mně	x		
Zrakový kontakt vůči paní pošťáčce		x	
Iniciace k zahájení rozhovoru	x		během celého setkání inicioval rozhovor 2x
Udržení rozhovoru		x	
Poděkování		x	
Rozloučení s paní pošťáčkou		x	
Rozloučení se mnou	x		

Dovednosti vhodné k rozvoji v oblasti **samostatnosti**:

	ano	ne	poznámka
Otevírání dveří		x	
Výběr lístku s pořadím		x	ale sleduje, jak se má vybrat
Předložení občanského průkazu	x		po vyzvání paní pošťáčkou
Podpis	x		po vyzvání paní pošťáčkou
Manipulace s penězi		x	sleduje množství peněz

Setkání č. 15

Datum: 9. 3. 2020

Cíl: Rozvoj **rozhovoru**, **zrakového kontaktu** a **samostatnosti**, opět díky praktickému nácviku vyzvedávání důchodu.

Pomůcky: Žádné.

Plán setkání: Setkání bylo domluvené za účelem vyzvednutí důchodu. Jako vždy jsme byli s Kristiánem dohodnuti na konkrétní hodinu.

Realizace setkání:

Poté co jsem dorazila ke Kristiánovi domů, vyšel z kuchyně, kde už očekával můj příchod. Pozdravili jsme se a následně se šel Kristián převléct k sobě do pokoje. Zanedlouho

přišel opět na chodbu, kde se už měl jen doobléknout do bundy. Ještě před tím jsem se ho ale zeptala, jestli má s sebou doklady a peněženku. Kristián se na mě podíval a podal mi peněženku se slovy, že v ní všechno je a chtěl, abych ji vzala k sobě, což dělal vždy. Když jsem se zeptala, proč si ji nechce nést ani tentokrát sám, řekl, že neví.

Jakmile Kristián otevřel dveře od domu a vyšli jsme na dvůr, komentovala jsem, že jim zahrada už krásně kvete a zajímala jsem se, jestli už pomalu chodí ven i s rodiči užívat si hezkého počasí. Kristián se na mě zadíval, ale místo odpovědi na mou otázku mi řekl: „Díval jsem se na Deník princezny.“ Odpověděla jsem mu, že vím, že tento film běžel o víkendu v televizi a znám ho. Dál jsme ale konverzaci více nerozváděli a pomalu jsme místo toho vyrazili na nedalekou poštu.

Za celou cestu jsme se několikrát zastavili, tak jak je u Kristiána zvykem v rámci jeho rituálu prohlížení rukou. Také jsme se spolu s Kristiánem po cestě bavili o tom, co je potřeba na poště po příchodu udělat jako první. Jeho odpověď byla správná, a to, že si musíme vzít lístek. Byla jsem moc ráda, že už si po několika praktických nácvicích sám vybaví přibližný postup při této činnosti.

Po příchodu na poštu Kristián na můj popud otevřel dveře, bylo zde touto dobou docela hodně lidí. Ale i přes to se Kristián soustředil na to, co potřebujeme a zastavil tedy přímo u dveří, vedle kterých se nacházel přístroj, který vydává lístky s pořadím. Podívala jsem se na Kristiána, který stál hned vedle mě a zeptala jsem se, jestli mi ukáže, nebo zmáčkne to tlačítko, které se nás týká. Kristián se podíval na displej a ukázal na tlačítko s nápisem vyzvednutí důchodu a řekl že tohle. Sám jej ale nezmačkl. Souhlasila jsem s ním tedy, že vybral správné tlačítko a lístek jsem vzala nakonec sama.

Lidí před námi bylo opravdu hodně a poté co si Kristián sedl na židli, abychom počkali, než na nás přijde řada, jsem se zeptala, jestli mu nevádí počkat. V takovýchto případech totiž můžeme jít s jeho průkazkou ZTP/P na řadu přednostně hned. Kristián se mi ale podíval do očí a řekl, že chce počkat. Ukázala jsem tedy během čekání Kristiánovi naše číslo, které jsme společně vyhlíželi na tabuli. Podala jsem mu také z peněženky občanský průkaz, který chtěl Kristián už paní pošťače předkládat sám.

Jakmile na tabuli zasvítlo naše číslo, upozornila jsem Kristiána, že máme jít k přepážce číslo dvě. Zvedli jsme se a společně jsme se přesunuli k přepážce. Paní pošťačka nás pozdravila, já ji také, ale Kristián ne. Stoupl si k přepážce a já hned vedle něj. Řekla jsem,

že jdeme pro důchod a Kristián podal po vyzvání paní pošťáče svoji občanku, aniž by se na ni podíval. Místo toho se zadíval na tužku, která ležela na pultu, jelikož už čekal pokyn k podpisu. Paní pošťáčka nám vrátila občanský průkaz a zároveň podala i papír, který měl Kristián podepsat. Občanský průkaz jsem vzala já a schovala ho zpět do peněženky, Kristián se mezi tím ujal podpisu. Už moc dobře sám věděl, ve kterém místě má hledat příslušný řádek na podpis, což je také pokrok.

Během následného vydávání peněz paní pošťáčka nahlas počítala a Kristián i já jsme sledovali, kolik bankovek nám podává. Hned po dopočítání jsem peníze vzala a uložila do peněženky, Kristián mě při tom pozoroval. Na závěr jsem poděkovala paní pošťáče a rozloučila se s ní, Kristián ovšem neřekl vůbec nic.

Cestou z pošty Kristián otevřel dveře na můj popud a nasadil rychlou chůzi směrem domů, i když se cestou opět v rámci svého zvyku párkrát zastavil, tak jsme se spolu už o ničem dalším nebavili. Po příchodu k nim domů jsme si spolu dali ještě čaj a po dopití jsme se už rozloučili.

Dovednosti vhodné k rozvoji v oblasti **komunikace a sociálních vztahů**:

	ano	ne	poznámka
Pozdrav se mnou	x		
Pozdrav s paní pošťáčkou		x	
Zrakový kontakt vůči mně	x		
Zrakový kontakt vůči paní pošťáče		x	
Iniciace k zahájení rozhovoru	x		během celého setkání inicioval rozhovor 1x
Udržení rozhovoru		x	
Poděkování		x	
Rozloučení s paní pošťáčkou		x	
Rozloučení se mnou	x		

Dovednosti vhodné k rozvoji v oblasti **samostatnosti**:

	ano	ne	poznámka
Otevírání dveří	x		bylo to ale potřeba připomenout
Výběr lístku s pořadím		x	ukázal, které tlačítko mám zmáčknout
Předložení občanského průkazu	x		po vyzvání paní pošťačkou, ale ochotně jej podal sám
Podpis	x		i bez upozornění, na který řádek patří
Manipulace s penězi		x	sleduje množství peněz

Setkání č. 16

Datum: 18. 3. 2020

Cíl: Rozvoj rozhovoru, zrakového kontaktu a poznávání emocí.

Pomůcky: 3 obrázky s lidmi, kteří prožívají nějaké emoce (konkrétně jsme zvolili radost, smutek, vztek), 6 vět týkajících se emocí druhých na doplnění.

Plán setkání: Na úvod bylo v plánu povídání o tom, co jsou to emoce. Dále jsme měli pro Kristiána připravené 3 obrázky, na kterých měl za úkol rozpoznat dle výrazu tváře, jakou daný člověk prožívá emoci. Na závěr jsme měli nachystané písemné cvičení, které obsahovalo 6 vět, do kterých měl Kristián doplnit jednu z emocí uvedenou v možnostech. Chtěli jsme tím zjistit, zda se Kristián dokáže na základě přečtení těchto situací vcítit i do emocí druhých.

Realizace setkání:

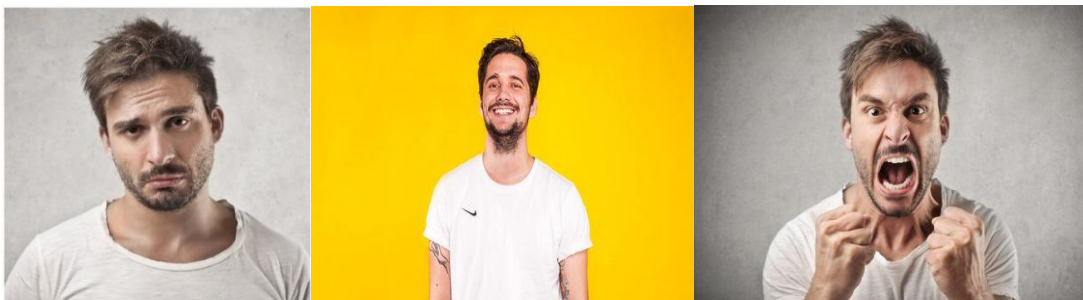
Na úvod jsme se s Kristiánem pozdravili a řekli si, o čem se spolu budeme tentokrát bavit. Nejprve jsem mu položila základní otázku, jestli ví, co to jsou vlastně emoce. Kristián se na mě pouze zadíval a řekl, že neví. Vysvětlila jsem mu tedy alespoň jednoduše, že jde o lidské pocity. Každý z nás se nějak cítí, například je smutný nebo veselý. Emoce tedy mohou být dobré a špatné. Když jsme veselí, máme se dobře, ale pokud jsme smutní, máme se špatně a nelíbí se nám to.

Poté jsem se zeptala Kristiána, jak se dnes cítí, na což mi odpověděl, že se cítí dobře. Další otázku jsem směřovala na projevy emocí. Zeptala jsem se, jestli mi poví, čím dává najevo své emoce, jak poznám já nebo jeho rodiče, jak se cítí, aniž bychom se ho ptali. Kristián se mi podíval do očí a odpověděl, že to poznáme podle obličeje. Následně jsem se ještě doptala: „A jak se tedy cítíš, když se na mě usmíváš?“ Kristián mlčel, pouze se na mě

podíval. Pokračovala jsem proto v otázce dál: „Máš v tu chvíli například radost?“ Kristián přikývl a pousmál se při pohledu na mě. Má další otázka zněla: „Co když dostaneš třeba dárek? Jak se v tu chvíli budeš cítit, jaký to je pocit?“ K: „Radost.“ Já: „Super, přesně tak, já se na tebe celkem často usmívám, protože tě ráda vidím a mám z toho velkou radost. Zvlášť když se delší dobu nevidíme.“ Kristián se na mě pouze díval a nic neříkal. Pokračovala jsem ještě: „No a co když se zamračím, jakou emoci by to mohlo znamenat, jak bych se mohla cítit, co myslíš?“ K: „Špatně.“ Já: „Přesně tak a když mi po tváři potečou slzy, jakou mám v tu chvíli v sobě emoci, co cítím?“ K: „Smutek.“ Tímto jsme povídání o emocích ukončili a přešli jsme k připraveným cvičením.

Cvičení k emocím – obrázky:

Zadání: Rozpoznej podle výrazu tváře, jakou emoci obrázek vyjadřuje.



Obrázek 1

Obrázek 2

Obrázek 3

Realizace cvičení:

1. obrázek¹ – Nejprve jsem před Kristiána rozložila výše uvedené obrázky v tomto pořadí. Dále jsem mu položila první otázku: „Jak se podle tebe tento pán tváří?“ K: „Klidně.“ Já: „A jak myslíš, že se tedy cítí?“ K: „Spokojeně.“ Já: „Když se podíváš na ten jeho zamračený pohled a vrásky na čele, nenapadá tě nějaká emoce, kterou by mohl cítit?“ K: „Nevím.“ Já: „Nevadí, já si třeba myslím, že by tento pán mohl být smutný, přijde mi ten jeho pohled takový utrápený.“ Kristián se na mě pouze podíval a přikývl se slovem jo.

¹ Obrázek 1 Smutek (Zdroj: <https://www.eaukcebenefico.cz/mimika-tvar-a-oci-umeni-presvedcive-komunikace/22756901-smutek/>)

2. obrázek² – Já: „A jak se tváří pán na tomhle obrázku?“ K: „Směje se.“ Já: „Správně a jak by se mohl právě cítit?“ K: „Radost.“ Já: „Přesně tak, myslím si to stejné. A jaká je vůbec radost emoce, dobrá nebo špatná?“ Kristián se na mě podíval a odpověděl: „Dobrá.“

3. obrázek³ – Já: „Tak a na posledním obrázku vidíme jaký výraz obličeje?“ Kristián upřel svůj zrak na obrázek a nic neříkal. Pokračovala jsem proto dál: „Jak se asi tento pán cítí?“ Kristián zvedl svůj pohled na mě a odpověděl: „Vztek.“ Souhlasila jsem, a ještě jsem se na závěr zeptala, jestli jde o dobrou nebo špatnou emoci. Kristián opět odpověděl správně, že jde o špatnou emoci. Ukončili jsme tak toto cvičení a přešli jsme na další.

Cvičení k emocím – doplňování:

Zadání:

Doplň do vět, jaké mohou mít zmínění lidé emoce v určité situaci:

Vyber ke každé větě jednu z možností: nuda, překvapení, radost, smutek, strach, vztek

Máma má obrovskou, protože dostala v práci dlouhou dovolenou.

Jitka má z řízení auta, protože nikdy předtím za volantem neseděla.

Táta má, protože nemůže nastartovat auto.

Petra byla z dárku k narozeninám, který vůbec nečekala.

Lukáš byl, když uviděl rozbitý svůj oblíbený hrnek.

Tomáš se, protože je venku škaředě a nemá co dělat.

Realizace cvičení:

Máma má obrovskou radost, protože dostala v práci dlouhou dovolenou.

Jitka má strach z řízení auta, protože nikdy předtím za volantem neseděla.

Táta má vztek, protože nemůže nastartovat auto.

Petra byla překvapená z dárku k narozeninám, který vůbec nečekala.

² Obrázek 2 Radost (Zdroj: <https://www.jidloaradost.ambi.cz/clanky/honza-zima-na-socialnich-sitich-jsou-nejdulezitejsi-emoce/>)

³ Obrázek 3 Vztek (Zdroj: <https://styl.instory.cz/1600-na-zkroceni-hnevu-funguje-snadny-trik.html>)

Lukáš byl smutný, když uviděl rozbitý svůj oblíbený hrnek.

Tomáš se nudí, protože je venku škaredě a nemá co dělat.

Kristián vše doplnil bez problémů, ihned po přečtení věty věděl správnou odpověď. Po celou dobu tohoto setkání se mnou navazoval zrakový kontakt, občas se na mě letmo usmíval a také aktivně spolupracoval. Na závěr celého tohoto setkání jsme se spolu s Kristiánem rozloučili.

Dovednosti vhodné k rozvoji v oblasti **komunikace** a **sociálních vztahů**:

	ano	ne	poznámka
Pozdrav	x		
Zrakový kontakt	x		
Iniciace k zahájení rozhovoru		x	
Udržení rozhovoru		x	ale aktivně odpovídal
Rozloučení	x		

Dovednosti vhodné k rozvoji v oblasti **emocí**:

	ano	ne	poznámka
Projev emocí na podněty	x		usmíval se
Uvědomuje si, že výrazem tváře se vyjadřují emoce	x		jen si je občas nejistý, co konkrétní výraz přesně vyjadřuje

Setkání č. 17

Datum: 25. 3. 2020

Cíl: Rozvoj **rozhovoru, zrakového kontaktu a porozumění vlastním emocím**.

Pomůcky: Připravili jsme si 3 příklady situací, které mohou navodit určité emoce.

Plán setkání: Při tomto setkání jsme se zaměřili na porozumění emocí. Připravili jsme si proto 3 situace, které jsou z reálného života a následně bylo v plánu s Kristiánem probrat jeho pocity a případné řešení těchto situací. Na druhou část setkání jsme si připravili ještě několik otázek, díky kterým jsme si chtěli volně popovídat o jeho emocích.

Realizace setkání:

Nejprve jsem se s Kristiánem pozdravila a pobídla ho, aby si představil následující situaci:

A) Situace v kině:

Představ si, že sedíš v kině, zrovna dávají film, na který ses opravdu dlouhou dobu těšil. Kino je hodně přeplněné a za tvými zády sedí malé děti. Jenže tyhle děti se po chvíli začnou nudit a povídat si mezi sebou tak hlasitě, že ty sám neslyšíš z filmu skoro nic.

Poté jsem se Kristiána zeptala: „Jak by ses v tuhle chvíli cítil?“ K: „No špatně.“ Já: „Zlobil by ses?“ K: „Jo.“ Má další otázka byla: „Co bys udělal, aby ses mohl v klidu dodívat na tento dlouho očekávaný film?“ Kristián ale mlčel a pouze se na mě podíval. Dodala jsem tedy ještě: „Nenapadá tě něco, co bys mohl udělat?“ Kristián i přesto dál mlčel. Abychom to nějak uzavřeli, řekla jsem, že nejlepším řešením by bylo něco těm dětem říct, například ať jsou potichu, že neslyšíme, což by byla vlastně pravda. Poté co jsem to dořekla, Kristián přikývl a věnovali jsme se další situaci.

B) Situace na poště:

Představ si, že jsi přišel na poštu, kde nikdo nebyl a mohl jsi proto jít hned po příchodu na řadu. Konečně jsi nemusel na nic čekat a během chvíle ti paní pošťačka dala důchod a mohl jsi jít za pár minut domů.

Má otázka zněla opět: „Jak by ses v tuhle chvíli cítil?“ Kristián se na mě podíval, pousmál se a řekl: „Cítil bych se dobře.“

C) Situace doma:

Představ si, že by k vám po dlouhé době volala tvá sestra, která žije v cizině a oznámila, že brzo přijede i s tvojí neteří na týden na návštěvu. U vás doma byste nakoupili spoustu jídla, nové hračky pro neteř a moc byste se na ně těšili. Dva dny před jejich očekávaným příletem by ale zazvonil telefon a sestra by oznámila, že je tvá malá neteř nemocná a nemůžou přiletět.

Po přečtení této poslední situace jsem se zeptala: „Co v tuhle chvíli, jak by ses cítil?“ K: „No špatně.“ Já: „Teď si je delší dobu neviděl, vid', už ti chybí?“ K: „No.“ Já: „Neboj,

určitě za vámi brzo zase přiletí.“ Tímto jsme ukončili první cvičení a pomalu jsme přešli k závěrečnému povídání o emocích.

Povídání o emocích:

Nejprve jsem se Kristiána zeptala: „Bavíš se někdy s někým o tom, jak se cítíš?“ K: „Ne.“ Já: „Proč? Nemáš rád, když se někomu svěruješ?“ Kristián se mi podíval do očí, pousmál se a řekl: „No ne.“ Já: „Ono občas není špatné se někomu svěřit, kolikrát se člověku pak mnohem víc uleví, mohl bys to taky někdy zkusit.“

Dále jsem se zeptala z čeho má Kristián většinou radost. Odpověděl: „Třeba když je film v televizi.“ Já: „Nějaký, který máš rád?“ K: „Jo.“ Já: „A co ti udělalo radost naposledy, vzpomeneš si?“ Kristián se zadíval před sebe a řekl, že ne. Doptala jsem se ještě, jestli nedávno neviděl nějaký dobrý film, ale jeho odpověď byla opět ne. Nechali jsme to tedy už být a přešli jsme na další otázku: „Je něco, co tě donutí být smutný?“ Kristián mlčel, aniž by se na mě podíval, proto jsem pokračovala: „Já třeba bývám smutná někdy i u filmů, když je to nějaké drama a podobně, občas si i popláču.“ To už se mi Kristián podíval do očí, pokrčil rameny a řekl, že neví. Já: „Zkusíš si přeci jen vzpomenout, co tě rozesmutilo naposledy? Třeba když jsem dlouho nepřišla?“ Kristián se široce usmál, podíval se na mě, ale nic neřekl. Já: „Tak dobře, povíš mi teda aspoň, jestli se často zlobíš?“ K: „Moc ne.“ Já: „A co zaviniho, že jsi se zlobil naposledy?“ K: „Zavřeli kino.“ Já: „Tak to mě taky naštvalo, těšila jsem se na ten film Bobule, který jsme měli vidět spolu. Taky ses na něj tak těšil?“ K: „Jo.“ Já: „Snad si to brzy vynahradíme a do toho kina spolu zajdeme. A pověz mi ještě, koho ze svého okolí máš nejraději?“ Kristián se na mě podíval a řekl: „Mámu, tátu.“ Já jsem jen se smíchem dodala: „Mám se cítit dotčená? Jsem až na čtvrtém místě po ségre?“ Kristián se na mě podíval a dlouze se usmíval. Já: „Chápu, asi mi to říct nechceš, a strach z něčeho máš?“ K: „Z výšky.“ Já: „To jsme na tom stejně, taky nemám ráda výšku, třeba kolotoče a podobně.“ Kristián se mi podíval do očí a usmál se. Já: „Víš, co by mě zajímalo, co děláš, když se začneš nudit? Jak se zabavíš?“ K: „Pustím si film.“ Já: „To je nejlepší řešení, že jo, člověk si může jen lehnout a dívat se. A máš nějaké místo, kde se cítíš dobře, kde jsi spokojený?“ Kristián se na mě podíval a řekl, že je spokojený doma. Tím jsme toto setkání ukončili a rozloučili se.

Dovednosti vhodné k rozvoji v oblasti **komunikace** a **sociálních vztahů**:

	ano	ne	poznámka
Pozdrav	x		
Zrakový kontakt	x		ale ne vždy
Iniciace k zahájení rozhovoru		x	
Udržení rozhovoru		x	ale aktivně odpovídal
Rozloučení	x		

Dovednosti vhodné k rozvoji v oblasti **emocí**:

	ano	ne	poznámka
Projev emocí na podněty	x		usmíval se
Dokáže si představit, jak by se v určitých situacích cítil	x		

3.10 Závěry šetření

V praktické části naší diplomové práce, jsme si nejdříve popsali podrobnou kazuistiku námi zkoumaného dospělého jedince, kterému byl diagnostikován Aspergerův syndrom. Následně jsme se zabývali vyhodnocením oslabených oblastí týkajících se sociálních dovedností a samostatnosti a dále jejich rozvojem pomocí námi zvolených vhodných metod.

Pro lepší přehlednost jsme na závěr zvolili zpracování informací týkajících se výše uvedených sedmnácti setkání do tabulek (viz. Tabulka 1 – Tabulka 3), ve kterých bude dle našeho názoru lépe viditelné, které dovednosti vhodné k rozvoji se vyvíjely či nikoli.

		Datum 1. 11.	Datum 4. 11.	Datum 6. 11.	Datum 8. 11.	Datum 11. 11.	Datum 15. 11.	Datum 18. 11.	Datum 21. 11.	Datum 10. 12.	Datum 18. 12.	Datum 8. 1.	Datum 12. 1.	Datum 4. 2.	Datum 12. 2.	Datum 9. 3.	Datum 18. 3.	Datum 25. 3.
Pozdrav se mnou	ano	x			x		x	x	x		x	x	x		x	x	x	x
	ne																	
Pozdrav s ostatními	ano						x											
	ne											x		x	x	x		
Zrakový kontakt vůči mně	ano	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x
	ne																	
Zrakový kontakt vůči ostatním	ano						x						x					
	ne											x		x	x	x		
Iniciace k zahájení rozhovoru	ano						x					x			x	x		
	ne	x	x	x	x	x		x	x	x	x		x	x			x	x
Udržení rozhovoru se mnou	ano																	
	ne	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x
Udržení rozhovoru s ostatními	ano																	
	ne						x						x					
Rozloučení se mnou	ano	x		x	x		x	x	x		x	x	x		x	x	x	x
	ne																	
Rozloučení s ostatními	ano						x											
	ne											x		x	x	x		
Poděkování	ano																	
	ne											x	x		x	x		

Tabulka 1 Dovednosti vhodné k rozvoji v oblasti **komunikace a sociálních vztahů**

		Datum 1. 11.	Datum 4. 11.	Datum 6. 11.	Datum 8. 11.	Datum 11. 11.	Datum 15. 11.	Datum 18. 11.	Datum 21. 11.	Datum 10. 12.	Datum 18. 12.	Datum 8. 1.	Datum 12. 1.	Datum 4. 2.	Datum 12. 2.	Datum 9. 3.	Datum 18. 3.	Datum 25. 3.
Otvírání dveří	ano						x					x				x		
	ne														x			
Výběr lístku s pořadím	ano																	
	ne											x			x	x		
Předložení občanského průkazu	ano																	
	ne																	
Podpis	ano											x			x	x		
	ne																	
Manipulace s penězi	ano																	
	ne											x			x	x		

Tabulka 2 Dovednosti vhodné k rozvoji v oblasti **samostatnosti**

		Datum 1. 11.	Datum 4. 11.	Datum 6. 11.	Datum 8. 11.	Datum 11. 11.	Datum 15. 11.	Datum 18. 11.	Datum 21. 11.	Datum 10. 12.	Datum 18. 12.	Datum 8. 1.	Datum 12. 1.	Datum 4. 2.	Datum 12. 2.	Datum 9. 3.	Datum 18. 3.	Datum 25. 3.
Projev emocí na podněty	ano	x	x	x		x		x	x	x		x	x	x			x	x
	ne																	

Tabulka 3 Dovednosti vhodné k rozvoji v oblasti **emocí**

Komentář k Tabulce 1:

Co se týče dovedností vhodných k rozvoji v oblasti **komunikace a sociálních vztahů** je z Tabulky 1, ve které uvádíme všech 17 realizovaných nácvikových setkání, viditelné, že v námi sledovaných dovednostech nedošlo k žádnému většímu posunu.

Z vyhodnocení jednotlivých dovedností jako je zrakový kontakt vůči ostatním, poděkování, pozdrav a rozloučení s ostatními je zřejmé, že Kristiánovi činí problém zejména jakákoli komunikace s cizími lidmi. Oproti tomu v pozdravu a rozloučení vůči autorce je možné si všimnout, že je vždy schopen tuto dovednost realizovat, což je potřeba ocenit. Dále dovednost iniciace k zahájení rozhovoru a udržení rozhovoru je stále na stejné úrovni, tedy bez znatelného posunu. I přesto, že je Kristián schopen převážně aktivně odpovídat na otázky, nedochází z jeho strany k žádné iniciaci, a tudíž ani k aktivnímu udržení rozhovoru. Je potřeba, aby se druhý komunikační partner po celou dobu rozhovoru snažil klást otázky sám, bez této snahy by rozhovor velice brzy zanikl.

Shrnutí rozvoje v oblasti komunikace a sociálních vztahů:

Po výše uvedeném zhodnocení těchto dovedností, které jsme považovali za vhodné k rozvoji, můžeme tedy konstatovat, že zde námi vybraný jedinec nedosáhl žádného velkého posunu. Lze se ale domnívat, že při dlouhodobější práci by zde mohlo k určitým pokrokům dojít.

Jeho schopnost navazovat zrakový kontakt je problematická především ve vztahu k cizím lidem, což je jedním z charakteristických projevů u osob s Aspergerovým syndromem. Stejně pak jako nízká schopnost iniciace k zahájení rozhovoru či schopnost udržení rozhovoru. Při setkání č. 4 sám uvedl, že mu činí problém pozdravit někoho cizího, dále pak ale například u setkání č. 1 během rozhovoru o zrakovém kontaktu odpověděl, že pro něj není problém navázat s cizím člověkem zrakový kontakt. V průběhu jednotlivých setkání, ale navazoval tento kontakt pouze s autorkou, rodiči či lékařkou, kterou již roky navštěvuje. Dalo by se tedy říct, že ve skutečnosti je u těchto dovedností opět problém u osob, které nezná a nemá k nim žádný vztah.

Naopak pokud jde o komunikaci s osobami, které dobře zná (rodina, asistentka, lékařka), lze pozorovat aktivní odpovídání na otázky a také celkově poměrně aktivní spolupráci. Ovšem bez častého dotazování a pobízení by rozhovor opravdu zcela zanikl. Proto bychom považovali za vhodné tyto jednotlivé dovednosti týkající se oblasti komunikace a

sociálních vztahů dále rozvíjet a Kristiána motivovat k dalším pokrokům s ohledem na všechny zmíněné okolnosti.

Komentář k Tabulce 2:

Do této tabulky týkající se dovedností vhodných k rozvoji v oblasti **samostatnosti** jsme uvedli pouze ty dovednosti, které se za dobu setkávání víckrát opakovaly. Zde si už můžeme všimnout jistých posunů. Například u otevírání dveří je možné vidět pokrok, jelikož při setkání č. 6 a č. 11 byl Kristián schopný otevřít dveře sám bez slovního upozornění. U setkání č. 14 sice k samostatnému otevření nedošlo, ale pokrok byl znatelný zase u dalších činnostech na poště, konkrétně u předkládání občanského průkazu a podpisu na příslušný řádek po vyzvání.

I u posledního setkání č. 15, při kterém bylo možné sledovat rozvoj v oblasti samostatnosti, byl znatelný posun. Poté, co byl Kristián vyzván, otevřel dveře, tentokrát se na výzvu zapojil také do výběru lístku alespoň pouhým ukázáním, který je ten správný. Následující úkon, jako bylo předložení občanského průkazu, zvládl opět jako u předchozích setkání sám, po vyzvání paní pošťačkou a na závěr podpis zvládl už i bez vyzvání. Co se ovšem během těchto setkání neměnilo, byla manipulace s penězi, dalo by se ovšem považovat za pokrok i pouhé sledování předávání peněz, jelikož z počátku se o tyto záležitosti Kristián přeci jen vůbec nezajímal.

Shrnutí rozvoje v oblasti samostatnosti:

Při práci na rozvoji dovedností týkajících se samostatnosti jsme si mohli všimnout, že je u Kristiána docela rozvinuté povědomí o tom, co je v určitých situacích žádoucí udělat. Například při setkání č. 5, které se konalo v domácím prostředí a bylo zaměřené na rozhovor o situaci u lékaře, jsme si mohli všimnout, že si je vědom toho, co cesta k lékaři obnáší a co například zahrnuje i samotné vyšetření. Převedení těchto vědomostí do praxe ovšem bylo obtížnější. Při praktickém nácviku během setkání č. 6 se cestou k lékaře u Kristiána objevil pokrok pouze u otevírání dveří, a to za okolností, že bylo zapotřebí ho upozornit na provedení této činnosti. U zbytku úkonů tohoto setkání, jako bylo například zaklepání, vyzvednutí léků atd., byl Kristián zdrženlivý a do činností se nezapojoval.

Stejně to pak bylo u povědomí o situaci, která probíhá na poště za účelem vyzvednutí důchodu. Během domácích příprav, které probíhaly formou rozhovoru při setkání č. 7, bylo zřejmé, že s povědomím o jednotlivých krocích, které je potřeba na poště provést, nemá

Kristián problém. Při následném převedení do praxe bylo nejprve Kristiána nutné více pobízet ke spolupráci na jednotlivých činnostech týkajících se vyzvednutí jeho důchodu. Ovšem postupně jsme během několika těchto praktických setkání již docílili pokroků. A to například při výběru lístku, samostatného předkládání občanského průkazu, podpisu na patřičný řádek či alespoň sledování manipulace s penězi, na kterou jsme se také zaměřili.

I přes to, že se Kristián dle našich zjištění orientuje jak v průběhu různých situací, tak v hodnotách peněz, při převedení do reálných situací v praxi jde o velice náročný proces, který jistě potrvá delší časové období. Bude proto dle našeho názoru vhodné nepřestávat na jednotlivých dovednostech pracovat a vést Kristiána k postupnému rozvoji samostatnosti opět v rámci jeho možností.

Komentář k Tabulce 3:

Z tabulky týkající se dovedností vhodných k rozvoji v oblasti **emocí** lze vyčíst, že v průběhu realizovaných 17 setkání bylo možné si všimnout projevů emocí u Kristiána celkem během 12 setkání. Jednalo se zejména o projev emocí na různé slovní podněty a dalo by se proto uvažovat, zda se nejedná o nějaký jeho smysl pro humor. V mnoha situacích se totiž Kristián usmíval na základě autorčinných pokusů o odlehčení situace či pokusu o vtip.

Shrnutí rozvoje v oblasti emocí:

Během všech setkání bylo možné si všimnout, jak obtížné je rozpoznat u Kristiána emoce, které prožívá. Pouze při setkání č. 11, které probíhalo na poště, šlo vidět náznaky nervozity, která se projevila při přistoupení k přepážce, za kterou seděla paní pošťačka – tedy cizí osoba. Dále během setkání č. 12 bylo možné zpozorovat náznaky radosti během rodinné oslavy, jelikož se opravdu hodně usmíval ve chvíli, kdy došlo na vyslovování blahopřání.

Při realizování setkání zaměřených na povídání o emocích a provedení několika tematických cvičení bylo zřejmé, že si Kristián uvědomuje, jak se emoce dají poznat – tedy dle výrazu obličeje. Ovšem co se týče rozeznávání konkrétních výrazů obličeje nebylo pro Kristiána úplně lehké určit, ke které emoci správně patří. Je také nutné podotknout, že během cvičení, které se týkaly porozumění a rozpoznání emocí, byl úspěšný. Vždy si dokázal poradit s tím, jak se při daných modelových situacích může člověk cítit. Ovšem při samotném projevu jeho emocí lze pozorovat spíše tzv. citovou oploštělost, i na základě informací od rodičů, kteří potvrdili, že je opravdu obtížné poznat, jak se Kristián cítí.

I v těchto oblastech bychom proto dále navrhovali pokračovat v rozvoji pomocí dostupných publikací a metodik (viz seznam bibliografických citací) či na základě našich dosavadních zkušeností. Opět je ale důležité myslet na to, že se jedná o dospělého muže a převést jeho povědomí o emocích do praktického využití v životě je běh na dlouhou trať. Zejména pak není žádoucí Kristiána přetěžovat, každý jedinec je opravdu individuální, a ne vždy je reálné dosáhnout velkých pokroků v oblastech, které jsou oslabeny z důvodu charakteristických projevů Aspergerova syndromu.

3.11 Diskuze

Dle našeho názoru není zatím námi zvolené téma o rozvoji sociálních dovedností u dospělého jedince s Aspergerovým syndromem moc prozkoumané. Většina dostupných prací (Koutná, 2017; Jantošová, 2015; Petrová, 2019; Skotáková, 2013) se zabývá převážně rozvojem těchto dovedností u dětí. Zaujala nás ovšem zahraniční studie, u které lze s naší prací najít alespoň několik podobných znaků.

Jedná se o studii s názvem „Social Skills Group for Adults Living with Asperger's Syndrome“, která byla publikována v roce 2016. Jak již název napovídá, zabývá se dospělými jedinci s Aspergerovým syndromem. Účastníky této studie byli muži a ženy, kterým tato diagnóza byla určena až v dospělosti. V úvodu je zde uvedeno, že již několik jiných studií poukázalo na skutečnost, že osoby s tímto syndromem často trpí úzkostnými stavy, které nejspíše mohou být způsobené nedostatky v oblasti sociálních dovedností. Z tohoto důvodu se autoři rozhodli aplikovat skupinové terapie zaměřené právě na sociální dovednosti, aby docílili žádoucího snížení úzkostných stavů u těchto osob. Nejprve se autoři ve své studii zaměřili na vyhodnocení mezilidských obtíží (emocionální, behaviorální atd.), následně pak pracovali s jedinci v malých skupinách na rozvoji oblastí, které pro ně byly žádoucí. Především zde byl brán ohled na potřeby účastníků. Závěrem této studie, která trvala čtyři roky, bylo poukázání na skutečnost, že lze opravdu rozvojem sociálních dovedností docílit zlepšení v oblasti sebeúcty a zmírnit případné úzkostné stavy. (Guliani, Korh, 2016)

Na základě této studie je možné tvrdit, že rozvoj sociálních dovedností může být opravdu důležitým mezníkem v životě všech osob s Aspergerovým syndromem. Pokud tuto skutečnost vezmeme v úvahu ve spojitosti s případem námi zkoumaného jedince, kterému byly v roce 2016 diagnostikovány depresivní stavy a mentální anorexie (viz zdravotní anamnéza), dalo by se tento rozvoj sociálních dovedností také brát jako jednu z možností, jak

tyto stavy omezit. Jelikož autorka za ním dochází již od jeho návratu po měsíčním pobytu na psychiatrické klinice, dovolíme si zde říct, že u Kristiána za uplynulou dobu během jejích návštěv žádné úzkostné či depresivní stavy nebyly zpozorovány. A to dokonce ani při náročnější práci zaměřené na rozvoj jeho sociálních dovedností a samostatnosti. Ba naopak, vždy se snažil během setkání aktivně spolupracovat a opravdu na Kristiánovi i dle názoru rodičů nebyly po celou dobu znát žádné tyto problémy.

Po našem nahlédnutí do problematiky týkající se rozvoje sociálních dovedností u dospělého jedince s Aspergerovým syndromem, jsme si zejména uvědomili, že zde hraje skutečně nesmírně důležitou roli čas. Jedná se opravdu o dlouhodobější proces, díky kterému lze po malých krůčcích dosahovat změn týkajících se žádoucího rozvoje jednotlivých oslabených oblastí sociálních dovedností a samostatnosti.

Během našeho šetření jsme zpozorovali největší pokroky v oblasti samostatnosti, kdy při opakovaném navštěvování pošty za cílem vyzvedávání důchodu docházelo postupně k větší aktivitě ze strany námi zkoumaného jedince. Což nás zaujalo například v porovnání s prací na téma „Rozvoj sociálních dovedností u dětí s Aspergerovým syndromem“ (Jantošová, 2015), ve které docházelo u dětí k větším pokrokům naopak například v oblasti komunikace a jejího využití při kontaktu s rodinou i vrstevníky. Během našeho šetření jsme v této oblasti komunikace žádné významné pokroky nezaznamenali a Kristiánovy komunikační schopnosti jsou tedy spíše na stále stejné úrovni. Dále Jantošová (2015) v závěru práce u těchto dětí uvádí jako oslabené oblasti přetrvávající obtížné zvládnání emocí. V této oblasti je u námi vybraného jedince naopak obtížné vůbec jakékoli emoce zpozorovat. Kristián po celou dobu působil spíše klidně a vyrovnaně, a kromě občasných úsměvů nedocházelo téměř k žádným projevům emocí na podněty.

Na závěr považujeme za důležité si připomenout, že před zahájením jakékoli cílené aktivity je určitě dobré nejprve klienta, se kterým chceme pracovat, co nejlépe poznat. Zmapovat si detailně jeho reakce a projevy a následně s ním pracovat co nejefektivněji na základě těchto postřehů. Dále bychom se zde rádi zamysleli nad postřehy, které nás během psaní práce napadly.

Limity šetření

Ačkoli by se z počátku mohlo zdát, že je výhodou autorčím dobrý a dlouhodobý kamarádský vztah s Kristiánem, opak je pravdou. Právě tato skutečnost práci na rozvoji

oslabených oblastí v rámci sociálních dovedností a samostatnosti mnohdy ztěžovala. Kristián je totiž zvyklý na častou pomoc od blízkých, a proto bylo těžké pokusit se na něj být přísnější a více jej motivovat k větší samostatnosti.

Při práci s Kristiánem jsme si také uvědomili, že k aktivní spolupráci je mimo jiné opravdu důležité získání jeho důvěry, pozornosti a posílení motivace k dalším pokrokům. Podstatná je pro úspěch celého rozvoje zejména určitá návaznost a četnost jednotlivých setkání. Určitě by bylo například dobré přímo před každým praktickým nácvikem udělat setkání v domácím prostředí, během kterého by se vše, co by bylo aktuálně potřeba, probralo. Oživila by se tím jeho paměť a věděl by opět, „do čeho jde.“ Každý úkon by také bylo vhodné při dlouhodobé spolupráci co nejvíce rozplánovat, aby nedocházelo k nežádoucímu přetěžování jedince, se kterým se o rozvoj pokoušíme.

Dalším úskalím by mohlo být zapisování písemných poznámek z jednotlivých setkání, i když se jedná o co nejdetailnější popis. Zejména ta setkání, která se konala v domácím prostředí, by se dala lépe zaznamenat například pomocí videonahrávek, které by bylo možné následně využívat pro lepší vyhodnocení aktuálních situací a případných posunů. Tento videozáznam by mohl mimo to sloužit i jako názorný návod, jak lze při práci postupovat.

I přes tyto postřehy si ale myslíme, že by tato práce mohla být jakýmsi odrazovým můstkem k dalším podobným šetřením a také by mohla alespoň nastínit, jak je možné s dospělými osobami s Aspergerovým syndromem pracovat. Ovšem nelze opravdu očekávat velké pokroky po prvním půl roce práce, čehož jsme si byli i vědomi. Je důležité vždy ocenit sebemenší pokroky, jelikož každý je zkrátka individuální osobnost a má své limity.

ZÁVĚR

V naší diplomové práci jsme se zaměřili na problematiku týkající se osob s Aspergerovým syndromem, konkrétně jsme se pak věnovali jednomu námi vybranému dospělému jedinci s touto diagnózou. Chtěli jsme zde zejména poukázat na důležitost rozvoje sociálních dovedností a samostatnosti a nastínit alespoň nějaké možnosti, dle kterých lze na tomto rozvoji pracovat. Celá práce je členěna do dvou částí, tedy na teoretickou a praktickou část.

Nejprve jsme si pomocí teoretické části, která se skládá ze dvou kapitol, přiblížili charakteristiku, symptomy a klasifikaci Aspergerova syndromu. Dále jsme se pak věnovali také objasnění jednotlivých oblastí sociálních dovedností v souvislosti se specifickými projevy jedinců s Aspergerovým syndromem.

V rámci praktické části jsme se zaměřili na popis práce s jedním námi vybraným jedincem. Cílem celé této práce bylo především zhodnocení a rozvíjení konkrétních sociálních dovedností a samostatnosti u tohoto jedince. Nejdříve jsme proto pomocí pozorování zmapovali problematické oblasti sociálních dovedností a samostatnosti. Následně jsme vybrali ty, které dle našeho názoru byly nejvíce vhodné k rozvoji. A pomocí námi zvolených metod jsme se tyto oblasti během pěti měsíců pokusili rozvíjet. V závěru šetření této práce jsme se pak věnovali vyhodnocení případného posunu ve vybraných rozvíjených oblastech. Ačkoli k posunu došlo nejvíce pouze v jedné z oblastí, a to konkrétně v oblasti samostatnosti, myslíme si, že jsme stanovený cíl práce splnili. Vzhledem k tomu, že autorka práce bude i nadále s tímto jedincem v kontaktu, věříme, že se podaří tyto oblasti sociálních dovedností a samostatnosti ještě více rozvinout.

Byli bychom rádi, kdyby byl obsah této práce přínosem ať už pro studenty, kteří se zabývají speciální pedagogikou, nebo pro rodiče dětí s Aspergerovým syndromem. Mimo jiné jsme si během psaní této práce uvědomili, že je opravdu mnoho způsobů, jak lze s osobami s Aspergerovým syndromem pracovat. Ovšem nejtěžším úkolem a skutečným úspěchem je, aby tito jedinci byli schopni dané dovednosti, o kterých mají mnohdy pouhé povědomí, využít a aplikovat v běžném životě.

SEZNAM BIBLIOGRAFICKÝCH CITACÍ

ATTWOOD, Tony, 2005. *Aspergerův syndrom: porucha sociálních vztahů a komunikace*. Praha: Portál. Speciální pedagogika (Portál). ISBN 80-717-8979-8.

BĚLOHLÁVKOVÁ, Lucie, 2013. *Rozvoj sociálních dovedností: metodika práce u lidí s Aspergerovým syndromem*. Praha: Asociace pomáhající lidem s autismem – APLA Praha, střední Čechy. ISBN 978-80-87690-05-5.

ČECHOVÁ, Věra, Alena MELLANOVÁ a Hana KUČEROVÁ, 2004. *Psychologie a pedagogika II: pro střední zdravotnické školy*. Praha: Informatorium. ISBN 80-733-3028-8.

EKMAN, Paul a Wallace V. FRIESEN, 2015. *Emoce pod maskou: poznám, co si myslíš, podle toho, jak se tváříš*. I. vydání. Přeložil Jiří FADRŇÝ. Brno: BizBooks. ISBN 978-80-265-0422-1.

HAYES, Nicky, 2013. *Základy sociální psychologie*. Vyd. 7. Přeložila Irena ŠTĚPANÍKOVÁ. Praha: Portál. ISBN 978-80-262-0534-0.

HOWLIN, Patricia, 2005. *Autismus u dospívajících a dospělých: cesta k soběstačnosti*. Praha: Portál. Speciální pedagogika (Portál). ISBN 80-736-7041-0.

JANOUŠEK, Jaromír, 2007. *Verbální komunikace a lidská psychika*. Praha: Grada. Psyché (Grada). ISBN 978-80-247-1594-0.

KODÝM, Miloslav, 2014. *Metody rozvoje sociálních dovedností*. Praha: Univerzita Jana Amose Komenského. ISBN 978-80-7452-046-4.

KOŤA, Jaroslav, Dobromila TRPIŠOVSKÁ a Marie VACÍNOVÁ, 2013. *Sociální psychologie: vybrané kapitoly*. Vyd. 2., rozš. a přeprac. Praha: Univerzita Jana Amose Komenského Praha. ISBN 978-80-7452-029-7.

MIKOLÁŠ, Přemysl, 2014. *Autismus – Aspergerův syndrom: psychologie rozvoje dovedností pro život*. Ostrava: Montanex. ISBN 978-80-7225-398-2.

MÜLLER DE MORAIS, Marianna a Lucia RAPSOVÁ, 2017. *Tréning sociálnej kompetencie dospelých a seniorov so zdravotným postihnutím*. Praha: Česká andragogická společnost. Česká a slovenská andragogika. ISBN 978-80-905460-9-7.

- NAKONEČNÝ, Milan, 2009. *Sociální psychologie*. Vyd. 2., rozš. a přeprac. Praha: Academia. ISBN 978-80-200-1679-9.
- NAKONEČNÝ, Milan, 2012. *Emoce*. V Praze: Triton. ISBN 978-80-7387-614-2.
- PLHÁKOVÁ, Alena, 2004. *Učebnice obecné psychologie*. Praha: Academia. ISBN 80-200-1387-3.
- POLÁČKOVÁ ŠOLCOVÁ, Iva, 2018. *Emoce: regulace a vývoj v průběhu života: funkce a zákonitosti emocí, sociální a kulturní souvislosti, měření emocí*. Praha: Grada. Psyché (Grada). ISBN 978-80-247-5128-3.
- PREISSMANN, Christine, 2010. *Život s Aspergerovým syndromem: příběh psychoterapie*. Praha: Portál. Speciální pedagogika (Portál). ISBN 978-80-7367-688-9.
- REICHEL, Jiří, 2009. *Kapitoly metodologie sociálních výzkumů*. Praha: Grada. Sociologie (Grada). ISBN 978-80-247-3006-6.
- ROZSYPALOVÁ, Marie, Alena MELLANOVÁ a Věra ČECHOVÁ, 2003. *Psychologie a pedagogika I: pro střední zdravotnické školy*. Praha: Informatorium. ISBN 80-733-3014-8.
- SHAPIRO, Lawrence E., 2009. *Emoční inteligence dítěte a její rozvoj*. Vyd. 3. Přeložila Hana KAŠPAROVSKÁ. Praha: Portál. Rádci pro rodiče a vychovatele. ISBN 978-80-7367-648-3.
- SLAMĚNÍK, Ivan, 2011. *Emoce a interpersonální vztahy*. Praha: Grada. Psyché (Grada). ISBN 978-80-247-3311-1.
- SOLOVSKÁ, Vendula, 2013. *Rozvoj dovedností dospělých lidí s mentálním postižením*. Praha: Portál. ISBN 978-80-262-0369-8.
- ŠVAŘÍČEK, Roman a Klára ŠEĎOVÁ, 2007. *Kvalitativní výzkum v pedagogických vědách*. Praha: Portál. ISBN 978-80-7367-313-0.
- THOROVÁ, Kateřina, 2016. *Poruchy autistického spektra*. Rozšířené a přepracované vydání. Praha: Portál. ISBN 978-80-262-0768-9.
- VYBÍRAL, Zbyněk, 2009. *Psychologie komunikace*. Vyd. 2. Praha: Portál. ISBN 978-80-7367-387-1.

VÝROST, Jozef a Ivan SLAMĚNÍK, 2008. *Sociální psychologie*. 2., přeprac. a rozš. vyd. Praha: Grada. Psyché (Grada). ISBN 978-80-247-1428-8.

Internetové zdroje:

COUNTRYMAN, Jacqueline, 2008. Social Skills Groups for Asperger's Disorder and Pervasive Developmental Disorder Not Otherwise Specified. *Psychiatry (Edgmont)*. 5(1): 42–47. [online] [cit. 2020-03-31] Dostupné z: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC2719548/>

GULIANI, Fabienne. a Pierre El KORH, 2016. Social Skills Group for Adults Living with Asperger's Syndrome. [online] *Clinical Psychiatry*. Vol.2 No.3:25 [cit. 2020-05-01] ISSN 2471-9854. DOI: 10.4172/2471-9854.1000025 Dostupné z: https://serval.unil.ch/resource/serval:BIB_B1FDAACA34AA.P001/REF.pdf

JANTOŠOVÁ, Petra 2015. *Rozvoj sociálních dovedností u dětí s Aspergerovým syndromem*. Hradec Králové. Diplomová práce. Pedagogická fakulta Univerzita Hradec Králové, Katedra speciální pedagogiky a logopedie. Vedoucí diplomové práce Jana Dlouhá. Dostupné z: <https://theses.cz/id/pgg342/STAG78314.pdf?lang=sk>

KOUTNÁ, Petra 2017. *Sociální dovednosti žáka s poruchou autistického spektra a jejich rozvoj*. Brno. Bakalářská práce. Pedagogická fakulta Masarykova Univerzita, Katedra Speciální pedagogiky. Vedoucí bakalářské práce Petra Odehnalová. Dostupné z: https://is.muni.cz/th/kr2a3/Socialni_dovednosti_zaka_s_poruchou_autistickeho_spektra_a_jejich_rozvoj_Koutna.pdf

MKN-10: mezinárodní statistická klasifikace nemocí a přidružených zdravotních problémů: desátá revize: obsahová aktualizace k 1.1.2018, 2018 [online]. Praha: Ústav zdravotnických informací a statistiky ČR. [cit. 2020-04-23]. ISBN 978-80-7472-168-7. Dostupné z: <https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/246208/9788074721687-V1-cze.pdf?sequence=20&isAllowed=y>

MOCKOVÁ, Milena, 2013. Aspergerův syndrom – mírnější porucha autistického spektra. *Zdravě.cz* [online]. [cit. 2020-04-23]. Dostupné z: <https://aspergeruv-syndrom.zdrave.cz/aspergeruv-syndrom-mirnejsi-porucha-autistickeho-spektra/>

PETROVÁ, Kateřina 2019. *Nácviky sociálních a komunikačních dovedností u dětí s Aspergerovým syndromem*. Pardubice. Diplomová práce. Filozofická fakulta Univerzita

Pardubice, Katedra věd o výchově. Vedoucí diplomové práce Zdenka Šándorová. Dostupné z: https://dk.upce.cz/bitstream/handle/10195/73233/PetrovaK_Nacviky_socialnich_ZS_2019.pdf?sequence=1&isAllowed=y

PRIMAK, 2011. Význam kazuistiky a jej využitie. *Zones.sk* [online]. [cit. 2020-04-23]. Dostupné z: <https://www.zones.sk/studentske-prace/pedagogika/5230-vyznam-kazuistiky-a-jej-vyuzitie>

RIEGROVÁ, Linda, 2014. Samostatnost a soběstačnost. *Mám talent.cz* [online]. [cit. 2020-04-23]. Dostupné z: https://www.mamtalent.cz/samostatnost-a-sobestacnost.phtml?program=1&max_id_b=17385

SKOTÁKOVÁ, Jana 2013. *Skupinový nácvik sociálních dovedností dětí s Aspergerovým syndromem staršího školního věku*. České Budějovice. Bakalářské práce. Zdravotně sociální fakulta Jihočeská univerzita v Českých Budějovicích. Vedoucí bakalářské práce Věra Koppová. Dostupné z: https://theses.cz/id/k3c4f2/Skotkov_BP_2013.pdf

ZLÁMALOVÁ, Viola, 2011. Aj samostatnosť má hranice. *Mama a ja* [online]. [cit. 2020-04-23]. Dostupné z: <https://mamaaja.sk/clanky/mama/aj-samostatnos-ma-hranice>

SEZNAM POUŽITÝCH ZKRATEK

Aj – anglický jazyk

apod. – a podobně

atd. – a tak dále

cca – přibližně

cm – centimetr

Čj – český jazyk

č. – číslo

DVD – Digital versatile disc (datový nosič, který může obsahovat filmy)

F – fyzika

FN – fakultní nemocnice

Ch – chemie

IVP – individuální vzdělávací plán

JIP – jednotka intenzivní péče

kč – korun

kg – kilogram

kol. – kolektiv

M – matematika

MKN – Mezinárodní klasifikace nemocí

MR – magnetická rezonance

např. - například

o. p. s – obecně prospěšná společnost

RTG – rentgenové vyšetření

s. – strana

SONO – sonografie, ultrazvukové vyšetření

SŠ – střední škola

SZŠ – střední zdravotnická škola

tzv. - takzvaně

ZŠ – základní škola

ZTP/P – zvlášť těžké postižení s průvodcem

SEZNAM TABULEK

Tabulka 1

Tabulka 2

Tabulka 3

ANOTACE

Jméno a příjmení:	Renata Štrampachová
Katedra:	Ústav speciálněpedagogických studií
Vedoucí práce:	Mgr. Lucia Pastieriková, Ph.D.
Rok obhajoby:	2020

Název práce:	Rozvoj sociálních dovedností a samostatnosti u jedince s Aspergerovým syndromem
Název v angličtině:	Development of social skills and independence in individual with Asperger syndrome
Anotace práce:	V diplomové práci se zabýváme rozvojem sociálních dovedností a samostatnosti u jedince s Aspergerovým syndromem. V teoretické části, která se skládá ze dvou kapitol, popisujeme charakteristiku, symptomy a klasifikaci tohoto syndromu a také sociální dovednosti. V praktické části se pak zaměřujeme na práci s mužem s tímto syndromem, při které jsme se zaměřili na rozvoj sociálních dovedností jako je zrakový kontakt, zahájení a rozvíjení rozhovoru, projevování emocí a také rozvoj samostatnosti. Na závěr se věnujeme vyhodnocení pokroků v těchto oblastech.
Klíčová slova:	Dospělý s Aspergerovým syndromem, sociální dovednosti, samostatnost, nácvik sociálních dovedností
Anotace v angličtině:	In this diploma thesis we deal with the development of social skills and independence in an individual with Asperger's syndrome. In the theoretical part, which consists of two chapters, in which we describe the characteristics, symptoms and classification of this syndrome, as well as social skills. In the practical part, we focus on working with a man with this syndrome, in which we focused on the development of social skills such as visual contact, initiating and developing conversation, expressing emotions and also developing

	independence. Finally, we evaluate the progress in these areas.
Klíčová slova v angličtině:	Adult with Asperger's syndrome, social skills, independence, social skills training
Přílohy vázané v práci:	
Rozsah práce:	96 stran
Jazyk práce:	Český jazyk