DLA RODZICA

# Teczka rodzica

**Dziecko z trudnościami z uwagą: obserwacje i rozmowy**



## Do czego służy ta teczka

**Rodzic, który zauważa, że dziecku trudno skupić się lub usiedzieć, często musi zebrać w jednym miejscu to, co widzi w domu, i opowiedzieć o tym nauczycielowi, pedagogowi albo specjalistom. Teczka pomaga uporządkować obserwacje i przygotować się do rozmów. Nie jest narzędziem diagnostycznym.**

## Jak korzystać

1. **Przez dwa tygodnie wpisuj do dziennika konkretne sytuacje: kiedy, gdzie, co się działo i co pomogło. Wystarczy kilka słów dziennie.**
2. **Wypełnij kartę „Gdzie i kiedy", żeby zobaczyć, czy trudności są w domu, w szkole i u innych osób.**
3. **Przed spotkaniem z wychowawcą albo pedagogiem szkolnym przejrzyj kartę rozmowy i dopisz własne pytania.**
4. **Jeśli zdecydujesz się na poradnię, przygotuj dokumenty z listy i pytania do specjalisty.**
5. **Po wizycie zapisz ustalenia i wybierz najwyżej trzy zmiany na cztery tygodnie.**

**Pamiętaj**

**Teczka nie służy do rozpoznawania ADHD ani innych zaburzeń i nie zastępuje rozmowy ze specjalistą. Rozpoznanie stawia lekarz albo poradnia psychologiczno-pedagogiczna. Zapisy w dzienniku pomagają opisać, co widzisz, a nie oceniają dziecka. Nadzór merytoryczny: Mateusz Będkowski, pedagog, magister terapii pedagogicznej.**

TECZKA RODZICA

# Dziennik obserwacji, tydzień 1



**Imię dziecka: _____ Od: _____**

| Dzień i godzina | Co się działo (gdzie, przy czym) | Jak długo | Co pomogło |
|---|---|---|---|
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |

**Opisuj to, co widać i słychać (np. „wstał od stołu pięć razy w czasie obiadu”), bez ocen („jest niegrzeczny”).**

TECZKA RODZICA

# Plan wsparcia na 4 tygodnie

**Najwyżej trzy zmiany, każda z terminem sprawdzenia**



## Zmiana 1

**Co zmieniamy:** _____

**Kto i kiedy:** _____

**Sprawdzimy dnia:** _____

## Zmiana 2

**Co zmieniamy:** _____

**Kto i kiedy:** _____

**Sprawdzimy dnia:** _____

## Zmiana 3

**Co zmieniamy:** _____

**Kto i kiedy:** _____

**Sprawdzimy dnia:** _____

**Przykłady zmian: stały plan dnia na lodówce, ruch przed lekcjami, krótsza praca domowa uzgodniona z nauczycielem, zapowiadanie zmian z wyprzedzeniem.**