



# SAMODZIELNOŚĆ DZIECI Z NIEPEŁNOSPRAWNOŚCIĄ INTELEKTUALNĄ

POMÓŻ MI ZROBIĆ TO SAMEMU...

Przygotowała i opracowała: Monika Gołębiak, Anna Górka i Ilona Schoen  
*Specjalny Ośrodek Szkolno – Wychowawczy im. Marii Grzegorzewskiej w Słupcy*

# SAMODZIELNOŚĆ

JEST POTRZEBĄ ROZWOJOWĄ DZIECKA, DAŻENIE DO SAMODZIELNOŚCI JEST KORZYSTNE DLA JEGO ROZWOJU. JEST ONE TEŻ TRUDNE DLA DZIECKA, GDYŻ Z JEDNEJ STRONY CHCE - "JA SAM/SAMA", A Z DRUGIEJ STRONY OBAWIA SIĘ, BO TO WYMAGA TRUDU I ODWAGI. JEŚLI DZIECKU COŚ NIE WYCHODZI, NALEŻY OKAZYWAĆ SZACUNEK DLA JEGO ZMAGAŃ I ZACHĘCAĆ DO PONAWIANIA PRÓB. KRYTYKA, CZĘSTO SŁYSZANE NEGATYWNE OCENY NIE SKŁANIAJĄ DZIECKA DO PODEJMOWANIA KOLEJNYCH ZMAGAŃ. CO WAŻNIEJSZE - OBNIŻAJĄ JEGO SAMOOCENĘ. NISKA OCENA WŁASNYCH MOŻLIWOŚCI POWODUJE, ŻE STOPNIOWO TRACI MOTYWACJĘ DO WYSIŁKU. DZIECI LUBIĄ MIEĆ WŁASNE OBOWIĄZKI, DAJE IM TO POCZUCIE ODPOWIEDZIALNOŚCI, PRZYBLIŻENIA SIĘ DO ŚWIATA DOROSŁYCH RODZICÓW, DAJE POCZUCIE POSIADANIA WŁASNYCH SPRAW...

# Etapy samodzielności

- O pierwszych oznakach samodzielności mówimy wtedy, kiedy dziecko zaczyna chodzić. Moment ten przypada zazwyczaj w okolicach pierwszego roku życia i jest nazwany etapem lokomocyjnym w rozwoju samodzielności. W tym czasie dziecko zdobywa umiejętność samodzielnego pokonywania przestrzeni i dosięgania przedmiotów. Samodzielnie poznaje nowe otoczenie, eksploruje je, bez niczyjej pomocy może dotrzeć w inne miejsce.
- Samodzielność elementarna (2-3 r.ż.). W tym okresie dziecko samodzielnie zaspokaja swoje podstawowe potrzeby, rozwija umiejętności samoobsługowe, sygnalizuje swoje stany emocjonalne. W codziennych sytuacjach staje się niezależne od dorosłych. Samodzielnie pije z kubka i je posiłki łyżką. Dwulatek chętnie pomaga rodzicom podczas domowych obowiązków – podczas tych aktywności poznaje nowe przedmioty, wszystkiego dotyka, ciągle zadaje pytania, czeka na pochwały. Dziecko w tym wieku powinno samodzielnie założyć bieliznę (majtki), skarpety i buty.

- Samodzielność praktyczna (3-4 do 6-7 r.ż.). W tym czasie dziecko uczy się celowo podejmować działania tak, aby zrealizować swój zamierzony plan. Oznacza to, że potrafi już świadomie kierować swoją aktywnością, przygotowywać się do niej i przewidzieć jej końcowy efekt. W okresie od 7-8 do 11-12 r.ż. rozwija się samodzielność poznawcza. Dziecko w tym wieku powinno uczyć się z własnych doświadczeń oraz świadomie ponosić skutki własnych decyzji i działań.
- Samodzielność refleksyjna i przypada ona na okres od 13-14 do 17-18 r.ż. Młody człowiek w tym czasie staje się zdolny do świadomej analizy swoich działań, przewidywania ich konsekwencji, brania pod uwagę różnych możliwych rozwiązań. Jest w stanie kierować swoimi emocjami. W tym czasie człowiek, dzięki refleksjom i przemyśleniom, określa własną tożsamość i konstruuje wstępną wizję swojego przyszłego życia.
- Ostatnim etapem rozwoju samodzielności jest samodzielność autonomiczna. Człowiek osiąga ją ok. 18-19 r.ż. Okres ten cechuje się świadomą realizacją wybranego przez siebie modelu życia, kierowaniem się ustanowionym przez siebie kodeksem norm i wartości. Człowiek autonomiczny potrafi wychodzić poza utarte schematy działania w sytuacjach codziennych i problemowych.

# SAMODZIELNOŚĆ

```
graph TD; A((SAMODZIELNOŚĆ)) --> B[CIERPLIWOŚĆ]; A --> C[KONSEKWENCJA]; A --> D[MOTYWACJA]; A --> E[NAGRODA/WZMOCNIENIE]; E --> F[SPOŁECZNE]; E --> G["RZECZOWE  
-jedzenie  
-przedmioty"]; E --> H[AKTYWNOŚĆ];
```

CIERPLIWOŚĆ

KONSEKWENCJA

MOTYWACJA

NAGRODA/WZMOCNIENIE

SPOŁECZNE

RZECZOWE  
-jedzenie  
-przedmioty

AKTYWNOŚĆ

# POMOC – PO CO ONA JEST?

- IKONA „POMOC” MA SŁUŻYĆ DZIECIOM, KTÓRE MAJĄ TRUDNOŚĆ Z KOMUNIKOWANIEM O SWOICH POTRZEBACH I POSIADAJĄ UBOGI ZASÓB SŁOWNICTWA W CELU ZAKOMUNIKOWANIA O NAPOTKANEJ TRUDNOŚCI



# KROK DO SAMODZIELNOŚCI.... JAK ZACHĘCIĆ DZIECKO?

KALENDARZ NAGRÓD- SYSTEM WZMOCNIENIŃ POLEGAJĄCYCH NA PRYZNAWANIU PUNKTU/NAKLEJEK I ODBIERANIU NAGRODY. W OKIENKACH TABELI PRZYKLEJAMY NAKLEJKI ZDOBYTE ZA DOBRE ZACHOWANIE/WYKONANĄ CZYNNOŚĆ. USTALAMY I WPISUJEMY, ILE NAKLEJEK POTRZEBA, ABY DOSTAĆ NAGRODĘ SPECJALNĄ, ORAZ CO BĘDZIE TĄ NAGRODĄ – PAMIĘTAJMY ABY DZIECKO NAS ZROZUMIAŁO!

(DZIECI WYSOKO FUNKCJONUJĄCE)



# WIZUALNY SYSTEM WZMOCNIEŃ TZW. GOSPODARKA ŻETONOWA

JEST JEDNĄ Z TECHNIK, KTÓRA JEST  
SKUTECZNA W UCZENIU POŻĄDANYCH  
ZACHOWAŃ/CZYNNOŚCI ORAZ  
WYGASZANIU ICH. POLEGA NA  
PRYZNAWANIU PUNKTÓW ZA USTALONE  
WCZEŚNIEJ ZACHOWANIE, ZBIERANIU ICH  
I FINALNIE WYMIENIANIU NA KONKRETNE  
NAGRODY





# TABLICZKA TERAZ/POTEM

WIZUALNIE DEMONSTRUJEMY  
DZIECKO CZYNNOŚĆ KTÓRĄ  
CHCEMY ABY W DANYM  
MOMENCIE WYKONAŁ A  
NASTĘPNIE ODBĘDZIE SIĘ  
CZYNNOŚĆ KTÓRA JEST  
ATRAKCYJNA DLA DZIECKA



# TABLICA WYBORU

MOŻLIWOŚĆ WYBORU  
Z MENU WZMOCNIEŃ  
KTÓRE SĄ ATRAKCYJNE  
DLA DANEGO  
WYCHOWANKA ( NP.  
RZECZY, ZABAWKI,  
JEDZENIE, CZYNNOŚCI)



# STRATEGIE POSTĘPOWANIA W NAUCZANIU SAMODZIELNOŚCI

MODELOWANIE –  
PREZENTACJA PRZEZ  
NAUCZYCIELA CZYNNOŚCI  
DO NAŚLADOWANIA W  
RAMACH UCZENIA SIĘ PRZEZ  
OBSERWACJĘ



# MANUALNA (FIZYCZNA)

CAŁKOWITA PODPOWIEDŹ  
FIZYCZNA ZZA PLECÓW –  
POLEGAJĄCA NA PORUSZANIU  
CZĘŚCIĄ CIAŁA OSOBY UCZĄCEJ  
SIĘ, W CELU WYKONANIA PRZEZ  
NIĄ POPRAWNEJ REAKCJI



# FIZYCZNA

CZĘŚCIOWA PODPOWIEDŹ  
FIZYCZNA ZZA PLECÓW-  
POLEGAJĄCA NA PORUSZANIU  
SIĘ W MNIEJSZYM STOPNIU  
CZĘŚCIĄ CIAŁA OSOBY UCZĄCEJ  
SIĘ W CELU WYKONANIA PRZEZ  
NIĄ POPRAWNEJ REAKCJI



# WERBALNA

WERBALNA – PODPOWIEDŹ SŁOWNNA, W KTÓREJ NAUCZYCIEL MODELUJE POPRAWNĄ WYPOWIEDŹ CELEM WYKONANIA PRZEZ UCZNIĄ PRAWIDŁOWEJ REAKCJI NP. PRZYPOMNIENIE DZIECKU O ZADANIU, KTÓRE MIAŁO WYKONAĆ.



# WSKAZUJĄCA

POLEGAJĄCA NA  
WSKAZANIU PRZEZ  
NAUCZYCIELA OBIEKTU LUB  
ELEMENTU WYMAGANEGO  
W OBREMBIE DANEGO  
ZACHOWANIA  
(NP. SZCZOTECZKI DO ZĘBÓW PODCZAS  
MYCIA ZĘBÓW).



# KSZTAŁTOWANIE

PROCES W KTÓRYM STOPNIOWO  
ZMIERZAMY DO ZACHOWANIA  
JAKIE PRAGNIEMY UZYSKAĆ  
POPRZEZ SUKCESYWNE  
DOSTARCZANIE WZMOCNIEŃ DLA  
ZACHOWAŃ CORAZ BARDZIEJ  
ZBLIŻONYCH DO ZACHOWANIA  
DOCELOWEGO NP.. RZECZOWE,  
SŁOWNE, JEDZENIOWE:  
KONKRETNE WZMOCNIENIE





# METODA NAUCZANIA ZA POMOCĄ ŁAŃCUCHA ZACHOWAŃ

OSTATNI KROK W ŁAŃCUCHU  
JEST OPANOWANY JAKO PIERWSZY

SAMODZIELNIE MYJĘ RĘCE

1. ODKRĘCAM KRAN.
2. NAKŁADAM MYDŁO.
3. MYJĘ RĘCE.
4. ZAKRĘCAM KRAN.
5. WYCIERAM RĘCE W RĘCZNIK.



1 2 3 4 5

SAMODZIELNIE SIĘ UBIERAM



1. UBIERAM MAJTKI.
2. ZAKŁADAM SPODENKI.
3. NAKŁADAM BLUZKĘ.
4. UBIERAM BUTY.
5. NAKŁADAM CZAPKĘ.



1 2 3 4 5

# SPOSOBY MONITOROWANIA TRENINGU SAMODZIELNOŚCI

- TRENING CZYSTOŚCI
- CELE PRACY W ZAKRESIE SAMOOBSŁUGI

Cele pracy w zakresie samoobsługi					
IMIĘ I NAZWISKO	UBIERANIE	JEDZENIE	MYCIE I HIGIENA	TRENING CZYSTOŚCI – OPIS PODEJMOWANYCH DZIAŁAŃ, CELE NA NAJBLIŻSZE 3 MIESIĄCE (marzec-czerwiec 2018)	
				DOTYCZY	NIE DOTYCZY
	- nauka samodzielnego zapinania guzików	-nauka samodzielnego krojenia miękkich potraw	-wylimowanie pomocy fizycznej z za pleców podczas podciągania/opuszczanie rękawów -wylimowanie pomocy fizycznej z za pleców podczas zakończenia ostatniej czynności (mycie zębów – ponieważ bawi się wodą)		-dziewczynka zgłasza swoje potrzeby fizjologiczne
	- nauka samodzielnego zakładania kurtki	- celem jest, aby chłopiec samodzielnie nabijał mięso na widelec	- nauka samodzielnego wsadzania rąk pod wodę	- trening czystości jest w trakcie realizowania, celem jest generalizacji umiejętności proszenia o wyjście do toalety na inne osoby -wylimowanie podpowiedzi słownej z za pleców podczas sikania	

# Rady dla rodziców/ opiekunów/ nauczycieli/ terapeutów

Nauka samodzielności to złożony i długotrwały proces. Jego przebieg jest zależny od postaw osób dorosłych przebywających w otoczeniu dziecka. Dzięki konsekwentnemu stosowaniu kilku prostych zasad zarówno nauczyciele, jak i rodzice mogą sprawić, aby przebiegał on bardziej efektywnie.

1. Uzbrój się w cierpliwość – nie odpowiadaj i nie wyręczaj od razu. Błędy są cudowne!
2. Przenoś zdobyte umiejętności na nowe środowiska.
3. Chwal dziecko za każdą podjętą samodzielnie aktywność.
4. Pozwól dziecku podejmować decyzje – np. wybór ubrania.
5. Nie wyręczaj dziecka – rutyna i nawyki środkiem do samodzielności.
6. Ustalcie wspólną strategię i konsekwentnie się jej trzymajcie.
7. Daj dziecku poczucie bezpieczeństwa.
8. Obserwuj dziecko i rozwijaj jego zainteresowania.
9. Okaż dziecku szacunek i wyrozumiałość.
10. Pamiętaj o potrzebach i możliwościach dziecka.

## Dobre sposoby chwalenia - Przykłady pochwał terapeutycznych, wspomagających samodzielność:

1. „Narysowałeś rysunek, na którym jest plaża i morze – jesteś bardzo staranny – jest piękny”.
2. „Siedziłeś spokojnie na lekcji – jesteś wytrwały – bardzo mi się to podoba”.
3. „Powiedziłeś wiersz w przedszkolu, jesteś bardzo odważny, musisz być z siebie dumny!”
4. „Ubrałaś ciepłe spodnie i bluzę – zadbałaś o siebie – cieszy mnie to”.
5. „Poszliście z psem na szczepienie – to się nazywa odpowiedzialność – jestem taka szczęśliwa”.
6. „Przeszedłeś dwa kroki – jesteś bardzo dzielny i silny – wspaniale”.
7. „Zeszyt na biurku – to się nazywa przygotowanie – bardzo mi się to podoba”.
8. „Zmienione buty – pamiętasz o zasadach – to bardzo mnie cieszy”.
9. „Cała notatka – jesteś obowiązkowy – to takie miłe”.
10. „Napisałeś cyfrę dwa po śladzie – ręka świetnie pracuje – bardzo się cieszę, jesteś coraz bardziej samodzielny”.

# „Czego Jaś się nie nauczy, tego Jan nie będzie umiał.”

## SAMODZIELNOŚCI

NIE OSIĄGAMY Z DNIA NA DZIEŃ I

NIE STAJE SIĘ TO NA NASZE ŻYCZENIE.

DZIECKO NIE BĘDZIE NIEZALEŻNE OD

RODZICÓW DZIĘKI ZASTOSOWANIU NOWEGO

CUDOWNEGO LEKU, ALBO DZIĘKI INTENSYWNE

NAGŁAŚNIANEJ NOWEJ KONCEPCJI NAUCZANIA.

SAMODZIELNOŚĆ JEST OWOCEM CIERPLIWOŚCI I  
WYTRWAŁEJ ZACHĘTY DO PRACY.

BUDUJE SIĘ LATAMI, KROK PO KROKU,  
UMIEJĘTNOŚĆ PO UMIEJĘTNOŚCI, SZANSA PO  
SZANSIE.



# Dziękujemy za uwagę



Ilustracje zaczerpnięte z różnych stron internetowych, żadne naruszenia praw autorskich nie są zamierzone. Materiały opublikowane wykorzystane są do celów edukacyjnych.