

Niepubliczna Placówka Doskonalenia Nauczycieli
przy Stowarzyszeniu Dorośli - Dzieciom w Słownie Krajeńskim
nr rej. Kuratorium Oświaty5/2001

Dorota Grabowska, Iwona Herman, Lucyna Moryc ,Danuta
Sobierajska

Program terapeutyczny dla dziecka z nadpobudliwością psychoruchową

Praca pisana pod kierunkiem
mgr Małgorzaty Wojnowskiej

Inowrocław, maj 2004r.

Spis treści

Strona

Wstęp

1.Czym jest nadpobudliwość

4

2.Założenia programowe

6

3.Cele programu z zakresu nadpobudliwości psychoruchowej

8

4.Procedury osiągania celów.

9

5.Metody dostosowania programu szkolnego do nadpobudliwego ucznia.

12

➤ Nauczanie przez rówieśników

➤ Dostosowanie zachowania dziecka do reguł klasowych

6.Narzędzia pomiaru:

14

❖ Karta zachowania dziecka

❖ Problemy z pracą domową

7.Przykłady zastosowania technik pracy z dzieckiem

16

7.1.Wskazania dla nauczyciela do pracy w szkole

17

7.2. Wskazania do pracy w domu.

20

7.3.Obszewacja.

21

Załączniki

1. Przykłady zabaw

24

2. Scenariusze zajęć

26

Bibliografia

35

Wstęp

Coraz częściej słyszymy o problemie nadpobudliwości psychoruchowej u dzieci. Rodzice zwracają się do specjalistów – psychologów, psychiatrów i neurologów, ponieważ mają problemy z dzieckiem.

Zespół Nadpobudliwości Psychoruchowej z Zaburzeniami Koncentracji Uwagi (ADHD) zyskał swoje miejsce w wielu klasyfikacjach chorób psychiatrycznych. Określono kryteria, jakie muszą być spełnione , by dziecko nazwano mianem nadpobudliwego. Zespół ADHD jest zaburzeniem uwarunkowanym genetycznie. Trudna sytuacja domowa, brak stałych norm, zasad, niekonsekwencja rodziców i ich impulsywność mogły tylko nasilić objawy. Dlatego te najważniejsza jest edukacja rodziców i uświadomienie im jak ważna i trudna jest ich rola w wychowaniu dziecka nadpobudliwego .Cieszy fakt , że coraz więcej nauczycieli ma świadomość problemu oraz posiada niezbędną wiedzę, aby wspierać rodziców w ich trudnej roli.

1.Czym jest nadpobudliwość psychoruchowa?

Tajemnicze ADHD to skrót od angielskiej nazwy Attention Deficyt Hyperactivity Disorder, czyli Zespół Nadpobudliwości Psychoruchowej z Zaburzeniami Koncentracji Uwagi –często nazywany po prostu „zespołem nadpobudliwości psychoruchowej” lub „zespołem hiperkinetycznym”. Dzieci z

ADHD to dzieci potrzebujące więcej zrozumienia, tolerancji, cierpliwości oraz ciepła, zarówno ze strony rodziców, jak i nauczycieli.

Zespół nadpobudliwości psychoruchowej to dysfunkcja układu nerwowego, uwarunkowana genetycznie. Powstanie ADHD wiąże się też z wpływem czynników pozagennych. Należą do nich: m.in. wczesniactwo, nadużywanie alkoholu, nikotyny, narkotyków, leków, zwłaszcza uszkodzenie kory przedczołowej.

Zdaniem Teresy Bednarskiej i Haliny Spionek z nadpobudliwości psychoruchowej mamy do czynienia wtedy, gdy dochodzi do powstania przewagi procesów pobudzania nad procesami hamowania. Jeżeli w fazie największego wzrostu mózgu następują jakieś przeszkody, mogą one doprowadzić do zmniejszenia sił liczby połączeń nerwowych oraz spowolnić niezbędne biochemiczne procesy dojrzewania. To może zaburzyć dynamikę procesów nerwowych, a tym samym wpłynąć na opóźnienie kształtowania się mowy, pisania, czytania oraz myślenia.

ADHD jest jednym z najczęściej występujących zaburzeń wieku rozwojowego. Ocenia się, że występuje on u 3-20% dzieci. Cechą charakterystyczną tego zespołu jest występowanie trwałych wzorców zachowania utrzymujących się przynajmniej przez 6 miesięcy, przejawiających się przede wszystkim jako:

- Zaburzenia koncentracji uwagi
- Nadmierna impulsywność
- Nadruchliwość

Nasilenie powyższych objawów jest niewspółmierne do wieku i poziomu rozwoju oraz utrudnia funkcjonowanie dziecka w otoczeniu.

2. Założenia programowe

Nadpobudliwe i niespokojne zachowania dzieci stanowi coraz większy problem dla rodziców, nauczycieli w przedszkolu , w szkole i dla samych dzieci

Typowe objawy

- w sferze nadpobudliwości ruchowej to wzmożona ekspresja ruchowa i niepokój ruchowy. Dzieci ze wzmożoną ekspansją ruchową charakteryzują się ruchliwością (biegają, skaczą, krzyczą, na lekcji wyrywają się do odpowiedzi, machają rękami, są pełne energii, szukają każdej okazji, aby wyżyć się ruchowo. Nie zwracają uwagi na polecenia nauczyciela, co nie wynika z ich negatywnej postawy emocjonalnej, ale z nieumiejętności panowania nad własnym pobudzeniem. Pobudzenie wzrasta, gdy dziecko przebywa w grupie. Dzieci takie wykonują wiele drobnych, niepotrzebnych ruchów, np. bazgrzą po zeszytach, obgryzają ołówki, niszczą rzeczy znajdujące się wokół nich
- w sferze poznawczej przejawia się brakiem skupienia uwagi na jednym przedmiocie, rozpraszaniu uwagi. Dziecko odwraca się, rozmawia z kolegami, nie słucha uważnie, jest rozkojarzone. Odrabianie lekcji trwa długo i jest mało efektywne. W zeszytach są niedokładnie wykonane zadania, niedokończzone zdania, wyrazy. Litery są pogrubiane, pogubione, a wypracowania nie mają logicznego ciągu, są chaotyczne. Występuje brak logicznego myślenia, chaos pojawia się przy wzroście emocji. Czasami nadpobudliwość poznawczą może przejawiać się zaburzeniami procesu myślenia przy stosunkowo dobrej koncentracji. Występuje brak przemyśleń, pochopne wnioskowanie, brak koncentracji uwagi. Dziecko chce odpowiadać, chociaż nauczyciel nie skończył jeszcze formułowania pytania. Stąd odpowiedzi są złe, niepełne. Uczeń taki sprawia wrażenie bezkrytycznego, mniej spostrzegawczego i mniej inteligentnego, niż jest w rzeczywistości
- w sferze emocjonalnej dotyczy zwiększonej wrażliwości na działające bodźce. U dzieci tych występują intensywniejsze relacje uczuciowe na różne zdarzenia czy sytuacje. Są konfliktowe, mają trudności w przystosowaniu się do wymagań szkolnych. Obrażają się, bywają drażliwe, agresywne, łatwo przechodzą od płaczu do śmiechu.

Nadpobudliwość emocjonalna może objawiać się także w postaci wzmożonej lękliwości. Pojawia się wtedy niepokój, lęk, strach przed różnymi sytuacjami zwłaszcza szkolnymi. Przy odpowiedzi dzieci te poczują się czerwieni lub bledną. Ten rodzaj nadpobudliwości może przejawiać się także w sferze uczuciowych, głównie społecznych.

Dzieci nadpobudliwe przeżywają cudzą krzywdę, zamartwiają się, są egocentryczne. Wtedy zbyt mocno przeżywają swoje niepowodzenia, nieporozumienia w domu czy wśród rówieśników.

3. Cele programu z zakresu nadpobudliwości psychoruchowej.

Celem nadrzędnym jest kształtowanie postaw prospołecznych u dzieci ,czyli rozwijanie umiejętności współdziaania w zespole, przestrzegania zasad i kontrolowania włsnych emocji.

Szczegółowe cele programu naprawczego

- integrowanie grupy
- budowanie poczucie bezpieczeństwa
- koordynacja dziaa
- rozwijanie umiejętności wyrażania uczuć pozytywnych
- tworzenie sytuacji do oceny zachowa włsnych
- rozładowywanie uczu negatywnych
- doskonalenie koncentracji uwagi
- niwelowanie niepokoju w trakcie wykonywania zadań
- niwelowanie niepokoju ruchowego
- tworzenie okazji do rozwijania problemów, dokonywania wyborów i podejmowania decyzji

Cele te sze sobą ściśle powiązane i wzajemnie uzupełnione .

4.Procedura osiągania celów

W leczeniu nadpobudliwości psychoruchowej możemy wyróżnić następujące grupy działań:

❖ Psychoedukacja

- poradnictwo dla rodziców i nauczycieli
- modyfikowanie postaw rodzicielskich
- psychoterapia indywidualna (praca z dzieckiem) – trening: poznawczy, zabawy, rozwiązywania problemów, kompetencji społecznych, kontrolowania agresji, budowanie poczucia własnej wartości.

❖ Zmiana metod wychowawczych

- pozytywne wzmocnienie – chwalenie dziecka za spokojną skoncentrowaną pracę, dobre wyniki
- zwracania uwagi na dziecko tylko w sytuacjach, gdy jest niegrzeczne jest nagrodzić za jego niegrzeczność – bo byłoby tylko wtedy rodzice poświęcają mu chwilę uwagi
- angażowanie dziecka w drobne prace domowe i życie rodziny
- poświęcanie dziecku więcej czasu (wspólne zabawy, gry, aktywny wypoczynek)
- terapia w grupie rówieśników
- terapia rodzin

❖ Dostosowanie metod nauczania do możliwości dziecka

- częste przerwy w pracy dostosowane do czasu możliwej pełnej koncentracji dziecka
- posadzenie dziecka z nadpobudliwością w pierwszej ławce, najlepiej ze spokojnym kolegą
- uporządkowanie miejsca pracy (puste biurka, nie rozpraszające uwagi otoczenia)
- angażowanie dziecka w działania ruchowe, gdy tylko jest to możliwe (zetrzyj tablicę, przynieś kredę, rozdaj zeszyty)
- tworzenie specjalnych programów indywidualnych programów edukacyjnych

❖ Farmakoterapia (stosowanie leków pod kontrolą lekarza)

Należy pamiętać, że mimo iż nadpobudliwość jest jednym z najczęstszych, najbardziej stałych oraz trudnych w leczeniu zaburzeń zachowania w wieku dziecięcym, to systematyczna, cierpliwa i kompleksowa terapia ukierunkowana jednocześnie na dziecko i jego otoczenie – rodzinę i szkołę, przynosi zwykle wyraźne efekty.

❖ Poprawianie zdolności słuchania

Nadpobudliwi uczniowie często nie dosłyszają i nie rejestrują ważnych instrukcji. Często w ogóle nie słyszą, co się do nich mówi. Brakuje im umiejętności aktywnego słuchania, które oprócz przyjmowania i słyszenia słów, pozwala zrozumieć ich treść.

Techniki pracy z dzieckiem w aktywnym słuchaniu mogłyby następujące:

- przygotowanie krótkich instrukcji, złożonych z prostych, krótkich zdań,
- powtarzanie instrukcji tak często, jak jest to potrzebne (warto upewnić się, że uczniowie znają i rozumieją słownictwo, jakiego używa nauczyciel),
- nakłanianie uczniów do powtórzenia instrukcji po jej usłyszeniu, a później do powtórzenia jej sobie jeszcze raz – w ten sposób rozwija się umiejętność słuchania i zapamiętywania,
- informowanie uczniów o tym, że komunikuje się im najważniejsze wiadomości poprzez używanie kluczowych zdań typu: „to jest ważne proszę słuchać” lub „to będzie na egzaminie”. Niektórzy nauczyciele używają dla podkreślenia wagi komunikatu dodatkowych sygnałów np. podniesienia ręki,
- korzystanie dla zilustrowania i podkreślenia informacji z pomocy wizualnych (obrazki, schematy, kluczowe hasła zapisane na tablicy)

5. Metody dostosowania programu szkolnego do nadpobudliwego ucznia

Czasami nawet drobne zmiany mogą spowodować poprawę. Dlatego warto korzystać z różnych form sprawdzania wiadomości, np. pozwolić uczniom odpowiadać ustnie zamiast pisać. Dziecko nadpobudliwe zwykle dobrze koncentruje się podczas odpowiedzi ustnej, natomiast w czasie prac pisemnych popełnia błędy wynikające z nieuwagi: nie odczytuje do końca polecenia, myli się przy przepisywaniu, bardzo źle wypada w testach wielokrotnego wyboru. Podczas prac pisemnych ważne byłoby skracanie ich długości, przeznaczenie większej ilości czasu na ich wykonanie, nieustanne przypominanie o sprawdzaniu. Dla wielu uczniów, zwłaszcza starszych, korzystne byłoby przeprowadzenie treningu i zapoznanie ich ze sposobami efektywnego uczenia się, korzystania z pomocy komputera, dyktafonu, efektywnej pracy z tekstem, czyli robienia notatek, podkreślenia ważnych słów, wypisywanie słów-haseł.

Nauczanie przez rówieśników

Korzystne dla dziecka nadpobudliwego może być nauczanie przez grupę rówieśników. Jest to model nauczania, w którym dzieci pracują w parach, gdzie jedno z dzieci przybiera rolę nauczyciela i instruuje drugie dziecko. Dzieci dobiera sobie w pary na początku każdego tygodnia i dzieli się całą klasą na dwie współpracownicze drużyny. Uczniowie zdobywają punkty dla swojej drużyny wtedy, gdy wypełniają przedstawione im przez nauczyciela polecenia. Bardzo korzystne dla dziecka nadpobudliwego jest połączenie go w parę z sumiennym i pilnym dzieckiem.

Dostosowanie zachowania dziecka do reguł klasowych

Zasady zachowania i wszelkie instrukcje powinny być zrozumiałe, krótkie i pokazywane również za pomocą form wizualnych. Jeśli jest to całkiem nowe polecenie, warto poprosić ucznia o jego powtórzenie.

Wszelkie konsekwencje zachowań muszą pojawiać się natychmiast po pojawieniu się negatywnego zachowania i powinny się odnosić do zachowania dziecka, a nie do niego samego.

Konieczne są bardzo częste pochwały motywujące do pracy – powinny one pojawiać się bardzo często, na każdym etapie występowania zachowania – kiedy dane zachowanie się pojawi, kiedy jest w trakcie kontynuowane.

Pochwała to najlepszy sposób modyfikacji zachowania dziecka poprzez wzmacnianie pozytywnych zachowań. Pochwały następują po pojawiającym się pożądanym zachowaniu. Wzmacnianie pozytywnych zachowań oznacza stale monitorowanie aktywności dziecka.

Przy zachowaniach niepożądanych metoda ignorowania jest skuteczna przy eliminowaniu niezbyt agresywnych zachowań na lekcji, takich, które mają

skierowa□ na ucznia uwag□ nauczyciela. Przy bardziej agresywnych zachowaniach konieczne jest bardziej zdecydowane dzia□anie.

Pierwsz□ reakcj□ na niepoprawne zachowanie powinno by□ ustne zwrócenie uwagi. Upomnienia s□najskuteczniejsze, gdy wypowiedzi si□je natychmiast po zaistnia□ej sytuacji, krótko, g□osem pozbawionym negatywnych emocji.

6.Narz□dzia pomiaru

Karta zachowania dziecka

Dogodn□ form□ wspó□pracy mi□dzy szko□□ i domem jest stosowanie dziennych raportów z pracy dziecka na lekcji. Wymaga to od nauczyciela dopilnowania i ocenienia zachowania ucznia, a od rodziców sprawdzenia tego i nagrodzenie za dobre zachowanie. W ten sposób dzieci s□ zach□cane do stosowania regu□.

Aby skutecznie wprowadzi□t□metod□, nale□y:

- dok□adnie okre□li□ po□□dane zachowania dziecka (przestrzeganie jasno okre□lonych zasad zachowania w klasie), warto dopisa□ do takiej listy zachowania, z którymi ucze□ nie ma problemów, aby da□ mu te□ mo□liwo□□uzyskania sukcesu,
- ocena powinna by□ opisowa i jako□ciowa np. „s□abo”, „poprawnie”, „dobrze”, a ka□da z tych ocen jasno okre□lona,
- dziecko powinno by□ w ten sposób ocenione na ka□dej lekcji lub na wybranych przedmiotach.

Najważniejszą sprawą dla skuteczności tej metody jest konsekwentne zamienianie „ocen” przyniesionych ze szkoły, na punkty i nagrody w domu. Kiedy dziecko przychodzi do domu, rodzic od razu sprawdza kartki i rozmawia z dzieckiem, jak dobrze udało mu się pracować na lekcjach. Można pytać o zły zachowanie, ale zawsze rozmowa powinna być krótka, neutralna i jednoznaczna (nie pełna złości i wyrzutów w stosunku do dziecka). Następnie dziecko jest zachęcane do sformułowania planu postępowania na następnym dzień i pytane, jak zamierza zdobywać pozytywne oceny. Wreszcie rodzic podlicza punkty i nagradza w ustalony sposób.

Problemy z pracą domową

Dziecko nadpobudliwe napotyka trudności związane z wykonaniem i dokończeniem zadania domowego. W domu rodzice powinni przygotować miejsce, materiały do wykonania zadania i przewidzieć czas jego wykonania. W wielu wypadkach, żeby zachęcić dziecko do wykonania pracy domowej, trzeba pozwolić mu na krócenie sobie i wstawanie z miejsca.

Specjalne dostosowywanie metod nauczania do możliwości ucznia staje się coraz trudniejsze. Dzieci takie trafiają często do lekarzy i psychologów najczęściej z powodu złych stopni i szkolnych niepowodzeń. Ważne jest, aby dziecko i jego otoczenie uznało, że nadpobudliwość powoduje szereg ograniczeń i trzeba zrobić wszystko, żeby nauczyć się z tym żyć i unikać większych problemów.

Najważniejsze w niesieniu pomocy dziecku nadpobudliwemu jest to, by była to pomoc wielokierunkowa. Dlatego też najczęściej udzielana winna być przez zespół specjalistów. W zespole tym oprócz lekarza psychiatry powinien znaleźć się psycholog i pedagog. Taki zespół powinien mieć możliwość kontaktu z rodzicami dziecka i szkołą.

Obecnie leczeniem ADHD zajmują się psychiatrzy dziecięcy, a czasami także psychiatrzy osób dorosłych czy pediatrzy. Pomoc można uzyskać także w poradniach psychologiczno-pedagogicznych.

Na świecie dzieci nadpobudliwe objęte są ochroną prawną, mają prawo ubiegać się o specjalną pomoc w nauczaniu. U nas nie jest to jeszcze usankcjonowane – wszystko zależy od nauczycielki i rodziców. Trzeba jednak podkreślić, że dziecko nadpobudliwe w komfortowych dla siebie warunkach może osiągnąć bardzo wiele.

7. Przykłady zastosowania technik pracy z dzieckiem

- skracanie zadania przez dzielenie go na mniejsze zadania cząstkowe,
- zadawanie mniej materiału na raz np. mniej matematycznych zadań,
- skracanie prac domowych do mniejszej liczby zadań,
- przygotowanie większej liczby krótszych i bardziej intensywnych okresów ćwiczeń zamiast mniejszej liczby długich sesji ćwiczeniowych wymagających koncentracji,
- urozmaicanie zadań i przygotowanie ich w sposób interesujący dla ucznia, przeplatanie mniej interesujących fragmentów ciekawszymi,

- zaskakiwanie ucznia nowymi i oryginalnymi zadaniami, które są dla niego bardziej interesujące i pozwalają mu lepiej się skoncentrować
- korzystanie z materiałów, które można dotknąć, manipulować nimi,
- proponowanie takich aktywności, które wymagają zaangażowania ucznia, czynnej dyskusji, wypróbowania kolejnych rozwiązań – wielu uczniów przyswaja materiał lepiej w momencie, kiedy zamiast tylko słuchać i obserwować, może doświadczać i uczestniczyć
- korzystne jest ilustrowanie materiału schematami, podawanie uczniom różnych metod mnemotechnicznych (czyli technik ułatwiających zapamiętywanie: wierszyków, powiedzonek typu „uje się nie kreskuje” itp.),
- zachęcanie dzieci do pracy z rodzicami, do pracy w mniejszych grupach, do uczestnictwa w zajęciach pozalekcyjnych.
- organizuj mu środowisko zewnętrzne (uporządkowane otoczenie to ważny element ewentualnego leczenia farmakologicznego; takie dziecko żyje w świecie wewnętrznego niepokoju i dlatego świat wokół niego powinien być uporządkowany);
- dziecko nadpobudliwe potrzebuje więcej zrozumienia, tolerancji i cierpliwości ze strony dorosłych (warto pamiętać, że jego zachowania, męczące dla otoczenia, jemu samemu sprawiają równie poważne problemy, trudniej mu znaleźć przyjaciół, trudno odnieść sukces, trudniej uzyskać pochwały);
- wprowadzaj porządek i rutynę (większość dzieci lubi, kiedy rytm dnia jest stały: znana pora wstawania, posiłków, obowiązków i kładzenia się spać daje im to poczucie bezpieczeństwa i stabilności, poza tym układ nerwowy i cały organizm dziecka ma czas na regenerację);
- baw się razem z dzieckiem (są zabawy, które mogą powoli ale do skutecznego pomóc wyciszyć dziecko i poprawić jego funkcjonowanie szkolne i społeczne);

przypominaj dziecku o pewnych obowiązkach, umieszczając, np.

- karteczki z różnymi napisami w widocznych miejscach;
- podsuwaj dziecku rozwiązania alternatywne (zamiast mówić, żeby przestało coś robić, staraj się mu podsunąć pomysły, co mogłoby zacząć robić).

7.1. Wskazania dla nauczyciela do pracy w szkole

1. W pracy z dzieckiem nadpobudliwym psychoruchowo należy zachować spokój i rozsądek. Nie można pozwolić, aby niepokój i nadruchliwość dziecka udzielały się dorosłym.
2. Dziecko powinno siedzieć blisko nauczyciela, w pierwszej ławce z dala od okna.
3. Nadmiernej aktywności dziecka nie należy hamować, ale pozytywnie ją ukierunkowywać, poprzez poproszenie go, np. o zamknięcie sali, przyniesienie pomocy naukowych, które umożliwiłyby częściowe rozładowanie jego napięcia.
4. Nowe lub trudne zadania najpierw należy zademonstrować wykonując czynności z krótkimi, jasnymi, łagodnymi komentarzami do czasu, aż dziecko się nauczy. Oddziaływanie na dziecko należy powoli, bez pośpiechu, głosem nieco stłumionym jakby w zwolnionym tempie, nie krzykiem.
5. Czas trwania zadania należy dostosować do możliwości skupienia się dziecka (5 minut dla dziecka nadpobudliwego psychoruchowo to bardzo długi czas). Lepiej niech dziecko wykonuje częściej krótkie czynności od początku do końca, niż w ciągu dłuższego czasu zacznie wiele, a nie skończy żadnej.
6. Należy zwracać uwagę na staranne wykonywanie prac oraz ich ukończenie, a także utrzymywanie zainteresowania na zadaniu

poprzez częste jego zmiany. Należy wracać do pracy rozpoczętej i niedokończonych.

7. Dziecku powinno się stopniowo wydłużać czas zadania i nasilać stopień trudności.
8. W zabawach, w których dziecko bierze udział powinny być jasno określone zasady oraz czas ukończenia. Nie można pozwolić na chaotyczny, niekontrolowany i bezładny ruch.
9. Po zajęciach z wychowania fizycznego czy innych zajęciach ruchowych wymagających dużej aktywności należy zastosować ćwiczenia wyciszające, np. relaksację, arteterapię.
10. Przy wykonywaniu danej czynności, np. pisaniu, rysowaniu należy usunąć ze stolika wszystkie zbędne przedmioty, a zostawić tylko to, co jest konieczne. Dziecko nadpobudliwe nie potrafi samo odgrodzić się od nadmiaru bodźców – wszystko je rozprasza.
11. W czasie odpytywania dziecko powinno mieć więcej czasu na sformułowanie odpowiedzi. Pierwsza odpowiedź nie powinna być oceniana, gdyż na ogół jest pochopna i błędna.
12. Dziecku należy powierzać jak najwięcej odpowiedzialności, jednak zadanie nie powinno przekraczać jego możliwości.
13. Dziecko należy nagradzać ilekroć uda mu się skończyć rozpoczętą czynność. Należy zauważać i uznawać wysiłek dziecka, nawet gdy efekt końcowy nie jest szczytem doskonałości.
14. Dorosły powinien umieć rozpoznawać wszelkie pozytywne zachowania dziecka i na nie reagować.
15. Dorosły powinien umieć oddzielić zachowanie, które mu się nie podoba od osoby dziecka. Można lubić dziecko, ale nie akceptować konkretnego zachowania.
16. Jeżeli dziecko kłóci się z innymi lub jest agresywne – należy się wtrącić. W przeciwnym razie, gdy agresja lub złość odniesie skutek

będzie miało tendencje do powtarzania tego zachowania. Agresji nie wolno karać agresji.

17. Dorosły powinien unikać negatywnego podejścia, np. nie mów „nie”.
18. Praca z dzieckiem nadpobudliwym wymaga dużej cierpliwości, gdyż mimo pozornego pośpiechu wykonuje ono czynności znacznie wolniej ze względu na to, że jego ruchy są mało ekonomiczne i z reguły słabo skoordynowane. Trzeba. W przeciwnym razie, gdy agresja lub złość odniesie skutek dziecko będzie miało tendencje do powtarzania tego zachowania. Agresji nie wolno karać agresji.

Podaj dziecku informacje dotyczące jego pracy i zachowania. Taka izolacja dziecka może być również korzystna dla niego samego, może bowiem pomagać w skupieniu uwagi. Ważne, żeby takie posadzenie ucznia nie było odebrane przez niego jako kara. Można mu to wyjaśnić i informować go, że siedzi sam, bo trudno mu się skupić, więc inne dzieci nie będą mu teraz przeszkadzały.

Nauczyciel powinien również nadawać strukturę zadaniom i działalności ucznia. Dziecko nadpobudliwe ma ogromne trudności w organizowaniu sobie pracy i wszelkich życiowych aktywności, co prowadzi do wielu trudności w kołowaniu prac itp.

Pobudzanie uwagi dziecka to również ważne zadanie dla nauczyciela. Nieuwaga jest charakterystycznym cechem dziecka nadpobudliwego. Specjalne techniki mogą mu jednak pomóc skoncentrować się i utrzymać uwagę na zadaniu. Zadania i nauczane treści powinny być przekazywane w bardzo szybki i skrótowy, „reporterski” sposób, dostosowany do możliwości koncentracji dziecka. Powinny być też prezentowane w „małych dawkach”, a nie wszystko w jednym czasie. Konieczne jest też natychmiastowe sprawdzenie poprawności zadań.

7.2. Wskazówki do pracy z dzieckiem w domu

1. Nawiązać ścisłą współpracę z rodzicami dziecka i udzielać wskazówek do postępowania w domu.
2. Należy być konsekwentnym w ustalaniu reguł, obowiązków i karceniu.
3. Osoby dorosłe powinny kontrolować swoje emocje w kontakcie z dzieckiem nadpobudliwym, nie wolno im reagować wybuchowo i gwałtownie.
4. Wymagania stawia się w sposób jasny i komunikatywny.
5. Obowiązki domowe powinny być dostosowane do możliwości dziecka. Każdy przejaw chaosu eliminuje się, a chwali się dobre wykonanie zadania oraz docenia się trud włożony w pracę, chociaż dziecko wykonało je mniej dokładnie.

W celu reedukacji nieprawidłowych zachowań można podjąć następujące działania:

1. Rodzice i szkoła stanowią dwa najważniejsze środowiska kształtujące osobowość dziecka i wpływają na jego zachowanie- warto nawiązać ścisłą współpracę z rodzicami dziecka i udzielać im wskazówki co do postępowania w domu.
2. W pracy z dzieckiem siedzącym obok biurka zachować spokój i rozsądek. Nie pozwalać, aby niepokój i nadruchliwość udzieliły się dorosłemu.
3. Dbać o przystępny i atrakcyjny sposób przekazywania treści dydaktycznych, by zainteresować i zaangażować różnorodnymi zmysłami

dziecka . Tak planować zajęcia, aby te wymagające dużej energii przeplatały się z tymi, które wymagają jej mniej.

4. Zwracać uwagę na staranne wykonywanie prac oraz ich ukończenie, a także utrzymywanie zainteresowania na zadaniu poprzez częste jego zmiany. Zawsze wracać do pracy rozpoczętej i niedokończonych.
5. Nadmierną ruchliwość na zajęciach pozytywnie ukierunkowywać, np. prosić o starcie tablicy, o rozdanie pomocy lub o wykonanie innej pożytecznej czynności, które umożliwiają częściowe rozładowanie napięcia.
6. Wykorzystywać metodę pracy w grupach między dziećmi o różnych umiejętnościach i temperamentach. Może to korzystnie wpłynąć na skorygowanie negatywnych zachowań przez rówieśników i stworzyć szansę przydzielając dziecku zadanie zgodnie z jego umiejętnościami.
7. Poszukiwać indywidualnych mocnych stron ucznia i wzmacniać je za pomocą pochwał. Każde osiągnięcie nagradzaj ciepłym słowem czy uśmiechem.
8. Systematycznie kontroluj pracę dziecka poprzez bliski kontakt fizyczny (dotknięcie go, pogłaskanie, mina odpowiednia do sytuacji).
9. Po zajęciach ruchowych wymagających dużej aktywności stosuj ćwiczenia wyciszające, ćwiczenia wymagające spokoju, skupienia, np. wycinanie, wydzieranie, lepienie z plasteliny, kolorowanie.

7.3. Obserwacja.

Technika badawcza, którą można zastosować do pracy z dziećmi z nadpobudliwością ruchową

[Obserwacja dziecka na lekcjach](#)

1. Czy ustawicznie kręci się, zmienia pozycję lub opuszcza swoje miejsce, rozmawia z sąsiadami.
2. Czy uczeń stale manipuluje rękami – poprawia ubranie, ogryza paznokcie, ołówek, szarpie włosy lub części ubrania.
3. Czy wywołany do odpowiedzi nie wie, o co chodzi, a często opowiada bez zastanowienia i „byle co” lub też wrywa się nie pytany, przy czym okazuje się, że nie umie dać poprawnej odpowiedzi.
4. Czy domaga się zabrania głośno w sposób natarczywy, wymachując podniesioną ręką lub wychodzi z ławki.
5. Czy jego zachowanie przeszkadza nauczycielowi lub kolegom.
6. Jak reaguje na zwracanie mu uwagi.
7. Czy uczeń pracuje chaotycznie, niespokojnie, odrywa się od pracy.
8. Czy uczeń pracuje samodzielnie.
9. Czy uczeń na czas wykonuje zadania.
10. Jaki poziom prezentują prace wykonane przez ucznia.

Obserwacja dziecka w czasie przerw

1. Czy uczeń bawi się na wykładzinie, czy biega po klasie.
2. Czy uczeń wyraźnie preferuje zabawy ruchowe jak bieganie, siłowanie się a nawet bójki.
3. Czy w tego rodzaju zabawach dziecko angażuje się emocjonalnie w sposób widoczny, popada w konflikty z kolegami.
4. Czy umie dostosować się do reguł zabawy zorganizowanej.

Obserwacja prac domowych

1. Czy zawsze ma odrobioną pracę domową
2. Czy praca jest wykonana samodzielnie.
3. Jak wykonana jest praca – starannie, czy pośpiesznie.
4. Jaki poziom merytoryczny prezentuje praca.

5. Czy zawsze uczeń jest przygotowany do zajęć (posiada wszystkie niezbędne pomoce).
6. Które prace dziecka są lepsze: domowe, czy wykonane na zajęciach i dlaczego.

Obserwacja cech osobowościowych dziecka

1. Poziom higieny osobistej.
2. Dbalostwo o przedmioty.
3. Sposób radzenia sobie w sytuacjach stresowych.
4. Temperament dziecka:
 - a. wesołkowatość
 - b. krotliwość
 - c. wybuchowość
 - d. niecierpliwostka
 - e. paczliwość
 - f. sklonnosc do kłamstw i wykrztów

Obserwacja stosunku dziecka do osiagnanych wynikow

1. Wplyw stosunku rodzicow do efektow osiagnanych przez dziecko na sposob zachowania dziecka.
2. Czy dziecko wspozawodniczy w grupie.
3. Typ relacji rodzic – szkola.

Załączniki

1. Przykłady zabaw:

I. Na budowanie poczucia własnej wartości i silnej osobowości

1. Kto siedzi na czarodziejskim tronie?

Np. – wróżka oznajmia, że kogo dotknie czarodziejska różdżka – ten usiędzie

na tronie, a pozostałe dzieci mają wymyślić takie słowa, które sprawi

przyjemność dziecku siedzącemu na tronie, np. – Kto siedzi na czarodziejskim tronie? – Miła i uśmiechnięta Kasia.

2. Tajemniczy kufer

Wróżka mówi wyliczankę-wierszyk: „Kto do kufra tego wejdzie niech pozdrowi

wszystkie dzieci i niech życzy im wszystkiego, co najlepsze na świecie”. Na

kogo wypadnie, ten wchodzi do kufra, pozdrawia i wypowiada życzenia do

wszystkich dzieci. Zadaniem dzieci jest odgadnięcie imienia dziecka, które

mówiło z kufra.

3. Taki sam i inny

Uczestnicy siedzą tak, by dobrze widzieć resztę grupy. Po kolei otrzymują

polecenia, np.:

- wstać i dotknij wszystkie dzieci, które mają coś czerwonego
- dotknij każdego, kto ma spódnicę
- dotknij każdego, kto ma włosy takiego koloru jak ty. (itp.)

4. Potrafi – nie potrafi

Grupa siedzi w kole. Osoba rozpoczynająca wymienia co, czego nie umie.

Gra kończy się, gdy każdy z uczestników wypowie się jeden raz.

- nie potrafi włożyć wstawy
- nie potrafi upiec ciasta.

II. Uaktywniające ciało, wychodzące naprzeciw potrzebie ruchu

1. Start rakiety

- dzieci bębnią palcami w podłogę, najpierw cicho i powoli, potem coraz szybciej i głośniej,
- uderzają płaskimi dłońmi o podłogę, potem o kolana i klaszczą w ręce z natężającymi się głościami we wzrastającym tempie,
- tupią nogami cicho i powoli, potem coraz głośniej i szybciej.

2. Wywieranie nacisku

- dzieci dobierają się parami i mierzą w trakcie rozmaitych zadań swoje siły:

dzieci próbują przepychać się z wyprostowanymi i zeszytowanymi ciałami, ramiona pozostają silnie przyklejone do ud,

- dzieci stają naprzeciw siebie tak, by dotykały się tylko wewnętrznymi
- powierzchniami dłoni przy wyciągniętych ramionach, poprzez naciskanie na ręce przeciwnika, próbują wyprowadzić się nawzajem z równowagi,
- dzieci podnoszą ramiona do góry, podają sobie dłonie i zaszczepiają się palcami, następnie usiłują się nawzajem odepchnąć, przez cały czas

trwania „pojedyńku” ramiona muszą pozostać w górze,

- dzieci stają plecami do siebie i próbują zepchnąć przeciwnika z jego

miejsca, jedynie poprzez poruszanie tułowiem, nie wolno posługiwać się

ramionami, rękoma, nogami.

3. Taniec z talerzykami

Po dwa plastikowe talerzyki dla każdego dziecka. Np. w rytm muzyki

pokazuje różne ruchy, które dzieci naśladowują

4. Wyścigi konne

Wszyscy siedzą w kręgu. Wczuwają się w odgłosy i nastrój wyścigów

konnych.

„Jeździec wstaje z siodła. Myje zęby, buzię. Całuje się z konnymi dziećmi.

Wskakuje na konia i jedzie. Mija szuwary. Skręca w prawo, w lewo. Napotyka

przeszkodę. Jedzie dalej. Spotyka księdza: O la Boga. Jedzie dalej.

Przed nim

stadion, gdzie widownia męska mówi: Hmm..., a żeńska krzyczy:

Aaaa...

Spotyka dzieci, które wołają: Daj lizaka! Podwójna przeszkoda.

Szuwary.

Most. Dojechał do domu. Zsiadł z konia. Wita się z konnymi dziećmi.

Scenariusze zajęć

I. Spotkanie przeznaczone dla dzieci

Cele:

- Rozbudzenie inwencji twórczej dziecka.
- Zapoznanie dzieci z możliwościami ruchowymi ich ciała.
- Wyrabianie swobody, płynności ruchów podczas chodzenia, ćwiczenia poprawiające i kształtujące ładność postawy
- Zaspokajanie naturalnej potrzeby ruchu.

Przybory:

- Skakanka dla każdego dziecka;
- Gazeta dla każdego dziecka;
- Magnetofon, taśma z nagraniami;
- Kilka parasoli;
- Bębenek perkusyjny dla nauczycielki;
- Karty ze znakami graficznymi do „deszczowego dyrygenta”.

Przebieg zajęć

I. Zadania wstępne – czynności organizacyjne

Zbiórka w gromadce, podanie zadań

- a. Wyczucie własnego ciała – reagowanie na przerwę w muzyce. Przy muzyce swobodny taniec, bieg, podskoki. Gdy muzyka przestaje grać zamieniamy się w dowolne zwierzęta. Ponowna muzyka pozwala dalej się bawić. Przy każdej pauzie w muzyce przedstawiamy inną postać zwierzęcą lub ptaka.
- b. Wyczucie płynności ruchu przestrzeni i czasu – ćwiczenia rytmiczne – taneczne, ścizenie ruchu z muzyką. W zależności od uderzeń – gry na bębnie, dzieci naśladują chodzenie: pod wiatr, wspinanie pod górę, bieg z wiatrem, z górki, przedzieranie się w gęszczy krzaków.

Nauczycielka snuje opowieść według własnego uznania. Rytmiczna gra nauczycielki na bębnie: głośna – cicha, lekka.

II. Wycucie przestrzeni

a. Ćwiczenia kształtujące tułów oraz ćwiczenia wieloznaczne.

Ze skakanek dzieci układają różnego kształtu chmurki, siadają przed nimi (chmurki są jasne, ciemne, ciemniejsze). Będziemy malować je farbami. Kłaniamy się chmurkom, rysujemy je w powietrzu rękami. Oglądamy na niebie – skręty tułowia. Czworakujemy wokół chmur, przeskakujemy, siadamy w środku chmury skrzydłami. Dzieci zabierają skakanki dla siebie.

b. Reagowanie na przerwę w muzyce.

W czasie muzyki dzieci rysują skakankami chmury, przebijają według zakreślonego projektu w znacznym powiększeniu. Na przerwę w muzyce – rysują znak pioruna, błyskawicy ręką z góry na dół do przysiadu.

Dzieci oddają skakanki, biorą gazety.

III. Wycucie własnego ciała i przestrzeni – Ćwiczenie z elementem równowagi.

Dzieci z gazet robią parasol – rozkładają nad głową, chodzą wokół parasoli oraz od jednej do drugiej z wyprostowanymi postawami w rytm muzyki.

Na sali rozłożone są w różnych miejscach parasole.

IV. Kształtowanie śmiechu, wyrabianie poczucia rytmu.

a. Ćwiczenia rytmiczne z zastosowaniem instrumentu perkusyjnego.

Krótką pogadankę na temat późnej jesiennej pogody (pochmurna, deszczowa). Przypomnienie rodzaju deszczu: drobny, ulewa, duży, mały.

Mały deszcz – uderzanie jednym palcem o gazetę, duży deszcz – wszystkimi palcami, ulewa – cała dłoń

b. Próba samodzielnego odtwarzania rytmu.

Dzieci samodzielnie grają rytm deszczu jak chcą. Zabawa w „dyrygenta deszczowego”. Utrwalenie znaków graficznych.

c. Kształcenie słuchu.

Zgodnie z tym, co słyszą z taśmy magnetofonowej naładowują gazetą

Deszcz – pukanie po gazetce,

Szum drzew – ruszają rękami,

Szelest liści – szurają gazetami.

Nagrany szum drzew, szelest liści, padający deszcz.

V. Kształcenie inwencji twórczej.

Współdziałanie w grupie – rozwijanie siły, szybkości, mocy i zwinności.

Przy piosence dzieci w parach skaczą, biegają, czworakują, obracają się w rytm muzyki, tworzą kałkę – przechodzą po nich, bawią się z deszczem.

Piosenka ze słowami „W deszczowych kroplach.”

VI. Wyczucie przestrzeni i czasu.

Reagowanie na dźwięki wysokie – niskie, muzyka głośnie – cicha. Na dźwięki wysokie – podrzucają gazety(chmury)wysoko, wspinają się na palcach; dźwięki niskie – deszcz spada na ziemię, skałki – przysiad. Muzyka głośnie – szeleszczą gazetami, muzyka cicha – poruszają gazetami bezszelestnie.

Nagrania wysokie, niskie, głośne, ciche.

VII. Wyczucie własnego ciała.

Rytmiczny marsz po sali, zgodnie z rytmem, zgniatanie gazet w kulkę(piłkę), rytmiczne przekładanie z ręki do ręki, podrzuty a na koniec rzut piłką(kulek) do pudełka.

Nagranie piosenki „Pan listopad”.

VIII. Zakończenie zajęć.

Czynności organizacyjne. Omówienie zajęć, wypowiedzi dzieci na temat zajęć.

II. W spotkaniu uczestniczą rodzice i terapeuta.

Cele:

- Doskonalenie komunikacji werbalnej i niewerbalnej.
- Wyrażanie swoich emocji i uczuć w sposób zrozumiały dla otoczenia.
- Rozwijanie empatii i zrozumienia.

Przebieg zajęć:

❖ Ćwiczenia doskonalące komunikację

I. Nawiązywanie kontaktu z dzieckiem.

- a. Uczestnicy zastanawiają się nad różnymi sposobami nawiązywania kontaktów w następujących sytuacjach:
„Wchodzisz do pokoju gdzie masz pracować, zastajesz tam rozrzucone zabawki Twojego dziecka”.
„Bardzo boli cię głowa, a dziecko głośno się bawi”.
„Jest już bardzo późno, a dziecko nie chce zakończyć zabawy”.
- b. Rodzice odgrywają scenki dramatyczne do wyżej wymienionych sytuacji, wymieniają się rolami – raz s dzieckiem, raz rodzicem.
- c. Wybranie najlepszego rozwiązania spośród zaprezentowanych scenek.
- d. Ćwiczenia w nawiązywaniu kontaktów na wybranej scenie.

Podsumowanie:

- Jak czuliśmy się b dzieckiem, a jak b rodzicem?

- W jakich sytuacjach to właśnie rodzice są odpowiedzialni za nawiązanie kontaktu i podtrzymanie go?
- Jakie zachowanie ułatwia nawiązanie kontaktu z dzieckiem?

II. Uwagi na słuchanie drugiej osoby.

- a. Każda osoba kolejno odgrywa rolę osoby mówiącej, słuchającej i obserwującej.
- b. Osoba mówiąca w ciągu dwóch minut opowiada słuchaczowi o swoich trudnościach w kontaktach z ludźmi. Słuchacz słucha najlepiej jak potrafi, a po zakończeniu wypowiedzi powtarza swoimi słowami, co usłyszał. Obserwator zwraca uwagę na komunikaty niewerbalne przekazywane przez mówiącego.
- c. Mówiący daje słuchaczowi informacji zwrotnej o tym, jakim był słuchaczem-co w jego postawie, mimice, gestach przeszkadzało, a co pomagało mówiącemu. Obserwator dodaje swoje uwagi.
- d. Ćwiczenie powtarzamy tyle razy, aby każdy uczestnik pełnił wszystkie role.

Podsumowanie:

- Czy komunikaty niewerbalne mają znaczenie w czasie słuchania?
- Jakie zachowanie słuchacza ułatwia przekazywanie informacji, a jakie utrudnia?

III. Doskonalenie komunikacji, rozwijanie empatii.

Pomoce: małe kartki z nazwami różnych stanów emocjonalnych – dla każdego uczestnika kartka (np. z radością, ze złością, z przerażeniem, z bólem, ze smutkiem, z lekceważeniem), tablica, kreda.

- a. Prowadzący pisze na tablicy zdanie o obojętnej treści np.:
„Wczoraj było zimno, mimo że świeciło słońce”.
Następnie rozdajemy losowo kartki z wypisanymi uczuciami.
- b. Każdy uczestnik wypowiada zdanie, starając się przekazać określony stan emocjonalny za pomocą intonacji głosu, a pozostali

uczestnicy odgadują, jakie uczucia zawarł wypowiadający w zdaniu.

Podsumowanie:

- Czy łatwiej jest wyrażać uczucia za pomocą intonacji głosu?
- Jakie cechy komunikacji ułatwiają prawidłowe odczytanie intencji nadawcy?

IV. Rozumie, że ... – okazywanie zrozumienia i parafrazowania wypowiedzi nadawcy.

- a. Uczestnicy dobierają sobie partnerów. Jedna osoba mówi, druga co jakiś czas daje słowny sygnał, jak ją rozumie np.: „Jeśli Ci dobrze rozumiałem...”. Osoba słuchająca sprawdza, czy dobrze rozumie, co mówi osoba wypowiadająca się bez udzielania rad i oceniania. Uczestnicy rozmawiają tak długo, aż dojdą do całkowitego porozumienia.
- b. Uczestnicy zamieniają sobie rolami i zmieniają temat rozmowy.

Podsumowanie:

- Jakie to uczucie powtarzać po swoim to, co powiedział ktoś inny?
- Jakie to uczucie słyszeć, że partner rozumie, co mówisz?

❖ Ćwiczenia pomocne w wyrażaniu swoich emocji i uczuć

I. Jakie to uczucie.

Pomoce: kartki z wypisanymi emocjami, długopisy, czyste kartki.

- a. Każdy uczestnik otrzymuje kartkę z napisem:
 - Smutek i żal
 - Miłość i wstyd
 - Zazdrość i radość
 - Lęk i ulga
 - Nuda i ból

- Przykrości i zadowolenie

Zadaniem uczestników jest ułożyć krótkie opowiadanie na temat emocji otrzymanych na kartkach bez używania ich nazwy. Następnie odczytujemy opowiadania, a uczestnicy odgadują o jakim uczuciu opowiada. Każde opowiadanie należy nagrodzić brawami.

- b. Pozostali uczestnicy odgadują o jakie uczucia chodzi

Podsumowanie:

Wspólne szukanie odpowiedzi na pytania:

- Co się dzieje z twarzą osoby radosnej, zmartwionej, przestraszonej?
- Co dzieje się z rękami osoby onieśmiałej, zdenerwowanej?
- Co dzieje się z tułowiem osoby zainteresowanej, zawstydzonej?
- Co dzieje się z nogami osoby bezradnej, chcącej nawiązać z kimś kontakt?

II. Jak wyrażasz swoje uczucia – otwarte i bezpośrednio wyrażanie emocji.

Pomoce: tablica, kreda, arkusz papieru, mazak.

- a. Uczestnicy zastanawiają się, jak można używać słów i bez ich używania wyrazić swoje uczucia w następujących sytuacjach:

- Kiedy znudzi się dyskusja,
- Kiedy zdenerwuje Cię ktoś, na kim Ci zależy,
- Kiedy zdenerwuje Cię dziecko,
- Kiedy ktoś flirtuje sobie z tobą przy innych osobach.

- b. Porównanie odpowiedzi przez uczestników i omówienie:

- W jaki sposób objawiają swoje uczucia?
- Jak skuteczniej można wyrazić uczucia?

Podsumowanie:

Opracowanie listy zasad konstruktywnego wyrażania uczuć. Spisujemy zasady i wywieszamy je na tablicy.

❖ Ćwiczenia pomocne w rozwijaniu empatii i zrozumienia

I. Jak to wyjaśni – ukazanie źróźnicowania motywów zachował ludzkich.

Pomoce: kartki, dłógopisy.

a. Zadaniem uczestników jest podanie jak najwiłcej przyczyn zaistniałych sytuacji i zapisanie ich na kartce:

- Młody człowiek biegnie ulicł
- Matka daje dziecku klapsa;
- Twoje dziecko uderza koległw plecy;
- Na przyjłciu ktołsiłupija;
- Ulicłidzie kilkuletnie dziecko i płacze.

b. Głłne odczytanie przyczyn wyłej wymienionych zachował

Podsumowanie:

Uczestnicy odpowiadajłna pytania:

- Czy i jakie trudnołci mieli z wykonaniem zadania?
- Czy zaskoczyłã ich liczba potencjalnych przyczyn zachował?
- Czy interpretujłc zachowania ludzi człłcej tłumaczymy je jednł przyczynłczy bierzemy pod uwagłrółne mołliwołci?

II. Co wyrałã twarz – umiejłtnołł interpretowania „mowy ciałã” w odczytywaniu uczuł innych ludzi.

Pomoce: ilustracje wyciłte z czasopism lub zdjłcia przedstawiajłce osoby wyrałajłce mimikł, gestem rółne uczucia.

Przebieg:

a. Kałdy uczestnik otrzymuje takł samł ilustracjł przedstawiajłcł osoby wyrałajłce rółnorodne uczucia.

b. Uczestnicy zastanawiajłsił, jakie uczucia wyrałã osoba na zdjłciu.

c. Wypowiedzi uczestników na temat obserwowanych uczuł i porównanie swoich wersji.

Podsumowanie:

Uczestnicy zastanawiaj[si]e

- Jakie znaczenie ma niewerbalna komunikacja (j[zyk gestów, cia[ł, mimiki) w wyrażaniu uczu[ć?
- Jakie s[ą charakterystyczne zachowania dla wyrażania poszczególnych uczu[ć?
- Jakie mamy problemy z odczytywaniem i interpretacj[ą niewerbalnych zachowa[ń?
- Czy wszyscy w jednakowy sposób odczytujemy to samo obserwowane uczucie?

III. Co czu[ć i my[śla[ć – umiej[tno[ści zachowa[ć empatycznych i odczytywanie stanów emocjonalnych innych ludzi.

Pomoce: karteczki z nazwiskami postaci literackich lub historycznych i sytuacji w jakich ta osoba si[ę znajdowa[ła.

a. Ka[żdy uczestnik otrzymuje kartk[ę z nazwiskiem bohatera i sytuacj[ą np.:

- Antyгона, która grzeba[ła zw[łoki brata.
- Jagie[łło, gdy otrzyma[ł dwa miecze od Krzy[żaków.
- Basia Wo[łodyjowska, gdy us[łysza[ła o wybuchu w Kamie[ńcu.
- Maria Curie-Sk[łodowska, gdy odkry[ła polon.

b. Jedna osoba z grupy wciela si[ę w jedn[ą z postaci i w formie monologu-w pierwszej osobie liczby pojedynczej-przedstawia jej my[śli i uczucia na forum grupy.

c. Uczestnicy siadaj[ą wygodnie, zamykaj[ą oczy. Terapeuta poleca:

- Przypomnij sobie jak reaguje Twoje dziecko, gdy mu czego[ś odmówisz? (kilka sekund przerwy).
- Przypomnij sobie, co Ty robi[łeś i my[śla[łeś, gdy rodzice zabraniali Ci czego[ś? (kilka sekund przerwy).
- Czy widzisz podobie[ństwo w działaniu i rozumieniu Twojego dziecka i Twoim, gdy by[łeś ma[ły? (kilka sekund przerwy).

- Przypomnij sobie jak się czułeś, gdy rodzice Cię karali, kiedy byłeś niegrzeczny? (kilka sekund przerwy).
- Pomyśl, co czuje Twoje dziecko, kiedy je karzesz? (kilka sekund przerwy).
- Czy dostrzegasz podobieństwo w zachowaniu Twoim z okresu dzieciństwa i Twojego dziecka? (kilka sekund przerwy).
- Jak myślisz, czy dzisiejsze spotkanie pomoże Ci w zrozumieniu i porozumiewaniu się z Twoim dzieckiem? (kilka sekund przerwy).

Podsumowanie:

Swobodna wymiana zdań

- Co dały dzisiejsze zajęcia?
- Czy nauczyliście się czegoś nowego?

Bibliografia:

- H. Natowska „Dzieci nadpobudliwe psychoruchowo”, Warszawa 1972.
- G. Sarfontein „Twoje nadpobudliwe dziecko”, Warszawa 1999.
- T. Walończyk, A. Końkowski, M. Skotnicka „Nadpobudliwość psychoruchowa u dzieci. Prawie wszystko, co chcielibyście wiedzieć”, Lublin 1999.

- A. Faber, E. Mazlish „Jak mówić, żeby dzieci nas słuchały...”, Media Rodzina 1980.
- M. Nowak „Dziecko nadpobudliwe”, Kraków 1993.
- H. Natowska „Dzieci nadpobudliwe psychoruchowo – zaburzenia w zachowaniu i trudności szkolne”, PZWS 1985.
- H. Natowska „Opóźnienie i dysharmonia rozwoju dziecka”, „Wychowanie dziecka nadpobudliwego”
- H. Popielarska, M. Mazurowa „Dlaczego nasze dzieci sprawiają trudności wychowawcze”
- J. Prekop, Ch. Schweizer „Niespokojne dzieci”, Poznań 1997.

