

Instrukcja dla nauczyciela

Jak obserwować dziecko w klasie, żeby zebrane informacje były pomocne

Obserwacja nie służy do oceniania ani diagnozowania dziecka. Pomaga zobaczyć, w jakich sytuacjach pojawia się trudność, co ją poprzedza oraz jakie sposoby wsparcia przynoszą najlepszy efekt.

Na co zwracać uwagę?

- co wydarzyło się wcześniej
- jakie polecenie lub wymaganie otrzymało dziecko
- jak dziecko zareagowało
- jak zareagowało otoczenie
- co pomogło
- kiedy podobna sytuacja przebiegła spokojniej
- jakie małe sukcesy udało się zauważyć

Jak zapisywać obserwacje?

- opisuj to, co można było zobaczyć lub usłyszeć
- zapisuj krótko i konkretnie
- unikaj przypisywania dziecku intencji
- notuj także sytuacje, w których dziecko poradziło sobie dobrze
- zaznaczaj sposoby, które pomogły

Przykład zapisu

Zamiast:

„Uczeń znowu przeszkadzał.”

Lepiej zapisać:

„Po rozpoczęciu samodzielnego zadania uczeń trzy razy wstał z miejsca, mówił głośno i nie rozpoczął pracy. Pomogło podejście nauczyciela, powtórzenie polecenia i podział zadania na dwa etapy.”

Czego unikać?

- etykiet: „leniwy”, „niegrzeczny”, „złośliwy”
- ogólników bez przykładu
- zapisywania wyłącznie trudności
- publicznego omawiania obserwacji przy klasie

Najbardziej pomocne są konkretne sytuacje, zauważone wzorce, skuteczne sposoby wsparcia i małe sukcesy ucznia.

Tygodniowa karta obserwacji szkolnej

Imię i nazwisko ucznia: _____ Klasa: _____

Tydzień od — do: _____ Nauczyciel / osoba wypełniająca: _____

Skala: 0 — bez zauważalnej trudności 1 — niewielka trudność 2 — potrzebne wsparcie 3 — duża trudność N — nie dotyczy lub nie zaobserwowano

Obszar	Pon.	Wt.	Śr.	Czw.	Pt.
Koncentracja	0 1 2 3 N	0 1 2 3 N	0 1 2 3 N	0 1 2 3 N	0 1 2 3 N
Rozpoczęcie zadania	0 1 2 3 N	0 1 2 3 N	0 1 2 3 N	0 1 2 3 N	0 1 2 3 N
Dokończenie pracy	0 1 2 3 N	0 1 2 3 N	0 1 2 3 N	0 1 2 3 N	0 1 2 3 N
Rozumienie poleceń	0 1 2 3 N	0 1 2 3 N	0 1 2 3 N	0 1 2 3 N	0 1 2 3 N
Reakcja na polecenia	0 1 2 3 N	0 1 2 3 N	0 1 2 3 N	0 1 2 3 N	0 1 2 3 N
Zachowanie na przerwie	0 1 2 3 N	0 1 2 3 N	0 1 2 3 N	0 1 2 3 N	0 1 2 3 N
Relacje z rówieśnikami	0 1 2 3 N	0 1 2 3 N	0 1 2 3 N	0 1 2 3 N	0 1 2 3 N
Komunikowanie potrzeb	0 1 2 3 N	0 1 2 3 N	0 1 2 3 N	0 1 2 3 N	0 1 2 3 N
Reakcja na zmianę	0 1 2 3 N	0 1 2 3 N	0 1 2 3 N	0 1 2 3 N	0 1 2 3 N
Poziom napięcia	0 1 2 3 N	0 1 2 3 N	0 1 2 3 N	0 1 2 3 N	0 1 2 3 N
Korzystanie ze wsparcia	0 1 2 3 N	0 1 2 3 N	0 1 2 3 N	0 1 2 3 N	0 1 2 3 N

Najważniejsza sytuacja tygodnia

Co pomogło?

Co się udało?

Karta trudnej sytuacji w klasie

Sytuacja, którą warto lepiej zrozumieć

Imię ucznia: _____

Data: _____

Godzina: _____

Lekcja / miejsce: _____

Osoba wypełniająca: _____

1 Co działo się bezpośrednio wcześniej?

2 Jakie polecenie lub wymaganie otrzymał uczeń?

3 Co dokładnie zrobił lub powiedział?

4 Jak długo trwała sytuacja?

5 Jak zareagował nauczyciel?

6 Jak zareagowała klasa lub inne osoby?

7 Co pomogło obniżyć napięcie?

8 Co wydarzyło się później?

9 Co można spróbować zrobić inaczej następnym razem?

Trudność pojawiła się podczas:

☐ rozpoczynania zadania

☐ kończenia aktywności

☐ zmiany

☐ oczekiwania

☐ pracy samodzielnej

☐ pracy w grupie

☐ przerwy

☐ innej sytuacji

Jak intensywna była sytuacja?

0

niewielka

1

umiarkowana

2

wyraźna

3

bardzo silna

Dodatkowe uwagi

Celem karty nie jest ocenianie ucznia ani nauczyciela. Pomaga ona lepiej zrozumieć sytuację i zaplanować wsparcie.

Co pomaga uczniowi?

Zaznacz, które sposoby wsparcia są najbardziej pomocne

Imię ucznia: _____ Klasa: _____

Data: _____ Osoba wypełniająca: _____

Sposób wsparcia	Najczęściej pomaga	Czasami pomaga	Nie pomaga lub zwiększa napięcie
Krótkie polecenie	☐	☐	☐
Polecenie zapisane	☐	☐	☐
Pokazanie przykładu	☐	☐	☐
Podział zadania na etapy	☐	☐	☐
Wspólne rozpoczęcie zadania	☐	☐	☐
Więcej czasu na reakcję	☐	☐	☐
Uprzedzenie o zmianie	☐	☐	☐
Wybór między dwiema możliwościami	☐	☐	☐
Spokojny ton głosu	☐	☐	☐
Mniej słów	☐	☐	☐
Miejsce z mniejszą liczbą bodźców	☐	☐	☐
Przerwa ruchowa	☐	☐	☐
Praca przy osobnym stoliku	☐	☐	☐
Przypomnienie planu dnia	☐	☐	☐
Kontakt z jedną spokojną osobą	☐	☐	☐
Możliwość odpowiedzi ustnej	☐	☐	☐
Inne	☐	☐	☐

Najsukuteczniejsze sposoby wsparcia

Czego warto unikać

Co warto omówić z rodzicem lub specjalistą

Plan działania podczas silnych emocji

Krótką pomoc dla nauczyciela

Najpierw

- zadбай o bezpieczeństwo
- ogranicz liczbę słów
- zmniejsz liczbę osób wokół ucznia
- ogranicz hałas i inne bodźce
- nie żądaj natychmiastowego wyjaśnienia
- zaproponuj dwie proste możliwości

Kiedy napięcie zaczyna spadać

- zaproponuj spokojne miejsce
- pozwól na krótką przerwę
- określ prosty sposób powrotu
- wróć do jednego małego zadania
- rozmowę przeprowadź dopiero po uspokojeniu

Przykładowe komunikaty

„Widzę, że jest ci trudno.”

„Nie musisz teraz mówić.”

„Możesz usiąść tutaj albo przy stoliku z tyłu.”

„Najpierw przerwa, potem wrócimy do jednego zadania.”

„Jestem obok.”

„Nie pozwolę nikogo krzywdzić.”

Czego unikać

- | | |
|--|-------------------------------------|
| ✗ krzyku | ✗ zawstydzania |
| ✗ długich wyjaśnień | ✗ zadawania wielu pytań |
| ✗ wymuszania przeprosin w silnych emocjach | ✗ publicznego komentowania sytuacji |

Spokojna reakcja nie oznacza rezygnacji z granic. Granice mogą być jednocześnie jasne, krótkie i życzliwe.

Komunikaty wspierające

Co powiedzieć, żeby pomóc uczniowi i jednocześnie zachować granice

Zamiast	Lepiej powiedzieć
„Uspokój się.”	„Widzę, że jest ci trudno. Najpierw zrobmy przerwę.”
„Przestań przeszkadzać.”	„Teraz słuchamy. Za chwilę będziesz mógł powiedzieć.”
„Dlaczego znowu tego nie zrobisz?”	„Od którego punktu potrzebujesz pomocy?”
„Nie ma się czego bać.”	„Widzę, że to jest dla ciebie trudne. Zaczniemy od małego kroku.”
„Zrób to natychmiast.”	„Najpierw otwórz zeszyt. Potem powiem ci, co dalej.”
„Weź się w garść.”	„Jestem obok. Spróbujemy razem.”
„Ile razy mam ci powtarzać?”	„Powtórzę jedno polecenie. Teraz zapisz datę.”
„Przestań się złościć.”	„Możesz być zły. Nie możesz krzywdzić innych.”

Pamiętaj

- ✓ jedno polecenie naraz
- ✓ spokojny ton
- ✓ konkretna pochwała za próbę współpracy
- ✓ krótki komunikat
- ✓ czas na reakcję

Karta sukcesów szkolnych

Zauważaj małe kroki i zachowania, które warto wzmacniać

Imię ucznia: _____ Klasa: _____

Tydzień: _____ Nauczyciel: _____

Zachowanie	Pon.	Wt.	Śr.	Czw.	Pt.
Rozpoczął zadanie	☐	☐	☐	☐	☐
Poprosił o pomoc	☐	☐	☐	☐	☐
Dokończył pracę	☐	☐	☐	☐	☐
Wrócił do pracy po przerwie	☐	☐	☐	☐	☐
Spokojnie zareagował na zmianę	☐	☐	☐	☐	☐
Nazwał swoją emocję lub potrzebę	☐	☐	☐	☐	☐
Współpracował z innymi	☐	☐	☐	☐	☐
Rozwiązał konflikt bez eskalacji	☐	☐	☐	☐	☐
Skorzystał z ustalonego sposobu wsparcia	☐	☐	☐	☐	☐
Zrobił coś samodzielnie	☐	☐	☐	☐	☐

Najważniejszy sukces tygodnia

Z czego uczeń może być dumny?

Co warto dalej wzmacniać?

Jak nauczyciel może to zauważyć i nazwać?

Sygnaly przeciążenia

Po czym poznać, że napięcie u ucznia zaczyna rosnąć?

Imię ucznia: _____

Klasa: _____

Data: _____

Osoba wypełniająca: _____

Zaznacz obserwowane sygnały

- | | |
|--|--|
| ☐ mówi głośniej | ☐ przestaje pracować |
| ☐ zaczyna się wiercić | ☐ powtarza pytania |
| ☐ chodzi po klasie | ☐ zasłania uszy |
| ☐ unika kontaktu | ☐ wycofuje się |
| ☐ odmawia wykonania zadania | ☐ łatwo się irytuje |
| ☐ prowokuje lub żartuje | ☐ staje się płaczliwy |
| ☐ skarży się na ból brzucha lub głowy | ☐ nie chce rozmawiać |
| ☐ reaguje silniej na drobne uwagi | ☐ inne |

Najwcześniejsze sygnały u tego ucznia

Co warto zrobić już wtedy?

Co może zwiększać napięcie?

Co pomaga najczęściej?

Karta przerw i regulacji

Co może pomóc uczniowi wrócić do równowagi i pracy

Imię ucznia: _____ Klasa: _____ Data: _____

Możliwe formy przerwy i regulacji

- | | |
|---|--|
| ☐ krótki spacer | ☐ napić się wody |
| ☐ przyniesienie materiałów | ☐ starcie tablicy |
| ☐ przeciąganie się | ☐ pchanie ściany |
| ☐ spokojne siedzenie | ☐ praca przy osobnym stoliku |
| ☐ słuchawki wyciszające | ☐ kontakt ze spokojnym dorosłym |
| ☐ karta przerwy | ☐ proste ćwiczenie oddechowe |
| ☐ inne | |

Po czym rozpoznać, że uczeń potrzebuje przerwy?

Jak uczeń może zakomunikować przerwę?

Przerwa trwa około

Po przerwie uczeń wraca do

Najlepiej pomaga

Lepiej unikać

Plan wsparcia ucznia

Najważniejsze informacje potrzebne do spójnego działania

Imię ucznia: _____

Klasa: _____

Data przygotowania: _____

Osoby uczestniczące w ustaleniach: _____

Główne trudności

Mocne strony ucznia

Pierwsze sygnały napięcia

Najczęstsze sytuacje trudne

Co pomaga

Czego unikać

Sposób komunikowania przerwy

Osoba, do której uczeń może się zgłosić

Plan powrotu do klasy

Aktualny, konkretny cel

Sposób wzmacniania postępów

Termin sprawdzenia ustaleń

Ustalenia do stosowania w szkole

Ustalenia do omówienia z rodzicem lub psychologiem

Krótką informacja dla rodzica

Najważniejsze obserwacje ze szkoły

Imię ucznia: _____ Klasa: _____

Tydzień / data: _____ Osoba przekazująca informację: _____

Co się udało?

Co było trudne?

Co pomogło?

Co warto dalej wzmacniać?

Czy wydarzyło się coś, co warto omówić?

Krótką uwaga nauczyciela

Kontakt

- ☐ nie wymaga dodatkowego kontaktu ☐ warto porozmawiać przy najbliższej okazji ☐ proszę o kontakt

Informacja powinna opisywać konkretne sytuacje i wspierać współpracę, a nie oceniać dziecko lub rodzica.

Jak rozmawiać z klasą podczas kryzysu ucznia?

Krótką ściągę pomagającą zadbać o spokój, bezpieczeństwo i godność dziecka

Przykładowe komunikaty do klasy

- ✓ „Teraz potrzebujemy trochę ciszy.”
- ✓ „Dorośli zajmuje się sytuacją.”
- ✓ „Wracamy do swojego zadania.”
- ✓ „Każdy czasem potrzebuje chwili spokoju.”
- ✓ „Nie komentujemy teraz tej sytuacji.”
- ✓ „Porozmawiamy później, jeśli będzie taka potrzeba.”

Czego unikać?

- ✗ publicznego omawiania zachowania ucznia
- ✗ ujawniania diagnozy lub prywatnych informacji
- ✗ zawstydzania
- ✗ proszenia klasy o ocenę sytuacji
- ✗ rozbudzania ciekawości i sensacji
- ✗ zmuszania dziecka do publicznych wyjaśnień

Po sytuacji

- przywróć zwykły rytm zajęć
- sprawdź, czy pozostałe dzieci potrzebują krótkiego wyjaśnienia
- mów ogólnie, bez ujawniania prywatnych informacji
- porozmawiaj z uczniem indywidualnie
- zanotuj, co pomogło

Im spokojniejszy, krótszy i bardziej neutralny komunikat, tym większe poczucie bezpieczeństwa dla całej klasy.