

Drodzy Nauczyciele

2 kwietnia 2020 to Światowy Dzień Świadomości Autyzmu



Zachęcam do odwiedzenia stron:

Strona Fundacji JiM www.polskananiebiesko.pl

Strona ORE www.ore.edu.pl/2019/04/swiatowy-dzień-swiadomosci-autyzmu

Strategie rozwijania umiejętności społecznych

Większość dzieci z zespołem Aspergera chce być częścią społeczności klasowej i szkolnej, dlatego podejmuje – mniej lub bardziej udane – próby kontaktów z rówieśnikami. Co stanowi w tych kontaktach największą barierę? Rozumienie i elastyczne stosowanie tzw. niepisanych zasad życia społecznego. Część z nich jest intuicyjna, części uczymy się przez obserwację i naśladowanie – większość uczniów po prostu wie, że w czasie rozmowy trzeba nie tylko odpowiadać na pytania, ale też je zadawać, albo że, przebijając się na lekcję WF, nie zdejmujemy się bielizny. Dziecko z ZA może tego nie wiedzieć. Może też znać pewne zasady, ale stosować je w sposób zbyt dosłowny, schematyczny – np.: jeśli w klasie panuje zasada, że na lekcji nie jemy – uczeń może mieć opory przed próbowaniem produktów na zajęciach kulinarnych; jeśli ustaliliśmy, że każdy siedzi na swoim krześle – dziecko może denerwować się, kiedy w czasie przerwy kolega pod jego nieobecność usiądzie na jego miejscu. Niedostrzeganie i brak zrozumienia niepisanych zasad powoduje, że zachowania dziecka z ZA często są nieadekwatne, wydają się być dziwaczne lub wręcz prowokacyjne. Tymczasem kryje się za nimi nieumiejętność elastycznego dostosowania się do oczekiwań otoczenia, a często też brak wiedzy na temat tego, jak w danej sytuacji można byłoby się zachować. Ważne: Uczeń z zespołem Aspergera powinien nabywać nie tylko wiedzę o regułach życia społecznego, ale też umiejętność ich zastosowania. To, że dziecko wie, jak się poprawnie zachować, nie oznacza, że faktycznie zrobi to, kiedy będzie trzeba. Kluczem do sukcesu jest praktyka – codzienne, regularne ćwiczenie umiejętności.

Jak wspierać umiejętności społeczne dziecka z ZA? – 10 ważnych zasad:

1. Pamiętaj, że szkoła dostosowuje się do potrzeb ucznia, ale uczeń również dostosowuje się do realiów życia w placówce – nie zwalniaj dziecka z ćwiczenia umiejętności społecznych tylko dlatego, że ma zespół Aspergera! Nie tłumacz go przed innymi uczniami: „On tego nie rozumie”, „Ona tak ma i dajcie jej spokój” – to budzi w rówieśnikach poczucie niesprawiedliwości, a z dziecka z ZA zdejmujemy odpowiedzialność za własne zachowania.

2. Pracuj nad umiejętnościami społecznymi z całą klasą – buduj atmosferę akceptacji, zrozumienia i wzajemnego wsparcia (patrz: rozdział „A co z rówieśnikami?”). Pokazuj uczniom, że każdy z nich ma zarówno mocne strony, jak i słabsze, nad którymi może pracować. Nie ośmieszaj i nie poniżaj dziecka z ZA ! Uczeń z zespołem Aspergera w szkole ogólnodostępnej | 41 publicznymi uwagami na temat jego społecznych deficytów („Tylko Ty potrafisz zadawać takie dziwne pytania...”, „U Ciebie w domu też tak sobie krzyczycie do ucha?”).

3. To co większości z nas wydaje się intuicyjne i zrozumiałe samo przez się, dla dziecka z zespołem Aspergera takie być nie musi. Dlatego analizuj umiejętności społeczne, rozbijaj je na kroki/etapy: co to znaczy: „być grzecznym”, „słuchać uważnie”, „zachowywać się kulturalnie”? Co masz na myśli, mówiąc: „poproś ładnie”, „poczekaj spokojnie”, „idź normalnie” – co dziecko dokładnie powinno zrobić? Wydając polecenie, ustalając nową zasadę, upewnij się, że precyzyjnie określiłeś, jakie konkretne zachowanie jest pożądane.

4. Każda osoba z otoczenia (dorosły i rówieśnik) może stanowić dla ucznia z ZA model właściwego zachowania – dbaj o to, by dzieci w klasie przestrzegały ustalonych zasad i sam się do nich stosuj (więcej o tworzeniu i egzekwowaniu zasad: w rozdziale „A co z rówieśnikami?”). 5. Traktuj ucznia jako pełnoprawnego członka społeczności szkolnej – umożliwiał mu udział we wszystkich ważnych wydarzeniach (wycieczki, konkursy, festyny itd.). Umożliwiał – nie wymagal. Staraj się udzielić minimalnego koniecznego wsparcia, by dziecko było w stanie uczestniczyć w pozalekcyjnym życiu szkoły. Nie uzależniaj udziału ucznia w wycieczkach, imprezach od stałej obecności jego rodzica/opiekuna – to niesprawiedliwe i stygmatyzujące.

6. Pamiętaj, że dziecko z ZA wobec konieczności podjęcia kontaktów społecznych może przeżywać silny stres – dostosowuj wymagania do umiejętności, pomagaj dziecku obniżyć napięcie. Nie zniechęcaj się porażkami – im więcej razy spróbujecie z dzieckiem stawić czoła danej sytuacji społecznej, tym większa będzie szansa na sukces!

7. Nie nalegaj na kontakt wzrokowy! Dla dzieci z ZA patrzenie w oczy bywa męczące, czasem wręcz nieprzyjemne – wystarczy, że uczeń jest skierowany twarzą i ciałem w stronę osoby, z którą rozmawia. Chodzi o to, aby uczeń umiał wykorzystać informacje przekazywane za pomocą mimiki, a nie tylko „patrzył w oczy”.

8. Ważnym zasobem w pracy nad umiejętnościami społecznymi są zainteresowania, talenty, mocne strony dziecka. Szukaj ich i twórz okazje do ich rozwijania i prezentowania na forum klasy/szkoły. Twój uczeń z ZA interesuje się astronomią? Niech pomoże zorganizować wycieczkę do planetarium. Uczennica jest mistrzynią origami? Poświęćcie jedno zajęcia plastyczne na naukę składania papieru. Dziecko zna na pamięć wszystkie modele pociągów od 1900 roku? Może Muzeum Kolejnictwa organizuje właśnie konkurs dla uczniów?

9. Pamiętaj, że umiejętności zdobyte na zajęciach indywidualnych trzeba w zaplanowany i systematyczny sposób przenosić na warunki grupowe. Warto uzgodnić ze specjalistami (psychologiem, pedagogiem) strategię rozwijania danej umiejętności w codziennych kontaktach z rówieśnikami i tworzyć ku temu różnorodne okazje (np. zajęcia ze specjalistą w parach, praca grupowa na lekcji w trójkach, gry na lekcjach WF w 5-osobowych zespołach itp.). Ostatecznym celem treningu społecznego jest niezależne, elastyczne radzenie sobie w dynamicznych interakcjach – nie da się tego nauczyć w gabinecie psychologa nad kartą pracy.

10. Bądź świadomy, że czas niezorganizowany (przerwa, swobodna zabawa, pobyt na świetlicy) – to dla dziecka z ZA bardzo trudny moment. Wykorzystaj techniki 42 by ułatwić dziecku samodzielne organizowanie sobie czasu wolnego.

Rozwijanie umiejętności społecznych – o czym jeszcze warto pamiętać? Wyznaczanie priorytetów Nie ma dwojga takich samych uczniów z ZA – z każdym z nich będziemy pracować nad

innymi umiejętnościami społecznymi. Warto wiedzieć jednak o sferach, które u większości dzieci wymagają szczególnej uwagi i wsparcia. Są to:

- umiejętność czekania na swoją kolej;
- naprzemiennosc/zamiana ról (np. w czasie zabaw w kole, gier planszowych);
- przechodzenie od jednej aktywności do kolejnej (np. zakończenie przerwy i przejście na lekcję bądź rozpoczęcie następnego zadania w czasie pracy z książką);
- inicjowanie/rozpoczynanie interakcji z drugą osobą (np. prośenie o pomoc, dołączanie do trwającej zabawy);
- monitorowanie własnej pracy, doprowadzanie zadania do końca;
- naprzemienna rozmowa, zmiana tematu w rozmowie;
- elastyczne stosowanie reguł (np. głośne śpiewanie „Sto lat”, gdy ktoś ma urodziny, mimo iż w klasie obowiązuje zasada, że w trakcie lekcji zachowujemy się cicho);
- utrzymywanie adekwatnego dystansu społecznego (np. kolegę możemy klepnąć w ramię – nauczyciela nie; mamie siadamy na kolanach – koleżance nie itd.);
- reagowanie na odmowę, krytykę, porażkę (np. przegraną w grze, gorszą ocenę);
- samokontrola, rozpoznawanie swoich stanów i uczuć oraz ich akceptowalne wyrażanie.

Podsumowanie:

1. Umiejętności edukacyjne to nie wszystko! Uczeń z ZA, aby harmonijnie się rozwijać, wymaga również aktywnej pracy nad kompetencjami społecznymi i komunikacyjnymi.

2. Unikanie kontaktów społecznych, preferowanie samotnego spędzania czasu nie oznacza, że uczeń „nie chce”, „nie potrzebuje” relacji z innymi osobami. Oznacza to, że interakcje są dla niego trudne i by móc je nawiązać, potrzebuje wsparcia.

3. Pamiętaj, że skuteczne komunikowanie się to nie tylko rozumienie i wykonywanie poleceń, ale także zgłaszanie swoich potrzeb, formułowanie myśli, opinii, prowadzenie naprzemiennego dialogu – korzystanie z umiejętności językowych do budowania i regulowania kontaktów społecznych.

4. Umiejętności komunikacyjne ucznia możesz wspierać poprzez: stosowanie konkretnych, zwięzłych, jednoznacznych komunikatów; kierowanie się bezpośrednio do ucznia i dawanie czasu na przetworzenie komunikatu; korzystanie z pomocy wizualnych; tworzenie licznych okazji do rozmów z innymi – praktyka czyni mistrza!

5. Nie zakładaj, że uczeń z ZA „powinien wiedzieć”, jak w danej sytuacji się zachować. Ucz zasad współżycia społecznego: czytelnie je wyjaśniaj i pozwól dziecku ćwiczyć! Znajomość reguł, wiedza „co należy zrobić” nie oznacza automatycznie, że dziecko będzie umiało zachowywać się adekwatnie.

6. Umiejętności społeczne ucznia możesz wspierać poprzez: modelowanie adekwatnych zachowań; precyzyjnie wyjaśnianie zasad i reguł życia społecznego – wskazywanie, jakie konkretnie zachowania są pożądane; umożliwianie uczniowi ćwiczenia umiejętności w praktyce – zaczynając od kameralnych, bezpiecznych warunków i intensywnego wsparcia, stopniowo włączając dziecko w większą grupę i wycofując pomoc; rozwijanie talentów, zainteresowań, mocnych stron dziecka i pokazywanie ich innym.

7. Bądź cierpliwy! Nauka harmonijnego funkcjonowania w społeczeństwie to praca na całe życie. Nie tylko dla Twojego ucznia z ZA – dla nas wszystkich...

Materiał opracowany na podstawie publikacji „Uczeń z zespołem Aspergera w szkole ogólnodostępnej”, która jest rozpowszechniana na zasadach wolnej licencji Creative Commons – Użycie Niekommercyjne 3.0 Polska (CC-BY-NC) na stronie www.ore.edu.pl



Aneta Piskorska-psycholog