

## Praca z uczniem z trudnościami

**Informacja:** Projekt Bądź bezpieczny w szkole – bądź bezpieczny w życiu korzysta z dofinansowania o wartości 86 735,70 EUR otrzymanego od Islandii, Liechtensteinu i Norwegii w ramach Funduszy EOG.

Celem Projektu jest opracowanie i uaktualnienie oferty kształcenia na różnych poziomach edukacji (z wyłączeniem VET) poprzez stworzenie programu szkolenia dla nauczycieli, scenariuszy rozmów/zajęć, zapewnienie modułu wspierającego i stworzenie publikacji podsumowującej projekt, a w konsekwencji przyczynienie się do zmniejszenia różnic społecznych (również w obrębie EOG).



## Spis treści

Wstęp .....	3
Przypadek 1: Zuzanna 12 lat, zespół Aspergera.....	5
Przypadek 2: Ania 12 lat, zaburzenia adaptacyjne .....	13
Przypadek 3: Julka 7 lat, problemy z zachowaniem .....	20
Przypadek 4: Kacper lat 14, wybiórczość pokarmowa.....	28
Przypadek 5: Kuba 12 lat, przemoc rówieśnicza.....	35
Pytania do psychologa wraz z odpowiedziami .....	43
Podsumowanie .....	46

## Wstęp

Publikacja zawiera analizę konkretnych przypadków trudnych sytuacji i możliwości ich rozwiązania (case study). Powstała jako jedno z działań podejmowanych w ramach projektu „Bądź bezpieczny w szkole – bądź bezpieczny w życiu” realizowanego przez STAWIL Sp. z o.o. we współpracy z Poradnią Psychologiczno-Pedagogiczną Nr 2 w Rzeszowie i Szkołą Podstawową Nr 31 im. K. Pułaskiego w Rzeszowie.

W ramach Projektu został opracowany program kursu dla nauczycieli, wykorzystujący metody typu action learning, który w 4 modułach porusza zagadnienia związane z pracą z dziećmi z trudnościami wychowawczymi, objawami zaburzeń rozwojowych, wsparciem umiejętności przewodnictwa (lidera), pracy w grupie (zespole klasowym), konfliktami rówieśniczymi, prowadzeniem spotkań z rodzicami i rozmów (z tzw. „trudnym rodzicem”), z wychowaniem do odpowiedzialności społecznej.

Program dla nauczycieli jest innowacyjny, oryginalny poprzez swoją tematykę i budowę modułową umożliwiającą jego elastyczne wykorzystanie, dopasowanie do aktualnych potrzeb danej grupy, np. szerokie omówienie tematu, który jest dla tej grupy szczególnie istotny. Zawiera także innowacyjne metody dydaktyczne. Jego ogromnym atutem jest to, że został opracowany poprzez praktyków – psychologów i pedagogów z Poradni Psychologiczno-Pedagogicznej Nr 2 w Rzeszowie oraz nauczycieli z SP 31 w Rzeszowie. Program wraz z pokazowym szkoleniem dla 10 nauczycieli jest dostępny w module wspierającym pod adresem: <https://bs.stawil.pl/> oraz na stronie projektu: <https://besave.stawil.pl/>.

Jako rezultat projektu „Bądź bezpieczny w szkole – bądź bezpieczny w życiu” opracowano także scenariusze rozmów/ zajęć dla nauczycieli, dotyczące najczęściej pojawiających się w szkołach problemów m. in. konfliktów rówieśniczych, alternatywnych metod rozwiązywania sporów, spotkań z rodzicami trudnymi, problematyką zw. z wiekiem dojrzewania w tym, ryzykownymi zachowaniami zw. z aktywnością w sieci (np. seksting, hating, patostreaming), radzeniem sobie z emocjami, stresem, odbudową więzi międzyludzkich po pandemii COVID 19. Sposób ustalenia tematyki scenariuszy jest innowacyjny, gdyż jest odpowiedzią na potrzeby nauczycieli obecnych na seminarium metodyczno-naukowego pn. *Praca z uczniem z trudnościami*. Seminarium odbyło się w listopadzie 2022 r. i jego uczestnicy mieli możliwość określenia tematyki scenariuszy najbardziej przydatnych dla nich w pracy wychowawczej. Scenariusze dostępne są w module wspierającym pod adresem: <https://bs.stawil.pl/> oraz na stronie projektu: <https://besave.stawil.pl/>. Zachęcamy do wykorzystania ich podczas zajęć (np. lekcji wychowawczych) na różnych poziomach nauczania.

Trwałym narzędziem dydaktycznym powstałym w ramach projektu „Bądź bezpieczny w szkole – bądź bezpieczny w życiu” jest moduł wspierający (dostęp online <https://bs.stawil.pl/>), służący do zwiększenia aktywności nauczycieli zainteresowanych tematyką Projektu. Moduł wspierający jest jednocześnie dodatkowym kanałem upowszechniania rezultatów i materiałów wypracowywanych w Projekcie. W ramach modułu istnieje możliwość aktywnego angażowania się w tworzenie treści,

poprzez np. zamieszczanie komentarzy, zadawanie pytań psychologowi. Pytania i odpowiedzi psychologa są zamieszczone na końcu niniejszej publikacji. Dodatkowo istnieje możliwość uzupełnienia modułu o dodatkowe treści w przyszłości (np. kursy).

Niniejsza publikacja przedstawia 5 różnych sytuacji dotyczących dzieci i młodzieży w wieku szkolnym widzianych z trzech perspektyw: dziecka/nastolatka, rodzica i nauczyciela. Opisy przypadków uzupełnione zostały propozycjami interwencji dla każdej ze stron. Osoby występujące w opisanych sytuacjach są fikcyjne, choć ich historie są inspirowane doświadczeniami z pracy diagnostycznej oraz terapeutycznej Poradni Psychologiczno-Pedagogicznej oraz doświadczeniami pracy nauczycieli.



image: Freepik.com

## Przypadek 1: Zuzanna 12 lat, zespół Aspergera

### Rodzice:

Zuza od urodzenia była wrażliwa, często płakała, nie lubiła być dotykana, ale bez trudu rozstawała się z nami i zostawała od 3 roku życia w przedszkolu. Tam jednak był problem z korzystaniem z toalety. Długo nosiła pampersa. Nie powalała go zmienić. Reagowała lękiem na toaletę, nie chcąc do niej wejść. Po czasie, może po około pół roku, w domu korzystała już z nocnika, a w przedszkolu pozwalała już zmienić pampersa w toalecie. Nadal jednak nie sygnalizowała potrzeb fizjologicznych, nie korzystała z toalety przez cały dzień pobytu w przedszkolu. Panie w przedszkolu zgłaszały, że Zuza rozumie i wykonuje proste i złożone polecenia.

Zuza lubiła przebywać wśród rówieśników, raczej robiła to co chciały dzieci, np. była dzieckiem w rodzinie, czasem przeszkadzała w zabawie innym zabierając zabawki.

Przy jedzeniu lizała, przeżuwała potrawy, wypluwała je. Potem jadła wybrane posiłki. Zdarzało się, że brała do ust zabawki, przedmioty zwłaszcza o owalnym kształcie.

Szkoła zaczęła się od trudności. Zuza ciągle płakała i nadal płacze, w szkole nie wiedzą dlaczego. My zresztą też nie zawsze. Mówi, że brzydzi się chodzić do toalety w szkole, bo jest brudna. Nie korzysta z toalety przez cały dzień, dlatego płacze.

Zuza nie ma ulubionych przedmiotów uczy się sama, oceny ma dobre. Ciężko nawiązuje relacje z innymi.

W domu Zuza czasem rysuje, około 2 godziny dziennie gra w gry komputerowe, czasem czyta książkę. Ma pokój z młodszą siostrą.

Przeprowadziliśmy się do Rzeszowa w październiku (kilka miesięcy temu). Myśleliśmy, że nasza przeprowadzka może coś zmienić, że Zuza jest coraz straszą i dojralsza, że w nowym środowisku będzie jej zależało na akceptacji innych i nie będzie chciała się wyróżniać swoim zachowaniem.

Próbowaliśmy ją diagnozować w poprzednim miejscu zamieszkania, ale Zuza nie nawiązała dobrego kontaktu z psychologiem, nie chciała do niej chodzić i nie dokończyliśmy diagnozy.

### Nauczyciel języka polskiego – wychowawca:

Zuza jest nieśmiałą dziewczynką, wstydzi się odzywać, nie wypowiada się na forum. W nauce nie ma trudności, ma dobre stopnie i możliwości intelektualne. Sporadycznie popełnia błędy ortograficzne, interpunkcyjne. Pisze litery nierówne, nie mieszczą się w liniaturze. Czyta dość płynnie, choć denerwuje się przy tym. Potrafi wyciągać wnioski.

Uwagę zwraca nacisk narzędzia pisarskiego, niski poziom graficzny pisma. Uważam, że pismo uczennicy jest odzwierciedleniem ogromnej wrażliwości, labilności emocjonalnej (jakby pisała drżącą ręką).

Zuza wypowiada się rzadko, zazwyczaj są to pojedyncze słowa lub zdania. Wypowiedzi pisemne są na temat, dobrze skomponowane i bogate treściowo.

Zuzanna w szkole reaguje histerycznym płaczem. Uczący w klasie nauczyciele zaobserwowali, że dzieje się tak po zwróceniu jej uwagi, że coś zrobiła nie tak, ale też czasem nie wiedzą dlaczego płacze, nie potrafią jej uspokoić, a nawet czasem próby uspokajania wzmagają płacz.

Labilność emocjonalna utrudnia Zuzie naukę i funkcjonowanie z rówieśnikami. Nie ma koleżanek, z którymi spędzałaby przerwy, nie chce brać udziału w wyjściach klasowych czy wycieczkach. Zdarza się, że się obraża, myśli, że koledzy się z niej śmieją podczas gdy inni wiedzą, że to są żarty. Ja też zauważyłam na języku polskim, że Zuza ma trudności z interpretacją wierszy, przysłów, przenośni. Myślę, że to trudności adaptacyjne, w końcu Zuza w Rzeszowie mieszka dopiero od jesieni.

#### Zuzanna:

Szkołę lubię, ale są w niej brudne toalety.

Nauczyciele są w porządku. Klasa też jest w porządku, lepsza od poprzedniej. Wcześniej mi dokuczali. Wolę być sama niż z kimś. Nie lubię małych sal. Interesuje się wieloma rzeczami np. sztuką muzyką, origami. Najbardziej jednak interesuje się historią II wojny światowej. Lubię rysować, lubię również muzykę. Interesuję się również Internetem, bo fajnie czasem znaleźć coś, co wszyscy już dawno zapomnieli.

Lubię być z rodziną, w domu się nie nudzę.

Jestem trochę dziwna. Czasem płaczę, nie umiem się uspokoić, moje nerwy nie są mocne. Czasem drażni mnie moja młodsza siostra, mam z nią pokój. Najbardziej boję się pajaków. Czasami jestem smutna i leniwa. Sport nie jest moją mocną stroną.

#### Interwencja rodzice:

Ze względu na prezentowane od wczesnego dzieciństwa trudności Zuza powinna być pod systematyczną opieką lekarza pediatry. Zachowania lękowe, trudności w relacjach z rówieśnikami, labilność emocjonalna, niechęć do zmian wymaga również konsultacji lekarza psychiatry.

Ze względu za trudności w korzystaniu z toalety warto rozważyć diagnozę SI (nadwrażliwość węchowa, dotykowa). Być może Zuza jest nadmiernie wrażliwa na bodźce sensoryczne lub ma trudności z ich integracją. Terapeuta integracji



image: Freepik.com

sensorycznej zaproponuje zajęcia z dzieckiem, ale też zadania do domu, które pozwolą niwelować nadwrażliwości.

Warto skorzystać ze szkoły dla rodziców. Jest to program zorganizowanych zajęć, które mają na celu dostarczenie rodzicom informacji, narzędzi i wsparcia w zakresie wychowania i opieki nad dziećmi. Takie programy pomagają rodzicom rozwijać umiejętności rodzicielskie, zrozumieć potrzeby i rozwojowe etapy dziecka oraz radzić sobie z różnymi wyzwaniami, jakie mogą pojawić się w procesie wychowywania dzieci. Udział w szkole dla rodziców może polepszyć komunikację w rodzinie, pozwolić poczuć się bardziej pewnie w roli rodzica. Szkoły dla rodziców zwykle prowadzone są w poradniach, szkołach, grupach wsparcia.

Wskazane jest badanie w poradni psychologiczno-pedagogicznej, celem określenia potencjału intelektualnego, ewentualnych trudności edukacyjnych.

Ważne jest umożliwienie kontaktów z rówieśnikami poza szkołą. Jako że rodzina jest nowa w mieście warto rozważyć udział w imprezach osiedlowych czy miejskich, gdzie jest szansa poznania innych mieszkańców. Ważne jest zapraszanie kolegów/koleżanek do domu, spotkania sąsiedzkie, wspólne spotkania w kinie, galerii itp.. Warto zachęcić Zuzę do udziału w zajęciach pozaszkolnych, które należy wybrać we współpracy z dziewczynką. Wartością dodaną oprócz rozwijania kontaktów rówieśniczych będzie także rozwijanie zainteresowań, ich precyzowanie, co w przyszłości ułatwi wybór dalszej drogi edukacyjnej, również wpłynie pozytywnie na poczucie własnej wartości. Dzielenie pasji z innymi jest okazją do poznawania nowych osób.

Rozwijaniu kompetencji społecznych będą sprzyjać samodzielne wyjścia do sklepu po zakupy, pocztę oraz spotkania rodzinne. Te naturalne życiowe sytuacje pozwolą ćwiczyć kompetencje społeczne, odpowiadać na pytania, wchodzić w dialog.

### Interwencja szkoła:

#### Komunikacja:

Należy zwrócić uwagę na komunikaty stosowane wobec dziewczynki – na sposób zwracania jej uwagi. Warto mówić o emocjach.

Rozmowy z Zuzą, ale też z innymi uczniami powinny być przeprowadzane w atmosferze spokoju i poczucia bezpieczeństwa. Aby to było możliwe ważnym aspektem wydaje się dobre samopoczucie nauczyciela, który powinien zadbać o siebie, o swój wypoczynek, realizowanie swoich pasji, ale też odreagowywanie stresów. Takie działania pozwolą zachować spokój i cierpliwość w kontakcie z uczniami. Warto pamiętać, o tym, żeby trudne rozmowy przeprowadzać wtedy gdy samemu jest się spokojnym, cierpliwym i wypoczętym. Należy zadbać o siebie!



Ważne jest zrozumienie i zaakceptowanie emocji dziecka, nazwanie ich, np. „widzę, że płaczesz, pewnie jest ci smutno”, a także słuchanie tego, co uczeń/uczennica mówi, nawet wtedy gdy wydaje nam się to błahe. Ważne jest, aby unikać przerywania i oceniania.

Najlepiej, gdy komunikaty kierowane do Zuzy będą proste, krótkie i konkretne.

Warto zachęcać uczennicę do wyrażania myśli stosując pytania otwarte, a unikać pytań zamkniętych (Lepiej zapytać „Jak się czujesz?” niż „Czy czujesz się źle?” – pozwala to rozmówcy zebrać myśli, poszukać swojej odpowiedzi, bez sugerowania się pytaniem).

Ważne są pozytywne wzmocnienia, a więc chwalenie Zuzy wtedy gdy robi coś dobrze, np. Wypowiedź do Zuzy: „Widzę, że spokojnie siedzisz i robisz notatkę. O to mi chodzi. Tak trzymać” wzmocni prawdopodobnie jej zachowanie (sprawi, że będzie się powtarzać) oraz je utrwali. Musimy również pamiętać, aby stosować podobne pochwały wobec innych uczniów. Wzmocnienia pozytywne spowodują wzrost pożądanych zachowań w klasie.

Jeśli pojawia się zachowanie trudne, na przykład płacz Zuzy, który nie jest na tyle głośny, że przeszkadza grupie, można go zignorować, dać uczennicy szansę na samouspokojenie. Ignorowanie zachowania trudnego może je wygasić. Natomiast jeśli zachowanie jest na tyle trudne, np. płacz jest bardzo głośny, że zaburza proces lekcji warto wtedy znaleźć miejsce wyciszenia dla Zuzy. Tu bardzo pomocna może być współpraca z pedagogiem bądź psychologiem szkolnym, który na początku wyjdzie z Zużą, pokaże jej miejsce wyciszenia. Docelowo dobrze byłoby, gdyby Zuza sama potrafiła sobie w takiej sytuacji poradzić, a więc kiedy płacze ma możliwość wyjścia w miejsce wyciszenia.

Należy unikać nadmiernego krytykowania i karania. Komunikaty typu „Nie płacz”, „Zachowujesz się jak dziecko”, „W twoim wieku nie wypada tak się zachowywać” mogą spowodować, że Zuza będzie źle o sobie myśleć i wpłynie to negatywnie na jej samoocenę oraz obraz siebie.

Warto nazywać swoje emocje, mówić o nich, dawać przykład uczniom, jak radzimy sobie ze swoimi emocjami („Jestem smutna, więc po powrocie do domu wypiję dobrą kawę/zadzwonię do przyjaciółki, żeby z nią o tym porozmawiać/posłucham sobie muzyki”, „Jestem dziś radosna – pójdę na lody/do kina/potańczę”). Taki otwarty sposób mówienia o emocjach spowoduje, że uczniom będzie łatwiej nazywać trudne emocje i pomoże znaleźć własny sposób na poradzenie sobie z nimi.

W kontaktach z uczniami bardzo ważne jest cierpliwość. Należy pamiętać, że podejmowane działania nie przynoszą od razu oczekiwanych skutków. Zmiana potrzebuje relacji opartej na wzajemnym szacunku i zrozumieniu.

Komunikacja jest sztuką. Warto sposoby otwartej komunikacji przećwiczyć na przykład podczas szkoleniowej rady pedagogicznej.

**Dostosowanie wymagań edukacyjnych do indywidualnych potrzeb i możliwości uczennicy:**



Jeśli Zuza reaguje płaczem na zwrócenie uwagi być może trudno jej sprostać stawianym wymaganiom. Potrzebne jest badanie w poradni psychologiczno-pedagogicznej w celu określenia rozwoju poznawczego uczennicy oraz zbadania funkcji percepcyjno-motorycznych, określenia ewentualnych obiektywnych trudności uczennicy (czy rozwój intelektualny jest w normie czy poniżej, czy są zaległości w wiadomościach szkolnych, zwłaszcza że była zmiana szkoły).

Zapewnienie dziecku pomocy psychologiczno-pedagogicznej w ramach indywidualnych spotkań z psychologiem:

Praca psychologa powinna obejmować rozwijanie kompetencji społeczno-emocjonalnych uczennicy, metody regulowania emocji, radzenia sobie z pojawiającym się napięciem oraz rozwijanie adaptacyjnych strategii społecznych. Początkowo potrzebne są zajęcia indywidualne, aby psycholog nawiązał więź, relację z Zuzą, pomógł w bezpiecznej atmosferze nabywać i ćwiczyć umiejętności społeczne. Później warto rozważyć zajęcia w parze oraz w małej grupie. Zdobyte umiejętności przyczyniłyby się do lepszego funkcjonowania w grupie klasowej.

#### **Zajęcia integracyjne w klasie:**

Należy dbać o właściwą atmosferę w klasie poprzez regularne zajęcia integracyjne, socjometrię, co pozwoli Zuzie lepiej funkcjonować w szkole, ułatwi budowanie udanych, pozytywnych relacji z kolegami, pozwoli na stworzenie serdecznej i przyjacielskiej atmosfery, dzięki której poczuje się zaakceptowana i bezpieczna w zespole klasowym. Stworzenie możliwości bezpośredniego podzielenia się swoimi osiągnięciami i sukcesami zaspokoi potrzeby uznania i aprobaty, zbuduje wiarę w siebie i w zespół klasowy. Zuza mogłaby przeprowadzić warsztaty origami, aby pokazać mocne strony.

Działania integracyjne wpłyną pozytywnie na kształtowanie tolerancji i empatii, co jest ważne dla wzajemnego zrozumienia. Większe poczucie bezpieczeństwa, akceptacji ze strony klasy oraz wiedza o tym, że łatwiej jest razem pokonywać trudności ułatwi Zuzie funkcjonowanie w wielu sytuacjach szkolnych, głównie dotyczących nowych, nieznanymi warunków.

#### **Interwencja dziecko:**

Konieczne jest zapewnienie Zuzie wsparcia, otoczenie opieką, akceptacją bezwarunkową jej osoby. W środowisku bezpiecznym, w poczuciu, że jest się akceptowanym Zuza poczuje się pewniej. Warto uczyć Zuzy otwartości w komunikacji, wyrażania potrzeb. Jeśli to trudne na tym etapie to w pracy indywidualnej z Zuzą należy skupić się nad rozpoznawaniem potrzeb. Zuza powinna pracować indywidualnie z psychologiem/pedagogiem szkolnym.

Praca indywidualna powinna być kontynuowana w parach, małych grupach, Zuzie łatwiej byłoby się odezwać, nawiązać głębsze relacje z rówieśnikami. Praca pod okiem psychologa/pedagoga

przyniosłaby wymierne efekty w postaci lepszego samopoczucia w klasie oraz większej aktywności dziewczynki na lekcji (generalizacja).

Konieczne jest rozwijanie zainteresowań Zuzy, danie możliwości ich pokazania na forum szkoły – wystawa prac origami, udział w konkursie dotyczącym II wojny światowej itp.

Ważny może okazać się trening relaksacyjny, wizualizacja.

#### Wyniki badań psychologiczno-pedagogicznych:

Zuzę cechuje raczej niska potrzeba osiągnięć szkolnych, podobnie niska motywacja i poziom lęku w sytuacjach szkolnych. Zuza nie stara się pokazać pełni swoich możliwości, unika stawiania pytań, nawiązywania współpracy, nie korzysta z oferowanej pomocy. Lubi przebywać sama, a w poprzedniej szkole była wyobcowana, wyśmiewana przez kolegów. Unika przebywania poza domem, nie chce uczęszczać na zajęcia pozalekcyjne i pozaszkolne, nawet zgodne z jej zainteresowaniami i preferencjami.

Zuza prezentuje niski poziom kompetencji społeczno-emocjonalnych, nie ma pomysłu jak radzić sobie z własnymi emocjami zwłaszcza trudnymi, nie dysponuje adaptacyjnymi strategiami społecznymi, które pomogłyby jej funkcjonować w grupie rówieśniczej.

Aktualna ogólna sprawność intelektualna Zuzy kształtuje się przeciętnie. Uczennica na poziomie adekwatnym do wieku opanowała umiejętność sprawnego rozwiązywania zadań logicznych, polegających na odkrywaniu relacji, w jakich pozostają względem siebie różne obiekty. Potrafi wykrywać zmiany, którym podlegają kolejne elementy ciągu. Dobrze radzi sobie z rozpoznawaniem relacji pomiędzy elementami układu. Rozpoznaje reguły względem wzorca w zadaniu, dostrzega istotne elementy bądź nieścisłości określonych sytuacji. Prezentowany przez Zuzę poziom wiedzy ogólnej gromadzonej zarówno w toku edukacji formalnej jak i będący efektem stymulacji środowiskowo-kulturowej (m.in. oddziaływania środowiska rodzinnego) świadczy o właściwej stymulacji rozwoju. Zakres wiedzy ogólnej Zuzy jest adekwatny do wieku.

Rozumowanie ilościowe, umiejętność rozwiązywania problemów i zadań matematycznych jest przeciętna. Zuza prawidłowo radzi sobie z zadaniami wzrokowo-przestrzennymi. Dostrzega wzory i zależności w materiale wizualnym. Uzyskany wynik wskazuje również na prawidłową orientację przestrzenną i rozumienie pojęć związanych z tym obszarem. Na poziomie przeciętnym plasuje się zakres pamięci roboczej, co stanowi istotny warunek efektywnej pracy umysłowej nad różnorodnymi zadaniami.

Prawidłowe jest funkcjonowanie technik szkolnych. Zuza płynnie czyta ze zrozumieniem, zwłaszcza interesujące ją książki, bardzo dobrze zapamiętuje treść, aczkolwiek niechętnie ją opowiada.

Potrafi formułować wypowiedzi pisemne na określony temat, natomiast wypowiada się krótko, lakonicznie, na ogół pobieżnie. Problem sprawia jej nawiązywanie i utrzymywanie kontaktu

wzrokowego i werbalnego. Podczas napięcia emocjonalnego momentami występuje nie płynność mówienia.

Podczas pisania uczennica popełnia nieliczne błędy, jednak zaburzony jest obraz graficzny zapisu. Zuza zniekształca litery, pismo nie jest utrzymane w liniaturze zeszytu. Pismo jest mało czytelne, co jest związane z niską sprawnością grafomotoryczną. Obniżony jest rozwój koordynacji wzrokowo-ruchowej przy prawostronnej lateralizacji.

Zuza dobrze opanowała wiadomości i umiejętności matematyczne, sprawnie liczy w pamięci.

#### Wyniki konsultacji medycznej:

Na podstawie wywiadu lekarskiego i pedagogicznego z rodzicami, badania psychiatrycznego, psychologicznego, pedagogicznego, analizy dostarczonej dokumentacji oraz obserwacji stwierdza się, że zaburzenia występujące u Zuzy spełniają, według klasyfikacji ICD-10, kryteria diagnostyczne dla rozpoznania zaburzeń ze spektrum autyzmu – zespół Aspergera F84.5.

Nieprawidłowości w rozwoju widoczne są w zakresie:

Komunikacji - uczennica wypowiada się zdaniami złożonymi, posiada bogaty zasób słownictwa czynnego, często używa zwrotów charakterystycznych dla dorosłych osób, w mowie występują błędy gramatyczne, trudności w rozumieniu treści abstrakcyjnych, dziewczynkę cechuje słowotok.

Interakcji społecznych - w okresie przedszkolnym zawsze trzymała się na uboczu, była akceptowana i lubiana, rzadko popadała w konflikty. Aktualnie Zuza przejawia trudności w zakresie rozpoznawania rozumienia złożonych stanów emocjonalnych, nieadekwatny do wieku poziom empatii, ma trudności w prawidłowym rozumieniu sytuacji społecznych, ocenie intencji i motywów działania innych osób. Charakteryzuje ją dosłowność w odbiorze, nasilona labilność emocjonalna, potrzeba kontrolowania sytuacji, dążenie do stawiania na swoim, brak adekwatnej do wieku umiejętności radzenia sobie z porażką, niepowodzeniami.

Zachowania - nadmierne przywiązanie do stałości, niezmienności, specyficzne zainteresowania (aktualnie II wojna światowa), schematyzm w codziennym funkcjonowaniu, zaburzenia sensoryczne.

**Podsumowanie:** niezbędne jest podjęcie intensywnych oddziaływań terapeutycznych mających na celu wyrównanie stwierdzonych deficytów przez udział w systematycznej wieloaspektowej indywidualnej terapii psychologicznej oraz w zajęciach grupowych. Zuza wymaga opieki lekarza psychiatry. Wskazana jest także psychoedukacja dla rodziców.

#### Pomocna literatura:

Thomas Gordon (2007) „Wychowanie bez porażek w szkole”. Instytut Wydawniczy PAX.

Faber Adele Mazlish Elaine (2013) „Jak mówić, aby dzieci nas słuchały”. Media Rodzina.

Kořakowski Artur, Pisula Agnieszka (2021) „Sposób na trudne dziecko”. GWP.

Baker Jed (2022) „Trening umiejętności społecznych”. Wydawnictwo Harmonia.



image: Freepik.com

## Przypadek 2: Ania 12 lat, zaburzenia adaptacyjne

### Nauczyciel – wychowawca:

Ania jest uczennicą klasy 6. W ubiegłym roku szkolnym świetnie radziła sobie na lekcjach matematyki: zawsze była przygotowana, zgłaszała się na lekcjach, była aktywna, poprawnie rozwiązywała zadania, odrabiała regularnie prace domowe, nawet wzięła udział w konkursie szkolnym, choć nie zajęła w nim znaczącego miejsca. Może było jej przykro z tego powodu? Choć gdy ją o to pytałam mówiła, że nie.

W poprzednim roku Ania była też aktywna na innych lekcjach, osiągała bardzo dobre oceny, klasę 5 ukończyła dostając świadectwo z czerwonym paskiem. Starła się o stypendium prezydenta, niestety go nie dostała.

Oprócz osiągnięć w nauce była duszą towarzystwa, prze 2 lata była przewodniczącą klasy. Przerwy spędzała zawsze w towarzystwie innych koleżanek i kolegów.

W tym roku czasem odnoszę wrażenie, że uczę „inną” dziewczynkę. Ania niechętnie rozwiązuje zadania, jest apatyczna i zamyślona. Jak poproszę ją do tablicy, Ania często nie wie o co chodzi, nie wie, które zadania rozwiązuje klasa. Wydaje się być bardzo niezainteresowana lekcjami. Rzadko odrabia zadania domowe.

Na przerwach widzę, że siedzi pod ścianą, nie chodzi jak wcześniej po korytarzach z koleżankami. Mam sygnały od innych nauczycieli, że nie przygotowuje się do lekcji.

Chciałam porozmawiać z Anią, ale ona twierdzi, że wszystko jest w porządku. Widzę jednak, że przerwy spędza samotnie, patrząc gdzieś w dal.

### Matka:

Ania zawsze była ambitna, zależało jej na osiągnięciach szkolnych. Od najmłodszych klas sama siadała do odrabiania lekcji, nie musiałam jej poganiać. Przynosiła najlepsze oceny, świadectwa z czerwonym paskiem, byłam z niej bardzo dumna. Ania zawsze mocno przeżywała niepowodzenia, porównywała się z innymi. Rywalizowała z koleżanką z klasy o najwyższą w klasie lokatę. Starła się o stypendium prezydenta, ale go nie dostała. Tłumaczyłam jej, że nic się nie stało, ale nie chciała ze mną rozmawiać.

Ania zawsze była towarzyska, nie sprawiała kłopotów wychowawczych. W wakacje zaczęła boleć ją głowa. Większość czasu spędzała w domu, tłumacząc się złym samopoczuciem, nie wychodziła z koleżankami, ciężko było ją wyciągnąć na zakupy czy do babci na obiad.

Przed wakacjami w wolnym czasie grała na skrzypcach, śpiewała, chodziła do szkoły muzycznej. Pod koniec sierpnia jednak powiedziała, że nie chce tam już chodzić, że sobie tam nie poradzi. Zawsze była wrażliwa, w pandemii zmarł jej dziadek, bardzo to przeżyła.

Może też ma znaczenie to, że jesteśmy z mężem w separacji? Trudno mi samej rozmawiać o rozstaniu, bardzo je przeżywam, nie wiem, jak powiedzieć Ani i całej rodzinie o tym, że się rozwodzimy. Zachowuję dobrą minę do złej gry. Chcę Anię jak najdłużej chronić, by jak najmniej odczuła nasz rozwód.

#### Ania:

Chcę być taka jak kiedyś, chcę się uczyć jak kiedyś, uczę się, ale nagle wszystko przestało wchodzić mi do głowy, a czasami też nie mogę się zmusić do nauki. Nauki jest tak dużo, nie wiem jak się do niej zabrać. Często jestem smutna. Śpię po lekcjach ze zmęczenia. W ogóle to cały czas jestem zmęczona. Trudno mi się na coś zdecydować, źle wyglądam w swoich ubraniach, nie podobam się sobie. Często nie śpię dobrze, czuję się zmęczona, słabo jem, boli mnie głowa.

Denerwują mnie koleżanki, opowiadają o głupotach, ciuchach, chłopakach, nie interesuje mnie to. Rodzice też mnie denerwują. Nie jestem pewna czy jestem jeszcze ważna dla nich – coś się dzieje, a ja nie wiem co, o czymś mi nie mówią, burczą do siebie. Myślę, że dzieje się coś złego. Często chce mi się płakać.

#### Interwencja rodzice:

Warto być w ścisłej współpracy z wychowawcą klasy oraz z nauczycielami przedmiotowymi, aby na bieżąco wspierać Anię w pokonywaniu pojawiających się trudności, udzielać pomocy. Należy stawiać adekwatne do wieku oraz posiadanych możliwości wymagania. Aby było to możliwe warto sprawdzić potencjał intelektualny Ani, zgłaszając ją na badanie w Poradni Psychologiczno-Pedagogicznej. Być może uzyskiwanie ocen bardzo dobrych ze wszystkich przedmiotów przy wzroście zakresu materiału, przekracza jej aktualne możliwości.

Bardzo ważne jest, aby dostrzegać i podkreślać mocne strony, zaangażowanie w pracę, nie tylko efekty końcowe (oceny). Ania przyzwyczała rodziców do bardzo dobrych ocen, to za nie była chwalona. Nie można dopuścić do takiej sytuacji, że pochwały ustaną, gdyż to właśnie one budują wiarę w posiadane możliwości, mobilizują do działania, rozwijają motywację. To, że Ania ma gorsze oceny niż wcześniej nie znaczy, że nie ma za co jej chwalić. Chwalić można za wiele czynności życia codziennego np. za wyniesienie śmieci, telefon do babci, zrobienie herbaty itp.

Warto pomagać Ani w rozplanowaniu dnia, tak aby zapewniony miała właściwy rytm dobowy (odpowiednia ilość czasu na odpoczynek i sen, naukę). Schemat dnia, rutyna powodują, że dziecko czuje się bezpiecznie, ma poczucie stałości, co jest niezbędne dla prawidłowego rozwoju emocjonalnego.





Żeby zadbać o prawidłowy sen, który jest niezbędny dla efektywnego funkcjonowania szkolnego należy ograniczyć do minimum korzystanie z telefonu, TV, itp., zwłaszcza w godzinach wieczornych. Ania powinna mieć możliwość odreagowania swoich emocji, obniżenia napięcia emocjonalnego angażując się w czynności ruchowe (basen, rower, może by wspólnie z rodzicem – wtedy dodatkową korzyścią jest wspólne spędzanie czasu, pogłębianie relacji, nastolatek czuje, że ma uwagę rodzica, że jest dla niego ważny).

W odzyskiwaniu równowagi pomocne będą techniki relaksacyjne (techniki oddechowe, trening relaksacyjny, które najlepiej omówić we współpracy z psychologiem/pedagogiem szkolnym).

Warto rozważyć udział w „Szkoła dla Rodziców”. „To program spotkań dla każdego, kto szuka sposobu na nawiązanie głębszych i cieplejszych relacji z dziećmi lub wychowankami. Jego głównym celem jest wspieranie rodziców i wychowawców w radzeniu sobie w codziennych kontaktach z dziećmi i młodzieżą. Nauka umiejętności lepszego porozumiewania się, refleksja nad własną postawą wychowawczą, wymiana doświadczeń, to małe kroki ku głębszej relacji, dającej zadowolenie, poczucie wzajemnej bliskości. To także nauka dialogu i kształtowanie więzi opartych na wzajemnym szacunku. Ucząc umiejętności otwartego porozumiewania się w rodzinie program jednocześnie przyczynia się do budowania silnej więzi między rodzicami a dziećmi, co (zgodnie z wynikami badań J. D. Hawkinsa) sprawia, że jest on także programem profilaktycznym. Szkoła dla Rodziców i Wychowawców uczy nie tyle „metod” co budowania relacji w duchu podmiotowości i dialogu”. (cytat: Szkoła dla Rodziców i Wychowawców – Ośrodek Rozwoju Edukacji, ore.edu.pl).

Wskazana jest stabilizacja systemu rodzinnego, częste rozmowy o uczuciach zwłaszcza trudnych (smutek, tęsknota, złość), pytanie Ani o jej zdanie na różne tematy („Co myślisz o...”, „Jaki masz pomysł...”), co sprawi, że nastolatka będzie czuła się ważna, wzrośnie jej poczucie własnej wartości.

Należy unikać rozmów dotyczących tzw. „spraw dorosłych” w obecności Ani, ale również pamiętać o tym, że nie da się ukryć przed nastolatką zmieniającej się sytuacji rodzinnej (rozwód rodziców). Jasna, otwarta komunikacja, unikanie kłamstw, ukrywania faktów pozwoli zachować Ani zaufanie do rodziców. Warto spokojnie usiąść przy stole, opowiedzieć o podjętych decyzjach, równocześnie podkreślając, że uczucia rodziców wobec Ani pozostają stałe i niezmiennie. Ania powinna mieć możliwość wyrażania swoich uczuć oraz zadawania pytań i uzyskiwania odpowiedzi na nie.

Przekazywane informacje na temat sytuacji rodzinnej powinny być dostosowane do wieku Ani. Jeśli to trudne dla rodziców warto skorzystać z pomocy psychologa, mediacji rodzinnych czy terapii rodzinnej, co pomoże w rozważeniu i rozwiązywaniu trudnych kwestii związanych z rozwodem.

Ania zapewne będzie potrzebowała czasu, aby zaakceptować informację o rozwodzie. Dobrze więc być dostępnym, aby rozmawiać i pomagać w miarę potrzeb, być cierpliwym i elastycznym w dostosowywaniu się do potrzeb emocjonalnych Ani. Najskuteczniejsza jest pomoc kompleksowa, dlatego dobrze byłoby, gdyby szkoła i wychowawca klasy zostali poinformowani o zmieniającej się sytuacji rodzinnej Ani.



Ze względu na powtarzające się bóle głowy Ania wymaga konsultacji lekarza pediatry celem znalezienia lub wykluczenia medycznej przyczyny bólów głowy.

Ze względu na obniżony nastrój, trudności ze snem, spadek motywacji Ania wymaga konsultacji lekarza psychiatry.

#### Interwencja nauczyciel – wychowawca:

Ania wymaga objęcia pomocą psychologiczno-pedagogiczną w formie zajęć dydaktyczno-wyrównawczych z przedmiotów sprawiających jej trudności, co pomoże jej nadrobić ewentualne zaległości. Przydatne byłyby informacje zawarte w opinii z Poradni Psychologiczno-Pedagogicznej, dlatego warto rozmawiać z rodzicami, aby tam się udali.

Zaleca się dostosowanie wymagań edukacyjnych do indywidualnych możliwości i potrzeb uczennicy poprzez:

- pozostawianie czasu na zebranie myśli podczas odpowiedzi ustnej, zadawanie dodatkowych pytań, ukierunkowywanie jej toku myślenia,
- wydłużanie czasu na sprawdzianach, aby mogła wykazać się posiadaną wiedzą,
- wydłużanie czasu przeznaczonego na samodzielną pracę z tekstem, zadania z treścią i pracę pisemną, co zwiększy szansę na pełniejsze przekazanie wiadomości,
- dyskretne kontrolowanie przebiegu pracy Ani na lekcji, przywoływanie uwagi, gdy traci koncentrację,
- w przypadku napotykania na trudności pomocne będzie mobilizowanie do wysiłku, aktywności, wspieranie,
- udzielanie pozytywnych informacji zwrotnych, aby zwiększać jej pewność siebie.

Współcześnie prowadzone są badania nad wypaleniem edukacyjnym u uczniów (Tomaszek K., Muchacka-Cymerman A. 2018), które charakteryzuje się przewlekłym zmęczeniem, frustracją, brakiem motywacji do nauki i dotyczy uczniów, którzy mieli duże osiągnięcia szkolne. Wypaleniu edukacyjnemu sprzyja stres szkolny, duża ilość zadań domowych, presja rodziców i nauczycieli na osiągnięcia, brak wsparcia oraz konflikty z rówieśnikami. Dlatego warto we współpracy z rodzicami, pedagogiem/psychologiem szkolnym rozpoznać sytuację edukacyjną Ani. Pomocne tu będą indywidualne rozmowy z Anią, w których Ania może wskazać ewentualne konflikty między uczniami i nauczycielami, przeciążenie nauką, zbyt dużą ilość zadań domowych, wygórowane wymagania.

Ważne jest zapobieganie poczuciu osamotnienia poprzez np. włączanie w zajęcia grupowe i różne przedsięwzięcia wymagające współpracy i współdziałania, co pozwoli na stworzenie serdecznej i przyjacielskiej atmosfery, dzięki której Ania będzie czuć się akceptowana i bezpieczna w zespole klasowym. Klasie warto zaproponować zajęcia/wyjazd integracyjny, co wpłynie pozytywnie na klimat współpracy, stworzy możliwości bezpośredniego dzielenia się osiągnięciami i sukcesami,

zaspokoi potrzeby uznania i aprobaty, zbuduje wiarę w zespół klasowy, da możliwość otrzymania wsparcia od rówieśników.

Należy wzmacniać poczucie własnej wartości Ani poprzez częste pochwały, dostrzeżenie wkładu pracy i wysiłku, motywacji i wytrwałości. W trakcie ustnego sprawdzania wiedzy wskazane jest tworzenie życzliwej i spokojnej atmosfery.

Należy być w stałym kontakcie z rodzicami uczennicy – w celu wymiany informacji, ustalania wspólnych oddziaływań dydaktyczno-wychowawczych.

### Interwencja Ania:

Ani należy udzielać wsparcia poprzez indywidualne spotkania z pedagogiem/psychologiem szkolnym, na których będzie mogła porozmawiać o trudnych sytuacjach. Podczas rozmów warto skupiać się nie tylko na jej wynikach w nauce, ale również na mocnych stronach, pomóc w budowaniu adekwatnego obrazu siebie. Warto omawiać trudności, które napotyka w toku edukacji szkolnej i wspólnie z nią ustalać plan działania czy strategię postępowania.

Systematyczne rozmowy z Anią pozwolą lepiej zrozumieć jej problemy. Warto omówić i przećwiczyć techniki relaksacyjne (oddechowe), rozwijać umiejętności radzenia sobie ze stresem i presją szkolną, na przykład przez techniki relaksacji i planowanie czasu. Warto nawiązać do okresu, kiedy Ania chodziła do szkoły muzycznej, kiedy śpiew i gra na skrzypcach sprawiały jej przyjemność. Być może właśnie te czynności pozwolą jej oderwać się od trudnych sytuacji, pomogą poradzić sobie ze stresem.

Psycholog szkolny może zaproponować psychoterapię dla Ani, gdyż jej sytuacja jest złożona – dotyczy funkcjonowania w szkole, ale też trudności w domu rodzinnym.

### Diagnoza psychologiczno-pedagogiczna:

Aktualny rozwój funkcji intelektualnych uczennicy kształtuje się przeciętnie. Mocną stroną Ani jest rozumowanie abstrakcyjne, rozumowanie przez analogię, które rozwija się powyżej przeciętnej. Na podobnym poziomie przebiega umiejętność szybkiego przetwarzania informacji, wyszukiwania bodźców różniących się od pozostałych określonymi cechami.

Ania prawidłowo nabywa i stosuje wiedzę werbalną, tworzy, uogólnia, porównuje pojęcia. Adekwatna do wieku jest zdolność przechowywania, wydobywania i przetwarzania informacji o charakterze słuchowym oraz zdolności percepcyjne do odbierania bodźców wzrokowych, ich analizowania oraz zapamiętywania. Ania dobrze ujmuje relacje przestrzenne.

Prawidłowo rozwijają się funkcje percepcyjno-motoryczne takie jak: pamięć fonologiczna, słuch fonematyczny, analiza i synteza słuchowa, a także koordynacja wzrokowo-ruchowa. Słabiej kształtuje się tempo pracy grafomotorycznej.

Analiza prac pisemnych pozwala stwierdzić, że w pracach uczennicy występuje sporadyczna ilość błędów, głównie typowo ortograficznych i interpunkcyjnych (zarówno podczas przepisywania, pisania ze słuchu, jak i tworzenia wypracowań). Ma nawyk samokontroli i autokorekty. Jednak nie pamięta poszczególnych zasad pisowni – powtórzenia wymagają reguły dotyczące „rz”, „ż”, „ch”, „h”. Większe nasilenie błędów występuje w trakcie sprawdzianów, co może być związane z napięciem emocjonalnym. Przy dostosowaniu tempa pracy do możliwości Ani, jej pismo jest czytelne, natomiast notatki z lekcji mają na tyle obniżony poziom graficzny, iż tracą czytelność. Uczennica czyta płynnie, szybko, poprawnie. Rozumie samodzielnie analizowaną treść, choć niekiedy potrzebuje dodatkowych pytań.

Ania nie miała większych trudności w uczeniu się we wcześniejszych etapach nauki szkolnej – wykazywała się dobrym i sprawnym myśleniem arytmetycznym, a także adekwatnymi do wieku umiejętnościami i wiadomościami matematycznymi. Obecnie nie radzi sobie z rozwiązywaniem zadań matematycznych z powodu trudności w koncentracji uwagi, w podążaniu za tokiem rozumowania.

Podczas badania w poradni dało się zaobserwować, że Ania ma obniżony nastrój, wygląda na zmęczoną fizycznie (mimo deklarowanego przez nią wyspania się przed wizytą) – z uzyskanych informacji wynika, że od jakiegoś czasu zaburzony jest jej rytm dobowy. Widoczne było także bardzo wolne tempo pracy uczennicy, które sprawiało, że nie była w stanie wykazać się swoją wiedzą. Ania ma od dłuższego czasu trudność z rozplanowaniem nauki – zaczyna powtarzać materiał bardzo późno, rano jest zmęczona. Obserwuje się u niej wysoki poziom lęku w sytuacjach szkolnych i niską motywację do uczenia się w systemie szkolnym.

#### Lekarz psychiatra:

obniżony nastrój, okres dojrzewania, wysokie wymagania szkolne, skłonność Ani do perfekcjonizmu, skomplikowana sytuacja rodzinna. Zaburzenia adaptacyjne. Uczennica potrzebuje wsparcia psychologicznego, indywidualizacji procesu edukacyjno-wychowawczego, systematycznej kontroli psychiatrycznej.

#### Podsumowanie:

Ze względu na złożoność sytuacji Ani (problemy szkolne, motywacyjne oraz rodzinne) bardzo ważna jest współpraca wszystkich środowisk, w których Ania funkcjonuje oraz spójność w podejmowaniu działań. Pomocne będą regularne spotkania z rodzicami, wymiana informacji na temat aktualnego stanu psychicznego Ani, a także udzielanie wskazówek do pracy w domu przez nauczycieli, przez rodziców wskazówek, informacji na temat wykonanych badań lekarskich, psychologicznych i zaleceń do pracy z Anią.

Pomocna literatura:

Faber i E. Mazlish „Wyzwoleni rodzice, wyzwolone dzieci. Twoja droga do szczęśliwej rodziny” (2017). Media Rodzina

Faber A., Mazlish E. „Jak mówić, żeby dzieci się uczyły w domu i w szkole” (2022). Media Rodzina

Tomaszek K., MUCHACKA-CYMERMAN A. (2018) „Wybrane środowiskowe przyczyny syndromu wypalenia uczniów ze szkół gimnazjalnych”. Kwartalnik pedagogiczny

Zubrzycka E. (2020) „Przetrwać burzę. Jak pomóc dziecku, gdy jego rodzina przechodzi kryzys?”  
GWP

### Przypadek 3: Julka 7 lat, problemy z zachowaniem



image: Freepik.com

#### Rodzice:

Julka od początku życia rozwijała się prawidłowo. Osiągała etapy rozwoju zgodnie z normą. Stosunkowo szybko zaczęła mówić słowa i zdania. Zawsze chciała być samodzielna, decydować o tym co zrobi i dokąd pójdzie. Jest dziewczynką otwartą i komunikatywną, łatwo nawiązuje kontakt z dorosłymi i rówieśnikami. Jej reakcje emocjonalne na różne zdarzenia często były intensywne i zmienne. Julka miała problemy z radzeniem sobie z niechcianymi emocjami, nie tolerowała przegranej i porażek, zawsze chciała być pierwsza i najlepsza. Łatwo było wyprowadzić ją z równowagi, zdenerwować, szczególnie gdy wydarzyło się coś nie po jej myśli. Julka nie radzi sobie ze złością, szybko się irytuje, często płacze, zagryza usta, zaciska dłonie. Jej reakcje bywają bardzo intensywne, czasami wpada w histerie, biega skacze, rozrzuca przedmioty.

Dużą trudność sprawia jej dostosowanie się do wymagań, panujących zasad. Rodzice rzadko zabierali ją w miejsca publiczne np. do sklepu, kościoła.

Często była upominana ze względu na swą dociekliwość, nadruchliwość i impulsywność. Ma kłopoty z dostosowaniem się do poleceń, często je ignoruje, wykonuje zadania na swój sposób. Julka jest bardzo aktywna, dużo czasu spędza poza domem, w ogrodzie, na placu zabaw. Zdarzało się, że oddalała się od domu bez pozwolenia rodziców, uciekała z przedszkola i kierowała się w stronę domu. U dziewczynki obserwuje się wzmożoną ruchliwość, szybkie rozproszenie, konieczność wielu przerw i przywoływania jej uwagi. Zdarzały się też momenty zamyślenia, zawieszenia, chwilowej utraty kontaktu z otoczeniem. Podczas pracy stolikowej często dziewczynka wstaje z krzesła, stoi obok, siadając na krześle podwija nogi, opiera się o blat, podpira głowę.

W sytuacji silnych emocji Julka najczęściej wychodzi do swojego pokoju, w którym się uspokaja. Wymaga motywowania, aby dokończyć rozpoczęte zadanie, chętnie często zmienia aktywności, przerzuca uwagę na sprawy poboczne. Obserwuje się u niej nadwrażliwości sensoryczne.

Julka lubi zabawki kreatywne i przytulanki, ale najchętniej zabawy ruchowe. Wśród innych dzieci rywalizuje, chce być najlepsza i pokazać swoje możliwości. Zdarza się, że nie potrafi trafnie ocenić ryzyka swojego zachowania.

#### Nauczyciele:

U dziewczynki obserwuje się dobre postępy w umiejętnościach szkolnych. Julka rozpoznaje większość liter i cyfr, zaczyna czytać krótkie wyrazy, dodawać i odejmować w zakresie 10. Cechuje ją dobra pamięć i duży zasób słownictwa. Jest ciekawa świata, lubi zdobywać nowe informacje poznawać rzeczy, zadaje wiele pytań. Często zmienia obiekt zainteresowania, jest podatna na bodźce rozpraszające, szczególnie dźwięki. Julka łatwo wchodzi w konflikty, wybucha gniewem. Absorbuje uwagę dzieci, lubi być w centrum wydarzeń, za wszelką cenę chce być akceptowana.

Uczniowie klasy pierwszej podczas zajęć integracyjnych bawili się w zabawę tematyczną, przypisując sobie wzajemnie rolę różnych zwierząt. Julka miała być owieczką, jednak nie zgodziła się na to. Zaczęła mówić niecenzuralne słowa do swoich kolegów i koleżanek, bić ich i popychać.

Wychowawca natychmiast zareagował i próbował ją uspokoić. Julka nie reagowała na upomnienia, krzyczała niecenzuralne słowa, a każda próba zbliżenia się do dziecka skutkowałą ucieczką i zrzucaniem przedmiotów ze stolików. Dziewczynka rzucała też przedmiotami w kierunku nauczyciela, natomiast przy zatrzymaniu ugryzła go w przedramię. Julka zostawiona sama sobie, pod bacznym okiem wychowawców, po chwili się uspokoiła.

Po kilku dniach sytuacja powtórzyła się podczas lekcji. Dzieci miały rysować szlaczki, dziewczynka zdenerwowała się, rozrzucała przedmioty z szafek, krzyczała, podczas próby przytrzymania kopała nauczyciela. Dziecko wykrzyczało, że weźmie pistolet i się zabije. Interwencja dyrektora i wyprowadzenia dziecka z sali spowodowało jej wyciszenie. Zauważono także nadmierne emocje (najczęściej złość), gdy działo się coś nie po jej myśli np. nie mogła zastrugać kredki, znaleźć potrzebnej rzeczy w plecaku.

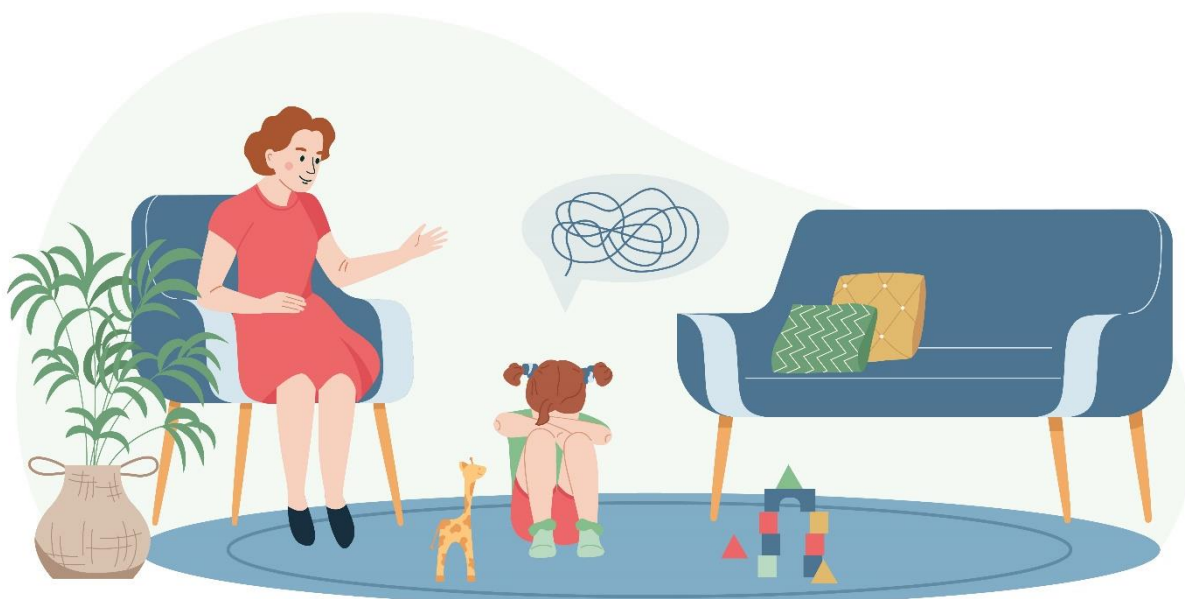


Do szkoły wezwano rodziców Julki, którzy poinformowali, że dziecko ma ADHD. W pozostałe dni dziewczynka na ogół zachowywała się poprawnie i nie sprawiała problemów. Dostosowywała się do sytuacji na lekcji i wymagań nauczyciela. Występowały, jednakże sytuacje niepokojące np. myśli rezygnacyjne, poczucie braku zrozumienia przez otoczenie.

### Julka:

Julka lubi chodzić do szkoły, chętnie spędza czas w towarzystwie starszych dzieci, interesuje się wszystkim co mówią inni, obserwuje otoczenie, lubi próbować nowych rzeczy. Cały czas jest w ruchu, często spędza czas poza domem, nie lubi siedzieć przy stoliku i pracować w ciszy. Łatwo się rozprasza pod wpływem licznych dystraktorów, szybko traci zainteresowanie. Przejawia nerwowe ruchy, nie jest w stanie usiedzieć w miejscu, wierci się na krześle. Dziewczynka dostrzega swoje trudności, ale nie potrafi powiedzieć, dlaczego tak się zachowuje.

Julka chętnie nawiązuje kontakt, dużo mówi, najczęściej o sobie, przerywa wypowiedzi innych. Kolekcjonuje maskotki, lubi zabawki kreatywne, ale najchętniej spędza czas aktywnie. Zaprasza inne dzieci do zabawy w berka, chowanego lub sama wymyśla zabawy. Chętnie gra z rodzicami w gry planszowe, wówczas widoczne są kłopoty związane z sytuacją porażki i przegranej. Płacze i złości się, gdy coś jej nie wychodzi, chce być pierwsza i najlepsza we wszystkim. Julka szybko się denerwuje, reaguje impulsywnie i często nie potrafi kontrolować swoich zachowań. Wycisza się w miejscu odosobnienia, odcięcia od innych bodźców. Ma kłopoty z samoregulacją i dużą przeczutnością uwagi. Trudność sprawia jej wysłuchanie poleceń do końca oraz postępowanie według określonych zasad i wskazówek. Gdy nikt nie widzi wykonuje zadania na swój sposób, przekracza ustalone normy. Julka jest bardzo samodzielna, najchętniej działa indywidualnie, trudno jej współpracować z innymi dziećmi. Chciałaby mieć rodzeństwo, chociaż niechętnie dzieli się z innymi.





### Interwencja rodziców:

Ze względu na rozpoznanie objawów nadpobudliwości psychoruchowej wskazane jest kontynuowanie opieki w poradni zdrowia psychicznego dla dzieci i młodzieży. Julka powinna być pod stałą opieką lekarza psychiatry, który może zdecydować wspólnie z rodzicami o włączeniu farmakoterapii.

Wskazane jest objęcie terapię specjalistyczną przeznaczoną dla dzieci z ADHD. Stowarzyszenie Na Rzecz Dzieci z Nadpobudliwością Psychoruchową oferuje terapię integracji sensorycznej, terapię biofeedback. Ponadto rodzice mogą korzystać z konsultacji psychologicznych, zajęć grupowych dla dzieci oraz terapii ręki.

Terapia integracji sensorycznej polegająca na dostarczaniu dziecku kontrolowanej dawki doznań sensorycznych, których intensywność jest dostosowana do charakteru i nasilenia zaburzeń SI, czyli w sytuacji Julki dotyczy m.in. nadwrażliwości sensorycznych.

Trening biofeedback polega na monitorowaniu i kontrolowaniu procesów fizjologicznych (fale mózgowe, napięcie mięśni). Wykorzystywany jest w terapii dzieci z zaburzeniami koncentracji, nadpobudliwością oraz niską odpornością na stres.

Terapia ręki polega na usprawnianiu precyzyjnych ruchów dłoni i palców, mających na celu zaangażowanie całej ręki do wykonywania różnorodnych zadań manualnych.

Warto korzystać również z Warsztatów dla dobrych rodziców, które przeznaczone są dla rodziców dzieci z ADHD, z zaburzeniami koncentracji, dziecięcymi wybuchami złości czy zachowaniami opozycyjno-buntowniczymi. W trakcie warsztatów rodzice zdobywają praktyczną wiedzę na temat behawioralnych technik pracy z dziećmi, które mogą praktycznie ćwiczyć z dzieckiem w domu.

Julka potrzebuje stabilnego środowiska rodzinnego z jasno określonym systemem nagród i konsekwencji. Podczas spotkań psychoedukacyjnych dotyczących jej zachowania należy pracować nad umiejętnością stawiania granic, rozwijania empatii i przeżywania sytuacji trudnych sposób bezpieczny dla dziecka i otoczenia.

Należy także rozważyć udział rodziców w spotkaniach terapeutycznych, aby spróbować zrozumieć, co powoduje agresywne zachowanie córki, czy doświadcza ona trudności emocjonalnych, czy jest czymś zaniepokojona, czy czuje się bezpiecznie w swoim naturalnym otoczeniu.

Istotne jest by uczyć Julkę jak radzić sobie z przegraną. W sytuacji ponoszonej przez nią porażki należy pozwolić jej na okazywanie emocji w sposób bezpieczny, nienaruszający dobra jakiegokolwiek osoby. Warto planować sytuacje, których coś się nie udaje i wymaga poprawiania. W tym celu można także korzystać z opowiadań terapeutycznych, dzielić się osobistymi sytuacjami, w których rodzice odnieśli porażkę. Należy budować w Julce przekonanie, iż nieudane próby są elementem nabywania każdej umiejętności.

Ważne jest konsekwentne i spójne stosowanie zaleceń zarówno przez rodziców jak i nauczycieli. Musi wiedzieć za jakie zachowanie należą jej się przywileje, a za jakie zachowanie traci je lub dostaje negatywne konsekwencje.

### Interwencja nauczycieli:

Ze względu na nasilenie objawów nadaktywności impulsywności i zaburzeń koncentracji uwagi dziewczynka potrzebuje dzielenia materiału na mniejsze części, przywoływania uwagi w trakcie wykonywania zadań. Ważne jest także wspomaganie w przeczytaniu polecenia, ewentualnie można podzielić polecenie na kilka niewielkich etapów.

Dziewczynka powinna siedzieć w pierwszej ławce, tak aby nauczyciel mógł dopilnować i sprawdzić jej pracę. Dobrze by było, aby towarzyszył jej spokojny uczeń, lecz nie najlepszy przyjaciel. Warto zadbać by siedziała z dala od rozpraszających elementów (okna, drzwi, kolorowej tablicy). Na stoliku powinny być dostępne tylko niezbędne przedmioty np. zeszyt, ołówek, ćwiczenia.

Ze względu na zmienne tempo pracy dziewczynka może wymagać wydłużenia czasu przeznaczonego na pracę. Zadania przeznaczone dla Julki nie powinny być dłuższe niż jej aktualne możliwości skupienia się.

Należy zapewnić jej możliwość przerw, w trakcie których będzie mogła się poruszać np. podejść do tablicy, przejść się z tyłu klasy, rozdać dzieciom pomoce.

Istotne jest odróżnianie zachowania wynikającego z objawów nadpobudliwości od innych trudnych zachowań, stosowanie zasady niekarania za objawy ADHD. Należy dbać o równowagę pomiędzy ilością kierowanych do niej uwag korygujących postępowanie, a ilością pochwał opisujących zachowania pożądane.

Warto zaplanować konkretne miejsce wyciszenia w odosobnieniu, tak aby Julka mogła w bezpiecznym miejscu regulować swoje emocje np. kącik ciszy w szkole.

Potrzebne jest wytyczanie jasnych norm i zasad postępowania w szkole, konsekwentne i jednocześnie łagodne ich respektowanie. Julka powinna dokładnie wiedzieć jakie wymagania są jej stawiane i w jaki dokładnie sposób może je wypełniać.

Należy opracować krótki zestaw zasad postępowania w klasie, zapisać je i umieścić w widocznym miejscu, tak aby można było się do nich szybko odnieść. Zasady postępowania dotyczą wszystkich dzieci w klasie, dlatego Julka nie będzie czuła się wyróżniana.

Dziewczynce należy prezentować wzory osobowe i przykłady zachowania, które może naśladować. Ponadto trzeba organizować sytuacje wychowawcze, których dziewczynka w interakcji z innymi rówieśnikami będzie mogła uczyć się pełnienia różnych ról społecznych np. angażowanie do pomocy innym, wykonywanie zadania w parach lub małych grupach.

W sytuacji narastającego napięcia emocjonalnego, które może doprowadzić do eskalacji trudnych zachowań należy opracować indywidualną procedurę wyciszania np. przejście do tyłu sali, minimalizowanie kontaktu słownego, możliwość bezpiecznego odreagowania emocji, przebywanie w miejscu odosobnienia.

W szkole należy objąć dziewczynkę pomocą psychologiczno-pedagogiczną w formie zajęć rozwijających kompetencje społeczno-emocjonalne. Spotkania te przyczynią się do rozwijania umiejętności prospołecznych, budowania systemu wartości, nabywania umiejętności empatii, zachowań asertywnych, radzenia sobie z napięciem emocjonalnym.

Julkę należy zachęcać do podejmowania działań wymagających współpracy z innymi dziećmi, angażować ją do udziału w wydarzeniach klasowych i szkolnych, do aktywności w ramach zajęć dodatkowych. Ponadto należy dbać o to, by proponowane ćwiczenia wystarczająco angażowały dziewczynkę do pracy na miarę jej możliwości, stosować zadania w sferze jej najbliższego rozwoju.

Warto angażować dziewczynkę do zadań stanowiących dla niej wyzwanie np. zaangażowanie w samorząd klasowy, wolontariat, udział w konkursach. Julka może brać udział w zajęciach kół zainteresowań, co pomoże skupić się na rozwijaniu bardzo dobrych możliwości intelektualnych.

### Interwencja dziecka

Dziewczynka potrzebuje objęcia oddziaływaniami terapeutycznymi, które będą ukierunkowane na wypracowanie adaptacyjnych sposobów radzenia sobie w sytuacjach trudnych. Indywidualne spotkania terapeutyczne powinny obejmować również problemy w relacjach rówieśniczych oraz sposoby reagowania i wyrażania emocji w doświadczanych sytuacjach.

Pomocne będzie również uczestniczenie w grupowym treningu umiejętności społecznych (TUS). Zajęcia takie pozwolą Julce na uczenie się efektywnych sposobów funkcjonowania społecznego. Trening umiejętności społecznych obejmuje ćwiczenia komunikacji, radzenia sobie w sytuacjach trudnych, rozpoznawania, nazywania i wyrażania emocji.

Ponadto wskazany jest udział Julki w Treningu Zastępowania Agresji (TZA), który pomoże w korygowaniu agresywnych zachowań. Zajęcia te uczą umiejętności kontrolowania własnej impulsywności, stosowania umiejętności prospołecznych oraz wspomagają rozwój myślenia moralnego.

Z uwagi na nadwrażliwości sensoryczne wskazana jest diagnoza oraz wynikająca z niej dieta sensoryczna i terapia integracji sensorycznej.

Wspólnie z dziewczynką należy opracować jej indywidualny zestaw sposobów regulacji nadmiernych emocji np. wyjście do osobnego pomieszczenia, potrzymanie za rękę, mocny uścisk, delikatne kołysanie.

Warto spróbować treningu uważności (mindfulness), który polega na ćwiczeniach zabawach uczących panowania nad myślami i emocjami oraz bycia „tu i teraz”. Ćwiczenia polegają na zatrzymaniu się w celu dostrzeżenia tego wszystkiego co jest związane z odczuciami z ciała myśli i emocji. Dzięki temu dziecko może poprawić umiejętność koncentracji i lepiej radzić sobie z trudnymi emocjami, napięciem i frustracją.

Należy wprowadzić kodeks złości, taki sam w szkole i w domu. Kodeks złości zawiera następujące elementy:

- Każdy ma prawo odczuwać złość.
- Wolno wyrażać złość w następujący sposób (przykłady).
- Nie wolno wyrażać złości w następujący sposób (przykłady). Jeśli pojawią się takie niewłaściwe zachowania to stosujemy określone wcześniej konsekwencje.

Kodeks złości należy umieścić w widocznym miejscu tak aby można było łatwo się do niego odnieść.

Z uwagi na występujące sytuacje trudne w obszarze kontaktów społecznych należy rozważyć udział Julki w wybranych zajęciach pozalekcyjnych lub pozaszkolnych, mających również charakter terapeutyczny oraz dostosowanych do zainteresowań dziecka np. zajęcia taneczne, plastyczne, muzyczne, sportowe.

#### Wyniki badań psychologiczno-pedagogicznych:

U Julki stwierdzono wyższy niż przeciętny poziom rozwoju intelektualnego. Zdecydowanie mocną stroną dziewczynki jest myślenie w oparciu o materiał konkretny, tematyczny, które jest ukształtowane na bardzo wysokim poziomie. Dziewczynka doskonale tworzy reprezentację pojęć, wykrywa analogie między obiektami. Prawidłowo radzi sobie z identyfikowaniem cech wspólnych obiektów abstrakcyjnych, wykrywaniem relacji między nimi oraz włączaniem elementów do zbioru z uwagi na wybraną cechę. W górnej granicy normy mieści się percepcja wzrokowa i wyobrażenia przestrzenne. Julka potrafi organizować, analizować i syntetyzować bodźce wzrokowe. Sprawnie operuje materiałem wyobrażeniowym oraz rozwiązuje problemy związane z rozumowaniem przestrzennym. Podobnie rozwija się bezpośrednia pamięć wzrokowa oraz trwała pamięć werbalna. Dziewczynka utrzymuje w polu percepcyjnym bodźce wzrokowe płynące z otoczenia, potrafi przechowywać je i przetwarzać w pamięci roboczej. Natomiast nisko kształtuje się bezpośrednia pamięć słuchowa, co jest związane z koncentracją uwagi.

Julka dysponuje szeroką wiedzą o otaczającym środowisku, chętnie rozmawia na różne tematy. Opanowała pojęcia potoczne, orientuje się najbliższym otoczeniu. W jej wieku rozwijają się funkcje wzrokowo-ruchowe. Dziewczynka dobrze orientuje się w kierunkach, rozróżnia lewą i prawą stronę schematu ciała. Prawidłowo określa relacje przestrzenne. Potrafi dokonać analizy i syntezy głoskowej krótszych wyrazów, natomiast ma jeszcze trudności z pomijaniem wybranych głosek. Adekwatnie do wieku dziecka rozwija się motoryka duża i mała. Julka podejmuje chętnie zadania

ruchowe, z wyjątkiem tych wymagających pracy manualnej przy stoliku. Obserwuje się tendencję do szybkiego działania, dużą przerzutność uwagi oraz aktywne eksplorowanie otoczenia.

#### Wyniki badań medycznych:

Julka pozostaje pod opieką poradni zdrowia psychicznego dla dzieci i młodzieży. Zdiagnozowano u niej zespół nadpobudliwości psychoruchowej i zaburzeń koncentracji F 90.1 zespół nadpobudliwości psychoruchowej z zaburzeniami koncentracji uwagi obejmuje problemy z utrzymaniem uwagi, trudności z kontrolą impulsywności oraz nad ruchliwość, które są nadmierne w stosunku do wieku i poziomu rozwoju dziecka. Dzieci z ADHD są niespokojne, mają trudności z pozostaniem na jednym miejscu, łatwo się rozpraszają, nie potrafią czekać na swoją kolej, trudność sprawia im zastosowanie się do kolejnych instrukcji. Często przerzucają się z jednej niezakończonych aktywności na drugą, przeszkadzają innym i wydaje się, że nie słuchają tego co się do nich mówi. Mogą angażować się w niebezpieczne działania, nie uwzględniając możliwych konsekwencji.

Prawdopodobnie dziewczynka zostanie objęta farmakoterapią i psychoterapią.

#### Polecana literatura:

Kołąkowski A., Wolańczyk T., Pisula A., Skotnicka-Chaberek M., Bryńska A., (2022) ADHD - zespół nadpobudliwości psychoruchowej: przewodnik dla rodziców i wychowawców, GWP

Miller K. (2022) Ja i moje ADHD: 60 ćwiczeń, które pomogą dziecku w samoregulacji, koncentracji i odnoszeniu sukcesów, GWP

Kołąkowski A., Pisula A. (2021) Sposób na trudne dziecko, GWP

Snel E., (2022) Uwaga i spokój żabki, Wydawnictwo CoJaNaTo

Stążka-Gawrysiak A.,(2022) Self-Regulation. Opowieści dla dzieci o tym jak działać, gdy emocje biorą górę, Znak

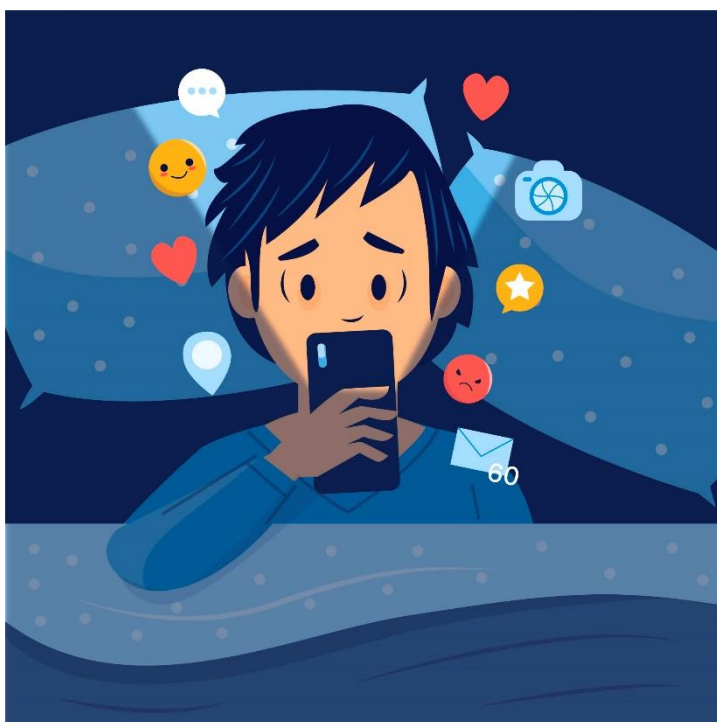
## Przypadek 4: Kacper lat 14, wybiórczość pokarmowa

### Rodzice:

Kacper rozwijał się prawidłowo, rzadko chorował. Jednak od samego początku miał problem z jedzeniem. Spożywał tylko swoje ulubione potrawy, nikt nie był w stanie go namówić na mięso. Jadł głównie ziemniaki, pierogi, parówki, bułki z jasnego pieczywa. Czasem zje kanapkę z żółtym serem, ale bez masła. Jedynym owocem, który zjada jest banan. Do picia preferował jedynie mleko i czarną herbatę.

Kacper jest moim 2 dzieckiem, z 2 związku. Mój pierwszy mąż zmarł nagle w wypadku. Potem długo byłam sama. Ojca Kacpra znałam krótko. Wydawało mi się, że będzie to człowiek, który może być ojcem dla mojego starszego syna. Niestety okazało się, że nie możemy być razem. Syn nie ma z nim kontaktu, a ojciec też nie zabiega o relacje z nim. Przenieśliśmy się do Rzeszowa jak Kacper miał 3 lata. Starszy syn bardzo mi pomagał w opiece nad młodszym bratem. Ja musiałam wrócić do pracy, żeby utrzymać rodzinę. Pracuję na zmiany w dużym hipermarkecie, ale najgorsze są noce. Kacper poszedł do przedszkola i całkiem nieźle sobie radził. Martwiły mnie jedynie częste wybuchy złości, płacz nie wiadomo o co, ale przecież to normalne w tym wieku. Po roku od przeprowadzki zmiany nastroju się wyciszyły.

Kacper idąc do szkoły umiał już pisać i czytać. W pisaniu zawsze był mało staranny. Najbardziej podobały mu się komiksy. Często oglądał bajki. Niestety moja praca na zmiany powodowała, że musiał zostawać ze swoim starszym bratem, który nie miał do niego cierpliwości i pozwalał mu oglądać bajki. Był to trudny czas dla mnie, ponieważ co parę dni miałam zmiany nocne. Kiedy



miałam dniówki każdy wieczór spędzaliśmy razem i wtedy było wszystko dobrze. Syn uczył się dobrze i nie było z nim większych problemów.

Kłopoty zaczęły się w czasach pandemii. Spędzał całe dni przy komputerze, bo szkoła była zdalnie. Z kolegami grał, często do późnej nocy. Zamknięty w domu, nigdzie nie wychodził. Nie czuł potrzeby wychodzenia. Powrót do szkoły był bardzo bolesny dla nas.

Przez ostatnie wakacje Kacper bardzo późno chodził spać. Długo grał na komputerze, ale były wakacje i nie przyczepiłam się do tego. Spał do godzin południowych. Szkoła teraz

okazała się koszmarem. Nie byłem w stanie obudzić go rano na godzinę 8:00. Spóźniał się każdego dnia do szkoły. Przychodził na 2 i 3 lekcję. Spał na ławce i był niegrzeczny w stosunku do nauczycieli. Około 4 lekcji, czuł się lepiej, uczestniczył w lekcji, ale wycofywał się coraz bardziej z grupy rówieśniczej. W domu było dużo złości i napięcia. Nic nie pomagało. Zgłaszał, że nie może usnąć wcześniej. Wieczorami chodził po całym mieszkaniu do późnych godzin wieczornych i narzekał, że nie może spać. Koleżanka poradziła mi, żeby poprosić lekarza o jakieś tabletki na sen.

Wychowawczyni wezwała mnie na rozmowę. Stwierdziła, że ta sytuacja nie może trwać. Rano jest zaspany i nic do niego nie dociera, prawie nie ma z nim kontaktu. Dostaje coraz to bardziej słabe stopnie. Rok temu miał oceny dobre, czasem bardzo dobre a teraz prawie same jedynki.

Nauczycielka zapytała mnie czy coś się dzieje w domu. Podejrzewa, że może być pod wpływem środków odurzających. Ja nic nie zauważyłam. Kacper na pewno nie pali. Nie umiałam odpowiedzieć nauczycielce, co tak naprawdę się dzieje.

Nie mam już takiej dobrej relacji z synem. Kłócimy się często o szkołę, czas spania, czas przy komputerze. Staram się jako matka. Kupuje mu to, co lubi do jedzenia, a jest bardzo wybredny. Chętnie sięga głównie po szybkie jedzenie typu fast food i cole. Dobrze, że chociaż pije mleko (tylko rano). Czas spędza głównie przy komputerze. Od czasu pandemii niechętnie wychodzi. Ma kilku kolegów, ale jednego przyjaciela, z którym gra online. Rzadko się widują, bo nie pozwalam mu wychodzić ani zapraszać kolegów, kiedy mnie nie ma w domu. Wieczorami czasem czyta książkę, zazwyczaj ogląda jakieś komedie i seriale. Interesuje się starymi samochodami i ogląda wiele filmików i programów na ten temat.

Nie mogę uwierzyć, że coś bierze, ale on sam zaprzecza. Lekarz rodzinny sugeruje depresję, więc czekamy na wizytę u lekarza psychiatry.

#### Kacper:

Jestem Kacper i mam 14 lat. Nie za bardzo lubię się uczyć, ale to nie jedyny mój problem. Zdolny ja chyba nie jestem. Zawsze coś robiłem nie tak. Na przykład nie potrafię ładnie pisać. Nie wiem, co mógłbym w życiu robić, ale chyba teraz tym się nie martwię. Lubię stare samochody. Chciałbym kupować je i przywracać ich możliwości do jeżdżenia.

Mama dużo pracuje. Ojca nie znam i chyba nie chce go poznać, bo jemu nie zależy na tym, żeby mnie poznać. Mam starszego brata, który się bardzo wymądrza, ale generalnie jest spokojny.

Mam kilku kolegów z którymi gram i rozmawiam, o tym co nas zainteresuje. Od zawsze miałem problemy z jedzeniem. Nie lubię mięsa, takiego do obiadu. Owoce i warzywa mnie brzydzą. Mama zawsze próbowała mnie karmić jakimiś warzywami. Strasznie się tym denerwowałem. Jak tylko prosiła mnie o coś, żebym próbował to jakoś się bardzo stresowałem. Niektóre potrawy są obrzydliwe i strasznie śmierdzą. Od jakiegoś czasu mama dała mi spokój i mnie już nie męczy zdrowym jedzeniem.



Nie lubię wstawać do szkoły. To bez sensu wstawać w nocy. Nie mogę otworzyć oczu i nie wiem czemu na mnie krzyczy mama. Idę do szkoły, ale tylko dlatego że mi każą. Kilka razy usnąłem na lekcji i zrobili sobie ze mnie bekę. Głupio mi było i bardzo się zezłościłem. Dostałem też kilka uwag, bo ostatnio powiedziałem co myślę i chyba się obrazili. Chciałbym wrócić do zdalnych lekcji. Wieczorem nie chce mi się spać. Próbowałem chodzić wcześniej spać, ale leżę kilka godzin. Oglądam wtedy filmiki, czasem czytam. Lubię też jakieś komedie, bo są śmieszne i fajnie się je ogląda. Wtedy poprawia mi się humor. Nie rozumiem, dlaczego ktoś ma do mnie jakiś problem. Najgorsza jest szkoła. Myślę, że jestem jakiś inny.

### Wychowawca:

Kacper jest chłopcem zdolnym, ale nie zawsze systematycznie pracuje. Zdecydowanie lepiej radził sobie w pierwszym etapie edukacji. Wykazywał zainteresowanie lekcją, zadawał wiele pytań. Nie zawsze przynosił zadania domowe, ale to były sporadyczne sytuacje. Nawiązywał odpowiednie relacje z innymi dziećmi. W okresie nauczania na pierwszym etapie edukacyjnym nauczycielka zgłaszała trudności w pisaniu. Uczeń ma kłopot w utrzymaniu się w liniaturze zeszytu, pisze litery uproszczone, które nie zachowują prawidłowego kształtu. Od klasy 4, pismo chłopca stało się coraz to bardziej trudne do odczytania. Nauczyciele proszą, aby uczeń odczytał treści zapisane podczas prac pisemnych i sprawdzianów.

Aktualnie Kacper ma wiele nieobecności oraz spóźnień, które zdarzają się prawie codziennie. Często jest nieprzygotowany do lekcji. Największy problem dotyczy słabego kontaktu z dzieckiem przez kilka godzin rano. Kacper leży na ławce, kilka razy zdarzyło się, że zasnął. Problem jest na tyle poważny, że takie zachowanie znacznie zaburza mu funkcjonowanie w szkole. Otrzymał już wiele ocen niedostatecznych. Jest fizycznie na lekcji, ale nie docierają do niego komunikaty. Zdarza się, że odpowiada niegrzecznie do nauczyciela. Używa wulgarnych słów. Nauczyciele obserwują również izolację od rówieśników. Niestety wielokrotnie zdarzyło się, że Kacper był obiektem drwin i śmiechów w sytuacji, kiedy zasnął na lekcji. O każdej takiej sytuacji informowana jest matka dziecka.

### Interwencja ze strony szkoły:

Z powodu narastających trudności dziecka funkcjonowaniu na terenie szkoły oraz słabych postępów na nauce, zorganizowano spotkanie, podczas którego, wspólnie z matką zastanawialiśmy się z jakiego powodu się tak dzieje.

Mama Kacpra chętnie współpracuje ze szkołą i troszczy się o syna. Nie zgłosiła podejrzeń dotyczących korzystania przez chłopca z substancji psychoaktywnych. Potwierdziła jednak, że trudności wychowawcze eskalują coraz bardziej.

Szkoła zasugerowała badanie w poradni psychologiczno-pedagogicznej, ewentualnie kontakt z lekarzem rodzinnym, który mógłby zlecić podstawowe badania w celu wykluczenia czynnika chorobowego w zachowaniu dziecka. Wychowawca zasugerował również kontakt z psychiatrą dziecięcym, który mógłby pomóc w ustaleniu przyczyny pogorszenia się funkcjonowania chłopca

(psycholog szkolny zasugerował objawy depresji). Zaproponowano możliwość skorzystania na terenie szkoły z rozmów z psychologiem. Jedno spotkanie odbyło się w dniu, kiedy chłopiec zasnął na lekcji a potem zdenerwował się jak klasa z niego się śmiała. Niechętnie podjął współpracę, bo nie chciał mówić co się stało.

Nauczyciel wychowawca zaproponował przygotowanie informacji ze szkoły na temat zachowania ucznia do celów diagnostycznych.

#### Interwencja ze strony matki:

Matka zaniepokojona pogorszeniem się funkcjonowania dziecka, coraz to większymi i narastającymi trudnościami w relacji z synem postanowiła podjąć działanie w celu pomocy swojemu dziecku. Złożyła wniosek do poradni psychologiczno-pedagogicznej w celu określenia przyczyn trudności dziecka.

Matka zdecydowała się również na wizytę u lekarza rodzinnego, któremu zgłosiła niepokojące zachowania i przekazała wskazówki ze szkoły. Dodatkowo umówiła się na konsultacje z lekarzem psychiatrą dziecięcym (zgodnie z wytycznymi szkoły oraz diagnostów z poradni psychologiczno-pedagogicznej).

Matka dziecka zdecydowała się, że na czas interwencji i badań diagnostycznych będzie czujnie obserwować zachowanie syna. W miarę możliwości zrezygnuje ze zmian nocnych, by jak najwięcej czasu przebywać z synem.

#### Badania medyczne:

Na zlecenie lekarza rodzinnego zostały przeprowadzone podstawowe badania, które nie wykryły większych nieprawidłowości. Stwierdzono obniżony poziom żelaza we krwi i wdrożono leczenie farmakologiczne uzupełniające niedobory żelaza. Z uwagi na wybiórczość pokarmową dodatkowo uzupełniono suplementacją niedobory wynikające z nieprawidłowej diety.

Konsultacja u lekarza psychiatry dziecięcego wykluczyła podejrzenie depresji. Lekarz zauważył zmienne nastroje, trudności relacyjne z rówieśnikami typowe dla okresu dojrzewania. Okres ten, to czas w którym u dziecka zachodzi wiele bardzo ważnych zmian zarówno biologicznych, społecznych a przede wszystkim emocjonalnych. Jest to też trudny okres dla rodziców. Dodatkowo czas izolacji spowodował, dziecko nie nabyło odpowiednich umiejętności do radzenia sobie większej grupie.

Lekarz zaproponował badanie pod kątem integracji sensorycznej przez odpowiednio wykwalifikowanego terapeutę z uwagi na objawy trudności w tym zakresie. Wykluczył inne jednostki chorobowe, które by w istotny sposób wpłynęły na obserwowane trudności dziecka.

#### Wyniki badań w Poradni Psychologiczno-Pedagogicznej:

Stwierdza się ponadprzeciętny poziom ogólnego rozwoju intelektualnego. Do mocnych stron Kacpra należy zdolność do przechowywania informacji w magazynie pamięci długotrwałej i wydobywania ich z niej, która ma podstawowe znaczenie dla przyswajania i reprodukcji wiedzy szkolnej. W

górną granicę wyników przeciętnych kształtuje się inteligencja płynna, czyli zdolność ujmowania i rozpoznawania relacji między elementami oraz reguł względem wzorca w zadaniu. Kacper właściwie dostrzega zależności, radzi sobie w zakresie myślenia logicznego i rozumowania abstrakcyjnego na materiale konkretno-obrazowym. Na dobrym poziomie plasuje się szybkość przetwarzania, dostrzegania różnic i umiejętność pomijania nieistotnych elementów. Podobnie przebiega umiejętność odpamiętywania sekwencji usłyszanych cyfr i liter po krótkotrwałym odroczeniu (krótkotrwała pamięć słuchowa). U Kacpra adekwatnie do wieku kształtuje się zdolność do nabywania i stosowania wiedzy werbalnej, poprzez klasyfikowanie, wyszukiwanie podobieństw, łączenie w kategorie i tworzenie ogólnych pojęć. Przeciętny jest poziom krótkotrwałej pamięć wzrokowo-przestrzennej odpowiedzialnej za umiejętność różnicowania i zapamiętywania kształtów i relacji przestrzennych. Relatywnie nieco słabiej, jednak wciąż w granicach wyników przeciętnych kształtuje się przetwarzanie wzrokowe czyli zdolność do odbierania bodźców wzrokowych i analizowania ich.

W sferze emocjonalnej obserwuje się u chłopca nieznaczną niedojrzałość. Chłopiec wykazuje problemy w sytuacjach dla niego trudnych, związanych z porażką czy krytyką. W związku z silną potrzebą dążenia do uzyskania jak najlepszych wyników w momencie trudności nie radzi sobie, frustruje się, unika lub wycofuje się z zadań. Jest dość impulsywny w działaniu, trudno mu się skoncentrować na trudnym zadaniu i dostosować się ograniczeń czasowych.

W zakresie funkcji percepcyjno-motorycznych prawidłowo rozwija się percepcja słuchowa oraz pamięć fonologiczna. Na pograniczu normy przebiega sprawność grafomotoryczna przy dość szybkiej męczliwości piszącej ręki. Deficytem objęta jest koordynacja wzrokowo-ruchowa.

Uczeń prawidłowo opanował technikę czytania, utrzymuje się szybkie tempo, przy prawidłowym rozumieniu samodzielnie czytanego tekstu. Podczas pisania popełnia sporadyczne błędy. Poziom graficzny pisma jest znacznie zaburzony a jego notatki trudne do odczytania. Kacper potrafi skonstruować samodzielną wypowiedź pisemną na zadany temat, poprawną pod względem merytorycznym i kompozycyjnym. W zakresie matematyki opanował pamięciowe i pisemne techniki liczenia, niewielkie problemy obserwuje się podczas rozwiązywania wieloetapowych zadań tekstowych i geometrycznych.

Dodatkowo pojawiają się zaburzenia w odbiorze bodźców sensorycznych (nadwrażliwość węchowa) oraz wybiórczość pokarmowa, która znacząco wpływa na znacznie zawężony dobór pokarmów w diecie. Chłopiec preferuje tylko swoje znane i ulubione potrawy, niechętnie przebywa w pomieszczeniach których wyczuwa intensywny zapachy, takie jak szatnia, sklepy z warzywami i owocami czy supermarkety, dlatego niechętnie podejmuje się aktywności w tych przestrzeniach. Ważne jest podjęcie pracy nad uregulowaniem diety dziecka.

Wskazane jest dostosowanie wymagań edukacyjnych oraz objęcie dziecka pomocą psychologiczno-pedagogiczną w szkole w formie zajęć dydaktyczno-wyrównawczych. Zaleca się indywidualne

podejście dydaktyczno-wychowawcze wobec ucznia, a w pracy z nim należy doskonalić sprawność grafomotoryczną. Wskazane jest, by w domu pod kontrolą osób dorosłych Kacper prowadził pracę samokształceniową mającą na celu doskonalenie poziomu graficznego pisma. Można w tym celu korzystać z ćwiczeń proponowanych przez Polskie Towarzystwo Dysleksji i/lub różnych programów multimedialnych. Zaleca się badanie kontrolne za rok z udokumentowaną pracą w pisaniu.

W warunkach domowych należy motywować, mobilizować chłopca, nagradzać i doceniać przejawy pożądanых zachowań. Pomocne będzie także wprowadzenie jasnego systemu zasad i norm, który będzie konsekwentnie przestrzegany w życiu codziennym.

Należy pomóc dziecku opracować sposoby postępowania w sytuacjach dla niego trudnych, radzenia sobie ze stresem, opanowania emocji negatywnych. Należy omawiać z dzieckiem sytuacje problemowe, aby mogło samo podejmować decyzję i dokonywać wyboru, budować racjonalne rozwiązania problemów. Przy każdej sposobności i okazji należy wzmacniać u dziecka pozytywne myślenie o sobie, podnosić jego samoocenę.

Zaleca się kształtowanie ciekawości poznawczej dziecka poprzez różnego rodzaju zajęcia pozalekcyjne, programy, filmy popularnonaukowe, atrakcyjne pomoce służące wzbogacaniu wiedzy, gry dydaktyczne, itp.

#### Wnioski zalecenia wynikające z interwencji:

Czas izolacji społecznej w okresie pandemii istotnie przyczynił się do wypracowania u chłopca sposobu spędzenia wolnego czasu. Dlatego uczeń preferował przebywanie w swoim pokoju, miejscu bezpiecznym. Nie stwierdzono zaburzeń ze spektrum autyzmu. Badania psychologiczne wskazują na bardzo dobre możliwości intelektualne dziecka (wyższy niż przeciętny iloraz inteligencji).

Okres dojrzewania jest dla większości nastolatków jest okresem burzliwym. Obserwuje się wtedy zwiększoną intensywność reakcji emocjonalnych, próby budowania własnego pomysłu na życie, kształtowania się osobowości, a także przekonań. Myślenie abstrakcyjne, wzrost refleksyjności i krytycyzmu. Jest to bardzo trudny moment również dla rodziców, ponieważ to co wypracowali przez wiele lat nagle przestaje mieć znaczenie, ponieważ ich dziecko szuka nowych pomysłów na życie. Nastolatek potrzebuje więcej swobody, poczucia samodzielnie podejmowanych decyzji a przede wszystkim traktowania go poważnie. Młody człowiek pragnie dużo uwagi, ale innej niż małe dziecko, takiej nie wprost. Można by powiedzieć, że raczej takiej na dystans, ale na tyle w pobliżu, by mu towarzyszyć w jego codziennych trudnościach. Trzeba pamiętać też o dynamicznej zmianie w wyglądzie zewnętrznym. Skok pokwitaniowy u młodych mężczyzn występuje między dwunastym, a piętnastym rokiem życia i powoduje przybranie na masie ciała i przyrost wysokości nawet do 20 cm. W okresie dorastania zmienia się ciało jego proporcje, twarz oraz zarost.

Z uwagi na trudności grafomotoryczne i obniżoną czytelność pisma, zaleca się podjęcie terapii ręki oraz badanie kontrolne poradni psychologiczno-pedagogicznej w celu ustalenia czy przyczynami trudności w pisaniu może być dysgrafia.

Dokładnie przeprowadzony wywiad oraz obserwacje i badania wykluczyły postawienie diagnozy depresji czy uzależnienia od substancji psychoaktywnych. Ważną przyczyną problemów z zasypianiem dziecka okazał się fakt, iż dziecko w godzinach popołudniowych i wieczornych często sięgało po napoje ze zwiększoną ilością kofeiny (cola, napoje energetyczne). Wykluczenie ich z diety w godzinach wieczornych w znacznym stopniu wpłynęło na wyrównanie aktywności w ciągu dnia, a przede wszystkim zmniejszyło problemy z zasypianiem. Chłopiec nie był świadomy, że spożywanie o późnej porze takich napojów niekorzystnie wpłynie na jego higienę snu. Częste nieobecności matki w godzinach wieczornych i nocnych spowodowała, że chłopiec dodatkowo przekraczał granice i nie stosował się do zaleceń matki na odległość. Cała ta sytuacja spowodowała trudności z zasypianiem oraz z przesunięciem się pory czuwania i spania.

Badania przetwarzania sensorycznego potwierdziły nadwrażliwość węchową i wybiórczość pokarmową. Zalecono w przyszłości kontakt z dietetykiem i prace nad zdrowym odżywianiem i świadomością nastolatka. Terapeuta integracji sensorycznej przeprowadził psychoedukację dotyczącą higieny snu, znaczenia odpowiedniej diety na rozwój i funkcjonowanie organizmu człowieka. Uczeń szybko podjął współpracę i zaangażował się. Poprosił o wizytę u dietetyka oraz zaproponował możliwość przygotowywania części posiłków dla niego samodzielnie.

Po kilku tygodniach można było zauważyć polepszenie funkcjonowania dziecka, podniesienie nastroju. Kacper też coraz chętniej wychodził ze swoim kolegą a także spotykali się u niego w domu (do tej pory nie mógł zapraszać kolegów, jeśli mamy nie było w domu). Poprosił matkę o zakup roweru. Z uwagi na trudności grafomotoryczne i obniżoną czytelność pisma, zaleca się podjęcie terapii ręki oraz badanie kontrolne poradni psychologiczno-pedagogicznej w celu ustalenia czy przyczynami trudności w pisaniu może być dysgrafia.

#### Literatura:

Ayers J. „Dziecko a integracja sensoryczna” (2015) Harmonia.  
Dutkiewicz A. „Trudności z jedzeniem u dzieci i nastolatków”, (2022) Natuli – dzieci są ważne.  
Faber A., Mazlish E. „Jak mówić, żeby dzieci się uczyły w domu i w szkole” (2022). Media Rodzina.  
Odowska-Szlachcic B., Górka-Pik N. „Strategie sensoryczne w jedzeniu i mówieniu” (2020) Harmonia.

#### Linki:

- <https://dziecisawazne.pl/bulka-obiad-sniadanie-kolacje-neofobia-zywienia/>
- <https://dziecisawazne.pl/moje-dziecko-nie-chce-jesc/>

## Przypadek 5: Kuba 12 lat, przemoc rówieśnicza

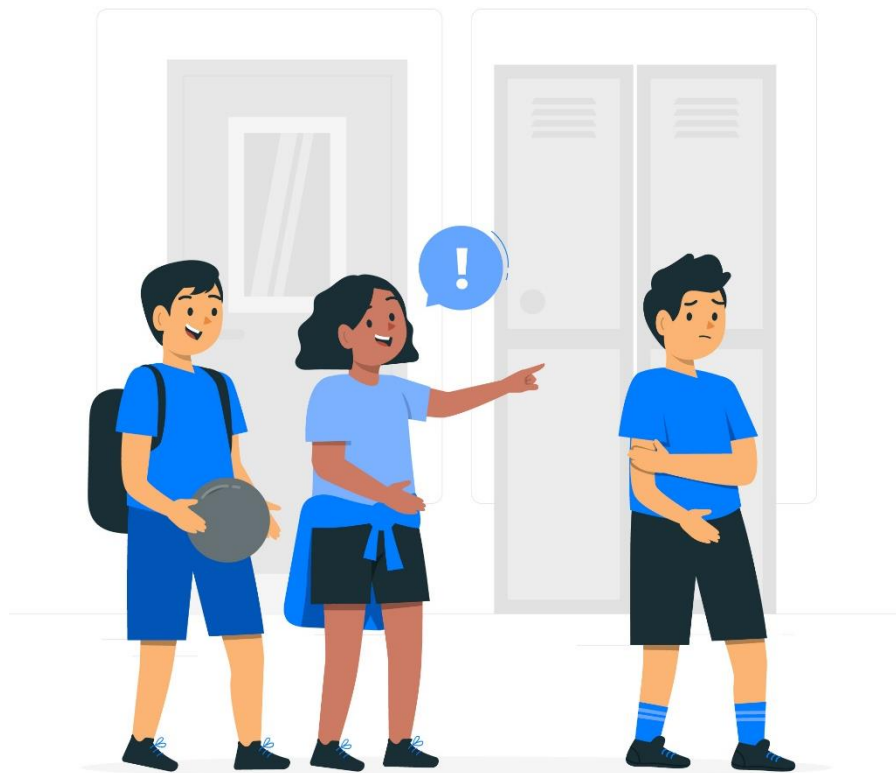
### Rodzice:

Kuba od początku życia dobrze się rozwijał. Na początku okresu przedszkolnego chłopiec często chorował, cechowała go obniżona odporność, skłonność do infekcji. Z tego powodu później, czyli od 5 roku życia, rozpoczął uczęszczanie do przedszkola. Dłużej adaptował się do nowej sytuacji, ostrożnie nawiązywał relacje z dziećmi, chętnie bawił się sam lub czekał na inicjatywę innych osób. Ma dwójkę starszego rodzeństwa, siostrę i brata, którzy są opiekuńczy wobec niego, ale tylko w domu.

Mocno przeżywał stresujące sytuacje, raczej nie okazywał emocji. Kuba dość długo uczył się liter i cyfr. Od początku nauki szkolnej miał trudności w opanowaniu umiejętności szkolnych. Bardzo dużo czasu poświęcał na naukę, wymagał dopingu i zachęty przy odrabianiu lekcji. Rodzice i starsze rodzeństwo stale pomagali mu w nauce, naprzemiennie towarzyszyli mu podczas rozwiązywania zadań. Obserwowano nadmierne napięcie związane z niepowodzeniami edukacyjnymi. Kuba nie chciał opowiadać o kłopotach szkolnych. Trudność sprawiało mu dosłowne zapamiętywanie oraz rozumienie czytanych treści. Wymagał ciągłego towarzyszenia i pomocy w wykonywaniu ćwiczeń. Rodzice obserwowali również duże problemy z koncentracją i zapamiętywaniem podczas nauki domowej. Kuba łatwo się rozpraszał, cechowała go nadmierna ruchliwość, podczas nauki kręcił się, wiercił i ciągle wstawał. Po ukończeniu klasy 3 przeniósł się do innej szkoły z uwagi na zmianę miejsca zamieszkania.

Rodzice Kuby, który obecnie jest uczniem klasy szóstej, zgłosili się do szkoły by poinformować wychowawcę o przykrym wydarzeniu. Ich syn będąc na przerwie przed lekcją wychowania fizycznego w toalecie, został nagrany telefonem komórkowym podczas wykonywania czynności fizjologicznych przez dwóch kolegów z klasy. Kuba z ogromnym poczuciem wstydu i upokorzenia nie przyszedł do szkoły przez kolejne dni. Rodzice opowiedzieli również o tym, że chłopiec nie czuje się akceptowany w klasie. Koleżanki i koledzy z klasy wyśmiewają go, gdy zgłasza się na lekcjach, każą mu milczeć, mówią przykre słowa, a podczas przerw jest przez rówieśników izolowany.

Czas wolny najchętniej Kuba spędza sam lub z rodzeństwem w domu grając w gry komputerowe. Niechętnie opowiada o sobie i sytuacjach go dotyczących, z wyjątkiem lekkich i niezobowiązujących tematów.



### Nauczyciele:

Kuba dołączył do obecnej klasy dwa lata temu, na etapie klasy czwartej. Wcześniej uczęszczał do niewielkiej szkoły w małej miejscowości. Uzyskane świadectwo na zakończenie klasy 3 wskazywało na przeciętne opanowanie umiejętności szkolnych. Kuba dość długo adaptował się w nowej klasie. Od początku trzymał się z boku, niechętnie angażował się w zadania mające na celu bliższe poznanie rówieśników. Cechowała go niska wytrwałość, szybkie tempo pracy, aby jak najszybciej skończyć rozpoczęte zadanie.

W trakcie odpowiedzi ustnych chłopiec momentami mówi mało wyraźnie, natomiast pisząc buduje proste i krótkie zdania. Problem sprawia mu zaangażowanie podczas zajęć lekcyjnych. Ponadto obserwuje się wycofanie chłopca, nadmierne rozkojarzenie i męczliwość, czasami nawet senność. Kuba sprawia wrażenie nieobecnego myślami podczas lekcji. Zapytany udziela lakonicznych odpowiedzi, długo się zastanawia i szuka odpowiednich słów. Chłopiec mówi zbyt cicho i mało wyraźnie. Zdarza się, że irytuje się zasadnością pytań i poleceń. Nerwowo dopytuje się, dlaczego ma wykonać konkretne zadanie, podważa jego sens. Lubi przyciągać uwagę do siebie, komentuje zadania w trakcie ich wykonywania.

Uczeń nie ma bliższych relacji z kolegami z klasy, czasami rozmawia z wybranymi chłopcami. Zauważono, iż próbuje się im podporządkować, żeby zostać zaakceptowanym. W ubiegłym roku szkolnym obserwowano, że Kuba wykonuje niezwykle i powtarzające się ruchy, szczególnie w sytuacjach nadmiernego napięcia emocjonalnego. Największe trudności dotyczą nauki języka



polskiego i języków obcych, natomiast lepiej radzi sobie z zadaniami wymagającymi sprawności manualnej, na przykład na zajęciach techniki.

Kuba objęty jest pomocą psychologiczno-pedagogiczną w szkole na wniosek rodziców ze względu na trudności w zakresie czytania i pisania. Uczęszcza na zajęcia dydaktyczno-wyrównawcze z języka polskiego oraz na zajęcia „Mistrz ortografii”. Rodzice interesują się postępami chłopca, uczęszczają na spotkania klasowe, pytają o postępy w nauce. Współpracują z nauczycielami w sytuacjach tego wymagających.

#### Jakub:

Kuba uważa, że kiedy był mały to było mu lepiej, zwłaszcza w jego poprzedniej szkole. Teraz nie lubi chodzić do szkoły, drażnią go młodsze klasy, woli być w domu. Chętnie gra w gry komputerowe i w piłkę nożną. Najgorzej radzi sobie z czytaniem, często nie rozumie tego, co czyta, woli czytać streszczenia i słuchać audiobooków. W domu uczy się około godziny, ale rzadko sam, najczęściej z mamą lub z bratem. Chodzi na korepetycje z polskiego i matematyki. Najlepiej uczy się techniki i matematyki. Nie lubi odpowiadać, gdy jest pytany w szkole, ale czasem nauczyciele pozwalają mu zaliczać materiał po lekcji.

Kuba twierdzi, że jego klasa jest w porządku, ale czasami „dziwna”, bo przeszkadzają na lekcji, śpiewają w kółko te same piosenki. Uważa, że większość dziewczyn z klasy też jest dziwna. Chciałby, żeby dłużej trwały wakacje, żeby było więcej wolnego od szkoły, wtedy pojechałby na baseny lub na narty. Nie znosi się uczyć, bo – jak mówi – ma słabą pamięć. Sam nie wie co chciałby wiedzieć, nie potrafi odpowiadać na pytania. Boi się „czarnych snów”, wtedy boli go głowa.

W domu lubi pomagać rodzicom, mamie pomaga sprzątanii, a z tatą naprawia różne urządzenia. Jego rodzice złością się, gdy mówi, że ma słabą pamięć. Kuba zgłasza, że ciągle ma jakieś kary i zakazy, najczęściej nie pozwalają mu grać na komputerze. Gdy sprawy idą źle zniechęca się i czuje się zrezygnowany.

Chodził do psychologa, ale uważa, że to jest bez sensu. Nie rozumie, dlaczego koledzy tak się zachowują.

#### Interwencja rodziców:

Badanie psychiatryczne w poradni zdrowia psychicznego dla dzieci i młodzieży pomoże w rozpoznaniu aktualnego samopoczucia Kubę.

Obserwowane wcześniej trudności adaptacyjne, problemy w komunikowaniu się z otoczeniem oraz nietypowe zachowania w sytuacji napięcia emocjonalnego mogą wynikać ze stanu zdrowia. Ze względu na skłonność do izolowania się i problemy w nawiązywaniu relacji społecznych należy przeprowadzić badania kierunku wykluczenia zespołu Aspergera.

Obecny stan emocjonalny chłopca może wskazywać również na objawy depresji. Obserwuje się u niego obniżony nastrój, przygnębienie, lęk, wycofanie i unikanie szkoły. Skutki doświadczanej przemocy mogą przyjmować obraz epizodu depresyjnego.

Rodzice, jak również rodzeństwo Kuby, powinni otrzymać pomoc w rozumieniu sytuacji przemocy, której doświadczył w szkole, nie tylko w kontekście interwencji kryzysowej, ale również podejmowania działań wspierających.

Systematyczne rozmowy z psychologiem mogą obejmować zarówno tematy związane z przemocą rówieśniczą – jakie są jej przyczyny, przebieg i możliwe konsekwencje dla dziecka w okresie dorastania, jak również rozumienie ich roli w procesie radzenia sobie Kuby ze skutkami doświadczeń szkolnych. Ważne jest udzielanie wsparcia ze strony rodziny, niwelowanie poczucia osamotnienia i naznaczenia sytuacją przemocy, pokazywanie jakie są drogi wyjścia z sytuacji przemocy.

Ważne jest przeprowadzenie spotkań psychoedukacyjnych skierowanych na rozwijanie umiejętności wyrażania swoich emocji, uczuć i potrzeb. Pomocny może być udział w spotkaniach „Szkoły dla rodziców” w trakcie których porusza się tematykę pogłębiania relacji z dziećmi. Ćwiczenia w ramach „Szkoły dla rodziców” prowadzą do uczenia się umiejętności lepszego porozumiewania, refleksji nad postawą rodzicielską. Spotkania takie zwykle prowadzone są w poradniach, szkołach, grupach wsparcia.

Rodzice powinni rozmawiać z Kubą o tym do kogo, kiedy i w jaki sposób może zwracać się z prośbą o pomoc. Należy zadawać mu pytania - do kogo z osób dorosłych w szkole syn ma największe zaufanie? Którego z pracowników szkoły najbardziej ceni i lubi? Pytania te pomogą zaplanować komu z osób dorosłych Kuba może powiedzieć o kolejnej, trudnej dla niego sytuacji, do kogo zwrócić się z prośbą o pomoc.

Należy pomagać w określeniu konkretnych strategii wsparcia w sytuacjach dla niego trudnych, na przykład – w sytuacji zachowania agresywnego ze strony kolegów Kuba może niezwłocznie udać się do osoby zaufanej, aby to zgłosić. Można również korzystać z międzynarodowego sygnału niewerbalnego zgłaszającego sytuację przemocy. Znak „pomóż mi” dyskretnie pokazuje wezwanie o pomoc. Znak ten należy wykonać dłonią – pokaż otwartą dłoń, następnie złóż dłoń w pięść chowając kciuk do środka.

Wskazane jest także pogłębienie diagnostyki sytuacji szkolnej syna, szczególnie w kontekście wcześniejszych doświadczeń szkolnych oraz jego adaptacji w obecnej szkole. Być może pewne czynniki wpłynęły na jego pozycję w klasie (zmiana szkoły, brak akceptacji w klasie, pomijanie Kuby z powodu jego inności, problemy w nauce).

Przydatne będzie przeprowadzenie diagnozy w poradni psychologiczno-pedagogicznej mającej na celu określenie mocnych i słabych stron chłopca, rozpoznanie jego możliwości intelektualnych, jak również pogłębienie oceny stanu rozwoju społeczno-emocjonalnego.

Podczas spotkania rodziców klasy, do której uczęszcza Kuba należy przeprowadzić pogadankę pogłębiającą świadomość rodziców z jakimi aktami agresji dzieci spotykają się, zarówno w sieci, jak i

w codziennych sytuacjach. Ważne jest uwrażliwienie ich na to, aby umiejętnie monitorowali to, co ich dzieci robią w sieci.

### Interwencja nauczycieli

Po ujawnieniu sytuacji przemocy należy ustalić okoliczności tego zdarzenia, czyli ustalenie sprawcy, świadków sytuacji, materiałów oraz sposobu ich rozpowszechniania (w sytuacji Kuby nagranie filmu z jego udziałem). Najważniejsza jednak jest rozmowa, porada i wsparcie dla ofiary przemocy.

Istotne jest precyzyjne zabezpieczenie dowodów. Należy niezwłocznie powiadomić dyrektora szkoły i pedagoga/psychologa szkolnego. Analiza sytuacji powinna być dokonana w obecności wychowawcy pedagoga/psychologa i dyrektora szkoły. Rodziców poszkodowanego ucznia należy poinformować o zdarzeniu, o podjętych działaniach szkoły oraz zapewnić im poradę i pomoc. W pierwszej kolejności zapewnić pomoc dla Kuby i stale monitorować jego sytuację.

Trzeba powiadomić rodziców sprawcy oraz świadków przemocy, poinformować o dalszym postępowaniu i konsekwencjach wobec dziecka. Należy także zobowiązać pisemnie ucznia do zaprzestania aktów przemocy i usunięcia materiałów z sieci. Kolejno należy zapewnić pomoc psychologiczną dla sprawcy.

Niezbędne jest przeprowadzenie indywidualnych rozmów z uczniami klasy w celu zdiagnozowania sytuacji oraz przeprowadzenie badań socjometrycznych i na ich podstawie podjęcie stosownych działań. Badania socjometryczne głównie dotyczą analizy relacji między uczniami w klasie, ich pozycji w grupie oraz akceptacji poszczególnych uczniów. Wyniki przeprowadzonej w klasie diagnozy są podstawą do zbudowania planu poprawy relacji między uczniami, włączenia i wzmocnienia pozycji osób odrzuconych czy izolowanych oraz zaangażowania w ten proces osób o statusie gwiazd socjometrycznych. Przykładem badania socjometrycznego są techniki „Zgadnij kto” i „Plebiscyt życzliwości i niechęci”.

Warto prowadzić działania profilaktyczne nie tylko w klasie, do której uczęszcza Kuba, ale również w całej szkole. Mają one na celu poznanie zasad korzystania i zagrożeń związanych z użytkowaniem technologii komunikacyjnych. Uczniowie powinni wiedzieć jak korzystać bezpiecznie z Internetu, aby nie stało się to narzędziem przemocy rówieśniczej oraz poznać konsekwencje ryzykownych działań w sieci.

Jeżeli szkoła posiada opracowaną procedurę reagowania w sytuacji przemocy rówieśniczej to należy ją zastosować. Procedura ta zawiera algorytm interwencji w przypadku przemocy rówieśniczej i obejmuje zarówno uczniów, jak i rodziców, nauczycieli i innych pracowników szkoły. Procedura powinna zawierać sposoby udzielania wsparcia dla ofiary przemocy, zabezpieczenie dowodów i ustalenie okoliczności zdarzenia oraz wyciągnięcie konsekwencji wobec sprawcy przemocy i pracę nad zmianą postawy uczniów.

Warto zaprosić na lekcję wychowawczą przedstawiciela policji lub wymiaru sprawiedliwości celem uświadomienia dzieciom jakie są konsekwencje prawne wobec sprawców i świadków przemocy. W sytuacji, gdy rodzice sprawcy odmawiają współpracy, a uczeń nie zaprzestał zachowania agresywnego, dyrektor szkoły powinien pisemnie powiadomić o tej sytuacji sąd rodzinny.

Ponadto, gdy szkoła wykorzysta wszystkie dostępne środki wychowawcze, a ich zastosowanie nie przynosi oczekiwanej zmiany, dyrektor powinien zwrócić się do sądu rodzinnego z wnioskiem o podjęcie odpowiednich środków wynikających z ustawy o postępowaniu z nieletnimi.

Najważniejsze jest przerwanie przemocy rówieśniczej w klasie. Podczas pracy z całą klasą należy przede wszystkim poruszać tematykę nagrywania filmów, robienia zdjęć wbrew woli innych, publikowania ich w Internecie oraz komentowania. Niereagowanie na przemoc rówieśniczą sprawia, że się ona nasila, a im dłużej trwa, tym trudniej jest sobie z nią poradzić.

Pracując z klasą, do której uczęszcza Kuba należy podejmować tematykę wzajemnych relacji oraz dążyć do wypracowania modelu współpracy w klasie. Należy prowadzić indywidualne i grupowe rozmowy o przemocy rówieśniczej, aby zapobiegać negatywnym społecznie zachowaniom.

Warto rozwijać postawy ujawniania sytuacji agresji wobec innych, podkreślać, iż nieujawnianie agresji oznacza przyzwolenie dla sprawcy na stosowanie przemocy. Warto wskazywać na konsekwencje krótkoterminowe i długoterminowe.

### Interwencja dziecka

Kuba powinien zostać objęty wsparciem psychologicznym, aby mieć możliwość mówienia o swoich doświadczeniach w klasie oraz pracy nad objawami konsekwencji doświadczanej przemocy (zniekształcenia poznawcze, syndrom sztokholmski). W tym celu należy zapewnić mu możliwość spotkań z psychologiem szkolnym, jak również wsparcie w ośrodku specjalistycznym zajmującym się problematyką przemocy np. Ośrodek Interwencji Kryzysowej.

Chłopiec musi mieć przekonanie, że szkoła podejmie odpowiednie kroki w celu rozwiązania problemu. Przekonanie to wpłynie na odbudowanie poczucia bezpieczeństwa związanego z pobytem w szkole, wśród kolegów.

Wsparcie emocjonalne od osób dorosłych powinno zawierać następujące elementy:

- zapewnienie, że Kuba dobrze zrobił informując o sytuacji przemocy,
- zrozumienie, że trudno mu mówić o tym co go spotkało,
- potwierdzenie, że nikt nie ma prawa tak zachowywać się wobec niego,
- zrozumienie złożonych, konsekwencji emocjonalnych tej sytuacji.

Ważne jest, aby Kuba określił kto z osób dorosłych pracujących w szkole budzi jego największe zaufanie. Należy wspólnie z nim ustalić strategię szybkiego zwracania się z prośbą o pomoc w

ewentualnej kolejnej sytuacji zagrożenia przemocą rówieśniczą. Może to być lubiany nauczyciel, psycholog/pedagog szkolny lub inny pracownik szkoły mający dobry kontakt z chłopcem.

Chłopca należy objąć pomocą psychologiczno-pedagogiczną w szkole w formie zajęć rozwijających kompetencje społeczno-emocjonalne. Kuba potrzebuje wsparcia w nawiązywaniu i utrzymywaniu prawidłowych relacji społecznych. Należy także pomagać mu w wyrażaniu swoich potrzeb, w kształtowaniu zachowań asertywnych, nabywaniu umiejętności stawiania granic.

Warto pamiętać, iż to doświadczenie powoduje podwyższony poziom emocji (strach, lęk, zaskoczenie, smutek, wstyd, złość). Kuba może doświadczać lęku przed powtórzeniem w takiej sytuacji, odwetem ze strony sprawcy przemocy.

Należy zwracać uwagę na jego aktualny stan emocjonalny, kształtowanie obrazu siebie na podstawie doświadczeń szkolnych. Chłopcu mogą towarzyszyć negatywne myśli dotyczące siebie, swojej wartości, poczucia sprawczości. Słabsze wyniki w nauce, niska frekwencja na zajęciach powinny stanowić punkt wyjścia do analizy sytuacji szkolnej chłopca.

Kubę warto uczyć w jaki sposób może bronić się w sytuacji przemocy, wspólnie z chłopcem opracować listę sposobów obrony i zapobiegania agresji. Należy także rozmawiać na temat przyczyn i form agresji rówieśniczej.

Warto pamiętać również o specjalistach, zajmujących się pomocą młodym osobom, które doświadczają przemocy rówieśniczej. W sytuacjach przemocy w Internecie lub przy użyciu telefonów można skontaktować się z zespołem Helpline.org.pl – przez telefon 800 100 100 lub przez stronę [www.helpline.org.pl](http://www.helpline.org.pl). Osoby doświadczające bezpośredniej przemocy rówieśniczej mogą zwrócić się po wsparcie do Telefonu Zaufania dla Dzieci i Młodzieży 116 111, jak również przez stronę [www.116111.pl](http://www.116111.pl), która umożliwia przesłanie anonimowej wiadomości online przez całą dobę.

Chłopiec potrzebuje sprzyjających relacji społecznych, kontaktów z innymi rówieśnikami, poza terenem szkoły, aby doświadczyć pozytywnej grupy wsparcia. Być może dobrym rozwiązaniem będzie poszukanie zajęć pozaszkolnych, dostosowanych do zainteresowań Kuby na przykład związanych z techniką. Warto poszukać też sprzyjających mu kolegów w klasie, aby zaangażować ich w pomoc koleżeńską.

W tym czasie ważne jest by indywidualizować postępowanie pedagogiczne wobec Kuby. W okresie nasilonych emocji może mieć kłopoty z koncentracją, uczeniem się oraz udzielaniem odpowiedzi zarówno ustnych, jak i pisemnych. Wiedzę należy sprawdzać w formie najbardziej dla niego dogodnej, umożliwić odpytywanie po lekcji.

#### Wyniki badań psychologiczno-pedagogicznych:

Ogólny rozwój intelektualny kształtuje się w dolnym obszarze wyników przeciętnych. Najlepiej spośród badanych funkcji poznawczych ukształtowana jest słuchowa pamięć bezpośrednia. Prawidłowe jest rozumowanie werbalne, umiejętność klasyfikowania pojęć do kategorii nadrzędnej.

Na przeciętnym poziomie utrzymuje się krótkotrwała pamięć wzrokowo-przestrzenna. Obniżona jest natomiast umiejętność przetwarzania materiału spostrzeganego wzrokowo, zdolność do przywoływania informacji z magazynu pamięci długotrwałej, a także rozumowanie abstrakcyjne na materiale obrazowym.

Chłopiec czyta w dość wolnym tempie, raczej płynnie, całościowo. Dobrze zapamiętuje przeczytaną treść, ale ma kłopoty w formułowaniu wypowiedzi ustnych i pisemnych. Trudno mu budować zdania, wypowiada się lakonicznie, nie dbając o ich poprawność. Wypowiedziom chłopca towarzyszy duży stres, wzmożone napięcie, nerwowość czy irytacja. Kuba nawiązuje ulotny kontakt wzrokowy.

Pismo chłopca jest mało czytelne, niestaranne, zniekształcane, wykracza poza wyznaczoną liniaturę zeszytu. Uczeń popełnia liczne błędy, które są związane również z brakiem znajomości reguł ortografii. Niewystarczająco opanował wiadomości i umiejętności matematyczne realizowane w tym i ubiegłym roku szkolnym.

W indywidualnym kontakcie Kuba przejawiał duże napięcie emocjonalne, drażliwość. W przypadku najdrobniejszych trudności rezygnował z zadania, zniechęcał się. Uwagi odbierał bardzo personalnie, interpretując je na swoją niekorzyść. Podczas nauki w domu Kuba zachowuje się podobnie. Trudno jest mu doprowadzić rozpoczęte zadanie do końca, jeżeli napotka na jakąś trudność. Chłopiec ma trudności w prowadzeniu rozmowy, nie podejmuje jej spontanicznie. Zdarza się, że nie wyjaśnia o czym mówi, co powoduje, że jest niezrozumiany.

Występują u niego zachowania schematyczne, większość rzeczy przyjmuje dosłownie. Bardzo mu zależy na relacjach z rówieśnikami, dlatego jest skłonny przyjmować uległą postawę, w celu bycia przyjętym przez grupę.

Chłopiec został skierowany na dalszą diagnozę do poradni zdrowia psychicznego. Wstępne rozpoznanie wskazuje na konieczność obserwacji Kuby **w kierunku zespołu Aspergera oraz epizodu depresyjnego** w wyniku doznanej przemocy rówieśniczej.

#### [Polecana literatura:](#)

Pyżalski J., (2012) Agresja elektroniczna i cyberbullying jako nowe ryzykowne zachowania młodzieży, Oficyna Wydawnicza Impuls

Pyżalski J., (2011) Agresja elektroniczna wśród dzieci i młodzieży, GWP

Kolanko A., (2022) Radzę sobie z przemocą w szkole i Internecie: karty pracy dla dzieci i młodzieży w wieku 9-16 lat, w tym uczniów ze spektrum autyzmu, Wydawnictwo Harmonia

Kerth M., (2020) Jak przetrwać hejt: jak rozpoznać, czy twoje dziecko hejtuje lub jest hejtowane? Wydawnictwo SBM



## Pytania do psychologa wraz z odpowiedziami



**W ostatnich latach pracy obserwuje, że moi uczniowie mają coraz większe trudności w koncentracji uwagi. Podczas lekcji, omawiania tematu widać, że ich myśli gdzieś „błądzą”, patrzą w okno, ziewają, „bawią się” przedmiotami. Gdy zadaję pytania do treści o których mówiłam, to często nie potrafią ich powtórzyć.**

**Z czego to może wynikać? Jak pomóc uczniowi skutecznie koncentrować się?**

Normy rozwojowe wskazują, że dziecko w wieku szkolnym potrafi koncentrować się około 30 – 60 minut. Zależy to od poziomu trudności zadania, zainteresowania tematem, kondycji psychofizycznej osoby, indywidualnych różnic. Przy tak ogromnym zróżnicowaniu wśród uczniów dużym wyzwaniem dla nauczyciela jest utrzymanie, a także wydłużanie koncentracji uczniów.

Konieczne są przerwy w przekazywaniu wiedzy. Nawet krótkie ćwiczenia ruchowe poprawią dotlenienie mózgu, poprawią jego pracę, pozwolą uniknąć zmęczenia, zapobiec rozproszeniu się uwagi.

Ważne jest stosowanie różnych stylów i technik, angażowanie wielu zmysłów w naukę. Atrakcyjne w zależności od preferencji sensorycznych poszczególnych osób będą ilustracje, diagramy, prezentacje multimedialne, nagrania, podcasty, audiobooki, różnorodne gry, scenki, projekty.

Warto temat trudności w koncentracji uwagi poruszyć na spotkaniu z rodzicami uczniów, omówić wpływ higienicznego stylu życia (odpowiednia dawka ruchu, sen, prawidłowe odżywianie, higiena cyfrowa) na trudności w koncentracji.

Jeśli „wyłączenia” powtarzają się i trudno przywołać uwagę ucznia, tzn. po zwróceniu się do niego bezpośrednio nie reaguje on, warto porozmawiać w rodzicami ucznia w celu konsultacji z lekarzem neurologiem.

**Jak budować motywację do nauki?**

Często wydaje nam się, że motywacja zależy od tego czy coś przynosi nam korzyść, czyli w sytuacji szkolnej - co mam z tego, że się nauczę na ten sprawdzian? Jesteśmy przyzwyczajeni do systemu nagród i kar, metody "kija i marchewki". Jednak dzieci, aby poczuć prawdziwą radość z nauki muszą odnaleźć motywację wewnętrzną, ponieważ to ona pozwala nam zmierzyć się z trudnymi zadaniami. Na szczycie potrzeb piramidzie Maslova znajduje się potrzeba samorealizacji, która wynika z motywacji wewnętrznej. To ona powoduje, że dziecko chce się czegoś nowego nauczyć. Uczniowie chcą mieć poczucie, że mogą wpływać na to czego się uczą. Najtrudniej im jest wykonywać zadania, które są ściśle narzucone i totalnie nudne.

Początkiem roku szkolnego ważne jest określenie klarownych celów na dany rok, co pozytywnie wpłynie na motywację. Uczeń powinien rozumieć, dlaczego konkretna czynność jest ważna. Pomocne może być tu wyznaczanie celów krótko- i długoterminowych.

Ciekawe i interaktywne lekcje, różnorodne materiały, projekty, zadania do wykonania powodują większe zaangażowanie uczniów oraz podtrzymują motywację. Pamiętać należy o uwzględnianiu różnic indywidualnych i poziomu zaawansowania. Zadania do wykonania muszą być dostosowane do indywidualnych możliwości ucznia, uwzględniać mocne strony ucznia i jego zainteresowania.

Jeśli tylko jest to możliwe należy stwarzać uczniom sytuacje, gdzie mogli będą dokonać wyboru, np. wybierać tematy, które interesują ich najbardziej. Pozwoli to zwiększyć motywację, da poczucie kontroli i sprawczości, pozwoli doświadczyć uczniom, że wiele zależy od nich samych.

Wartościowa we wzmacnianiu motywacji jest współpraca oraz interakcje między uczniami. Projekty, dyskusje mogą wzmacniać zaangażowanie poprzez wymianę pomysłów i uczenie się. Ważne jest docenianie postępów uczniów, czasem nawet samych starań.

### **Czy poszczególne materiały kursu "Po prostu relacje" można wykorzystać w młodszych klasach szkół podstawowych?**

Kurs przeznaczony jest do wykorzystania w pracy z dziećmi i młodzieżą w szkole podstawowej. Rolą osoby prowadzącej jest elastyczne wybranie i/lub dopasowanie poszczególnych ćwiczeń do poziomu dojrzałości grupy, jej zintegrowania, otwartości itp. W toku zajęć można wykorzystać wszystkie propozycje lub wybrać kilka, prowadzić zajęcia podczas kilku jednostek lekcyjnych lub np. podczas godziny wychowawczej.

### **Obserwuję zbyt duże skupienie uczniów na telefonach. Co można zrobić?**

Smartfony stały się nieodłączną częścią współczesnego życia dzieci, młodzieży i dorosłych. Spędzamy w sieci wiele czasu pracując, ucząc się, płacąc rachunki, odpoczywając, zabijając nudę. Sieć niesie wiele dobrodziejstw, ale też zagrożeń.

W kształtowaniu higieny cyfrowej dzieci i młodzieży niezbędna jest współpraca z rodzicami, psychoedukacja zarówno dla dzieci i młodzieży, ale też rodziców w zakresie zagrożeń, cyberprzemocy, kontaktów z nieznanymi czy udostępniania prywatnych informacji. Kluczowym elementem rozmów jest otwarta i zaufana komunikacja.

Pomocne mogą być wspólnie ustalone przez rodziców i dzieci zasady czasu ekranu. Warto też w wolnym czasie zaproponować dzieciom inne aktywności, takie jak, sport, kino, spacer. Wspólnie spędzony rodzinie czas wzmocni więź, relacje rodziców z dziećmi.

Aby pokazać najmłodszym świat wirtualny warto korzystać z witryn internetowych i aplikacji przeznaczonych specjalnie dla dzieci

- [Dbamy o bezpieczeństwo dzieci w internecie - Co robimy - Site \(fdds.pl\)](https://fdds.pl)
- [Uczeń w sieci. Jak mądrze korzystać z Internetu? \(uniwersytetdzieci.pl\)](https://uniwersytetdzieci.pl)

### **Od września po raz pierwszy będę wychowawcą. Będzie to 4 klasa. Jak dobrze zacząć rok szkolny w nowej roli?**

Rozpoczęcie każdego roku szkolnego jest rozpoczęciem ważnym dla każdego uczestnika edukacji (dla uczniów, rodziców i nauczycieli). Ważne jest pierwsze wrażenie i pierwsze odczucia, które sprzyjałyby poczuciu bezpieczeństwa, akceptacji i rozwoju. Od pierwszej chwili stworzenie atmosfery życzliwości, ale też zaciekawienia, tego co będzie działo się w nowym roku szkolnym. Pierwsze zajęcia warto poświęcić na przygotowanie wraz z uczniami jasnych zasad, czyli swoistego kontraktu, który wszyscy podpiszą i będą przestrzegać. Zasady muszą być przemyślane i możliwe do zrealizowania. Można skorzystać z gotowych materiałów, scenariuszy znajdujących się na stronie projektu (<https://besave.stawil.pl/>) oraz w module wspierającym (<https://bs.stawil.pl/index.php/materialy>) powstałych w ramach projektu "Bądź bezpieczny w szkole, bądź bezpieczny w życiu". Bardzo ważnym aspektem jest zorganizowanie zajęć integracyjnych dla dzieci, aby dzieci na nowo nabrały wspólnych relacji w atmosferze luźniejszej zabawy i aktywności. Nauczyciel może zaobserwować sposób reagowania dzieci na różne sytuacje społeczne i relacyjne. Zbudują pozytywne relacje, dzięki którym praca edukacyjna będzie bardziej skuteczna i przyjazna dzieciom.

## Podsumowanie

Doświadczanie przez współczesnych uczniów różnych form przemocy werbalnej i fizycznej, poniżanie, znęcanie się, wykluczanie, porównywanie z innymi, wyśmiewanie i niesprawiedliwe traktowanie prowadzą do szerokiej skali niezadowolenia ze środowiska szkolnego.

Utrzymujący się stan niepokoju, niepewności i zagrożenia (spowodowany między innymi wojną za naszą wschodnią granicą oraz pandemią COVID-19) wpływają na zaburzenia zdrowia psychicznego dzieci i młodzieży. Brak poczucia bezpieczeństwa u dzieci generuje powstawanie problemów wychowawczych, dydaktycznych, zdrowotnych i często w konsekwencji obniża jakość życia.

Szybko zmieniająca się rzeczywistość, nasilenie oraz duża różnorodność sytuacji trudnych wśród dzieci i młodzieży powoduje, że szkoła stoi przed jednym z najważniejszych wyzwań jakim jest zapewnienie poczucia bezpieczeństwa uczniom, którzy w szkole spędzają większość części dnia.

Nauczyciele są zobowiązani do zapewnienia poczucia bezpieczeństwa uczniom w czasie zajęć organizowanych przez szkołę. Wszyscy potrzebujemy zapewnienia, że szkoła jest miejscem bezpiecznym przyjaznym i akceptującym.

Projekt „Bądź bezpieczny w szkole – bądź bezpieczny w życiu” poprzez kolejno wypracowane rezultaty pokazał szerszą perspektywę osobom pracującym z uczniami, szczególnie nauczycielom. Przygotowany w ramach projektu kurs dla nauczycieli dał możliwość przepracowania bieżących sytuacji w szkole, szansę na podniesienie kompetencji zawodowych nauczycieli w zakresie pomocy w aktualnych trudnościach wychowawczych, problemach relacyjnych, umiejętności pracy w zespole klasowym oraz pracy z rodzicami. Poszerzył również umiejętności pracy w kontekście zaburzeń rozwojowych i sytuacji konfliktowych. Przedstawione w ramach projektu scenariusze dla nauczycieli zaprezentowały podobne tematy, dodatkowo obejmując sposoby radzenia sobie z emocjami, radzenia sobie ze stresem, rozumienia zachowań ryzykownych i uzależnień behawioralnych. Moduł wspierający z dostępem online pozwolił zainteresowanym nauczycielom na aktywne angażowanie się poprzez zadawanie pytań, komentowanie, dodawanie informacji, pytania do dyżurującego psychologa o konkretną trudną sytuację szkolną.

Niniejsza publikacja zawierająca analizę konkretnych wydarzeń, dostrzeganych z różnych perspektyw, przybliży możliwości ich rozwiązania. Postacie w nich występujące są fikcyjne, choć do ich tworzenia inspiracją były prawdziwe sytuacje trudne występujące w naszym otoczeniu, doświadczane zarówno w pracy diagnostycznej w Poradni Psychologiczno-Pedagogicznej jak również w pracy edukacyjno-wychowawczej szkoły. Wszelka zbieżność osób i zdarzeń jest przypadkowa.

