



# Jednoduché stimulační krabice, které můžete vyrobit a pomoci tak svému autistickému dítěti s rozvojem dovedností

Přeložila Petra Procházková, dobrovolník Mise naděje ([www.misenadeje.cz](http://www.misenadeje.cz))

Mezi mnou a svým bratrem je 15 let rozdíl a pamatuji si dny, kdy jsem matce pomáhala vyměňovat plínky a připravovat kojenecké lahve. Bratr byl velmi zvědavý a už jako batole byl odhodlaný naučit se úplně všechno. Pamatuji si, že jednu dobu se chtěl naučit jména všech hlavních měst v Americe.

To bylo ještě před příchodem internetu, takže jsme vytáhli staré dobré encyklopedie a vyhledávali informace o tom, co ho ten týden zrovna zajímalo. Seriál *Barney & Friends* ho poučil o přátelství, z *Blue's Clues* se naučil zkoumat a dodnes se snažím přijít na to, co si odnesl z *Teletubbies*. Díval se na televizi, hrál si jako každý kluk a chtěl vědět všechno o světě. Šlo mu to snadno, a protože to bylo moje první setkání s učením, myslela jsem si, že je to u všech dětí stejné.

Když můj vlastní syn dorostl do batolecího věku, nechápala jsem, proč se nezvládá učit jazyk. Dělal jsem s ním všechno, co se svým mladším bratrem. Po hodinách terapie jsem si uvědomila, že se prostě učí jinak, ale co je důležitější (díky svým skvělým terapeutům a členům rodiny), že se učí. Bylo potřeba na to jít jinak, ale byl schopný si zapamatovat informace. Jen můj přístup musel být trochu kreativnější. Jedním ze způsobů, jak jsem svému synovi dokázala pomoci učit se o světě a prožívat ho, byly stimulační krabice. Stimulační krabice jsou v podstatě krabice naplněné materiály s různými povrchy. Děti je mohou použít jako nástroj pro zkoumání svých smyslů. A navíc mohou tyto krabice využít rodiče, aby svým dětem pomohli zlepšit se v učebních schopnostech.

Pro začátek sledujte nabídku místních obchodů, abyste sehnali plastové bedny. Kromě menších stimulačních krabic budete potřebovat také větší, kde budete skladovat věci. Já pro uskladnění používám sáčky do mrazáku. Potom budete potřebovat něco na výplň. To může být písek, neuvařená rýže, fazole, uvařené nudle, krém na holení apod. Podle mých zkušeností může pomoci rýži, nudle a fazole obarvit, aby byly vizuálně přitažlivější (použijte k tomu dezinfekční roztok a potravinářské barvivo). Nechávám to hodinu namočené a pak to přendám do plastové misky vyložené papírovými utěrkami, aby to přes noc uschlo. Další den to můžete přesypat do krabice a doplnit dalšími předměty.

Při vymýšlení svých stimulačních krabic nejdříve pracuji s tím, co mám doma. Když se snažím přijít s něčím novým, jdu do Vše za 39,- nakoupit zásoby a inspirovat se. Pokud jste ochotní utratit víc, zkuste hračkárství, kde seženete nejrůznější figurky zvířat, budov a lidí. Moje první stimulační krabice byla o stavbě. Měli jsme doma písek, protože jsme předělávali dvůr. Vzala jsem pár synových autíček, pár kamenů ze dvora, pár korálků z vázy a měli jsme první stimulační krabici!

Už jsme je vytvořili různě zaměřené, od mořských živočichů po velikonoční vajíčka. Skvělé na tom je, že je můžete využít jako pomůcky na podporu řeči, pozornosti na určitý úkol, poslouchání pokynů nebo pro hru na reálné situace. Můžete třeba položit pár misek a hrnků vedle krabice, poprosit dítě, aby přesypalo materiál do hrnku a zdůraznit při tom slova „dovnitř“ a „ven“. Vyndala jsem třeba určitou věc a požádala svého syna, aby ji „na“ něco nebo „pod“ něco položil. Je to skvělý zábavný způsob, jak začít s učením předložek a následováním pokynů! Pokud vaše krabice

obsahuje figurky lidí nebo zvířat, můžete při hře na reálné situace nacvičovat pohyby, jako je „chůze“ nebo „skok“.

Další způsob učení schopností zahrnuje použití obrázků, ale vyžaduje trochu více plánování. Vyfoťte věci, které jsou v krabici. Já jsem je posílala přes internet vytisknout (abych nemusela jít dvakrát) a později jsem si je vyzvedla. Vzala jsem ty obrázky a přilepila je na kus kartonu (používala jsem krabice od cereálií, plenek nebo větší kus kartonu). Můj syn měl pak za úkol přiřadit věci z krabice k obrázkům. Když se v tom zlepšil, vzala jsem věci, které byly velmi podobné, ale lišily se v detailech. Časem byl schopný i tyto věci snadno přiřadit. Byla jsem hrdá na to, že si všech těch detailů všiml.

A nakonec, nejsnazší způsob, jak do využití krabic začlenit matematiku a čtení, je použití čísel a písmen přímo v nich. Například: čísla jsem schovala do jeho krabice s velikonočními vajíčky. Jejich otevíráním a zavíráním si procvičoval jemnou motoriku, a když vyndal všechna čísla ven, srovnal je podle toho, jak jdou za sebou. Pro jinou krabici, konkrétně o žábách, jsem položila čísla na „listy leknínu“ (zelenou plst') a také na žáby. A on musel přiřadit žábu k odpovídajícímu listu. Můžete tam dát také písmena abecedy a nechat vaše dítě, ať je srovná za sebe. Pokud vaše dítě dokáže dobře poslouchat instrukce, můžete je požádat, aby našlo určité písmeno nebo číslo.

Témata a využití stimulačních krabic jsou prakticky nekonečné. Prozkoumávejte různé povrchy, jako třeba perličky nebo plastelínu. Když krabici otevřete poprvé, nechte svoje dítě, ať si s ní jen hraje. Nepobízíte je k žádnému srovnávání ani jiným činnostem. Jen dejte svému synovi nebo dceři čas všechno prozkoumat. Pak, po pár minutách, nacvičujte s tou krabicí nějakou schopnost. Třeba zjistíte, že vaše dítě zvládá následovat pokyny, může třeba říci „dovnitř“ nebo „ven“ (pro některé rodiče autistických dětí to je velká věc). A hlavně, užijte si hraní se svým dítětem, zatímco on nebo ona budou objevovat více z našeho světa.

Z anglického originálu: *Simple Sensory Boxes You Can Make to Teach Your Autistic Child Skills*, z magazínu *Autism Parenting*, vydání 39

Prohlášení:

Autor tohoto článku si nijak nenárokuje autorská práva k ničemu v něm uvedenému. Tento článek není lékařskou radou ani lékařskou pomocí, je určen výhradně k informačním a vzdělávacím účelům a má nekomerční povahu