

PODPORA A ROZVOJ DÍTĚTE S TĚŽKÝM MENTÁLNÍM POSTIŽENÍM V DOMÁCÍM PROSTŘEDÍ (multisenzorická stimulace)

TÉMA - JARO

Je vhodné vybrat si téma a k němu směřovat činnosti. Zvolené téma nám může být nápomocné s výběrem aktivit – záleží na vaší fantazii.

Zaved'te si malý rituál na začátku a konci společně stráveného času. Např. malý zvoneček, na začátku zacinkáme a přivítáme se, tím vymezíme začátek a konec.

- ❖ **Stimulace čichu**– nejdříve provoníme místnost (10-15 minut než začneme), využijeme např. aroma difuzér a éterický olej 5-8 kapek (litseacubeba, máta kadeřavá, levandule, meduňka citronelová apod.) – rádi vám doporučíme vhodný éterický olej
- ❖ **Stimulace sluchu**– výběr hudby – může to být relaxační hudba, lze najít na youtube, (jarní hudba – zvuky přírody – ptáčci, potůček, vítr, šum lesa)
- ❖ **Stimulace zraku**– upravíme prostředí kolem dítěte, bude působit nově, nezvykle, pomůžeme si získat jeho pozornost – zavěsíme závěs, baldachýn nad postel v jarních barvách nebo použijeme šátek, kousek látky, záclony, nemusí to být nic náročného, závěsy vytváří pocit útulna a doladí atmosféru
pokud máte projektor, barevná světla, svítící koule, hvězdné nebe, čajové svíčky na baterku, optická vlákna apod., využijte je
máte-li plyšové nebo jiné hračky – ptáček, motýl, květiny, obrázky, apod., rozmístit v dohledu dítěte, můžete postupně dítě s nimi seznamovat – nejdříve zkusit navázat oční kontakt, zda zafixuje předmět, pojmenovat jej, přibližovat jej, oddalovat, pohybovat s ním do strany a sledovat, zda dítě fixuje, vložit hračku do ruky, asistovat při manipulaci, můžeme zvědomovat tělo – např. maňásek – masírujeme ruce, od ramene ke konečkům, hrudník apod.
- ❖ **Stimulace somatická**– zaměříme se na prožitky přes tělo, použijeme štětečky – různé velikosti i hrubosti – např. kosmetický, na malování, na make up – hladíme na rukou, šimráme na bříšku, jemně hladíme obličej a všímáme si reakcí dítěte (štěteček – symbolizuje křídla motýla – když se nás zlehka dotkne), využijeme šátek, necháme jej pomalu dopadat na dítě, schováme jej pod šátek, zvedneme a opakujeme, jemně necháme šátek spadnout na tělo, obličej, zlehka pohladíme šátkem celé tělo a opakujeme – vytvoříme lehký větřík, šátek dopadá na dítě, šátek je jemný, pohladí, navozuje příjemné pocity
vhodná jsou i peříčka různých velikostí – opět vkládáme do ruky, hladíme ruce, nohy, celé tělo, obličej – necháme se vést intuitivně, reakce dítěte nám napoví

- ❖ **Stimulace vibrační**– k vibraci můžeme využít naše ruce – zavibrujeme na velkých kloubech – např. ramenní kloub, loketní, zápěstí, kyčel, koleno, kotník – modelujeme HK i DK a na velkých kloubech zavibrujeme krásná je tibetská mísa - stimuluje sluch i zároveň vibruje – vibrace se šíří přes dlouhé kosti – rozezvučíme a vložíme do dlaně, na hrudník, záda, lze i na čelo apod., dítě vnímá vibrace a uvědomuje si své tělo
- ❖ **Stimulace vestibulární**– polohování, pohupování, pokud máte houpačku, lze využít, postačí i jemné kolébání a zpívání písničky
- ❖ **Stimulace taktilně - haptická**– již zmíněné vkládání předmětů do rukou, osahat si je, asistované polechtání štětečkem, peříčkem, polechtat vás apod.
- ❖ **Stimulace chuti**– lze využít ovoce – např. jahody, ovocné šťávy, mátovou šťávu, ovocné sirupy, ale i něco sladkého např. nutellu – využít štětičku a vytřít dutinu ústní a pozorovat reakci nebo využít gázu – do ní vložit nastrohané, rozmačkané ovoce a nechat dítě cucat, zjišťujeme, zda mu je chuť příjemná nebo jen otřít rty apod.
- ❖ **Závěrečná relaxace**– lze využít somatickou zklidňující masáž + polohování mumie, nechat působit atmosféru – světla, vůně, hudba, můžeme ztlumit světla Pro děti, které jsou spastické, je velmi přínosné jejich zapolohování do pozice mumie a jemné pohupování.

Rozloučení– zvoneček, zacinká dospělý na rozloučenou a pomůže se rozloučit i dítěti

Vše jsou jen nápady, které můžete využít, stačí vybrat pár aktivit, aby dítě nebylo přesyceno a zmateno, nechte se intuitivně vést, dítě vás povede a napoví, co mu je příjemné a co ne.

Nikam nespěchejte a užijte si společný čas.

