

Mysle pozytywne



Temat

Wspomaganie rozwoju psychospołecznego dzieci nieśmiałych

—

Realizujący:

Uniwersytet Kazimierza Wielkiego w Bydgoszczy
Zakład Pedagogiki Opiekuńczej z Profilaktyką Społeczną
ul. Chodkiewicza 30
85-064 Bydgoszcz
Tel. (52) 32 16 166

Cel ogólny programu



Przewycięzanie nieśmiałości to cel programu. Realizowany jest poprzez tworzenie uczestnikom zajęć warunków do podejmowania aktywności społecznej, rozwijania kompetencji społecznych, kształtowania wyższej i bardziej adekwatnej samooceny oraz optymistycznego stylu wyjaśniania przyczyn zdarzeń.

Program adresowany jest do dzieci nieśmiałych w wieku 10-11 lat.

Cele szczegółowe

Metody pracy



Metody stosowane w programie to m. in.: krąg uczuć, rysunki, historyjki obrazkowe, scenki, burze mózgów, dyskusje, opowiadania, bajki.

Program „Wspomaganie rozwoju psychospołecznego dzieci nieśmiałych” może być realizowany w szkołach, ośrodkach dla młodzieży i warsztatach socjoterapeutycznych przez nauczycieli, wychowawców, pedagogów, trenerów, socjoterapeutów, którzy posiadają wiedzę na temat nieśmiałości oraz znają źródła tego zjawiska, a także specyfikę funkcjonowania dzieci nieśmiałych. Ważne jest, aby osoba prowadząca zajęcia potrafiła stworzyć warunki sprzyjające rozwojowi uczestników działania oraz wyraźnie wskazywała na ich źródła problemów. Istotnym jest taki dobór prowadzących, którzy są pozytywnie nastawieni do innych, potrafią z łatwością komunikować się z młodzieżą. Prowadzenie zajęć w ramach projektu nie wymaga dodatkowego szkolenia kadry.

Aby zapewnić komfort realizacji zajęć potrzebna jest przestronna sala, lekkie krzesła, którymi można dowolnie manewrować układając je w okręgu lub w rzędach. Zalecane są również materiały dodatkowe, umożliwiające atrakcyjne prowadzenie zajęć między innymi: białe i kolorowe kartki, kolorowe kredki, pisaki, długopisy, farbki, duże arkusze papieru.

Założenia



Założenia programu oparto na licznej literaturze z którą można zapoznać się na stronie <http://programyrekomentowane.pl/strony/artykuly/dzieci-niesmiale,15#zalozenia>

Trudności jakie napotyka osoby nieśmiałe dotyczą takich obszarów wspomagających odporność psychiczną jak:

- myślenie o sobie (obszar „ja jestem”) –akcentuje związek nieśmiałości z niską samooceną oraz innymi psychologicznymi problemami, tj. z poczuciem samotności, niezadowolaniem z życia i depresją, pesymistycznym myśleniem o przyczynach własnych sukcesów i porażek,
- możliwości uzyskania wsparcia od innych osób (obszar: „ja mam”) – dzieci nieśmiałe są sposzregane przez dorosłych jako niekompetentne społecznie, są częściej odrzucane przez rówieśników, ponadto ich rodzice, w porównaniu z rodzicami dzieci śmiałych, są bardziej surowi i skłonni do gniewu, unikają rozmów oraz kontaktów z własnymi dziećmi, są nadmiernie surowi przy stawianiu wymagań bądź nadmiernie ochraniają dzieci, wyręczają je i nie stawiają wymagań,
- umiejętności (obszar „ja mogę”) – z badań wynika, że osoby nieśmiałe mają niskie kompetencje społeczne.

Opis programu



W ramach programu dzieci spotykają się 15 razy na dwugodzinnym warsztacie. Zajęcia odbywają się raz w tygodniu. Zajęcia prowadzone są metodami aktywnymi których celem jest umożliwić uczestnikom aktywne doświadczanie i przeżywanie tego, co jest ich treścią.

Uczestnicy poprzez udział w zajęciach zwiększą swój poziom aktywności społecznej i kompetencji społecznych, samooceny oraz optymizmu. Ważnym elementem zajęć jest możliwość wielu okazji do podejmowania aktywności w parach, małych grupkach, na forum grupy. Spotkanie sprzyja stworzeniu dzieciom okazji do wypowiedzania się lub podejmowania różnych aktywności na forum

grupy. W trakcie zajęć uczestnicy są zachęcane do współdziałania z innymi. Wzrostowi aktywności społecznej może sprzyjać tworzenie okazji do kształtowania przekonania o możliwości osobistego wpływu na bieg zdarzeń. Prowadzący pyta dzieci o ich oczekiwania wobec zajęć, informuje, które uda się spełnić. To również dzieci zgłaszają propozycje zasad, zakończenia scenek i te uwagi są brane które są brane pod uwagę. Rozwój kompetencji społecznych ma na celu stworzenie dzieciom warunków do zastanawiania się nad przyczynami ludzkich zachowań i uwzględniania różnych punktów widzenia.

Inne elementy ważne w realizacji programu (z punktu rozwoju celu programu dla ich uczestników) to:

- analiza różnych sytuacji, zachowaniami i zastanowienie się nad przyczynami, które mogły je spowodować,
- krótkie opowiadania pozwalają im dostrzec, że różne zachowania mogą mieć odmienne przyczyny,
- rozwijaniu kompetencji społecznych służy też tworzenie dzieciom warunków do dostrzegania mocnych stron innych osób,
- zastanowienie się nad tym, jakie cechy, zachowania, umiejętności podobają im się u koleżanek i u kolegów. Są również zachęcane do dzielenia się swoimi spostrzeżeniami.
- okazje do informowania innych o własnych myślach, uczuciach, oczekiwaniach. Sprzyjają temu „rundki” dotyczące samopoczucia, omawianie sytuacji, które im się przytrafiły oraz związanych z nimi myśli i uczuć (zadania domowe).
- przekazywanie dzieciom prawdziwe, pozytywne informacje zwrotne dotyczące m. in. rezultatów podejmowanych przez nie działań, które pomagają rozwijać świadomość mocnych stron,
- zastanowienie się nad własnymi mocnymi stronami, poszukiwania ich,
- poznawanie i rozumienia siebie które może również sprzyjać wyższej samoocenie,
- zachęcanie do myślenia o własnych cechach, o tym co je łączy z rówieśnikami, o przyczynach własnych sukcesów i porażek,
- szukanie optymistycznych wyjaśnień przeżywanymi trudnościami,
- kształtowania optymistycznego stylu wyjaśniania przyczyn zdarzeń,

Ewaluacja



Elementami ewaluacji były: monitorowanie, frekwencja, ocena satysfakcji uczestników z poszczególnych zajęć i z udziału w całym cyklu, przebieg poszczególnych zajęć i pojawiających się trudności oraz sposobów radzenia sobie z nimi.

Przeprowadzono ją w modelu eksperymentalnym, z grupą kontrolną i pomiarami badawczymi przed rozpoczęciem programu, bezpośrednio po zakończeniu programu oraz 6 miesięcy po jego ukończeniu. Badano 80 dzieci nieśmiałych z klas IV i V szkoły podstawowej. Wykorzystano takie narzędzia badawcze, jak:

- arkusz obserwacji,
- techniki socjometryczne,
- kwestionariusze ankiet.

Zajęcia oceniono pozytywnie pomimo że niektórym uczestnikom trudności sprawiały ćwiczenia mające na celu kształtowanie optymistycznego stylu wyjaśniania przyczyn zdarzeń. Największe problemy były związane z frekwencją, mniejszą gotowością do udziału w ćwiczeniach wymagających „pracy” oraz przejawianiem przez niektóre dzieci zachowań agresywnych.

Nauczyciele ocenili że u dzieci nieśmiałych zaszły istotne, korzystne zmiany w zakresie poziomu nieśmiałości. Dzieci z grupy eksperymentalnej, po uczestnictwie w zajęciach, były istotnie rzadziej postrzegane przez nauczycieli jako nieśmiałe aniżeli dzieci z grupy kontrolnej. Zmiany istotne i korzystne zaszły również w zakresie aktywności społecznej. Uczestnicy zajęć byli bardziej aktywni niż dzieci, które nie uczestniczyły w zajęciach. Nie jednoznaczne zmiany zaszły również w zakresie poziomu samooceny i stylu wyjaśniania przyczyn zdarzeń.