

***Ked' sa dieťa s poruchou
autistického spektra hnevá
– premena záchvatu na
porozumenie***

Mgr. Ľudmila Rakovanová



Autorské práva a údaje

Názov diela:

Keď sa dieťa s poruchou autistického spektra hnevá – premena záchvatu na porozumenie

Autor:

Mgr. Ľudmila Rakovanová

Vydavateľ:

Mgr. Ľudmila Rakovanová

Rok vydania:

2025

ISBN:

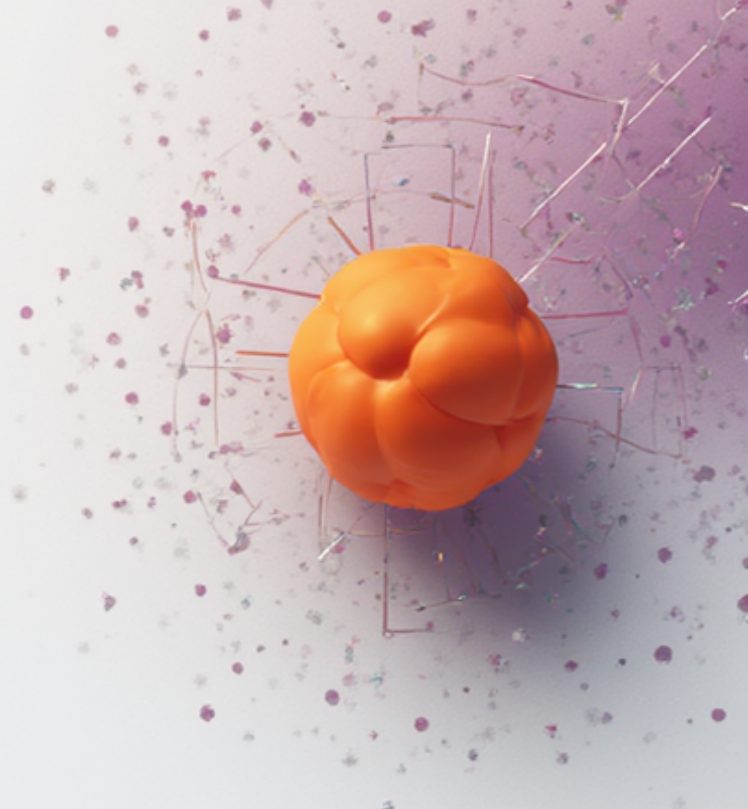
987-80-570-7470-0

Práva:

Všetky práva vyhradené. Toto dielo, ani žiadna jeho časť, nesmie byť kopírované, reprodukované, šírené alebo použité v akejkoľvek forme či elektronickom systéme bez písomného súhlasu autorky.

Upozornenie:

Akkoľvek neoprávnené šírenie, zdieľanie alebo predaj tohto e-booku predstavuje porušenie autorského zákona (zákon č. 185/2015 Z. z. o autorskom práve).



Milý rodič,

viem, že táto cesta nie je jednoduchá. Sú dni, keď sa cítiš bezmocne, keď už nevieš, čo skúsiť ďalej a vyčerpá ťa aj ten najmenší náznak hnevu tvojho dieťaťa. Ak sa tak cítiš práve teraz, chcem, aby si vedel, že v tom nie si sám. Tento e-book vznikol preto, aby ti pomohol porozumieť — nie poučovať, kritizovať či hodnotiť.

Dovoľ mi, aby som sa predstavila. Volám sa Mgr. Ľudmila Rakovanová a som špeciálna pedagogička so zameraním na poruchy autistického spektra, diagnostiku a poradenstvo. Vyštudovala som s červeným diplomom a svoje vedomosti denne pretváram do praxe pri práci s deťmi, ktoré sa stretávajú so silnými emóciami, senzorickým preťažením a náročnými zmenami rutiny.

Všetky stratégie, ktoré v tejto knihe nájdete — od vizuálnych pomôcok až po jednoduché riešenia situácií spojených s hnevom, sú overené v reálnych podmienkach a vychádzajú z moderných prístupov špeciálnej pedagogiky a neuropsychológie. Mojim cieľom je, aby ste v týchto riadkoch našli oporu, pochopenie a konkrétne nástroje, ktoré fungujú aj v dňoch, keď máte pocit, že už nemáte silu pokračovať.

Cieľom týchto stránok nie je zmeniť vaše dieťa, ale ponúknuť vám nový pohľad na jeho správanie. Hnev nie je neposlušnosť. Hnev je signál — volanie nervového systému o pomoc. Spoločne sa naučíme rozpoznať tieto signály skôr, než prerastú do búrky, a objavíme spôsoby, ako reagovať pokojne, bezpečne a s porozumením.

Tento e-book je váš sprievodca v náročných chvíľach, nie učebnica. Nájdete v ňom overené kroky, vizuálne pomôcky aj jednoduché návody, ktoré môžete začať používať okamžite, aj v dňoch, keď máte pocit, že nevládzete.

A nezabúdajte: netreba byť dokonalým rodičom. Stačí byť rodičom, ktorý zostáva nablízku, keď je búrka silná a ktorý je dieťaťu oporou aj vtedy, keď je unavené, preťažené a bezbranné.

Obsah a štruktúra e-booku

Tento e-book je rozdelený do troch hlavných fáz, ktoré odrážajú prirodzený cyklus preťaženia, reakcie a obnovy, u dieťaťa aj u rodiča.

Fáza I. Porozumenie

Kapitola 1: Čo sa deje v mozgu dieťaťa počas hnevu

Pomáha pochopiť, že správanie má svoj dôvod a že regulácia začína pochopením.

Fáza II. Akcia / Stratégia

Kapitola 2: Ako rozpoznať spúšťače

Kapitola 3: Ako reagovať počas hnevu (krok za krokom)

Kapitola 4: Ako predchádzať hnevu

Tieto kapitoly Vám poskytnú konkrétne návody a reakčné postupy pre bežné aj náročné situácie doma, či na verejnosti. Naučíte sa, ako reagovať bez kriku, ako predvídať spúšťače a ako si zachovať pokoj aj vtedy, keď sa dieťa hnevá najviac.

Fáza III. Rast a Regenerácia

Kapitola 5: Po búrke – ako obnoviť vzťah

Pomáha rodičovi aj dieťaťu znovu sa spojiť po náročnom dni a obnoviť dôveru.



Vážení čtenáři, právě jste dočetli ukázkou z knihy Keď sa dieťa s poruchou autistického spektra hnevá - premena záchvatu na porozumenie. Pokud se Vám ukázka líbila, na našem webu si můžete zakoupit celou knihu.