



KNIHA BEZPEČNÉHO KONTAKTU

Facilitační nástroj pro pracovníky v přímé péči

Reedice publikace byla podpořena z ESF prostřednictvím OPZ
v rámci projektu BESIT – Bezpečná síť tranzitní péče,
reg. č. CZ.03.2.X/0.0/0.0/17_076/0011360.



Evropská unie
Evropský sociální fond
Operační program Zaměstnanost



Obsah

KONTAKT SE MNOU	2
JAK KOMUNIKUJI	3
SMYSLOVÉ VNÍMÁNÍ	4
STRAVA	6
HYGIENA	8
USÍNÁNÍ A SPÁNEK	10
ZÁTĚŽ	12
MOJE ZDRAVÍ	13
JÁ A SPOLEČNOST	14
JAKÁ PROSTŘEDÍ MÁM RÁD(A) ...	15
MOJE OBLÍBENÉ ČINNOSTI	16
MOJE OBLÍBENÉ	16



Kontakt se mnou



» Jmenuji se:

» Mám rád toto oslovení:

.....

» Nemám rád(a), když mě někdo oslovuje:

.....

» Když se necítím v přítomnosti nějaké osoby dobře, tak se projevuji:

.....

.....

.....

» K tomu, abych se cítil(a) v přítomnosti nového člověka bezpečně, potřebuji:

.....

.....

.....

Jak komunikuji



- » Komunikaci navazuji přes:  zrak ☐  sluch ☐  dotek ☐

jinak:

- » Když mám radost, poznáte to podle toho, že:

.....

- » Když mám strach, poznáte to podle toho, že:

.....

.....

- » Když se mi něco nelíbí, projevuji se takto:

.....

.....

- » Raději komunikuji s (dospělými/vrstevníky/mladšími dětmi/staršími dětmi):

.....

.....

Smyslové vnímání



» Mám rád(a) tyto dotečky:

.....

» Nemám rád(a) tyto dotečky (jaké, kde, od koho):

.....

» Má oblíbená píseň (jsem zvyklý/á na reprodukovanou nebo zpívanou hudbu?):

.....

» Má oblíbená říkanka:

.....

» Má oblíbená pohádka:

.....

» Můj oblíbený film/seriál:

.....

Smyslové vnímání



- » Mám rád(a) vůni:
- » Nemám rád(a) vůni:
- » Mám rád(a) teplotu v místnosti (stupně Celsia, v létě, v zimě, ve dne, v noci):
.....
- » Mám rád(a) tyto materiály:
.....
- » S jakým materiálem nemám rád(a) kontakt:
.....
- » Moje oblíbená hračka je:
.....
- » Rád(a) se dívám (z okna, do obrázkové knížky, na specifická světélka atd.):
.....

Strava



» K snídani/obědu/večeři mám oblíbené tyto pokrmy a nápoje:

.....

.....

.....

» Nemám v oblíbě tato jídla (v jaké formě):

.....

.....

.....

» Nemám v oblíbě tyto nápoje:

.....

» Jídlo mám raději (teplé/studené):

» Obvykle snídám/obědvám/večeřím v tuto dobu:

.....

Strava



» Jím (pomalu/rychle, s jakým příborem, s čím potřebuji pomoci):

.....
.....

» Při jídle mám tyto zvyky:

.....
.....

» Piji z (hrnku, lahve atd.):

.....

» Raději mi nedávejte tyto pokrmy (mohly by mi uškodit / mohlo by mi po nich být špatně):

.....
.....
.....
.....

Hygiena



- » Koupu se v tuto denní dobu:
- » Myji se ve (vana/sprcha):
- » K umývání upřednostňuji (ruku/žínku/houbu):
- » Přípravek, kterým jsem umýván(a) (uvedte přesný název produktu a jeho formu – tekuté mýdlo, pevné atd.):
- » Vlasy si myji (jak často):
- » Vlasy si myji (čím – přesná značka, typ):
- » Při a po koupání jsem zvyklý/á na tento postup:
.....
.....

Hygiena



» Při koupání jsem zvyklý/á na (hudbu, zpěv, povídání, hračku atd.):

.....
.....

» Po koupání jsem zvyklý/á na tento přípravek (mléko/olej, uveďte přesný název a typ produktu):

.....
.....

» Při mé hygieně raději neaplikujte tyto výrobky (mohly by mě podráždit):

.....
.....
.....

Usínání a spánek



- » Obvykle chodím spát v (hodiny):
- » Před spánkem jsem zvyklý/á na (pohádka, koupel, píseň atd.):
.....
.....
- » Pro klidné usnutí potřebuji (hudba, ticho, světlo, dudlík, hračka, hlas dospělého atd.):
.....
.....
- » Usínám obvykle v této poloze:
.....
.....
- » Spím v tomto nočním prádle (pyžamo — dlouhé/krátké/kombinace, noční košilka — dlouhý rukáv/krátký rukáv):
.....

Usínání a spánek



» Mám rád(a) takovéto ložní prádlo (materiál, barva, tloušťka, velikost polštáře):

.....

.....

» Jsem raději přikrytý/odkrytý/zachumlaný v peřince:

.....

» Jak často spím a jak dlouho:

» V jakém prostředí spím (barvy stěn, obrazy, hračky atd.):

.....

.....

» Když spím, mám raději:

- ☐ otevřené okno
- ☐ zavřené okno
- ☐ rozsvícenou lampičku
- ☐ tmu

Zátěž



» Zátěžové jsou pro mě momenty (kde, s kým, v jaké situaci — např. návštěva lékaře, bouřka, hluk od vysavače, zvířata aj.):

.....

.....

.....

» Když jsem v zátěžové situaci, projevuji se takto:

.....

.....

.....

» V zátěžových situacích mi pomáhá (kdo, co, v jaké míře):

.....

.....

.....

Moje zdraví



» Můj zdravotní stav mě omezuje v tomto (typy her, stravování, komunikace):

.....

.....

» Můj zdravotní stav vyžaduje od mého okolí:

.....

» Když mi není dobře, projevuje se to takto:

.....

» Když mi není dobře, obvykle mi pomůže:

.....

» Když si se mnou už dospělý neporadí, měl by zavolat tuto osobu (např. jméno lékaře):

.....

.....

Já a společnost



» V mém životě jsou pro mě důležité tito lidé:

.....

.....

» V mém životě je pro mě důležité toto zvířátko (zvíře, jeho jméno):

.....

.....

» Ve skupině dětí se projevuji (společensky, samotářsky, projevuji starost o druhé, jsem oblíbený/á, neoblíbený/á):

.....

.....

» Cítím se dobře ve společnosti (více lidí, jen blízkých lidí, jen dětí starších/mladších/vrstevníků, jen dospělých):

.....

Jaká prostředí mám rád(a)



» Hřiště (kde, na čem si tam hraji, čeho se tam bojím):

.....
.....

» ZOO (která zvířátka mám rád(a) a kterých se bojím):

.....
.....

» Knihovna

» Nádraží

» Výstavy

» Další (divadlo — na co a kam rád(a) chodím, kino — na co a kam rád(a) chodím, dětský koutek — kde a co v něm mám rád(a), bazén apod.):

.....
.....

Moje oblíbené činnosti



» Co rád(a) dělám uvnitř:

.....

.....

» Co rád(a) dělám venku:

.....

.....

» Jaké činnosti rád(a) pozoruji:

.....

.....

» **MOJE OBLÍBENÉ** (něco dalšího, co ještě nebylo zmíněno):

.....

.....

.....

.....



ŠAFRÁN dětem, o.p.s.

Klimentská 1, 110 00 Praha 1

Číslo účtu: 4200196421/6800

www.safrandedetem.cz



Podpořeno grantem z Islandu, Lichtenštejnska a Norska.