

Przewodnik po modelu wsparcia wysoko wrażliwych dzieci w wieku przedszkolnym (3-6/7) i młodszym wieku szkolnym (6/7-10)

Projekt „E-MOTION - potential of hypersensitivity” 2018-1-PL01-KA201-051033

WPROWADZENIE

Czym jest model wsparcia dzieci wysoko wrażliwych?

Celem opracowanego modelu jest realizacja założenia:

wrażliwi uczniowie mają możliwość pełnego wykorzystania swojego potencjału, przejawiającego się w kreatywności, intuicji, bystrości, błyskotliwości, mądrości życiowej czy empatii i nie powinni być postrzegani jako deficytowi.

Część wysoko wrażliwych dzieci zostaje wykluczona ze względu na wstępne rozpoznanie zaburzeń i deficytów (rozpoznanych jako dzieci zaburzone, z deficytami uwagi), część znacznie zaspokajając potrzeby w sposób dysfunkcyjny.

Charakterystyka modelu

Niniejszy model opracowany został na podstawie systematycznego przeglądu literatury z obszarów:

- ✓ **wrażliwości przetwarzania sensorycznego,**
- ✓ **wrażliwość środowiskowa,**

Treści zostały uzupełnione o wiedzę z obszaru profilaktyki i psychologii różnic indywidualnych, a także psychologii rozwojowej.

U jego podstaw leży **podejście pozytywne** (całościowe, indywidualne w rozumieniu psychologii humanistycznej).

Wrażliwość Przetwarzania Sensorycznego (ang. *Sensitivity Processing Sensitivity (SPS)*) rozumie się tu jako cechę opisującą międzyludzkie różnice we wrażliwości na środowisko, zarówno pozytywne, jak i negatywne. Wysoka wrażliwość może stanowić zarówno czynnik ryzyka późniejszych trudności natury psychicznej jak i czynnik chroniący prawidłowy rozwój dziecka (Baryła-Matejczuk, 2019).

Kluczową rolę w rozwoju dzieci, szczególnie dzieci wysoko wrażliwych pełnią ich dorośli opiekunowie, najbliższe środowisko szkolne i domowe, które musi charakteryzować świadomość różnic indywidualnych dzieci, a także biologicznego podłoża cechy temperamentu jaką jest wrażliwość przetwarzania sensorycznego.

W związku z powyższym opracowano podejście wspierające dzieci wysoko wrażliwe do realizacji zadań rozwojowych. Założenia obrazuje poniższy schemat:

Rys. 1. Wsparcie wysoko wrażliwych dzieci, oprac. M. Baryła-Matejczuk



Dla kogo przewodnik po modelu?

Przewodnik został opracowany, aby ułatwić rodzicom i nauczycielom pracę z dzieckiem wysoko wrażliwym. Wypracowane rozwiązania w postaci materiałów i opracowań zostały zamieszczone na platformie internetowej. Przewodnik stanowi odpowiedź, w jaki sposób poruszać się po zasobach platformy.

Co zawiera przewodnik?

Znajdziecie w nim Państwo odpowiedź:

- *Jakie zasoby są dostępne dla Państwa na platformie w ramach modelu*
- *Gdzie się one znajdują*

- *W jaki sposób je stosować*
- *Jak uzyskać dodatkowe wsparcie*

Układ przewodnika

Zasoby dostępne w ramach modelu podzielone są na sześć odrębnych modułów tematycznych zgodnie z zaproponowanym modelem wsparcia:

IDENTYFIKACJA POTENCJAŁU DZIECKA

- 1) *Identyfikacja – sprawdź czy Twoje dziecko jest wysoko wrażliwe*

EDUKACJA I WSPARCIE RODZICÓW I WYCHOWAWCÓW

- 2) *Co wiemy o wysokiej wrażliwości*
- 3) *Podcasty*
- 4) *Materiały video*

FORUM WYMIANY DOŚWIADCZEŃ

- 5) *Forum*

ŚWIADOMA PRACA Z WYSOKO WRAŻLIWYMI DZIEĆMI

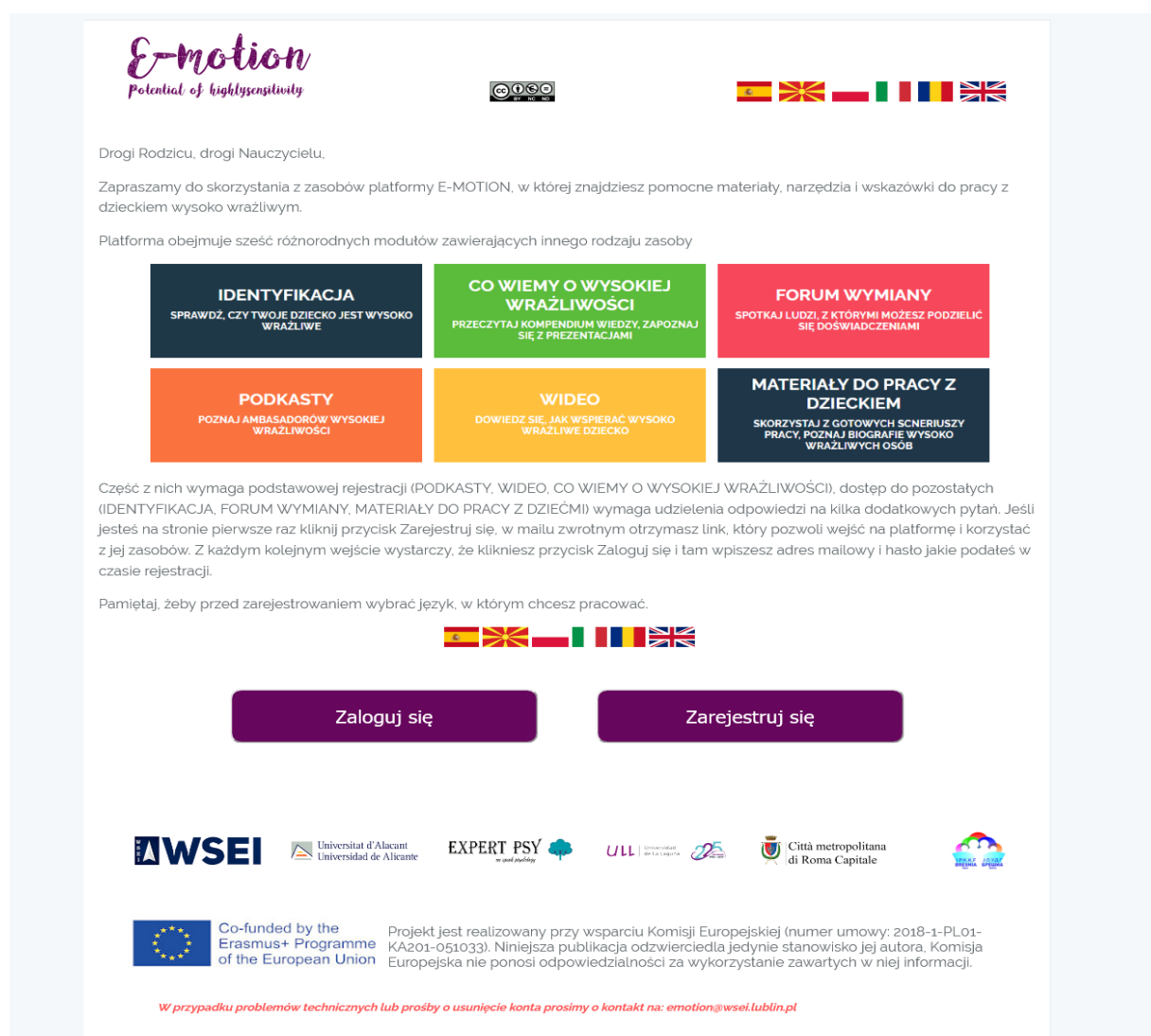
- 6) *Materiały do pracy z dzieckiem wysoko wrażliwym*

Przewodnik prezentuje kolejno każdy z modułów tematycznych według schematu:

- *Gdzie znajduje się blok tematyczny (adres internetowy)*
- *Co zawiera*
- *Jakie jest zastosowanie materiałów znajdujących się w danym bloku*
- *W jaki sposób można wykorzystać zawarte w nim materiały (kto może z nich korzystać, w jakiej formie)*

DOSTĘP DO ZASOBÓW - REJESTRACJA I LOGOWANIE

Korzystanie z zasobów jest możliwe po zarejestrowaniu się rodzica/nauczyciela i zalogowaniu. Indywidualne konto umożliwia dostęp do materiałów opracowanych dla dwu grup odbiorców – nauczycieli i rodziców.



E-motion
Potential of highly sensitivity

Drogi Rodzicu, drogi Nauczycielu,

Zapraszamy do skorzystania z zasobów platformy E-MOTION, w której znajdziesz pomocne materiały, narzędzia i wskazówki do pracy z dzieckiem wysoko wrażliwym.

Platforma obejmuje sześć różnorodnych modułów zawierających innego rodzaju zasoby

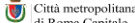
IDENTYFIKACJA SPRAWDŹ, CZY TWOJE DZIECKO JEST WYSOKO WRAZLIWE	CO WIEMY O WYSOKIEJ WRAZLIWOŚCI PRZECZYTAJ KOMPENDIUM WIEDZY, ZAPOZNAJ SIĘ Z PREZENTACJAMI	FORUM WYMIANY SPOTKAJ LUDZI, Z KTÓRYMI MOŻESZ PODZIELIĆ SIĘ DOŚWIADCZENIAMI
PODKASTY POZNAJ AMBASADORÓW WYSOKIEJ WRAZLIWOŚCI	WIDEO DOWIEDZ SIĘ, JAK WSPIERAĆ WYSOKO WRAZLIWE DZIECKO	MATERIAŁY DO PRACY Z DZIECKIEM SKORZYSTAJ Z GOTOWYCH SCENERIUSZY PRACY, POZNAJ BIOGRAFIE WYSOKO WRAZLIWYCH OSÓB

Część z nich wymaga podstawowej rejestracji (PODKASTY, WIDEO, CO WIEMY O WYSOKIEJ WRAZLIWOŚCI), dostęp do pozostałych (IDENTYFIKACJA, FORUM WYMIANY, MATERIAŁY DO PRACY Z DZIECKIEM) wymaga udzielenia odpowiedzi na kilka dodatkowych pytań. Jeśli jesteś na stronie pierwszy raz kliknij przycisk Zarejestruj się, w mailu zwrotnym otrzymasz link, który pozwoli wejść na platformę i korzystać z jej zasobów. Z każdym kolejnym wejściem wystarczy, że klikniesz przycisk Zaloguj się i tam wpiszesz adres mailowy i hasło jakie podałeś w czasie rejestracji.

Pamiętaj, żeby przed zarejestrowaniem wybrać język, w którym chcesz pracować.



[Zaloguj się](#) [Zarejestruj się](#)

WSEI  **EXPERT PSY**   

Co-funded by the Erasmus+ Programme of the European Union

Projekt jest realizowany przy wsparciu Komisji Europejskiej (numer umowy: 2018-1-PL01-KA201-051033). Niniejsza publikacja odzwierciedla jedynie stanowisko jej autora, Komisja Europejska nie ponosi odpowiedzialności za wykorzystanie zawartych w niej informacji.

W przypadku problemów technicznych lub prośby o usunięcie konta prosimy o kontakt na: emotion@wsei.lublin.pl

IDENTYFIKACJA POTENCJAŁU

Aby móc projektować oddziaływania, w pierwszej kolejności należy zidentyfikować, czy mamy do czynienia z wysoko wrażliwym dzieckiem. Wstępne rozpoznanie cech temperamentu często opiera się na analizie zachowań, które w przypadku dzieci wysoko wrażliwych mogą być mylone w obrazie klinicznym z zabudzeniami m.in. nadpobudliwością, zaburzeniami integracji sensorycznej. Zastosowanie rzetelnego, dostosowanego do potrzeb narzędzia oceny wysokiej wrażliwości (kwestionariusza zawierającego pytania dotyczące dziecka) powinno stanowić początek procesu wsparcia dzieci wysoko wrażliwych i ich rodzin i najbliższego środowiska. W związku z tym pierwszym działaniem zorientowanym na wsparcie wysoko wrażliwych dzieci jest przygotowanie narzędzie (kwestionariusza), z którego korzystać będą mogli zarówno **rodzice** jak i **nauczyciele** (Baryła-Matejczuk, 2019).

Gdzie znajduje się moduł tematyczny?

Zawarte w module materiały znajdują się pod adresem:

<https://www.highlysensitive.eu/hetool/index.php/advisor/identification>

Co zawiera moduł?

Tu znajdziecie Państwo narzędzie pozwalające na ocenę dziecka w aspekcie wysokiej wrażliwości - *Kwestionariusz Wrażliwość Przetwarzania Sensorycznego u Dzieci*. Narzędzie ma postać kwestionariusza, za pomocą którego rodzic/nauczyciel odpowiada na pytania dotyczące wybranych przejawów zachowań dziecka obserwowanych przez niego w pracy z dzieckiem. Narzędzie zostało opracowane w czterech wersjach uwzględniając wiek dziecka oraz odbiorców, czyli rodziców i nauczycieli:

- kwestionariusz dla rodziców dzieci w wieku przedszkolnym (3-6)
- kwestionariusz dla rodziców dzieci w młodszym wieku szkolnym (7-10)
- kwestionariusz dla nauczycieli dzieci wieku przedszkolnym (3-6)

- kwestionariusz dla nauczycieli dzieci młodszym wieku szkolnym (7-10)

Jakie jest zastosowanie kwestionariusza - w jakim celu należy przeprowadzić badanie?

Badanie służy nie tyle diagnozie trudności (jak czasem zakłada się używając określenia diagnoza) co przede wszystkim poznaniu mocnych stron i zasobów dziecka, jego uzdolnień, predyspozycji, po to, by dowiedzieć się, jak je rozwijać oraz jak wspomagać rozwój dziecka. Wstępna identyfikacja cechy pozwala dostosować warunki, w których rozwija się dziecko do jego indywidualnych potrzeb związanych z posiadaniem określonej cechy temperamentu.

Udzielenie odpowiedzi na pytania kwestionariusza pozwoli nauczycielowi/rodzicowi rozpoznać, czy dziecko jest dzieckiem wysoko wrażliwym i w jakim stopniu wysoka wrażliwość przejawia się w różnych sferach jego zachowania:

- fizycznej,
- emocjonalnej,
- interpersonalnej,
- poznawczej.

Sposób przeprowadzenia badania

Kwestionariusz przygotowany jest w wersji elektronicznej. Nauczyciel/rodzic udziela odpowiedzi zaznaczając je bezpośrednio w formularzu elektronicznym zawartym na platformie. Po zakończonym udzielaniu odpowiedzi rodzic/nauczyciel otrzymuje opis wyników wraz z krótką charakterystyką opisową. Nie musi dokonywać samodzielnie obliczania wyników.

Rzetelnie i trafnie przeprowadzona identyfikacja potencjału dziecka daje podstawę do projektowania pomocy – dalszej interwencji, koncentrując się wokół (Brzezińska, 2003; Hornowska, Brzezińska, Appelt, Kaliszewska-Czeremska, 2014):

- rozwijania,
- modyfikowania,

- wzmacniania mocnych stron,
- minimalizowania,
- ograniczania zasięgu wpływu,
- eliminowania słabych stron,
- wykorzystywania zasobów otoczenia,
- wykorzystywanie szans, jakie stwarza społeczny kontekst dla aktualnego funkcjonowania dziecka i dla przyszłego jego rozwoju,
- przeciwdziałania zagrożeniom,
- osłabiania ich wpływu bądź ich eliminowania.

EDUKACJA I WSPARCIE RODZICÓW I WYCHOWAWCÓW

Prawidłowe wsparcie dzieci wysoko wrażliwych jest szczególnie ważne. W warunkach niewydolnego środowiska wychowawczego osoby wysoko wrażliwe są bardziej podatne na doświadczanie lęku i depresję. W pierwszej kolejności uwagę należy zwrócić **na tworzenie warunków do rozwoju dziecka**.

Zgodnie z modelem humanistycznym wychowanie to proces wspomagania w rozwoju ukierunkowanym na osiągnięcie pełnej dojrzałości w sferze fizycznej, psychicznej, społecznej i duchowej (Gaś 1999, 2006). Taki kontakt wychowawczy wymaga zaangażowania zarówno rodzica, jak i dziecka. Zgodnie z powyższym to osoba rodzica i jego umiejętności tworzą warunki, które sprzyjają rozwojowi dziecka.

Korektą i kompensacją działań wychowawczych jest profilaktyka.

W odniesieniu do dziecka, o profilaktyce mówimy wtedy, gdy zawodzi wychowanie (por. Gaś 2006). Zbigniew B. Gaś (2006) wymienia pięć wiodących podejść do profilaktyki.

- ✓ **Podejście poznawcze** opiera się na założeniu, że jeśli człowiek pozna i zrozumie fakty, wtedy sam podejmie decyzję o zaprzestaniu określonego niekonstruktywnego działania. Strategią tego podejścia jest więc informowanie. Założono, że wiedza rodzica i innych osób znaczących (m.in. nauczyciela, wychowawcy, pedagoga szkolnego, opiekuna) na temat cech temperamentu dziecka, a także wiedza na temat konstruktywnych oddziaływań wychowawczych – tworzenia warunków do rozwoju - sprzyjała będzie rozwijaniu pozytywnych postaw wobec dziecka.
- ✓ **Podejście afektywne** zakłada, że odpowiednio wysoka i stabilna samoocena, umiejętność rozwiązywania problemów i - w odniesieniu do modelu - umiejętności wychowawcze pomagają w unikaniu dysfunkcyjnych zachowań.
- ✓ **Podejście poznawczo-afektywne**, łączy oba powyższe i zakłada, że ludzie potrzebują zarówno informacji, jak i umiejętności życiowych. W praktyce łączy strategie informacyjne i edukacyjne.
- ✓ **Podejście poznawczo-behawioralne** łączy poglądy zakładające informowanie z poglądami dotyczącymi identyfikowania zachowań, które są często wynikiem uczenia się (teoria społecznego uczenia się).
- ✓ **Podejście normatywnej edukacji**, które opiera się na założeniu, że ludzie przeceniają powszechność zachowań dysfunkcyjnych, doświadczanych trudności.

Cztery filary pracy z dzieckiem wysoko wrażliwym

E. N. Aron w publikacji *The Highly Sensitive Child* (2015) wymienia **cztery filary pracy z dzieckiem wysoko wrażliwym**. Obejmują one przygotowanie rodziców i nauczycieli do:

- 1) pracy nad adekwatną samooceną dziecka,
 - 2) redukcji wstydu przeżywanego przez dziecko,

- 3) mądre dyscyplinowanie,
- 4) uczenia, jak rozmawiać własnej wrażliwości.

MODUŁ II: CO WIEMY O WYSOKIEJ WRAŻLIWOŚCI

Gdzie znajduje się ten moduł tematyczny?

Zawarte w module materiały znajdują się pod adresem:

<https://highlysensitive.eu/platforma/co-wiemy-o-wysokiej-wrazliwosci/>



Drugi moduł „Co wiemy o wysokiej wrażliwości” stanowi kompendium wiedzy na temat wysokiej wrażliwości. Znajdziecie tam pomocne materiały, m.in. artykuły, prezentacje. Ich celem jest wyjaśnienie istoty wysokiej wrażliwości oraz specyfiki funkcjonowania dziecka wysokowrażliwego



KONFERENCJA NT. WYSOKIEJ WRAŻLIWOŚCI - 10.06.2021 - MATERIAŁY

- E-MOTION – M. Artymiak
- E-MOTION – Po prostu tacy są – K. Markiewicz
- E-MOTION – Wysoka wrażliwość M. Baryła-Matejczuk – wykład 1
- E-MOTION – Wysoka wrażliwość M. Baryła-Matejczuk – wykład 2
- E-MOTION – Wysoka wrażliwość W. Poleszak



SERIA WEBINARIÓW NT WYSOKIEJ WRAŻLIWOŚCI DLA RODZICÓW I NAUCZYCIELI



Co zawiera moduł?

Tu znajdziecie Państwo pomocne materiały – prezentacje oraz podcasty. Ich celem jest wyjaśnienie istoty wysokiej wrażliwości oraz specyfiki funkcjonowania dziecka wysoko wrażliwego. Dodatkowo moduł zawiera materiały z międzynarodowego szkolenia dla kadry oraz konferencji na temat wysokiej wrażliwości.

Tematy prezentacji opisujących istotę wysokiej wrażliwości:

- *Dziecko wysoko wrażliwe – dar i wyzwanie dla rodzica*

Prezentacja wyjaśnia istotę wysokiej wrażliwości wskazując kierunek wsparcia dziecka przez rodziców.

- *Biologia, geny i umysł*

Prezentacja odwołuje się do badań nad ewolucyjnym kontekstem oraz genetycznym i neuropsychologicznym podłożem wrażliwości przetwarzania sensorycznego.

- *Jak pomóc wysoko wrażliwym dzieciom w adaptacji przedszkolnej*

Prezentacja wskazuje na główne trudności doświadczane przez dzieci wysoko wrażliwe w adaptacji przedszkolnej. Zawiera konkretne wskazówki dla rodziców i nauczycieli wspierające dziecko w tym procesie.

- *Wrażliwość przetwarzania sensorycznego a inne cechy temperamentu i osobowości*

Prezentacja zawiera wnioski z prowadzonych badań skupionych na poszukiwaniu związku między typami temperamentu i wybranymi cechami osobowości a wrażliwością przetwarzania sensorycznego.

- *Podejścia psychoterapeutyczne oraz praca z dziećmi wysoko wrażliwymi*

Prezentacja ukazuje wybrane metody stosowane w pracy z dziećmi wysoko wrażliwymi z uwzględnieniem założenia, iż dzieci te nie wymagają specjalnych, odrębnych metod pracy terapeutycznej.

- *Jak mierzyć wrażliwość przetwarzania sensorycznego*

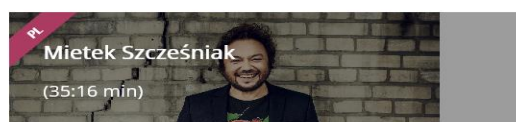
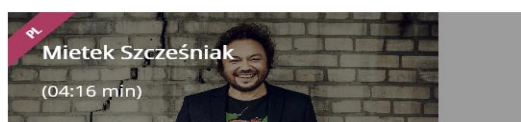
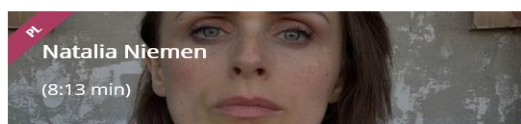
Prezentacja przedstawia procedurę tworzenia narzędzia odwołując się do założeń teoretycznych dotyczących wrażliwości przetwarzania sensorycznego i istniejących już na rynku narzędzi.

PODCASTY

Gdzie znajduje się ten moduł tematyczny?

Zawarte w module materiały znajdują się pod adresem:

<https://highlysensitive.eu/platforma/ambasadorzy-wysokiej-wrazliwosci/>



Co zawiera moduł?

Zawiera historie „ambasadorów” wysokiej wrażliwości - osób ze świata sztuki, nauki, biznesu, opowiadających o swoim doświadczaniu wysokiej wrażliwości. Są to znane osoby z Polski, Włoch, Hiszpanii, Macedonii Północnej i Rumunii. Opowiadają o swoim życiu oraz odkrywaniu swojej wrażliwości. Dzielą się doświadczeniem radzenia sobie w świecie. Ich perspektywa jako osób dorosłych wnosi wiele do rozumienia roli środowiska w jakim wychowuje się wysoko wrażliwe dziecko, a także pokazuje niezwyklej potencjał, jakim dysponują wysoko wrażliwe osoby.

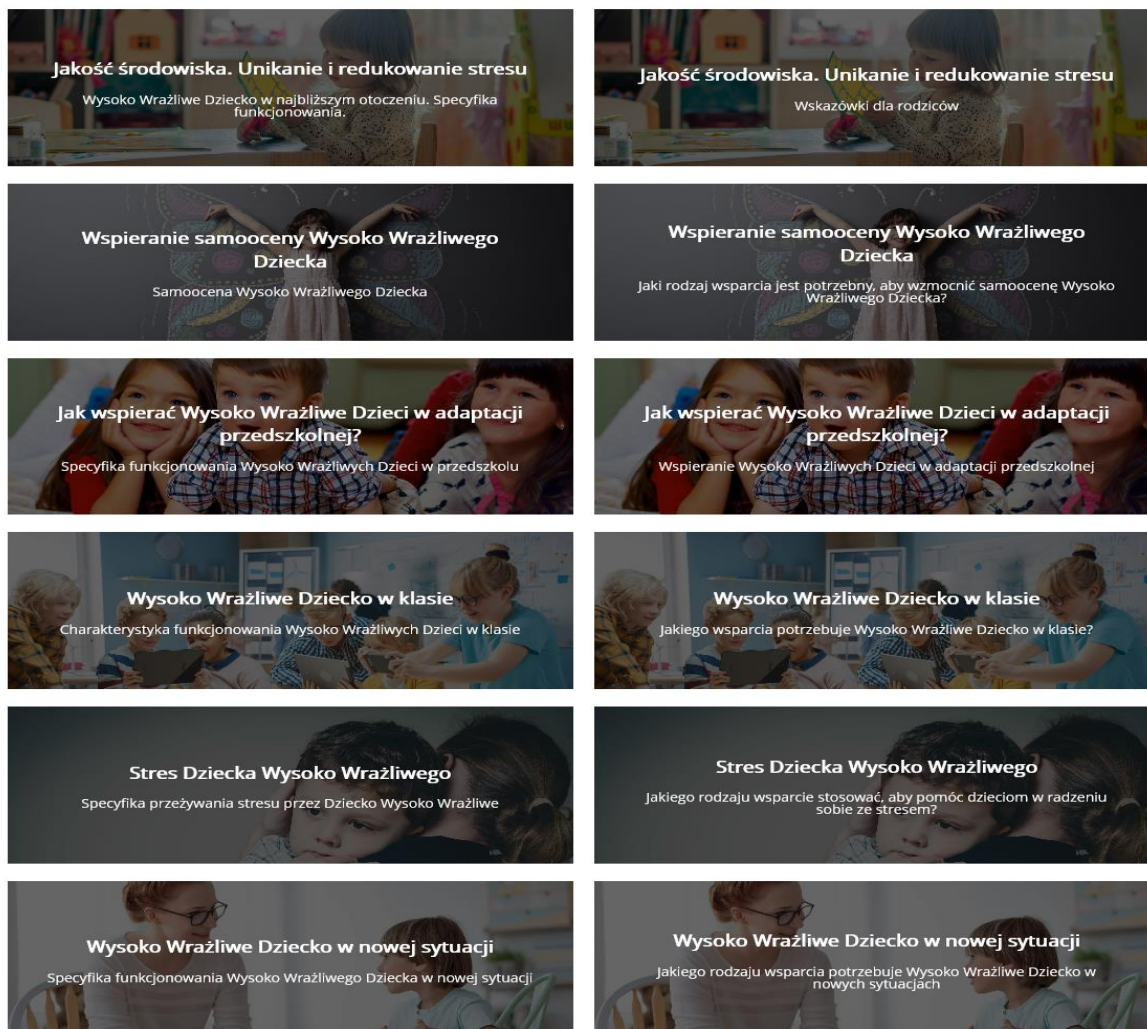
MATERIAŁY VIDEO

Gdzie znajduje się ten moduł tematyczny?

Zawarte w module materiały znajdują się pod adresem:

<https://highlysensitive.eu/platforma/jak-wspierac-wysoko-wrazliwe-dziecko/>

Piąty moduł (*Wideo*) zawiera krótkie filmiki ułatwiające zrozumienie najistotniejszych wymiarów funkcjonowania dziecka wysoko wrażliwego a także jego potrzeb. Filmy w przystępny, graficzny sposób prezentują istotne wskazówki, przydatne rodzicom i nauczycielom do projektowania wsparcia i edukacji dzieci wysoko wrażliwych.



Co zawiera moduł?

Moduł zawiera krótkie filmiki ułatwiające zrozumienie najistotniejszych wymiarów funkcjonowania dziecka wysoko wrażliwego, a także jego potrzeb. Filmy w przystępny, graficzny sposób prezentują istotne wskazówki, przydatne rodzicom i nauczycielom do projektowania wsparcia i edukacji dzieci wysoko wrażliwych. Filmy podzielone są na dwie grupy – pierwsza grupa filmów omawia wybrane charakterystyki dziecka wysoko wrażliwego. Druga grupa filmów zawiera podpowiedzi, w jaki sposób wspierać dziecko w opisanych trudnościach.

Tematyka filmów:

1. *Jakość środowiska. Unikanie i redukowanie stresu.*
2. *Wspieranie samooceny wysoko wrażliwego dziecka*
3. *Jak wspierać wysoko wrażliwe dziecko w adaptacji przedszkolnej*
4. *Wysoko wrażliwe dziecko w klasie*
5. *Stres dziecka wysoko wrażliwego*
6. *Wysoko wrażliwe dziecko w nowej sytuacji*

Kto może skorzystać z tych materiałów?

Zamieszczone materiały mogą posłużyć nauczycielom i rodzicom:

- Jako lektura do osobistych studiów nad zrozumieniem istoty wysokiej wrażliwości,
- Jako pomoc do współpracy z rodzicami w zakresie wsparcia dzieci wysoko wrażliwych (nauczyciele),
- Jako pomoc do planowania pracy z własnym dzieckiem (rodzice),
- Jako materiał pomocniczy do planowania warsztatów, lekcji wychowawczych, rad pedagogicznych i innych działań o charakterze edukacyjnym.

FORUM WYMIANY

Podjęcie określane jako *normatywna edukacja*, opiera się na założeniu, że ludzie przeceniają powszechność zachowań dysfunkcyjnych, doświadczanych trudności. Biorąc pod uwagę konstruowany model, wsparciem dla opiekunów dzieci wysoko emocjonalnych (zwłaszcza ich rodziców) mógłby być kontakt z innymi osobami sprawującymi opiekę, wychowującymi wysoko wrażliwe dziecko/dzieci (Baryła-Matejczuk, Domańska, 2018; Baryła-Matejczuk, 2019).

Wymiana doświadczeń rodziców, dzielenie się sukcesami i trudnościami stanowią źródło naturalnego wsparcia. Współcześnie bezpośredni kontakt często zastępowany jest substytutem - relacją on-line, a wiedzę na temat społecznych zachowań i powszechności określonych problemów ludzie czerpią z mediów. Pewnego rodzaju rozwiązaniem może być organizacja przestrzeni on-line/platformy, gdzie rodzice będą mogli pozyskać rzetelną wiedzę na temat wysokiej wrażliwości a także podzielić się własnymi doświadczeniami. Wiedza i umiejętności wsparcia osób wysoko wrażliwych są ważne również dla innych dorosłych (dla nauczycieli, wychowawców, pedagogów) istotnych w życiu dzieci.

Gdzie znajduje się ten moduł tematyczny?

Zawarte w module materiały znajdują się pod adresem:

<https://highlysensitive.eu/platforma/forum-wymiany/>

FORUM WYMIANY



Czy wysoka wrażliwość to zaburzenie?

Czy wysoka wrażliwość to zaburzenie ?
Rozmowy o wysokiej wrażliwości zwykle zaczynają się od pytania: skąd się bierze to zaburzenie? W myślenie o wysokiej wrażliwości



Czy dzieci wysoko wrażliwe są egocentryczne ?

Czy dzieci wysoko wrażliwe są egocentryczne? W rozmowach z rodzicami dzieci wysoko wrażliwych przejawia się często problem nadmiernego skupienia na sobie i domagania się uwagi



Czy dziecko wyrośnie z wysokiej wrażliwości?

Czy dziecko wyrośnie z wysokiej wrażliwości?
To najczęstsze pytanie zadawane przez rodziców przy pierwszej rozmowie o ich dziecku. Przekonanie, że pewne zachowania, które aktualnie przejawia

Co zawiera moduł?

Moduł umożliwia wymianę doświadczeń w zakresie wspierania i edukacji dziecka wysoko wrażliwego. Zbudowany jest z trzech części. Pierwsza część zawiera informacje ogólne dotyczące specyfiki dziecka wysoko wrażliwego. Pozostałe dwie części przeznaczone są dla nauczycieli i rodziców. Odnoszą się do specyfiki funkcjonowania dziecka wysoko wrażliwego w rzeczywistości szkolnej i życiu codziennym. Krótkie wpisy dotyczą charakterystyk dziecka wysoko wrażliwego i w przystępny sposób wyjaśniają, skąd się biorą określone zachowania. Dzięki nim dorośli mają szansę zrozumieć zachowania dziecka i uniknąć błędów w pracy z nim. Pod każdym wpisem jest możliwość pozostawienia własnego komentarza.

ŚWIADOMA PRACA Z WYSOKO WRAŻLIWYMI DZIEĆMI

Projektowanie wsparcia wysoko wrażliwym dzieciom **nie polega na modyfikacji ich cech**. Świadoma praca nie zakłada ingerencji w cechę, przyjęcia jej za trudność czy problem, z którym należy sobie poradzić, a **na zapewnieniu warunków, w których dzieci wysoko wrażliwe będą miały równe szanse rozwijać swój potencjał**. Rodzic i nauczyciel powinien zwrócić uwagę na zadania rozwojowe wieku przedszkolnego i wczesnego wieku szkolnego. **Wspieramy bowiem „do czegoś”**. W założeniach modelu **wspieramy do realizacji zadań rozwojowych adekwatnych do wieku dziecka** (Baryła-Matejczuk, 2019).

Dziecko, które ma poradzić sobie w działaniu w otwartym środowisku pozadomowym, powinno nauczyć się modyfikować nabyte w domu wzory działania i dostosować je do nowych warunków. Powinno zamienić sporą część swojej aktywności ze spontanicznej, opartej na zasadzie prostych skojarzeń i wewnętrznych impulsów na bardziej reaktywną, czyli zgodną z warunkami fizycznymi i społecznymi. Dorośli opiekunowie stosują

w tym celu określone metody i techniki pracy. Główne procesy rozwojowe tego etapu dotyczą kontroli przez dziecko wewnętrznych i zewnętrznych uwarunkowań działań w taki sposób, by zaspokajając własne potrzeby, nie powodowało konfliktów z innymi. Stopniowo uczy się ono koncentrowania na szerszej perspektywie, niż ono samo. Niezbędny do tego jest wzrost samokontroli, czyli ukierunkowywania ekspresji stanów emocjonalnych i sterowania własnym zachowaniem (Marszał-Wiśniewska, 2001). Pogodzenie własnych pragnień z oczekiwaniami społecznymi i wymaganiami stawianymi przez środowisko jest jednym z ważniejszych zadań wieku przedszkolnego.

Główne zadania rodziców i wychowawców to (Matejczuk, 2014).:

- ✓ **Towarzyszyć dziecku,**
- ✓ **Wspierać je,**
- ✓ **Jednocześnie stawiać wymagania,**
- ✓ **Nauczyć zaspokajania własnych potrzeb,**
- ✓ **Rozwinąć gotowość do podejmowania wyzwań,**
- ✓ **Stymulować stawianie celów i wspierać dążenia do nich,**
- ✓ **Rozwijać umiejętność zrozumienia i poszanowania potrzeb oraz praw innych osób.**

Adaptacja dziecka do zmian, jakie niosą zadania związane z wejściem dziecka w rzeczywistość przedszkolną i szkolną zależy od przygotowania go do zmiany przez rodziców oraz wrażliwości i sprawności przedszkola i szkoły w adekwatnym reagowaniu na zmieniające się potrzeby dziecka i wspieraniu go w tych zmianach (Brzezińska, 2008; Brzezińska, Rycielska, 2009).

Współczesne podejścia do analizy **gotowości dziecka** do optymalnego – tak z jego, jak i punktu widzenia instytucji – funkcjonowania w instytucji edukacyjnej (żłobku, przedszkolu, szkole) biorą pod uwagę cztery, wzajemnie powiązane komponenty:

- 1) gotowość dziecka w stosunku do wymagań i stylu funkcjonowania instytucji,
- 2) gotowość instytucji w stosunku do zasobów dziecka i jego dotychczasowej ścieżki rozwoju,

- 3) możliwości i kompetencje rodziny w stosunku do wymagań zmiany, jaka ją czeka w związku z pójściem dziecka do szkoły,
- 4) okazje do rozwoju, w tym do poszerzania posiadanych zasobów, jakie tworzyły dziecku i jego rodzinie kiedyś i tworzą teraz społeczność lokalna i szersze środowisko społeczne, w tym oferta instytucji państwowych (Brzezińska, Czub, 2015, s.13).

Prowadzone w ostatnich latach badania nad uwarunkowaniami dysfunkcji i trudności w adaptacji dzieci i młodzieży skupiają się nie tyle na czynnikach ryzyka, co na czynnikach ochronnych. Konfrontacja z zadaniami może stać się zatem dla dziecka okazją do przystosowania i nabycia nowych umiejętności albo pojawienia się dysfunkcji i zachowań nie przystosowawczych. Dla opisu powyższych mechanizmów przyjęto termin **resilience**, pochodzący od łacińskiego *salire*, które oznacza sprężynować (ang. spring, spring up) oraz *resilire*—odskakiwać, powracać do poprzedniego stanu (ang. *spring back*).

Prężność w literaturze psychologicznej ujmowana jest w trojaki sposób (Ogińska-Bulik, Juczyński, 2011, s. 8):

- 1) Jako zestaw cech charakteryzujących jednostkę,
- 2) Efekt przystosowania się do trudnych warunków stanowiących wyzwanie,
- 3) Sam proces adaptacji.

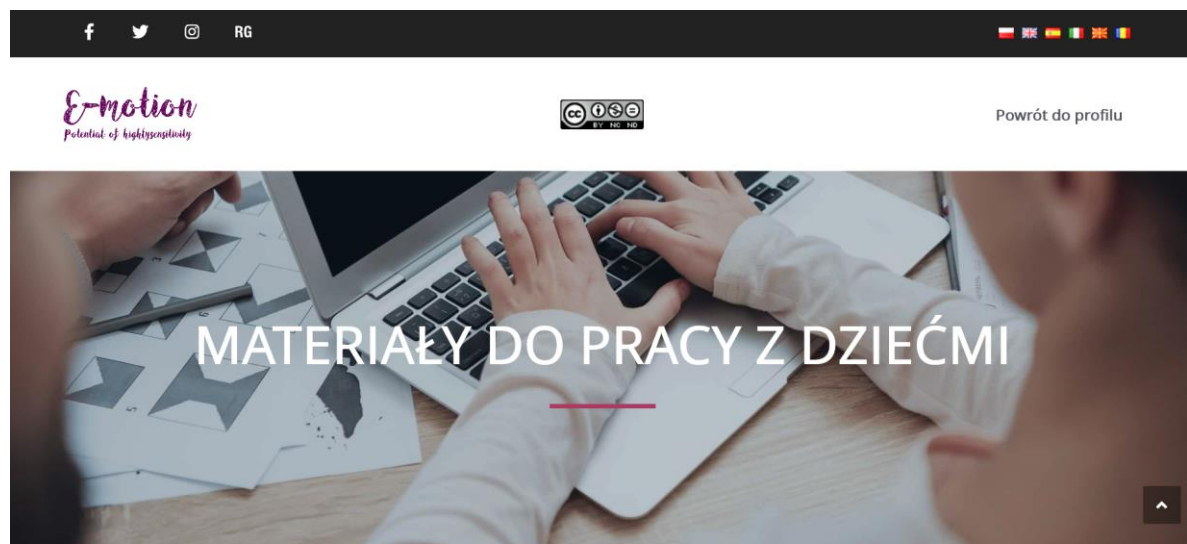
Warto podkreślić, iż prężność bywa ujmowana jako rezultat interakcji sił w ekosystemie: jednostka – środowisko. Charakteryzuje się znaczną dynamiką i zależnością od kontekstu życiowego, co pozwala na wprowadzanie modyfikacji poprzez kształtowanie i rozwijanie (Sęk, 2007).

MODUŁ VI: MATERIAŁY DO PRACY Z DZIECKIEM

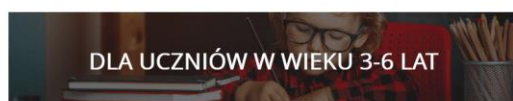
Gdzie znajduje się ten moduł tematyczny?

Zawarte w module materiały znajdują się pod adresem:

<https://highlysensitive.eu/platforma/materiały-do-pracy-z-dziećmi/>



Szósty moduł (*Materiały do pracy z dziećmi*) stanowi zbiór metod, pomocy do pracy z dziećmi wysoko wrażliwymi. Znajdą tu Państwo propozycję scenariuszy i ćwiczeń do wykorzystania w warunkach domowych i w szkole. Przykładowe scenariusze mogą stanowić inspirację do tworzenia własnych pomocy i narzędzi wspomagających pracę w dzieci. Scenariusze są materiałem gotowym do wykorzystania na lekcjach szkolnych, w pracy z wszystkimi dziećmi.



1. Takı jestem
2. Wykorzystać to, co trudne
3. Uwaga na siebie
4. Emocje są potrzebne
5. Každy inny, wszyscy waśni
6. Pomocna dłoń
7. Wędrówka po strefach regulacji
8. Ładowanie wewnętrznych baterii
9. Doświadczam, czuję, potrzebuję
10. Ja w grupie
11. Ja w świecie
12. Pozytywny mózg

 Dla uczniów w wieku 3-6 lat – Scenariusze
 Dla uczniów w wieku 3-6 lat – Załączniki



1. Takı jestem
2. Wykorzystać to, co trudne
3. Uwaga na siebie
4. Emocje są potrzebne
5. Každy inny, wszyscy waśni
6. Pomocna dłoń
7. Wędrówka po strefach regulacji
8. Ładowanie wewnętrznych baterii
9. Doświadczam, czuję, potrzebuję
10. Ja w grupie
11. Ja w świecie
12. Pozytywny mózg

 Dla uczniów w wieku 7-10 lat – Scenariusze
 Dla uczniów w wieku 7-10 lat – Załączniki

Co zawiera moduł?

Moduł składa się z dwóch części.

Część pierwsza stanowi zbiór scenariuszy, materiałów do pracy z dziećmi wysoko wrażliwymi w dwu przedziałach wiekowych: 3-6 lat i 7-10 lat. Znajdą się tu propozycje konkretnych ćwiczeń do wykorzystania w warunkach domowych i w szkole. Scenariusze stanowią kompleksowy program zaplanowany na 12 spotkań ułożonych tematycznie:

1. Taki jestem
2. Wykorzystać to, co trudne
3. Uważność na siebie
4. Emocje są potrzebne
5. Każdy inny, wszyscy ważni
6. Pomocna dłoń
7. Wędrówka po strefach regulacji
8. Ładowanie wewnętrznych baterii
9. Doświadczam, czuję, potrzebuję
10. Ja w grupie
11. Ja w świecie
12. Pozytywny mózg

Scenariusze mogą stanowić inspirację do tworzenia własnych pomocy i narzędzi wspomagających pracę w dzieci. Są materiałem gotowym do wykorzystania na lekcjach szkolnych, w pracy z wszystkimi dziećmi (Baryła-Matejczuk, 2019).

Część druga poświęcona jest metodzie biograficznej, wykorzystywanej w badaniach w ramach projektu. Metoda pozwalała na zbieranie danych biograficznych dotyczących historii życia osób wysoko wrażliwych.

Kto może skorzystać z tych materiałów?

Zamieszczone materiały mogą posłużyć nauczycielom:

- Jako materiał pomocniczy do planowania zajęć z dziećmi. Materiały można wykorzystać zarówno jako pojedyncze wybrane tematy, jak również jako pełny program 12 zajęć tematycznych.

Bibliografia

- Acevedo, B., Jagiellowicz, J., Aron, E., Marhenke, R., Aron, A. (2017). Sensory processing sensitivity and childhood quality's effects on neural responses to emotional stimuli. *Clinical Neuropsychiatry* 14, 6, 359-373
- Aron, E. N., & Aron, A. (1997). Sensory-processing sensitivity and its relation to introversion and emotionality. *Journal of personality and social psychology*, 73(2), 345
- Aron E. N. (2002). *The highly sensitive child*. New York: Random House.
- Aron E. N., Aron A. & Davies K. M. (2005). Adult shyness: the interaction of temperamental sensitivity and an adverse childhood environment. *Personality and Social Psychology Bulletin* 31, 181–197.
- Baryła-Matejczuk, M., Domańska, K. (2018). Profilaktyka wobec dzieci wysoko wrażliwych: postawy rodzicielskie matek dzieci o różnym poziomie emocjonalności. W: Z.B. Gaś (red.), *Psychoprofilaktyka w świecie zagubionych wartości* (s.95-113). Lublin: Innovatio Press Wydawnictwo Naukowe
- Baryła-Matejczuk, M. (2019). A MODEL OF SUPPORT FOR HIGHLY SENSITIVE CHILDREN OF PRESCHOOL AND EARLY SCHOOL AGE. In A. I. Arcos-Romero & A. Álvarez-Muelas (Eds.), *AVANCES EN PSICOLOGÍA CLÍNICA* (pp. 272–280). Granada: Asociación Española de Psicología Conductual (AEPC), Universidad de Granada.
- Brzezińska A. (2002). Współczesne ujęcie gotowości szkolnej. W: W. Brejnak (red.), *O pomyślny start ucznia w szkole* (s. 38–48). Warszawa: Biuletyn Informacyjny Polskiego Towarzystwa Dysleksji – wydanie specjalne.

- Brzezińska, A. I., Rycielska, L. (2009). Tutoring jako czynnik rozwoju ucznia i nauczyciela. W: P. Czekierda, M. Budzyński, J. Traczyński, Z. Zalewski, A. Zembrzuska (red.), *Tutoring w szkole. Między teorią a praktyką zmiany edukacyjnej* (s. 19-30). Wrocław: Towarzystwo Edukacji Otwartej.
- Brzezińska, A., Czub, M. (2015). Dziecko w systemie edukacji: podejście systemowo-transakcyjne. „Kultura i Edukacja, (1), 107.
- Ellis, B. J., & Boyce, W. T. (2011). Differential susceptibility to the environment: toward an understanding of sensitivity to developmental experiences and context. *Development and psychopathology*, 23(1), 1-5. doi:10.1017/s095457941000060x
- Gaś Z. B. (1999). Wychowanie, jako wspomaganie ucznia w rozwoju. W: Z. B. Gaś (red.), *Szkola i nauczyciel w percepcji uczniów* (s. 7-16). Warszawa: Instytut Badań Edukacyjnych.
- Gaś Z.B. (2006). *Profilaktyka w szkole*. Warszawa: Wydawnictwa Szkolne i Pedagogiczne.
- Heszen I., Sęk H. (2007). *Psychologia zdrowia*. Wydawnictwo Naukowe PWN
- Hornowska, E., Brzezińska, A. I., Appelt, K., & Kaliszewska-Czeremska, K. (2014). Rola środowiska w rozwoju małego dziecka–metody badania. *Warszawa: Wydawnictwo Naukowe Scholar*.
- Liss, M., Timmel, L., Baxley, K., & Killingsworth, P. (2005). Sensory processing sensitivity and its relations to parental bonding, anxiety, and depression. *Personality and Individual Differences*, 39(8), 1429-1439.
- Liss M., Mailloux J. & Erchull M. J. (2008). The relationships between sensory processing sensitivity, alexithymia, autism, depression, and anxiety. *Personality and Individual Differences*, 45(3), 255-259.
- Matejczuk J., (2014)., *Rozwój dziecka. Wiek przedszkolny*. Instytut Badań Edukacyjnych, Warszawa.

- Marszał-Wiśniewska M., (2001). *Wychowawcze uwarunkowania orientacji na stan: jak można nie wykształcić silnej woli*, „Przegląd Psychologiczny” 2001, nr 4, s.479-494
- Ogińska-Bulik N., Juczyński Z.,(2011), Prężność u dzieci i młodzieży: charakterystyka i pomiar –polska skala SPP-18, „Polskie Forum Psychologiczne”nr 1, 7-28.
- Pluess, M., Assary, E., Lionetti, F., Lester, K. J., Krapohl, E., Aron, E. N., & Aron, A. (2018). Environmental sensitivity in children: Development of the Highly Sensitive Child Scale and identification of sensitivity groups. *Developmental psychology*, 54(1), 51-70.
- Pluess, M. (2015). Individual differences in Environmental Sensitivity. *Child Development Perspectives*, 9(3), 138-143. doi:10.1111/cdep.12120
- Pluess, M., & Belsky, J. (2015). Vantage Sensitivity: Genetic Susceptibility to Effects of Positive Experiences. In M. Pluess (Ed.), *Genetics of Psychological Well-Being* (pp. 193-210). Oxford: Oxford University Press.
- Pluess, M., Assary, E., Lionetti, F., Lester, K. J., Krapohl, E., Aron, E. N., & Aron, A. (2017). Environmental Sensitivity in Children: Development of the Highly Sensitive Child Scale and Identification of Sensitivity Groups. *Developmental Psychology*. doi:10.1037/dev0000406
- Smykowski B.(2003), *Wiek przedszkolny. Zagrożenia rozwoju*, „Remedium”, 7-8 (125-126), s. 8-9.