PROGRAM INDYWIDUALNYCH ZAJĘĆ TERAPEUTYCZNYCH

Z ELEMENTAMI TUS (Treningu Umiejętności Społecznych)

DLA UCZNIA Z ZESPOŁEM ASPERGERA

(drugi etap edukacyjny)

**Wstęp**

Zespół Aspergera to zaburzenie mieszczące się w całościowych zaburzeniach rozwojowych (wg.ICD-10) i w  autystycznym spektrum – Autism Spectrum Disorder (wg. DSM –V). Objawy charakterystyczne dla spektrum autyzmu  (wg.ICD-10) należą do triady nieprawidłowości, na którą składają się zaburzenia w obszarach :

* relacji społecznych,
* komunikacji,
* zachowania i zainteresowań (sztywne, stereotypowe wzorce aktywności).

Podłożem zaburzenia jest najprawdopodobniej szeroko pojęta genetyka oraz nieprawidłowości systemu neurologicznego.

Dzieci i młodzież z Zespołem Aspergera   pomimo nierzadko wysokiej inteligencji, bywają odrzucane przez rówieśników. Dzieje się tak ponieważ, na skutek deficytów uwarunkowanych zaburzeniem, mają poważne trudności z zastosowaniem skutecznych strategii w relacjach interpersonalnych. Problemy z adaptacją społeczną sprawiają, że osoby z zespołem Aspergera czują się osamotnione, niezrozumiane, a jednocześnie – same nie rozumieją innych ludzi, ich motywów, potrzeb. Czując się zagubione i niepewne – w różnych sytuacjach społecznych  reagują nieadekwatnie, impulsywnie, a nawet agresywnie, co dodatkowo nasila ich zagubienie i wyalienowanie z grupy.

Dzieci z Zespołem Aspergera niewątpliwie potrzebują terapii, programu który ułatwiłby im adaptację społeczną. Potrzebują wsparcia w sferze emocjonalno – społecznej.

Uczeń: XXXXXXXXXX

Klasa: 5

Częstotliwość spotkań: raz w tygodniu po 45 minut (wrzesień - maj)

**Diagnoza:**

* w oparciu o informacje zawarte w Orzeczeniu o potrzebie kształcenia specjalnego nr PS.XXXXXXXX, z dnia XX.XX.2018 r., wydanym na okres do ukończenia nauki w szkole podstawowej, przez Specjalistyczną Poradnię Dla Dzieci z Wadą Wzroku, Słuchu i Autyzmem w XXXXXXX - Zespół Aspergera

**Charakterystyka ucznia:**

Uczeń został ponownie przyjęty do naszej szkoły w roku szkolnym 2018/2019 do klasy IV. Chłopiec jest uczniem z zespołem Aspergera, który wpływa negatywnie na rozwój funkcji społecznych i emocjonalnych, powoduje trudności w kontaktach z rówieśnikami, konflikty i nieporozumienia. Pojawiają się również zachowania agresywne w stosunku do innych (agresja słowna i fizyczna). Chłopiec brał udział w zajęciach TUS poza terenem szkoły, uczestniczył również w zajęciach grupowych z psychologiem szkolnym w ubiegłym roku szkolnym. Lecz zajęcia te nie przyniosły oczekiwanych rezultatów.

**Mocne strony:**

* poziom intelektualny w granicach normy
* dobrze opanowana umiejętność czytania
* dobry poziom rozwoju językowego, zdania poprawne pod względem gramatycznym, stylistycznym i fleksyjnym
* odpowiedni do wieku zasób słownika czynnego i biernego

**Słabe strony (wskazania do pracy z uczniem):**

* Wolne tempo pracy
* Niezgrabność ruchowa
* Problemy ze starannością pisma
* Trudności podczas pisania ze słuchu (w trakcie dyktowania nie nadąża, gubi się i wymaga stałego nadzoru podczas wykonywania zadań)
* W matematyce wymaga nadzoru podczas rozwiązywania zadań tekstowych
* Trudności z utrzymaniem koncentracji na wykonywanym zadaniu (rozprasza się pod wpływem niewielkiego bodźca, szczególnie słuchowego, ma kłopot ze skupieniem uwagi na rozpoczętym zadaniu na tyle długo, aby je dokończyć)
* Mogą pojawić się trudności w rozumieniu i wykonywaniu poleceń skierowanych do grupy
* Duża męczliwość
* Zaburzenia procesów planowania i kontroli (trudności w podejmowaniu decyzji, planowaniu działań i ich kontrolowaniu)
* Zaburzenia z zakresu koherencji centralnej (zbytnie skoncentrowanie na szczegółach, detalach zamiast na całości i kontekście)
* Sztywność myślenia (mała elastyczność poznawcza, trudności z myśleniem twórczym, nie uwzględnianie możliwości zmiany, podpowiedzi, pomimo zauważenia nieprawidłowości nadal stosuje nietrafiony sposób pracy, nie dokonując autokorekty błędu)
* Słaby rozwój społeczno-emocjonalny, trudności w nawiązywaniu i podtrzymywaniu relacji interpersonalnych
* Nieporozumienia wynikające z trudności w przewidywaniu zachowań i intencji innych osób i reagowania impulsywnego w takich sytuacjach
* Słaby kontakt wzrokowy (pojawia się w sytuacji, gdy chłopiec ma potrzebę zakomunikowania czegoś lub uzyskania odpowiedzi)
* Nieprzestrzeganie norm społecznych pomimo ich znajomości
* Duża podatność na negatywne wpływy otoczenia
* Potrzeba zwracania na siebie uwagi, prowokowanie, trudności w wyhamowaniu rozpoczętego działania
* Niechęć do zmian, przywiązanie do rutyny, znanego schematu
* Trudności w sferze komunikacji: kłopot z płynnym podążaniem za rozmówcą, przechodzeniem z tematu na temat, nieuwzględnianie poziomu zainteresowania partnera w przypadku, gdy mówi o czymś, co go interesuje
* Nie zawsze adekwatnie odzywa się do dorosłych, gdyż nie potrafi dostosować stylu i formy do wypowiedzi rozmówcy, ma problem z czekaniem na swoją kolej wypowiedzi
* Niskie kompetencje w obszarze nadawania mowy (trudności z opisywaniem, narracją, tworzeniem synonimów, tłumaczeniem przysłów, przenośni, sformułowań potocznych, interpretacją żartów)
* Mało wyrazista mowa (ściszony głos, szybkie tempo).

**Opis społeczno-kulturowy**

Chłopiec jest jedynakiem. W trakcie nauki zmienił szkołę na inną lecz wrócił do SP w klasie 4. Rodzice wykazują zainteresowanie dzieckiem i jego postępami, brak jednak jest porozumienia w ustaleniu jednolitych zasad postępowania i konsekwencji.

Ocena poziomu umiejętności społecznych

Chłopiec zna obowiązujące zasady i obowiązki lecz ma trudność do stosowania się do nich, często pod wpływem emocji zapomina o obowiązujących normach społecznych. Trudno mu analizować swoje emocje. Przejawia atrybucję zewnętrzną , przyczyny złego zachowani przypisuje czynnikom zewnętrznym, innym kolegom. Nie widzi w danym zachowaniu swojej winy. Zawsze tłumaczy, że został sprowokowany. Nie potrafi przyjąć punktu widzenia drugiej osoby, przez co często robi coś co w jego ocenie jest śmieszne nie patrząc, że komuś zrobił krzywdę, czy kogoś uraził. Ma duże trudność z przyznaniem się do winy. Wymaga dłuższego czasu i szczegółowej analizy zachowania z osobą dorosłą by zrozumieć swoje błędy. Nie wyciąga wniosków na przyszłość, a jeżeli to robi to na krótki czas.

Lubi porównywać się do rówieśników i przechwalać się poprzez wyśmiewanie ich niepowodzeń. Jednocześnie szuka aprobaty u innych ale chce by relacja oparta była wyłącznie na jego warunkach. Uczeń wymaga jasnych, konkretnych komunikatów i dużej konsekwencji ze strony terapeuty, nauczyciela czy rodzica. Jedną z metod, która pomaga chłopcu w relacjach z innymi jest modelowanie zachowań i ćwiczenie ich z rówieśnikami.

Pracuje szybko i byle jak, koncentracja me na poziomie przeciętnym. Gdy jest zniechęcony to trudno go zmotywować do pracy, pomocne przy tym są elementy terapii behawioralnej.

**Cele pracy z uczniem:**

* Rozwijanie poprawnej komunikacji.
* Przestrzeganie zasad.
* Rozwijanie umiejętności społecznych
* Rozwijanie mocnych stron ucznia
* Kształtowanie pozytywnej samooceny ucznia
* Motywowanie ucznia do wysiłku intelektualnego
* Rozwijanie umiejętności panowania nad złością w trudnych sytuacjach
* Pozytywne wzmacnianie dziecka, pomoc w radzeniu sobie z emocjami i rozwiązywaniu problemów emocjonalnych.

**Cele szczegółowe:**

* Rozwijanie umiejętności rozumienia emocji u innych osób
* Rozwijanie umiejętności komunikowania się z innymi
* Rozwijanie umiejętności przyjmowania krytyki ze strony innych osób
* Doskonalenie umiejętności czekania na swoją kolej
* Kształtowanie poczucia odpowiedzialności za swoje zachowanie
* Wdrażanie do przestrzegania obowiązujących zasad i norm społecznych
* Wygaszanie i modyfikowanie negatywnych zachowań
* Wzmacnianie pozytywnych zachowań
* Zdobywanie umiejętności radzenia sobie ze złością

**Metody pracy:**

* Metody aktywizujące (angażujące dziecko w działaniu).
* Metody słowne (rozmowa kierowana, elementy bajkoterapii
* Metoda oglądowa (ilustracje, historyjki obrazkowe, gry edukacyjne, programy komputerowe).
* elementy terapii behawioralnej
* Elementy TUS – trening umiejętności społecznych
* plany aktywności
* kontrakt behawioralny
* system motywacyjny

**Formy pracy:**

indywidualna/ grupowa

**Zakres działań o charakterze terapeutycznym:**

a) Rozwijanie kompetencji społecznych:

* rozwijanie zdolności rozumienia siebie, ludzi, sytuacji i norm społecznych
* reagowanie na nagłe sytuacje w klasie np. informowanie o złym samopoczuciu
* umiejętność radzenia sobie w trudnych sytuacjach – dokuczanie
* zdolność do rozumienia i kontrolowania własnych uczuć i zachowań
* rozumienie uczuć innych
* nawiązywanie harmonijnych, przyjaznych relacji z innymi ludźmi
* autoprezentacja
* praca w parach, zespołach
* inicjowanie i prowadzenie rozmowy /w parze, w grupie/
* aktywne słuchanie
* komunikacja w kontekście społecznym /zadawanie pytań, zdobywanie informacji, wyrażanie próśb i potrzeb/
* odmawianie
* jasne przekazywanie informacji
* rozpoznawanie znaczenia gestów, ekspresji mimicznej i ciała
* wykorzystywanie komunikatów niewerbalnych
* rozwijanie umiejętności komunikacyjnych (uczenie i wzmacnianie komunikacji niewerbalnej: kontakt wzrokowy, rozpoznania mowy ciała),
* usprawnianie umiejętności społecznych (zawieranie znajomości, słuchanie, pytanie, odmawianie, inicjowanie rozmowy, dyskutowanie, reagowanie na krytykę, wyrażanie krytyki, mówienie komplementów),
* ćwiczenia zachowania w różnych sytuacjach społecznych (dostosowanie zachowania do zachowań innych osób, miejsc, sytuacji, przestrzeganie zasad i norm społecznych, nauka rozumienia i respektowania potrzeb innych osób).

b) rozwijanie sfery emocjonalno – motywacyjnej:

* rozpoznawanie i nazywanie emocji u siebie i innych osób
* wyrażanie emocji przez gesty, mimikę
* praca nad wyrażaniem emocji
* radzenie sobie w sytuacjach trudnych emocjonalnie
* rozwijanie emocji: rozpoznawanie, nazywanie i opisywanie różnych stanów emocjonalnych u siebie i innych, wyrażanie emocji przez gesty, mimikę twarzy, odpowiednie reagowanie na różne sytuacje, wyrażanie emocji środkami plastycznymi, muzycznymi, nauka panowania nad emocjami, radzenie sobie ze stresem, relaksacja,

Przedstawiony program zajęć terapeutycznych będzie modyfikowany i uzupełniany w zależności od sytuacji i potrzeb, z równoczesnym uwzględnieniem postępów czynionych przez ucznia.

**Zasady pracy:**

* Zasada indywidualizacji środków i metod oddziaływania (dostosowanie ich do możliwości dziecka).
* Zasada korekcji zaburzeń (skupienie się na ćwiczeniu najbardziej deficytowych obszarów).
* Zasada powolnego stopniowania trudności.
* Zasada kompensacji zaburzeń (łączenie ćwiczeń funkcji zaburzonych z ćwiczeniami funkcji niezaburzonych, które mogłyby pełnić funkcję kompensacyjną w stosunku pierwszych).
* Zasada systematyczności, Zasadę ciągłości oddziaływania psychoterapeutycznego.
* zasada ciągłości oddziaływania psychoterapeutycznego
* zasada wzmacniania pozytywnego

**Sposoby osiągania zamierzonych celów:**

1. Praca indywidualna i grupowa z uczniem.
2. Stwarzanie na zajęciach sytuacji umożliwiających analizę własnych emocji ucznia.
3. Stosowanie różnych metod i technik:

* gry dydaktyczne
* programy komputerowe
* bajki terapeutyczne
* odgrywanie scenek.

1. Dostosowanie poziomu trudności zadań do możliwości dziecka, mające na celu podwyższenie oceny własnych możliwości uczenia poprzez umożliwienie mu osiągnięcia sukcesu.
2. Współpracę z rodzicami uczenia, rozmowy na temat trudności, postępów, wskazówki do pracy.
3. Wdrożenie ucznia do ćwiczeń przygotowujących do podjęcia wysiłku intelektualnego:

* ćwiczenia koncentracji uwagi,
* ćwiczenia pamięci,
* ćwiczenia logicznego myślenia (myślenie przyczynowo - skutkowe).

1. Kształtowanie umiejętności wykorzystywania technik relaksacyjnych usprawniających sferę emocjonalno-intelektualną ucznia.

* Zajęcia doskonalące umiejętności społeczne,
* Trening emocji prostych i mieszanych
* Trening wyboru optymalnej strategii w oparciu o dylematy społeczne.

1. Zwiększanie kompetencji emocjonalnych ucznia w zakresie radzenia sobie   
   z trudnościami:

* gry i zabawy motywujące do nauki,
* praca na konkretnych sytuacjach z życia ucznia

| **Tematyka zajęć** | **Termin** |
| --- | --- |
| 1. Zajęcia organizacyjne i spotkanie z rodzicami: poznanie się, omówienie założeń i zasad programu, diagnozowanie potrzeb, sprawy organizacyjne. 2. Ustalenie zasad grupowych | Wrzesień |
| 1. Słuchanie 2. Ignorowanie 3. Przedstawianie się | Pażdziernik |
| 1. Dołączanie 2. Rozpoznawanie emocji -Emocje pozytywne 3. Rozpoznawanie emocji - emocje negatywne | Listopad |
| 1. Witanie się, dialogowanie 2. Zadawanie pytań 3. Mówienie „Dziękuję”. | Grudzień |
| 1. Wyrażanie sympatii. 2. Komplementowanie. | Styczeń |
| 1. Pragnienie bycia pierwszym. 2. Czekanie na swoją kolej. 3. Radzenie sobie z przegrywaniem. | Luty |
| 1. Akceptowanie konsekwencji. 2. Radzenie sobie z dokuczaniem. 3. Działanie według wskazówek. | Marzec |
| 1. Radzenie sobie z presją grupy. 2. Trening umiejętności w lokalnym środowisku 3. Trening umiejętności w lokalnym środowisku cz.2 | Kwiecień |
| 1. Rozwiązywanie konfliktów cz1. 2. Rozwiązywanie konfliktów cz2. 3. Podsumowanie zajęć i ewaluacja | Maj |

Treści programu:

Program rozpoczyna się zajęciami organizacyjnymi i spotkaniem z rodzicami. Następnie realizowane są kolejno w następujących po sobie tygodniach poszczególne tematy :

Tematyka zajęć:

Zakończenie całego programu terapii przez ucznia traktujemy jako jego sukces, wejście na wyższy poziom niezależności i samodzielności. Jednocześnie, po zakończeniu cyklu dziecko jest wspierane poprzez konsultacje z rodzicami lub z rodzicami i nauczycielami. W razie trudności zawsze też może wrócić na zajęcia z psychologiem.

**Przewidziane efekty:**

Dziecko z Zespołem Aspergera nabywa nowe umiejętności, które potem efektywnie stosuje w środowisku życia. Potrafi

* lepiej rozumieć sytuacje społeczne w których się znajduje i w związku z tym reaguje bardziej adekwatnie;
* Staje się odporniejsze na stres i frustrację, bo zaczyna lepiej rozumieć siebie i innych oraz efektywniej to okazywać;
* napotyka w życiu coraz mniej stresujących i frustrujących sytuacji, ponieważ podejmuje coraz lepsze decyzje społeczne;
* już nie jest całkiem samotny – na zajęciach spotyka rówieśników, którzy go rozumieją i chcą się z nimi bawić;
* system rodzinny lepiej funkcjonuje ponieważ rodzice nabywają nowe umiejętności wychowawcze.

Zajęcia mają na celu wzmocnić mechanizmy adaptacyjne chłopca. Wyuczone dzięki programowi wzorce rozumowania i zachowań będą ułatwiać dziecku z zespołem Aspergera życie w społeczności.

**Ewaluacja:**

Ewaluacja programu odbywać się będzie systematycznie na podstawie:

- obserwacji dziecka w trakcie terapii,

- oceny jego postępów,

- samooceny uczennicy (ankieta dla ucznia),

- diagnozy specjalistycznej poradnianej.

**ANKIETA DLA UCZNIA**

Jak pracuję na zajęciach?

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Imię i nazwisko | Nigdy | Czasem | Często | Zawsze |
| Wykonuję polecenia nauczyciela |  |  |  |  |
| Staram się słuchać z uwagą |  |  |  |  |
| Jestem aktywny |  |  |  |  |
| Jeżeli nie rozumiem, proszę o wyjaśnienie |  |  |  |  |
| Piszę starannie |  |  |  |  |
| Korzystam ze słownika ortograficznego |  |  |  |  |
| Czytam uważnie polecenia |  |  |  |  |
| Czytam uważnie teksty |  |  |  |  |
| Rozumiem czytany tekst |  |  |  |  |

Dużą trudność sprawia mi……………………………………………...

………………………………………………………………………….

………………………………………………………………………….

Najbardziej lubię na zajęciach………………………………………….

………………………………………………………………………….

………………………………………………………………………….