

# **Program**

**„Proaktywny i reaktywny - strategie radzenia  
sobie z trudnymi zachowaniami uczniów”**

**- zajęcia oparte na oddziaływaniach  
socjoterapeutycznych**

## Spis treści:

Wprowadzenie .....	3
Założenia teoretyczne programu .....	4
Cele edukacyjne .....	5
Treści podstawy programowej.....	6
Treści nauczania – wymagania szczegółowe .....	6
Procedury osiągnięcia celów .....	9
Metody, formy, środki pracy .....	10
Przykłady tematyki zajęć .....	11
Ewaluacja programu.....	13

# Wprowadzenie

Program opracowany został z powodu występujących licznych trudnych zachowań wychowanków, utrudniających pracę zespołową w świetlicy szkolnej Specjalnego Ośrodka Szkolno - Wychowawczego w Mławie.

Celem pracy z uczniami jest:

1. Pomoc uczniom, którzy poprzez swoje trudne zachowania chcą zakomunikować osobom dorosłym swoje potrzeby, pragnienia, lęki, obawy, radości oraz smutki.
2. Udzielenie wsparcia dla rodziców i innych osób otaczających uczniów przejawiających zachowania trudne.

Zachowanie trudne jest zachowaniem o takim natężeniu, częstotliwości lub czasie trwania, że fizyczne bezpieczeństwo tej osoby lub innych osób jest poważnie zagrożone.

Takie zachowania stanowią dla mnie jako nauczyciela świetlicy duże zagrożenie.

Należy przyjąć że każde zachowanie, które określamy mianem trudnego (niepożądanego, nietypowego) ma swoją przyczynę i spełnia określone cele.

Do najczęściej występujących powodów należą:

- ✓ fizyczny ból - dyskomfort, czyli ból fizyczny, mdłości, zaparcia, ból ucha, zębów, głowy, u dziewczynek napięcie przedmiesiączkowe itd.  
W takiej sytuacji należy zwrócić uwagę na zachowania odbiegające od zwyczajnej postawy.
- ✓ niepokój, cierpienie psychiczne - stany takie mogą być spowodowane lękiem, strachem, paniką, reakcją na nadmiar różnorodnych bodźców, zmianą, nowym otoczeniem, ludźmi, niezrozumieniem sytuacji, która ma miejsce.
- ✓ nieumiejętność zakomunikowania specyficznych potrzeb - trudne zachowanie bywa często reakcją na brak umiejętności zakomunikowania swoich potrzeb (werbalnych i niewerbalnych).
- ✓ reakcja na stawiane wymagania - uczniowie nie zawsze rozumieją stawiane im zadania, o co są proszeni lub nie znają powodu dlaczego ktoś stawia im te wymagania.

Trudne zachowania mają na celu **zdobycie uwagi, uniknięcie czegoś, zdobycie czegoś, samoregulację, zabawę**. Pierwsze trzy cele związane są z kontaktem i z komunikacją z drugą osobą.

Opracowany program jest przeznaczony do realizacji w świetlicy szkolnej Specjalnego Ośrodka Szkolno - Wychowawczego dla uczniów z niepełnosprawnością intelektualną w stopniu umiarkowanym.

Realizacja programu jest przewidziana w drugim semestrze roku szkolnego 2020/2021.

Zajęcia realizowane będą w zakresie dwóch godzin tygodniowo.

## **Założenia teoretyczne programu**

Tematyka zajęć została dostosowana do możliwości uczniów. Zajęcia te staną się niezwykle ważne, ponieważ pomogą osiągnąć i utrwalić u uczniów zdrowe kontakty z innymi osobami, uczniowie będą mieli możliwość rozwinąć się społecznie, emocjonalnie i intelektualnie.

Poprzez samodzielną pracę nad emocjami uczniowie wejdą w zdrowe relacje z dorosłymi oraz rówieśnikami. Dzieci będą potrafiły zorganizować sobie zabawę opisując co je uszczęśliwia a co przeraża, co lubią, czego nie lubią, co sprawiło przyjemność a co trudność.

Dlatego program umożliwi wgląd w swoje stany emocjonalne, zmotywuje do zmian tych złych a utrwali poprawne i zdrowe nawyki potrzebne do codziennego funkcjonowania. Emocje i określenie ich pomaga rozwojowi każdego człowieka. Efektem jest radosny dialog, który rozwija się w przyjaznej atmosferze.

## **Cele edukacyjne**

### Cel główny:

- praca nad korektą sądów moralnych dotyczących relacji z dorosłymi oraz nad komunikacją z ludźmi oraz budowanie poczucia własnej wartości i zmianę widzenia własnego obrazu w otaczającym świecie.

### Cele szczegółowe:

- rozwijanie umiejętności porozumiewania się z innymi, adekwatna ocena swoich mocnych i słabych stron, akceptacja własnej osoby;
- poznawanie i uświadamianie sobie komunikatów pozawerbalnych, poznawanie siebie w roli nadawcy i odbiorcy, zdobycie umiejętności porozumiewania się, dostarczanie wiedzy na temat skutecznej i nie skutecznej komunikacji, poznanie punktu widzenia dorosłego.

## **Treści podstawy programowej**

Osią wszystkich działań edukacyjnych jest wpieranie rozwoju funkcjonowania osobistego i społecznego ucznia. Temu celowi służą wszelkie, ściśle ze sobą powiązane rodzaje zajęć.

Funkcjonowanie osobiste i społeczne:

1. Odkrywanie i uświadamianie sobie możliwości porozumiewania się, zwłaszcza okrywania skuteczności własnych zachowań komunikacyjnych, czyli tego jak inni odbierają sygnały i reagują na sygnały.
2. Bycie nadawcą i odbiorcą komunikatów językowych i niejęzykowych.
3. Uważne wsłuchanie się w wypowiedzi innych osób i patrzeć na rozmówcę.
4. Nawiązanie kontaktu i rozpoczęcie dialogu.
5. Słuchanie i czekanie na aktywne włączenie się do rozmowy.
6. Wyrażanie i przekazywanie potrzeb, emocji, opinii, myśli i woli.
7. Prośenie o pomoc.
8. Okazywanie wdzięczności.
9. Używanie zwrotów grzecznościowych.
10. Zadawanie pytań, formułowanie adekwatnych odpowiedzi.
11. Przekazywanie informacji o faktach i racjonowanie zdarzeń.
12. Autoprezentacja (kim jestem, ile mam lat, jak wyglądam, co lubię, itp.).
13. Przedstawianie siebie i przedstawianie innych.
14. Dostosowanie tematu rozmowy do zainteresowań swoich i partnerów.
15. Rozmawianie na różne tematy.
16. Uczenie się podstawowych zasad kultury, komunikowania się (mówienia komplementów, zapraszania, zachęcania do kontaktu, przepraszania, przekonywania itp.).

## **Treści nauczania - wymagania szczegółowe**

Zakres treści nauczania i wychowania w kształceniu uczniów z niepełnosprawnością intelektualną w stopniu umiarkowanym lub znacznym jest dostosowanie do indywidualnych potrzeb edukacyjnych i możliwości psychofizycznych ucznia. Przy realizacji treści nauczania i wychowania należy wykorzystać możliwości jakie stwarza baza materialno - dydaktyczna szkoły oraz środowisko społeczno - kulturowe, w którym uczeń żyje i uczy się. Głównym kryterium doboru treści nauczania powinny być potrzeby i możliwości psychofizyczne ucznia oraz wzmacnianie jego aktywności. Ważna też jest przydatność praktyczna. Konieczne jest także wyposażenie ucznia w takie umiejętności aby był jak najlepiej przygotowany do realizacji zadań życia codziennego oraz podejmowania samodzielnie różnych ról społecznych w swoim środowisku. Treści nauczania i wychowania podlegają poszerzeniu, powtarzaniu i utrwalaniu w miarę zdobywania przez uczniów wiadomości umiejętności i sprawności.

Taki podział treści został pomyślany jako otwarty zestaw ról i sytuacji społecznych, w której może znaleźć się uczeń. Treści nauczania mogą wykraczać poza wymienione obszary, w zależności od potrzeb uczniów. Nauczyciel ma prawo do wyboru, w tym zawężania lub poszerzania treści nauczania korzystnych dla rozwoju ucznia, ze szczególnym uwzględnieniem jego autonomii i godności.

#### I. Ja:

1. Budowanie własnej tożsamości;
2. Kształtowanie świadomości własnego „ja” i budowanie własnej tożsamości;
3. Kształtowanie świadomości własnego ciała i orientacja w jego schemacie;
4. Kształtowanie orientacji w przestrzeni;
5. Kształtowanie identyfikacji z płcią;
6. Uczenie się rozumienia zmian ciała w cyklu życia;
7. Uczenie się i identyfikacja własnych danych osobowych (adres zamieszkania, adres placówki);
8. Kształtowanie świadomości własnej niepełnosprawności i ograniczeń, które mogą z niej wynikać;
9. Uczenie się określania własnych mocnych stron i trudności;
10. Poznawanie dokumentów osobistych i rozumienie do czego są one przydatne.

#### II. Ja - otoczenie:

1. Określanie swojego miejsca w rodzinie (jestem dzieckiem, bratem, siostrą, jedynaczką, wnuczką itp.);
2. Nazywanie członków swojej rodziny i rozumienie ich ról w rodzinie;
3. Udział w zajęciach w domu;
4. Podejmowanie obowiązków domowych;
5. Rozumienie i nazywanie relacji i więzi między członkami rodziny;
6. Przestrzeganie zasad panujących w rodzinie;
7. Poznanie pracy i zajęć członków rodziny;
8. Udział w świętach i tradycjach rodzinnych;
9. Przestrzeganie kultury życia codziennego;
10. Poznanie problemu choroby i śmierci bliskich osób, przeżywanie żałoby.

### III. Ja - uczeń:

Moja klasa:

1. Poznawanie swoich nauczycielek/nauczycieli, rozumienie roli jaką pełnią;
2. Poznawanie koleżanek i kolegów nawiązywanie relacji z nimi, koleżeństwa, przyjaźni;
3. Rozróżnianie swojego miejsca w klasie;
4. Przestrzeganie zasad panujących w klasie;
5. Poznawanie i przestrzeganie struktury dnia;
6. Przestrzeganie norm współżycia w grupie;
7. Uczenie się współuczestnictwa i współpracy podczas zabawy i zajęć;

### IV. Ja - w rozmowie:

1. Przystawianie języka i doskonalenie rozwoju mowy;
2. Uczenie się porozumiewania się w formie dialogu; poznawanie zasad prowadzenia rozmowy;
3. Wdrażanie do komunikowania się z zastosowaniem wspomagających i alternatywnych metod komunikacji - AAC: gesty, mimika, zdjęcia, obrazy, znaki przestrzenno-dotykowe, symbole, pismo, urządzenia i oprogramowanie wspomagające komunikację (dla uczniów niekomunikujących się werbalnie lub ze znacznymi ograniczeniami w tym zakresie);
4. Udział w wydarzeniach klasowych i szkolnych, także z zastosowaniem urządzeń głosowych - prostych komunikatorów, urządzeń wysokiej technologii;
5. Uczenie się i doskonalenie wyrażania własnego zdania;
6. Wdrażanie do stosowania form grzecznościowych i komplementów w życiu codziennym;
7. Uczenie się budowania komunikatów wieloelementowych;
8. Uczenie się przekazywania informacji, dawania komuś instrukcji;
9. Uczenie się wyjaśniania swojego zachowania i mówienia o planach;
10. Uczenie się zdobywania informacji, zadawania pytań;
11. Uczenie się pracy z tekstem, w tym branie udziału w „czytaniu uczestniczącym”, komponowanie własnych tekstów, w tym relacji, ogłoszeń, listów i podań.



## **Procedury osiągnięcia celów**

Procedura programu powinna przyczynić się do:

- poznania różnych technik radzenia sobie ze swoimi emocjami;
- poznania podstawowych reguł oraz zasad panujących w relacjach w komunikacji z dorosłymi i rówieśnikami;
- doskonalenia umiejętności komunikacji;
- wzmacniania pozytywnych i zdrowych nawyków społecznych;
- wszechstronnego rozwoju;
- aktywizacji uczniów;
- rozwijania umiejętności współpracy w grupie.

Cele i zadania będą możliwe do osiągnięcia poprzez realizowanie działań zgodnych z możliwościami, zainteresowaniami, propozycjami uczniów.

Systematyczne prowadzenie zajęć oraz odpowiedni dobór metod i form pozwoli na realizację założonych celów.

# **Metody, formy, środki pracy**

## **Metody pracy:**

- pokaz i obserwacja;
- słowna;
- praktycznego działania;
- pozytywnych wzmocnień.

## **Formy pracy:**

- indywidualna;
- grupowa.

## **Środki dydaktyczne:**

- albumy;
- książki terapeutyczne;
- filmy o tematyce związanej z różnymi sytuacjami życiowymi.

## Przykłady tematyki zajęć

Luty	
1.	Upodobania i dążenia dziecka - malowanie farbami, wycinanie nożyczkami i klejenie elementów, zabawy dotykowe, masaże różnych części ciała, przytulanie.
2.	Ja i moje lęki - czego najbardziej się boję.
3.	Kontakty międzyludzkie - najważniejsze osoby w życiu dziecka.
4.	Ja i dorośli - co słyszę, gdy do mnie mówią. Wykonywanie poleceń.
5.	Mój najlepszy przyjaciel - opis osoby, którą uczeń akceptuje i toleruje.
6.	Mój wymarzony dzień - co uczniowi sprawia największą przyjemność.
7.	Niejedno oblicze mojej twarzy - zabawa mimiczna, wyrażanie gestem różnych emocji.
8.	Uśmiech jako wyraz zadowolenia - wyraz mimiczny.
Marzec	
1.	Ja i moje trudności - polecenia sprawiające trudność dziecku, czego nie rozumiem.
2.	Osoby, których się boję - opis osoby i co powoduje u dziecka strach podczas kontaktu z opisywaną osobą.
3.	Aktywność samorzutna - obserwacja ucznia co robi z własnej woli, do czego się zbliża, co bierze do rąk.
4.	Czego uczeń nie może lub nie chce robić.
5.	Co mnie złości - co powoduje protest u dziecka.
6.	Sposoby wyrażania emocji i przeżyć - łyzy, szloch, tulenie się - co wyrażają takie emocje.
7.	Wyładowania ruchowe - jak sobie z nimi radzić.
8.	Dlaczego głośno się śmiejemy, krzyczymy i gestykulujemy.
Kwiecień	
1.	Ja i moja złość - rysunek.
2.	Słuchanie przygotowanej bajki terapeutycznej.
3.	Muzyka jako jeden ze sposobów wyciszania się.
4.	Teatrzyk uczuć - odegranie inscenizacji przygotowanej przez nauczyciela.
5.	Zabawa „Zamiana ról” - wcielanie się w emocje drugiej osoby.
6.	Skuteczne sposoby dążenia do zgody - burza mózgów.
7.	Projekcja „Twórczość i zabawa” – rysunek terapeutyczny.
8.	Zabawy z treścią - personalizacja lalek.
Maj	
1.	Taniec jako jedna z form wyrażania pozytywnych emocji.
2.	Talent show - wyśpiewać marzenia.
3.	Za co jestem lubiany - mocne strony ucznia.
4.	Nawlekanie koralików jako sposób na koncentrację.
5.	Emocje oczami uczniów.
6.	Aktywność fizyczna jako sposób na rozładowanie stresu.
7.	Wykonanie szczęśliwego ludzika z balonów.
8.	Wykonanie swojego emocjonalnego portretu.

## **Ewaluacja programu**

Ewaluacja ma na celu gromadzenie oraz analizowanie danych w celu oceny skuteczności podjętych działań edukacyjnych. Umożliwia ocenę pracy pod względem atrakcyjności, poznania osiągnięć oraz umiejętności ucznia. Monitorowanie efektów pozwoli na podniesienie efektów pracy.

Ewaluacji podlegać będą:

- umiejętności wychowanków;
- skuteczność wprowadzonych metod;
- rozmowy z wychowankami na temat zajęć;
- ankiety dla wychowanków;
- prace dzieci;
- zdjęcia;
- ocena opisowa programu z wnioskami do dalszej pracy.

Termin ewaluacji – koniec roku szkolnego 2020/2021 w formie sprawozdania dla Rady Pedagogicznej.

## **Bibliografia**

1. Alternatywne i wspomagające metody komunikacji, red. J. J. Błaszczński, Kraków 2008
2. Skala oceny zachowań autystycznych, Gdańsk 2011
3. Dziecko z autyzmem. Wyzwalanie potencjału rozwojowego, red. H. Olechnowicz, R. Wiktorowicz, Warszawa 2012
4. Sposób na trudne dziecko. Przyjazna terapia behawioralna, J. Kossewska Sopot 2011
5. Terapia behawioralna dzieci z autyzmem. Teoria, badania i praktyka stosowanej analizy zachowań, Sopot 2012
6. Program nauki komunikacji dla dzieci ze specjalnymi potrzebami edukacyjnymi, Kraków 2005
7. Wybrane formy terapii i rehabilitacji osób z autyzmem, red. E. Pisula, D. Danielewicz
8. Śmiech, zabawa i nauka dzieci o profilu autystycznym, przeł. R. van de Loght, Łódź-Warszawa 2006
9. Dotyk i komunikacja, przeł. M. Piszczek, Warszawa 2009
10. Dziwne i nie pojęte. Autystyczne dziecko, przeł. M. Głowczak, Warszawa 1995