

Pánisová Renáta

**Psychológia, pedagogika
a profesijná komunikácia**

Praktická časť

RUAH

Suchá nad Parnou 2016

Pánisová Renáta

**Psychológia, pedagogika
a profesijná komunikácia**

Praktická časť

RUAH

Suchá nad Parnou 2016

© PhDr. Renáta Pánisová, PhD., 2016

Renáta Pánisová

Psychológia, pedagogika a profesijná komunikácia
Praktická časť

Korektúry Gabriela Spustová
Grafická úprava Michal Trnka

Vydalo Vydavateľstvo RUAH,
Suchá nad Parnou
redakcia.ruah@gmail.com
0908423790

ISBN 978-80-89604-25-8

ÚVOD

Predkladaná praktická časť publikácie *Psychológia, pedagogika a profesijná komunikácia* obsahovo nadväzuje na jej teoretickú časť s rovnomenným názvom.

Praktická časť *Psychológie, pedagogiky a profesijnej komunikácie* zahŕňa kapitoly týkajúce sa základov vývinovej psychológie, sociálnej komunikácie, profesijnej komunikácie, zdravotníckej psychológie a zdravotnej výchovy.

Prvá kapitola sa zaoberá výchovným zamestnaním v jednotlivých vývinových obdobiach. Druhá zahŕňa funkciu komunikácie v interpersonálnom styku a význam neverbálnych signálov ako súčasť neverbálnej komunikácie. V tretej kapitole v rámci profesijnej komunikácie sa osvojuje technika vedenia rozhovoru ako účinnej psychológie pri komunikácii s vybranými skupinami pacientov. Štvrtá kapitola vymedzuje zdravotnícku psychológiu ako základnú problematiku psychológie chorého v zdravotníckej praxi. Skutočnosť, že psychologické vedomosti sú neoddeliteľnou súčasťou práce zdravotníckeho pracovníka, v súčasnosti nie je nutné osobitne zdôrazňovať. Piata kapitola charakterizuje edukáciu vo vzťahu k zdravotnej výchove a prostriedky zdravotno-výchovného pôsobenia.

Praktická časť predloženého textu je spracovaná formou cvičení a pracovných listov k daným témam.

Publikácia *Psychológia, pedagogika a profesijná komunikácia, praktická časť* vychádza zo Štátneho vzdelávacieho programu pre odborné vzdelávanie na SZŠ v študijnom odbore zdravotnícky asistent MZ SR.

Jednotlivé kapitoly sú spracované tak, aby dané témy na seba logicky nadväzovali, sú výsledkom obsahovej analýzy uvedenej odbornej literatúry.

Pracovné listy, cvičenia, postupy, aktivity sú zamerané na praktický výcvik v danej oblasti, slúžia na získanie vedomostí, informácií a vytvorenie vlastných postojov a názorov k študovanej problematike.

Spracovaný materiál je určený pedagógom a študentom nelekárskych zdravotníckych odborov, pracovníkom pomáhajúcich profesií, ale aj zdravotníkom v praxi.

Zámerom publikácie bolo vytvoriť študijný materiál tak, aby viedol k inšpirácii, vlastnej samostatnej úvahe a implementácii poznatkov a postojov v zdravotníckej praxi.

Úprimne ďakujem recenzentom publikácie Doc. PhDr. Monike Jankechovej, PhD., Mgr. Martine Luptákovéj, PhD., MUDr. Miroslavovi Murgašovi a PhDr. Ivete Nádaskej, PhD., ktorí svojimi cennými radami, pripomienkami a námetmi prispeli k jej skvalitneniu. Za grafickú úpravu chcem poďakovať Mgr. Michalovi Trnkovi.

PhDr. Renáta Pánisová, PhD.

1 ZÁKLADY VÝVINOVEJ PSYCHOLÓGIE

1.1 Vývin – charakteristika, periodizácia vývinu človeka

Cvičenie č. 1

Vývin – charakteristika, periodizácia vývinu človeka

Cieľ

Definovať pojem vývin, opísať všeobecné zákonitosti vývinu, objasniť biologický a psychický vývin, opísať štádiá vývinu.

Vymenovať jednotlivé vývinové obdobia životného cyklu človeka.

Inštrukcie k cvičeniu

Vývin je základná zákonitosť každého živého organizmu, množstvo zákonitých zmien, ktoré prebiehajú v určitom slede a je ovplyvnený základnými skupinami faktorov: vnútornými (napr. dedičnosť) a vonkajšími (napr. vplyv prostredia). Vývin je sústavný, súvislý proces a podlieha mu celý organizmus. Vývin sa rozdeľuje na biologický a psychický.

Štádiá vývinu sú evolučné – vzostupné, štádium stabilizácie a involučné – zostupné štádium.

Evolučné – vzostupné je obdobie progresívnych vývinových zmien, vznik nových funkcií a ich zdokonaľovanie, vznik nových funkcií a činností v prevahe nad ich zánikom. Štádium stabilizácie – plató je obdobie, keď sa už novovzniknutá funkcia vypracovala na maximum a už sa ďalej nerozvíja. Involučné – zostupné štádium je slabnutie, degenerácia a zánik funkcií, činností a vznik nových funkcií je menej častý. Vysvetlite vývinové obdobia životného cyklu človeka.

Úloha

Vypracujte do pracovného listu č. 1 vývin – charakteristiku, periodizáciu vývinu človeka. Pracujte vo dvojiciach, potom vaše vedomosti prezentujte pred ostatnými (Šútovec, 1994).

PRACOVNÝ LIST č. 1 k cvičeniu

Vývin – charakteristika, periodizácia vývinu človeka

Vývin – charakteristika, periodizácia vývinu človeka

1.2 Prenatálne obdobie. Novorodenecké obdobie

Cvičenie č. 1

Prenatálne obdobie. Novorodenecké obdobie.

Cieľ

Charakterizovať prenatálne obdobie, opísať fázy prenatálneho obdobia a časové členenie tehotenstva.

Vysvetliť novorodenecké obdobie, opísať systém ROOMING-IN, určiť potreby a nepodmienené reflexy novorodenca, vysvetliť psychologický význam dojčenia.

Inštrukcie k cvičeniu

Prenatálne (vnútromaternicové) obdobie trvá od počatia po pôrod (10 lunárnych alebo 9 kalendárnych mesiacov), 40 týždňov +/- 2 týždne. Ak pôrod nastane pred ukončeným 37. týždňom, hovoríme o predčasnom pôrode, pričom za dolnú hranicu pre šancu plodu na prežitie je podľa súčasných vedomostí a odporúčaní považovaný ukončený 24. týždeň tehotnosti. V tomto období sa vytvárajú všetky potrebné predpoklady pre budúci samostatný vývin plodu.

Novorodenecké obdobie trvá od narodenia do 28. dňa života. Práve v novorodeneckom období sa rozhoduje o adaptácii na život: začína dýchanie, prestavba krvného obehu, vzniká potreba udržať si telesnú teplotu, objavujú sa funkcie tráviace a exkretčné. Je to najrizikovejšie obdobie ľudského života s najväčšou úmrtnosťou. Pôrod je pre novorodenca komplex veľkých fyzických a psychických záťaží.

Vysvetlite prenatálne a novorodenecké obdobie.

Úloha

Pracujte vo dvojiciach, potom vaše vedomosti prezentujte pred ostatnými. Vypracujte do pracovného listu č. 2 prenatálne obdobie a do pracovného listu č. 3 novorodenecké obdobie (Kelnarová, Matějková, 2009; Šútovec, 1994).

PRACOVNÝ LIST č. 2 k cvičeniu
Prenatálne obdobie. Novorodenecké obdobie.

Prenatálne obdobie

PRACOVNÝ LIST č. 3 k cvičeniu
Prenatálne obdobie. Novorodenecké obdobie.

Novorodenecké obdobie

1.3 Výchovné zamestnanie – všeobecne

Cvičenie č. 1

Výchovné zamestnanie – všeobecne

Cieľ

Definovať výchovné zamestnanie, výchovné metódy a výchovný cieľ. Charakterizovať výchovné metódy. Teoreticky opísať písomnú prípravu na výchovné zamestnanie.

Inštrukcie k cvičeniu

Výchovné zamestnanie je zamestnanie osôb rôznych vekových skupín z pohľadu výchovného pôsobenia, edukácie (výchovy, vzdelávania).

Výchovné metódy sú zámerné a systematické postupy, spôsoby a prostriedky, ktorými sa dosahuje výchovný cieľ. **Výchovný cieľ** je niečo, čo sa chce dosiahnuť. Výchovný cieľ je možné uskutočniť nielen výchovnými metódami, ale aj vlastným príkladným správaním, odmenami, sankciami, diskusiami, efektívnou komunikáciou (Kelnarová, Matějková, 2010; Závodná, 2005).

Písomná príprava na výchovné zamestnanie

Dátum: Meno a priezvisko:

Vývinové obdobie:

Úloha:

Výchovný cieľ:

Výchovné metódy: využívame výchovné metódy (napr. vysvetľovanie, presvedčanie, demonštrácia, využitie vzoru, pochvala a sankcie) ale dané metódy sa ešte môžu špecifikovať (napr. opis, rozprávanie, výklad, rozhovor, beseda, počúvanie magnetofónových nahrávok, CD, DVD, rozhlasu, pozorovanie, praktická ukážka – pri výtvarnej, pracovnej výchove). (Kelnarová, Matějková, 2010; Šútovec, 1994; Závodná, 2005)

Výchovné zásady:

Organizácia zamestnania: priestor, miesto, kde sa budú pacienti pri danej činnosti nachádzať (napr. stáť, sedieť, polkruh, koberec, skupiny, stolička)

Pomôcky: výkresy, obrázky, kniha (napr. názov – aká), materiál, ktorý sa používa (napr. listy, kvety, papier), farby, obrázky na vyfarbovanie, pastel (napr. mastný), lepidlo, výkresy s predkreslenými obrázkami, nožnice, časopisy

Metodický postup: postup, čo sa s pacientmi bude robiť, ako sa bude zamestnanie realizovať (napr. zamestnanie trvá pre 2- 3- a 3- 4-ročné deti 10 minút, pre 4- 5- a 5- 6-ročné deti 30 minút, pre mladší a starší školský vek, adolescentov 45 minút, pre dospelých, starých ľudí podľa veku, vzdelania atď.) (Šútovec, 1994).

Záver: zhodnotenie zamestnania s využitím pochvaly, povzbudenie a odloženie pomôcok

Teoreticky opíšete podľa vzoru písomnú prípravu na výchovné zamestnanie.

Úloha

Teoreticky opíšete a do pracovného listu č. 4 napíšete hlavné body výchovného zamestnania všeobecne. Na ďalších hodinách výchovné zamestnanie budete realizovať vo vzťahu k danému vývinovému obdobiu.

Je vhodné sa na danú tému pripraviť aj po praktickej stránke (priniest' si pomôcky, ktoré sú potrebné k výchovnému zamestnaniu). Prakticky predviesť výchovné zamestnanie.

Pracovať budete samostatne alebo vo dvojiciach, potom Vašu písomnú prípravu na výchovné zamestnanie budete prezentovať pred ostatnými.

PRACOVNÝ LIST č. 4 k cvičeniu
Výchovné zamestnanie – všeobecne

Písomná príprava na výchovné zamestnanie

1.4 Výchovné zamestnanie dieťaťa v období dojčat'a

Cvičenie č. 1

Výchovné zamestnanie dieťaťa v období dojčat'a

Cieľ

Navrhnuť výchovné zamestnanie dieťaťa v období dojčat'a.

Inštrukcie k cvičeniu

Výchovné zamestnanie v prvom štvrtroku (1. – 3. mesiac)

K dieťaťu sa skláňať, prihovárať sa mu. 2-mesačné brať do náručia tvárou v tvár a vyvolávať u neho stavy spokojnosti. 3-mesačné dieťa občas popestovať vo zvislej polohe, pridržiavajúc mu hlavu a chrbátik.

V náručí ho hojdať, spievať mu. Jeho radosť a oživenie opätovať. Udržiavať s ním zrakový kontakt. Okrem sluchových, zvukových podnetov poskytovať aj dotykové podnety. Pri prebaľovaní a kúpaní ho hladkať po telíčku.

Pred kŕmením dieťaťu ukázať fľašu, potriať ňou v jeho zornom poli. 2-mesačné dieťa občas uložiť na brucho na 1 – 2 minúty, 3-mesačné dieťa ukladať na bruško častejšie, prihovárať sa mu s tvárou na úrovni jeho tváre, v tejto polohe ho však nenechávame samo.

Nad mladšie dieťa vešať vo vzdialenosti 30 – 40 cm veľké nafukovacie hračky, staršiemu dieťaťu vešať hračky na dosah ruky. Zvuk, ktorý hračka vydá, je dôležitou „odmenou“ dieťaťa za jeho aktivitu (Kelnarová, Matějková, 2010; Šútovec, 1994).

Výchovné zamestnanie v druhom štvrtroku (4. – 6. mesiac)

V 4. – 5. mesiaci žartovaním, šteklením a potľapkávaním po tele vyvolať radosť a hlasný smiech. Na jeho úsmev odpovedať s radosťou a úsmevom (spätná väzba).

V 5. – 6. mesiaci začať robiť žartovné hry (napr. na skrývačku – na krátku chvíľku mu prikryť tvár plienkou, a po stiahnutí povedať „kuk“). Dávať mu možnosť sledovať sa v zrkadle. Sledovať okolie tým, že sa chodí s dieťaťom po miestnosti tak, že nám sedí na dlani a chrbtom sa opiera o náš hrudník.

Spievať mu a rytmicky ním pohybovať. Hračky a predmety vešať na bočnice postelky, čím sa podporuje otáčanie dieťaťa na bok. Pri kŕmení dieťaťa sa hovorí „ham“. Môže sa umožniť búchať o stôl rukami aj hračkami rozličnej kvality, ktoré vydávajú rôzne zvuky.

Dieťa často sa môže priťahovať do sedu – pästičky sa pridržiavajú palcom a prostredníkom. Nechá sa veľa príležitostí na uchopovanie menších hračiek (Kelnarová, Matějková, 2010; Šútovec, 1994).

Výchovné zamestnanie v treťom štvrtroku (7. – 9. mesiac)

S dieťaťom hrať žartovné sociálne hry (napr. schovávačka za plienku, nadhadzovať na kolenách alebo v náručí).

Učíme ho rozumieť reči – každú činnosť vysvetliť jednoducho a zrozumiteľne („ťapi-ťapi, pá-pá, čľap-čľap“).

Priťahovať do sedu, stoja, nechať chvíľu stáť (drží sa bočnic), pritom naň treba dozerať.

Hračky sa ukladajú okolo dieťaťa a podávať mu ich do rúk (Kelnarová, Matějková, 2010; Šútovec, 1994).

Výchovné zamestnanie vo štvrtom štvrtroku (10. – 12. mesiac)

U dieťaťa vyvolať stav radosti, smiechu, hrať sa s ním. Udržiavať stály rečový kontakt, všetky predmety pomenúvať.

Nijaký pohyb nenacvičujeme nasilu, kvalitatívne vyššia forma pohybu sa vyvinie sama. Dieťaťu poskytnúť dostatok priestoru a svojou prítomnosťou pocit bezpečia.

Zamestnať trojrozmernými predmetmi (škatule, vedierka). Ak už samo chodí, nechať ho prenášať ľahké predmety, poskytujú mu pocit istoty, že niečo drží. Odporúča sa aj plávanie (Kelnarová, Matějková, 2010; Šútovec, 1994).

Úloha

Napíšte do pracovného listu č. 5 výchovné zamestnanie dieťaťa v období dojčat'a. Využite teoretické vedomosti i praktické zručnosti. Prakticky ukážte výchovné zamestnanie. Môžete pracovať samostatne, vo dvojiciach alebo v skupinách, potom vaše výchovné zamestnanie prezentujte pred ostatnými.

Prostredníctvom rozhovoru hľadajte rozdiely medzi jednotlivými výchovnými zamestnaniami v jednotlivých štvrtrokoch.

PRACOVNÝ LIST č. 5 k cvičeniu

Výchovné zamestnanie dieťaťa v období dojčat'a

Výchovné zamestnanie dieťaťa v období dojčat'a

1.5 Výchovné zamestnanie dieťaťa v období batolaťa

Cvičenie č. 1

Výchovné zamestnanie dieťaťa v období batolaťa

Cieľ

Navrhnuť výchovné zamestnanie dieťaťa v období batolaťa. Napísať vhodné a nevhodné výchovné zamestnanie v období batolaťa.

Inštrukcie k cvičeniu

Výchovné zamestnanie dieťaťa v období batolaťa

Význam hry v období batolaťa

- navodzuje radosť, uvoľnenie, odpútanie od choroby,
- forma učenia (napodobovanie činnosti dospelého),
- zabezpečiť striedanie podnetov, činností,
- pochváliť dieťa,
- manipulačné hry – vhadzovanie menších predmetov do otvorov (orechy, gaštany), navliekanie, trhanie papiera, listovanie v knihe – leporelo, skladanie stavebnice,
- konštrukčné hry – stavanie stavebníc, kociek,
- prezeranie obrázkov, knižiek – zvieratá s mláďatami, rozoznávajúce časti celku – oči, uši, nohy,
- čmáranie – neopravujeme, nekritizujeme,
- napodobovacie hry – bábiku alebo macka kŕmi, ukladá do kočíka, postieľky, varí, perie,
- hry so spevom, pohybom – „zlatá brána“, rečňovanky, básničky (Šútovec, 1994).

Úloha

Napíšte do pracovného listu č. 6 výchovné zamestnanie dieťaťa v období batolaťa. Využite teoretické vedomosti i praktické zručnosti. Prakticky ukážte výchovné zamestnanie. Môžete pracovať samostatne, vo dvojiciach alebo v skupinách, potom Vaše výchovné zamestnanie prezentujte pred ostatnými.

Do pracovného listu č. 7 napíšte vhodné a nevhodné výchovné zamestnanie v období batolaťa.

Diskutujte o vhodnosti a nevhodnosti výchovného zamestnania batolaťa.

PRACOVNÝ LIST č. 6 k cvičeniu

Výchovné zamestnanie dieťaťa v období batol'at'a

Výchovné zamestnanie dieťaťa v období batol'at'a

PRACOVNÝ LIST č. 7 k cvičeniu

Výchovné zamestnanie dieťaťa v období batolaťa

Výchovné zamestnanie dieťaťa v období batolaťa	
Vhodné	Nevhodné