

# Aktivizace

osob s mentálním postižením





# Omezeny jsou

**Pohybové dovednosti**

**Smyslové dovednosti**

**Sociální dovednosti**

**Emoční dovednosti**

**Kognitivní dovednosti**

- zpracovávat informace
- manipulovat se slovy a čísly
- číst a psát
- rozlišovat tvary, figury a pozadí,
- doplňovat dílčí informace a poznatky do systémů a celků



# Cíle aktivizačních lekcí

- Rozvoj motoriky
- Orientace v prostoru a čase
- Rozvoj smyslového vnímání
- Rozvoj komunikace
- Rozvoj adaptability
- Vyjadřování emocí
- Podpora pozornosti
- Podpora paměti



# Aktivizační terapie

Terapie uplatňované ve prospěch osob s mentálním postižením jsou důležitou a nezaměnitelnou součástí komplexní rehabilitační péče o tyto osoby.

- **Terapie hrou**
- **Pracovní a činnostní terapie**
- **Psychomotorická terapie**
- **Terapie s účastí zvířete**
- **Expresivní terapie**
  - Muzikoterapie
  - Dramaterapie
  - Arteterapie



# Muzikoterapie

Vhodné metody pro osoby s MP:

- **Improvizace** podporuje sebevyjádření a komunikaci
- **Interpretace** podporuje adaptabilitu, sebeúctu a sebevědomí
- **Zpěv písní** kultivuje řečový projev, paměť
- **Kompozice písní** podporuje sebeuvědomění, sdílení
- **Hudební vystoupení** má velký seberealizační potenciál
- **Poslech hudby** spojený s dalšími aktivitami rozvíjí představivost



# Arteterapie

Vhodné metody pro osoby s MP

- **Volný výtvarný projev** – čmárání, volná kresba, volná malba
- **Tematický výtvarný projev** – můj život, láska, rodina, kamarádi
- **Výtvarný projev při hudbě** – ztvárňování asociací vyvolaných hudbou
- **Skupinové výtvarné činnosti** – pracují se skupinovou dynamikou, upravují sociální vztahy
- **Řízený výtvarný projev** – pracuje s přímou intervencí terapeuta do výtvarné činnosti klienta (návuk práce s linií, čarou, barvami)



# Dramaterapie

**Do technik vkládáme pohyb těla, mimiku, proxemiku, haptiku**

**Používají se**

kostýmy, masky, kulisy, zvukové doprovody, živé obrazy

**Vhodné techniky**

- **Rituály** - pro zahájení a ukončování lekcí
- **Mluvicí předměty** - k vyjádření emocí
- **Zrcadlení, předávaná pantomima** – rozvíjející interakci ve skupině
- **Pantomimický překlad slov** – rozvíjející představivost
- **Živé obrazy, primitivní exprese, hraní rolí a situací** – umožňující osobní projekci klientů





# Psychomotorická terapie

**Zabývá se  
ovlivňováním psychiky prostřednictvím aktivace motoriky.**

Zahrnuje postupy a činnosti expresivních terapeutických přístupů:

- Pantomimu
- Tanec
- Pohybové hry
- Improvizace
- Relaxace



# Specifika při uplatňování technik

**Při práci v rámci expresivních terapií počítáme se specifiky v motivaci, která je ovlivněna:**

- **Deficity v psychomotorice. Ty působí:**
  - **Omezení výběru herních objektů**
  - **Sníženou schopnost manipulace s objekty**
  
- **Deficity v představivosti a tvořivosti**
  
- **Prostředím**



# Zásady terapeutické práce

- Poskytovat **zájem o osobu** klienta a kladné ocenění
- **Strukturovat** čas, budovat řád
- **Přizpůsobit se** konkrétnímu vnímání, dávat delší čas na reakce a úkoly, nenechat se odradit slabými reakcemi
- Poskytovat **konkrétní** empatické reflexe
- **Systematické opakování** reflexí umožňuje rozvinutí komunikace, posiluje orientaci v prostředí, v uvědomování si pocitů a nálad
- **Podpora reakcí** klienta na reflexe směrem k aktivnímu samostatnému sdělení
- Mít na paměti, že selhávání může být udržováno přehnaně pečujícím přístupem