



Kwestionariusz radzenia sobie w sytuacjach trudnych dla klas I-III

Autor: Iwona Cichecka-Jusińska
Krystyna Pławska

INSTRUKCJA

Przeczytam Ci opowiadanie o przygodach Małego Kosmita, który przypadkiem znalazł się na naszej planecie. Sytuacje, których w czasie tego pobytu doświadczył niejednokrotnie wprawiały go w zakłopotanie, bo nie wiedział jak się ma zachować.

Pod każdym opowiadaniem znajdują się cztery odpowiedzi sugerujące jak mógłby się zachować Mały Kosmita. Twoim zadaniem będzie wysłuchanie opisu sytuacji, a następnie dokonanie wyboru właściwej odpowiedzi, która Twoim zdaniem najlepiej opisuje to, jak zachowałby się Mały Kosmita. Wybraną odpowiedź podkreśl.

1. **Bardzo daleko stąd, w Galaktyce Słońca mieszkał Mały Kosmita, chłopiec niezmiernie ruchliwy i ciekawski. Ogromnie interesował go kosmiczny pojazd taty, w którym było mnóstwo różnokolorowych przycisków. Pewnego dnia Mały Kosmita wszedł do pojazdu i przycisnął zielony guziczek. Pojazd ruszył. W parę minut chłopiec znalazł się w nowej Przestrzeni Galaktycznej. Trochę przestraszony obserwował szybko zmieniający się krajobraz. Raptem, niewiadomo dlaczego maszyna zatrzymała się i chłopiec zobaczył grupę dzieci zmierzającą do jakiegoś budynku. Wysiadł z pojazdu i patrzy. Nikt nie zwraca na niego uwagi.**

Jak myślisz, co zrobi?

- a) Podejdzie do dzieci i zacznie rozmowę
- b) Wróci do swojego pojazdu
- c) Zawoła: Hej, widzicie jakim super pojazdem do was przyjechałem !
- d) Pójdzie za grupą

2. **Minęło parę dni. Mały Kosmita na dobre zdomowił się w nowym środowisku, którym okazała się zwykła klasa szkolna na planecie Ziemia. Nawet ma już kolegę – Andrzeja. Podoba mu się tu bardzo, choć niektóre sytuacje są dla niego trudne i nie zawsze wie jak ma się zachować. Jest przerwa. Chłopcy gonią się po korytarzu. Małemu Kosmicie bardzo podoba się ta zabawa. Po chwili przyłącza się do nich. Ale do akcji wkracza pani i mówi, że za nieprzestrzeganie regulaminu chłopcy otrzymują 3 punkty karne. Mały Kosmita jest bardzo niezadowolony.**

Jak myślisz, co zrobi?

- a) Powie: „Nic o tym nie wiedziałem, proszę nie wpisywać mi punktów karnych.”
- b) Nic nie mówiąc pójdzie do klasy i usiądzie w swojej ławce.
- c) Powie: „To głupi zakaz, bo dzieci lubią biegać!”
- d) Już więcej nie będę biegać.

3. **W ubiegłym tygodniu pani zadała wiersz do nauczenia się na pamięć. Mały Kosmita zupełnie o tym zapomniał.**

Jak myślisz, co zrobi, gdy pani zacznie pytać?

- a) Podejdzie do pani i poprosi ją, by zapytała go następnego dnia.
- b) Powie, że boli go brzuch, wyjdzie do łazienki i przeczeka tam do końca lekcji.
- c) Krzyknie: „Przecież to nie było na dziś!”
- d) Powie : Nie nauczyłem się.



Projekt współfinansowany przez Unię Europejską w ramach Europejskiego Funduszu Społecznego

4. **Do końca lekcji pozostało jeszcze parę minut, ale Mały Kosmita czuje, jak mu burczy w brzuchu. Wie, że w pudełku ma pyszną kanapkę. Wyjmuje ją i zaczyna jeść. Pani zwraca mu uwagę, że musi poczekać do przerwy.**

Jak myślisz, co zrobi?

- a) Nic nie mówiąc rękę z kanapką schowa pod ławkę.
- b) Krzyknie: „Ale ja teraz jestem głodny!” – i będzie kontynuował posiłek.
- c) Poprosi panią, żeby wyjątkowo pozwoliła mu zjeść przed przerwą, bo inaczej umrze z głodu.
- d) Powie: Przepraszam, zaczekam na przerwę.

5. **Mały Kosmita razem z Andrzejem z dumą oglądają swoje prace plastyczne. Każdy z nich uważa, że jego praca jest najlepsza. Już zaczęli się na dobre o to kłócić, gdy pani powiedziała: „Teraz wszystkie prace przypinamy do tablicy i wybieramy najładniejszą”. Po chwili dzieci wybrały pracę Andrzeja.**

Jak myślisz, co zrobi Mały Kosmita?

- a) Powie do Andrzeja: „Fajnie Ci dziś poszło, może mnie się uda następnym razem”.
- b) Bez słowa wróci do swojej ławki.
- c) Pokaże Andrzejowi język.
- d) Powie: E, już mi się nie podoba ten mój rysunek.

6. **Mały Kosmita wchodzi do toalety i co widzi? Jeden z kolegów rysuje jego podobiznę na ścianie, a drugi podpisuje paskudnymi wyrazami. Pękają przy tym ze śmiechu.**

Jak myślisz, co zrobi Mały Kosmita?

- a) Śmiejąc się zacznie rysować razem z nimi.
- b) odwróci się i wyjdzie.
- c) Powie: „Natychmiast to ścieracie albo powiem pani, że niszczyacie ściany”.
- d) Rzuci się na nich z pięściami.

7. **Klasa wychodzi do parku wodnego. Wszyscy będą uczyli się pływać. Mały Kosmita cieszy się, ale i trochę boi, jak sobie poradzi. I stało się. Zgubił się w przebieralni. Wszystkie szafki takie same. Nie wiadomo, w którą stronę iść. Na szczęście pani go znalazła, ale koledzy pękają ze śmiechu, a któryś z nich mówi: „Ale gapa”.**

Jak myślisz, co zrobi Mały Kosmita?

- a) Spuści głowę, żeby nikt nie widział, że ma oczy pełne łez.
- b) Popchnie mocno kolegę, który stoi najbliżej niego.
- c) Powie: Ale ze mnie gapa.
- d) Powie: „Nie jestem gapą, każdemu może się to przydarzyć”.

8. **Mały Kosmita przyszedł dziś do szkoły ubrany jak na plażę. Pani zwróciła mu uwagę, że ma nieodpowiedni strój i zgodnie z regulaminem otrzymuje 2 punkty karne.**

Jak myślisz, co zrobi Mały Kosmita?

- a) Powie: „Ale się pani czepia, przecież dziś jest taki upał”.
- b) Powie: Proszę mi nie wpisywać tych punktów karnych. Nie wiedziałem że tak nie wolno.
- c) Powie: Jutro mimo upału przyjdę odpowiednio ubrany.
- d) Nic nie mówiąc odejdzie do swojej ławki.



Projekt współfinansowany przez Unię Europejską w ramach Europejskiego Funduszu Społecznego

- 9. Mały Kosmita pokłócił się z Andrzejem o to, która drużyna piłkarska jest lepsza. W pewnym momencie tak się zdenerwowali, że zaczęli się bić. Pierwszy uderzył Andrzej. Pani jednak wymierzyła obydwu chłopcom takie same kary.**

Jak myślisz, co zrobi Mały Kosmita?

- a) Opowie Pani co się wydarzyło, usiłując wytłumaczyć swoje zachowanie
- b) Zgodzi się z decyzją Pani.
- c) Krzyknie: „Pani jest niesprawiedliwa!”
- d) Spuści głowę i nie odezwie się.

- 10. Grupa chłopców ze starszej klasy uznała, że mają już dość tego kosmicznego gościa i po lekcjach spuszcza mu takie lanie że zabierze się stąd i wróci tam, skąd przybył. Andrzej powiedział mu o tym w tajemnicy.**

Jak myślisz, co zrobi Mały Kosmita?

- a) Podejdzie do pani i powie, że boi się wyjść ze szkoły, bo mu starsi chłopcy grożą.
- b) Po lekcjach schowa się do toalety.
- c) Wyjdzie ze szkoły i pobije się z chłopcami.
- d) Powie: Jak chcą to ja wyjadę.

- 11. Mały Kosmita stoi w kolejce po obiad. Chce zdążyć zjeść go w czasie przerwy. Raptem jakiś chłopiec wypcha się przed niego.**

Jak myślisz, co zrobi Mały Kosmita?

- a) Cofnie się żeby chłopcu zrobić miejsce w kolejce.
- b) Wypchnie go z kolejki.
- c) Nie zareaguje.
- d) Powie: „Słuchaj, powinieneś stanąć na końcu kolejki”.

- 12. Przerwa śniadaniowa. Wszystkie dzieci piją mleko. Andrzej z Małym Kosmitą też. Nagle Andrzej niechcący potrąca kartonik z mlekiem i mleko rozlewa się na ławkę mocząc podręczniki Małego Kosmity.**

Jak myślisz, co zrobi Mały Kosmita?

- a) Krzyknie: „Popatrz głupku, co zrobiłeś!”
- b) Przesiądzie się do innej ławki.
- c) Weźmie podręczniki i zacznie wycierać z nich mleko.
- d) Powie: „Popatrz, co się stało. Pomóż mi wytrzeć te podręczniki”.

- 13. Lekcja plastyki. Dzieci wyklejają kolorowe ludki, ale Mały Kosmita nie, bo zapomniał przynieść kolorowy papier. Pani chodzi po klasie i sprawdza postęp prac. Bardzo denerwuje się, jeśli ktoś nie ma potrzebnych przyborów. Ojej, zaraz dojdzie do Małego Kosmity!**

Jak myślisz, co zrobi Mały Kosmita?

- a) Będzie dalej siedział nic nie robiąc.
- b) Powie: Przepraszam, że zapomniałem o papierze.
- c) Szybko i bez pytania weźmie kolorowy papier najbliższemu koledze z ławki.
- d) Poprosi o pożyczenie papieru.



Projekt współfinansowany przez Unię Europejską w ramach Europejskiego Funduszu Społecznego

14. Zaczynają się rozgrywki w mini hokeja. Andrzej, przyjaciel Małego Kosmita, wybiera chłopców do drużyny. Mały Kosmita ma nadzieję, że Andrzej go wybierze. Tak się jednak nie stało.

Jak myślisz, co zrobi Mały Kosmita?

- a) Zejdzie z boiska.
- b) Powie: Okej Ty decydujesz, nie mam pretensji.
- c) Powie: „Nie jesteś moim kolegą”.
- d) Zapyta: „Dlaczego nie wybrałeś mnie?”

15. Pani poprosiła Andrzeja, żeby zmasał tablicę. Andrzej wybiegając z ławki niechcący strącił piórnik Małego Kosmita i wszystko się z niego wysypało.

Jak myślisz, co zrobi Mały Kosmita?

- a) Krzyknie: „Patrz, głupku, co zrobiłeś!”
- b) Będzie siedział (z obrażoną miną), czekając nie wiadomo na co.
- c) Od razu pozbiera porzucane rzeczy.
- d) Powie: „Jak zetrzesz tablicę to pomożesz mi to pozbierać”.

16. Lekcja przyrody. Pani opowiada o wędrówce ptaków. Zciekawiony Mały Kosmita zadaje mnóstwo pytań, co chwilę przerywając pani, która w końcu zdenerwowana wpisuje mu uwagę, że przeszkadza na lekcji.

Jak myślisz, co zrobi Mały Kosmita?

- a) Będzie próbował wytłumaczyć swoje zachowanie tak, żeby pani skreśliła tę uwagę.
- b) Krzyknie: „To nie fair!”
- c) Powie: Przepraszam.
- d) Nic nie powie.

17. Mały Kosmita ulepił wielkiego bałwana i patrzy z dumą na swoje dzieło. Ze szkoły wyszli chłopcy i skierowali się w stronę bałwana. Jeden z nich zaczyna z całej siły uderzać w śniegowe kule, próbując go zniszczyć i woła kolegów żeby mu pomogli.

Jak myślisz, co zrobi Mały Kosmita?

- a) Nic nie zrobi.
- b) Przyłączy się do chłopców.
- c) Rzuci się na chłopca, żeby odciągnąć go od bałwana.
- d) Powie: „Nie niszc go, przecież w niczym ci nie przeszkadza”.

18. Mały Kosmita powiedział w klasie, że na jego planecie drzewa są niebieskie, a dzieci w szkole tylko się bawią, bo nauka „wchodzi im do głowy” przy pomocy specjalnych elektrod. Chłopcy słysząc to pokładają się ze śmiechu, a Andrzej mówi: „Ale ściemniasz, kłamczuchu”.

Jak myślisz, co zrobi Mały Kosmita?

- a) Powie: „Już nie jesteś moim kolegą”.
- b) Odwróci się tyłem do Andrzeja.
- c) Powie: „Nie byłeś tam, to nie wiesz i nie musisz mnie obrażać”.
- d) Powie: Żartowałem.



Projekt współfinansowany przez Unię Europejską w ramach Europejskiego Funduszu Społecznego

19. Chłopcy umawiają się, że po skończonych lekcjach pójdą na górkę koło szkoły poślizgać się. Mały Kosmita z Andrzejem też chcą się do nich przyłączyć, ale chłopcy mówią: „Andrzej może, ale tego ufoluda nie chcemy”.

Jak myślisz, co zrobi Mały Kosmita?

- a) Zapyta: „O co wam chodzi? Przecież na przerwie bawiliśmy się razem”.
- b) Powie: Trudno, jak mnie nie chcą to nie pójdę.
- c) Odwróci się i odejdzie od nich.
- d) Powie: „Bez łaski! I tak beznadziejna jest ta górka”.

20. Lekcja języka polskiego – ćwiczenia kaligraficzne. Pani będzie za chwilę oceniać prace. Mały Kosmita bardzo się stara. Jeszcze jeden wyraz i... Andrzej niechcący potrąca go. Zamiast pięknej literki jest brzydki bazgroł.

Jak myślisz, co zrobi Mały Kosmita?

- a) Rzuci zeszytem o podłogę.
- b) Powie Andrzejowi żeby pomógł mu poprawić tę literkę.
- c) Nic nie mówiąc zamknie zeszyt.
- d) Zmaże korektorem nieudaną literę i poprawi ją.

21. Mały Kosmita powiedział do Andrzeja: „Czy wiesz, że kosmici znają wszystkie języki świata?” Andrzej na to: „No to powiedz coś po chińsku”. Mały Kosmita: „Mogę to zrobić, ale tylko na swojej planecie”. Andrzej: „Ale z ciebie kłamczuch”.

Jak myślisz, co zrobi Mały Kosmita?

- a) Powie: „Jak mi nie wierzysz, to poleć ze mną, sam zobaczysz”.
- b) Powie: „A ty jesteś tępy”.
- c) Przerwanie się odzywać do Andrzeja.
- d) Powie: Nie wierzysz ,mi to trudno.

22. Mały Kosmita został poproszony do tablicy. Wszedł z ławki i raptem – bum! – leży jak długi na podłodze. Jeden z kolegów umyślnie podstawił mu nogę. Dzieci śmieją się, a pani mówi: „Ale z ciebie niezdarą” (nie zauważyła podstawionej nogi).

Jak myślisz, co zrobi Mały Kosmita?

- a) Nie zareaguje.
- b) Powie: To nie moja wina- kolega podstawił mi nogę-nie jestem niezdarą.
- c) Będzie śmiał się razem z dziećmi.
- d) Na przerwie zbije kolegę, który podstawił mu nogę.

23. Klasa wyjechała do kopalni soli w Bochni. Dzieci spędzają tam noc. W kopalni jest super. Rano wszyscy się ubierają, a Mały Kosmita nie może, bo szuka swojego ubrania. W nocy zniknęło. Koledzy mówią, że to pewnie skarbnik wziął. Pani się denerwuje, bo czas już wyjść.

Jak myślisz, co zrobi Mały Kosmita?

- a) Rozplacze się.
- b) Zacznie krzyczeć: „To wasza wina, durnie! Sami schowaliście!”
- c) Powie: "To nie jest śmieszne. Proszę oddajcie mi ubranie"
- d) Będzie biegał i szukał ubrania w różnych miejscach



Projekt współfinansowany przez Unię Europejską w ramach Europejskiego Funduszu Społecznego

24. Małemu Kosmicie bardzo podoba się na Ziemi. Niestety nadszedł czas w którym dostał informację , ze swojej planety że już musi wracać.

Jak myślisz co zrobi?

- a) Powie: Trudno, skoro tak zostało postanowione...
- b) Zawoła: Nie zgadzam się ! Zostaję!
- c) Poprosi o przedłużenie pobytu o tydzień.
- d) Wyłączy aparaturę dzięki której może komunikować się ze swoją Planetą.

Na koniec podaj jeszcze proszę parę informacji o sobie (właściwą odpowiedź podkreśl):

Rok urodzenia

Klasa: 1 2 3

Płeć: kobieta mężczyzna

Miejsce zamieszkania: miasto; miasteczko; wieś

Upewnij się czy zaznaczyłeś/zaznaczyłaś jedną odpowiedź pod każdą z historyjek.

Dziękujemy Ci za współpracę.