



Przewyciężanie nieśmiałości u dzieci

Małgorzata Zabłocka

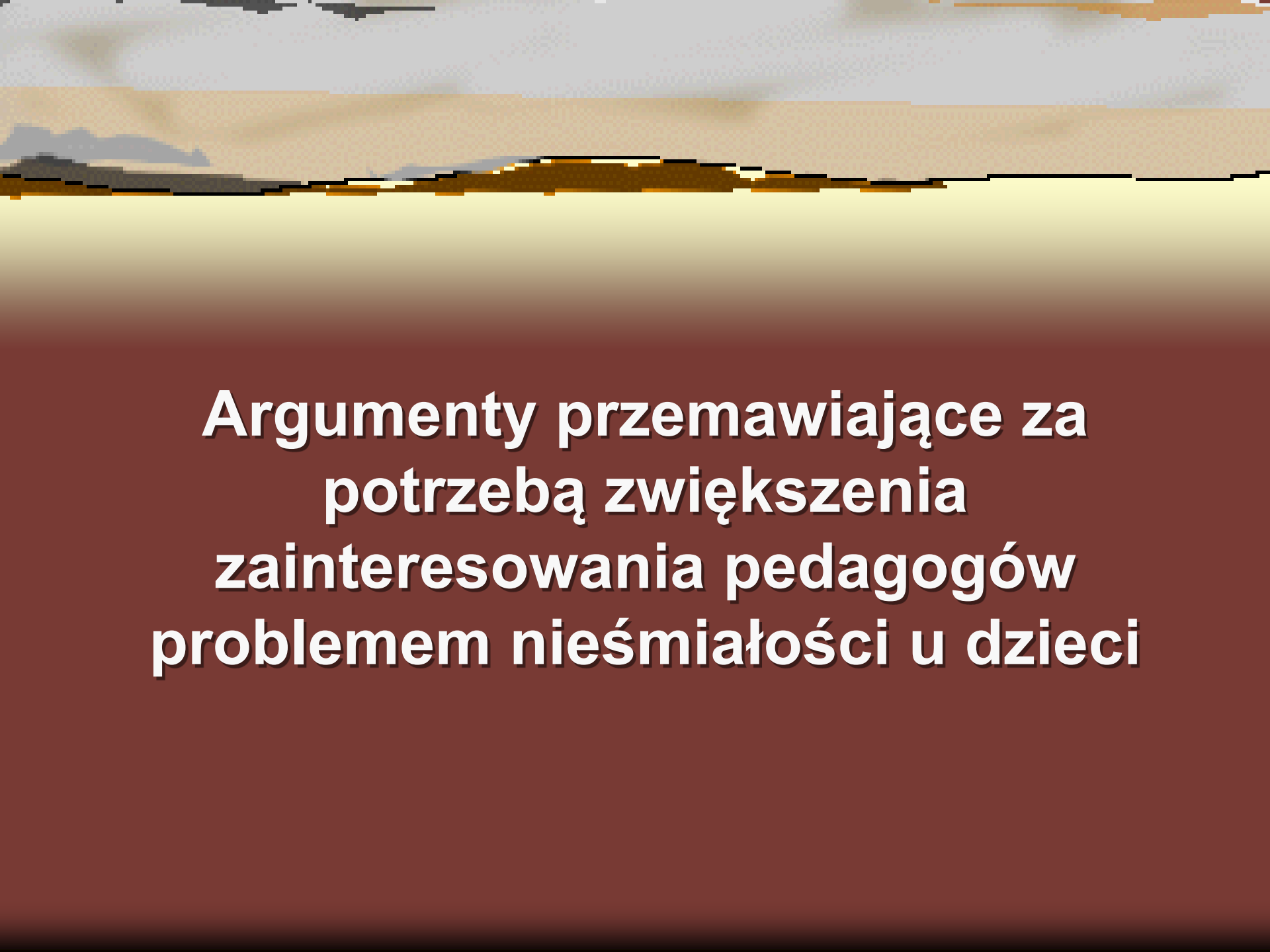
Uniwersytet Kazimierza Wielkiego w Bydgoszczy

Plan wystąpienia:

Argumenty przemawiające za potrzebą zwiększenia zainteresowania pedagogów problemem nieśmiałości u dzieci.

Wybrane elementy autorskiego programu wspomaganie rozwoju psychospołecznego dzieci nieśmiałych.

Wybrane wyniki badania skuteczności programu.



**Argumenty przemawiające za
potrzebą zwiększenia
zainteresowania pedagogów
problemem nieśmiałości u dzieci**

1. Nieśmiałość wiąże się na ogół z doświadczaniem dyskomfortu psychicznego, spowodowanego przede wszystkim odczuwaniem lęku w sytuacjach różnego typu interakcji społecznych i negatywną samooceną, jak również z dezorganizacją działania w tych sytuacjach (Harwas-Napierała, 1995).

NIEŚMIAŁOŚĆ

**UJĘCIE SYNDROMALNE
(współczesne)**

**aspekt
behawioralny**

**aspekt
emocjonalny**

**aspekt
samorientacyjny**

Źródło: opracowanie własne na podstawie: D. Borecka-Biernat (2001), B. Harwas-Napierała (1979).

2. Charakterystyczne dla nieśmiałości są zakłócenia w obrębie:

sfery behawioralnej

- zahamowanie aktywności (trudności w przekazywaniu wyuczonego materiału; pomyłki w czasie wypowiedzi; chaotyczne wypowiadanie się; nie odpowiadanie na pytania)
- wycofywanie się z kontaktów interpersonalnych
- małomówność
- cichy sposób mówienia
- unikanie kontaktu wzrokowego

sfery emocjonalnej

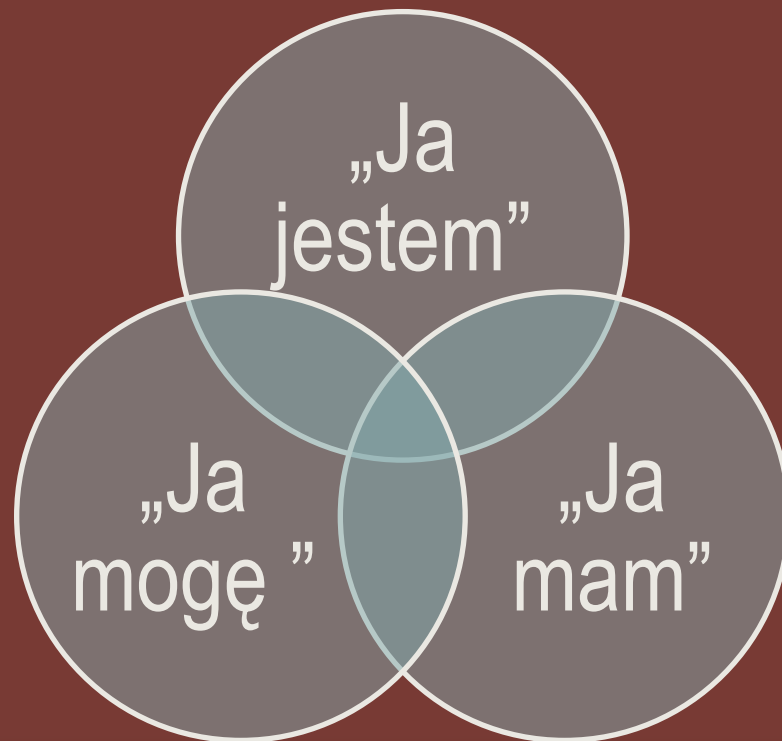
- obawa przed negatywną oceną ze strony innych
- poczucie osobistego zagrożenia w sytuacjach kontaktu społecznego
- lęk aktualizujący się w sytuacjach interakcji społecznych
- strach przed kontaktami z innymi osobami
- uczucie zażenowania w sytuacjach społecznych

sfery samoorientacyjnej

- pojawienie się specyficznych myśli (myśli o wyglądzie; myśli skupiające się na nieprzyjemnym aspekcie danej sytuacji; negatywne myśli o sobie, brak myśli pozytywnych)
- zakłócenie procesów myślenia („pustka w głowie”, „osłupienie”, „chaos myślowy”)
- skłonność do marzycielstwa (zamykanie się w kręgu własnych wyobrażeń)

3. Nieśmiałość może stanowić zagrożenie dla zdrowia psychicznego

Trudności, jakie napotykają osoby nieśmiałe dotyczą tych obszarów, z których można czerpać, zdaniem E. Grotberg (2000) odporność psychiczną:

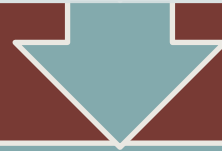


4. Przyczyny nieśmiałości wskazują na potrzebę zaproponowania wsparcia dzieciom i ich rodzicom

Czynniki biologiczne

Geny

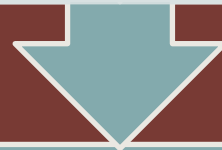
Temperament



Czynniki środowiskowe

Przywiązanie

Styl wychowania



Inne czynniki

Lękliwość rodziców

Pozycja społeczno-ekonomiczna rodziny

Pojawienie się nowego członka rodziny

Traumatyczne doświadczenia

Stosunek emocjonalny rodziców do dziecka

Odrzucenie emocjonalne

Nadmierna opiekuńczość

Stopień kontroli zachowań dziecka

Aspekt normatywny

Aspekt reaktywny

Rodzaj i poziom stawianych dziecku wymagań (nakazów)

- zbyt wysokie (w stosunku do możliwości) wymagania
- zbyt niskie (w stosunku do możliwości) wymagania
- wymagania nie pobudzające aktywności

Wielkość i rodzaj nakładanych na dziecko ograniczeń (zakazów)

- zbyt dużo zakazów/ograniczeń
- ograniczanie aktywności dziecka
- ograniczanie samodzielności dziecka

Reakcje na zachowanie dziecka (stosowane wzmocnienia)

- ciągłe ocenianie, krytyka
- surowe kary za niepowodzenia
- wyśmiewanie samodzielności
- nagradzanie zależnościowego zachowania

5. Trwałość nieśmiałości

Z badań podłużnych (Kagan 1999) wynika, że większość dzieci nieśmiałych w drugim roku życia pozostaje takimi w wieku siedmiu lat oraz w okresie dorastania.

Okolo 75% osób spośród tych, które stwierdziły, że były nieśmiałe we wczesnym dzieciństwie pozostaje nieśmiałymi w wieku dorosłym (Bruch, Giordano, Pearl 1986 za: Dzwonkowska 2009: 87).

6. Nieśmiali dorośli jako „grupa osób zagrożonych”

Ci, którzy nie wyrastają z nieśmiałości dotkliwie odczuwają jej skutki w dorosłym życiu. Z badań dotyczących nieśmiałych dorosłych, przeprowadzonych przez I. Dzwonkowską (2009), wynika, że najbardziej zagrożone jest zdrowie psychiczne osób **bardzo nieśmiałych**:

- są one mało towarzyskie,
- mają niską samoocenę i wysokie poczucie bezwartościowości towarzyskiej,
- często odczuwają przykre emocje i dotkliwe poczucie samotności, natomiast rzadko emocje pozytywne,
- mają więcej symptomów depresji, które przejawiają się m. in. tym, że są smutne, pełne obaw, przygnębione, mają trudności z koncentracją uwagi i snem, czują się gorsze od innych i negatywnie oceniają swoje życie,
- są przekonane, że raczej nie mogą liczyć na pomoc ze strony rodziny, przyjaciół i znajomych oraz mają poważne trudności w proszeniu o pomoc.

7. Brak koncepcji pomocy dzieciom nieśmiałym

Wśród oferty adresowanej do pedagogów znajdują się:

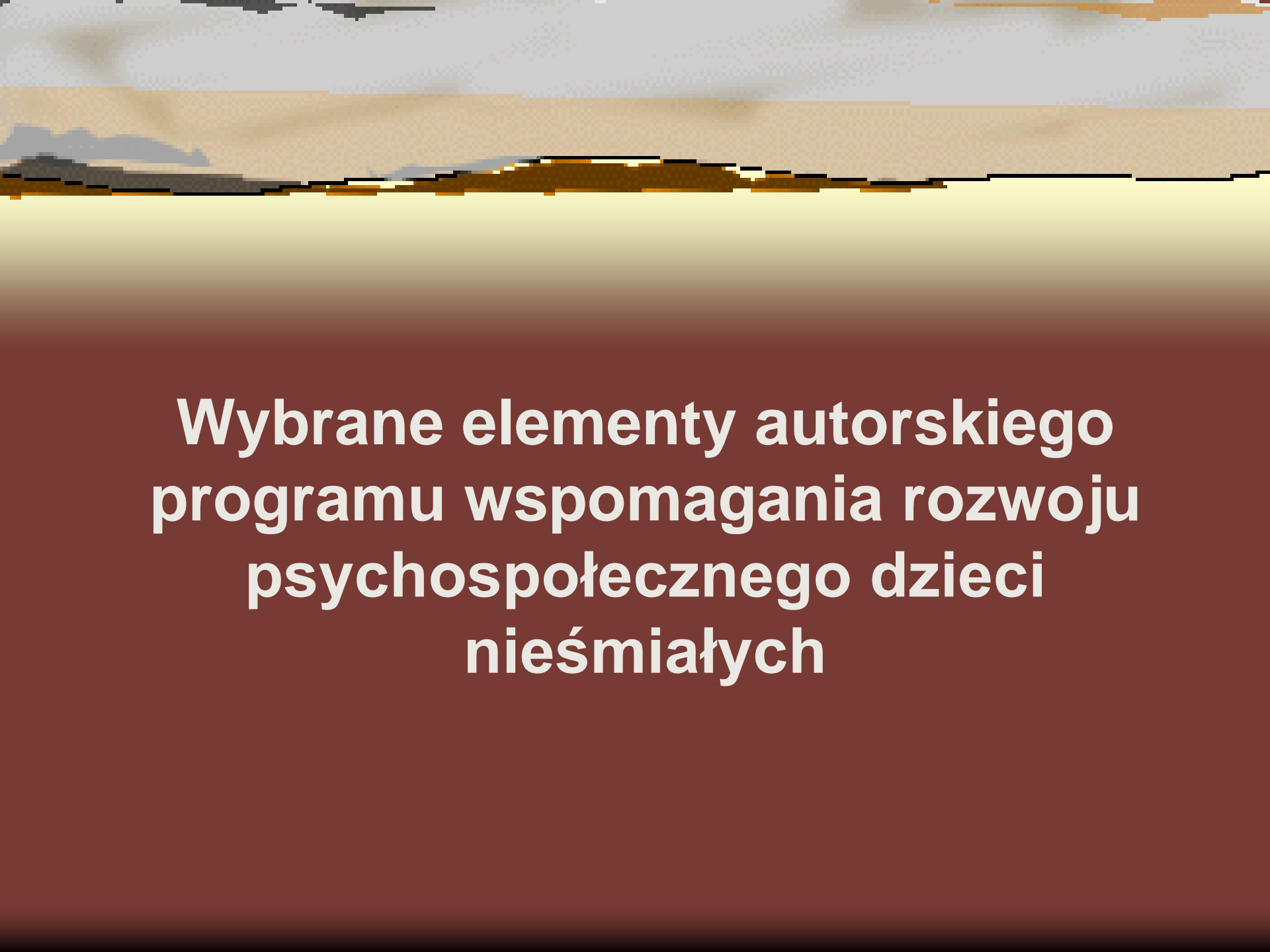
- ⇒ Scenariusze lekcji wychowawczych „Oswoić nieśmiałość” opracowane przez H. Hamer (2000)

Pomocne mogą być:

- ⇒ Program zajęć reedukacyjnych J. Grochulskiej (1993)
- ⇒ Program „Spójrz inaczej” A. Kołodziejczyka, E. Czerniewskiej, T. Kołodziejczyka (2000)
- ⇒ Pensylwański Program Zapobiegania Depresji M. Seligmana (1997).

Analiza funkcjonowania dzieci nieśmiałych oraz przyczyn tego zjawiska ujawnia wiele czynników świadczących o niekorzystnym przebiegu procesu rozwoju oraz akcentuje konieczność podejmowania działań o charakterze wychowawczym i profilaktycznym.

Nieliczne pomysły przewyciężania nieśmiałości nie świadczą o zainteresowaniu pedagogów tą problematyką.



**Wybrane elementy autorskiego
programu wspomaganie rozwoju
psychospołecznego dzieci
nieśmiałych**

Założenia programu

u podstaw
nieśmiałości leżą
niewłaściwe nawyki
myślenia (o sobie, o
zadaniach, o innych
ludziach)

nawyki te kształtują
się pod wpływem
swoistych
doświadczeń
uksztalowanych
zazwyczaj w
dzieciństwie

zmiana sposobu
myślenia jest możliwa
dzięki stworzeniu
dzieciom warunków
umożliwiających
nabywanie odmiennych
od dotychczasowych
doświadczeń

Założenia programu

Założenia programu nawiązują do Teorii Rozbieżności informacyjnej W. Łukaszewskiego (1974)

- ➔ informacje niezgodne z dotychczas posiadanymi powodują doświadczanie rozbieżności pomiędzy tym co dziecko wie i potrafi a tym czego od niego oczekuje otoczenie i jakie mu stawia zadania
- ➔ rozbieżność ta jest podstawowym czynnikiem uruchamiającym proces rozwoju, kończący się zdobyciem nowych kompetencji
- ➔ wielokrotne udzielanie, przez prowadzącego zajęcia i/lub dzieci uczestniczące w zajęciach, informacji rozbieżnych ze standardami regulacji już posiadanymi może zapoczątkować proces zmiany tych standardów
- ➔ zmianę posiadanych standardów regulacji zapoczątkować może także podjęcie działania niezgodnego z nimi

Założenia programu

Założenia programu nawiązują do teorii społecznego uczenia się A. Bandury, zgodnie z którą:

- ⇒ nabywanie nowych umiejętności i wzorów zachowań odbywać się może poprzez obserwację zachowań własnych i innych osób oraz ocenę skutków, jakie one przynoszą
- ⇒ obserwacja wzorów skutecznych umiejętności społecznych może przynieść korzyści w postaci spostrzeżenia pomyślnych skutków czyjegoś zachowania i chęci jego naśladowania

Cel programu - przezwyciężanie nieśmiałości poprzez tworzenie dzieciom nieśmiałym warunków do:



Cel programu

Tworzenie dzieciom warunków do podejmowania aktywności społecznej

Tworzenie warunków do:	Scenariusze														
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
wypowiadania się lub podejmowania innej aktywności na forum grupy	C2 C4 C5	C3 C4 C7	C1 C2 C4 C5	C1 C3 C5	C1 C2 C3 C4 C6 C7 C8	C1 C2 C4 C5	C1 C2 C3 C5	C2 C4 C5	C3 C4 C6	C2 C3 C4 C5 C6 C7	C2 C4	C1 C3	C1 C2 C4 C6	C1 C2 C4	C1 C2 C4
współdziałania z innymi dziećmi		C4 C6 C7	C5	C4 C6	C1	C3 C5 C6	C1 C2	C6	C5	C5 C7 C8	C4 C5	C2 C4 C5	C2 C3 C4 C5	C1 C3	
kształtowania przekonania o możliwości osobistego wpływania na bieg zdarzeń	C3 C6	C2 C3	C1 C2 C5 C7		C2	C5	C2 C6		C1	C1 C7	C4 C6	C1 C2 C7	C4 C6		C3

Rozwijanie aktywności społecznej poprzez tworzenie dzieciom nieśmiałym warunków do:

Wypowiadania się lub podejmowania innej aktywności na forum grupy	<p>➤ „Teczka” (scenariusz 1, ćwiczenie 4) - dzieci ozdabiają teczki, do których będą w trakcie zajęć wkładały otrzymane materiały. Wyklejają (z otrzymanych czasopism) na nich coś, co je wyróżnia np. swoje zainteresowania, ulubioną czynność, muzykę, sport, zwierzę i opowiadają o teczce na forum. Jeśli mówienie o sobie na forum jest za trudne, opowiadają sobie o efektach swojej pracy w parach a następnie przedstawiają na forum teczkę koleżanki/kolegi.</p>
Współdziałania z innymi	<p>➤ „Jestem sławną osobą” (scenariusz 13, ćwiczenie 5) - dzieci na kartkach piszą imię i nazwisko jakiejś znanej postaci (może to być znany sportowiec, wokalista, postać z bajki). Przyklejają tę kartkę na plecach osoby siedzącej po ich prawej stronie „zamieniając ją w tę postać”. Zadanie polega na tym, aby każdy dowiedział się, kim jest. Może to uczynić zadając innym pytania rozpoczynające się od czy (np. czy ja żyję, czy jestem kobietą, czy jestem sportowcem itp.).</p>
Kształtowania przekonania o możliwości osobistego wpływu na bieg zdarzeń	<p>➤ „Oczekiwania” (scenariusz 1, ćwiczenie 6) - prowadzący mówi dzieciom, że zależy mu tym, aby przychodziły na spotkania z przyjemnością i dobrze się na nich czuły. Rozdaje im karteczki i prosi, aby napisały na nich swoje oczekiwania, dotyczące tych zajęć. Mają napisać czego się spodziewają, co chciałby robić na spotkaniach, czego chciałyby się nauczyć. Nie muszą się podpisywać. Na następnym spotkaniu (Scenariusz 2, ćwiczenie 2) prowadzący nawiązuje do oczekiwań uczestników. Dziękuje za propozycje, podkreśla ich wartość. Mówi, które z nich są możliwe do spełnienia a których, na tych zajęciach, nie da się uwzględnić</p>

Cel programu

Tworzenie dzieciom warunków do rozwijania kompetencji społecznych

Tworzenie warunków do:	Scenariusze														
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
zastanawiania się nad przyczynami ludzkich zachowań i uwzględniania różnych punktów widzenia		C5 C7	C3 C4			C5			C4		C2 C3 C5	C3			
dostrzegania mocnych stron innych osób			C6				C4								
uczenia się informowania innych o własnych myślach, uczuciach, oczekiwaniach					C2 C8 C9	C2 C4 C5	C3	C4	C3	C3 C8	C6	C1 C7	C4 C6		C1 C4 C5
ćwiczenia umiejętności niewerbalnej komunikacji					C6	C1	C5						C3		
ćwiczenia umiejętności dobrego (aktywnego) słuchania innych										C4 C7 C8		C5			

Rozwijanie kompetencji społecznych poprzez tworzenie dzieciom nieśmiałym warunków do:

<p>Zastanawiania się nad przyczynami ludzkich zachowań i uwzględniania różnych punktów widzenia</p>	<p>⇒ „Jak to wyjaśnić?” (scenariusz 2, ćwiczenie 7) - prowadzący prosi, aby dzieci wspólnie zastanowiły się nad przyczynami ludzkich zachowań (tj. mama mówi do syna, że już więcej nie kupi takich balonów na przyjęcie urodzinowe; starszy człowiek wychodzi ze sklepu samoobsługowego z bułką za którą nie zapłacił; uczeń drugiej klasy mówi, że już więcej nie pójdzie do szkoły; ulicą idzie czteroletnie dziecko i płacze; na przerwie koleżanka uderza kolegę w plecy; właściciel psa codziennie szczotkuje zwierzę). Następnie dzieci przedstawiają na forum wyniki swojej pracy.</p>
<p>Dostrzegania mocnych stron innych osób</p>	<p>⇒ „Pociąg dobrych cech” (scenariusz 3, ćwiczenie 6) - dzieci rysują pociąg mający tyle wagoników ile własnych mocnych stron potrafią wymieniść. Ostatni wagonik zostawiają pusty. Do tego wagonika inne dzieci mogą wpisać pozytywne cechy, zachowania, jakie dostrzegają u rówieśników. Prowadzący modeluje pozytywne informacje zwrotne.</p>
<p>Uczenia się informowania innych o własnych myślach, uczuciach, oczekiwaniach</p>	<p>⇒ „Zadanie domowe” (scenariusz 5, ćwiczenie 2) - prowadzący rozdaje dzieciom zeszyty i zachęca do tego, aby każdego wieczora pomyślały o tym, co się tego dnia wydarzyło. Mają pomyśleć o tych dobrych chwilach i o tych, w których napotkały jakieś trudności, coś nie powiodło im się tak, jakby tego chciały. W zeszycie mają opisać te sytuacje i to, co wówczas myślały. Mogą wybrać jedną sytuację z danego dnia. Na zajęciach te sytuacje są omawiane. Ćwiczenie jest okazją do przyjrzenia się, jakie sytuacje dzieci wybierają oraz jakie myśli (optymistyczne czy pesymistyczne) im towarzyszą oraz do modelowania realnych, pozytywnych myśli.</p>

Rozwijanie kompetencji społecznych poprzez tworzenie dzieciom nieśmiałym warunków do:

**Ćwiczenia
umiejętności
niewerbalnej
komunikacji**

➔ **„Kto jest moją parą”?** (scenariusz 5, ćwiczenie 6) - dzieci losują kartoniki z nazwami emocji. Ich zadaniem jest niewerbalne przedstawienie wylosowanej emocji i poszukanie swojej pary (osoby, która wylosowała tę samą emocję). Ćwiczenie można wykorzystać do podziału dzieci na pary.

**Ćwiczenia
umiejętności
dobrego
(aktywnego)
słuchania
innych**

➔ **„Scenki”** (scenariusz 10, ćwiczenie 7) - prowadzący dzieli dzieci na pary. Prosi, aby każda para przygotowała i odegrała dwie scenki dotyczące tej samej sytuacji. W jednej mają przedstawić dobre słuchanie a w drugiej słuchanie nieuważne.

Tematy scenek:

- pacjent w szpitalu skarży się na różne dolegliwości - rozmowa z lekarzem
- pani w sklepie nie wie jaką wybrać suknię i prosi sprzedawcę o radę
- dziewczynka zgubiła się w supermarkecie i prosi kogoś z ochrony o pomoc
- córka ma kłopoty w szkole i chce porozmawiać o tym z rodzicami
- chłopiec chce poprosić rodziców o zgodę na wyjazd na biwak klasowy.

Cel programu

Tworzenie dzieciom warunków do kształtowania wyższej i bardziej adekwatnej samooceny

Tworzenie warunków do:	Scenariusze														
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
udzielania przez prowadzącego i uczestników zajęć prawdziwych, pozytywnych informacji o cechach dziecka, jego działaniach i ich wynikach	C4 C7	C2 C3 C4 C8	C6 C7	C3	C2 C9	C2 C5 C6	C2 C3 C6	C4 C5 C6	C3 C6 C7	C3 C7 C9	C5 C6	C3	C4	C1 C5	C2 C6
poznania i rozumienia siebie	C4 C5		C3 C4	C5	C2	C2	C1 C3	C4	C3	C3		C4			
rozwijania świadomości swoich mocnych stron			C6									C4		C5	

Kształtowanie wyższej i bardziej adekwatnej samooceny poprzez tworzenie dzieciom nieśmiałym warunków do:

<p>Udzielania przez prowadzącego i uczestników zajęć prawdziwych, pozytywnych informacji o cechach dziecka, jego działaniach i ich wynikach</p>	<p>➔ „Dyplomy” (scenariusz 15, ćwiczenie 6) – prowadzący przygotowuje dla dzieci dyplomy. Dziękuje im za udział w spotkaniach. Dzieli się swoimi odczuciami, refleksjami. Zachęca dzieci do wykorzystywania zdobytych umiejętności. Mówi, że kiedy poczują złość, smutek, niepokój, mają zastanowić się nad myślami, które siedzą w ich głowach, nad tym czy są one realne, czy tylko tak można tę sytuację wyjaśnić czy jakoś inaczej (bardziej optymistycznie) można pomyśleć. Mówi, że mogą próbować nawiązywać kontakty za pomocą poznanych na zajęciach sposobów, mogą mówić innym co czują (stosować „komunikat ja”) i słuchać uważnie, kiedy ktoś chce im o czymś powiedzieć.</p>
<p>Rozwijania świadomości swoich mocnych stron</p>	<p>➔ „Dary czterech wrózek” (scenariusz 14, ćwiczenie 4) - prowadzący prosi dzieci, aby napisały na kartce cztery rzeczy, które dostały od losu (np. zdrowie, zdolności muzyczne, wzrost itp.), przypięły swoje kartki do ubrania i spacerując po sali zapoznały się z treścią kartek innych dzieci i ewentualnie, w wyniku rozmowy, dopisały „dary losu”, których nie uwzględniły.</p>

Kształtowanie wyższej i bardziej adekwatnej samooceny poprzez tworzenie dzieciom nieśmiałym warunków do:

Poznania i rozumienia siebie

⇒ „Kopciuszek i królewna” (scenariusz 12, ćwiczenie 4) - prowadzący rozdaje dzieciom kartki, włącza spokojną muzykę i prosi, aby każde dziecko przypomniało sobie i zapisało na kartce sytuacje, w których czuło się niedowartościowane, i nieważne (jak Kopciuszek). Następnie wypisało te sytuacje, w których miało znakomite samopoczucie - czuło się wartościowe, akceptowane, ważne dla innych (jak Królewna, Królewicz). Następnie dzieli dzieci na czteroosobowe zespoły i prosi, aby utworzyły listę zmartwień i sposobów radzenia sobie z nimi.

Po zakończeniu może porozmawiać z dziećmi o tym:

- co wpływa na obniżenie, a co na poprawę nastroju (może zwrócić uwagę na kształtowane do tej pory umiejętności – optymistycznego wyjaśniania przyczyn zdarzeń)
- w jaki sposób mogą sami zadbać o swoje samopoczucie (siła pozytywnego myślenia, bycie optymistą)
- co mogą zrobić dla siebie, aby czuć się lepiej w grupie?

Cel programu

Tworzenie dzieciom warunków do kształtowania optymistycznego stylu wyjaśniania przyczyn zdarzeń

Tworzenie warunków do:	Scenariusze														
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
zastanawiania się nad swoimi myślami i uczuciami w trudnych sytuacjach				C2 C3 C5	C2 C5 C7 C8	C2	C3	C5	C3 C6	C3					
ćwiczenia umiejętności dostrzegania związku między myślami i uczuciami					C7 C8	C2 C5	C3	C2 C4			C2				
uczenia się optymistycznego stylu wyjaśniania przyczyn niepowodzeń					C2	C2	C3	C2 C4 C5	C3 C4 C6	C3	C2 C3 C5	C3			
bardziej realistycznego myślenia o skutkach niepowodzeń											C2 C5	C3		C2 C4	C2

Kształtowanie optymistycznego stylu wyjaśniania przyczyn zdarzeń poprzez tworzenie dzieciom nieśmiałym warunków do:

Zastanawiania się nad swoimi myślami i uczuciami w trudnych sytuacjach

➔ **„Wyłapywanie myśli z życia wziętych”** (scenariusz 4, ćwiczenie 5) – prowadzący rozdaje dzieciom kartki i prosi, aby przypomniały sobie jakąś sytuację, w której ostatnio nie powiodło im się tak, jakby tego chciały. Chodzi o to, aby dzieci zaczęły zwracać uwagę na to, co do siebie mówią. Mają opisać tę sytuację (trudność) i to, co wówczas myślały (przekonania). Po zakończeniu prosi, aby dzieci powiedziały o swoich trudnościach i myślach, jakie im towarzyszyły. Może zachęcić je do dzielenia się doświadczeniami rozpoczynając to ćwiczenie.

Ćwiczenia umiejętności dostrzegania związku między myślami i uczuciami

➔ **„Optymista i pesymista”** (scenariusz 8, ćwiczenie 2) - w celu wyjaśnienia dzieciom różnicy między myślami stałymi i chwilowymi prowadzący może wykorzystać poniższe przykłady:

Mama: Obiecałeś, zanim kupiliśmy ci psa, że będziesz go codziennie wyprowadzał, karmił. Już trzeci raz w tym tygodniu muszę ci o tym przypominać, zaczyna mnie to złościć.

Syn 1 myśli sobie: Ojej, pewnie zabiorą mi psa. Nie umiem się nim opiekować. Zawsze zrobię coś nie tak. Nigdy nie kupią mi już żadnego zwierzaka.

Syn 2 myśli sobie: Ojej, rzeczywiście w tym tygodniu nie przykładałem się do opieki nad psem. Muszę to zmienić, żeby nie złościć mamy.

Prowadzący pyta dzieci, jakie myśli (zabiorą mi psa, zawsze robię coś nie tak, nigdy nie kupią mi zwierzaka) pojawiły się u pierwszego chłopca? Czy są one stałe czy chwilowe? Co może czuć? (smutek, przygnębienie) Czy myśli, że jest coś, co mogłoby poprawić sytuację? Pyta też jakiego myśli towarzysza drugiemu chłopcu? Czy są one

Kształtowanie optymistycznego stylu wyjaśniania przyczyn zdarzeń poprzez tworzenie dzieciom nieśmiałym warunków do:

Uczenia się optymistycznego stylu wyjaśniania przyczyn niepowodzeń	<p>⇒ „Obrazki” (scenariusz 8, ćwiczenie 5) - dzieci mają sobie wyobrazić, że poniższe sytuacje zdarzają się właśnie im. Mają wypisać w dymki jak mogłyby je wyjaśnić pesymistycznie (myśli stałe np.: nigdy z nią nie wygram, zawsze mnie odrzuca, nie lubi mnie) a jak optymistycznie (myśli chwilowe np. następnym razem ja wygram, może się z kimś umówił, pewnie coś jej wypadło).</p> <ol style="list-style-type: none">1. Znowu przegrałaś grając z koleżanką w szachy.2. Brat idzie do miasta i nie chce abyś z nim poszedł.3. Umówiłaś się z koleżanką na 10.00. Miała doradzić ci w sprawie kupna nowego plecaka. Spóźnia się już 15 minut.
Bardziej realistycznego myślenia o skutkach niepowodzeń	<p>⇒ „Bombardujemy smutne myśli” - (scenariusz 11, ćwiczenie 5) - dzieci w dwóch grupach starają się wymyślić jak najwięcej optymistycznych i realistycznych wyjaśnień danej sytuacji (<i>np. Olek trzykrotnie dzwoni do kolegi. Za każdym razem nie zastaje nikogo w domu, więc zostawia wiadomość na automatycznej sekretarce, z prośbą, aby kolega oddzwonił do niego jak tylko wróci do domu. Jednak kolega nie dzwoni</i>). Każda z grup dostaje kartki papieru w innym kolorze. Dzieci sporządzają tyle papierowych kul ile udało im się znaleźć wyjaśnień. Następnie „bombardują” powieszoną przez prowadzącego smutną tarczę i w jej miejsce prowadzący wieszają tarczę wesołą.</p>



Wybrane wyniki badania skuteczności programu

Schemat związków między badanymi zmiennymi



Metoda, techniki i narzędzia badawcze

WYBÓR DZIECI NIEŚMIAŁYCH

- Technika socjometryczna: „Zgadnij kto...” (Junik, 2004)
- Technika rangowania dla wychowawcy klasy (Zabłocka, 2005)

AKTYWNOŚĆ SPOŁECZNA

- Obserwacja sytuacyjna (Gurycka, 1970)
- Arkusz do badania percepcji sytuacji zadaniowej (Zabłocka, 2005)
- Arkusz do badania samopoczucia w sytuacji zadaniowej (Zabłocka, 2005)

KOMPETENCJA SPOŁECZNA

- Technika socjometryczna „Plebiscyt Życzliwości i Niechęci” (Deptuła, 1997)

POZIOM I ADEKWATNOŚĆ SAMOOCENY

- Arkusz do oceny własnego funkcjonowania w sytuacjach społecznych (Harwas-Napierała, 1979)
- Arkusz do badania funkcjonowania dzieci nieśmiałych w rolach społecznych (Harwas-Napierała, 1979)

STYL WYJAŚNIANIA PRZYCZYŃ ZDARZEŃ

- Kwestionariusz atrybucyjnego stylu u dzieci Kaslow, Tanenbaum (Seligman, 1997)

Dobór osób badanych

Badani - dzieci nieśmiałe - uczniowie IV, V i VI klas Szkół Podstawowych

Dobór próby - celowy

Kryteria doboru:

- ⇒ opinia nauczyciela
- ⇒ opinia rówieśników
- ⇒ opinia badanych

Wielkość próby - 87 osób

Wielkość próby po zakończeniu badań - 80 osób

- ⇒ grupa eksperymentalna 37 osób
- ⇒ grupa kontrolna - 43 osoby

Różnice istotne pomiędzy grupą E1,E2 a K1,E3/K2,E4 II pomiar zmiennych

Aktywność społeczna	Rodzaj czynności	t = 2,164 p = 0,038
	Ogólna aktywność	t = 2,168 p = 0,037
Samooceana	W roli ucznia	t = 6,839 p = 0,013
Styl wyjaśniania	Zasięg powodzeń	t = -2,767 p = 0,009
	Stażość powodzeń	t = 3,611 p = 0,001
	Stażość niepowodzeń	t = -2,810 p = 0,008
	Personalizacja niepowodzeń	t = -4,571 p = 0,000

Wnioski

- ➔ zmiany, jakie zaszły u dzieci nieśmiałych mają 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 projektowaniu oddziaływań adresowanych do dzieci nieśmiałych
- ➔ zastosowane techniki i narzędzia badawcze mogą służyć pedagogom do diagnozy sytuacji społecznej dziecka w grupie rówieśniczej

Literatura

- Borecka-Biernat D. (2001). *Zachowanie nieśmiałe młodzieży w trudnej sytuacji społecznej*. Kraków: Oficyna Wydawnicza Impuls.
- Kołodziejczyk A., Czerniewska E., Kołodziejczyk T. (2000). *Spójrz inaczej*. Starachowice: Wydawnictwo ATE.
- Deptuła M. (1997). *Szanse rozwoju psychospołecznego dzieci w zmieniającej się szkole*. Bydgoszcz: Wydawnictwo Uczelniane WSP.
- Junik W. (2004). *Wspomaganie rozwoju psychospołecznego dzieci z rodzin z problemem alkoholowym w świetlicach terapeutycznych*. Rozprawa doktorska. Bydgoszcz: Uniwersytet Kazimierza Wielkiego.
- Grochulska J. (1992). *Wspomaganie rozwoju społecznego dziecka*. Wrocław-Warszawa-Kraków. Zakład Narodowy Ossolińskich: Wyd. PAN.
- Gurycka A. (1970). *Dzieci bierne społecznie*. Wrocław-Warszawa-Kraków: Wydawnictwo PAN. Zakład Narodowy im. Ossolińskich.

Literatura

- Gurycka A. (1970). *Dzieci bierne społecznie*. Wrocław-Warszawa-Kraków: Wydawnictwo PAN. Zakład Narodowy im. Ossolińskich.
- Hamer H. (2000). *Oswoić nieśmiałość*. Scenariusze. Warszawa: Wydawnictwo Veda.
- Harwas-Napierała B. (1979). *Nieśmiałość dziecka*. Poznań: Wydawnictwo Uniwersytetu Poznańskiego.
- Łukaszewski W. (1974). *Osobowość: struktura i funkcje regulacyjne*. Warszawa: PWN.
- Mc Whirter J.,B.,A.,E. (2001). *Zagrożona młodzież*. Warszawa: Państwowa Agencja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych.
- Seligman M.E.P. (1997). *Optymistyczne dziecko*. Poznań: Media Rodzina of Poznań.
- Zabłocka M. (2005). *Wspomaganie rozwoju psychospołecznego dzieci nieśmiałych*. Rozprawa doktorska. Bydgoszcz: Uniwersytet Kazimierza Wielkiego.



Dziękuję za uwagę!