

# Son-rise Program

Zpracovala: Michaela Píšková

studentka FSS MU, dobrovolník Mise naděje, z.s. ([www.misenadeje.cz](http://www.misenadeje.cz))



## Co je Son-rise Program?



Son-rise je program vytvořený manželi Kaufmanovými poté, co byl jejich synovi diagnostikován autismus. Jejich syn Raun (na obrázku), kterému bylo v době diagnózy naměřeno IQ pod 30, měl podle tehdejších doktorů být umístěn do ústavu. S tím se však jeho rodiče nechtěli smířit a začali s ním doma v koupelně pracovat svojí vlastní metodou - ta pomohla jim i jejich synovi. S velkou dávkou trpělivosti a lásky se Raunovi věnovali a docílili tak jeho vyléčení. Společně poté založili v roce 1974 Autism Treatment Center of America, ve kterém pomáhají s péčí o děti s autismem a zprostředkovávají školení pro rodiče i jiné

pečovatele v metodě Son-rise.

## Základní principy Son-rise

### 1) **Joining** (Aktivní připojení k rituálům a zvláštním činnostem dítěte)



Představte si, že si chcete vychutnat svůj oblíbený film v televizi, který vás opravdu zajímá. Jste pohlceni dějem a opravdu si film užíváte. Najednou k vám někdo přijde a začne vám z pro vás nepochopitelných důvodů film neustále vypínat a nutí vás, abyste s ním šli na procházku. I když to s vámi ten dotyčný myslí dobře, jak se asi budete cítit? Zvednete se a na procházku s ním rádi půjdete? Nebo vás bude jeho přítomnost obtěžovat? Pokud by si však vedle vás sedl a sledoval film s vámi a poté si o něm s vámi nadšeně povídal, nejspíše by byly vaše pocity jiné. A možná pokud vám poté navrhně, zda byste s ním

na procházku šli, budete o jeho nabídce minimálně uvažovat.

Joining je aktivním připojením se k rituálům a zvláštním činnostem dítěte. V praxi může vypadat tak, že pokud dítě např. rádo točí káčou a začne tuto činnost provádět, posadíme se a začneme si s káčou rovněž točit. Prostřednictvím joiningu dosahujeme

spojení s dítětem, stáváme se součástí jeho světa a dáváme mu najevo, že jej bezpodmínečně akceptujeme.

*Poznámka z praxe: Při joiningu se může stát, že s vámi dítě vstoupí do interakce - může vás například začít opravovat v případě, že něco děláte špatně či vám někdy prostě jen věnuje letmý či delší pohled.*

## 2) Využívání motivace dítěte



Son-rise program využívá při práci s dětmi jejich vlastní motivace, aby tak docílil naučení některých principů (zprvu se Son-rise nezaměřuje na osvojení si akademických znalostí, ale na interakci s druhým člověkem - oční kontakt, rozvoj řeči apod.). Proto, abychom mohli dítě něco naučit, musí tak být dostatečně motivováno - motivací se zde však nemyslí odměna jako sladkosti nebo povolení nějaké činnosti.

Využívání motivace dítěte může vypadat takto: Pokud vidíme, že dítě něco chce - kupříkladu hračku nebo nějakou činnost, a vidíme, že je dostatečně motivované, řekneme mu: „*skvěle, teď se na mě ještě podívej, abych si byla jista, že mluvíš se mnou*“. Tímto mu demonstrujeme, že pokud se nám dítě podívá do očí, dostane to, o co nás požádalo. Pokud se nám však do očí nepodívá, nijak ho netrestáme, ani mu danou věc neodepíráme! Hračku nebo činnost stejně dostane, jen ne tak rychle, jako když s námi naváže oční kontakt.



## 3) Energie, entusiasmus a nadšení pro hru

Nadšení učitele je při učení velice důležité - a s dětmi to platí dvojnásob! Nezajímavé téma podané s energičností, zápalem a překypující energií je často mnohem zábavnější než téma pro nás zajímavé, ale prezentované tak nudně, že nejsme schopni udržet pozornost. Entusiasmus a energie se však ne vždy musí projevovat jásavým vřískotem, tiché a nepředstírané

nadšení je stejně cenné.

*Poznámka z praxe: Nepředstírání nadšení a nepřetvařování se je zde velice důležité. Pokud jsme unavení, aktivita nás nebaví, nebo máme špatnou náladu, dítě to z nás okamžitě vycítí a také si s námi nebude tuto aktivitu užívat.*

#### 4) Učení prostřednictvím interaktivních her

V tomto principu je nejdůležitější slovíčko INTERAKTIVNÍ. Interaktivnost zde znamená vzájemné působení - nás a dítěte. Pokud chceme dítě něco naučit, musíme počkat na vhodný okamžik, kdy je s námi dítě v interakci. Pokud je tedy v danou chvíli ve „svém světě“ je spíše vhodné přejít k joiningu, nikoliv se jej snažit za každou cenu zaujmout a něco naučit. Učení prováděné v době, kdy je s námi dítě v kontaktu, je pro něj mnohem cennější a učíme jej také, aby mělo proces učení rádo.

#### 5) Bezpředsudkový a optimistický přístup

Tento princip zní jednoduše, ale je pro práci s dětmi (i s dospělými) opravdu klíčový. Jen pokud věříme v potenciál dítěte a podporujeme jeho rozvoj, je tak tento rozvoj uskutečnitelný. Pokud však k dítěti přistupujeme s předsudečným postojem, že se nikdy nezlepší a nic se nenaučí, je takováto práce opravdu těžká.

*Poznámka: Uplatňuje se zde tzv. princip sebenaplňujícího se prorocství - očekávání, jež ovlivňuje skutečnost tak, že se poté stává pravdivým - stane se to, co jsme čekali.*

#### 6) Rodič jako hlavní terapeut

Rodič je v Son-rise programu tím hlavním odborníkem. Sám nejlépe ví, co je pro jeho dítě nejlepší, tráví s ním nejvíce času, nejvíce se raduje z pokroků, a je nejvíce zklamaný z případných selhání. V programu je rodič aktivně zapojený do péče dítěte a jeho rozvoje.



#### 7) Son-rise herna (bezpečné a klidné prostředí pro dítě)

Je velice důležité vytvořit pro dítě bezpečné a klidné prostředí, které mu umožní po malých dávkách vstřebávat svět kolem něj a připravuje ho na svět venku. Herna je speciální pokoj v domě, který je pro dítě výhradně určený - je zde co nejméně rušivých podnětů, aby se dítě mohlo co nejlépe soustředit na rodiče či dobrovolníka a mohlo se tak lépe učit.

Teprve poté, co se dítě naučí zvládat svoje vlastní prostředí uvnitř domu, je na místě jej seznamovat s okolím vnějším.

## Zkušenosti dobrovolníků s programem Son-rise

(všichni tři se vyjadřují ke zkušenostem s prací s jedním dítětem)

### Jak probíhal váš první kontakt s Tobíkem?

*„Bylo to spíše oťukávání, oba jsme byli ze setkání nervózní - Tobík zkoušel, co vše si může dovolit - škrábání, štipání do paže..a já zkoušela na vše negativní nereagovat, jak jsem byla dříve poučena rodiči - a zjistila že opravdu důležitým aspektem Son-rise je to, že na nesprávné/nechtěné chování nereagujeme.“*

*„První kontakt byl až nečekaně pozitivní! Od rodičů jsem věděla, co Tobíka zrovna baví a podle toho jsem se zařídila! Pak už za mnou Tobík šel bez problémů a při druhém setkání jsme už byli sami v herně.“*

### Jak probíhal joining?

*„Ze začátku bylo pro mě spíše těžké oprostít se od toho, že mě rodiče sledují/mohou sledovat na kameře a naplno se "napojit" na Tobíka. Když se mi to povedlo, začala jsem si všimnout, že Tobík začal více pozorovat, co dělám já, s čím si hraje a začal více vyžadovat, abych se zapojila do jeho aktivity. Někdy, pokud se mu to nakonec nelíbilo, jsem se opětovně vracela k joiningu. A taky jsem se snažila při každém očním kontaktu, nebo jiném uplatňovat jedno ze 3E - Enthusiasm., a opravdu ho chválit a radovat se z každého kontaktu nebo přijetí změny..“*

*„Většinou jsem chodila za Tobíkem na hodinu (1 až 2krát týdně). Ze začátku jsem zkusila poznat, co by Tobík rád dělal a tak trochu jsme se oťukávali a pak už jsme dělali různé činnosti (Tobík měl moc rád schovávání pod matraci, skákání na míči, zpívání, sledování stínů na stěně...) Když Tobík neměl úplně dobrou náladu(nebo vycítil, že já nejsem v pohodě), nechala jsem ho prohlížet IKEA katalog 😊 a za chvíli jsem zkusila nabídnout jinou činnost.“*

*„Třeba to točení s podobnou hračkou, se kterou točil T.“*

### Jakých zlepšení (pokud nějakých) jste si u Tobíka všimla?

*„U Tobíka určitě nastal obrovský pokrok v komunikaci, v adaptaci na změny - především změny v jeho oblíbených činnostech - i kdyby jen malinké. Taky jsme si hodně často vymýšleli svoje vlastní hry (...ale na tuto otázku je těžké odpovědět, protože jsem se stýkala s Tobíkem v 90% v herně, takže těžko říct, jaké změny nastaly v chování mimo hernu..)“*

*„Určitě začal být otevřenější vůči novým lidem, hračkám. Tobík se zlepšil také v samoobsluze a začínal používat více písmen a slov.“*

*„zlepšení ve vztahu ke mně, nebyla jsem už cizí“*

**Čím byla pro něj podle vás metoda Son-rise přínosná?**

*„Určitě především v komunikaci. Jelikož je Son-rise herna koncipovaná tak, aby to dítě donutilo komunikovat, s člověkem v herně, at' už to je žádost o jídlo nebo o hračku... a taky ve zvykání si na změny, na nové lidi...“*

*„Domnívám se, že Tobíkovi vyhovoval přístup jeden na jednoho. Byl rád, když měl daného člověka jen pro sebe.“*

*„Cítil se (většinou) v pohodě, nebyl na něho vyvíjen tlak.“*

**Pracovala jste někdy s autistickými dětmi s jinou metodou, která by fungovala podobně či lépe?**

*„Byla jsem na kurzech HANDLE přístupu, kterou mnoho rodičů, kteří dělají Son rise využívá, a to hlavně v otázce zařazení správné diety a základních aktivit..ale nedá se říct, že tato metoda funguje podobně či lépe..ale jde využít její prvky.“*

*„S autistickými dětmi jsem pracovala ještě na různých praxích, ale s žádným tak dlouhou dobu, takže bohužel nemohu posoudit účinnost jiných metod.“*

**Bylo něco, co by vám na metodě Son-rise nevyhovovalo?**

*„Pro mě bylo ze začátku poměrně těžké zvyknout si na to, že nás někdo při hře v herně pozoruje - i když jen pomocí kamery, tak jsem se soustředila na to jestli vše dodržuji atp. a nemohla jsem se při hře tak uvolnit.. ale to už člověk - pokud mu to vadí - přestane po čase vnímat..hlavně když si uvědomí, jak je to důležité pro obě strany, kdy po každém pobytu v herně dostane zpětnou vazbu od rodiče..což je super...“*

*„Jediná věc, která mě mrzí, je malá možnost propojení metody Son-rise se stávajícím školním systémem.“*

**Jaké hry jste s Tobíkem hráli či jaké aktivity jste dělali?**



*„Většinou to byly hry, které vznikaly buď spontánně, nebo si tak Tobík hrál s jinými dobrovolníky nebo rodiči. Rád si hrál „na něco“ - např. skákání na balonu jsme spojili se startem rakety, když tatíkoví došly balíky, hráli jsme si na „balíkovnu“, vytírali jsme vodu..nebo jsme si vymýšleli vlastní hry - naše oblíbená byla tzv. Tajta (těžko popsitelná:)) ..hodně měl rád hry, které zahrnovaly tělesná kontakt - houpání, hra na kraby, mravence a rybičky (taky těžko se to popisuje).“*

*„Toho bylo více, ale asi si už nevzpomenu na všechno. Hodně jsme hráli na schovávanou pod matracemi, zpívali písničky (Tobík skvěle napodoboval melodie), skákali jsme na míči, dělali bubliny z bublifuku, skládali jsme kostky, pouštěli jsme autíčko po klouzačce, někdy se Tobíkovi líbilo, když jsme na sebe koukali v zrcadle a další....Obecně bych řekla, že nemělo cenu Tobíka do něčeho nutit. I když jeden den fungovalo něco, druhý den to mohlo být naopak. Nemohu říct, co vyloženě nefungovalo nebo fungovalo, hodně záleželo na atmosféře a rozpoložení nás obou. Tobík hodně vycítil, když jsem za ním nešla úplně s prázdnou hlavou.“*

*„Pamatuji si na opakování činností po Tobíkovi, když třeba točil s nějakou hračkou, točila jsem vedle s jinou, občas měl takovou náladu, že si mě vůbec nevšímal, byl ke mě otočený zády, tak nebylo dobré sednout si přímo naproti němu (vadilo mu to, myslím, že se pak zase otočil, aby měl soukromí), ale spíš vedle něho. Mohl vidět, že dělám podobnou činnost a že jsem tam s ním a někdy potom do mého hraní sám začal zasahovat. Jinak si nejvíc pamatuju různé "blbinky", hraní s matrací, lození na okno.. nejlepší asi bylo skákání na matraci, kdy jsem ležela pod matrací on seděl na matraci a já jsem ho zespodu nohama zvedala, myslím, že si pro to našel i nějaké slovo a sám to vyžadoval. Bylo to pro mě celkem fyzicky náročné, ale oba jsme se u toho nasmáli. A vzpomínám si, že se někdy ke mě po takových fyzicky náročných hrách i přitulil- asi nás to celkem sblížovalo. Potom si ještě vzpomínám na bublifuk, to mi myslím navrhli Tobíkovi rodiče, myslím, že oni říkali, že rád chytá bubliny. A nefungovalo (samozřejmě) žádné vysvětlování, k čemu která hračka slouží (např. jezdit autíčkem tak, jak autíčko jezdí)- ale to je zřejmě typické pro autismus obecně.“*

### **Jak byla zařízena herna? Byly zde nějaké speciální pomůcky?**

*„Herna byla zařízena tak jak má být zařízena Son rise herna. Byla to místnost s matrací a velkým zrcadlem. Všechny hračky byly umístěny na policích tak, aby na ně Tobík nemohl dosáhnout - to vybízí dítě ke komunikaci - když chce podat hračku, musí si o ní říct. Stejně to bylo s jídlem a pitím...“*

*„Chodila jsem k rodině, když začínali, takže herna nebyla vybavena úplně podle "doporučení". Ale bylo zde velké zrcadlo, polička s hračkami byla vysoko, aby na ní Tobík nedosáhl a musel si o hračky "říct", Tobíkova postýlka a na zemi matrace. Bezpečný prostor, i když trochu malý.“*

*„Na vysoké polici hračky, na skříni (vysoko) jablko a kapesníky, v rohu matračka, myslím postýlka (možná ne vždy)“*

## Jaký vliv mělo podle vás užívání metody Son-rise na Tobíkovu rodinu?

*„Ta otázka by asi měla být položena rodičům Tobiáška - nesetkávali jsme se příliš často mimo hernu - jen ohledně konzultací o hře v herně. Ale myslím si, že to byl hlavně rozvoj komunikace, dobrovolníci, kteří částečně ulehčili práci rodině, učení zvykání si na změny...“*

*„Trochu těžko se posuzuje, jaký vliv měl samotný Son-rise, protože se zajímali i o HANDLE a další "alternativní" metody, ale jsem přesvědčená o tom, že vliv byl pozitivní. Myslím, že rodiče viděli na Tobíkovi pokroky, a to každého rodiče povzbudí. Kromě toho se do Son-rise zapojovala i Tobíkova sestra a myslím, že i na ní byly vidět kladné posuny.“*

## Doporučené zdroje věnující se Son-rise programu

### Internetové stránky:

- <http://www.srp-terapeut.cz/>
- <http://www.autismtreatmentcenter.org/> - anglicky

### Videa:

- <https://www.youtube.com/watch?v=NeJUK-rXcyQ> - anglicky o Son-rise
- Hodně najdete na youtube, zaměřené na vysvětlování principů Son-rise - anglicky, např.:  
<https://www.youtube.com/watch?v=NUWkLwU2iAI>,  
<https://www.youtube.com/watch?v=nRTgrCKY16Q>,  
[https://www.youtube.com/watch?v=8huGaPzX5\\_8](https://www.youtube.com/watch?v=8huGaPzX5_8)
- S dětmi v Son-rise programu - hlavně anglicky, ale u některých to není tak podstatné:  
[https://www.youtube.com/watch?v=SC3LeEg\\_8TQ](https://www.youtube.com/watch?v=SC3LeEg_8TQ),  
<https://www.youtube.com/watch?v=mbVEW5RO91g>,  
<https://www.youtube.com/watch?v=9auYQOILUKo4> - film o Raunovi Kaufmanovi, synovi zakladatelů Son-rise programu

### Prohlášení:

Autor tohoto článku si nijak nenárokují 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.