**12. Wspomaganie rozwoju psychospołecznego dzieci nieśmiałych**

Szkolny program profilaktyki selektywnej adresowany do dzieci nieśmiałych w wieku 10-11 lat, wspomagający ich rozwój psychospołeczny, realizowany w formie 15 dwugodzinnych zajęć warsztatowych w klasie szkolnej. Program jest rekomendowany w systemie rekomendacji - I poziom jakości "Program obiecujący"

Zakres programu: Ogólnopolski

Podmiot odpowiedzialny za program

Nazwa: Uniwersytet Kazimierza Wielkiego

Rodzaj: Instytucja publiczna

Dane adresowe podmiotu: M. Bydgoszcz,  ul. Chodkiewicza 30

tel. 523216166

|  |  |
| --- | --- |
| **Nazwa programu:**  | WSPOMAGANIE ROZWOJU PSYCHOSPOŁECZNEGO DZIECI NIEŚMIAŁYCH  |
| **Typ programu:**  | Profilaktyka  |
| **Podtyp programu:**  |  |
| * drugorzędowa - selektywna
 |
| **Skrócony opis programu:**  | Szkolny program profilaktyki selektywnej adresowany do dzieci nieśmiałych w wieku 10-11 lat, wspomagający ich rozwój psychospołeczny, realizowany w formie 15 dwugodzinnych zajęć warsztatowych w klasie szkolnej.  |
| **Data rozpoczęcia programu:**  | 2003,04 |
| **Zakres programu:**  | Ogólnopolski  |
| **Nazwa:**  | Uniwersytet Kazimierza Wielkiego  |
| **Rodzaj:**  | Instytucja publiczna  |
| **Miejscowość:**  | M. Bydgoszcz |
| **Nazwa ulicy i numer:**  | Chodkiewicza 30 |
| **Strona WWW:**  | www.ukw.edu.pl  |
| **Numer telefonu:**  | 523216166 |
| **E-mail:**  | zakladow@ukw.edu.pl |
| **Opis problemu:**  | Nieśmiałość określana jest współcześnie jako syndrom, obejmujący cały zespół objawów (Zimbardo 1994; Carducci 2008; Dzwonkowska 2009). Charakterystyczne dla nieśmiałości są zakłócenia w obrębie sfery behawioralnej, emocjonalnej i samoorientacyjnej. Zakłócenia te w sferze behawioralnej polegają na zahamowaniu oczekiwanego zachowania w sytuacjach społecznych. Uczniowie nieśmiali mają trudności podczas ustnych odpowiedzi, wycofują się z kontaktów interpersonalnych, niechętnie zabierają głos, unika-ją kontaktu wzrokowego (Borecka-Biernat 1998, 2001; Leary, Kowalski 2001). W sferze emocjonalnej oznaczają przeżywanie lęku, poczucia osobistego zagrożenia, zażenowania w sytuacjach społecznych. Uczniowie nieśmiali obawiają się negatywnej oceny ze strony innych i odczuwają strach przed kontaktami z innymi (Bo-recka-Biernat 2001). W sferze samoorientacyjnej przejawiają się w stosunku do siebie. Dzieci nieśmiałe postrzegają siebie jako mniej atrakcyjne i mniej sprawne fizycznie aniżeli śmiałe (Hymel i współ. 2009), myślą, że ich rówieśnicy są bardziej kompetentni, popularni i mają większe osiągnięcia (Carducci 2003; Hymel i współ. 2009). Trudno określić rozmiary nieśmiałości. W przyjętej w projekcie procedurze wyłaniania dzieci nieśmiałych z zespołów klasowych spośród 355 dzieci 79 (22,3%) wychowawcy przypisali zachowania charakterystyczne dla nieśmiałości. W tej wybranej przez nauczycieli grupie 33 (41,8%) dzieci samo postrzegało siebie jako nieśmiałych. Badacze zachodni (Schmidt, Tasker 2001; Swallow 2000) sugerują, że stałe wycofywanie się z sytuacji społecznych dotyczy 10-20% dzieci. Podejmowanie przez badaczy problematyki nieśmiałości, mimo związanych z nią trudności i pewnej powszechności tego zjawiska, należy w Polsce do rzadkości. Badania dotyczące specyfiki funkcjonowania dzieci nieśmiałych i przyczyn nieśmiałości prowadziły B. Harwas-Napierała (1979) i D. Borecka-Biernat (1991; 1994). Z przeprowadzonych badań (Zabłocka 2010) wynika, że dzieci nieśmiałe w porównaniu z ich śmiałymi rówieśnikami przejawiają niższy poziom aktywności społecznej, kompetencji społecznych, odczuwają mniej przyjemne emocje w sytuacji społecznej ekspozycji, mają niższą samoocenę oraz bardziej pesymistycznie wyjaśniają przyczyny sukcesów i porażek. W Polsce nie ma żadnego programu o charakterze profilaktycznym czy też interwencyjnym, adresowanego do dzieci nieśmiałych.  |
| **Cel główny:**  | Przezwyciężanie nieśmiałości u dzieci. |
| **Cel szczegółowy 1:**  | Tworzenie warunków do rozwijania kompetencji społecznych i podejmowania aktywności społecznej  |
| **Cel szczegółowy 2:**  | Tworzenie warunków do kształtowania wyższej i bardziej adekwatnej samooceny |
| **Cel szczegółowy 3:**  | Tworzenie warunków do kształtowania optymistycznego stylu wyjaśniania przyczyn zdarzeń |
| **Podstawowe założenia programu:**  | Podstawy teoretyczne programu nawiązują do teorii rozbieżności informacyjnej W. Łukaszewskiego (1971;1974) oraz teorii społecznego uczenia się A. Bandury (2007). Zgodnie z pierwszą teorią napływające do dziecka informacje (dotyczące np. podjętego działania, jego rezultatów, posiadanych cech czy umiejętności) są porównywane z modelami pełniącymi rolę standardów regulacji. Jeśli są niezgodne z posiadanymi wywołują „rozbieżność informacyjną”, z którą dziecko może sobie poradzić poprzez wprowadzenie zmian w informacjach napływających - może zignorować tę informację, zaproponować rozpatrzenie innego pomysłu lub też wytłumaczyć sobie, że nie ma sensu angażować się w zadanie. Inną strategią jest wprowadzenie zmian w informacjach zakodowanych (jeśli dziecko nadal otrzymuje rozbieżne z posiadanymi informacje i wyczerpało już możliwości usunięcia rozbieżności poprzez dokonywanie zmian w informacjach napływających - może zmienić posiadane standardy, np. zacząć myśleć: czasami mam ciekawe pomysły, moje pomysły zasługują na rozpatrzenie itp.). Zdaniem W. Łukaszewskiego (1974), aby zapoczątkować zmianę posiadanych standardów regulacji konieczne są wielokrotne doświadczenia wywołujące niezgodność. Takich doświadczeń w trakcie zajęć dostarcza: powierzanie zadań, tworzenie okazji do podejmowania samodzielnych wyborów, docenianie osiągnięć, mówienie uczestnikom za co konkretnie są chwaleni, zauważanie dysfunkcjonalnych, irracjonalnych wyjaśnień i odnoszenie się do nich. Zgodnie z teorią społecznego uczenia się A. Bandury (2007) nabywanie nowych umiejętności i wzorów zachowań odbywać się może poprzez obserwację zachowań własnych i innych osób oraz ocenę skutków, jakie one przynoszą. W trakcie zajęć uczestnicy mają szanse obserwować i naśladować zachowania zarówno prowadzącego jak i innych członków grupy. Mogą wypróbowywać różne warianty zachowań w proponowanych im scenkach, po zakończeniu których otrzymują informacje zwrotne na temat tego jak poradziły sobie podczas odgrywania roli.  |
| **Adresaci/ odbiorcy programu ze względu na wiek:**  |  |
| * Osoby poniżej 12 r. ż.
 |
| **Adresaci/ odbiorcy programu i ich kontakt z substancjami psychoaktywnymi:**  |  |
| * Osoby nie używające narkotyków
 |
| **Charakterystyka adresatów/ odbiorców programu:**  |  |
| * Uczniowie
 |
| **Liczba odbiorców jednej edycji programu:**  | 30 |
| **Grupy pośredniczące, agenci zmiany:**  | nauczyciele, rodzice |
| **Realizatorzy programu:**  | Pedagodzy szkolni  |
| **Miejsce realizacji:**  |  |
| * Szkoła
 |
| **Działania w programie:**  |  |
| * Warsztaty umiejętności psychospołecznych
 |
| **Opis działań:**  | Program obejmuje 15 dwugodzinnych spotkań z dziećmi. Zajęcia prowadzone są metodami aktywnymi tak, aby umożliwić dzieciom aktywne doświadczanie i przeżywanie tego, co jest ich treścią. Metody stosowane w programie to m. in.: krąg uczuć, rysunki, historyjki obrazkowe, scenki, burze mózgów, dyskusje, opowiadania, bajki. Uczestnicy zajęć mają wiele okazji do podejmowania aktywności w parach, małych grupkach, na forum grupy. Każde spotkanie stwarza dzieciom nieśmiałym okazje do wypowiadania się lub podejmowania innej aktywności na forum grupy. Dzieci w trakcie zajęć są zachęcane do współdziałania z innymi. Wzrostowi aktywności społecznej może też sprzyjać tworzenie okazji do kształtowania przekonania o możliwości osobistego wpływania na bieg zdarzeń. Prowadzący pyta dzieci o ich oczekiwania wobec zajęć, informuje, które uda się spełnić. Dzieci zgłaszają propozycje zasad, zakończenia scenek, które są brane pod uwagę. Rozwijaniu kompetencji społecznych ma sprzyjać tworzenie dzieciom warunków do zastanawiania się nad przyczynami ludzkich zachowań i uwzględniania różnych punktów widzenia. Dzieci w trakcie zajęć analizują różne sytuacje, zachowania i zastanawiają się nad przyczynami, które mogły je spowodować. Specjalnie zaprojektowane opowiadania pozwalają im dostrzec, że różne zachowania mogą mieć różne przyczyny. Rozwijaniu kompetencji społecznych służy też tworzenie dzieciom warunków do dostrzegania mocnych stron innych osób. Dzieci zastanawiają się nad tym jakie cechy, zachowania, umiejętności podobają im się u koleżanek i u kolegów . Są również zachęcane do dzielenia się swoimi spostrzeżeniami. W trakcie zajęć mają wiele okazji 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). Dla dzieci nieśmiałych ważna jest też nauka aktywnego słuchania. Prowadzący przekazuje dzieciom prawdziwe, pozytywne informacje zwrotne dotyczące m. in. rezultatów podejmowanych przez nie działań. Informacje te pomagają rozwijać świadomość swoich mocnych stron. W programie są ćwiczenia zachęcające do zastanawiania się nad własnymi mocnymi stronami, poszukiwania ich. Tworzenie dzieciom okazji do poznawania i rozumienia siebie może również sprzyjać wyższej samoocenie. Dzieci są zachęcane do myślenia o własnych cechach, o tym co je łączy z rówieśnikami, o przyczynach własnych sukcesów i porażek. Uczą się szukać optymistycznych wyjaśnień przeżywanych trudności. Dzieci nieśmiałe mają w trakcie zajęć wiele okazji do kształtowania optymistycznego stylu wyjaśniania przyczyn zdarzeń. Nauka przebiega na trzech poziomach: najpierw wykorzystywane są krótkie opowiadania ukazujące to jak inne dzieci wyjaśniają przyczyny zdarzeń, następnie obrazki (tu dziecko wczuwa się w postać bohatera) i na końcu przykłady z własnego życia. Ważną rolę odgrywają zadania domowe.  |
| **Długość jednej edycji programu (w godzinach):**  | 30 |
| **Długość jednej edycji programu (w miesiącach):**  | 4 |
| **Ewaluacja:**  |  |
| * Rodzaj   Procesu
* Status   Została przeprowadzona
* Rodzaj   Wyniku
* Status   Została przeprowadzona
* Data od

01/03/2003 * Data do

01/12/2003  |
| **Przebieg i metody ewaluacji:**  | Ewaluacja procesu dotyczyła monitorowania: frekwencji, oceny satysfakcji uczestników z poszczególnych zajęć i z udziału w programie, przebiegu poszczególnych zajęć i pojawiających się trudności oraz sposobów radzenia sobie z nimi. Ewaluację wyników przeprowadzono w modelu eksperymentalnym, z grupą kontrolną i pomiarami badawczymi przed rozpoczęciem programu, bezpośrednio po zakończeniu programu oraz 6 miesięcy po jego ukończeniu. Badana próba - uczniowie klas IV i V z trzech miejscowości: Chełmno, Nakło nad Notecią i Sępólno Krajeńskie; grupa eksperymentalna -37 osób , grupa kontrolna - 43 osoby. narzędzia badawcze - techniki socjometryczne, kwestionariusze, obserwacja. Metody analizy: metody opisu statystycznego, metody oceny istotności różnic między porównywanymi grupami, metody analizy korelacyjnej. Dbano o zgodność ze standardami etycznymi. W tym celu m.in. badano całe zespoły klasowe a nie jedynie dzieci nieśmiałe; nauczyciele dzieci z grupy kontrolnej zostali poinformowani o możliwości przeszkolenia osoby do prowadzenia programu po zakończeniu badań. |
| **Rezultaty ewaluacji procesu:**  | Informacje zwrotne, dotyczące przebiegu poszczególnych zajęć były pozytywne. Niektórym uczestnikom trudności sprawiały ćwiczenia dotyczące kształtowania optymistycznego stylu wyjaśniania przyczyn zdarzeń. Największe trudności dotyczyły frekwencji (szczególnie rodziców dzieci), mniejszej gotowości do udziału w ćwiczeniach wymagających „pracy” niż w zabawach oraz ujawnienia u części dzieci zachowań agresywnych.  |
| **Rezultaty ewaluacji wyniku:**  | W opinii nauczycieli 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. Korzystne i istotne zmiany zaszły również w zakresie aktywności społecznej. Dzieci objęte oddziaływaniami były bardziej aktywne aniżeli dzieci nie uczestniczące w zajęciach. Istotne i korzystne, choć nie tak jednoznaczne (bowiem jedynie w niektórych grupach i niektórych wymiarach), zmiany zaszły również w zakresie poziomu samooceny i stylu wyjaśniania przyczyn zdarzeń. Nie odnotowano istotnych zmian w zakresie postrzegania nieśmiałości przez rówieśników z klasy, w zakresie kompetencji społecznych dzieci oraz w zakresie adekwatności samooceny. Zmiany, jakie zaszły u dzieci nieśmiałych miały tendencję do utrzymywania się a nawet, jak w przypadku samooceny (w roli kolegi, partnera do zabawy, dyżurnego), wzrostu. Korzystne zmiany, w zakresie badanych zmiennych zależnych, mogą być potwierdzeniem przydatności zastosowania teorii rozbieżności informacyjnej oraz teorii społecznego uczenia się w budowaniu programów adresowanych do dzieci nieśmiałych. Oddziaływania mogłyby być bardziej skuteczne, gdyby włączyli się w nie rodzice. Brak ich zainteresowania może oznaczać, iż tym bardziej zasadne jest wspomaganie rozwoju psychospołecznego dzieci nieśmiałych.  |
| **Warunki implementacji programu przez inne podmioty:**  | Program może być realizowany przez pedagogów, socjoterapeutów, którzy potrafią tworzyć warunki sprzyjające rozwojowi. Takie warunki są możliwe, kiedy osoby prowadzące zajęcia są pozytywnie nastawione do innych, są empatyczne, potrafią komunikować się wykorzystując techniki aktywnego słuchania i „komunikat ja”, nie stosują barier komunikacyjnych. Program powinien być realizowany zgodnie z zawartymi w podręczniku (Zabłocka M. (2008) Przezwyciężanie nieśmiałości u dzieci. Warszawa, Wydawnictwo Naukowe Scholar) scenariuszami i wskazówkami metodycznymi.  |
| **Źródła informacji na temat programu:**  | Zabłocka M. (2006) Skuteczność autorskiego programu wspomagania rozwoju psychospołecznego dzieci nieśmiałych. w: M. Deptuła (red.) Diagnostyka i profilaktyka w teorii i praktyce pedagogicznej. Bydgoszcz, Wydawnictwo Uniwersytetu Kazimierza Wielkiego. Zabłocka M. (2006) Wspieranie rozwoju dzieci nieśmiałych. „Remedium" 6(110), s. 6-7. Zabłocka M. (2007) Przezwyciężanie nieśmiałości u dzieci w wieku szkolnym. „Remedium" 4 (170), s. 30-31. Zabłocka M. (2008) Przezwyciężanie nieśmiałości u dzieci. Warszawa, Wydawnictwo Naukowe Scholar. Zabłocka M. (2011) Zachowania dzieci nieśmiałych w trudnej sytuacji społecznej - diagnoza i korygowanie. w: D. Borecka-Biernat (red.) Zaburzenia w zachowaniu dzieci i młodzieży w kontekście trudnych sytuacji szkolnych i pozaszkolnych. Kraków, Oficyna Wydawnicza Impuls, s. 213-236.  |
| **Rekomendacje:**  |  |
| * System rekomendacji
 |
| **Streszczenie programu:**  | Szkolny program profilaktyki selektywnej adresowany do dzieci nieśmiałych w wieku 10-11 lat, wspomagający ich rozwój psychospołeczny, realizowany w formie 15 dwugodzinnych zajęć warsztatowych w klasie szkolnej. Program jest wyposażony w podręcznik dla realizatora, zawierający m.in. szczegółowe scenariusz zajęć oraz wskazówki metodyczne (publikacja ukazała się drukiem w 2008r.). Badanie ewaluacyjne wykazało skuteczność programu w postaci wzrostu samooceny dzieci, wzrost podejmowanej przez nich aktywności społecznej oraz korzystnych zmianach w ocenie przez nauczycieli stopnia nieśmiałości dzieci.  |