



Fundusze Europejskie  
Wiedza Edukacja Rozwój



Rzeczpospolita  
Polska



Unia Europejska  
Europejski Fundusz Społeczny



# Rozwijanie relacji rówieśniczych u nastolatków w spektrum autyzmu

**dr Mateusz Płatos**



UNIwersytet  
WARSZAWSKI

WYDZIAŁ NAUK  
EKONOMICZNYCH



## Co słyszymy od naszych dzieci?

- Nie potrzebuję kolegów
- Mam już najlepszego kumpla
- Nie wiem jak zagadać
- Boję się zagadać
- Nie mam do kogo zagadać
- Nikt nie interesuje się tym co ja
- Koledzy śmieją się ze mnie, dokuczają mi



## Co słyszymy od naszych dzieci?

- Nie potrzebuję kolegów **motywacja społeczna**
- Mam już najlepszego kumpla
- Nie wiem jak zagadać
- Boję się zagadać
- Nie mam do kogo zagadać
- Nikt nie interesuje się tym co ja
- Koledzy śmieją się ze mnie, dokuczają mi



## Co słyszymy od naszych dzieci?

- Nie potrzebuję kolegów **motywacja społeczna**
- Mam już najlepszego kumpla **poznanie społeczne**
- Nie wiem jak zagadać
- Boję się zagadać
- Nie mam do kogo zagadać
- Nikt nie interesuje się tym co ja
- Koledzy śmieją się ze mnie, dokuczają mi



## Co słyszymy od naszych dzieci?

- Nie potrzebuję kolegów **motywacja społeczna**
- Mam już najlepszego kumpla **poznanie społeczne**
- Nie wiem jak zagadać **umiejętności społeczne**
- Boję się zagadać
- Nie mam do kogo zagadać
- Nikt nie interesuje się tym co ja
- Koledzy śmieją się ze mnie, dokuczają mi



## Co słyszymy od naszych dzieci?

- Nie potrzebuję kolegów **motywacja społeczna**
- Mam już najlepszego kumpla **poznanie społeczne**
- Nie wiem jak zagadać **umiejętności społeczne**
- Boję się zagadać **lęk społeczny**
- Nie mam do kogo zagadać
- Nikt nie interesuje się tym co ja
- Koledzy śmieją się ze mnie, dokuczają mi





## Co słyszymy od naszych dzieci?

- Nie potrzebuję kolegów **motywacja społeczna**
- Mam już najlepszego kumpla **poznanie społeczne**
- Nie wiem jak zagadać **umiejętności społeczne**
- Boję się zagadać **lęk społeczny**
- Nie mam do kogo zagadać **akceptująca grupa**
- Nikt nie interesuje się tym co ja
- Koledzy śmieją się ze mnie, dokuczają mi



## Co słyszymy od naszych dzieci?

- Nie potrzebuję kolegów **motywacja społeczna**
- Mam już najlepszego kumpla **poznanie społeczne**
- Nie wiem jak zagadać **umiejętności społeczne**
- Boję się zagadać **lęk społeczny**
- Nie mam do kogo zagadać **akceptująca grupa**
- Nikt nie interesuje się tym co ja **specyficzne zainteresowania**
- Koledzy śmieją się ze mnie, dokuczają mi





## Co słyszymy od naszych dzieci?

- Nie potrzebuję kolegów **motywacja społeczna**
- Mam już najlepszego kumpla **poznanie społeczne**
- Nie wiem jak zagadać **umiejętności społeczne**
- Boję się zagadać **lęk społeczny**
- Nie mam do kogo zagadać **akceptująca grupa**
- Nikt nie interesuje się tym co ja **specyficzne zainteresowania**
- Koledzy śmieją się ze mnie, dokuczają mi **nękanie**



## Dlaczego wsparcie rodziców jest ważne?

- Rodzic jest dostępny
- Rodzic zna swoje dziecko
- Rodzic jest zaangażowany
- Ufna relacja



# Praca nad motywacją

- Empatyczna postawa
- Wspieranie autonomii
- Co motywuje mojego nastolatka?
  - Atrakcyjne aktywności
  - Zainteresowania
  - Korzyści w przyszłości
  - Bycie rozumianym i akceptowanym

# Szukanie akceptującej grupy

- Czy szkoła jest przyjaznym miejscem?
  - Grupy związane z zainteresowaniami
  - Grupy wsparcia i inne grupy terapeutyczne
  - Grupy dla członków mniejszości
-

# Wsparcie terapeutyczne

- Treningi umiejętności społecznych (TUS)
  - Grupy wsparcia / samopomocowe
  - Wsparcie koleżeńskie
  - Psychoterapia
-

# Treningi umiejętności społecznych (TUS)

- Jedna z najbardziej rozpowszechnionych form terapii dzieci w spektrum autyzmu
  - Potwierdzona skuteczność, ale...
    - Nie każdy TUS jest skuteczny
    - Problemy z generalizacją
    - Wrażliwość na różnorodność
-



## Ważne pytania

- Czy nastolatek **chce** chodzić na zajęcia? Czy **wie, po co** ma na nie chodzić?
- Czy nastolatek dobrze **czuje się w grupie**? Czy dobrze czuje się z innymi osobami w spektrum autyzmu?
- Czy treść zajęć jest dla niego **ważna**?
- Czy nastolatek ma **gdzie użyć** umiejętności, których się nauczył?

# Przykład: Program PEERS

- Program dla nastolatków i ich rodziców
- Spotkania raz w tygodniu (1,5 godz.)
- 16 tygodni
- Grupy 6-12 osób
- Równoległe spotkania dla tutorów

# Przykład: Program PEERS

- Ustrukturyzowany materiał dydaktyczny
- Dyskusja grupowa
- Modelowanie i scenki
- Ćwiczenia praktyczne
- Prace domowe

## Przykład: Program PEERS

- Wymiana informacji i rozpoczynanie rozmowy
- Wymiana informacji i podtrzymywanie rozmowy
- Komunikacja elektroniczna
- Znajdowanie kolegów i koleżanek
- Adekwatne używanie humoru
- Włączanie się do rozmowy w grupie
- Zachowanie podczas gier i aktywności sportowych

## Przykład: Program PEERS

- Spotkania towarzyskie
- Radzenie sobie z konfliktami
- Zmiana złej reputacji
- Radzenie sobie z nękaniami słownymi
- Radzenie sobie z nękaniami fizycznymi
- Radzenie sobie z nękaniami w internecie
- Radzenie sobie z plotkowaniem

[www.peers.pl](http://www.peers.pl)

---



# Grupy wsparcia i samopomocowe

- Dla nastolatków, którzy chcą:
    - Dzielić się swoimi doświadczeniami
    - Słuchać innych
    - Poznać osoby podobne do siebie
    - Rozwijać tożsamość wokół danej grupy (np. osób w spektrum autyzmu)
-

# Wsparcie koleżeńskie

- Spotkania z rówieśnikiem lub grupą rówieśników
  - Częściowo zorganizowane
  - Często wokół atrakcyjnych aktywności lub wspólnych zainteresowań
  - Nabycie pozytywnych doświadczeń, wzrost pewności siebie
-

## Przykład: Wolontariat Koleżeński „Mary i Max”

- Program dla nastolatków od 14 lat oraz osób dorosłych w spektrum autyzmu
- Program jest oparty na równorzędnej, koleżeńskiej relacji dwóch osób w podobnym wieku.

## Przykład: Wolontariat Koleżeński „Mary i Max”

Indywidualne spotkania uczestnika i wolontariusza

Wyjścia grupowe

Spotkania grupowe z psychologiem dla uczestników i wolontariuszy

Indywidualne spotkanie z opiekunem pary







**www.maryimax.pl**

**/wolontariat-kolezenski**

---

# Psychoterapia

- Nasilony lęk społeczny i inne rodzaje lęku
  - Objawy depresyjne
  - Niska samoocena
  - Agresja i inne przejawy nieradzenia sobie z emocjami
  - Mutyzm wybiórczy
  - Brak akceptacji diagnozy autyzmu
-

**Dziękuję za uwagę**  
**Дякую за увагу**

---