



### **Drodzy Rodzice, Opiekunowie prawni:**

Często pierwsza wizyta w poradni to zarówno dla dziecka, jak i dla rodzica sytuacja nowa i przez to często stresująca, dlatego istotne jest by dobrze przygotować siebie oraz dziecko do tej wizyty.

Poniżej znajdziecie Państwo kilka istotnych wskazówek, jak dobrze przygotować się do tego kontaktu, a także co mówić i co robić przed wizytą.

### **Co powinien przygotować rodzic?**

Pierwszy kontakt ze specjalistami poradni wymaga przeprowadzenia wywiadu diagnostycznego, często bardzo dokładnego i szczegółowego, dlatego warto przygotować sobie informacje obejmujące:

- przebieg rozwoju dziecka już od okresu prenatalnego (pytania będą dotyczyły przebiegu ciąży, porodu, przebytych chorób, przyjmowanych leków, trudności i wyzwań rozwojowych, ewentualnych trudności w obszarze wzroku i słuchu). Warto zabrać ze sobą książeczkę zdrowia dziecka, karty wypisowe ze szpitali, informacje o leczeniu specjalistycznym itp.
- przebieg kariery przedszkolnej i szkolnej dziecka (warto zabrać ze sobą oceny/opinie sporządzone przez wychowawców i nauczycieli, ksero kart pracy dziecka, zeszyty ucznia z języka polskiego i matematyki)
- wiadomości na temat wcześniejszych form pomocy terapeutycznej udzielanej dziecku (plus pisemne opinie/zaświadczenia jeśli były wydawane)

### Co mówić dziecku przed wizytą?

- dziecko powinno być poinformowane wcześniej o wizycie w poradni i znać jej cel. Można powiedzieć (w zależności od powodu wizyty) na przykład:
  - „Ostatnio zauważyliśmy, że coś..... sprawia tobie/nam trudność. Chcielibyśmy poszukać przyczyn tego co się dzieje i dlatego chcemy udać się do poradni”
  - „Chcemy poznać twoje mocne i słabe strony aby pomóc Ci jak najlepiej się rozwijać”
- warto żeby dziecko wiedziało, że nie jest jedyne, i że z pomocy poradni korzysta codziennie bardzo wiele dzieci i ich rodziców. Być może sami Państwo korzystali w dzieciństwie lub w młodości z pomocy poradni albo wśród waszych przyjaciół, rodziny jest ktoś, kto mógłby się podzielić swoimi wrażeniami
- jeśli dziecko reaguje niechęcią obawami, zaakceptujcie to, jednocześnie próbując dowiedzieć się co jest głównym źródłem tych uczuć. Starajcie się odpowiedzieć na wszystkie pytania i wykażcie cierpliwość
- ponieważ to Państwo jako pierwsi będą mieli kontakt ze specjalistami poradni podczas wywiadu diagnostycznego, który odbędzie się stacjonarnie, telefonicznie lub online możecie podzielić się swoimi wrażeniami z rozmowy, opowiedzieć o miejscu, które odwiedziliście, osobie która z Wami ten wywiad przeprowadzała
- dziecko powinno wiedzieć co będzie robiło w trakcie wizyty tj. że będzie rysowało, oglądało obrazki, rozmawiało, rozwiązywało zagadki i wykonywało ćwiczenia. Można powiedzieć dziecku, że podczas spotkania będzie mogło: zrobić sobie przerwę, zjeść coś, napić się, pobawić się na poczekalni, w której jest są zabawki, chwilę porozmawiać z rodzicem, odpocząć itp.

### Czego nie mówić przed wizytą?

- przede wszystkim nie straszyć dziecka i nie dopuścić do poczucia, że wizyta w poradni jest karą lub sposobem na zdyscyplinowanie dziecka „ teraz pani się dowie jak bardzo jesteś niegrzeczny”, „idziemy do poradni ponieważ sprawiasz problemy/nie chcesz się uczyć/zachowujesz się nieodpowiednio”
- nie podkreślać elementu oceny, poradnia to nie szkoła! Nie mówić: „ zobaczymy czy jesteś mądry/inteligentny” , „Musisz się wykazać/być grzeczny”, „ Nie przynieś mi wstydu”
- rozmowa o trudnościach dziecka/rodziny nie powinna odbywać się przy nim, dlatego sugerujemy aby podczas wywiadu nie było przy nim dziecka (także jeśli jest to wywiad telefoniczny rodzic powinien zadbać o to, by dziecko nie słyszało wszystkiego, co jest o nim mówione) **W przypadku dzieci mniejszych , które mogą mieć obawy przed zostaniem w poczekalni samodzielnie, sugerujemy by na tą część procesu diagnostycznego dziecko zostało na poczekalni pod opieką innego członka rodziny (wywiad trwać może około godziny)**
- nie porównuj dziecka do innych osób, np. na przykład do jego rodzeństwa czy rówieśników „Idziemy do poradni ponieważ nie dajesz sobie rady, a inni tak”.

### O czym warto pamiętać w dniu badania?

- dziecko powinno być zdrowe, wyspane, wypoczęte i najedzone

- w przypadku choroby dziecka – prosimy o kontakt z poradnią w celu ustalenia innego terminu wizyty. Rodzicu – pamiętaj – jeśli dziecko jest chore / źle się czuje / ma gorączkę / katar / itp. wyniki przeprowadzonej diagnozy nie będą wiarygodne i obiektywne.

- powinno mieć przy sobie okulary korekcyjne bądź aparat słuchowy - jeśli korzysta z takiego sprzętu

- młodsze dzieci mogą zabrać ze sobą ulubioną maskotkę, kocyk, itp.

- można zabrać ze sobą jakiś lekki posiłek/przekąskę/coś do picia (szczególnie jeśli wiemy, że dziecko będzie miało pełne badanie psychologiczno – pedagogiczne w jednym dniu)

**Po wizycie:**

– zawsze pochwal dziecko za wysiłek/starania, które wykazało współpracując z diagnostą

– staraj się wskazać mocne strony dziecka, oraz zapewnić, że można sobie poradzić z rozpoznanymi słabymi stronami.

**Mamy nadzieję że powyższe informacje ułatwią Państwu i Waszym dzieciom kontakt z nami i przyczynią się do obopólnego zadowolenia z wizyty w poradni.**

Przygotowała: mgr Marta Marciniak - psycholog