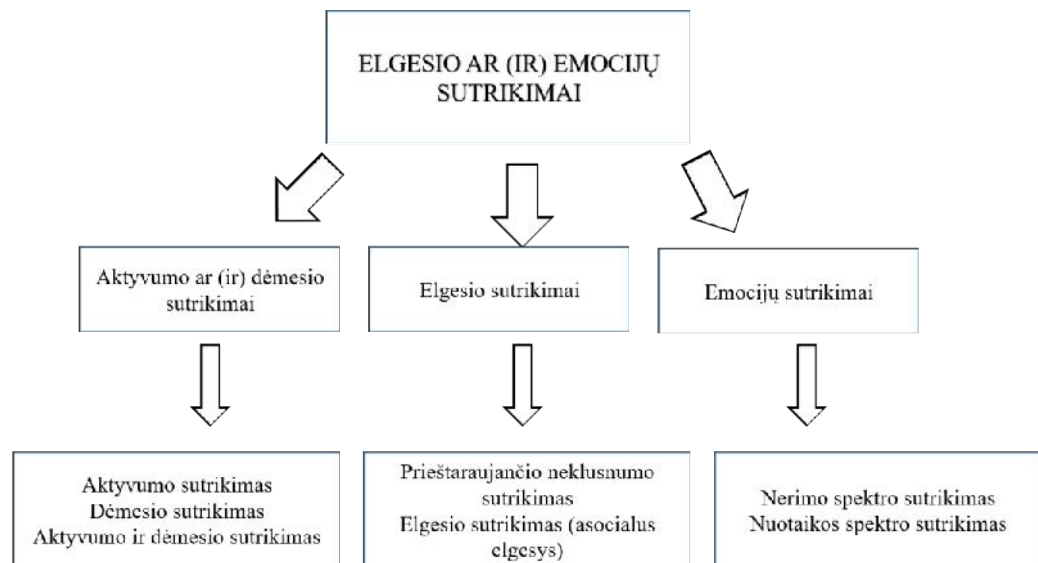


Elgesio ar (ir) emocijų sunkumų arba sutrikimų turintys vaikai: ugdymas ir pagalbos teikimas

REKOMENDACIJOS

Elgesio ar (ir) emocijų sunkumai arba sutrikimai – kas tai?

Visų pirma, siekiant suteikti efektyvią ir tinkamą pagalbą elgesio ir emocijų sunkumų turintiems vaikams, svarbiausia mokėti atpažinti ir įvardinti, kas būdinga šį sutrikimą turintiems vaikams. Mokslinėje literatūroje ši tema plačiai nagrinėta ir išskirta. Tačiau šių rekomendacijų tikslas – pateikti glaustą struktūruotą praktinę informaciją apie elgesio ir emocijų sunkumų arba sutrikimų turinčių vaikų ugdymą ir pagalbos teikimą. Lietuvos švietimo sistemoje galioja 2011 metais LR Švietimo ir mokslo ministro, Sveikatos apsaugos ministro ir Socialinės apsaugos ir darbo ministrų įsakymu “Dėl mokinių, turinčių specialiųjų ugdymosi poreikių, grupių nustatymo ir jų specialiųjų ugdymosi poreikių skirstymo į lygius tvarkos aprašas” (2011 07 13; Nr. Nr. V-1265/V-685/A1-317; suvestinė redakcija nuo 2013 08 04) patvirtintas vaikų su elgesio ir emocijų sutrikimų grupių išskyrimas (1 pav.).



Cit. pgl ŠMM (2017) Elgesio ar (ir) emocijų sunkumų ar sutrikimų turintys vaikai: ugdymo ir pagalbos teikimo specifika. Parengta pagal *Mokinių, turinčių specialiųjų ugdymosi poreikių, grupių nustatymo ir jų specialiųjų ugdymosi poreikių skirstymo į lygius tvarkos aprašą, 2011.*

1 pav. Elgesio ar (ir) emocijų sutrikimų klasifikacija.

Taip pat prieš pradedant kalbėti apie efektyvią pagalbą mokiniams, reikia išsiaiškinti sąvokas „sunkumas“ ir „sutrikimas“. Mokslininkai pabrėžia, kad edukacinėje praktikoje dažniau susiduriama su elgesio ir (ar) emocijų sunkumais. Tai – sutrikimo lygio nesiekiantys elgesio ar emocijų požymiai, trukdantys asmens socializacijai ir saviraiškai. Jeigu toks vaiko elgesys ar (ir) emocijos trukdo veiklai, tačiau neužtenka požymių sutrikimui nustatyti, tai reiškia, kad vaikas turi elgesio ir (ar) emocijų sunkumų. Jie gali reikštis netinkamu, nepriimtiniu, provokuojančiu vaiko elgesiu, impulsyvumu, staigiais emocijų pokyčiais tam tikrose situacijose, menku savęs vertinimu. Tačiau jie yra laikini ir išsprendžiami teikiant kvalifikuotą specialistą pagalbą (ŠMM, 2017). O elgesio ar (ir) emocijų sutrikimai apibūdinami kaip heterogeniška sutrikimų grupė, pasireiškiančių elgesio ir (ar) emocinėmis reakcijomis, ryškiai besiskiriančiomis nuo įprastų amžiaus, kultūros ir etninių normų, bei išreikštu nedėmesingumu, impulsyvumu ar (ir) prasta elgesio reguliacija. Atkreiptinas dėmesys, kad stebimi pokyčiai atsiranda jau ikimokykliniame amžiuje. Svarbu akcentuoti, jog sutrikimas turėtų būti stebimas bent dvejose skirtingose veiklose (pvz. namuose ir darželyje/mokykloje) ir turi įtakos atitinkamam raidos etapui (Ališauskas A., Šimkienė G., 2013). Konkretus apibūdinimas, kas būdinga elgesio ar (ir) emocijų sutrikimams, pateikiamas remiantis *Mokinių, turinčių specialiųjų ugdymosi poreikių, grupių nustatymo ir jų specialiųjų ugdymosi poreikių skirstymo į lygius tvarkos aprašu, 2011*:

1. Nėra tik laikina, tikėtina reakcija į stresą keliančius aplinkos įvykius.
2. Nuolat pasireiškia ne mažiau nei dvejose skirtingose srityse.
3. Nepasiduoda intervencijoms, taikomoms bendrojo ugdymo aplinkoje.

Ališauskas A., Šimkienė G. (2013) atkreipia dėmesį, kad dažnai vaikų elgesio ir (ar) emocijų sutrikimas dokumentuose nebūna fiksuotas, nes tėvai nesikreipia į gydytojus, o išvadą apie sutrikimą gali formuoti tik gydytojas (vaikų psichiatras).

Kokia pagalba teikiama elgesio ar (ir) emocijų sutrikimų turintiems vaikams?

Atsižvelgiant į nustatytus mokinio specialiuosius ugdymosi poreikius, mokinio, tėvų (globėjų, rūpintojų) pageidavimus ir vadovaujantis pedagoginės psichologinės tarnybos (PPT) ar švietimo pagalbos tarnybos išvadamis ir rekomendacijomis, gali būti pritaikomos ugdymo programos. Specialiųjų ugdymąsi ir (ar) švietimo pagalbą skiria pedagoginė psichologinė tarnyba (specialiųjų ugdymąsi ir (ar) švietimo pagalbą) ir mokyklos vadovas (švietimo pagalbą). Pagalbos teikimo tikslas – užtikrinti, kad laiku būtų nustatytas pagalbos poreikis vaikui, laiduoti, kad pagalba būtų prieinama ir kokybiška, padėti vaikui pasiekti jo galias atitinkančius ugdymosi tikslus (ŠMM, 2017). Efektyviausia, kai mokiniui

teikiama kvalifikuota kompleksinė pagalba. Paprastai mokykloje pagalbos vaikui komandą sudaro šie specialistai: psichologas, socialinis pedagogas, specialusis pedagogas, logopedas, mokytojo padėjėjas. (ŠMM, 2017).

Pagalba vaikams, turintiems elgesio ir emocinių sunkumų bei sutrikimų, visuomet yra kompleksinė ar apima šias kryptis:

- Intervencijos, nukreiptos į šeimą – tėvų konsultavimas vaikų auklėjimo klausimais, tėvystės įgūdžių formavimas, psichoedukacija, šeimos terapija.
- Intervencijos, nukreiptos į vaiką. Tai – individualus konsultavimas ar psichoterapija, socialinių problemų sprendimo įgūdžių formavimas, savikontrolės, savireguliacijos stiprinimas, empatijos didinimas ir kai kuriais atvejais medikamentinis gydymas. Vaistai dažniausiai nėra pirmiausiai pasirenkama intervencija, jie skiriami, kuomet kiti taikyti gydymo būdai nedavė rezultatų arba sutrikimas yra taip stipriai išreikštas, jog nemedikamentiniai gydymo būdai yra nebeveiksmingi.
- Intervencijos, nukreiptos į socialinę aplinką, mokyklą. Mokykla turėtų užtikrinti lygiateisį ir įtraukų ugdymą kiekvienam besimokančiajam.

Ugdant elgesio ir emocinių sunkumų bei sutrikimų turinčius vaikus, svarbiausia yra nustatyti jų poreikius, analizuoti veiksnius, lemiančius pageidaujama ir nepageidaujama elgesį, numatyti bendros veiklos strategijas. Mokytojas turėtų mokėti taikyti įvairius konfliktų sprendimo būdus, pozityvias elgesio valdymo priemones, gebėti įtraukti mokinį į subalansuotą veiklą, kuri skatintų jo savigarbą. Siekiant vaikui kurti palankią aplinką, paprastai reikalingos ir švietimo pagalbos specialistų (psichologo, spec. pedagogo, socialinio pedagogo, mokytojo padėjėjo) pastangos ir aiškus, konkretus, pamatuojamas tikslas (Barkauskienė R., Zacharevičienė A., 2019).

Elgesio ar (ir) emocijų sutrikimų raiška

Karalienė R. (2008) akcentuoja mokytojų pastebėjimus, jog kasmet daugėja mokinių, kurių elgesį sunku kontroliuoti, pamokoje jie nesusikaupia, nespėja atlikti užduočių kartu su kitais mokiniais, trukdo dirbti ir mokytojui, ir bendraklasiams. Jeigu minėtų sutrikimų turintiems vaikams trūksta teigiamo dėmesio, tai jie „užsitarnauja“ jo kitaip – netinkamai elgdami. Mokykloje stebima, kad mokiniai dažnai be akivaizdžios priežasties būna suirzę, priekabūs, grubūs, turi bendravimo problemų ne tik su bendraamžiais, bet ir su mokytojais. Pažymėtina ir tai, kad mokiniai, turintys elgesio problemų, mokykloje elgiasi nedrausmingai, nemandagiai, įžūliai, paprastai linkę netinkamą elgesį demonstruoti netinkamoje vietoje ir labai intensyviai. Vaikai, kurie reaguoja neįprastai elgdami, dažniausiai neturi „natūralių stabdžių ir kontrolės mechanizmų“ arba jie neveikia. Dažnai šie vaikai prasčiau mokosi,

stokoja motyvacijos, menki laiko planavimo įgūdžiai, susidaro įspūdis, jog mokymasis ir jo rezultatai jam tiesiog nerūpi.

Siekiant efektyvios pagalbos yra būtinas visų grandžių bendravimas ir bendradarbiavimas (tėvų-mokytojo-pagalbos specialistų-vaiko). Bendrosios elgesio valdymo gairės pažymi, kad būtina atskirti vaiką nuo jo elgesį, t.y. siekiant keisti vaiko elgesį (o ne patį vaiką). Taip pat suaugusieji dažniau linkę matyti vien tik netinkamą elgesį, todėl svarbu šioje vietoje išmokti ir pastebėti tinkamą vaiko elgesį, būtinai už jį pagirti ir pastiprinti. Mokiniam tiek namuose, tiek mokykloje reikia ribų, taisyklių ir susitarimų.

Tinkamo elgesio skatinimas

Tomėnienė L. ir kt. (2017) pažymi, kad mokytojai siekia skatinti mokinių elgesį, paprastai siekia apdovanoti už tinkamą elgesį, t.y. jį pastiprinti. Šio skatinimo tikslas - kreipti dėmesį į pageidaujamą mokinio elgesį. Skiriama:

Socialinis pastiprinimas - pastiprinimo būdas, mažiausiai ribojantis mokinių laisvę, užtikrinančią, kad su jais bus elgiama taip pat kaip ir su visais kitais mokiniais. Todėl mokytojams siūloma jį pasirinkti pirmiausia. Tai gali būti įvairūs žodiniai pagyrimai, šypsena, pritiriamas žvilgsnis.

Veiklos (aktyvusis) pastiprinimas. Leidimas užsiimti malonia mokiniui veikla, tačiau prieš tai jis turi įvykdyti jam pavestą užduotį, Maloni veikla tampa jam kaip apdovanojimas (prizas) už atliktą darbą.

Pastiprinimas žetonais priklauso nuo tam tikro pageidautino elgesio. Taikant žetonų sistemą, tinkamai pasielgęs mokinys gauna žetonus – taškus, korteles arba ženkliukus, kuriuos jis vėliau gali iškeisti į konkrečius apdovanojimus ar tam tikras privilegijas. Mokinys turi tikslą, motyvą vardan ko stengiasi.

Siekiant, kad pastiprinimas būtų kuo veiksmingesnis, svarbu atsižvelgti į kelis veiksnius:

- Tinkamu laiku paskatinti (iškart po tinkamo poelgio).
- Tinkamas dažnumas, ypač kai mokosi įgyti naujus įgūdžius.
- Mokytojo energija ir entuziazmas. Pagirti mokinį už atliktą darbą su pozityvumu, tinkama emocija.
- Dažnai keisti pastiprinimo būdus, kad jie išliktų efektyvūs,

Dar vienas iš būdų, kuris efektyvus vyresniems vaikams – elgesio sutartys su suaugusiuoju. Šiose sutartyse (pageidaujama raštu) nurodomi konkretūs būdai ir kokio elgesio pageidaujama. Labai svarbu, kad mokiniui reikalavimai būtų adekvatūs ir įgyvendinami, aiškūs, konkretūs.

Šalia taikomų pastiprinimo ir modeliavimo būdų pageidautiną elgesį mokytojai gali skatinti (Černauskaitė E.)

Patarimai mokytojams

1. Labai svarbu pažinti mokinį, žinoti jo stipriąsias ir silpnąsias puses. Deja, dažnai šis punktas praleidžiamas, tačiau jis yra labai svarbus. Žinodami mokinio ypatumus galėsite ne tik jam padėti mokytis, bet ir kartu kursite šiltą santykį su mokiniu. Tikėtina, jog mokiniui bus sunkiau susipykti su mokytoju, kai būsite draugiškai nusiteikę ir turėsite sukūrę šiltą santykį.
2. Klasėje ir pamokoje svarbu turėti nusistačius taisykles ir iš anksto susitarus dėl leistinų elgesio ribų, aptariant kokį elgesį laikoma netinkamu. Mokiniam turi būti žinoma, kokios pasekmės bus, jeigu bus nesilaikoma taisyklių. Taip pat pageidaujama, kad sistema veiktų visiems mokiniams (ne tik elgesio ar (ir) emocijų sunkumų/sutrikimų turintiems vaikams).
3. Taikyti mokiniams suprantamas tinkamo elgesio skatinimo sistemas ir metodus (pvz. „šviesoforas“).
4. Pastebėkite, kada mokiniai elgiasi tinkamai ir atitinkamai pagirkite, paskatinkite tokį jų elgesį.
5. Pamokų metu pateikite užduotis dalimis, išskaidę mažesniais žingsneliais. Taip pat rekomenduojama kaitalioti užduotis pagal tempą, spartą.
6. Svarbu sudaryti sąlygas, kad vaikas patirtų sėkmę, taip didės jo motyvacija ir savivertė.
7. Taikykite tinkamus ir nuoseklius kontrolės, ribojimų ir bausmių (elgesio pasekmių) metodus.
Kaip taikyti elgesio padarinius (pasekmes):
 - ✓ Palaikykite akių kontaktą su mokiniu, išstarkite jo vardą;
 - ✓ Užduokite klausimą arba priminkite, nukreipkite veikti (pvz. Man reikėtų, kad tu...);
 - ✓ Sudarykite galimybę pasirinkti tolimesnį elgesį (priminkite pasekmes) (pvz. Jeigu tu ir toliau taip elgsiesi, tai...(nurodykite pasekmę). Tačiau tu gali pasirinkti...)
8. Pagalvokite veiklų/idėjų ką veikti mokiniui pertraukų metu (pvz. judrieji žaidimai). Paprastai tokių sunkumų turintiems mokiniams sunku išbūti ne struktūruotoje veikloje (pvz. pertraukų metu).
9. Kur tinka, įtampai sumažinti galite pajuokauti, tačiau reikia būti itin jautriam ir atsargiam (niekada nemenkinkite mokinių).
10. Svarbu mokyti mokinį suvaldyti kylantį pyktį ir išreikšti jį konstruktyviais būdais (šiuo atveju gali padėti psichologas).
11. Svarbus patarimas mokytojams, nepriimti mokinio netinkamo elgesio asmeniškai.
12. Stebėkite ir valdykite balso toną.

Patarimai tėvams

1. Kaip ir mokykloje, taip ir namuose, svarbu taisyklės, susitarimai ir ribos. Jie turėtų būti vienodai taikomi abiejų tėvų. Aiškiai aptarta, kokios pasekmės laukia, jeigu jų bus nesilaikoma.
2. Svarbu vaiko dienvakė: laikas kada vaikas ilsisi, kada mokosi.
3. Savitvarda pačiam yra vienas iš esminių momentų. Geriausia pačiam išeiti, nes bardami vaiką situaciją tik pabloginsite. Svarbu kalbant su vaiku pačiam išlikti ramiam.
4. Vengti kaltinimų, bandymų vaiką sugėdinti dėl jo elgesio – tai tikrai nepadės.
5. Mokyti vaiką patį savikontrolės įgūdžių.
6. Atminkite, kad tokie vaikai reikalauja didelio tvirtumo, pastovumo, apribojimo, švelnumo iš abiejų tėvų.
7. Svarbu suprasti ir pripažinti, kad Jūs turite prieštarigus jausmus savo vaikui: kartais jaučiate pyktį, kitu metu - meilę ir prisirišimą.
8. Padėti vaikui išbūti ir susitvarkyti su stipriomis kylančiomis emocijomis. Išmokti tam tikrų metodų gali išmokyti psichologas. Tačiau tėvams taip pat reikia mokytis, kaip išbūti, kaip reaguoti ir kaip padėti savo vaikui.
9. Vaiko trykštančią energiją siekite perversi konstruktyvia linkme: padėkite susirasti veiklos, kuri leistų „išsikrauti“ (tinka sportas, judrieji žaidimai).
10. Tinkama darbinė aplinka: kuo mažiau dirgiklių, užduočių pateikimas trumpais nurodymais.
11. Pastebėti ir paskatinti tinkamą elgesį (tuoj pat). Apskritai, svarbu pažinti savo vaiką: kas jį skatintų veikti, kas jį motyvuotų. Ta pati taisyklė galioja ir drausminant: iš karto po netinkamo poelgio.
12. Svarbu bendradarbiauti su mokykla, pedagogais, pagalbos vaikui specialistai ir siekti bendrų konkrečių tikslų.

Rekomendacijos parengtos remiantis šia literatūra:

Ališauskas A., Šimkienė G. (2013) Mokytojų patirtys, ugdant mokinius, turinčius elgesio ir (ar) emocijų problemų, *Specialusis ugdymas*: 1(28).

Barkauskienė R., Zacharevičienė A. (2019) Darbas su vaikais, turinčiais elgesio ir emocinių sunkumų bei sutrikimų. /Metodinė priemonė socialiniams pedagogams/ Leidinys parengtas Švietimo, mokslo ir sporto ministerijos užsakymu.

Beck Aaron T. (2005). Kognityvinė terapija ir emociniai sutrikimai. Vilnius.

Cowley S. (2008). Kaip suvaldyti tuos neklaužadas? Vilnius: Tyto Alba

Elgesio ar (ir) emocijų sunkumų arba sutrikimų turintys vaikai: ugdymo ir pagalbos teikimo specifika (2017) Nr. 5 (161) Švietimo problemos analizė: ŠMM

Ikimokyklinio amžiaus vaikų, turinčių kalbos ir elgesio sutrikimų, ugdymas (2008). /Metodinės rekomendacijos ikimokyklinio ugdymo pedagogams ir tėvams/. Vilnius.

Karalienė R. (2008). Elgesio ir emocijų sutrikimų turinčių vaikų ugdymo pradinėje mokykloje modelis /Magistro baigiamasis darbas/ VDU .

Tomėnienė L. ir kt. (2007). Rekomendacijos bendrojo lavinimo mokyklų mokytojams, dirbantiems su specialiųjų ugdymosi poreikių turinčiais mokiniais. Šiauliai: Lucilijus.

Prieiga per internetą: (sud. Černauskaitė E.) https://spt.prienai.lm.lt/wp-content/uploads/Aktyvumo_demesio.pdf

Įsakymas dėl mokinių, turinčių specialiųjų ugdymosi poreikių, grupių nustatymo ir jų specialiųjų ugdymosi poreikių skirstymo į lygius tvarkos aprašo patvirtinimo. Prieiga per internetą: <https://e-seimas.lrs.lt/portal/legalAct/lt/TAD/TAIS.404013>

Parengė: psichologė Rasa Baležentytė