

Wykorzystanie programu *Kids' Skills - DAM RADĘ!* Bena Furmana w terapii dziecka z jękaniem w wieku przedszkolnym i wczesnoszkolnym



Maria Fańciszevska Uniwersytet Gdański, Polska

Wstęp:

Kids' Skills - Dam Radę! to innowacyjna, **praktyczna metoda pomagania dzieciom w przewyżnianiu problemów emocjonalnych i behawioralnych** z pomocą rodziny i bliskich im osób. Adresowana jest do dzieci w wieku od 3 do 12 lat, ale może być używana u **nastolatków i osób dorosłych**.

Metoda powstała w latach 90. XX wieku w Helsińskim Instytucie Terapii Krótkoterminowej (Helsinki Brief Institute). Autorem metody jest **Ben Furman – fiński psychiatra i psychoterapeuta**. Metoda oparta jest na **Podejściu Skoncentrowanym na Rozwiązaniach (PSR)**. Książka poświęcona metodzie *Dam Radę!* Została opublikowana w Finlandii w 2003 roku, potem została przetłumaczona na inne języki. Niedawno ukazała się apka Kids' Skills <http://www.kidsskillsapp.com/>.

Program *Kids' Skills - Dam Radę!* skierowany jest do **profesjonalistów** pracujących w dziedzinie edukacji i opieki nad dziećmi, nauczycieli, terapeutów, rodziców i opiekunów dzieci. Jest to metoda pracy z dziećmi **składająca się z 15 kroków**.

Kluczową ideą programu *Kids' Skills Dam Radę!* jest przekonanie, że **problemy można przeformułować na umiejętności jakich można się nauczyć**.

Dzieci i rodzice unikają rozmów o problemach. Dorośli mają tendencję do postrzegania problemów jako objawów ukrytego zaburzenia, które należy leczyć, podczas gdy dzieci mają tendencję do postrzegania problemów jako braku umiejętności, których muszą się nauczyć. Metoda może być również wykorzystywana do wparcia prawidłowego rozwoju dzieci.

Kids' Skills - Dam Radę!- KROK PO KROKU

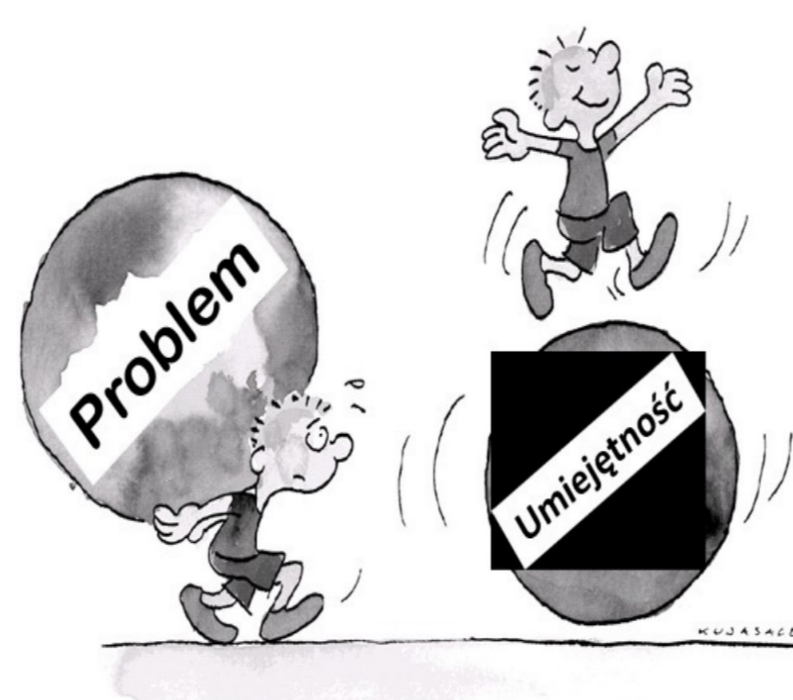
Metoda składa się z 15 kroków:

Te kroki mogą być stawiane w sposób kreatywny, tzn. niektóre mogą być omijane, niektóre dodawane.

1. **Przeformułuj problem dziecka na umiejętność** jakiej powinno się nauczyć.
2. Uzgodnij z dzieckiem, jakiej umiejętności ma się nauczyć.
3. Określ wspólnie z dzieckiem i rodzicami **korzyści** jakie będzie miało dziecko i inne ludzie z nauczania się przez dziecko nowej umiejętności.
4. Poproś dziecko, aby podało **nazwę nowej umiejętności** jakiej się nauczy.
5. Poproś dziecko, aby wybrało sobie **wyobrażonego pomocnika** ze swoich zabawek, kart.
6. Poproś dziecko, by znalazło sobie **osoby wspierające** w swoim najbliższym otoczeniu.
7. Pomóż dziecku zyskać **pewność siebie**.



Rys. 1. Wyobrażony pomocnik w nauce nowej umiejętności. Za: B. Furman, <https://www.kidsskillsacademy.com/about-the-method/>
Rys 2. Pokonywanie problemów za: B. Furman, <https://www.kidsskillsacademy.com/about-the-method/>



8. Porozmawiaj z dzieckiem, w jaki sposób chce świętować zdobycie nowej umiejętności.
9. Wypracuj jasny obraz tego jak dziecko będzie się zachowywać lub reagować korzystając w nowej umiejętności.
10. Wspólnie z dzieckiem i rodzicami **poinformujcie otoczenie dziecka o nowym projekcie**.
11. **Stwórz plan z dzieckiem i rodzicami**, co dziecko zrobi by nauczyć się nowej umiejętności.
12. Poproś dziecko, by określiło w jaki sposób chce, by inni mu **przypominali mu** o umiejętności, gdy o niej zapomni.
13. Dziecko razem z rodzicami **świętuje** nabycie wybranej umiejętności.
14. Dziecko **przekazuje nabytą umiejętność** innemu dziecku
15. Zaproponuj dziecku zdobywanie kolejnej umiejętności.

Wykorzystanie *Kids' Skills - Dam Radę!*- w terapii dziecka z jękaniem

Przykładowe pytania adresowane do rodzica/opiekuna:

- *Jaką umiejętność dziecko potrzebuje zdobyć, by radzić sobie w tych trudnych sytuacjach?*
- *Co byłoby dla Ciebie znakiem, że Twój syn/córka zaczyna pokonywać swój problem?*
- *Co będzie robił/a, mówił/a w tych sytuacjach, które do tej pory były dla niego/niej tak trudne do zniesienia?*

Nowe umiejętności:

Dziecko z jękaniem uczy się i nabywa nowe umiejętności, które pomogą mu w tym, by, np:

- ❖ otwarcie mówić o swoim jękaniu;
- ❖ czekać na swoją kolej w rozmowie;
- ❖ zwiększyć swoją pewność w komunikacji z rówieśnikami;
- ❖ zmniejszyć napięcie podczas mówienia;
- ❖ asertywnie reagować na dokuczanie w przypadku jękania itd.

Przykładowe pytania adresowane do dziecka:

- *Czego chciałbyś się nauczyć, lub stać się lepszym, aby twoi przyjaciele cały czas myśleli o tobie dobrze?*
- *W jaki sposób będzie to dla ciebie dobre?*
- *Co zyskasz dzięki nauce tej umiejętności?*
- *Jak chciałbyś żeby Cię wspierały bliskie osoby?*

Wnioski:

Metoda *Kids' Skills - Dam Radę!* jest bardzo pomocny w działaniach terapeutycznych podejmowanych z dziećmi z jękaniem z wieku przedszkolnym i wczesnoszkolnym. **Najlepiej sprawdza się u dzieci, które same wskażą umiejętność jakiej chciałyby się nauczyć**. Korzyści jakie dziecko dostrzeże z nauczania się wybranej umiejętności również motywują do dalszej pracy. Dziecko, razem z terapeutą, przy wsparciu potężnej istoty, ale też najbliższego otoczenia nabywa strategię radzenia sobie z trudnościami. Świątowanie jest dodatkową zachętą, zwiększającą motywację dziecka do pracy, ale też wzmacnia poczucie własnej wartości, pewność siebie, a także rozwija jego mocne strony.

BIBLIOGRAFIA:

1. Furman B. (2010). *Program „Dam Radę” w praktyce*. Łódź: Centrum Terapii Krótkoterminowej.
2. Ratner H., George E., Iverson Ch. (2017). *Terapia krótkoterminowa Skoncentrowana na Rozwiązaniu. 100 najważniejszych tez, założeń i technik*. Łódź: Centrum Terapii Krótkoterminowej.
3. Yusuf D. (2020) *The Solution Focused Approach with Children and Young People*. London: Taylor & Francis Ltd.
4. <https://www.kidsskillsacademy.com/about-the-method/>