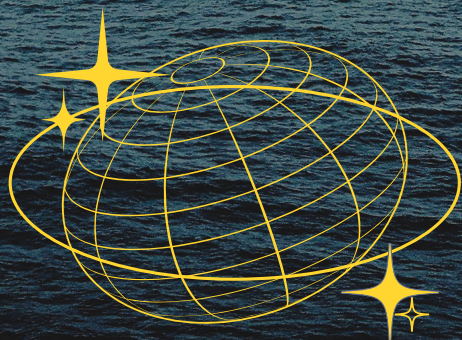


Nawigator Empatii

Wskazówki dla rodziców



Twój osobisty przewodnik po ścieżkach diagnostyki i wsparcia.

Drogi Rodzicu,

Wiem, że trzymasz ten dokument, bo szukasz odpowiedzi na trudne pytania. Prawdopodobnie towarzyszy Ci niepokój, a w głowie huczy od pytań: „Czy z moim dzieckiem jest coś nie tak?”, „Czy to moja wina?”, „A co, jeśli to coś poważnego?”.

Chcę Cię uspokoić: **to, co czujesz, jest ważne, a szukanie odpowiedzi to akt najwyższej miłości do Twojego dziecka.**

W **Centrum Empatii** wierzymy, że diagnoza to nie etykieta i nie powód do strachu.

Diagnoza to po prostu „instrukcja obsługi”, która pozwala nam zrozumieć, dlaczego świat jest dla Twojego dziecka czasem zbyt trudny, zbyt głośny lub zbyt szybki. Zamiast błądzić po omacku i nazywać trudności dziecka „niegrzecznością” czy „lenistwem”, zyskujesz konkretną wiedzę.

Ta Mapa Drogowa to Twój pierwszy krok. Nie bój się szukać wsparcia – ono nie zmienia Twojego dziecka w kogoś innego. Ono pozwala mu wreszcie **poczuć się dobrze we własnej skórze**, a Tobie odzyskać spokój i radość z bycia rodzicem.

Nie jesteś w tym sam. Zróbmy ten pierwszy krok razem.

Dziękuję, że tu jesteś. Twoja uważność to najpiękniejszy fundament dla przyszłości Twojego dziecka.

Z wyrazami uznania,

Elżbieta P.Cyma

Założycielka Centrum i Fundacji Empatia

TO WIĘCEJ NIŻ "LENISTWO"

Jeśli Twoje dziecko ma trudności z czytaniem, pisanem, koncentracją lub relacjami w klasie, pamiętaj: ono nie robi tego złośliwie. Bardzo często pod etykietą "zdolny, ale leniwy" kryje się układ nerwowy, który pracuje inaczej (dysleksja, ADHD, spektrum). Twoim zadaniem jest znalezienie przyczyny, by dziecko nie uwierzyło, że jest "gorsze".

TWOJE 3 KROKI DO DZIAŁANIA:

KROK 1: Konsultacja w Poradni Psychologiczno-Pedagogicznej (PPP) To najważniejszy krok formalny.

Dlaczego? Tylko Poradnia (państwowa lub prywatna z uprawnieniami) może wystawić **opinię**, która zobowiąże szkołę do dostosowania wymagań (np. wydłużenie czasu na sprawdzian, nieocenianie ortografii przy dysleksji, miejsce w pierwszej ławce).

O co pytać? O pełną diagnozę pod kątem dysleksji, dysgrafii, dyskalkulii lub ADHD.

KROK 2: Kluczowa Konsultacja: Terapeuta Integracji Sensorycznej (SI) lub Trening Umiejętności Społecznych (TUS)

Dlaczego SI? Wiele problemów z koncentracją wynika z tego, że dziecko "nie czuje" swojego ciała (wierci się) lub hałas klasy je fizycznie boli.

Dlaczego TUS? Jeśli dziecko ma trudności z rówieśnikami, Trening Umiejętności Społecznych nauczy je w bezpiecznych warunkach, jak rozwiązywać konflikty i nawiązywać przyjaźnie.

KROK 3: Badanie u Okulisty i Ortoptysty

Częsty błąd: Myślimy, że dziecko ma dysleksję, a ono może mieć problem z tzw. **konwergencją** (oczy nie współpracują przy patrzeniu z bliska).

Zrób badanie ortoptyczne – jeśli wzrok "skacze" po liniijkach, czytanie zawsze będzie męczarnią, niezależnie od nauki.

TWOJA LISTA PYTAŃ DO NAUCZYCIELA:

- *W jakich sytuacjach dziecko radzi sobie najlepiej, a kiedy całkowicie traci koncentrację?*
- *Jak wyglądają jego relacje z dziećmi na przerwach (nie tylko podczas lekcji)?*
- *Czy szkoła dysponuje miejscem (np. kącik ciszy), gdzie dziecko może odpocząć od hałasu?*

Warto też rozważyć: Neurolog (jeśli występują tiki, silne bóle głowy lub problemy z pamięcią).

Ważna uwaga: Problemy z nauką to często tylko wierzchołek góry lodowej – pod spodem mogą kryć się niezdiagnozowane wcześniej trudności sensoryczne lub emocjonalne.

