



Sebahodnotiaci dotazník pre osoby do 15 rokov

Všeobecné pravidlá hodnotenia:

Pri každej z 12 otázok priraďujete stupeň ťažkosti podľa vlastného subjektívneho pociťovania **0 až 4**:

0 = Žiadne ťažkosti: Činnosť sa zvláda bez problémov.

1 = Mierne ťažkosti: Úkon vyžaduje zvýšenú námahu alebo občasnú pomoc.

2 = Stredné ťažkosti: Máte výrazné problémy a vyžadujete pravidelnú pomoc.

3 = Vážne ťažkosti: Máte závažné problémy a potrebujete neustálu pomoc inej osoby.

4 = Extrémne ťažkosti / neschopnosť: Činnosť vôbec nedokážete vykonať.

Nasledujúca tabuľka má informatívny charakter a slúži len ako **orientačná pomôcka pri vypínaní sebahodnotiaceho dotazníka do 15 rokov**. Obsahuje otázky z dotazníka, príklady doplňujúcich otázok a odporúčania na opis bariér a sociálnych dopadov v každodennom živote osoby so znevýhodnením. Súčasťou tabuľky sú aj informatívne formulácie do komentára vychádzajúce z metodík a dôvodovej správy

	Otázka	Na čo sa zamerať v komentári Pomôcka pre rodiča/opatrovníka	Vzorový zápis do komentára (Čo napísať)
1.	Má ťažkosti s počutím zvukov, hlasov ľudí alebo hudby?	<ul style="list-style-type: none">Má dieťa problém lokalizovať zdroj zvuku v priestore?Rozumie reči len v tichu a v hlučnom prostredí (škola, ulica) je dezorientované?Reaguje len na veľmi silné podnety (napr. krik, búchanie)?Vyžaduje kvôli sluchu neustály vizuálny kontakt s hovoriacim?	Bez neustáleho očnému kontaktu s hovoriacim dieťa reči nerozumie. V hlučnom prostredí triedy je dezorientované a nereaguje na pokyny.
2.	Má ťažkosti s videním?	<ul style="list-style-type: none">Naráža dieťa pri pohybe do predmetov alebo osôb?Má problém s vnímaním hĺbky (napr. pri vstupovaní do vane alebo chôdzi po schodoch)?Má problémy s videním z dôvodu Centrálnnej poruchy zraku?Vidí predmety, ale mozog ich nevie spracovať?Má ťažkosti s identifikáciou predmetov dennej potreby (napr. hygienických potrieb)?	Dieťa pri chôdzi po schodoch nevie odhadnúť hĺbku, zastavuje sa a vyžaduje fyzické vedenie za ruku, inak hrozí pád.
3.	Má ťažkosti s pohybom alebo chôdzou?	<ul style="list-style-type: none">Je chôdza neistá, ataktická alebo vyžaduje neustálu oporu / držanie za ruku?Zvládne chôdzu po rovine, ale akýkoľvek sklon terénu a/alebo	Chôdza trvá 3x dlhšie ako u dieťaťa rovnakého veku, pohlavia bez znevýhodnenia. Dieťa je rýchlo unavené a vyžaduje neustálu motiváciu a fyzickú pomoc.



		<p>schody sú preň neprekonateľnou bariérou?</p> <ul style="list-style-type: none">• Je chôdza výrazne pomalšia než u detí rovnakého veku, pohlavia bez znevýhodnenia?• Vie dieťa chodiť alebo len behá?	
4.	Má ťažkosti zdvihnúť malé predmety rukou?	<ul style="list-style-type: none">• Má problém s jemnou motorikou – neudrží lyžičku, nevie uchopiť ceruzku?• Nedokáže manipulovať s gombíkmi, zipsami alebo si zaviazať šnúrky (vo veku, kedy to deti rovnakého veku, pohlavia bez znevýhodnenia vedia)?• Predmety mu z rúk vypadávajú kvôli slabému úchopu, trasu rúk alebo svalovej slabosti?	<p>Kvôli svalovej slabosti dieťa neudrží lyžičku a nevie si samo zapnúť gombíky.</p> <p>Pri každom jedle a obliekaní vyžaduje plnú pomoc rodiča.</p>
5.	Má ťažkosti porozumieť vám?	<ul style="list-style-type: none">• Potrebuje dieťa krátke a jasné príkazy (napr. „sadni si“ namiesto zložitej vety)?• Rozumie informáciám len vtedy, ak sú podporené obrázkami alebo gestami (napr. piktogramy)?• Chápe význam slov v prijateľnom štandarde v porovnaní s deťmi rovnakého veku, pohlavia bez znevýhodnenia?• Má dieťa problém vyhodnotiť nebezpečenstvo, o ktorom ho informujete?	<p>Dieťa rozumie informáciám len vtedy, ak sú podporené piktogramami.</p> <p>Pri bežnej reči bez obrázkov nedokáže vyhodnotiť pokyn ani nebezpečenstvo.</p>
6.	Keď hovorí, majú ľudia mimo domácnosti problém mu/jej porozumieť?	<ul style="list-style-type: none">• Rozumejú dieťaťu ľudia mimo rodiny?• Je dieťa úplne neverbálne alebo komunikuje len zvukmi, ktorým rozumie výhradne rodič?• Používa alternatívnu komunikáciu (tablet, posunky, AAK), ktorej cudzia osoba bez asistencie nerozumie?• Musíte pre dieťa neustále „prekladať“ pri kontakte s okolím (napr. u babky, u lekára)?	<p>Dieťa je neverbálne a používa komunikačný tablet (AAK).</p> <p>Cudzia osoba v obchode alebo u lekára mu bez môjho tlmočenia vôbec nerozumie.</p>
7.	Má ťažkosti sústrediť sa na činnosť, ktorá ho/ju baví?	<ul style="list-style-type: none">• Odvádza jeho pozornosť akýkoľvek vonkajší podnet (zvuk, pohyb v miestnosti)?	<p>Dieťa pri aktivite (napr. kreslenie) neobsedí viac ako 2 minúty, vyžaduje moju neustálu fyzickú prítomnosť a</p>



		<ul style="list-style-type: none">• Potrebuje neustále povzbudzovanie a inštruovanie (dohľad), aby v aktivite pokračovalo a dokončilo ju?• Skáče od jednej činnosti k druhej bez reálneho výsledku?	verbálne usmerňovanie, inak činnosť okamžite opúšťa.
8.	Dokáže sa naučiť nové veci (napr. ako sa dostať na nové miesto – domov, škôlka, ihrisko)?	<ul style="list-style-type: none">• Potrebuje na naučenie sa jednoduchej trasy (napr. do školy) mnohonásobne viac opakovaní ako dieťa rovnakého veku, pohlavia bez znevýhodnenia?• Má problém zapamätať si nové pravidlá hry alebo školské postupy?• Vyžaduje každodenný nácvik zručností, ktoré zdravé deti získavajú prirodzene?	Dieťa si nevie zapamätať cestu na ihrisko ani po 20 opakovaní. Vyžaduje každodenný nácvik základných zručností, ktoré zdravé deti v jeho veku získavajú prirodzene.
9.	Dokáže sa prispôbiť zmenám vo svojej rutine?	<ul style="list-style-type: none">• Reaguje dieťa agresívne, úzkostne alebo záchvatom hnevu, ak sa zmení čas obeda alebo trasa prechádzky?• Potrebuje vopred pripravený vizuálny rozvrh dňa, aby zvládlo prechody medzi činnosťami?• Zvládne presun do inej triedy alebo zmenu učiteľa bez výrazného emočného stresu?	Akákolvek zmena v dennom rozvrhu vyvoláva u dieťaťa afektívny záchvat (krik, hádzanie sa o zem). Pre zvládnutie presunu do inej triedy potrebuje vopred pripravený vizuálny plán.
10.	Má ťažkosti so sebaobsluhou (jedenie, obliekanie, hygiena)?	<ul style="list-style-type: none">• Vyžaduje dieťa kŕmenie, alebo aspoň neustály dohľad, aby pri jedení neprestalo žuť?• Potrebuje neustálu pomoc pri hygiene (napr. nastavenie teploty vody kvôli riziku obarenia)?• Vyžaduje dieťa plienkovanie alebo pomoc pri očistení na WC (vo veku nad 5-6 rokov)?	8-ročné dieťa musím kŕmiť kvôli motorickému postihnutiu a vyžaduje neustálu pomoc pri hygiene a obliekaní, čo u dieťaťa rovnakého veku, pohlavia bez znevýhodnenia, nie je potrebné.
11.	Má ťažkosti skamarátiť sa?	<ul style="list-style-type: none">• Izoluje sa od detí alebo na ne reaguje nevhodne (napr. krikom, strkaním) kvôli diagnóze (napr. PAS)?• Má panické ataky pri stretnutí s cudzími ľuďmi alebo v detskej skupine?• Nedokáže nadviazať sociálny kontakt bez aktívnej pomoci rodiča?	Dieťa je v skupine vrstovníkov úplne izolované, nedokáže nadviazať sociálny kontakt a pri pokuse iného dieťaťa o hru reaguje útekem alebo panikou.



12	Má ťažkosti s ovládaním svojho správania?	<ul style="list-style-type: none">• Má dieťa záchvaty autoagresie (bije sa, kope, hryzie sa) alebo afektívne stavy?• Nedokáže ovládať svoje impulzy a vyžaduje neustály dohľad kvôli bezpečnosti svojej alebo okolia?• Má diagnostikovanú poruchu správania, ktorá znemožňuje bežné fungovanie v spoločnosti?	Z dôvodu diagnózy dieťa neovláda svoje impulzy, ubližuje si (hryzie sa do rúk) a vyžaduje nepretržitý dohľad 24/7 kvôli zaisteniu vlastnej bezpečnosti.
----	--	---	---

💡 **Strategická rada pre doplňujúce otázky (D1 – D3)**

Na konci dotazníka nájdete otázky na **počet dní v mesiaci**, kedy boli ťažkosti prítomné:

- **D1 (Prítomnosť ťažkostí):** Ak ide o trvalý alebo dlhodobý pretrvávajúci stav, uvádza sa spravidla **30 dní**.
- **D2 (Neschopnosť uskutočniť aktivity):** Uvádza sa počet dní v mesiaci, počas ktorých dieťa pre zdravotný stav nebolo schopné vykonávať bežné aktivity (napr. ísť do školy, na krúžok alebo von).
- **D3 (Obmedzenie aktivít):** Uvádza sa počet dní v mesiaci, počas ktorých dieťa činnosti vykonávalo, ale so značným obmedzením, bolesťou alebo ich muselo predčasne ukončiť kvôli extrémnej únave.

Záverečná časť dotazníka: Tu máte priestor opísať **vzdelávacie aktivity** (napr. individuálny vzdelávací program – IVP) a **voľnočasové aktivity**. Ak dieťa potrebuje sprievod asistenta na krúžok alebo do školy, toto je miesto, kde to treba jasne uviesť, aby to lekár mohol premietnuť do návrhu kompenzácií.

Napíšte tam odpovede napr. na tieto otázky:

- Má dieťa individuálny vzdelávací plán (IVP) a asistenta v škole?
- Chodí/nechodí na voľnočasové aktivity?

💡 **Záverečná rada pre rodičov/opatrovateľov k vyplneniu sebahodnotiaceho dotazníka**

- Do dotazníka píšete **reálny stav**, nie ten ideálny. Ak sa ťažkosti počas mesiaca menia (kolíšu), vychádzajte z prevládajúcej miery ťažkostí v posudzovanom období. Všetky vaše vyjadrenia v sebahodnotiacom dotazníku slúžia ako podklad pre sociálneho pracovníka, ktorý vás následne navštívi doma.
- Pri vypíňaní sebahodnotenia si vždy predstavte stav **bez kompenzačných pomôcok** (napr. bez vozíka), **bez pomoci alebo dohľadu inej osoby**. ÚPSVR zisťuje reálnu odkázanosť bez tejto podpory.
- **Využite odpovede sebahodnotiaceho dotazníka aj v rámci sociálnej posudkovej činnosti.**