

INHIBICE

Pracovní list



RETORE
REMEMBER TO REMEMBER



Financováno
Evropskou unií

INHIBICE

ÚVOD

Poznámka pro administrátora

Princip úlohy

Principem úloh go/no go je reagování na jeden podnět, zatímco reakce na jiný podnět je inhibována. Souvisí s kognitivní funkcí, která se nazývá inhibice (inhibiční kontrola). Jedná se o schopnost zadržet nebo potlačit nevhodné chování, odpověď či motorickou reakci před jejím zahájením. Inhibiční kontrola je důležitým aspektem lidského fungování, protože umožňuje vyhodnotit důsledky nepřiměřených reakcí. Zároveň dojde k výběru a aplikaci vhodnější reakce na konkrétní podnět.

Proč trénovat

Při nedostatečné inhibiční kontrole dochází ke špatně regulovanému a impulzivnímu chování. Snížená může být schopnost odolávat pokušení či oddálit uspokojení (např. odměnu). Neschopnost zabraňovat neefektivním reakcím v chování může být spojena s obtížemi v učení se prostřednictvím opakovaných pokusů (chybějícím zkušeností). Snížená inhibiční kontrola je také často spojována s poruchami pozornosti s hyperaktivitou (ADHD).

Edukace pro klienta

Cvičení pomáhá pro trénink schopnosti rychle a adekvátně reagovat na různé podněty. Inhibiční kontrola nám pomáhá lépe zvládat situace, které mohou nastat při řešení nejrůznějších každodenních problémů. Pomáhá potlačit nevhodné reakce, odolat pokušení, a tím předcházet některým problémům, které souvisejí s impulzivním chováním.

Pomůcky

- Psací potřeby
- Pracovní karta pro klienta
- Karta pro administrátora



INHIBICE

ÚKOLY

1) Úkol

Budu Vám ukazovat obrázky. Pokud uvidíte slunce, udělejte čárku. Pokud uvidíte mrak, udělejte tečku. Pokud uvidíte něco jiného, nedělejte nic.

Příloha 1/2



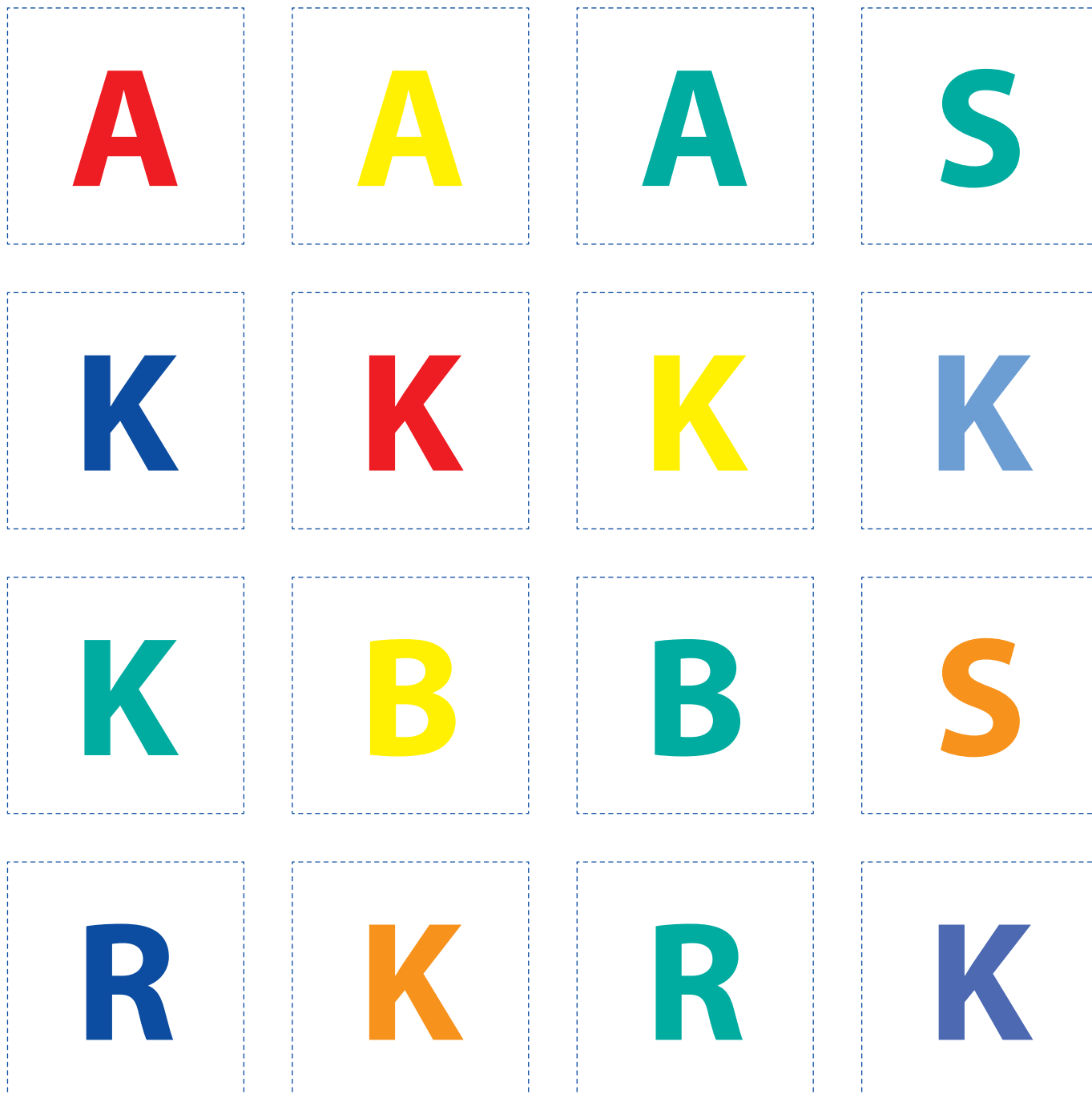
Příloha 2/2



2) Úkol

Budu Vám ukazovat písmena. Tleskněte, pokud uvidíte modré písmeno K. Poznámka: Počítají se všechny odstíny modrého K.

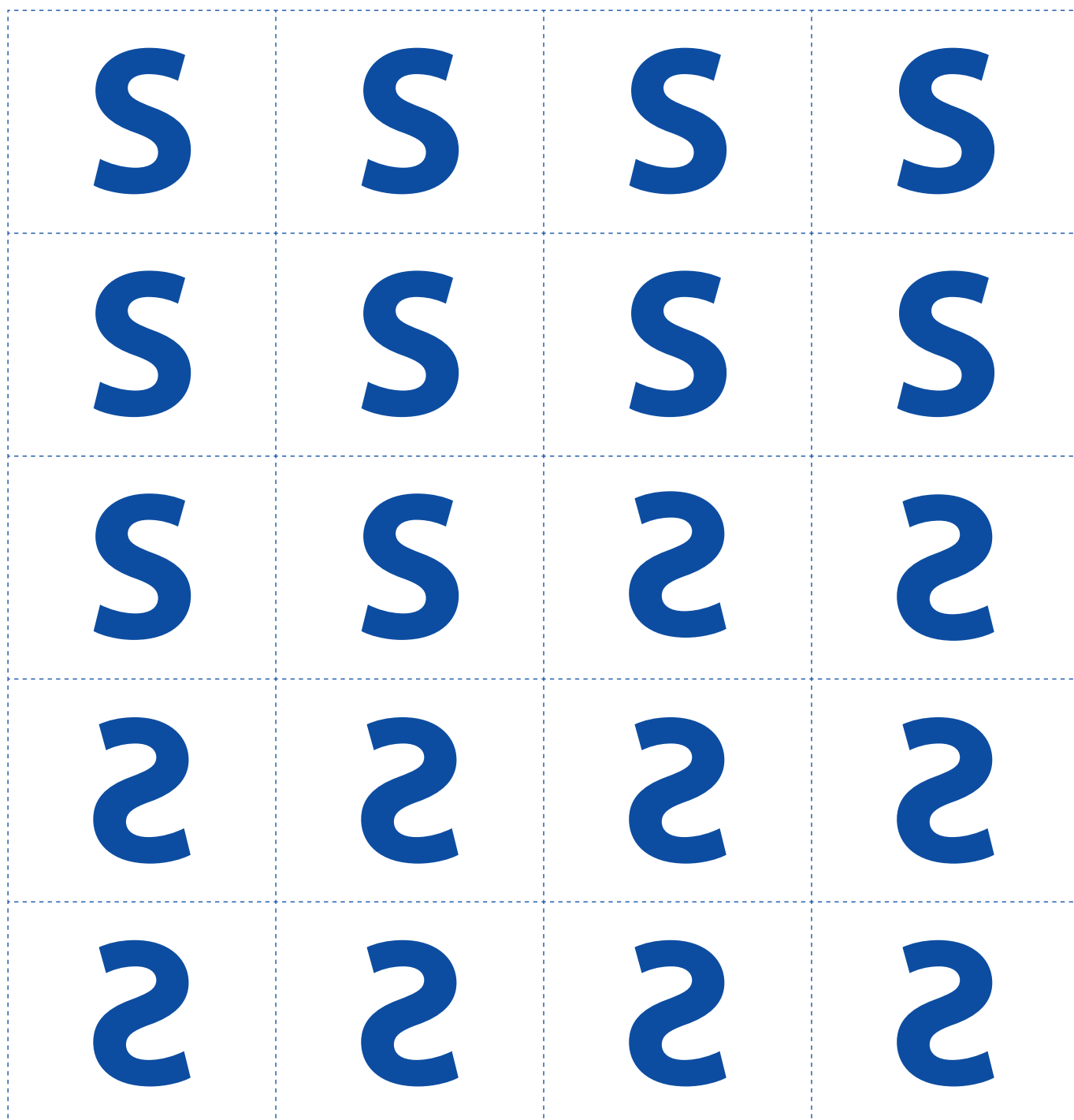
Příloha 1



3) Úkol

Budu Vám ukazovat obrázky. Zvedněte ruku jen tehdy, pokud uvidíte tento obrázek: obrácené S (úloha A), běžné M (úloha B).

Příloha 1/2

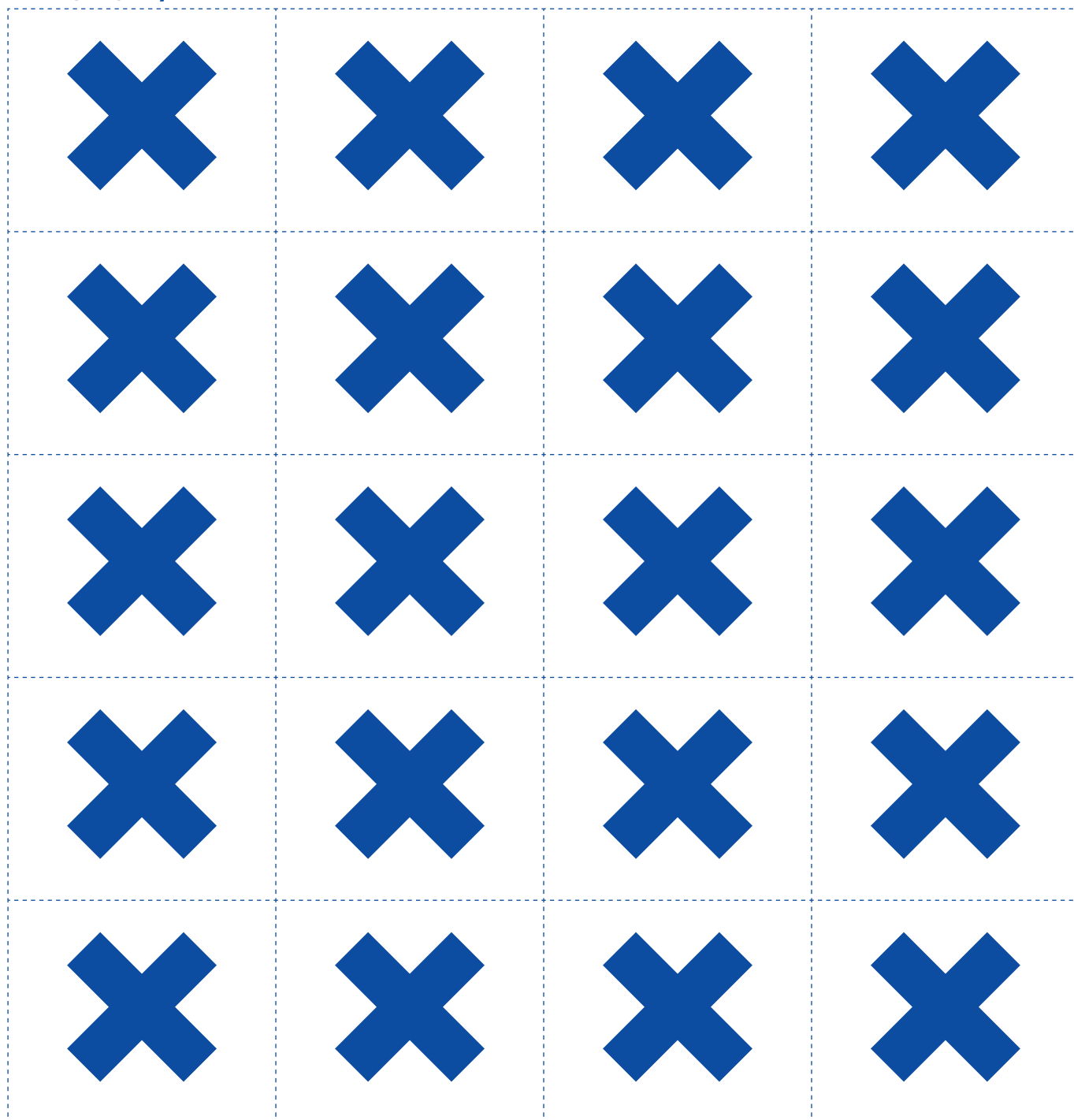




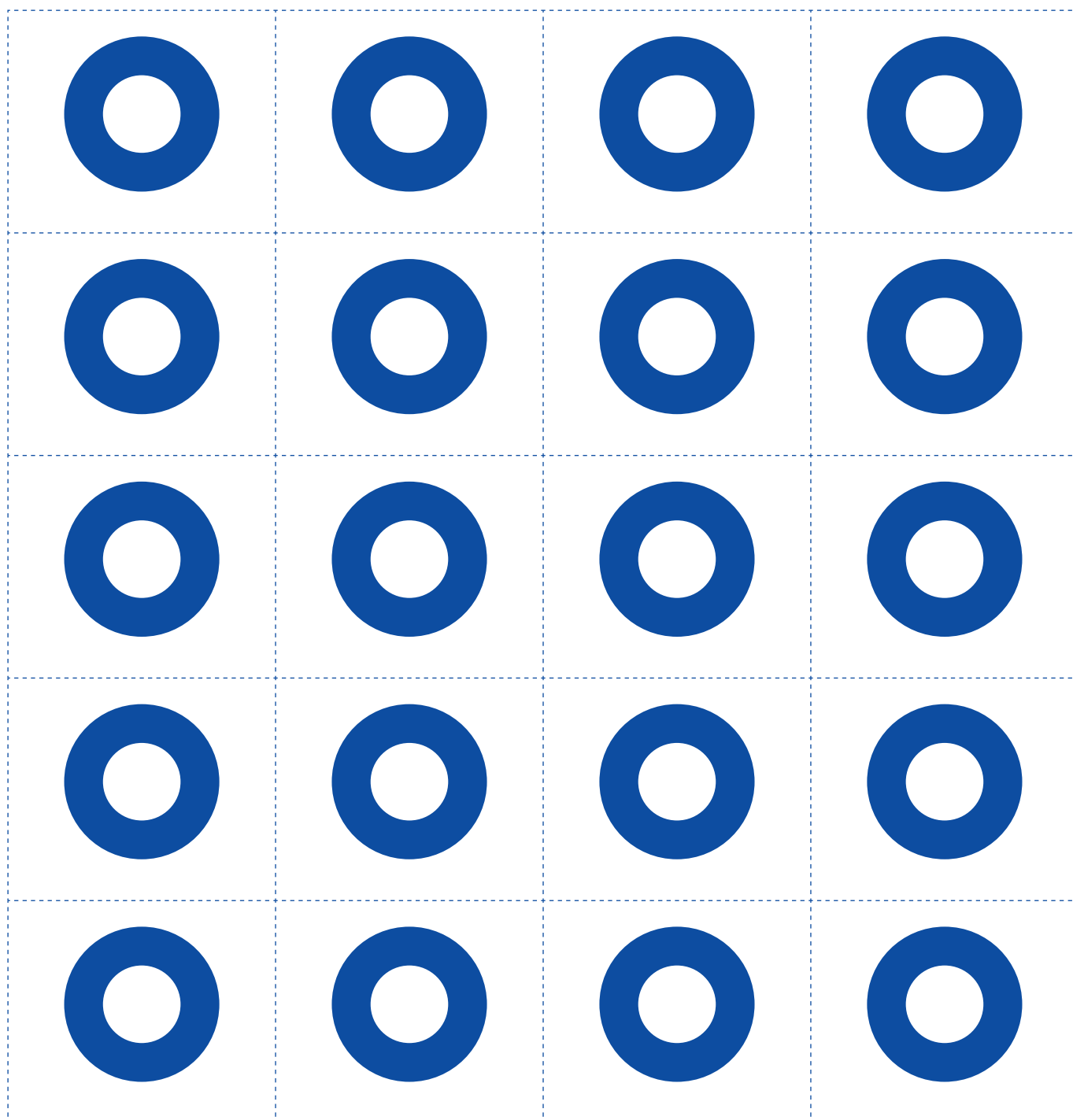
4) Úkol

Budu Vám ukazovat obrázky. Tleskněte, pokud uvidíte kolečko. Pokud uvidíte křížek, nedělejte nic. Až řeknu slovo „změna“, budete tleskat dvakrát, pokud uvidíte křížek.

Příloha 1/2



Příloha 2/2



5) Úkol

Přečtu Vám řadu písmen. Pokud uslyšíte písmeno A, ťukněte do stolu.

a)

BHBBSAKAAPHHPFAUEAAAWWMKGGASADRAATEEPROSO

b)

KKGKOSWWAGAABBPATMAAATTSFGAMMADFAAAMOOA

Uslyšíte řadu písmen. Pokud uslyšíte písmeno R, ťukněte do stolu.

c)

ATDFARAKPDFGRAWWBAAMRKRGSARKRRVBAAAAPPRTB

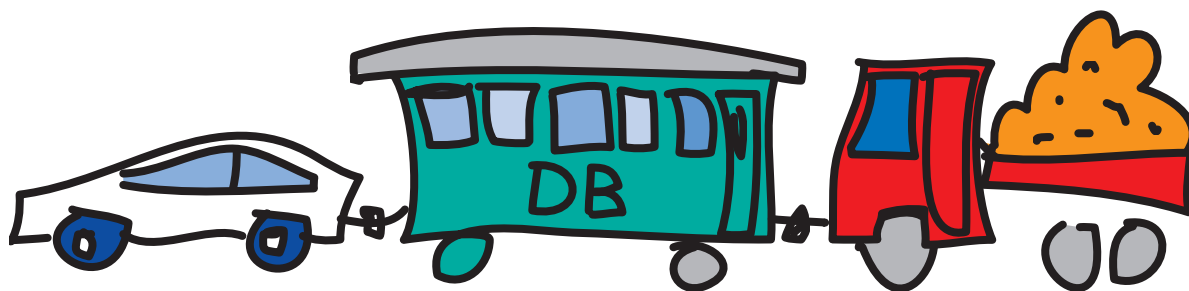


6) Úkol

Přečtu Vám řadu slov. Zvedněte ruku, pokud uslyšíte slovo **auto** PŘÍMO před slovem **vlak**.

Poznámka: Správné odpovědi jsou vyznačeny tučně.

vlak auto autobus auto **vlak** vlak auto autobus autobus
vlak auto auto **vlak** vlak autobus auto **vlak** auto auto



Financováno Evropskou unií.

Vyjádřené názory jsou názory autora a neodráží nutně oficiální stanovisko Evropské unie či Evropské výkonné agentury pro vzdělávání a kulturu (EACEA).

Evropská unie ani EACEA za vyjádřené názory nenesou odpovědnost.



RETORE
REMEMBER TO REMEMBER



Financováno
Evropskou unií