

Altele:

- Recomandăm ca, în urma derulării mai multor activități pentru dezvoltarea comunicării asertive, să se implementeze cele 3 noțiuni de comunicare agresivă, asertivă și pasivă, acest lucru reprezentând chiar o dezvoltare personală a copilului cu ADHD.

Ozo, deschide urechea bine!

Obiectiv: Dezvoltarea unor strategii de menținere a atenției în timpul relaționării cu cei din jur.

Materiale necesare: Anexa 32. „Ozo, deschide urechea bine!”, creioane colorate.

Aplicare:

- Vom prezenta problema principală pe care o întâmpină Ozo în ultima perioadă, și anume faptul că este pedepsit tot mai des deoarece nu ascultă ce i se spune (nu este atent sau nu vrea):
[Alegeți o situație în care copilul cu ADHD a avut de suferit deoarece nu a avut răbdare să asculte sau nu a fost atent la ce au de spus cei din jur. Prezentați această situație ca o întâmplare trăită de către personajul Ozo];
- Vom prezenta cele trei greșeli majore pe care le-a făcut Ozo în acea situație:
 - (1) „s-a uitat în altă parte”;
 - (2) „și-a închis urechile pentru a nu auzi tot ce i spune”;
 - (3) „a tot vorbit și el între timp”;
- Vom analiza *Anexa 32* și vom descrie ce apare ciudat la Ozo în acea imagine;
- Vom evidenția cele 3 reguli de ascultare activă prin care Ozo poate să asculte atent ce au de spus cei din jur, evidențiind elementele din expresia lui Ozo:
 - (1) privește în ochi persoana care vorbește (se vor indica ochișorii);
 - (2) deschide urechea bine să auzi tot (se vor indica urechile);
 - (3) ține gurița închisă pentru a nu vorbi în același timp (se va indica boticul).
- Copilul va repeta cele trei reguli enumerate de adult, atingându-și proprii ochișori, urechi și guriță;
- Vom iniția diverse conversații în care copilul va experimenta cele trei strategii;

- La finalul activității, copilul va încerca cele trei elemente importante reprezentate pe fața lui Ozo, pentru a evidenția cele trei reguli importante

Altele:

- Aplicați aceste reguli și în afara activității!
- Adultul care organizează această activitate (părinte, psiholog sau cadru didactic) are datoria de a-i anunța și pe ceilalți despre aceste reguli, astfel va exista o unitate în implementare care va accelera progresul.

Ozo învață să comunice frumos

Obiectiv: Dezvoltarea abilităților de comunicare asertivă prin intermediul mesajelor de tip Eu.

Materiale necesare: Anexa 33 (a,b). „Ozo învață să comunice frumos”, foarfece, lipici, creioane colorate.

Aplicare:

- Vom prezenta problema principală pe care o întâmpină Ozo în ultima perioadă, și anume faptul că este pedepsit tot mai des și își pierde prietenii deoarece vorbește urât cu cei din jur:
[alegeți o situație conflictuală⁵ cu care s-a confruntat copilul cu ADHD și prezentați-o ca o întâmplare experimentată de către personajul Ozo];
- Vom completa spațiul din *Anexa 33a* cu detalii extrase din situația conflictuală aleasă (numele personajului cu care a avut conflictul Ozo, ce l-a provocat pe Ozo să vorbească urât, ce anume a vorbit acel personaj, ce a răspuns Ozo);
- Vom prezenta obiectivul pe care Ozo și-l propune pentru acea zi, și anume: să învețe să comunice frumos;
- Vom prezenta strategia de comunicare asertivă bazată pe mesaje de tip Eu⁶:
[„Când anumite lucruri nu ne plac sau ni se par nedrepte, trebuie să știm cum să spunem acest lucru. Când vorbim, ca și în cazul lui Ozo, sunt cel puțin două personaje. Când Ozo a vorbit, a comis mai multe

⁵ Este foarte important să alegeți cu atenție situația conflictuală experimentată de către copil; aceasta trebuie să fie cunoscută în detaliu de către dvs. (ce l-a provocat pe copilul cu ADHD, ce și cum a vorbit acesta, ce i s-a răspuns etc.).

⁶ Pentru o aprofundare a modalităților de implementare a mesajelor de tip Eu, vezi lucrările scrise de Thomas Gordon (1918-2002).