

Karty i wskazówki dotyczące sytuacji dokuczania i „prześladowania”

Jeśli nic nie skutkuje skorzystaj z pomocy innych

Skorzystaj z pomocy osób, którym ufasz.
Skorzystaj z pomocy, nawet jeśli osoby, które ci dokuczają.



Gdy ktoś ci
pomaga, nie mów
tej osobie, co ma
robić. Słuchaj, co ci
mówi.

Jeśli pierwsza osoba,
do której zwracasz się
o pomoc nie pomoże
ci, szukaj następnej,
która to zrobi.



A co Ty byś
zrobił?

Osoba prowadząca zagra rolę dziewczynki, która jest złościwa wobec młodych dzieci ponieważ złościwe dzieci zawsze ją „prześladują” i jej dokuczają. Ty zagraz rolę nauczyciela, który pomaga dziewczynce zachować się w odpowiedni sposób.



Co można
zrobić?

Podczas oglądania meczu piłki nożnej, Kasia nagle dostaje piłkę w głowę. Ktoś się zaśmiał, ktoś inny z kolei zapytał: „Kasiu czy wszystko w porządku?”

Co powinna zrobić Kasia?



Co o tym
sądzisz?

Ludzie są dla mnie ta-
cy nieuprzejmi.
To znaczy, że nigdy nie
będę miał przyjaciół.

Wskazówki są przeznaczone dla młodych osób z Zespołem Aspergera i innymi zaburzeniami ze spektrum autyzmu. Zostały opracowane w celu poszerzenia repertuaru skutecznych strategii reagowania w sytuacjach dokuczania i „prześladowania”.

Karty służą do dyskusji i rozwiązywania sytuacji problemowych. Podczas korzystania z kart dobrze jest trzymać także wskazówki w zasięgu ręki, tak aby móc się do nich odnieść, gdy zaistnieje taka potrzeba.



**Co o tym
sądzisz?**

Nie podobało mi się to,
co on powiedział na te-
mat mojego ulubionego
programu telewizyjnego!
To było złośliwe!



**Co o tym
sądzisz?**

On nazwał mnie
„ofiarą losu”.
Wszyscy myślą, że
jestem „ofiarą losu”!



**Co o tym
sądzisz?**

Ludzie są dla mnie ta-
cy nieuprzejmi.
To znaczy, że nigdy nie
będę miał przyjaciół.



**Co o tym
sądzisz?**

W zeszłym roku, gdy
byłem na tym placu za-
baw, dostałem tam od
jednego złośliwego
chłopaka.
Nigdy więcej już tam nie
pójdę.



**Co o tym
sądzisz?**

Oto powód dlaczego ludzie
wysmiewają się ze mnie.
Jestem inny, jestem głupi.
Nie znam odpowiedzi na
pytania zadawane w klasie.



**Co o tym
sądzisz?**

Słyszę jak dzieciaki
znowu się śmieją. Na
pewno śmieją się ze
MNIE.



**Co o tym
sądzisz?**

Pewnego dnia, gdy
nadarzy się okazja,
pokażę im. Wtedy
pożałują!



**Co o tym
sądzisz?**

Jeżeli jestem nie-
miły, to tylko dlate-
go, że ta osoba jako
pierwsza była nie-
miła dla MNIE.



**Co o tym
sądzisz?**

Pójdę i przyłożę jednemu z tych dokuczliwych dzieciaków. Wtedy przestaną mnie zaczepiać.



**Co o tym
sądzisz?**

Lepiej będzie, gdy będę spędzał więcej czasu sam. Wtedy ludzie nie będą mieli okazji, żeby mnie obrażać.



**Co o tym
sądzisz?**

Oto czego nauczyło mnie dokuczanie kolegów. Nie ufaj swoim rówieśnikom.



**Co o tym
sądzisz?**

Gdy dorosnę, ludzie będą nadal złośliwi. Dokładnie tak, jak teraz.



Co można zrobić?

Podczas oglądania meczu piłki nożnej, Kasia nagle dostaje piłką w głowę. Ktoś się zaśmiał, ktoś inny z kolei zapytał: „Kasiu czy wszystko w porządku?”

Co powinna zrobić Kasia?

autismteachingstrategies.com



Co można zrobić?

Daniel nie lubi przezwisk. Słyszy jak chłopcy w stołówce żartują nadając sobie przezwiska związane z psimi rasami, np. „Felek Pudelek”, „Marcel Sznau-cer”. Nagle jeden z chłopaków odwraca się w stronę Daniela mówiąc: „Patrzcie! To Daniel Spaniel!”.

Co powinien zrobić Daniel?

autismteachingstrategies.com



Co można zrobić?

Gdy Piotrek idzie szkolnym korytarzem podchodzi do niego chłopak, którego nigdy wcześniej nie widział mówiąc: „, Koles, dlaczego masz takie okropne włosy?”

Co powinien zrobić Piotrek?

autismteachingstrategies.com



Co można zrobić?

W damskiej łazience dziewczyny zaczęły szperać w torebce Oli podczas, gdy ona wyszła do toalety. Wkrótce jedna z nich trzymając w ręku zdjęcie Justin’a Biebera’a wykrzykuje: „Patrzcie! Ola jest zakochana!”.

Co powinna zrobić Ola?

autismteachingstrategies.com



Co można zrobić?

Jarek nie lubi, gdy ktoś go dotyka. Podczas letniego obozu dzieci grają w berka. Jedno z nich podbiega do Jarka i dotykając go w ramię krzyczy: „Jarek, berek!”

Co powinien zrobić Jarek?

autismteachingstrategies.com



Co można zrobić?

Kolejka na stołówce jest naprawdę długa. Gdy Paweł otrzymuje swój obiad zostaje mu niewiele czasu, aby go zjeść przed końcem przerwy. Jedząc w pośpiechu dostrzega dużą plamę sosu pomidorowego na swojej białej podkoszulce. Gdy koledzy zaczynają sobie z niego żartować stara się to zignorować i odejść. Wtedy dołączają inne dzieci i zaczynają mu dokuczać.

Co powinien zrobić Paweł?

autismteachingstrategies.com



Co można zrobić?

Dziewczyna ze starszej klasy podchodzi do Ali i oznajmia: „Zamierzam ci po lekcjach przyłożyć. W drodze do domu dopadnę cię i będzie to daleko od szkoły, tak że nikt ci nie pomoże”.

Co powinna zrobić Ala?

autismteachingstrategies.com



Co można zrobić?

Na lekcjach wychowania fizycznego Adam ma problem z bieganiem na dłuższe dystanse. Nie dotrzymuje tempa swoim kolegom. Przez trzy tygodnie chłopaki przezywali go żółwiem. Adam powiedział o tym nauczycielce. Pani od w-f 'u poradziła, żeby nie zwracał na to uwagi.

Co powinien zrobić Adam?

autismteachingstrategies.com



Co można zrobić?

Rafał ma 11 lat a jego brat Kuba-9. Chociaż Kuba jest młodszy, to on zawsze wygrywa ze starszym bratem, gdy razem grają na komputerze. Pewnego dnia Rafał oznajmia: „ Teraz MOJA kolej, aby wygrać!” W odpowiedzi słyszy: „Cicho, duży dzidziusiu”

Co powinien zrobić Rafał?

autismteachingstrategies.com



What to DO?

Podczas obiadu dzieci dostrzegają, że Bartek ma dziurę z tyłu spodni. Szybko rozprowadają o tym innym i wkrótce większość dzieci śmieje się z Bartka. Chłopak prosi, aby przestali, ale oni nie reagują.

Co powinien zrobić Bartek?

autismteachingstrategies.com



Co można zrobić?

Hania Wierdział od jakiegoś czasu otrzymuje nieprzyjemne wiadomości na Facebook'u. Dzieci przezywają ją „Hania Śmierdział” i twierdzą, że Hania nie kąpie się zbyt często.

Co powinna zrobić Hania?

autismteachingstrategies.com



Co można zrobić?

Rówieśnicy zazwyczaj dokuczają Asi w szkole, ale dzisiaj jest inaczej. Kiloro z nich oznajmia jej, że bardzo podoba się Tomkowi, jednemu z najprzystojniejszych chłopaków w szkole. Twierdzą ponadto, że Tomek chciałby się z nią umówić. Po skończonych lekcjach, ktoś podchodzi i podaje Asi telefon mówiąc: „Proszę, możesz teraz do niego zadzwonić!”

Co powinna zrobić Asia?

autismteachingstrategies.com



A co Ty byś zrobił?

Dorosły zagra rolę dziecka, któremu dokuczają z powodu głosu. Ich zdaniem jego głos brzmi dziwnie.

Pomóż dziecku zrozumieć zasadę ignorowania, oddalenia się oraz powiedzenia innym, aby przestali: „Przestańcie”, „Dość”.

autismteachingstrategies.com



A co Ty byś zrobił?

Poproś osobę prowadzącą, aby wymyśliła jakieś miłe przezwisko, którym może się do ciebie zwracać?

autismteachingstrategies.com



A co Ty byś zrobił?

Jeśli ci dokuczają i prześladują w szkole, wymień trzy dorosłe osoby do których możesz zwrócić się o pomoc.

Jeśli jesteś poza szkołą, a doświadczasz złośliwości i prześladowania ze strony innych, kto może ci pomóc?

autismteachingstrategies.com



A co Ty byś zrobił?

Prawda czy Fałsz:

Jeśli JESTEŚ dla kogoś nieuprzejmy, to oznacza, że JESTEŚ „prześladowcą”. Wyjaśnij swoją odpowiedź.

autismteachingstrategies.com



A co Ty byś zrobił?

Osoba prowadząca zagra rolę dziewczynki, która jest złośliwa wobec młodszych dzieci ponieważ złośliwe dzieci zawsze JA „prześladują” i JEJ dokuczają. Ty zagraś rolę nauczyciela, który pomaga dziewczynce zachować się w odpowiedni sposób.



A co Ty byś zrobił?

Dorośli zagra rolę dziecka, które martwi się z powodu docinków ze strony rówieśników.

Dokuczają mu, gdyż nie gra zbyt dobrze w piłkę nożną. Pomóż mu poczuć się lepiej. Wykorzystaj następujące wyrażenia:

- 1) „Co się stało?”
- 2) „To brzmi okropnie”
- 3) „ Opowiem ci o sytuacji, w której czułem się podobnie”



A co Ty byś zrobił?

Wyobraź sobie, że widzisz dwóch nastolatków zanoszących się od śmiechu i przezywających się wulgarnymi słowami.

Co byś zrobił?



A co Ty byś zrobił?

Zagraj rolę nauczyciela, który rozmawia ze swoją klasą chcąc pomóc uczniom przygotować się na przyjęcie nowej uczennicy, która od jutra rozpoczyna naukę w ich klasie. Dziewczyna jest niepełnosprawna ruchowo - porusza się na wózku inwalidzkim, ma również pewną deformację twarzy. Upewnij się, że uczniowie wiedzą jak odpowiednio zachowywać się wobec nowej koleżanki.



A co Ty byś zrobił?

Prowadzący zagra rolę dziecka, któremu bardzo dokuczają z powodu wolnego tempa biegania. Twoim zadaniem będzie pomóc temu „dziecku” poczuć się lepiej. Wykorzystaj następujące wyrażenia:

- „ Co się stało?”
- „Musisz czuć się okropnie ?”
- „Jest mi przykro”
- „Czy mogę ci jakoś pomóc ?”

autismteachingstrategies.com



A co Ty byś zrobił?

Osoba prowadząca zademonstruje teraz dwa sposoby radzenia sobie w sytuacjach, gdy ktoś używa obraźliwych słów i dokucza. Zagraj rolę „prześladowcy” a dorosły zagra rolę dziecka. Nazwij dorosłego „ofiara losu” a on pokaże ci jak można zareagować poprzez :

- 1) ignorowanie
- 2) odejście

autismteachingstrategies.com



A co Ty byś zrobił?

A co Ty byś zrobił?
Zaproponuj każdej osobie uczestniczącej w zajęciach wykonanie praktycznego ćwiczenia. Polegać ono będzie na przećwiczeniu użycia właściwego tonu głosu oraz przyjęcia odpowiedniego wyrazu twarzy w sytuacji, gdy ktoś ci dokucza, a ty chcesz powiedzieć, aby przestał. Prowadzący dopilnuje, abyście:

- 1) użyli właściwego tonu głosu
- 2) przyjęli odpowiedni wyraz twarzy

autismteachingstrategies.com



A co Ty byś zrobił?

autismteachingstrategies.com