

NEURO

RÓŻNORODNI



CENTRO DIURNO AVOFID W PALERMO

RELACJA Z POBYTU W OŚRODKU DLA DZIECI
I DOROSŁYCH Z NIEPEŁNOSPRAWNOŚCIAMI

**Kilka rad dla
początkującego pedagoga**

**Spektrum autyzmu
w bestselerach Netfliksa**



AUDIO I PDF



NEURO RÓŻNORODNI

CZASOPISMO POŚWIĘCONE NIEPEŁNOSPRAWNOŚCI
DLA RODZICÓW, NAUCZYCIELI I SPECJALISTÓW

WYDAWANE WE WSPÓŁPRACY
Z ZESPOŁEM PLACÓWEK SZKOLNO-WYCHOWAWCZYCH W KIELCACH

UKAZUJE SIĘ CO DWA MIESIĄCE W FORMIE ELEKTRONICZNEJ

9

POWSTAJE WE WSPÓŁPRACY ZE SPECJALISTAMI Z ZAKRESU
PEDAGOGIKI SPECJALNEJ I PSYCHOLOGII

KIELCE 2022



WYDAWCA

ENKA-WYDAWNICTWO I ZESPÓŁ PLACÓWEK
SZKOLNO-WYCHOWAWCZYCH
W KIELCACH

ADRES REDAKCJI

UL. SŁONECZNA 36/6
25-710-KIELCE

REDAKTOR NACZELNY

ALBERT LEWANDOWSKI

KOREKTA

JOLANTA LEWANDOWSKA

SKŁAD I OPRAWA GRAFICZNA

ALBERT LEWANDOWSKI

Z WYKORZYSTANIEM PORTALI:

www.pl.freepik.com, www.canva.com, www.pl.pinterest.com
www.genial.ly

SPIS TREŚCI

ALBERT LEWANDOWSKI

CENTRO DIURNO AVOFID W PALERMO -Relacja z pobytu
w ośrodku dla dzieci i dorosłych z niepełnosprawnościami.

s. 1

AGNIESZKA KRUPA-WIŚNIEWSKA

Spektrum autyzmu w bestsellerach Netflix.

s. 5

ALBERT LEWANDOWSKI

PRZEGLĄD BADAŃ NAUKOWYCH - Czy dziecko z ASD przenosi
nabyte umiejętności z jednego środowiska do drugiego?

s. 9

MARTA CEDRO

A może to autyzm?

s. 12

MAŁGORZATA LEDUCHOWSKA

Parę rad dla początkującego nauczyciela.

s. 16

ŁUKASZ GAWROŃSKI

Osoby z niepełnosprawnościami w zatrudnieniu.

s. 20

MAŁGORZATA LEDUCHOWSKA

W ZDROWYM CIELE ZDROWY DUCH - Ćwiczenia sportowe
i zabawy do przeprowadzenia w warunkach domowych.

s. 24

MARGARET MARKOWICZ

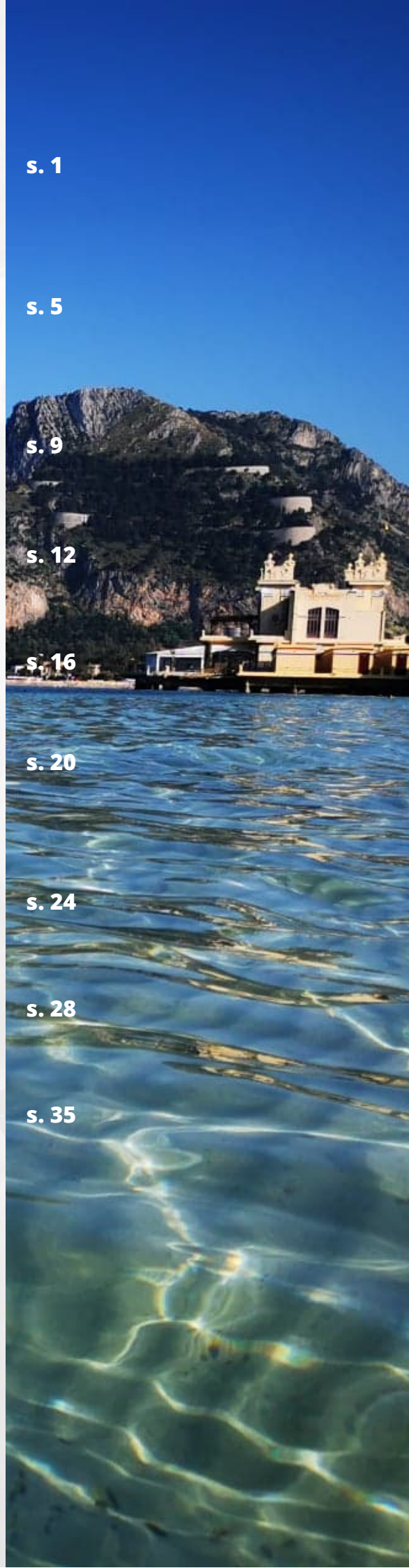
Z CYKLU OKIEM AUTYSTKI - Nerwica kontratakuje.

s. 28

EWA MIERZEJEWSKA

Podsumowanie ogólnopolskiego projektu "Uczymy się i bawimy".

s. 35



ALBERT LEWANDOWSKI

CENTRO DIURNO AVOFID W PALERMO

RELACJA Z POBYTU W OŚRODKU DLA DZIECI
I DOROSŁYCH Z NIEPEŁNOSPRAWNOŚCIAMI



W maju wspólnie z wychowankami naszej placówki (Zespół Placówek Szkolno-Wychowawczych) mieliśmy przyjemność odwiedzić Ośrodek dla dzieci i dorosłych Centro Diurno Avofid w Palermo. Wyjazd miał się odbyć dwa lata temu, ale ze względu na pandemię i związane z nią okoliczności udało się dopiero w tym roku. Projekt Erasmus + zobowiązał nas do spełnienia pewnych wymogów formalnych i merytorycznych. Naszym zadaniem było m.in. zaprezentowanie naszego ośrodka oraz kultury regionu Polski w którym mieszkamy. Jednak wiodącym celem naszego wyjazdu było zaprezentowanie repertuaru Teatryku MIMOTO, który jest „eksportowym towarem” naszej społeczności szkolnej, pokazywanym podczas prestiżowych uroczystości. Szczegółowa fotorelacja z pobytu, z uwzględnieniem wszystkich atrakcji zamieszczona jest na na [fanpagu teatryku](#) i naszej [stronie internetowej](#), dlatego w niniejszym artykule skupię się na charakterystyce ośrodka [Centro Diurno Avofid](#).

CDA położone jest nieopodal Palermo w niedalekiej odległości do samego centrum. Składa się z dwóch kompleksów: wypoczynkowego i rekreacyjno-edukacyjnego. W części wypoczynkowej położonej w malowniczym otoczeniu terenów zielonych i gór wychowankowie odpoczywają, przygotowują posiłki, uczą się i śpią. Warto zaznaczyć, że we włoskiej placówce część wychowanków mieszka na stałe, a inni przyjeżdżają (są dowożeni przez pracowników CDA na miejsce i odwożeni do domów o określonej porze). W innej części miasta mieści się drugi ośrodek rekreacyjno-edukacyjny – wydzierżawiony przez Stowarzyszenie CDA. Warto wspomnieć, iż olbrzymi teren zielony, z którego korzystają mieszkańcy ośrodka to pozostałość po ogrodzie zoologicznym. Teren jest dobrze utrzymany i zadbane, betonowe alejki ułatwiają przemieszczanie po pięknym ogrodzie, gdzie śródziemnomorska

roślinność dotykana promieniami słońca umila spacer i prace. Bez obaw co kilkanaście metrów są urokliwe fontanny i oczka wodne, dzięki którym upał jest bardziej znośny. Na terenie parku, bo tak śmiało można nazwać to miejsce zbudowane są specjalistyczne stanowiska pracy dla wychowanków, w których uprawiają warzywa, owoce i zioła. Miejsca pracy są dostosowane do możliwości podopiecznych ośrodka, uwzględniają ich wzrost i predyspozycje motoryczne. Na terenie kompleksu znajduje się mała stanina koni, dzięki czemu zajęcia z hipoterapii stanowią codzienność i nie są czymś nadzwyczajnym. Bardzo ważnym i charakterystycznym elementem obydwu ośrodków jest położenie w urokliwej zielonej okolicy, gdzie wychowankowie obcują z przyrodą na każdym kroku. Dbają o zasiane przez siebie rośliny, opiekują się także drzewkami owocowymi, dzięki czemu świeże pomarańcze i mandarynki stanowią stały element przy stole nakrytym do obiadu. Oprócz prac ogrodniczych dzieci i młodzież z CDA codziennie rozwijają umiejętności kluczowe: gotują, sprzątają oraz wykonują drobne prace naprawcze. W planie dnia codziennego nie brakuje także czasu na odpoczynek i relaks. Wykonywanie prac artystycznych a co za tym idzie poprawienie sprawności małej motoryki stanowi jeden z rodzajów spędzania czasu wolnego przez wychowanków. Mogliśmy się o tym przekonać, ponieważ na nasz przyjazd mieszkańcy CDA przygotowali dla nas piękny powitalny plakat, który zapamiętamy na długo.

Struktura organizacyjna CDA jest bardzo prosta i dużo mniej skomplikowana niż w naszych odpowiednikach tego typu ośrodków w Polsce. Warto zaznaczyć, że CDA działa na zasadach stowarzyszenia. W skład personelu wchodzi tylko 2 edukatorów, czyli osób po specjalistycznych studiach, reszta personelu to ludzie, którzy zajmują się kwestiami organi-

zacyjnymi i technicznymi takimi jak gotowanie, czy dowóz dzieci i dorosłych do ośrodka. W ich przypadku nie jest wymagane wykształcenie w zakresie pedagogiki. W życiu placówki codziennie uczestniczy około 20 wychowanków w różnym wieku i z różnymi niepełnosprawnościami. M.in.: osoby z poważnymi zaburzeniami neurologicznymi na wózkach inwalidzkich, z niepełnosprawnością intelektualną w stopniu lekkim, umiarkowanym i znacznym, niesłyszące i słabosłyszące, a także z całościowymi zaburzeniami rozwojowymi.

Metody pracy w ośrodku można określić jako naturalistyczny mix. Na pierwszy plan wysuwa się oczywiście metoda Marii Montessori – swoją drogą włoskiej lekarki, której sposoby edukacyjne są popularne także w Polsce. Obserwując pracę edukatorów można w niej dostrzec elementy metody projektu. Wychowankowie mają postawione cele, zarówno krótkoterminowe, jak i takie, gdzie efekty można dostrzec po długim czasie, np. hodowanie roślin i warzyw. Kontakt z naturą w CDA jest jednym z podstawowych determinantów kondycji psychofizycznej mieszkańców ośrodka. Jednym z czynników mających wpływ na taką organizację pracy ma niewątpliwie klimat wyspy oraz środki przeznaczone m.in. na dzierżawę terenów zielonych. Ważnym elementem pracy z wychowankami jest także kontakt ze zwierzętami. Jak wyżej wspomniano CDA ma do dyspozycji małą stadninę koni. Innym bardzo ważnym determinantem dobrej kondycji mieszkańców CDA są ich relacje z personelem, oparte na przyjaźni i miłości. Każda osoba czuje się tam kochana, ważna i doceniona. Włoski personel nie ma problemów w łamaniu przestrzeni między wychowankiem a opiekunem. Wszyscy żyją jak jedna wielka rodzina, jest miejsce na przytulenie, uśmiech, poklepanie po plecach czy wspólny wieczór taneczny. W polskich warunkach tego typu praktyki często są

określane jako szkodliwe i ryzykowne. Dowodem na doskonałą kondycję psychiczną mieszkańców był moment naszego przyjazdu do ośrodka. Przyjechaliśmy liczną 24 osobową grupą do obcych ludzi, którzy przywitali nas bardzo ciepło. Żaden z wychowanków CDA nie był zaniepokojony dużą grupą obcych. Nawet mała dziewczynka z głębokim autyzmem przywitała nas serdecznie wykazując pewność siebie i zadowolenie. Biorąc pod uwagę problemy wychowawcze z dziećmi z całościowymi zaburzeniami rozwojowymi w polskich szkołach ta mała dziewczynka wzbudziła moje zainteresowanie szczególnie. To z jaką ufnością podchodziła do obcych osób mocno dziwiło. To w jaki sposób funkcjonowała z w przestrzeni napętnionej bodźcami, także. Oczywiście nie należy wyciągać jakiś pochopnych wniosków, posiłkując się specyfiką CDA, budując przy tym obraz idealnego ośrodka dla dzieci z orzeczeniami, ale należy docenić ich pracę i efekty, które niewątpliwie mają. Oprócz naturalistycznych metod pracy oraz bardzo pozytywnych relacjach między wychowankami a personelem ośrodka, na kondycję psychofizyczną mieszkańców CDA ma wpływ jeszcze jeden bardzo ważny czynnik. Odpowiedni dobór kadry. Historia powstania włoskiego ośrodka przypomina w dużym stopniu znane z polskich realiów inicjatywy podejmowane przez rodziców dzieci z niepełnosprawnościami. CDA zostało założone przez rodziców chłopca, któremu lekarze nie dawali szans nawet na samodzielne poruszanie się. Ich determinacja i wiara w rehabilitację syna, pozwoliły doprowadzić go do stanu właściwie pełnej sprawności. To on powitał nas po przyjeździe do ośrodka. Wszyscy byliśmy przekonani, że to pracownik z obsługi. Rodzina Garofalo postanowiła założyć stowarzyszenie, które będzie przygotowywać osoby niepełnosprawne do funkcjonowania w społeczeństwie. Wyjątkowa wrażliwość tych ludzi przejawia się

nie tylko w szacunku i trosce o niepełnosprawne dzieci i młodzieży. Adoptowali oni także dwoje dzieci z Ukrainy i w wspólnie z nimi prowadzą ośrodek CDA. Rodzinna działalność wyjątkowych ludzi daje nadzieję innym rodzinom niepełnosprawnych dzieci i dorosłych. Kadra we włoskiej placówce to osoby z pasją i bezinteresowną miłością, jej główny trzon tworzy rodzina Garofalo.

Na koniec warto poruszyć jeszcze jedną ważną kwestię. We Włoszech nie ma żadnego dofinansowania socjalnego dla rodzin dzieci z niepełnosprawnościami. Ośrodek CDA fun-

kcjonujący na zasadach stowarzyszenia utrzymuje się także z środków wpłacanych przez rodziny dzieci i dorosłych korzystających z palermiańskiej placówki.

Z tego miejsca w imieniu wszystkich dzieci i wychowawców którzy mieli przyjemność gościć w CDA, chciałbym serdecznie podziękować osobom zaangażowanym w ten projekt. Wasza praca i efekty zrobiły na nas duże wrażenie. Życzymy Wam dalszych sukcesów wychowawczych oraz wytrwałości i siły do podejmowania nowych wyzwań i inicjatyw.

ENKA
WYDAWNICTWO

Numer jubileuszowy

24 KWIETNIA 2022

NEURO RÓŻNORODNI
DWUMIESIĘCZNIK NR 2(7) - KWIECIEŃ 2022
JUŻ ROK NA RYNKU!

OKONAC LĘK
STRATEGIE POMOCY DZIECKU ZE SPEKTRUM AUTYZMU

Umieszczenie dziecka z ASD w domu lub szkole?
Budowa świadomości jako święty obowiązek

AGNIESZKA KRUPA-WIŚNIEWSKA

SPEKTRUM AUTYZMU W BESTSELERACH **NETFLIKSA**



Jak osobom neurotypowym przybliżyć zjawisko spektrum autyzmu, by stało się dla nich w pełni zrozumiałe i akceptowane? Co zrobić, by nie był to dla ogółu społeczeństwa kolejny trudny do zapamiętania termin medyczny, który powoduje „spychanie” osób z ASD na margines społeczny? Czy stać nas na pełną tolerancję i akceptację osób, które inaczej niż my odbierają świat i bodźce płynące z otoczenia? Czy mamy w sobie tyle empatii i jesteśmy zdolni do społecznej dyskusji na temat marginalizacji osób niepełnosprawnych?

Z pomocą w zrozumieniu przychodzi nam najbardziej rozpowszechniony i rozpoznawalny na całym świecie serwis streamingowy, który umożliwia użytkownikom oglądanie filmów, seriali i programów bez reklam przy użyciu urządzenia połączonego z internetem czyli Netflix. Netflix proponuje kilka ciekawych i niezwykle wartościowych seriali, które pozwalają nam neurotypowym poznać świat ludzi z spektrum z ich perspektywy, co staje się niezwykle ciekawym doznaniem i pozwala lepiej zrozumieć, to co czują osoby z ASD i jak postrzegają rzeczywistość. I mimo, że wiele osób uważa, że Netflix nie jest najlepszym sposobem na zdobywanie wiedzy na temat tego zaburzenia, uważam, że każdy sposób na dotarcie do innych i zwrócenia ich uwagi na problemy, z jakim mierzą się osoby z diagnozą spektrum ma sens. Jest to doskonały sposób na dotarcie do ludzi młodych.

Pierwszą produkcją z jaką miałam styczność dotyczącą tematu spektrum, która od razu skradła moje serce był serial **Atypical – Atypowy**. Mam wrażenie, że nie ma osoby, która by o tym serialu nie słyszała, gdyż to najgłośniejsza produkcja związana z przedstawieniem osób autystycznych, która spotkała się z przychylnością widzów na całym świecie i doczekała się aż czterech sezonów. Sam Gardner, główny bohater Atypowego to amerykański

nastolatek wchodzący w dorosłość z diagnozą autyzmu, który próbuje dopasować się do otaczającego go świata. Sam mieszka z siostrą i rodzicami w Connecticut, ma 18 lat i chce żyć, jak jego rówieśnicy: chodzić na randki i znaleźć dziewczynę, dostać się na studia, dostać pracę i zrozumieć swoich rówieśników w zwykłych, codziennych sytuacjach. W każdym z odcinków możemy obserwować codzienne zmagania Sama i jego najbliższych.

Twórcy serialu wyodrębnili wszystkie najbardziej oczywiste zachowania autystyczne, szczególnie te, które wcześniej zostały opisane jako objawy zespołu Aspergera. Jednak krytycy serialu uznają, że cechy bohatera są zbyt wyolbrzymione. Sam to właściwie żywa tablica ilustrująca szereg objawów – mówi monotonnym głosem bez emocji, nie rozumie sygnałów społecznych i bierze wszystko bardzo dosłownie, posiada trudności społeczne i emocjonalne oraz ma obsesję na punkcie pingwinów i Antarktydy. Wykazuje powtarzające się zachowania – codzienne rytuały i zainteresowania. Jednak, według mnie, ukazanie w taki sposób postaci pozwala dotrzeć szczególnie do młodych widzów, w formie która nie koloryzuje rzeczywistości, przedstawia ją w taki sposób jaka jest, nawołuje do społecznej dyskusji i skłania do refleksji i daje każdemu z nas niezastąpioną lekcję tolerancji. Serial obala również mity, że osoba z ASD skazana jest na życie na marginesie, zamknięta w swoim własnym świecie. Warto obejrzeć, ponieważ dramatyzm przeplata się tu z humorem, codzienne problemy rzeczywistości z śmiechem, wzruszenie ze złością i wszechogarniającym lękiem. Serial jak i jego bohaterzy wzbudza wiele różnorodnych emocji, ale przyciąga również swoją zwyczajnością. Co ciekawe, twórcy zaprosili do współpracy przy drugim, trzecim, czwartym sezonie aktorów

oraz scenarzystów autystycznych, dzięki którym postać Sama stała się bardziej wiarygodna.

The Good doctor to serial, który obejrzałam również z ogromną przyjemnością. Serial pobił rekordy oglądalności nie tylko w Stanach Zjednoczonych, dlatego wyjdzie kolejny, już szósty sezon (w Polsce do obejrzenia trzy sezony). Serial zebrał aż sześć nominacji do nagród filmowych, między innymi do „Złotych Globów” w kategorii najlepszy aktor w serialu dramatycznym dla odtwórcy głównej roli. Produkcja przedstawia młodego doktora (rezydenta) ze spektrum autyzmu i zespołem sawanta. Od lat naukowcy dostrzegają bardzo wyraźną korelację między zespołem sawanta a zespołem Aspergera, przy czym nie jest znany dokładny charakter tej zależności. Tym co łączy oba zaburzenia, jest występowanie genialnych umiejętności – osoby dotknięte Aspergerem także często są wybitne w określonej, choć zazwyczaj bardzo wąskiej dziedzinie. Szacuje się, że 10 % osób dotkniętych autyzmem bądź zespołem Aspergera ma również cechy sawantyzmu, a u co drugiej osoby z zespołem sawanta stwierdza się autyzm. Wracając do głównego bohatera, Shaun Murphy przeprowadza się z małej spokojnej wsi do tętniącego życiem miasta i znajduje pracę w jednym z najbardziej prestiżowych szpitali. Czuje się osamotniony, ma problemy z nawiązywaniem kontaktów międzyludzkich i komunikacją nie tylko z współpracownikami, ale i pacjentami. Mówi im to, co niekoniecznie chcieliby usłyszeć. A jedyną osobą, która go wspiera jest dr Aaron Glassman – jego mentor i opiekun. To on przeciwstawił się sceptycyzmowi i uprzedzeniom osób zarządzających szpitalem i wprowadził Shauna do zespołu. Młody lekarz od początku wie jednak, że musi pracować ciężiej niż kiedykolwiek wcześniej, aby odnaleźć się w nowym środowisku i udowodnić współpracownikom, że posiada niezwykle umiejętności

medyczne, które mogą ratować ludzkie życie i jest w stanie być doskonałym lekarzem, mimo posiadających ograniczeń.

Główny bohater jest przede wszystkim inspiratorem do podjęcia społecznej dyskusji na temat tego, czy osoby z spektrum powinny być marginalizowane społecznie i traktowane przez pryzmat bezpodstawnych uprzedzeń, czy może lepiej wykorzystać drzemiący w nich potencjał dla dobra ogółu społeczeństwa, którego są częścią i w którym funkcjonują. Taki dylemat rodzi się właśnie w zarządzie szpitala, gdy lekarze rozważają zatrudnienie autystycznego geniusza. Serial wzrusza i zmusza do refleksji. Z jednej strony staje się pretekstem do zastanowienia się nad sytuacją osób z autyzmem na wymagającym rynku pracy, a z drugiej - przemawia do wszystkich, którzy w jakiś sposób czują się inni, nieakceptowani, odrzuceni i mobilizuje ich do działania, walki o swoje miejsce w społeczności.

Przygotowując ten artykuł, natchnęłam się na produkcję **Love on the spectrum – Miłość w spektrum** i postanowiłam obejrzeć dwa dostępne sezony. **Miłość w spektrum** - to australijski reality show, program randkowy, w którym udział bierze dziewięcioro uczestników i uczestniczek między dwudziestym, a trzydziestym rokiem w spektrum autyzmu. Bohaterowie szukają miłości, chodzą na kolacje, spacerują, organizują pikniki, turnieje kręgla i wyprawy do zoo. Niestety znalezienie partnera lub partnerki, gdy jest się osobą w spektrum, nie jest proste. Objawia się ono bowiem przede wszystkim poważnymi trudnościami w inicjowaniu i utrzymywaniu relacji społecznych. Dochodzą do tego często różnorodne wzorce zachowań, które ludziom spoza spektrum mogą wydawać się *dziwne*, jak mówi jedna z bohatererek programu „...kocham być *dziwna*.....” .Już sama forma produkcji budzi wiele kontrowersji, kojarzy się z dość marną rozrywką, a na myśl

przychodzą rozważania etyczne, czy będzie to próba żerowania na osobach z spektrum, ale można dostrzec, że twórcy podchodzą do wszystkich uczestników z olbrzymią dozą empatii, zrozumienia i zwykłej sympatii. Proponowany serial może być on swego rodzaju odskocznią do tego, by lepiej poznać i zrozumieć ludzi ze spektrum autyzmu, gdyż powstał głównie z myślą o osobach neurotypowych. Został szczególnie miło przyjęty również przez osoby z ASD.

Współcześnie, każdy z nas śledzi Netflixowe produkcje, dlatego warto pochylić się szczególnie nad tymi, które nie tylko dostarczają nam rozrywki, ale uczą dostrzegać rzeczywiste problemy otaczającego nas świata. Jak podaje portal polskiauzytm.pl autyzm jest coraz częściej diagnozowany, występuje u ok. 1 na 54 dzieci w Stanach Zjednoczonych. W Eu-

ropie (w tym w Polsce) określa się rozpowszechnienie spektrum autyzmu na ok. 1 na 100 dzieci. Z perspektywy nauczyciela współczesne narzędzie w postaci Netflixu może okazać się szczególnie pomocne w pracy z klasą nastolatków, do której dołączy uczeń ze spektrum. Jako wychowawcy, specjaliści, nauczyciele możemy zarekomendować produkcje warte obejrzenia. Natomiast z perspektywy człowieka znajomość przytoczonych produkcji może być szczególnie użyteczna, gdy naszym współpracownikiem w zakładzie pracy czy sąsiadem zostanie osoba z spektrum, by nam i jej żyło się lepiej w naszych lokalnych społecznościach. Im większa nasza wiedza i świadomość na temat autyzmu, tym łatwiej zaakceptować nam to, co z pozoru wydaje się nieakceptowalne. I zauważyć to, czego nie potrafimy lub nie chcemy zauważyć.

ZBIÓRKA NA PEŁNOMETRAŻOWY FILM O ATYPOWEJ DZIEWCZYNCE

ZOBACZYĆ LILY



Organizator przesłał dokumenty potwierdzające wiarygodność opisu zrzutki

74 008 zł z 250 000 zł

29%

18 dni do końca

291 wspierających

Wpłać na zrzutkę

Zrzutka.pl nie pobiera prowizji od wpłat

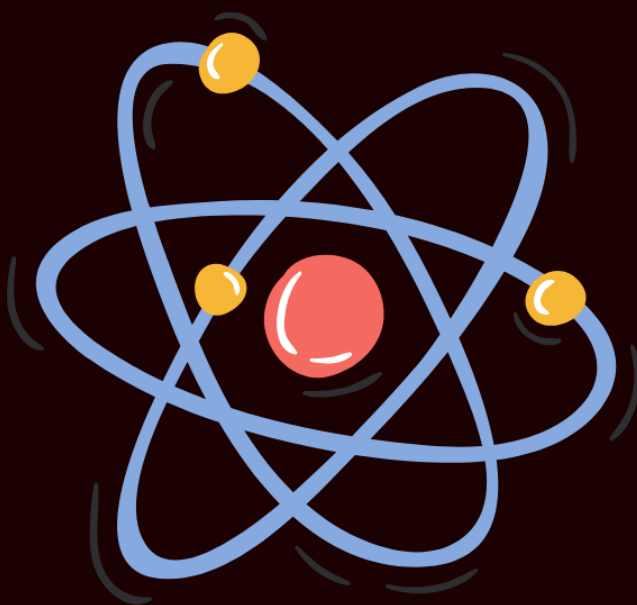
Obserwuj Udostępnij Więcej

Opis Wpłacający 291 Skarbonki 1 Komentarze 12

ALBERT LEWANDOWSKI

PRZEGLĄD BADAŃ NAUKOWYCH

Czy dziecko z ASD przenosi nabyte umiejętności z jednego środowiska do drugiego?



Terapia dzieci w spektrum autyzmu spędza sen z powiem rodzicom i opiekunom. Starają się aby ich podopieczni uczestniczyli we wszy-stkich możliwych formach wsparcia. Oprócz zajęć w placówce oświatowej (TUS, rewali-dacja, terapia, integracja sensoryczna, hipote-rapia, basen, zajęcia z psychologiem i wiele innych), rodzic często zapisuje dziecko na dodatkowe zajęcia poza szkołą. W praktyce wygląda to tak, że dziecko bardzo mało odpoczywa, zmienia miejsca (powoduje to u niego dodatkowy stres), a także nie ma czasu na rozwijanie swoich zainteresowań – w pier-wszych etapach rozwoju dość nietypowych. Właściciele prywatnych gabinetów terapeutycznych zachęcają rodziców i opiekunów do wykupowania dodatkowych godzin, podczas których dziecko ma się nauczyć wszystkiego, czego nie daje szkoła lub przedszkole. Gabinety kreują swoje metody i działania jako lepsze i bardziej skuteczne niż w placówkach oświato-wych. Często są kolorowe, nowoczesne i dobrze wyposażone. Problem pojawia się gdy dziecko dobrze pracuje w gabinecie, robi postępy, rodzic widzi efekty, ale w szkole lub w domu ich nie widać.

W środowisku nauczycieli specjalnych takie sytuacje są doskonale znane. W wielu przypadkach dochodzi wręcz do konfliktów na linii rodzic nauczyciel. Szkoły są na przegranej pozycji ponieważ rodzice uważają, że nauczy-ciele źle pracują lub nie angażują się w pracę na 100%, a na dodatek mają słuszne argumenty, bo przecież ich dzieci są grzeczne i doskonale funkcjonują na zajęciach indywidualnych u Pani X. Zdarza się także, że dzieci bardzo dobrze zachowują się w środowisku domowym, niestety w szkole już nie.

W takich sytuacjach w szkole panuje napięta atmosfera, zwoływane są zespoły wychowawcze, rozpoczyna się proces poszu-kiwania przyczyn. W finale zmienia się opie-

kunów, klasę, metody, narażając dziecko na dodatkowe nowości. Zamknięte koło destrukcji obraca się coraz szybciej, a efektów jak nie było tak nie ma. Kto jest winny? Rodzic wskazuje szkołę, szkoła rodzica. Proces edukacyjny w placówce nie ma już sensu ponieważ nikt nie ma do siebie zaufania.

Odpowiedzią na tego typu sytuacje są obser-wacje badaczy i klinicystów z całego świata oraz najnowsze badanie, którego wyniki można zobaczyć w kwietniowym numerze The Lancet Psychiatrii. Wynika z nich, że dzieci ze spe-ktrem autyzmu mogą nie przenosić nabytych umiejętności z jednego środowiska do drugiego. I nie jest to niczyja wina, wynika to z mo-żliwości percepcyjnych i adaptacyjnych umysłu autysty w początkowych etapach rozwoju. Dowodów na stawianą od dawna tezę dostar-czyli naukowcy z Wielkiej Brytanii, którzy sprawdzili czy adaptacja Pediatrycznej Terapii Środowiskowej Autyzmu (obejmuje dzieci z orzeczeniami, uczące się komunikacji na indywidualnych panelach terapeutycznych), poprawia komunikację dzieci z autyzmem a ich rodzicami i czy przekłada się na poprawę komunikacji w szkole i w domu. 122 dzieci w wieku od 2 do 11 lat poddano badaniu przez sześć miesięcy. Okazało się, że komunikacja poprawiła się dzięki zajęciom indywidualnym, ale efekty nie przełożyły się na poprawę komunikacji w domu i szkole. Oczywiście badanie przeprowadzono w innych warunkach geograficznych i środowiskowych, w dodatku tylko w kontekście komunikacji, ale warto spróbować wyciągnąć wnioski i odnieść się do naszej szkolnej rzeczywistości. Symptomy wskazujące na słuszność postawionej tezy wydają się być oczywiste w realiach polskich nie tylko w kontekście komunikacji, ale także w innego rodzaju indywidualnych terapiach pro-wadzonych poza domem i szkołą, np. terapii behawioralnej, terapii SI, czy Tusie. Udowo-

dnienie rozważanej tezy powinno wywołać dyskusję nad konsolidacją i kompleksowym modelem edukacyjno terapeutycznym prowadzonym w docelowych środowiskach – domowym i szkolnym.

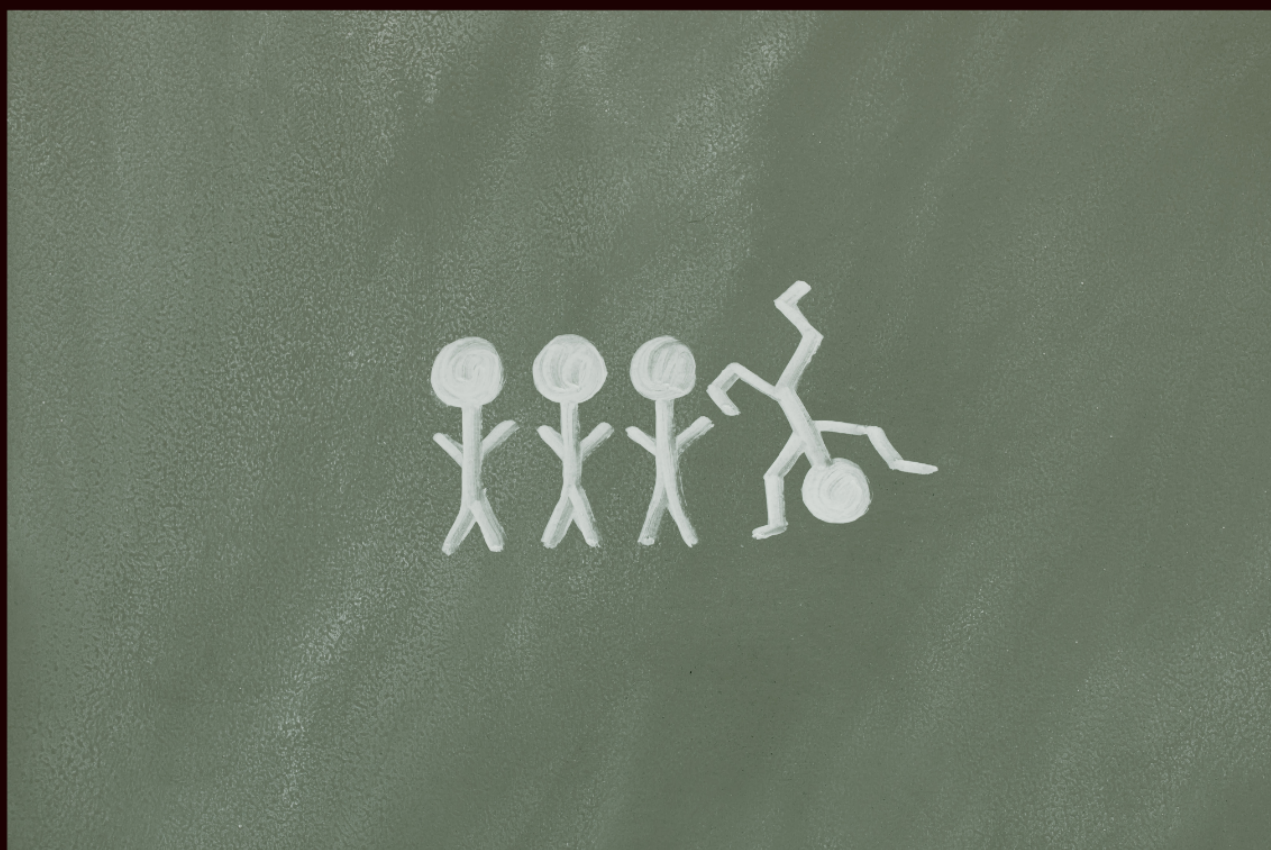
Konflikty wynikające z oczekiwań rodziców, podyktowane sukcesami dzieci na różnych polach w określonych środowiskach wynikają z małej świadomości na temat przy-

czyn i powodów opisanych zjawisk. Niestety brak wiedzy to nie tylko domena rodziców, ale także nauczycieli i specjalistów, którzy nie bardzo chcą rozwijać swoją wiedzę, albo robią to w nieodpowiedni sposób. Niekiedy zbyt skupiając się na szczegółach zapominając o szerszej perspektywie, która daje proste i klarowne odpowiedzi.



MARTA CEDRO

A MOŽE TO AUTYZM?



Praca z dziećmi daje wiele satysfakcji i radości. Szczególnie wtedy, gdy uda nam się rozwiązać jakiś problem, nauczyć czegoś, co jeszcze niedawno wydawało się niemożliwe. A tych problemów jest coraz więcej.

Czy również większa jest satysfakcja z ich rozwiązywania? Niekoniecznie bo nie każdy problem udaje się rozwiązać. Czasami trudno zdiagnozować przyczyny, czasami trudno namówić rodziców do współpracy, a czasami niestety my nauczyciele nie jesteśmy dostatecznie skuteczni.

Nie powinno nas to jednak zniechęcać i demotywować. Wręcz przeciwnie i mamy zadanie pomóc i dzieciom i samym sobie.

Problemy z którymi borykają się nauczyciele i rodzice, to przede wszystkim problemy wychowawcze mające ścisły związek z niedojrzałością w sferze emocjonalno-społecznej.

Bardzo wiele zachowań nas niepokoi, nie potrafimy sobie z nimi poradzić. Coraz trudniej nauczyć dzieci podstawowych umiejętności i relacji społecznych. Często obserwujemy też nieadekwatne relacje emocjonalne.

Metody, które stosujemy – nie działają lub przynoszą mierne efekty, niewspółmierne do naszego zaangażowania i niespełniające naszych oczekiwań.

Zastanawiamy się czy to brak konsekwencji, czy brak odpowiednich wzorców, czy może cechy charakteru, które powodują, że dziecko jest po prostu niegrzeczne.

A może jest coś, co nie pozwala dzieciom na standardowe zachowania zgodne z naszymi oczekiwaniami.

Może to autyzm, który co prawda z jednej strony daje charakterystyczne objawy, a z drugiej nie ma dwojga identycznych, autystycznych dzieci. „ Każda osoba z autyzmem jest jedyna w swoim rodzaju i wykazuje niepowtarzalną kombinację mocnych i słabych stron. Nie ma dwóch jednostek, które miałyby ten

sam zestaw objawów, czy identyczny poziom głębokości zaburzenia”.

O autyzmie napisano już wiele. Świadomość jest coraz większa. Nie będę więc w swoim autyzmie skupiać się na przyczynach i charakterystyce objawów. Zajmą się tym, co powinno zaniepokoić nauczyciela, czy rodzica, co powinno wzbudzić naszą czujność.

Po pierwsze problemy związane z mową i komunikacją, a więc:

- opóźniony rozwój mowy lub całościowy jej brak (brak gaworzenia jako niemowlę),
- brak reakcji na własne imię,
- brak porozumiewania się za pomocą gestów,
- brak rozumienia metafor,
- echolalie (powtarzanie słów),
- trudności i rozumienie języka,
- brak kontaktu wzrokowego,
- trudności z podtrzymaniem konwersacji (dzieci są zainteresowane tym co same mówią, a nie tym co ma wypowiedzenia partner).

Po drugie problemy z interakcjami społecznymi:

- problemy z nawiązaniem i utrzymaniem relacji społecznych,
- nieumiejętność kompromisu,
- reakcje nieuczuciowe nieadekwatne do bodźca,
- trudności z przyjęciem z perspektywy drugiej osoby,
- trudności wyrażeniu własnych emocji.

Po trzecie zainteresowanie, zachowanie i aktywność:

- stereotypowe zainteresowania (np.: pociągami),
- fiksacje tematyczne,
- nieumiejętność zabawy na niby (dzieci nie potrafią udawać),
- przywiązanie do nietypowych, specyficznych czynności, wykorzystanie ich zawsze w tej samej kolejności),
- nieakceptowanie zmian,
- nadwrażliwość na bodźce,

- problemy z jedzeniem (wybiórczość pokarmowa),
- problemy ze snem.

Co zrobić jeśli zauważymy także objawy, a przynajmniej ich część u swojego dziecka lub wychowanka. Rodzic powinien zwrócić się po pomoc do wychowawcy, wychowawca nawiązać współpracę z rodzicem.

Wielu z nas nauczycieli obawia się rozmów z rodzicami, o tym że ich dziecko ma problem. Zastanawiamy się jak to zrobić, często odwołujemy tę chwilę bo takie rozmowy nie należą do łatwych.

Agnieszka Ludorowska – autorka artykułu w czasopiśmie „Wychowanie w przedszkolu” poświęciła mocną część swojej publikacji. Zacytuję więc za nią, bo jej rady i wskazówki są naprawdę skuteczne.

Słowo „autyzm” jak pisze autorka - nawet jeśli mowa o samym podejrzeniu budzi strach. Oczywiście są tacy opiekunowie, którzy od razu podchodzą do sprawy zadaniowo na zasadzie „skoro trzeba przeprowadzić diagnozę, to tak zrobimy”. Tym niemniej wielu z nich potrzebuje czasu, aby oswoić się z tym co usłyszeli.. Wielu odsuwa myśl o autyzmie, próbuje racjonalizować to, czego się dowiedzieli.

„Nasza sąsiadka pracuje w przedszkolu ona zna Jasia i twierdzi, że wszystko z nim w porządku. Ja też taka byłam w jej wieku. On po prostu jest indywidualistą, jest uparty. Należy się liczyć z tym, że te i podobne stwierdzenia mogą paść ze strony rodziców podczas rozmowy. I nie warto się o to obrażać. Dajmy opiekunom trochę czasu, pozwólmy im okazać wątpliwości i emocje, np. lęk. Czasem pojawiają się lzy, więc warto mieć przyszykowane chusteczki, zadbać o intymność podczas spotkania. Nie powinno się ono odbywać w drzwiach, w biegu. Dobrym pomysłem jest, aby oprócz nauczyciela uczestniczył w nim ktoś jeszcze, np. przedszkolny, szkolny psycholog.

Pamiętajmy, że celem takiej rozmowy nie jest przedstawienie diagnozy, bo jej postawienie nie należy do zadań pracowników przedszkola, ale podzielenie się obawami i spostrzeżeniami na temat funkcjonowania dziecka. Dlatego podczas rozmowy z opiekunami można posłużyć się stwierdzeniem. Warto wykluczyć autyzm. Choćby z uwagi na złożoność tego zaburzenia oraz możliwe różne natężenie objawów na wspomnianym kontinuum w przedszkolu, rzadko będziemy mieć absolutną pewność, że dziecko „jest autystyczne”, co nie zmienia faktu, że coś w jego zachowaniu nas niepokoi, mamy pewne podejrzenia i chcemy mu pomóc, a do tego potrzebna jest na początek diagnoza. Należy zatem skierować rodziców do rejonowej poradni psychologiczno - pedagogicznej i wyjaśnić, że jeśli obawy zostaną potwierdzone, wówczas dziecko otrzyma orzeczenie o potrzebie kształcenia specjalnego, co oznacza dodatkowe środki finansowe dla przedszkola, umożliwiające zatrudnienie specjalisty, specjalistów przygotowanych do pracy z dziećmi ze spektrum. Innymi słowy, właściwa diagnoza w dalszej kolejności zapewni dziecku terapię, a tym samym, oczywiście w zależności od nasilenia poszczególnych objawów, złagodzenie przynajmniej części z nich. Im wcześniej zostanie wdrożona terapia, tym lepiej dla dziecka, ale także dla rodziców, którzy szybciej zaczną się uczyć, jak je wspierać. Można także podpowiedzieć opiekunom źródła, z których mogą dowiedzieć się więcej na temat autyzmu, jeśli są na to gotowi. Może to być np. znana warszawska fundacja Synapsis (<https://synapsis.org.pl>) lub książka *Moje dziecko ma autyzm. Opowieści matek* (M. Golding, J. Stacey), opowiadająca o radzeniu sobie przez rodziców z odmiennością ich dzieci w czasach, gdy ten temat nie był jeszcze tak dobrze znany jak obecnie, tj. w połowie XX w.

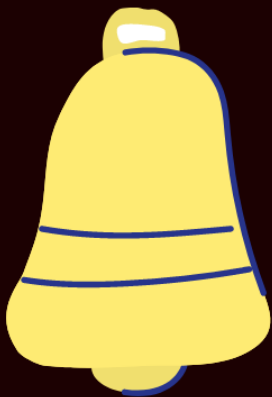
Warto pamiętać, że (...) autyzm to inny sposób myślenia i uczenia się. Jednostki nim dotknięte są przede wszystkim ludźmi, a zaburzenie jest tylko częścią ich osobowości.

Jeśli mamy ze sobą rozmowę z rodzicami, jeżeli udało nam się zdobyć ich zaufanie i poddać dziecko diagnozie musimy cierpliwie czekać na jej wynik. Diagnoza potwierdzająca autyzm wiąże się z wydaniem orzeczenia o potrzebie kształcenia specjalnego.

Później to już ciężka systematyczna praca wg zaleceń specjalistów, w które muszą być zaangażowani rodzice, nauczyciele, specjaliści, a przede wszystkim samo dziecko. To to właśnie ta praca, te małe kroczki, które stawiamy wraz z potrzebującym pomocy dzieckiem daje tyle radości i satysfakcji, o której pisałam na wstępie mojego artykułu.

MAŁGORZATA LEDUCHOWSKA

PARĘ RAD DLA POCZĄTKUJĄCEGO PEDAGOGA



„Obyś cudze dzieci uczył”, kto nigdy nie usłyszał tego „życzenia”? Można je rozumieć jako rodzaj kary, coś, czego nie życzymy nawet najgorszemu wrogowi. Jednak czy zawód nauczyciela jest faktycznie taki straszny? Nie ulega jednak wątpliwości, że zawód ten jest nisko opłacalny, nie rekompensuje zatem dużego stresu, ciągłej presji, także tej związanej z nieustanną oceną, przez dyrekcję, rodziców czy w końcu kadrę pedagogiczną. W wielu szkołach większość nauczycieli to osoby w wieku emerytalnym, a młode osoby, które kończą studia często wybierają inną drogę. Co nie oznacza jednak, że nikt z absolwentów studiów pedagogicznych nie decyduje się na pracę w szkolnictwie. Dlatego tym artykułem chcę ułatwić młodym nauczycielom start zawodowy. Piszę ten artykuł w oparciu o moje dwuletnie doświadczenie pracy w szkole, przy czym większość to edukacja zdalna. Życzę miłej i owocnej lektury!

1. Nie bój się prosić o pomoc. Żyjemy w społeczeństwie, gdzie króluje przeświadczenie o tym, że najlepiej robić wszystko samemu, nie prosić nikogo o pomoc, nie dopytywać. Być może wynika to ze strachu przed oceną ze strony innych, a może z wychowania? Czynników na pewno jest wiele. Nowa praca to wiele niewiadomych. Jest to przecież dla nas zupełnie nowe miejsce, nowi ludzie, nowe otoczenie. Dodatkowo rozpoczynając pracę w szkole, należy liczyć się z wypełnianiem nieskończonej ilości dokumentacji. Każda szkoła pod tym względem jest trochę inna, posiada swoje wewnętrzne zasady. Dlatego nie bój się prosić o pomoc w nowej szkole, zadawaj konkretne pytania. Możesz zapisywać sobie je na karteczce, żeby niczego nie pominąć. Bywa, że nauczyciele, którzy mają już

długi staż pracy w szkole, zapomnieli, jak to jest być stażystą i nie przyjdzie im do głowy, żeby spytać, czy potrzebujesz pomocy.

2. Nie zrażaj się i bądź konsekwentny w działaniu.

W szkole (jak w każdym innym miejscu pracy) istnieją podziały, grupki i konflikty. Najlepiej nie rozmawiać o jednych nauczycielach przy innych, w końcu nigdy nie wiadomo, kto z kim „trzyma”, a po co robić sobie już od początku problemy? Swoje opinie i poglądy zostaw dla siebie, tak będzie najbezpieczniej dla Ciebie. Bardzo możliwe, że na początku uczniowie będą Cię testować. Będą starali się wyczuć, na ile mogą sobie pozwolić na Twoich lekcjach. W związku z tym przygotuj się psychicznie na to, że pierwsze lekcje mogą być trudniejsze. Ale mam dla Ciebie dobrą wiadomość- to minie! Cechą, która może tutaj pomóc jest konsekwencja, trzymaj się raz ustalonego zdania. Jednak każda sytuacja jest inna i nieraz może zdarzyć się tak, że trzeba będzie być elastycznym, a nie trzymać się sztywno wcześniej obranych zasad, ale na samym początku pracy polecam konsekwencję.

3. Daj sobie czas na wdrożenie.

Nie wymagaj od siebie za wiele na samym początku. Nie musisz od razu umieć wypełniać wszystkich dzienników i całej szkolnej dokumentacji. Na wypełnienie części dokumentów masz czas do końca września, także rozłóż swoją pracę w czasie. Świat się naprawdę nie zawali, jeśli nie zrobisz wszystkiego od razu. Tak jak już wcześniej wspominałam początki mogą być trudne (i pewnie takie będą), dlatego nie dokładaj

sobie jeszcze stresu związanego z dokumentacją robioną „na już”.

4. Materiały pomocnicze.

W Internecie można znaleźć wiele stron z darmowymi pomocami do różnego rodzaju lekcji. Bardzo polecam stronę Pinterest, która jest kopalnią pomysłów na nieograniczoną liczbę zagadnień. Oprócz inspiracji znajdują się tam także różne karty pracy gotowe do wykorzystania na lekcjach. Podczas nauki zdalnej bardzo rozwinęły się różnego rodzaju platformy, które mogą być używane podczas pracy na komputerze. Są to na przykład: Genially, Wordwall, Learningapps. Oprócz tego, że są tam gotowe zadania, to również można tworzyć własne materiały. Do tworzenia prezentacji polecam Canvę. Używając podczas zakładania konta adresu mailowego z domeną „edu” uzyskujemy za darmo dostęp do wszystkich treści, takich jak elementy, zdjęcia, szablony itd. Polecam także wyszukanie i dołączenie do różnych grup na Facebook’u stworzonych dla nauczycieli. Znajdują się tam różnego rodzaju materiały opracowane przez innych nauczycieli, można też zapytać o radę czy o wskazówki do pracy. Na rynku wydawniczym znajduje się też wiele pozycji książkowych ułatwiających pracę nauczyciela. Dostępne są np. książki ze scenariuszami na godziny wychowawcze czy książki branżowe.

5. Dbaj o siebie.

Pamiętaj, że szczęśliwy człowiek, to szczęśliwy nauczyciel. Na co dzień martwisz się o dzieci w szkole, ale Twoim obowiązkiem jest również martwienie się o siebie. Nie spychaj swoich potrzeb na dalszy plan. Nie musisz przy-

gotowywać 10 lekcji do przodu, przygotuj jedną, a później wyjdź na spacer, obejrzyj serial, zrób sobie dzień spa. Tak samo jak z dokumentacją-nie musisz od razu robić wszystkiego na raz. Sobie, weekendy zostaw dla siebie i swoich bliskich. Nie sprawdzaj skrzynki mailowej podczas dni wolnych, daj odpocząć swojej głowie. Nic się nie stanie, jeśli na wiadomość rodzica odpiszesz w poniedziałek rano. Jeśli masz trudności z zadaniem o swoje potrzeby, to wpisz sobie przypomnienie do telefonu czy kalendarza. Jeśli czujesz, że w danej chwili nie jesteś w stanie czegoś zrobić, to odłóż to, zajmiesz się tym później. Nie spełnianie swoich potrzeb może prowadzić do frustracji i wyżywaniu się na swoich uczniach, a tego nikt by nie chciał...

6. Karty pracy.

Często można spotkać się z takim stwierdzeniem, że nauczyciel to jedyny zawód, w którym kradnie się rzeczy ze swojego domu do pracy. I dużo jest w tym prawdy! Dlatego przygotowując materiały do użycia na lekcji rób to ekonomicznie. Najlepiej jest zrobić materiały wielokrotnego użytku, pomóc tu może użycie laminarki. Dzięki temu materiały przygotowujesz raz, a są one wielokrotnego użytku. Jeśli drukujesz coś do rozdania dla uczniów, to polecam umieścić na jednej stronie jak najwięcej elementów, dzięki temu zużyjesz jak najmniej papieru. Kiedy masz już przygotowane materiały dobrze je posegregować, dzięki temu w kolejnym roku (latach pracy) nie będzie trzeba szukać we wszystkich teczkach czy segregatorach, tylko od razu skorzystasz

z odpowiedniej teczki, to zaoszczędzi czas i nerwy.

7. „Okienka”.

Dobrym pomysłem jest spożytkowanie tzw. „okienek”, czyli wolnych lekcji w ciągu dnia. Można wtedy przygotować lekcje na kolejny tydzień, odpowiedzieć rodzicom na wiadomości mailowe, skserować materiały czy załatwić sprawy wychowawcze. A jeśli czujesz, że potrzebujesz chwili oddechu, to jest to dobry moment, żeby w spokoju wypić herbatę i zjeść drugie śniadanie. Pamiętaj, że czas dla siebie też jest bardzo ważny!

8. Ideały.

Kiedy odczujesz spadek motywacji do pracy, warto znaleźć jakąś myśl/książkę/film, które będą Ci przypominały, dlaczego w ogóle podjęłaś/podjąłeś tę pracę. Książka, która mnie ratuje to: „Listy do młodego nauczyciela” Marii Grzegorzewskiej- prekursorki pedagogiki specjalnej w Polsce. Mam tam zakreślone różne fragmenty, które przypominają mi, jakim nauczycielem chciałam być i do czego dążę w pracy zawodowej. Warto zapisać sobie na kartce plusy naszego zawodu i przypominać je sobie w gorszych momentach, które na pewno się zdarzą. Postaraj się nimi za bardzo nie przejmować, mogą się zdarzyć najlepszym!

9. Bądź autentyczny.

Gwarantuję to, że uczniowie wyczują, kiedy ściemniasz. O wiele lepszym rozwiązaniem jest pokazanie swojej prawdziwej twarzy, dzięki temu możesz zyskać szacunek uczniów praktycznie bez wysiłku, a przy okazji nic nie udajesz, same plusy! Polecam też uśmiech, bo w końcu, kto z nas lubił naburmuszonych, wiecznie skrzywionych nauczycieli?

10. Pozycja Supermana

Na pierwsze dni w pracy polecam pozycję Supermana, chodzi w niej o to, żeby stanąć pewnie na szeroko rozstawionych nogach, a ręce podeprzeć na biodrach. W takiej pozycji należy stać przez kilka minut i brać głębokie wdechy i wydechy (to już mój dodatek do tej pozycji). Udowodnione naukowo, że pomaga i zwiększa pewność siebie!

Mam nadzieję, że któraś z moich rad przypadła Ci do gustu i dzięki niej będzie Ci łatwiej na początku swojej drogi zawodowej. Życzę dużo sukcesów w życiu osobistym (i żeby ciągle pamiętać, że szczęśliwy człowiek, to szczęśliwy nauczyciel) oraz w pracy zawodowej, trzymam za Ciebie mocno kciuki!

ŁUKASZ GAWROŃSKI

OSOBY Z NIEPEŁNOSPRAWNOŚCIAMI W ZATRUDNIENIU



Prawo do swobodnie wybranej pracy przysługuje każdemu człowiekowi. Celem tego prawa jest zapewnienie jednostkom gwarancji związanych z jej samorealizacją i zabezpieczeniem ekonomicznym. Zgodnie z zasadą równości, wyrażoną w artykule 32 Konstytucji Rzeczypospolitej Polskiej, realizacja uprawnień przez osobę niepełnosprawną powinna odbywać się na odpowiednio ukształtowanych zasadach, które zapewnią jej wyrównanie szans w stosunku do osoby pełnosprawnej. Niestety, podjęcie pracy przez osobę niepełnosprawną często jest związane z koniecznością przezwyciężenia przez nią lęków i pokonania licznych trudności. Nie ulega wątpliwości, iż praca stwarza szansę do doskonalenia siebie, nabywania nowych umiejętności i pozwala na nawiązywanie kontaktów międzyludzkich. Z pewnością praca sprzyja zaspokojeniu potrzeb psychologicznych, ekonomicznych i społecznych osób niepełnosprawnych. Wynagrodzenie otrzymywane z tytułu wykonywania pracy stanowi często podstawę utrzymania siebie i rodziny. Pozwala również na zapewnienie odpowiedniego poziomu życia, a także pokrycie kosztów leczenia i rehabilitacji. Zatem niewątpliwie istotna jest znajomość podstawowych praw osób z niepełnosprawnościami w zatrudnieniu.

Punkt wyjścia stanowi wspomniana wcześniej konstytucyjna zasada równości. Konstytucja stanowi najwyższy akt prawny w Rzeczypospolitej Polskiej, na władzy publicznej spoczywa obowiązek urzeczywistniania i konkretyzowania praw w niej wyrażonych. Zasada równości została skonkretyzowana również w kodeksie pracy, który stanowi, iż *„pracownicy powinni być równo traktowani w zakresie nawiązania i rozwiązania stosunku pracy, warunków zatrudnienia, awansowania oraz dostępu do szkolenia w celu podnoszenia kwalifikacji zawodowych, w szczególności bez*

względów na płeć, wiek, niepełnosprawność (...)”. Zgodnie z kodeksem pracy, w przypadku osób niepełnosprawnych za naruszenie zasady równego traktowania uważa się różnicowanie przez pracodawcę sytuacji pracownika z powodu niepełnosprawności, a w szczególności:

- odmowę nawiązania lub rozwiązanie stosunku pracy,
 - niekorzystne ukształtowanie wynagrodzenia za pracę lub innych warunków zatrudnienia albo pominięcie przy awansowaniu lub przyznawaniu innych świadczeń związanych z pracą,
 - pominięcie przy typowaniu do udziału w szkoleniach podnoszących kwalifikacje zawodowe.
- Przepisy te nie są jedynie pustymi deklaracjami. Za ich naruszenie pracodawcy grożą realne konsekwencje w postaci obowiązku odszkodowawczego. Zgodnie z art. 18^{3d} kodeksu pracy osoba, wobec której pracodawca naruszył zasadę równego traktowania w zatrudnieniu, ma prawo do odszkodowania w wysokości nie niższej niż minimalne wynagrodzenie za pracę. Ponadto, to pracodawca w razie sporu musi wykazać przed sądem, że kierował się obiektywnymi powodami.

Aby wyrównać szanse osób z niepełnosprawnościami ustawodawca wprowadził szereg instytucji, które służą osiągnięciu tego celu. Uprawnienia osoby niepełnosprawnej, która została już zatrudniona, zależą od stopnia niepełnosprawności. Osoby z lekkim stopniem niepełnosprawności posiadają następujące uprawnienia:

1. Czas pracy nie może przekraczać 8 godzin na dobę i 40 godzin tygodniowo
2. Osoba niepełnosprawna nie może być zatrudniona w godzinach nocnych i w godzinach nadliczbowych.
3. Osoba niepełnosprawna ma prawo do dodatkowej przerwy w pracy na gimnastykę usprawniającą lub wypoczynek,

czas przerwy wynosi 15 minut i jest wliczany do czasu pracy.

Szerszy zakres uprawnień przysługuje osobom posiadającym orzeczenie o niepełnosprawności w stopniu umiarkowanym bądź znacznym:

1. Czas pracy nie może przekraczać 7 godzin na dobę i 35 godzin tygodniowo,
2. Osoba niepełnosprawna nie może być zatrudniona w godzinach nocnych i w godzinach nadliczbowych,
3. Osoba niepełnosprawna ma prawo do dodatkowej przerwy w pracy na gimnastykę usprawniającą lub wypoczynek, czas przerwy wynosi 15 minut i jest wliczany do czasu pracy,
4. Osobie niepełnosprawnej przysługuje dodatkowy urlop wypoczynkowy w wymiarze 10 dni roboczych w roku kalendarzowym,
5. Osoba niepełnosprawna ma prawo do czasu wolnego od pracy z zachowaniem prawa do wynagrodzenia w wymiarze do 21 dni roboczych w celu uczestniczenia w turnusie rehabilitacyjnym lub w celu wykonania badań specjalistycznych, zabiegów leczniczych lub usprawniających, jeżeli czynności te nie mogą być wykonane poza godzinami pracy.

Warto zaznaczyć, iż wyróżnione uprawnienie do dodatkowego urlopu wypoczynkowego, przysługujące osobie niepełnosprawnej zwiększa wymiar zwykłego urlopu wypoczynkowego przysługującego pracownikom cechującym się pełną sprawnością, tj. czas urlopu ulega wydłużeniu z 20 dni do 30 dni (jeśli staż pracy wynosi mniej niż 10 lat) lub z 26 dni do 36 dni (jeśli staż pracy wynosi 10 lat lub więcej). Dodatkowy urlop niewykorzystany w danym roku kalendarzowym przechodzi na rok następny, w ten sam sposób jak urlop podstawowy. Ponadto, skrócony godzinowy czas pracy

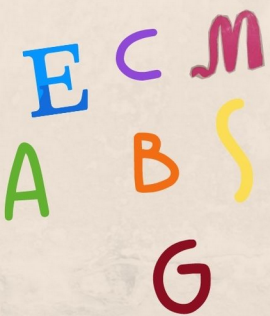
nie powoduje obniżenia wysokości wynagrodzenia wypłacanego w stałej miesięcznej wysokości, a godzinowe stawki ulegają proporcjonalnemu podwyższeniu. Powyższe zasady wynagradzania dotyczą wszystkich pracowników niepełnosprawnych, niezależnie od tego, czy rozpoczynają pracę będąc osobami niepełnosprawnymi, czy też uzyskują ten status w trakcie zatrudnienia. Osoba niepełnosprawna podejmująca pracę otrzymuje więc podwyższone stawki godzinowego wynagrodzenia od samego początku.

Osoby, które posiadają orzeczenie o niepełnosprawności mogą podejmować pracę zarówno na rynku pracy, jak i w zakładach pracy chronionej (w zależności od wskazań w orzeczeniu o stopniu niepełnosprawności). Stopień niepełnosprawności nie ma wpływu na możliwość podjęcia pracy u pracodawcy, który nie posiada statusu zakładu pracy chronionej, jednakże konieczne jest spełnienie dodatkowych warunków w postaci przystosowania przez pracodawcę stanowiska pracy do indywidualnych potrzeb zatrudnianej osoby z niepełnosprawnościami bądź zatrudnienia tej osoby w formie telepracy. Osoba niepełnosprawna, zainteresowana podjęciem pracy, może uzyskać informacje o ofertach w odpowiednim urzędzie pracy poprzez bezpośrednie zgłoszenie lub kontakt telefoniczny.

Podsumowując, istnieje wiele instytucji mających na celu wyrównanie szans osób z niepełnosprawnościami na rynku pracy i umożliwienie im podjęcia zatrudnienia, które jest dla nich niezwykle istotne zarówno w aspekcie społecznym, jak i ekonomicznym. Niestety, pomimo to, wiele osób z niepełnosprawnościami obawia się podjęcia pracy lub ma trudności z jej znalezieniem, chociażby ze względu na zamieszkanie w niewielkiej miejscowości. Z Badania Aktywności Ekonomicznej Ludności (BAEL), udostępnionego

przez Biuro Pełnomocnika Rządu do Spraw Osób Niepełnosprawnych wynika, iż w IV kwartale 2021 roku wskaźnik zatrudnienia osób z niepełnosprawnościami wyniósł 50,9 %.

Należy zatem podejmować wszelkie działania mające na celu podwyższenie tego wskaźnika i jak najpełniejsze zagwarantowanie osobom niepełnosprawnym równych szans.



Głównym celem projektu jest innowacyjne i kreatywne podejście nauczycieli do rozwijania podstawowych umiejętności edukacyjnych i społecznych u dzieci ze specjalnymi potrzebami edukacyjnymi na wszystkich szczeblach edukacji.

Projekt "Uczymy się i bawimy" uwzględnia treści podstawy programowej kształcenia ogólnego, podstawy programowej dla uczniów z niepełnosprawnością intelektualną w stopniu umiarkowanym lub znacznym, jak również kierunki polityki oświatowej państwa na rok szkolny 2021/ 2022.



Patronat Honorowy:



Prezydent Miasta Ostrołęki
Łukasz Kulik



SPECTRUM
of
SKILLS



**terapia
specjalna**
dzieci i dorośli



NEURO
RÓŻNORODNI



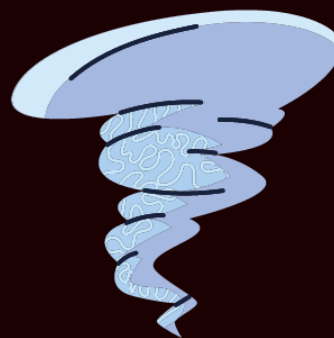
Biblioteka Pedagogiczna
w Ostrołęce

Organizator:
Szkoła Podstawowa nr 4 w Ostrołęce,
Oddziały dla uczniów ze spektrum
autyzmu

MAŁGORZATA LEDUCHOWSKA

W ZDROWYM CIELE ZDROWY DUCH

ĆWICZENIA SPORTOWE I ZABAWY DO PRZEPROWADZENIA W
WARUNKACH DOMOWYCH



O tym, jak ważna jest aktywność fizyczna nie trzeba nikomu przypominać. W najnowszej wersji piramidy zdrowego żywienia aktywność fizyczna pojawiła się u jej podstawy, co tylko potwierdza rolę sportu w życiu człowieka. Uprawianie sportu przynosi wiele natychmiastowych korzyści oraz takich, które pojawiają się z czasem. Do natychmiastowych skutków uprawiania sportu należą: redukcja stresu, obniżenie napięcia, przyływ energii, poprawa nastroju, poprawa koncentracji, rozładowanie „negatywnych” emocji. Zaś skutki długoterminowe aktywności sportowych to: redukcja tkanki tłuszczowej, poprawa kondycji, poprawa przemiany materii, wzrost wytrzymałości, mniejsze ryzyko zachorowania na wiele chorób np. cukrzycę.

W poniższym artykule przedstawię propozycje ćwiczeń, które można wykonać w domu wspólnie ze swoimi dziećmi/podopiecznymi. Podane ćwiczenia należy dostosować do możliwości i umiejętności dzieci.

Ćwiczenia proponuję rozpocząć od rozgrzewki. Jest ona konieczna do prawidłowego pobudzenia organizmu do wysiłku fizycznego. Oprócz tego poprawia krążenie krwi, dotlenia organizm, zwiększa zakres ruchów, pobudza układ nerwowy, zapobiega urazom i kontuzjom, uelastycznia stawy. Rozgrzewkę można rozpocząć od truchtu bądź marszu w miejscu. Następnym etapem ćwiczeń może być przejście do wymachu rąk i nóg, skrętów tułowia, skłonów, pajacyków, krążenia głową, nadgarstkami, biodrami, stopami. Podczas rozgrzewki można wykorzystać też kroki stosowane podczas zajęć fitness np. step touch od prawej nogi. Pozycja wyjściowa: nogi lekko ugięte w staniu, lekki rozkrok, ręce wzdłuż tułowia. Wykonanie kroku: odstawianie prawej nogi w bok i dostawienie drugiej. Pozycja końcowa: nogi lekko ugięte w staniu, lekki rozkrok, ręce wzdłuż tułowia. Ćwiczenie należy powtórzyć 10 razy na

lewą oraz 10 razy na prawą nogę. Można spróbować zrobić także podwójny step touch, który, jak sama nazwa wskazuje, wykonywany jest podwójnie. Można wykonać także heel back, gdzie pozycja wyjściowa to szeroki rozkrok, ręce wzdłuż tułowia. Ruch polega na ustawieniu nogi w szerokim rozkroku, kolana luźne, zgięcie nogi w tył w kierunku pośladka; pozycja końcowa: szeroki rozkrok, ręce wzdłuż tułowia. W internecie dostępnych jest wiele filmików instruktażowych, które pokazują ćwiczenia fizyczne dostosowane do wieku, możliwości i predyspozycji dzieci.

W warunkach domowych można wykonać tor przeszkód, który dziecko będzie musiało przejść. Do jego wykonania mogą posłużyć: meble, poduszki, koc, można wykorzystać także sznurek do rozwieszania prania. W ramach modyfikacji ćwiczenia można w kilku miejscach toru przeszkód położyć rzeczy, które dziecko będzie musiało zebrać. Mogą to być np. spinacze do prania. Ćwiczenie to wymaga wcześniejszego przygotowania, ale gwarantuję, że dziecko będzie zadowolone. Tor przeszkód można pokonać slalomem między krzesłami na kolanach/kucając/na jednej nodze/skacząc w worku. Nad krzesłami można umieścić koc bądź sznurek do rozwieszania prania. Zadaniem dziecka będzie przejście w taki sposób, żeby nie dotknąć żadnych elementów toru przeszkód.

W zaciszu domowym można wykonać także grę Twister. Na kartkach należy narysować koła w różnych kolorach, przykleić je na planszy, a planszę umieścić na podłodze. Na małych karteczkach zapisujemy nazwy kolorów, które użyliśmy podczas tworzenia planszy. Następnie losujemy karteczkę, mówimy, jaki kolor wylosowaliśmy oraz wybieramy, czy dziecko ma położyć na nim lewą czy prawą dłoń. Losujemy kolejny kolor i decydujemy, czy dziecko ma położyć lewą bądź prawą stopę na wylosowanym właśnie kolorze. Gra polega na

jednoczesnym umieszczeniu konkretnej dłoni i stopy na podanych kolorach. W kolejnej rundzie, to dziecko może losować karteczki z kolorami dla rodzica/opiekuna. Gra ta dostarcza dużo śmiechu i dobrej zabawy, ale także integruje członków rodziny (zarówno podczas jej tworzenia jak i podczas samego grania).

Do kolejnej aktywności fizycznej potrzebna będzie kostka do gry (możemy ją wykonać samodzielnie z papieru). Ćwiczenie to nazywa się rzuć i rób. Razem z dzieckiem decydujemy, jakie ćwiczenia mają się znaleźć w naszej grze np. podskoki na jednej nodze, obroty, skłony, pajacyki, klaskanie. Zapisujemy pomysły na karteczkach. Pierwsza chętna osoba losuje karteczkę z zapisanym na niej ćwiczeniem oraz rzuca kostką. Wylosowane zadanie należy powtórzyć tyle razy, ile wypadnie oczek na kostce. Karteczki losujemy i rzucamy kostką naprzemiennie! Rzuć i rób to dobry pomysł na rodzinną integrację.

Zabawa, która jest bardzo znana i lubiana to ciepło – zimno. Wybieramy z dzieckiem jeden przedmiot, może to być ulubiona zabawka dziecka. Dziecko odwraca się przodem do ściany, zamyka oczy, liczy do dziesięciu, a dorosły w tym czasie chowa zabawkę. Zadaniem dziecka jest jej odnalezienie, w ramach podpowiedzi dorosły mówi tylko „ciepło”, jeśli dziecko jest w pobliżu poszukiwanego przedmiotu bądź „zimno”, jeśli jest w zupełnie innym miejscu. Gdy dziecko znajduje się bardzo blisko poszukiwanego przedmiotu, należy powiedzieć „gorąco”. W kolejnej rundzie zabawkę może ukryć dziecko. Dobra zabawa gwarantowana!

Podobną zabawą do ciepło – zimno jest poszukiwanie skarbów. Można zorganizować ją w domu lub w ogrodzie. Gra lubiana jest przez młodsze i starsze dzieci. Polega na tym, że w określonym miejscu chowamy skarb, mogą to

być słodycze, owoce bądź mała niespodzianka. Przygotowujemy mapę skarbu, na której zaznaczamy charakterystyczne elementy w domu, ogrodzie. Zadaniem dziecka jest odnalezienie ukrytego przedmiotu. Na mapie można zaznaczyć różne punkty, w których ukryjemy dodatkowe zadania sportowe np. zrób 5 przysiadów, podskocz 10 razy na lewej nodze. Warunkiem otrzymania nagrody jest wykonanie wszystkich zadań oraz dotarcie do miejsca jej ukrycia.

Dobrym pomysłem pobudzenia do aktywności fizycznej jest wspólne wykonanie gry planszowej. Razem z dzieckiem rysujemy szablon gry, na którym umieszczamy zadania sportowe do wykonania. Wymyślamy je oczywiście razem z dzieckiem. Za pionki mogą służyć małe figurki bądź monety. Jeśli brakuje nam kostki do gry, to można ją wykonać samodzielnie z papieru bądź użyć wirtualnej kostki do gry, którą znajdziemy na wielu stronach internetowych. Niech poniesie Was wyobraźnia! Zadanie to podbudza do aktywności sportowych, ale także rozwija wyobraźnię i kreatywność dziecka.

Jeśli ktoś ma możliwość skorzystania z chusty animacyjnej, to dzięki niej może wykonać wiele ćwiczeń sportowych. Chusta animacyjna to duża płachta materiału w kształcie koła, która składa się z kilku różnokolorowych fragmentów. Możemy ustalić z dzieckiem, jakie ćwiczenia będą przypisane do poszczególnych kolorów np. do koloru niebieskiego 5 podskoków, do koloru żółtego 10 pajacyków, do koloru czerwonego 7 skłonów. Pod chustą animacyjną można przechodzić na czworaka np. zadaniem dziecka jest przejście pod określonym kolorem. Można też turlać piłkę pod konkretnym kolorem. Możliwości jest wiele, ogranicza nas jedynie wyobraźnia!

Po jakiegokolwiek aktywności fizycznej proponuję wykonać rozciąganie. Ma ono wiele

pozytywnych skutków: zwiększa zakres ruchu w stawach, rozluźnia, relaksuje, polepsza ukrwienie mięśni, wzmacnia ścięgna i więzadła. Aby się rozciągnąć siadamy na twardym podłożu. Nogi prostujemy w kolanach i staramy się dotknąć podbicia stóp rękoma. W kolejnym ćwiczeniu kładziemy się na plecach z nogami prostymi w kolanach. Jedną nogę przyciągamy do klatki piersiowej, po czym zmieniamy nogę. W kolejnej propozycji ćwiczenia stajemy w lekkim rozkroku. Wyprostowaną rękę przyciągamy do klatki piersiowej, przyciskając ją drugą. W następnym ćwiczeniu stajemy w lekkim rozkroku. Ściągamy łopatki, próbujemy zapleść ręce za plecami. Jedną rękę kierujemy od dołu, a drugą od góry. W ostatnim ćwiczeniu siadamy na stopach. Pośladki nie mogą być oderwane od stóp. Wyciągamy ręce jak najdalej do przodu.

Aby się zrelaksować polecam wykonanie mojej autorskiej relaksacji. Poniżej dołączam przykładowy tekst, który można wykorzystać. Przed jej wysłuchaniem należy położyć się w spokojnym, bezpiecznym miejscu i zamknąć oczy. Można włączyć też cicho muzykę relaksacyjną np. z internetu.

Wyobraź sobie, że jesteś na polanie w otoczeniu pięknych, wysokich gór. Słyszysz szum wodospadu niedaleko ciebie. Woda rozbija się o kamienie. Powoli kładziesz się na plecach. Trawa jest bardzo miękka i soczyście zielona. Czujesz na swojej twarzy promienie słońca i delikatny wiatr. Zanurzasz swoje dłonie w trawie. Czujesz na nich kilka kropli rosy. Słyszysz kroki, otwierasz oczy i widzisz malutką, puchatą, śnieżnobiałą owieczkę. Czujesz się bezpiecznie, wiesz, że ona nic ci nie zrobi. Owieczka

podchodzi do ciebie i lekko trąca twoją prawą rękę swoim pyszczkiem. Zanurzasz palce w jej miękkim futerku, gładzisz owieczkę po plecach. Zwierzę powoli liże cię po buzi i spokojnie odchodzi w stronę pobliskiego wodospadu. Wyciągasz nogi, czujesz ich każdy mięsień. Zanurzasz je w wysokiej trawie. Wiatr rozwiewa twoje włosy, słońce ogrzewa twarz i dłonie. Nagle zaczyna padać pierwszy, wiosenny deszczyk. Malutkie krople spadają na twoje ciało, powoli otwierasz oczy, przeciągasz się i wstajesz.

Mam nadzieję, że przedstawione przeze mnie ćwiczenia rozbudzą w Państwu chęć do wspólnej aktywności fizycznej razem z dziećmi. Oprócz pozytywnego wpływu na zdrowie pozwolą one zacieśnić więzi rodzinne oraz wspomogą integrację, rozwiną także kreatywność oraz koncentrację uwagi. Bezwzględnie należy pamiętać, żeby ćwiczenia i zabawy dostosować do możliwości psychofizycznych dziecka. Miłej zabawy!



W lutowym
numerze Enki
m.in.

HYBRYDYZACJA DZIECI Z ASD

"JEST STOSOWANA NA MASOWĄ SKALĘ W PRACY Z DZIEĆMI Z ZABURZENIAMI NEUROLOGICZNYMI. DZIECI SĄ NAJPIERW KONSUMOWANE PRZEZ SYSTEM, DRENOWANE EKONOMICZNIE Z CAŁĄ RODZINĄ, LEPIEJ LUB GORZEJ DOSTOSOWANE DO TRENDU „NORMALNOŚCI” (ON SIĘ OCZYWISTIE ZMIENIA), A PÓŹNIEJ WYPŁUTE W DOROSŁE ŻYCIE, JAKO HYBRYDA AUTYZMU I „NORMALNOŚCI”.

Zapraszamy do pobierania
od 21 lutego






Z cyklu "okiem autystki"

MARGARET MARKOWICZ

NERWICA KONTRATAKUJE



Dnia 11 kwietnia. Tego roku, 2022-go. Godzina przedpołudniowa. Właściwie późny poranek. Londyn. Konsulat polski. I ja – obecna. Mie-siące przygotowań, stresu, co najmniej jedna nieprzespana noc. Co się stało? Obywatelstwa polskiego mi nie odebrali za nadmierny zachwyt nad architekturą angielską. Nie planowałam zamachu na polską ambasadę żeby zamani-festować moją opinię na temat Polskiego Ładu. Zresztą przy wejściu skanują torbę, plecak, bagaż, itp jak na lotnisku, i trzeba przejść przez wykrywacz metalu, także nic by mi z planów nie wyszło jakbym je nawet miała. Nie jestem uciekinierem politycznym szukającym azylu, ani nie planuję ślubu z żadnym kosmitą abym musiała wyjaśnić osobiście wyjątkowo zawiłe kwestie prawne z tego tytułu. Płci w papierach też nie chce mi się zmieniać bo nie jestem w sta-nie wojny ze swoją biologiczną. No więc, co takiego wstrząsającego i dramatycznego się stało, że Margaret przygotowuje się miesiącami do wizyty w polskim konsulacie w Londynie, jest ekstremalnie tym zestresowana, i nie śpi po nocach? PASZPORT SIĘ PRZETERMINOWAŁ! ... i aż cały układ słoneczny drży w posadach z przejęcia...

Tak wygląda autysta załatwiający Sprawy. Jeżeli to jest coś co naprawdę powoduje u mnie eskalację stresu, to najpierw patrzę na całe przedsięwzięcie jak na szczyt w Himalajach. Żeby taki szczyt zdobyć, też potrzeba miesiące przygotowań technicznych, praktycznych, mentalnych. Rozważa się wszelkie możliwe scenariusze, łącznie z tym który uwzględnia że się z takiej wyprawy już nie wróci.

Zatem przygotowana mentalnie już od lutego, weszłam w gąszcz internetów, znalazłam w przeciągu dwóch minut stronę ambasady Polski w Londynie, potwierdziłam na ile umiałam że to jest prawdziwa strona prawdziwej ambasady, bo oczywiście zaraz zaczęły mnie

nawiedzać podejrzenia że to może jest fałszywa strona. W końcu internet wizerunkiem i fałszywymi informacjami stoi, konspiracyjnymi teoriami kwitnie. No więc wchodzę, czytam instrukcję jak taką wizytę paszportową sobie zarezerwować. No i jest system rejestracji, i tylko poprzez niego można datę i godzinę wizyty sobie załatwić. Sprawdzam... terminów wolnych nie ma akurat, ale są zawsze udostępniane nowe o 9:00 rano i 20:00 wieczorem w dni robocze. Żołądek już w nerwach się zaciskał, ale w końcu odpuścił na wieść że spróbujemy następnego dnia rano. No i nadchodzi następny dzień... loguję się do systemu. Wybieram dzień z kilku dostępnych terminów. Wybieram godzinę która w miarę mi odpowiada – czytaj: autokar mam do Londynu na czas. Chcę zarezerwować... za późno. Zajęte, niedostępne, przechwycone przez kogoś. Byłam co najmniej o kilka sekund za późno. Za długo analizowałam i szacowałam najlepszą opcję. I tak przez kolejne kilka dni. W końcu zorientowałam się że za długo myślę, i że myślenie w tym przypadku szkodzi. Czyli: mam reagować zamiast myśleć. Najbardziej wartościowa nie jest jakość mojej dedukcji, ale szybkość moich palców – cały czas mówimy o polskiej ambasadzie, polskim konsulacie, instytucji reprezentującej państwo polskie. A ja się czuję już jak ktoś zdesperowany. Czytam wszelkie dostępne instrukcje ze strony ambasady i konsulatu, łącznie z „Wszelkie prawa zastrzeżone” i inne podobne temu zaklęcia. Potwierdzam po raz kolejny po mentalnemu przeprocesowaniu że jedyny wyjątek w systemie rejestrowania wizyty i otrzymania wizyty poza kolejnością to np. przypadek jeśli ktoś jest w szpitalu (śmiem podejrzewać że nie ja, bo trudno by mi było razem z łóżkiem szpitalnym podróżować z hrabstwa Wiltshire do Londynu, więc założmy że musiałabym mieć w planie odwiedzanie kogoś z rodziny w szpitalu w

Polsce...? Chyba że źle zrozumiałam...?), albo jeśli ktoś z rodziny w Polsce umarł i zaprasza na swój pogrzeb (że tak powiem sarkastycznie). Desperacja moja zaczynała rosnąć, ale jeszcze nie na tyle żeby pytać kogoś z rodzeństwa w Polsce o kondycję mojej mamy. Zresztą, ambasada/konsulat/polskie ustrojstwa dyplomatyczne rezydujące w Londynie, potwierdziłyby zarejestrowanie wizyty poza kolejnością tylko w wypadku dostarczenia im wystarczających dowodów, czyli np. skanów dokumentów potwierdzających że ktoś sobie pod swoim imieniem zamówił imprezę cmentarną, i oficjalnie przeprowadza się do M1.

Nie jestem wyjątkiem od reguły, krewni w Polsce jak na razie mają się dobrze, także kontynuuję poranne i wieczorne łowy na jakikolwiek termin, i już mnie nie obchodzi jak późnodobowy lub wczesnoporanny – wynajmę latający dywan jeśli dojazdu żadnego nie będzie. Tak, mam własnego czterokołowca, ale jeśli ktoś sobie wyobraża że pojedę autostradą do Londynu tą moją obudowaną niebieską deskorolką z silniczkiem nieco większym niż w maszynie do szycia, ten wierzy w skrzydlate prosiaczki krążące radośnie o poranku nad Pałacem Kultury. Mam nadzieję że moja frustracja z lutego i marca została tą metaforą właściwie zaadresowana. Przy właściwym zaadresowaniu przybiera barwy absurdu. Łowy na termin trwają zatem przez miesiąc luty. Kilkakrotnie prawie udało się wylosować termin. Tak to nazywam. Jeśli o zaklepaniu terminu decydują sekundy, to nazywam taki proceder loterią. Nadszedł koniec lutego. Czyli... Rosja – Ukraina. Pojedyncze terminy do losowania na ileś dni w ogóle zniknęły. Jak się pojawiały sporadycznie, to w ogóle już odpadałam przy pierwszej sekundzie. Podejrzewam że wydarzenia w Europie mają na to wpływ. Loteria zamieniła się w rosyjską ruletkę... jakże trafna politycznie nazwa!

Czatuję po lutym przez cały marzec na termin, każdego wolnego poranka i wieczora ciśnienie wzrasta, próbuję być sprawna i operatywna w ruchach bez złamania telefonu komórkowego na pół. Dobrze że mieszkam sama. Dobrze że sąsiedzi Brytyjczycy nie rozumieją polskich przekleństw. Czatuję jak wygłodniały aligator na amerykańskiego turystę pstrykającego selfie. Upływa mi tak cały marzec, zamierzam kontynuować w kwietniu.

Komunikuję się z moim managerem, informuję go o sytuacji i pytam jak to się ma prawnie. Wiem że moje dokumenty muszą być aktualne. Termin ważności mojego paszportu upływa 29-go marca. Manager martwi się na razie mniej tym faktem niż ja, czyli w sumie wcale. Dla niego polska specyfika urzędowa to kosmos ze świata Monthy Pythona. Ja chodzę podminowana. Rozpoznaję wewnętrzny program tworzący we mnie przymus posiadania wszelkich możliwych papierów w idealnym porządku, załatwionych na wczoraj. Inaczej... i tu pojawiają się dziwne wizje. Stan wojenny w Polsce, lata 80-te, opowiadania rodziców. Godzina policyjna, czołgi na ulicach. Zezwolenie na podróż do innego miasta tylko za zgodą pisemną. Mój ojciec wspominający wizytę w urzędzie właśnie w tamtym czasie, pytający urzędniczki wydającej zezwolenia: „Czy mogę odwiedzić moich rodziców jeszcze za ich życia, czy muszę czekać aż umrą...?” Dostał pieczętkę, dostał zezwolenie – chociaż dostał też wtedy od urzędniczki polecenie aby więcej do urzędu nie wracał. Taki romantyzm czasów. Niemal fizycznie poczułam stres rodziców. Oni mogli sobie pomarzyć o paszporcie. I oni wiedzieli dobrze że dokumenty wszelkie muszą być aktualne. Dożywam w sobie obrazami i lękami to, co musieli po prostu zaakceptować jako normalność, a co normalnością dla mnie obecnie nie jest. Emocjonalnie w przeciągu ostatnich tygodni marca dokonuje się też we mnie

rekonstrukcja losów dziadka, kryjącego się w lasach tuż po wojnie i czekającego na ogłoszoną abolicję... i obawy czy to nie jest tylko przynęta aby wylapać ostatnich z Armii Krajowej. Widzę jakichś imigrantów sprzed wielu dekad, rzecz dzieje się nie wiem nawet ile pokoleń wstecz. Wędrowniacy przez pół Europy, docierają do Polski. Lęk o deportację w razie nie zaakceptowania prawa do osiedlenia na terytorium... mój lęk. Moja obsesja powracająca w sumie od ostatnich dwóch lat, że jakimś cudem nie dostanę prawa do nowego aktualnego paszportu na wizycie w konsulacie, ale zostaną zamiast tego poczęstowane statusem nielegalnego imigranta i deportacją. Ot tak, za żywota. Przodkowie z Bałkanów w Polsce osiedli, dziadek dożył wieku sędziwego, rodziców też na Sybir nie wywieziono. Ale mój wewnętrzny dozorca jest gorszy niż pies ogrodnika. Marzy mi się prywatna wyspa na jakichś nieokreślonych Karaibach. Albo osobna planeta. Z aktem własności, żeby nikt mnie nie wyeksmitował.

Brak paniki u managera w pracy powoduje oburzenie wewnętrznego dozorca (który w manierach przypominał swoim taktem dozorcę w obozie koncentracyjnym), ale pomaga też zatriumfować mojej zdrowej w tym temacie logice. Nikt na mnie nie czyha. Nawet jak proces uzyskania wizyty w konsulacie potrwa wiele miesięcy, nikt w firmie na mnie zezem za to nie spojrzy. Paszport potrzebowałam podczas rekrutacji miesiące temu, a wtedy był aktualny. Nikt mnie na drugi dzień z pracy nie wykopie za brak natychmiastowego uaktualnienia. Państwo brytyjskie też mnie nie ściga. Moja wyobraźnia w sytuacjach napięcia, gdy autyzm mówi DOŚĆ, w przypływie cynicznego metaforyzmu sięga daleko, ale jeszcze się nie zabrałam do urzeczywistniania wizji apokaliptycznych. W razie czego oświadczam też że nic na masową skalę nie planuję. Nie mam takich mocy przerobowych. Na skalę indywidualną najbar-

dziej niebezpieczna w użytku jestem dla samej siebie. Fundamentalizm ze mnie zrezygnował po tym jak się rozbił o galaretę lenistwa, dystansu i rezygnacji. Stary program we mnie walczy z każdym i ze wszystkim o moje przetrwanie. Mnie natomiast nawet się nie chce walczyć z zarostem pod pachami.

Nerwica wielotygodniowa zaczęła się stabilizować po zapewnieniu że nikt mnie nie wyrzuci z pracy i z kraju. Chyba że sama spaniuję z ciśnienia wewnętrznego i się wyrzucę. Ale nie, przecież nie mogę. Mam pracę, szkołę, plany i cele. Nie mogę jeszcze sfiksować. W Europie wojna, obywatele Ukrainy radzą sobie jak mogą bo muszą, a ja panikuję bo numerki w dokumencie się przeterminują lada dzień... klasyka. Burza się zrobiła nie tyle w szklance wody, co tornado na dnie naparstka. Manager polecił jedynie napisać maila do ambasady i naświetlić sprawę, dopytać co się dzieje – tak tylko żeby w razie czego był ślad że się staram. Wysłałam skomponowany e-mail w wersji polskiej i pod spodem z tłumaczeniem na angielski. Bo jak się zabezpieczać to na całość. Dostaję to co podejrzewałam że dostanę – uprzejmą odpowiedź odsyłającą mnie do systemu rejestracji online, czyli „rosyjskiej ruletki”. Odpowiedź dostaję w przeciągu tego samego dnia, ale tylko po polsku. Czuję się nieco zawiedziona. Albo może mam większe ambicje niż polska ambasada...? W każdym razie zaczęłam się w sobie stabilizować, nerwica nieco opadła, nadal sprawdzam wieczorami i rano nowe terminy. I nadal albo nic nie ma, albo spóźniam się o jakąś setną sekundy i ktoś dostaje szansę zamiast mnie. I tak mija dzień za dniem, kolejny wieczór i poranek, kolejna próba, i kolejna. Zawsze jest to napięcie, ale nie ma już takiej przysłowiowej walki o życie. Nawet irytacja minęła z powodu poczucia że jestem jak żebrak co się bije z innymi żebrakami o kilka monet rzuconych na gościniec przez

jaśnie pana, w nadziei za każdym razem że w końcu na którąś i ja się załapię. Została mi tylko rezygnacja i wzruszenie ramion. I teraz tak dzień za dniem się wzruszam - używając do tego celu tylko ramion. Aż w końcu się pewnego poranka załapuję na termin. Patrzę przez ileś sekund na ten telefon z niedowierzaniem... zdążyłam się już dobudzić? Miewam realistyczne sny, także muszę się upewnić że telefon w moich rękach to nie incecpcja, ale naprawdę go trzymam. Faktycznie, to się dzieje tu i teraz. Brnę zatem dalej w proces rejestracji wizyty, podaję dane osobowe. Nadal się nie budzę, ale potwierdzenie wizyty nie znika. Czyli nie śpię, udało się, mam wizytę!

Ekscytacja i radość trwały z godzinę. Czyli już niedługo powinnam mieć wszystkie dokumenty uporządkowane. O ile wszystko pójdzie dobrze w ambasadzie. O tym że formularz wypełnię nieprawidłowo, jakiś przecinek postawię nie tam gdzie potrzeba i przez to odeślą mnie do mojego śniętego Wiltshire z nakazem czyhania na kolejny termin, nerwica moja informuje mnie od ostatnich dwóch lat. Także żadna nowość, koszmar oswojony. Wizje deportacji z powodu nielegalnie migrującego przecinka w dokumencie już mnie z natrętną częstotliwością nie przesładują. Po prostu sprawdzę po raz kolejny czy wszystko dobrze wypełniłam, czy wzięłam ze sobą wszystkie potrzebne dokumenty, i pojadę do tego Londynu. Ponieważ potrzebuję tylko swój obecny, przeterminowany z końcem marca paszport, zabieram jeszcze przeterminowany lata temu dowód osobisty (można go nazwać zabytkowym), świadectwo urodzenia, brytyjską kartę ubezpieczeniową, i pozwolenie na pracę w UK sprzed ponad dekady, czyli z czasu gdy Polska jeszcze była w okresie przejściowym przyjmowania do Unii Europejskiej – że tak pojadę znajomością geopolityki i historią nowożytną. Jak się zabezpieczać to z każdej

strony, okopać się w papierach jak fiskus na koniec roku rozliczeniowego.

No to teraz kolejny etap działań, faszerujący mnie paniką od dwóch lat. Jak autysta z prowincji ma dotrzeć do londyńskiego centrum, i znaleźć tam adres? Od miesiący wiem że z mojego miasteczka dojeżdża raz dziennie do Londynu autokar – specjalnie się udałam do lokalnego biura informacji dla turystów i zrobiłam im tam niezłe przesłuchanie. No bo każdy szczegół może zaważyć czy w ogóle do tego Londynu dotrę. Do Londynu autokar wycieczkowy dociera zaraz po południu. Ja mam wizytę przed południem. No to sobie autokarem z mojego zadupia pojechałam... Pamiętam z przesłuchania że ekipa centrum informacji turystycznej wyśpiewała coś o autokarze do Londynu wyjeżdżającego z miasteczka nieopodal już od wczesnych godzin porannych. Znakomicie. Jest wieczór, pójdę do tego centrum następnego dnia i sprawdzę godziny, kupię bilet w dwie strony. Ale nerwica wie lepiej. Odpalam te internety, patrzę na te transporty. Znalazłam stronę, znalazłam szczegóły, przystanek, ceny. Czyli wszystko się zgadza, już późno, jutro pójdę do centrum zakupić bilet. Nie, nerwica nie może spać. Wracam do internetów i na stronę przewozów. Dylemat mną telepie: czekać do jutra, czy zaryzykować i kupić już teraz...? A co jeśli jednak coś nie tak z tą stroną, a może oszuści, a może internet mnie oszukuje...? Nie, nie dam się! Sprawdzam wszystko na tej stronie, analizuję i obliczam dojazd, odległość z dworca w Londynie do konsulatu w którym mam się pojawić, sprawdzam ceny jeszcze raz, sprawdzam przystanek z tuzin razy, ręce mi drżą z przejęcia, żołądek mi się zacisnął węzłem gordyjskim, ja podejmuję decyzję... i kupuję bilet. Sama, bez pomocy, bez porady i wsparcia, zdobywam się na heroizm i kupuję bilet do Londynu! Tak, jestem przejęta,

rozdygotana, i bardzo z siebie dumna. I nie śpię do czwartej nad ranem.

Następnego dnia i tak udaję się według planu do tego wspomnianego centrum. Pokazuję na swoim telefonie rezultat moich heroicznych nocnych zmagień, czyli e-mail z informacją od firmy przewozowej, numerem rejestracji i kodem. Tak, wszystko się zgadza – to jest mój zakupiony bilet. Teraz tylko dojechać do miasteczka z którego odjeżdża mój autokar. Ponieważ mam własny samochód, idę na postój taksówek zapytać o taryfę. Ale taksówki nie kursują przed siódmą rano, czyli dojazdu nie mam. Dostaję w przeciągu dwóch minut migreny i czuję lekki przypływ desperacji. Dociera do mnie że nie mam wyboru, muszę się przebudzić jeszcze bardziej, i dokonać niemożliwego: pojechać do tego sąsiedniego miasteczka (dojazd dobrze znam, bo właśnie tam jeden z podopiecznych ma swoją szkołę, i tam go zawoziłam wielokrotnie autem służbowym), znaleźć parking miejski całodobowy, i zapłacić za bilet. Ogarnia mnie rozpacz, ale nie ma rady. Polski konsulat nie robi wyjątku dla spanikowanej autystki. Po praktycznie nieprzespanej nocy, z węzłem gordyjskim w żołądku (raczej nie polecam na śniadanie), wsiadam w samochód i jadę do tego nieszczęsnego miasteczka po wielokrotnym sprawdzeniu gdzie jakie parkingi się ukrywają, i gdzie jest przystanek mojego autokaru. Znajduję idealne miejsce, obwąchuję i odcyfrowuję automat do biletów, płacę w końcu za godzinę postoju żeby się upewnić że umiem, i robię gadzinie biletowej zdjęcie na wszelki wypadek. Potem idę na przystanek autokarowy, obliczam każdą minutę żeby wiedzieć ile czasu potrzeba na dojście. Na przystanku czytam i studiuję wszystko co się da, i robię przystankowi sesję selfie. Teraz mogę już wrócić. Węzeł gordyjski wreszcie został przetrawiony. Także 11 kwietnia wcześniej rano przygotowałam się, papierologię sprawdziłam

co najmniej z pięć razy, dwukrotnie sprawdziłam czy na pewno zamknęłam drzwi na klucz, i pojechałam zaparkować samochód. Operacja zakupu biletu parkingowego zakończyła się sukcesem, na przystanek autokarowy dotarłam na czas, autokar dojechał też o czasie, kierowca pomógł mi ogarnąć jak mam czytnikowi pokazać że zapłaciłam online, i wreszcie mogłam się zrelaksować...

Ale za jakiś czas zaczynam analizować: czy sprawdzić tąabinę z tyłu? Mam podejrzenia że to jest toaleta. I mam nadzieję że to jest toaleta. Zdaje się że to standardowe wyposażenie dalekobieżnych przewozów, ale czy NA PEWNO również i tego...? Nigdy nie mam pewności. Mam zapytać, czy wolno mi tak po prostu wstać i iść podczas jazdy? Analizuję czy jednak warto wytrzymać do Londynu. Ale zerkam w tył co jakiś czas... jakiś pasażer wstał i poszedł do tej kabiny, czyli tak – to jest toaleta, i wolno mi z niej skorzystać podczas jazdy! Do tego czasu już ze dwie osoby co najmniej zainteresowały się czemu tak zerkam nerwowo w tył jakbym ataku terrorystów się obawiała.

Wreszcie w Londynie. Dopytuję kierowcy gdzie dokładnie odjeżdża powrotny autokar. Odpalam telefoniczną nawigację, ogarniam ile czasu mi zajmie spacer do konsultatu, i udaję się na pieszą pielgrzymkę. Po drodze patrzałam ściśle w mapę w telefonie, udało mi się nie wpaść na kogoś, nawet uważałam na przejściach, raz tylko mało nie zostałam rozjechana przez rower. Nadjechał zbyt szybko abym mogła go usłyszeć. Także przeszłam przez cały przytłaczający wielkością i dynamiką moloch, i dotarłam do konsultatu. Byłam już tak przebudżowana i tyle ciśnienia ze mnie zeszło, że nastąpiło osobliwe przeciążenie sensoryczne i odpalił mi się syndrom ‘głupiego Jasia’. Wesoło mi, sielankowo jest, kocham wszystkich na mnie się gapiących i warczących, cieszę się że żyję. Jakoś tak się udało że personel bardzo

grzecznie mnie traktował, chyba im się spodobał radosny „Jasio” zachwycony wszystkim, przynajmniej nie narzekałam w stresie jak niektórzy petenci. Nawet momenty narzekania przeistoczyły się w wesoły lekki sarkazm. Kolejka jest długa, są matki z dziećmi płaczącymi, są Polacy wyraźnie zestresowani którzy czekają już znacznie dłużej ode mnie... zwalnia się okienko, a tu mi wszyscy łącznie z matką małego wyjca pokazują żebym podeszła do okienka pierwsza! Nie pomagają zachęty ani mój argument że ja mam czas, że mnie się nie spieszy. Może mój „głupi Jasio” już tak odjechał że się wystraszyli czy to czasem nie jest zaraźliwe... No to podchodzę do okienka, podaję papiery, zdjęcie paszportowe, pan w koszuli wyprasowanej tak że magiel by się zawstydził sprawdza wszystko, cośtam przekreśla że nie napisane gdzie trzeba, mówi mi co napisać obok żeby było prawidłowo, i wszystko przyjmuje. Operacja trwała mniej niż pięć minut. Dostałam paperek z informacją kiedy się zgłaszać o odbiór, jak sprawdzać czy jest paszport gotowy, bardzo uprzejmy wykrochmalony pan w okienku mi podał informacje i odpowiedział na pytania. Zapytałam na końcu z jasiowym cielęcym zdumieniem czy to wszystko, i z zaskoczeniem głośno wyraziłam zachwyt że to było prostsze niż myślałam, i bardzo dziękuję za taką miłą obsługę. Pan się uśmiechnął, reszta petentów się wyciszyła i wyraźnie zaniepokoiła, a ja odeszłam od okienka i jeszcze radośnie strażnikom dziękowałam – po zapytaniu ich któreś do wyjścia, bo oczywiście zgubiłam się orientacyjnie. I w takim nastroju wyraźnie ezoterycznym przeszłam z powrotem drogę do dworca autokarowego, zachwycona po drodze londyńskim molochem i jego zabytkami oraz osobliwościami. Po drodze zawitałam do włoskiej jadłodajni, kupiłam pączki i kawę, pochwiliłam

do sprzedawczyni że były absolutnie cudowne, i wyszłam wniebowzięta. Dopiero pod koniec wędrówki zaczęłam czuć znużenie, i zaczęła mnie kęsać nerwica z powodu baterii w telefonie której żywotność była na ukończeniu, zwłaszcza po godzinach sprawdzania drogi. Nerwica mi wmawiała że bateria nie wytrzyma do przybycia autokaru, i oczywiście nie pokażę wtedy na telefonie mojego biletu powrotnego. Pertraktowałam z jędzą całą drogę powrotną. Była złośliwa. Ale bateria wytrzymała, na złość jędzy. Teraz już mogłam się czuć zmęczona, bo wszystko załatwione. Wracalam autokarem do zaparkowanego samochodu. Stał na miejscu i czekał jak wierny pies. Wróciłam do domu, podłączyłam telefon pod ładowarkę, i z satysfakcją pokazałam nerwicy kto miał rację. Byłam z siebie dumna. Dwa lata zmagania z lękami, z sobą samą, z oporem przed nowym, i dałam radę. Odbiór gotowego paszportu w czerwcu. Jasne że stres będzie jakiś, ale to już nie to samo.

Tak może wyglądać autysta załatwiający sprawy urzędowe. Wszystko musi być sprawdzone, dopracowane, zaplanowane z uwzględnieniem ewentualnych innych opcji. Wszystko musi być przeżyte, dożyte w emocjach, przepracowane stresem. To jest tytaniczne przedsięwzięcie, operacja rozbita na czynniki pierwsze i rozpisana na etapy. Także czy życie autystów jest tylko rutynowe i nudne? To zależy. Doświadczenie takich potężnych emocji trudno nazwać nudnym. Dla autysty nie potrzeba extra dopalaczy żeby doświadczać mocniej - wystarczy zaplanowanie wycieczki do innego miasta, albo znalezienie miejsca parkingowego w innym mieście. Jedynie syndrom „głupiego Jasia” by mi się przydał na co dzień częściej... jeszcze za rzadko jak na moje potrzeby się aktywuje. Ale pracuję nad tym. Będzie dobrze.

EWA MIERZEJWESKA

PODSUMOWANIE OGÓLNOPOLSKIEGO PROJEKTU "UCZYMY SIĘ I BAWIMY"



Wraz z końcem czerwca zakończyła się I edycja Ogólnopolskiego Projektu Edukacyjnego „UCZYMY SIĘ I BAWIMY”, którego autorkami były nauczycielki oddziałów specjalnych dla uczniów ze spektrum autyzmu w SP nr 4 w Ostrołęce: Ewa Mierzejewska, Ewa Sulej, Grażyna Grouz i Agnieszka Baczewska. W ramach tej inicjatywy 17 placówek szkolnictwa specjalnego z całej Polski, m.in. Pułtusa, Białegostoku, Kielc, Krakowa, Skierniewic, Ostrołęki realizowało co najmniej jedno zadania z tematyki danego miesiąca, np. „Potrafię sam!” - rozwijanie umiejętności z zakresu samodzielności np. nauka przyszywania guzika, wiązania sznurowadeł, obieranie jabłka, prasowanie.

„Wiem, co jem”- poznanie zasad zdrowego odżywiania, przygotowanie prostych posiłków, zamawianie posiłków przez telefon.

„Znam zasady savoir – vivre” - (prawidłowe zachowanie się przy stole), nakrywanie do stołu, np: ustawianie talerzy i sztućców w odpowiednim miejscu, ozdabianie stołu, prasowanie obrusu

„Świat jest piękny”-rozpoznawanie wybranych roślin i zwierząt np. oglądanie filmów edukacyjnych, przygotowanie zielnika.

„Jestem pasażerem komunikacji miejskiej” - zasady zachowania się w autobusie, na przystanku.

Warto podkreślić, że wiele placówek wykonywało wszystkie proponowane zadania.

Uczestniczący w nim uczniowie poprzez zabawę nie tylko opanowali nowe wiadomości, ale również rozwinęli umiejętności społeczne, komunikację funkcjonalną, szeroko rozumianą samodzielność i niezależność życiową. Wzrosła ich świadomość ekologiczna i prozdrowotna. Poznawali obowiązujące zasady i normy społeczne. W I edycji brało udział 223 uczniów. Realizacji projektu towarzyszyła też wystawa prac konkursowych „W świecie zmysłów -

stwórz kreatywną zabawkę edukacyjną” w Bibliotece Pedagogicznej w Ostrołęce.

Ogólnopolski Projekt Edukacyjny „Uczymy się i bawimy” został objęty patronatem Prezydenta Miasta Ostrołęka, Biblioteki Pedagogicznej w Ostrołęce, e-czasopisma „Neuroróżnorodni”, Fundacji *Spectrum of Skills*, czasopismo *Terapia Specjalna*. Przebieg projektu można było systematycznie czytać w e-czasopiśmie „Neuroróżnorodni” oraz obserwować na fb grupie osób realizujących.

Projekt „Uczymy się i bawimy” spotkał się z bardzo miłym przyjęciem przez nauczycieli zajmujących się edukacją uczniów objętych kształceniem specjalnym. Pedagodzy podeszli do wykonania zadań w sposób kreatywny oraz innowacyjny, a przede wszystkim realizację zadań dostosowali do indywidualnych potrzeb edukacyjnych i możliwości psychofizycznych swoich podopiecznych.

Autorzy przewidują kontynuację projektu w przyszłym roku szkolnym nie tylko w placówkach zajmujących się edukacją, ale również i terapią osób z niepełnosprawnością.

Na zachętę prezentujemy kilka wypowiedzi z formularza sprawozdania końcowego: „Udział w projekcie wzbogacił mój warsztat pracy o nowe pomysły i rozwiązania. Uatrakcyjnił zajęcia edukacyjne”, „Radość, zadowolenie i satysfakcję z uczniów. Uczniowie z ogromną przyjemnością wykonywali zadania co wpłynęło na podniesienie jakości pracy”, „Umiejętność współpracy i kreatywnego podejścia do nawet najprostszych i "codziennych" zadań”, „Wzbogaciłam swój warsztat pracy o ciekawe pomysły a tym samym uatrakcyjniłam swoje zajęcia z uczniami”.

Zapraszamy serdecznie do udziału w II edycji, do której nabór rozpoczyna się we wrześniu, a realizacja październik-czerwiec.