

**VAIKŲ IR PAAUGLIŲ NETINKAMO ELGESIO
PRIEŽASTYS.**

**PAGALBA ELGESIO IR EMOCIJŲ SUTRIKIMŲ
TURINTIEMS VAIKAMS**

V. KARALIENĖ

2016

Elgesio sutrikimų turintys vaikai

- Neretai suaugusieji nesigilina į netinkamo elgesio priežastis, pamiršta, kad agresija – būdas išreikšti savo pyktį, protestą. Pyktis – antrinis jausmas, jo pagrindas – skausmas, pažeminimas, skriauda, baimė, kurie kyla dėl nepatenkintų „bazinių meilės ir priklausomybės kitam žmogui“ poreikių.

(J.B. Gippenreiter, 1998)

Elgesio sutrikimų turintys vaikai

- Tai labiausiai suaugusiųjų smerkiamų ir atstumtų vaikų kategorija, neretai kelianti atvirą priešišumą.
- Didžiausia problema bendraujant su šiais vaikais – konfliktai, kai susikerta suaugusiųjų ir vaikų interesai ir nė viena pusė nelinkus nusileisti, ignoruoja kitų jausmus ir norus, siekia tik savo tikslų ir savo interesų patenkinimo.

Elgesio sutrikimų turintys vaikai

- Bendravimas su sutrikusio elgesio vaikais dažnai baigiasi konfliktais – abiejų pusių interesų kova, kai ignoruojami jausmai ir norai, siekiama pergalės bet kokia kaina.
- Vyraujantis bendravimo stilius – nurodymai, kaltinimai ir grasinimai, neįsisąmoninant tikrųjų jausmų ir motyvų.

Elgesio sutrikimų turintys vaikai

- Vaikų negatyvus, priešiškas, o kai kada ir agresyvus elgesys – savotiškas SOS signalas, pagalbos šauksmas, reikalavimas dėmesio savo vidiniam pasauliui, kuriame susikaupė pernelyg daug griauinančių emocijų, su kuriomis vaikas savarankiškai nesusitvarko.
- Suaugusiems, bendraujantiems su sutrikusio elgesio vaikais, labai svarbu suvokti ir įvardinti savo jausmus, mokėti juos išreikšti, pasakyti vaikui, kad jis suvoktų. Taip pat suaugusiajam svarbu mokėti parodyti, kad jis supranta, kaip vaikas jaučiasi.

Elgesio sutrikimų turintys vaikai

- Kai vaikas elgiasi nepageidaujamai, labai svarbu vertinti vaiko elgesį, o ne asmenybę, negrasinti bausmėmis, kurių realiai neįvykdysime.
- Elgesio sutrikimų turintiems vaikams reikalingas ne tik supratimas ir atjauta, bet ir konstruktyvi, reali pagalba reaguojant į traumuojančius įvykius, įgyjant savireguliacijos ir kontrolės įgūdžius.

Elgesio sutrikimų turintys vaikai

- Dirbant su šiais vaikais, labai svarbūs šie principai:
- geras kontaktas su vaiku;
- pagarba vaiko asmenybei;
- teigiamas dėmesys vaiko vidiniam pasauliui;
- nevertinantis visuminis vaiko asmenybės priėmimas;
- bendradarbiavimas su vaiku – konstruktyvi pagalba, reaguojant į problemines situacijas, savireguliacijos ir kontrolės įgūdžių ugdymas;
- įvardžio "Aš" vietoj „Tu“ vartojimas teiginiuose.

Sutrikusio vaikų elgesio korekcijos kryptys



Pykčio išreiškimas socialiai priimtinais būdais

- Reikėtų supažindinti vaikus su saugiais pykčio reiškimo būdais:
- glamžyti arba plėšyti popierių,
- boksuoti pagalvę ar bokso kriaušę,
- trypti kojomis,
- garsiai rėkti, naudojant „stiklinę“ arba „dūdą“ iš kietesnio popieriaus,
- spardyti pagalvę arba skardinę,
- užrašyti žodžius, kuriuos norisi pasakyti, sulamdyti ir išmesti,

Pykčio išreiškimas socialiai priimtinais būdais

- įtrinti plastiliną į kartoną,
- „išveikti“ pyktį bėgant ar atliekant kitą fizinę veiklą,
- „čia ir dabar“ išreikšti pyktį spalvomis, ar nulipdyti iš plastilino,
- suteikti galimybę verbalizuoti pyktį - žodžiais išsakyti negatyvius jausmus, kreipiantis į tuos, kam jie skirti (nebūtinai tiesiogiai),
- aptarti su vaikais, kas verčia juos pykti, kokiose situacijose tai dažniausiai vyksta ir pan.

Pykčio ir destruktyvių emocijų valdymas

- Taisyklės:
- Prieš pradėdamas veikti, pasakyk sau „STOP!“ . Kad būtų efektyviau, drauge su vaiku galima nupiešti apskritimą, kurio viduryje būtų didelėmis raidėmis užrašyta „STOP!“. Padaryti iš kartono, nuspalvinti ir nešioti. Svarbu, kad spalvos veiktų raminančiai, patiktų vaikui.
- Prieš pradėdamas veikti, giliai įkvėpk ir suskaičiuok iki 10.
- Prieš pradėdamas veikti, stipriai suspausk kumščius ir atpalaiduok. Pakartok tai 10 kartų.
- Prieš pradėdamas veikti, sustok ir pagalvok, ką nori padaryti.
- Kt. taisyklės (individualiai vaikui sukurtos taisyklės, priklausomai nuo reikiamos agresijos pobūdžio).

Pykčio ir destruktyvių emocijų valdymas

- Taisyklės labai naudinga įtvirtinti vaidmeninių žaidimų metu. Kad taisyklės būtų greičiau įtvirtintos, galima naudoti paskatinančius lipdukus, prizus ir pan.
- Agresyvių vaikų raumenų įtampa padidėjusi, todėl reguliarius relaksacijos pratimai veikia šiuos vaikus raminančiai, leidžia geriau suprasti, įsisąmoninti savo pyktį. Relaksaciniai pratimai taip pat skatina savireguliacijos įgūdžių formavimąsi ir emocinę pusiausvyrą.

Konstruktivus probleminių situacijų sprendimas

- Sutrikusio elgesio vaikų probleminių situacijų sprendimo būdų arsenalas labai menkas, dažniausiai jie linkę spręsti problemines situacijas laikantis jėgos pozicijos.
- Labai svarbu išmokyti vaiką įžvelgti įvairių elgesio būdus probleminėje situacijoje ir suformuoti konstruktyvaus elgesio įgūdžius, išplečiant pasirinkimų spektrą, minimizuojant destruktivaus elgesio elementus.

Konstruktīvus probleminių situacijų sprendimas

- Mažesniems vaikams gali būti naudojami paveikslėliai, atspindintys įvairias problemines situacijas – vaikai turi sugalvoti kiek galima daugiau istorijos tęsinių. Vaikams parodomi įvairaus elgesio modeliai ir vienokio ar kitokio elgesio pasekmės. Šis būdas gali būti naudojamas individualiai ir grupėje.

Konstruktivus probleminių situacijų sprendimas

- Konstruktyvaus elgesio įgūdžių formavimui labai tinka vaidmeniniai žaidimai – aptariamos situacijos, kuriose vaikus elgiasi netinkamai, pasirenkama viena situacija ir aptariami įvairūs jos sprendimo būdai bei pasekmės, pasirenkamas pozityvus sprendimas, paskirstomi vaidmenys ir situacija suvaidinama.
- Taip pat tinka žaidimai, kurie pagrįsti bendradarbiavimu, grupiniu užduočių atlikimu, komandos narių palaikymu. Žaidimo pabaigoje svarbu su vaikais aptarti, kaip sekėsi žaisti, kaip jautėsi, koks elgesys trukdė, o koks padėjo ir pan.

Konstruktivus probleminių situacijų sprendimas

- Eliminuoti destruktivaus elementus padeda „elgesio lentelės“ pildymas - aptariamos ir į lentelę surašomos elgesio taisyklės, kurių vaikas laikosi mokykloje.
- Po kiekvienos pamokos, jei vaikas laikėsi t.t. taisyklės, mokytojas pasirašo.
- Po pamokų su psichologu, klasės auklėtoju ar kt. suaugusiuoju aptariama, kas pavyko, ar sunku buvo ir pan.
- Taip pat numatomas paskatinimas už tam tikrą parašų kiekį.

Mokymas įsisąmoninti savo ir kitų žmonių jausmus

- Elgesio problemų turinčių vaikų šeimose vaiko vidinis pasaulis dažniausiai ignoruojamas, nekreipiamas dėmesys į jo jausmus. Šie vaikai nejautrūs ir kitų žmonių emocijoms. Taip pat jie menkai atpažįsta savo emocijas (išskyrus pyktį). Jie nejaučia kaltės, jei kažką įskaudina.
- Empatijos ugdymui naudojami įvairūs pratimai ir žaidimai: emocijų atpažinimas pagal nuotraukas ar paveikslėlius, emocijų vaizdavimas, piešiniuose, jausmų ir emocijų vaizdavimas mimika, vaidinimas, įvairių gyvūnų, daiktų, gamtos reiškinių vaizdavimas, pasakojimų jų vardu kūrimas, vaidmeniniai žaidimai.

Teigiamo savęs vertinimo formavimas

- Vaikams, turintiems elgesio sutrikimų, būtina teigiamo „Aš vaizdo“ rekonstrukcija. Jiems svarbu išmokti suvokti ir vertinti save teigiamai, kas savo ruožtu, mažina agresyvumą.
- Tam tinka įvairūs žaidimai ir pratimai: „man tavyje patinka...“, „pasigyrimai“, „gerų poelgių taupyklė“, „mano pasiekimų sąsiuvinis“ ir pan. Labai svarbu vaiką girti laiku ir konkrečiai paaiškinant už ką.

Teigiamo savęs vertinimo formavimas

- Jei vaikas išreiškia neigiamus jausmus sau, reikėtų ne prieštarauti, o leisti juos išreikšti, priimti ir juos patyrinėti.
- „Jei vaikas kalba, kaip prastai jis žaidžia kamuoliu, galima jį paprašyti papasakoti dar daugiau apie tai, kaip prastai jis žaidžia. Paprastai nutinka taip, kad kažkuriuo momentu vaikas sustoja ir pasako: „Na, nesu jau toks blogas“, arba: „Na, kamuoliu žaisti nemoku, bet man sekasi plaukimas.“ (V.Oklander, 266 psl.)

Teigiamo savęs vertinimo formavimas

- Vaikams su žema saviverte reikia įvairių veiklų, kurių metu galėtų sutelkti dėmesį į panašumus ir skirtumus tarp savęs ir kitų – suvokus skirtumus, galima pamatyti didesnę savo ir kitų vertę.
- Norint padėti vaikui geriau jaustis, svarbu jam padėti pažinti save, savo unikalumą.

Nerimastingumo mažinimas

- Mažinti nerimastingumą padeda įvairūs atsipalaidavimo pratimai.
- Agresyviems vaikams būdinga nuolatinė raumenų, ypač rankų, veido, kaklo, pečių, krūtinės ir pilvo srityje.
- Fizinė ir emocinė įtampa išreiškiama nepageidaujamu elgesiu, kuris iš pažiūros atrodo neracionalus.
- Reguliariai atliekama relaksacija padeda palaikyti stabilesnę emocinę būseną.

Nerimastingumo mažinimas

- Naudingi atsipalaidavimo ir kvėpavimo pratimai, juos galima atlikti skambant raminančiai muzikai.
- Atsipalaiduoti padeda vaizduotės pratimai – vaikams skaitomi įvairūs šiam tikslui parengti tekstai, kurie padeda įsijausti į įvairias būsenas.
- Taip pat tinka atpalaiduojanti, malonius jausmus sukelianti fantazija – vaikų prašoma užsimerkti ir pasvajoti, kad nuėjo kur nors į malonią vietą, kurią jis žino ir mėgsta, arba kurią įsivaizduoja.
- Atsipalaiduodami vaikai nebūtinai turi gulėti.

Požymiai, kad vaikui kyla sunkumų mokykloje

Sumažėja pažangumas vienoje ar keliose srityse.

Mažas įsitraukimas į socialinį mokyklos gyvenimą – nedomina po pamokinės veiklos ar neturi draugų mokykloje.

Kyla nepasitenkinimas, kai kalbama apie mokyklą.

Atsisakymas kalbėti apie mokyklą, arba retai kalbama apie mokyklą su šeimos nariais, draugais.

Nenoras daryti namų darbų, nekalbama apie namų darbus.

Požymiai, kad vaikui kyla sunkumų mokykloje

Nepasitikėjimas savimi, dažnai išsireiškama, kad „kvailas“, „ne toks protingas, kaip draugai“.

Atsiradę pasiteisinimai, kodėl negali eiti į pamokas, arba pamokų praleidimas be tėvų žinios.

Nuobodžiavimas pamokose, pasisakymai, kad „neišmoko nieko naujo“.

Dėmesio ir elgesio problemos mokykloje.

Patiriamos patyčios arba tyčiojamosi iš kitų.

Požymiai, kad vaikui kyla sunkumų mokykloje

Dažnai sunkumai yra slepiami, vaikai nepasisako tėvams, mokytojams ar bendraamžiams. Jie gali nusirašyti namų darbus, apsimesti, kad serga per svarbius atsiskaitymus. Neinformuoti apie pastabas, pažymius. Visa tai apsunkina identifikuoti vaiko sunkumus.



Asmeninės priežastys

Lėtinės ligos

Intelektų sutrikimai

Elgesio ar raidos sunkumai/sutrikimai

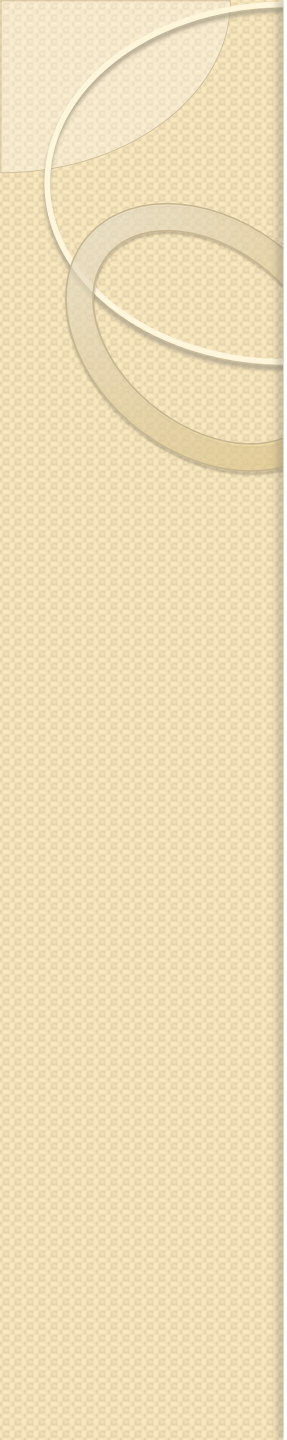


Asmeninės priežastys

Psichikos ligos: depresija, nerimas, patirtos
psichologinės traumos

Nepakankamas pasitikėjimas savimi, bendravimo ar
socialinių įgūdžių trūkumas

Sunkumai sukaupti, išlaikyti dėmesį



Mokyklos aplinkos veiksniai

Patyčios

Apsunkinta adaptacija mokykloje

Nepatinka mokomieji dalykai



Mokyklos aplinkos veiksniai

Dideli krūviai mokykloje

Pamokų praleidimas dėl aukščiau išvardytų
priežasčių

ELGESIO SUTRIKIMŲ PROGNOZĘ APSUNKINANTYS VEIKSNIAI

Ilgai besitęsiantys elgesio sutrikimai

Save žalojantis elgesys, suicidiniai bandymai

Netinkamas auklėjimas, prievarta

Į nusikaltimus linkusi bendraamžių vaiko draugų grupė

Žemas intelekto lygis

Adaptacijos sutrikimai mokykloje

Negebėjimas įveikti pyktį, įveikti kylančius sunkumus

Aktyvumo ir dėmesio sutrikimai

Dažnai keičia veiklas

Sunkiai išsėdi suole: vaikšto po klasę, atsisukęs trukdo kitiems mokiniams

Daug kalba. Pertraukia pašnekovą, jam nepabaigus kalbėti. Atsako į klausimą, nepabaigus klausimo.

Išsiblaškęs. Greitai pamiršta tai, kas buvo pasakyta.

Aktyvumo ir dėmesio sutrikimai

Tinkama pagalba ir teigiami poslinkiai dėl ADS sunkumų turi būti įvykę iki paauglystės



Aktyvumo ir dėmesio sutrikimai

- Maždaug 20 proc. vaikų, ypač berniukų, stebima sulėtėjusi emocinė ir kognityvinė branda, lėtesnis mokymosi tempas
- Ar vaiką reikia derinti prie mokyklos, ar mokyklą prie vaiko?
- Diferencinė diagnostika su kitais sutrikimais (ypač nerimo)
- ADS atvejais elgesio sutrikimų, agresijos protrūkių neturėtų kilti.
- Svarbi artimiausios vaiko aplinkos – šeimos ir mokyklos įtaka.

Feingold programa

Prielaida – alergijos ar jautrumas tam tikriems maisto produktams pablogina ADS simptomus, susijusius su:

- Elgesiu
- Mokymusi
- Sveikata

Pirmas žingsnis – atsisakyti maisto priedų ir chemikalų: dažiklių, skonį suteikiančių medžiagų, konservantų, dirbtinių saldiklių, *salicilatų* (salicylates) – chemikalai (natūralūs pesticidai, esantys kai kuriuose augaluose; t.p. gaminami ir naudojami parfumerijoje, vaistų gamyboje. Produktai, kuriuose yra S – obuoliai, migdolai, abrikosai, aspirinas, vyšnios, kava, agurkai, apelsinai, persikai, mandarinai, arbata, pomidorai).

Antras žingsnis – išsiaiškinti ar ir kurie salicilatai tinkami vartoti.

Savikontrolės stiprinimas ir savivertės ugdymas

- Svarbu padėti pajusti užbaigtumo jausmą.
- Tikslinga mokyti žodinės savikontrolės (3 etapai)
- Tikslų įgyvendinimo ir problemų sprendimo mokymas (5 žingsniai)
- Elgesio ir emocijų valdymas. Vaikas mokomas atpažinti savo jausmus, potyrius, stimulus keliančius frustraciją.
- Svarbu, kad turėtų artimą žmogų, su kuriuo galėtų pasišnekėti apie jam svarbius dalykus.

Patient ID: DOB: Date:

Medication Taken: Dose: Times taken:

D-DTODS - Dundee Difficult Times of the Day Scale¹

(as assessed by average day over last month)

↑ Increasing difficulty	 Score = 4									
	 Score = 3									
	 Score = 2									
	 Score = 1									
	Please fill in the times of the day on the clock faces Example 	Waking up early in the morning  	Getting up and getting ready for school  	Getting to school  	Morning lessons  	Lunchtime  	Afternoon lessons  	Getting home from school  	Early evening  	Late evening  
	← Times of the Day →									

Patient ID: DOB: Date:

Medication Taken: Dose: Times taken:

D-DTODS - Dundee Difficult Times of the Day Scale¹

(as assessed by average day over last month)

Increasing difficulty ↑

 Score = 4		X			X			X	X	
 Score = 3	X		X							
 Score = 2							X	X		
 Score = 1				X		X				
Please fill in the times of the day on the clock faces. Example: 	Waking up early in the morning 	Getting up and getting ready for school 	Getting to school 	Morning lessons 	Lunchtime 	Afternoon lessons 	Getting home from school 	Early evening 	Late evening 	Going to bed and sleeping 

← Times of the Day →

Patient ID: DOB: Date:

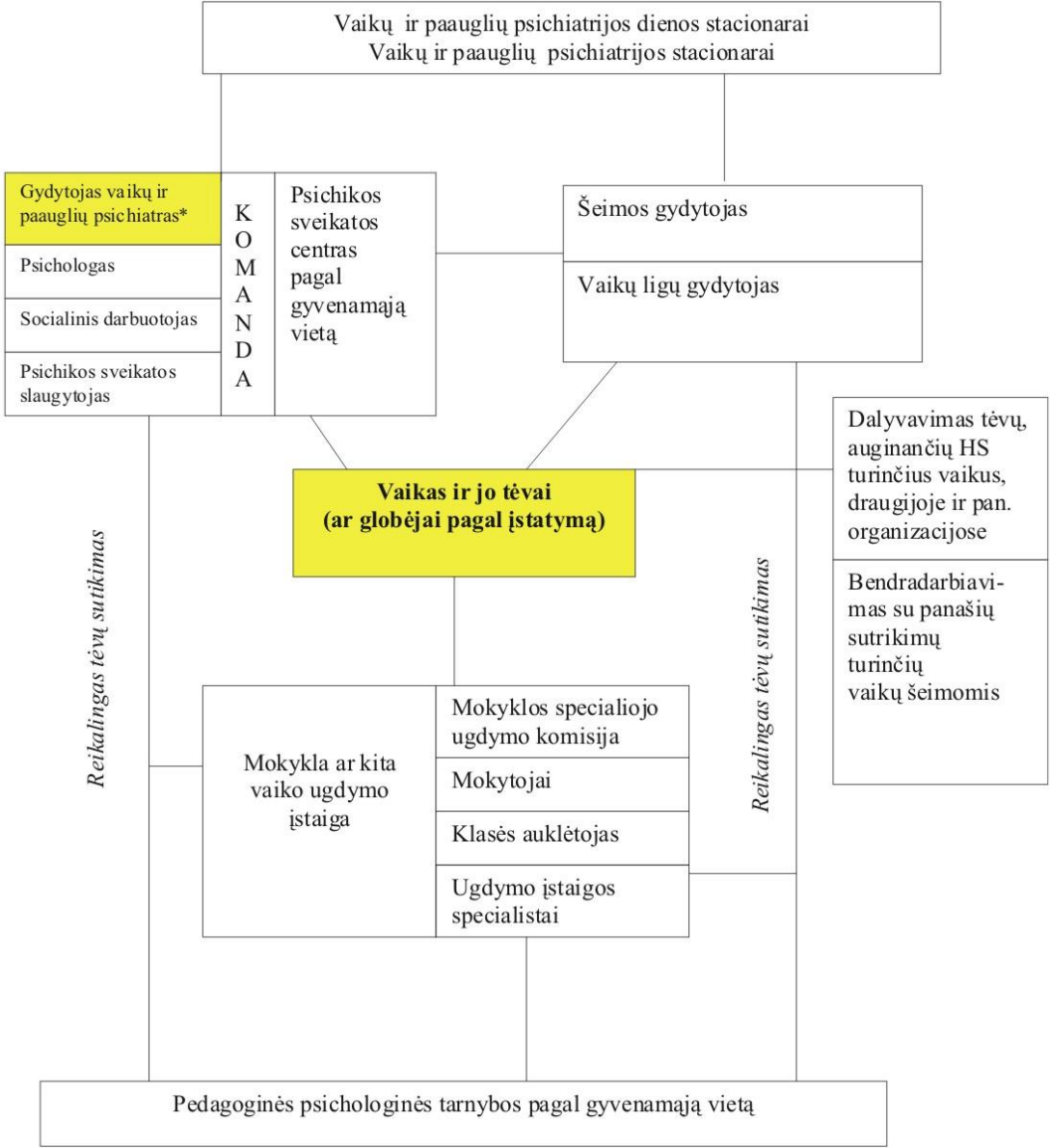
Medication Taken: Dose: Times taken:

D-DTODS - Dundee Difficult Times of the Day Scale¹

(as assessed by average day over last month)

Increasing difficulty ↑	Score = 4	X									X
	Score = 3		X							X	
	Score = 2								X		
	Score = 1			X	X	X	X	X			
Please fill in the times of the day on the clock faces Example:	Waking up early in the morning	Getting up and getting ready for school	Getting to school	Morning lessons	Lunchtime	Afternoon lessons	Getting home from school	Early evening	Late evening	Going to bed and sleeping	
← Times of the Day →											

HS kompleksinis gydymas ir psichosocialinės pagalbos teikimas



* Išplėstinės komandos darbą koordinuoja gydytojas vaikų ir paauglių psichiatras.

Simptomų persidengimas

Elgesio
sutrikimai

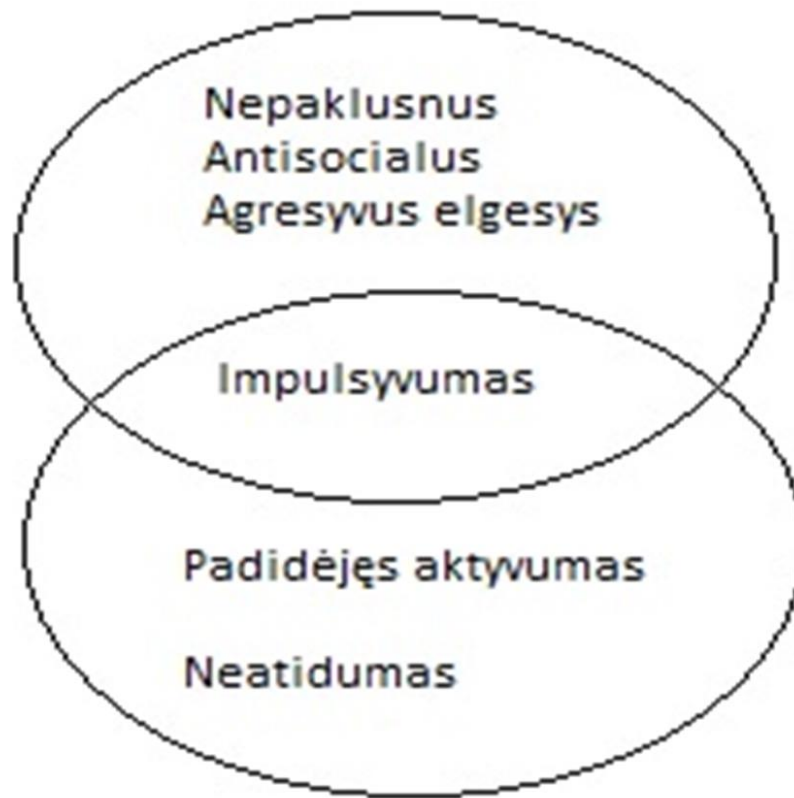
Nepaklusnus
Antisocialus
Agresyvus elgesys

ADHD

Impulsyvumas

Padidėjęs aktyvumas

Neatidumas



Elgesio sutrikimai

- Inicijavimas muštynių
- Naudojimas ginklų
- Vaikščiojimas naktį be leidimo (pradžia iki 13 metų)
- Žiaurus elgesys su žmonėmis
- Žiaurus elgesys su gyvūnais
- Sąmoningai gadinama svetima nuosavybė
- Gaisrų sukėlimas
- Vagystės
- Pabėgimas iš namų, negrįžtant naktį (mažiausiai du kartus)
- Seksualinė prievarta
- Grasinimai, bauginimai
- Autoįvykis (vairuojant automobilį)

Mokyklos nelankymas

Atsisakymas lankyti mokyklą skiriasi nuo „įprastinio“ bėgimo iš pamokų tuo, kad vaikas pamokų metu lieka namie, žinant tėvams, nepaisant pastarųjų pastangų priversti vaiką eiti į mokyklą.

Vaikams, kurie atsisako eiti į mokyklą, nebūdingos įprastos elgesio problemos, pvz. vagystės, netinkamos kompanijos.

Mokyklos nelankymo priežastys

Nerimas dėl tam tikrų socialinių situacijų, veiklų, pvz. atsakinėjimas prieš klasę, varžybos sporto.

Nerimas dėl sunkumų atsiskirti nuo tėvų, globėjų (pradinukams).

Mokymosi sunkumai

Bendravimo sunkumai su vaikais: uždarumas, patyčios, konfliktai.

Pagalba

Sukurti pozityvią, ramią aplinką, kurioje vaikas jaučiasi pilnaverčiu nariu.

Teikti papildomą pagalbą moksleiviams (logopedas, psichologas, mokytojo padėjėjas).

Stebėti moksleivių lankomumą, anksti pastebėti sunkumus.

Parengti programas, kurios orientuotos į pagalbą vaikams, šeimoms keičiant mokyklas, pereinant iš pradinių klasių į vyresniąsias.

Pagalba

Atpažinti veiksnius, dėl kurių vaikas atsisako lankytis mokykloje. Teikti pagalbą mokyklos darbuotojams (seminarai, konsultacijos) – padėti pašalinti sunkumus.

Bendradarbiavimas su tėvais ar globėjais: išsiaiškinti, kodėl vaikas nelanko mokyklos.

Mokyklos gerovės komisija: kompleksinis požiūris sprendžiant sunkumus

Pagalba

Lankstus grafikas integruojant vaiką į mokyklą: leisti vaikui palaipsniui grįžti į mokyklą padedant socialiniams darbuotojams, psichologui.

Reikalingas darbuotojas (soc. darbuotojas, psichologas), kuris skirtų laiką vaikui, padėtų jam adaptuotis, aptartų kylančius sunkumus, planuotų tolimesnius žingsnius.

Pagalba

Teikti papildomą pagalbą grįžus vaikui į mokyklą (papildomos pamokos), stebėti vaiko nuotaiką, stebėti dėl patyčių.

Palaikyti santykius su šeima net ir ilgą laiką vaikui nelankant mokyklos.

Teikti pagalbą tėvams, pripažinti jiems kylančius sunkumus.

Pagalba

Mokyklos nelankymas yra rimta problema, kurią reikia spręsti anksti – tada stebimas didžiausias efektas.

Nebūdamas pamokose ilgą laiką, vaikas praleidžia mokymosi programą, atsiranda spragos, kurios turi įtakos tolimesniam mokymosi procesui, vaiko emocinei būsenai.

Mokyklos nelankymas susijęs su izoliacija, santykių nutrūkimu, kurie įtakoja socialinę adaptaciją, tarpasmeninius santykius vėlesnius. Kyla konfliktai šeimoje.

Mokyklos nelankymas gali turėti įtakos psichikos sveikatai, emocinės ir socialinėms problemoms (anksti pasirenka profesinį mokslą).

Depresija

Klasėje vaikai atrodo nemotyvuoti, nesirūpinantys savo pasiekimais, kai iš tiesų jie nebegali atlikti pilnavertiškai visų užduočių

Sunku išlaikyti dėmesį, sumažėja pastangos. Bausmės, pastabos esant depresijai, neefektyvios

Depresijos negydant, ryškėja akademinės, socialinės problemos. Atsiranda piktnaudžiavimas psichoaktyviomis medžiagomis, elgesio problemos, suicidinės mintys ir ketinimai

Depresija

Paaugliai gali būti priešiškais, piktais,
lengvai išprovokuojami

Nusiskundimai galvos, pilvo, kt. skausmais

Jautriai reaguojantys į pastabas.

Paaugliai visiškai neatsiriboja – turi kelis
draugus, tačiau pastebimas sumažėjęs
bendravimas, sumažėjęs interesų ratas,
nebedomina ankščiau patikusi veikla.

Rekomendacijos

- Pastebėti depresijos požymius stebint pasikeitusią elgesį, nuotaiką, mintis apie savižudybę.
- Vertinti galimus streso šaltinius mokykloje. Stebėti dėl patyčių.

Vaikų depresija

Požymis	Pasireiškimas mokykloje
Fiziniai nusiskundimai	Išsako, kad jaučias sergantys, nelanko mokyklos, mieguisti, nedalyvauja pamokose
Irzlumas	Mažiau bendrauja su bendraamžiais, socialinių įgūdžių stoka
Sunku sukonzcentruoti dėmesį	Sunkumai atlikti užduotis
Trumpalaikės atminties sutrikimai	Pamiršta pabaigti užduotis, sunku susikaupti
Sunku planuoti veiklas	Nespėja atlikti užduočių iki nustatytos datos, atsisako atlikti užduotis
Liūdna veido išraiška, apatiškumas	Sulėtėjęs darbo tempas
Padidėjęs jautrumas	Greitai susierzina, pradeda verkti
Užmaršumas	Netolygūs akademiniai rezultatai
Atsiskyrimo nerimas nuo tėvų/ globėjų	Verkimas, somatiniai skundai, mokyklos nelankymas

Paauglių depresija

Požymis	Pasireiškimas mokykloje
Sumažėjusi savigarba, savivertė	Save menkinantys komentarai
Lengvas dirglumas	Nepaklusimas suaugusiems, bendravimo sunkumai su bendraamžiais, ginčai
Negatyvios mintys, įžvalgos apie praeities ir dabarties patirtį	Pesimistiniai komentarai, mintys apie savižudybę
Draugų atmetimas	Uždarumas, dažnas keitimas draugų
Nuobodulys	Niūrumas, nepaklusnumas
Impulsyvus ir rizikingas elgesys	Vagystės, lytiniai santykiai, psichoaktyvių medžiagų vartojimas, pravaikštos
Narkotinių medžiagų vartojimas	Miegojimas klasėje, keistas elgesys

Nerimo sutrikimai

- Vaikai, turintys nerimo sutrikimų, dažnai yra „nepastebimi“ – jie paklusnūs ir ramūs. Dažniausiai šie vaikai nerimauja dėl „netobulai“ atliktos užduoties, dėl to, kad kažko nepadarė, kaip nepavyksta užmegzti socialinių santykių. Nerimo priežastys esančios namuose, būrelyje taip pat gali turėti įtakos sukaupti dėmesį, bendrauti su kitais žmonėmis

Nerimo sutrikimai

Vaikams ir paaugliams sunku susikaupti.

Jie gali būti labai motyvuoti, tačiau greitai paveikiami dirgiklių, jautrūs, dažnai jaučiantys nuovargį, atrodo pervargę.

Vaikai turintys nerimo sutrikimų, dažnai turi ir miego sutrikimų: praleidžia pirmąsias pamokas, vėluoja rytais. Jų požymiai gali ženkliai suprastėti.

Dažnai jiems gali būti sunku dalyvauti pamokose.

Pagalba

Koordinatorius. Mokykloje gali būti asmuo (psichologas, soc. darbuotojas), kuris žino vaiko sunkumus, papildomai su juo dirba, tad iškilus klausimams, aptarti su juo neaiškią situaciją.

Priimti vaiko sunkumus

Bendradarbiauti su tėvais (aptariamais sunkumais, tolimesni veiksmų planas).

Pritaikyti užduotis. Vaikams, kurie negali atsiskaityti prieš klasę pakeisti užduotis ir t.t.

Pagalba

Nustatyti vietą mokykloje, kurioje vaikas galėtų pabūti: daugeliui reikalinga saugi erdvė, kurioje gali nusiraminti. Aptarkite iš anksto ženklą, kai vaikas nori pasišalinti.

Priminti vaikui būdus, kurie padėtų įveikti nerimą (giliai kvėpuoti ir kt.)

Aptarti iš anksto su vaiku laukiančius dienotvarkės pasikeitimus: vaikai jaučiantys nerimą gali jautriai reaguoti į pokyčius, kurie įprastai neturi įtakos kitiems vaikams.

Autizmo spektro sutrikimai (Aspergerio sindromas, aukštai funkcionuojantis autizmas)

Susipažinkite su Pauliumi, jam 10 metų. Jis gali jums papasakoti viską, ką jūs norėtumėte sužinoti apie traukinius. Jis turbūt jums papasakos apie traukinius ir tai, kas jums visai nežinoma. Paulius niekada nesustoja kalbėti, ypač apie traukinius: kalba apie tuos, kurie geriausi, kuriuos jis yra matęs, kuriuos tėvai jam pažadėjo nupirkti. Jis kalba ir nepastebi, kad žmonės jo nebeklauso. Jam buvo pasakyta daugybę kartų nekalbėti tiek daug, bet tai nepadeda. Dažnai dėl to mokytoja ant jo pyksta. Pauliui gerai sekasi mokykloje, jam patinka skaityti – ypač apie traukinius. Paulius neturi draugų: tėvams atrodo, kad tai dėl to, kad vaikas daug kalba ir neklauso kitų. Jam patinka žaisti pagal jo taisykles. Dažnai bendri žaidimai greitai baigiasi, nes kitiems nepatinka žaisti griežtai pagal taisykles. Berniukas nuolat klausinėja, kodėl kiti vaikai nenori su juo žaisti. Paulius galvoja daugiau apie traukinius nei apie žmones.

Pagalba

Aiški, struktūruota aplinka. Šiems vaikams labai svarbu aiškos taisyklės, nuosekli ir nekintanti dienotvarkė. Tai sumažina nerimą, sumažina elgesio problemų, padeda siekti geresnių mokymosi rezultatų.

Palaikyti stipriasias puses. Vaikai dažnai domisi viena sritimi, gilinasi į ją ir pasiekia gerų rezultatų. Palaikyti jų susidomėjimą, panaudoti tai įtraukiant į mokymosi procesą.

Pagalba

Naudokite vaizdines priemones (nuotraukos, simbolių kortelės ir kt.): tai padeda organizuoti darbą klasėje, priminti vaikui darbo eigą ir pan.

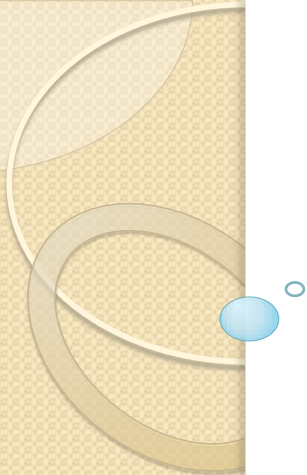


„Sunkus” mokinys: pagrindiniai ugdymo principai

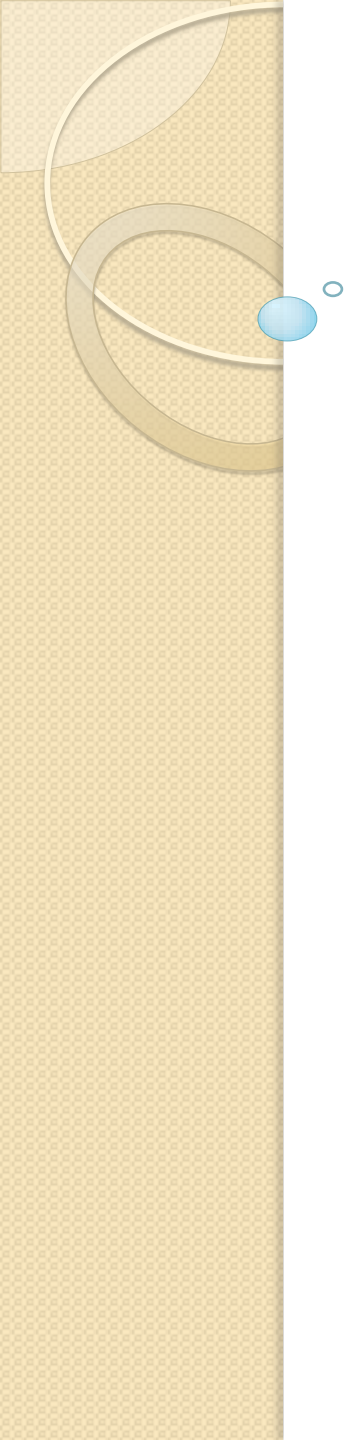
1. Darbo planavimas ir galimų kliūčių numatymas:

- Susitikimas su tėvais, globėjais ar globos įstaiga siekiant išsiaiškinti: mokinio silpnybes, stiprybes, pomėgius, specifinius poreikius, jau pritaikytus sėkmingus ugdymo ir bendravimo būdus, somatinius ar psichinius sutrikimus bei jų simptomus, galinčius įtakoti mokymo procesą.

- Tinkamas mokinio pasodinimas klasėje, atsižvelgiant į tai, kad būtų vietos atsistoti, išeiti, nekliudant žmonių ar daiktų. Svarbu parinkti vietą, kurioje mokins nesijaustų izoliuotas nuo klasės, tačiau aplink būtų kuo mažiau dėmesį blaškančių objektų. Rekomenduojama, elgesio sutrikimą turintį mokinį, sodinti prie „gero elgesio pavyzdžio“.



Bendradarbiavimas su galinčiu padėti mokyklos personalu – psichologu, socialiniu darbuotoju, spec. pedagogu. Svarbu mokinį su jais supažindinti iš anksto, paaiškinti, jog į šiuos žmones, esant reikalui, galima kreiptis pagalbos.

- 
- Literatūros apie esantį sutrikimą išstudijavimas, pokalbiai su specialistais, mokymai.
 - Pagrindinių krizių intervencijos technikų išmanymas, numatytas planas, kokių veiksmų imtis ir į ką kreiptis kilus sunkumams klasėje.

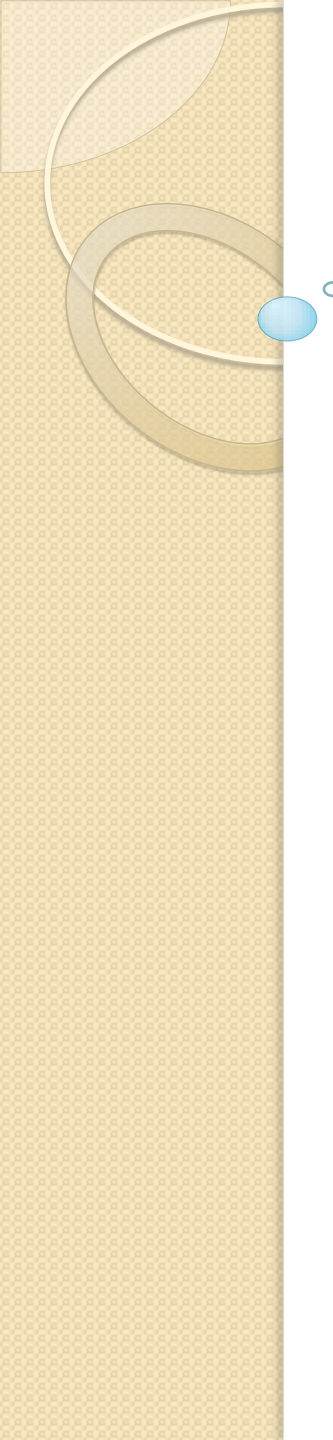
2. Mokymo procesas, taisyklių taikymas, tinkamas jų pateikimas:

- Taisyklių bei jų nesilaikymo pasekmių apibrėžimas, dalyvaujant visai klasei, o geriausia – ir tėvams.
- Klasės taisyklių pakabinimas aiškiai matomoje vietoje.
- Vienodas taisyklių taikymas visiems klasės mokiniams.
- Aiškus bei trumpas tinkamo ir netinkamo elgesio apibrėžimas, vengiant ginčų ir nereikalingų diskusijų.

- 
- Pozityvus prašymų ar reikalavimų pateikimas ramiau balso tonu, nevengiant akių kontakto.
 - Trumpi, aiškiai apibrėžti prašymai.
 - Pasirinkimo laisvė, jei įmanoma atsižvelgiant į situaciją.
 - Kiekvienas elgesio modelis turi tikslą, kurį išsiaiškinus, lengviau elgesį keisti (stebėjimas, individualūs pokalbiai su mokiniu).

3. Emociškai šiltos ir palaikančios atmosferos klasėje kūrimas:

- Tinkamo mokinių elgesio pastebėjimas ir įvertinimas.
- Individualus ir diskretiškas bendravimas su mokiniais, turinčiais sunkumų.
- Socialinių įgūdžių lavinimas, siekiant mokyti tinkamų emocijų raiškos, socialinių kontaktų užmezgimo, konstruktyvių problemų sprendimo būdų.

- 
- Visų klasės mokinių emocinio bei fizinio saugumo užtikrinimas, pateikiant įmanomas „krizines“ situacijas klasėje, mokant elgesio, tokių situacijų metu principų.
 - Galimybės „išeiti“ suteikimas – galima naudoti raudoną kortelę, kurią parodęs elgesio sunkumą turintis mokinytis pagal susitarimą galėtų kuriam laikui išeiti iš klasės.
 - Sąlygų dalyvauti organizacinėje klasės veikloje sudarymas, taip stiprinant pasitikėjimą savimi, leidžiant patirti sėkmę.

- 
- Jei išsiaiškinta, kokie specifiniai dirgikliai gali sukelti „krizines“ situacijas – pašalinti juos iš klasės aplinkos.
 - Klasės „valandėlės“, skirtos tarpusavio santykių, kylančių sunkumų aptarimui (galima tam naudoti anoniminį klasės paštą, tokiu būdu paliekant problemas „bendromis“).

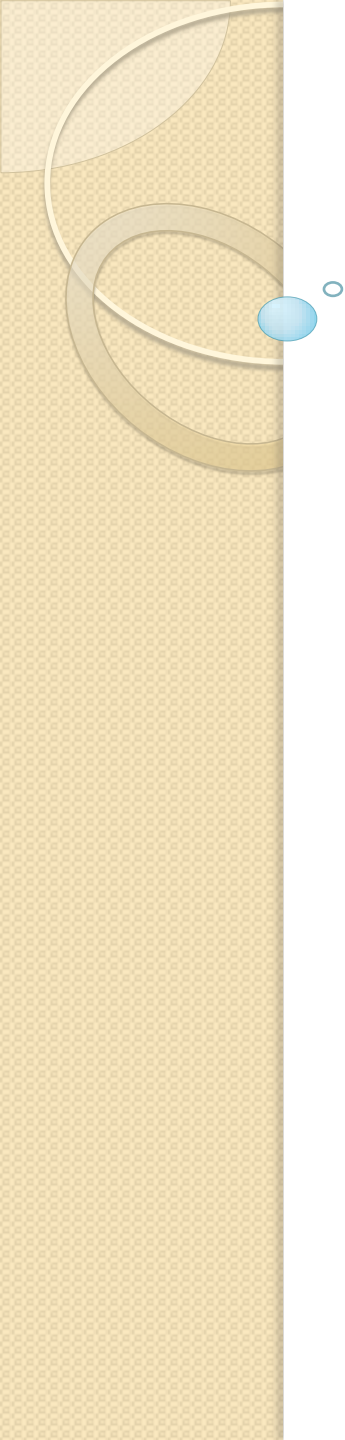
„Sunkus“ mokinys: vengtinas elgesys su juo

- Pakeltas balso tonas, liepiamosios nuosakos vartojimas, pamokslavimas.
- Neatitinkančių amžiaus mokymo priemonių vartojimas.
- Įsivėlimas į ginčą.

- 
- Mokymas pagal mokinio sugebėjimų neatitinkančią programą.
 - Neigiamų mokinio savybių, netinkamo elgesio pabrėžimas, į tai kreipiamas negatyvus dėmesys.
 - Mokinio izoliavimas ar atvirkščiai – per didelis kiekis dirgiklių jį supančioje klasės aplinkoje.

APSAUGINIAI VEIKSNIAI

- Asmeninės vaiko/jaunuolio savybės,
 - Santykių pobūdis šeimoje,
- Santykiai mokykloje, tinkamas požiūris į smurtą, palaikantys santykiai su bendraamžiais,
- Tinkamos bendruomenės kultūrinės normos, stiprus bendruomenės kultūrinis ir etninis identitetas.



Literatūros šaltiniai

1. <http://www.learnalberta.ca>
2. <http://www.interventioncentral.org>
3. <http://www.difficultstudents.com>
4. <http://www.sess.ie>