



Kauno pedagoginė
psichologinė tarnyba



Padėkime augti saugiai

Rekomendacijos ikimokyklinio
ugdymo mokytojams darbui
su emocijų ir elgesio sunkumų
turinčiais vaikais

2020

Turiny

Vaikai, kurių kalbos vystymasis vėluoja	4
Kai vaikas tyli, nors kalbėti moka. Elektyvusis mutizmas	7
Mikčiojantis vaikas	12
Atsitraukęs ikimokyklinukas	15
Aktyvus ir dėmesio sunkumų turintis vaikas	20
Agresyvus vaikų elgesys	27
Netinkamo elgesio problemų sprendimo eiga	33

Tinkamas ikimokyklinio ugdymo įstaigos mokytojų elgesys ir bendravimas su vaikais skatina vaikų raidą, palaiko psichinę sveikatą bei stiprina jų psichologinį atsparumą. Mokytojų darbas yra sudėtingas ir alinantis. Dirbti ikimokyklinėje įstaigoje reiškia, kad mokytojams nuolat teks susidurti su sunkiai įvykdomais formaliais reikalavimais ir dideliais tėvų lūkesčiais, vaikų elgesio ir emocijų sunkumais, būti labai kūrybingiems, siekiant išlaikyti vaikų dėmesį, sprendžiant kasdienes sunkumus, prisiimti atsakomybę už vaikų gerovę. Nepaisant visų sunkumų reikia numatyti ir tenkinti vaikų poreikius, kasdien vadovauti jų ugdymui, skatinti juos žaisti, bendrauti, dainuoti, piešti...

Vienas iš iššūkių, su kuriuo susiduria mokytojai grupėje, yra susirūpinimą keliantis vaiko elgesys. Natūralu, kad vaikas bėga, lipa, krenta, sulaužo žaislus, norėdamas sužinoti kas yra jų viduje, mėgdžiojasi, siekia dėmesio, fantazuoja žaisdamas, kartais susipeša su kitais. Tačiau jei vaikas yra neatsargus, žalojasi pats arba tyčia žaloja kitus, trunkosi, neturėdamas tikslo laužo žaislus, dažnai pratrūksta pykčiu, nepaklūsta įprastoms taisyklėms, juda chaotiškai, būna irzlus, ir labai pasyvus ar atsitraukęs, baimingas, nesavarankiškas – tai yra požymiai, kad vaiko raida nėra sklandi.

Kai vaikas turi elgesio sunkumų yra labai svarbu, kad mokytojai gebėtų ne tik drausminti, nustatyti aiškias ribas, bet ir atrastų vidinių resursų palaikyti, padrąsinti, apkabinti vaiką, įgyti jo pasitikėjimą. Todėl nepervargti, gerai jaustis - tiek fizine, tiek emocine prasme- yra ne mažiau svarbu nei būti kompetentingiems dirbti su vaikais. Nes nuo mokytojų savijautos labai priklauso vaikų elgesys ikimokyklinėje įstaigoje.

Kauno pedagoginės psichologinės tarnybos specialistai pateikia rekomendacijas ikimokyklinio ugdymo mokytojams, kurios, kaip tikimės, padės geriau suprasti netinkamo elgesio vaikus ir koreguoti jų elgesį.

Gita Žukovskienė

Psichologinio konsultavimo skyriaus vadovė





**Vaikai, kurių kalbos
vystymasis vėluoja**

Kalba - pagrindinė bendravimo priemonė, todėl jos vystymosi nesklandumai ikimokykliniame amžiuje vaikams gali sukelti vienokių ar kitokių sunkumų. Šiame amžiuje daugelis vaikų švepluoja, t. y. netaisyklingai taria atskirus garsus, juos praleidžia ar kaitalioja tarpusavyje. Tai neturėtų sukelti didesnių iššūkių darželyje. Sudėtingesniais atvejais stebimas visų kalbos komponentų - fonetikos, leksikos, gramatikos, rišiosios kalbos - nepakankamas susiformavimas. Tokie vaikai ne tik vėliau išmoksta tarti garsus, tačiau lėčiau gausėja ir jų žodynas bei formuojasi gramatinis kalbos taisyklingumas, todėl jie ilgą laiką gali kalbėti netaisyklingais ar net kitiems sunkiai suprantamais sakiniais. Kai kurie iš šių vaikų gali patirti sunkumų atlikdami girdimojo dėmesio ir atminties reikalaujančias užduotis: pakartodami girdimąją informaciją bei atlikdami užduotis pagal sudėtingesnius (kelių dalių) žodinius nurodymus. Vaikams, kurių kalbos vystymasis vėluoja, kyla bendravimo sunkumų: jiems sunkiau sekasi užmegzti kontaktą ir susirasti draugų. Kadangi kalba negeba išreikšti savo norų bei poreikių ar aplinkiniai jų nesupranta, tokie vaikai gali jausti nesėkmės baimę, nusivylimą, susierzinimą, pyktį ar elgtis agresyviai: rékti, métyti žaislus, kąsti kitiems vaikams, juos mušti. Tačiau nepaisant patiriamų sunkumų, šie vaikai yra puikiai įvaldę kūno kalbą ir geba sėkmingai naudotis neverbaline komunikacija savo pagrindiniams poreikiams reikšti: veido išraiška, kūno poza, gestikuliacija, balso intonacijomis.

Kad vaikas, kurio kalbos vystymasis vėluoja, grupėje jaustųsi saugiai ir ugdymo procese pasitaikytų kuo mažiau jo netinkamo elgesio apraiškų, itin svarbus mokytojo vaidmuo: pagarbus ir šilto santykio su vaiku kūrimas, gebėjimas atskleisti vaiko galias ir remtis jomis, alternatyvių mokymo būdų ir metodų paieška bei jų kūrybiškas taikymas.

Kaip galėtų padėti mokytojas grupėje vaikui, kurio kalbos vystymasis vėluoja?

- » Skatinkite vaiką drąsiai reikšti savo mintis, nuomonę.
- » Iš anksto apgalvokite bei pateikite trumpus ir aiškius klausimus, kad vaikas būtų pajėgus į juos atsakyti.
- » Nereaguokite į kalbos klaidas ir primygtinai neprašykite vaiko taisyklingai pakartoti jam nepavykusius ištarti žodžius. Pagirkite už pastangas.
- » Būkite kantrūs ir empatiški, nepertraukite jo, jei vaikui nepavyksta suprantamai išreikšti savo norų, poreikių.
- » Pasidžiaukite vaiko atsakymu ir padrąsinkite jį (tai skatins vaiką nebijoti kalbėti ir ateityje).

- » Stenkitės suprasti vaiko neverbalinę kalbą.
- » Pasiruoškite vaizdinių paruoštukų, iš kurių vaikas galėtų pasirinkti vieną kaip galimą atsakymo variantą, jei nepavyktų suprasti, ką jis jums sako.
- » „Ryto rato“ ar kitų grupinių veiklų metu grupės draugams trumpai „atspindėkite“ vaiko pasakytus žodžius, pavyzdžiui: „Rokas sako, kad buvo kaime“ ir pan.
- » Pateikdami nurodymus, formuluokite juos trumpais sakiniais. Kalbėkite lėtai ir aiškiai.
- » Naudokite vaizdinę medžiagą (vaizdines užuominas), kad vaikas geriau suvoktų žodinę informaciją.
- » Paaiškinkite papildomai ir/ar vaizdžiai atskiras sąvokas, kurių, jūsų manymu, vaikas gali nesuprasti.
- » Jeigu vaikas nepajėgia atlikti užduočių pagal sudėtingesnius (kelių dalių) žodinius nurodymus, juos skaidykite į trumpesnius.
- » Skatinkite vaiką klausti, jei nesuprato žodinių instrukcijų, nurodymų.
- » Stabdykite pasitaikantį netinkamą vaiko elgesį rodydami gestą – per alkūnę sulenktą ranką bei ištiestą plaštaką: „STOP, man nemalonu“.
- » Padėkite vaikui įvardinti jį užplūdusias emocijas („tu supykai“, „tau liūdna“, „tu išsigandai“).
- » Pamokykite tinkamų pykčio išraiškos būdų: atsigerti vandens, stipriai sugniaužti kumščius, giliai kvėpuoti, skaičiuoti tiek, kiek vaikas moka, plėšyti popierių, gniaužyti minkštą kamuoliuką, kumščiuoti tam skirtą pagalvę, išsirėkti į „pykčio“ dėžę ir pan.
- » Išlikite ramūs: „Būsiu šalia, kol pasijusi geriau“.
- » Grupėje viešai nekomentuokite vaiko kalbos sutrikimo, nelyginkite jo su kitais vaikais.
- » Formuokite kitų vaikų teigiamą požiūrį į kalbos sutrikimą turintį vaiką pabrėždami, kad visi esame skirtingi: vieniems vieni dalykai sekasi geriau, kitiems – kiti.
- » Nustatykite aiškias grupės taisykles ir ribas, kurias turi žinoti visi ją lankantys vaikai.
- » Nukreipkite vaiką konsultacijai pas įstaigoje dirbantį logopedą, jei to dar nebuvo padaryta.
- » Glaudžiai bendradarbiaukite su vaiko tėvais bei įstaigoje dirbančiais specialistais dalindamiesi savo pastebėjimais, įžvalgomis bei praktiniais patarimais.

Paruošė:

Specialioji pedagogė Jūratė Račickienė





**Kai vaikas tyli, nors kalbėti
moka. Elektyvusis mutizmas**

Elektyvusis mutizmas – bendravimo sutrikimas, kai vaikas nekalba situacijose, kuriose įprastai iš jo to tikimasi, pvz.: darželyje, svečiuose ar kitur. Tuo tarpu namuose ar su artimais draugais vaikas kalba ir bendrauja sklandžiai. Dažniausiai vaikas laisvai bendrauja su namiškiais (tėvais, broliais, seserimis), tačiau visiškai nesikalba su mokytojais ir bendraamžiais darželyje.

Elektyvusis mutizmas atsiranda įvykus sąveikai tarp jautrios vaiko prigimties ir nepalankių išorinių aplinkybių. Jautriam, nerimastingam vaikui net kasdieniai įvykiai gali būti traumuojantys, pvz.: kartą garsiai, piktai prakalbusi mokytoja, sugėdinimas prieš vaikų grupę, bendraamžių pašaipos. Laiku nepastebėtas sutrikimas, pagalbos stoka leidžia sutrikimui įsigalėti. Vaiko mutizmą pastiprina perdėtas dėmesys problemai, primygtinis vaiko vertimas kalbėti arba, atvirkščiai, abejingumas esamai situacijai, tikėjimas nesant galimybių įveikti sutrikimą.

Kai vaikas darželyje nekalba, mokytojas susiduria su tikru iššūkiu. Reikia kantrybės susitaikyti su ilgalaikiu vaiko tylėjimu, bejėgiškumo pojūčiu santykiyje su juo. Kyla daugybė klausimų: ar vaikas išvis geba kalbėti, kodėl jis nekalba darželyje, galbūt tai priešiško išraiška? Ir kaip sužinoti, kiek išsivysčiusi vaiko kalba, pažinimo gebėjimai, socialiniai įgūdžiai? Galbūt jam reikia ypatingo ugdymo? Apskritai, ar gali vaikas išsivaduoti iš tylėjimo gniaužtų, kaip jam padėti?

Mokytojas yra pagrindinis žmogus, kuris gali padėti vaikui įveikti sunkumus darželyje. Daugeliu atvejų būtent mokytojo pagalba (su tėvų palaikymu) yra esminė siekiant trokštamų pokyčių.

Sužinoję, kad grupėje bus vaikas, turintis elektyvųjį mutizmą, nusiteikite ilgam darbui. Prireiks jautrumo, kūrybiškumo, atkaklumo ir, svarbiausia, daug kantrybės.

Kaip užmegzti ryšį?

- » Prieš vaikui pradėdant lankyti darželį, susitarkite dėl vizito į namus. Pabūkite su šeima, paprašykite vaiko parodyti mėgstamus žaislus, savo kambarį ar augintinį, pasikalbėkite su tėvais neutraliomis temomis. Padrąsinkite vaiko tėvus pasikviesti į namus vaikų iš darželio (po vieną, vėliau galbūt keletą vaikų, kurie yra geranoriški, linkę padėti). Stalo žaidimai, piešimas, konstravimas, aktyvi fizinė veikla namų aplinkoje padeda sumažinti vaikų nerimą jiems vėliau bendraujant darželyje.
- » Susitarkite su tėvais, kad likus kelioms dienoms iki mokslo metų pradžios jie su vaiku atvyktų į grupę, ir jūs galėtumėte kartu apžiūrėti darželio patalpas bei žaislus. Kažin, ar

vaikas prabilis jums per šį susitikimą, tačiau jei jis čia bent truputį kalbės su savo tėvais, atsiras prielaida sėkmingai kalbėjimo patirčiai darželyje.

- » Paskatinkite vaiką pažaisti, kai grupėje yra tik jo tėvai ir jūs. Kai atrodo, kad vaikas jaučiasi pakankamai saugiai, priekite, draugiškai pakomentuokite, ką jis veikia (pvz.: „Matau, tu sustatei baldus į namelį.“ ar „Oho, kaip greitai važiuoji mašina!“).
- » Tinkamas būdas „pralaužti ledus“ yra vaiko namuose padaryto vaizdo įrašo peržiūra. Tokiu būdu vaikas atsiskleis jam patogiausiu būdu, jūs pamatysite, koks jis iš tikrųjų gali būti pasitikintis savimi ir netgi plepus aplinkoje, kurioje jis jaučiasi saugiai.

Vaikui lankant darželį

- » Paprašykite tėvų į darželį atvykti ankstėliau, kad vaikas galėtų apsibrasti, kol dar nėra atėjusių kitų vaikų, o jūs galėtumėte betarpiškai pabendrauti.
- » Rekomenduojami kasdieniai bent 5 minučių individualūs mokytojo susitikimai su vaiku, skirti užmegzti ir palaikyti abipusį bendravimo ryšį. Jie turi parodyti vaikui, kad jūs domitės juo ir norite pažinti. Veikla užsiėmimų metu turėtų būti maloni, nekelianti įtampos. Pvz.: galima parodyti vaikui paveikslėlių su įvairiais maisto produktais klausiant, kurie yra jo mėgstamiausi, gyvūnų atvaizdus – gal kurį nors laiko namuose ir pan. Leiskite vaikui apsibrasti situacijoje, atidžiai stebėkite jo kūno kalbą, įvertinkite nerimo lygį: vaikui esant pernelyg nerimastingam, reikia jam padėti nurimti. Patikinkite vaiką, kad kantriai lauksite, kol jis jausis pakankamai patogiai, kad galėtų pradėti šnekėtis su jumis.
- » Neverskite primygtinai vaiko kalbėti darželyje. Tiesiog skatinkite tai daryti, sukurkite tinkamas situacijas, pagirkite už kiekvieną bandymą bendrauti, kalbėti. Remkitės vaiko galiomis ir dominančiomis sritimis.
- » Apgalvokite būdus, kaip su vaiku komunikuosite įvairiose kasdienėse situacijose, aptarkite su vaiku būdus, kaip jis gali su jumis bendrauti ir nekalbėdamas, pavyzdžiui, linktelėdamas ar papurtydamas galvą, parodydamas sutartinį ženklą, simbolines korteles savo poreikiams išreikšti, pvz.: jei reikia į tualetą ar nori papildomo užduoties paaiškinimo.
- » Išnaudokite vaiko galimybes sėkmingai dalyvauti veikloje, kuri nereikalauja kalbėti (piešimas, rankdarbiai, stalo žaidimai, fizinė veikla ir kt.). Neleiskite vaikui atsiriboti nuo darželio veiklų, kuriose jis pajėgus dalyvauti, nesumažinkite reikalavimų būti grupės dalimi ir dalyvauti pamokėlėse, socialinėse veiklose, renginiuose.

- » Kol neverbalinis bendravimas yra veiksmingas būdas patenkinti vaiko poreikius, jį naudokite; parodykite vaikui, kad bet koks jo dalyvavimas grupės gyvenime yra vertingas ir sveikintinas.

Bendravimas su vaikais grupėje

- » Grupės vaikų reakcija į nekalbantį gali būti skirtinga: nuo erzino, provokavimo prabilti iki prisitaikymo ir mėgdžiojimo, tapimo „nebyliais“, tokiu būdu net provokuojant vaiką toliau nekalbėti. Paprašykite visus grupės vaikus būti draugiškais, įtraukti vaiką į jų įprastines veiklas, neakcentuoti, kad jis nekalba, nesipiktinti ir nesišaiptyti, jei neatsako kalbinamas.
- » Iš pradžių glaudesnę bendravimą skatinkite su vaikais, geranoriškai nusiteikusiais bendrauti ir padėti. Padrąsinkite juos tapti vaiko pagalbininkais komunikuojant su kitais vaikais grupėje.
- » Individualios veiklos, pamokėlių metu pasodinkite vaiką saugioje, nuošalesnėje vietoje, kur nenorėdamas dėmesio galėtų jo išvengti.
- » Grupinio darbo metu organizuokite veiklą mažose grupelėse: vaikai tuomet mažiau nerimauja ir labiau linkę kalbėti. Nekeiskite grupės sudėties, jei matote, kad vaikas joje jaučiasi patogiai. Jei vaikas turi draugą, su kuriuo gerai sutaria, galbūt bendrauja kalbėdamas (nors tik šnabždėdamas į ausį), reikia pasirūpinti, kad jie sėdėtų greta vienas kito.

Kalbinio bendravimo skatinimas

- » Bendraudami su vaiku pamažu pereikite nuo paprasčiausių prie sudėtingesnių klausimų: iš pradžių uždavinėję klausimus, į kuriuos galima atsakyti taip arba ne, linktelėti ar papurtyti galvą, vėliau pateikite tokių, į kuriuos galima atsakyti tik žodžiais. Paprašykite vaiko rinktis („Ar norėtum šuniuko lipduko ar žvaigždės lipduko?“, „Duoti žalią pieštuką ar mėlyną?“ ir pan.) arba užduokite daugiau „atvirų“ klausimų („Ką norėtum žaisti toliau?“).
- » Skirkite pakankamai laiko vaiko atsakymui išgirsti. Palaukti bent penkias sekundes – nekartoju klausimo, neleidžiant už jį atsakyti kitam vaikui, – tai puiki taisyklė; daugiau laiko padeda vaikams susidoroti su nerimu ir suprasti, kad jų būsenos ir poreikiai suaugusiajam yra svarbūs.

- » Švelniai pakartokite arba perfrazuokite tai, ką sako vaikas. Tai įtikins vaiką, kad jo atidžiai klausomasi ir stengiamasi suprasti. Vaikams, kurie kalba labai tyliai, pakartojimas garsiau, ką jie sako, padeda dalyvauti grupės veikloje.
- » Kai pirmąkart išgirsite vaiką kalbant, būtinai pasidžiaukite, tačiau išlikite santūrūs: šie vaikai dažniausiai yra drovūs ir nemėgsta atsidurti dėmesio centre.

Svarbu prisiminti: vaikas nekalba, nes jaučia didelį nerimą, jis nėra užsispyręs ar nepaklusnus.

Mokytojo tikslas yra sumažinti vaiko nerimą, o ne priversti šį vaiką kalbėti.

Labiausiai padeda vaiko skatinimas įsitraukti į visas veiklas darželyje. Įvertinti vaiko pasiekimus galima paprašius tėvų įrašyti, kaip vaikas deklamuoja, skaito ar atlieka kitas žodines užduotis namuose.

Kantrybė, empatija ir švelnumas padeda siekti tikslų.

Naudotos literatūros sąrašas:

1. Perednik, R. (2016). The selective mutism treatment guide: manuals for parents, teachers, and therapists. Jerusalem: Oaklands
2. Prieiga internete: <https://childmind.org/guide/teachers-guide-to-selective-mutism/>

Paruošė:

Psichologė Aušra Barniškienė



Mikčiojantis vaikas

Mikčiojimas - kalbos tempo ir ritmo sutrikimas, dėl kurio vaikai patiria emocinių sunkumų. Paprastai mikčioti pradeda 2-7 metų vaikai, dažniau berniukai. Mikčiojimo pradžia neretai sutampa su išgąsčiu ar kitais psihogeniniais veiksniais. Kartais mikčioti pradedama po galvos traumos, galvos smegenų infekcinių ligų bei nervų sistemos išsekimo. Taip pat turi įtakos ir paveldimumas.

Pagrindinis mikčiojimo požymis yra kalbos organų traukuliai, atsirandantys išsakant mintis. Tai sukelia nemalonių išgyvenimų, varžo asmenybę. Vaikas tampa daug jautresnis, nervingesnis. Vertindami mikčiojančio vaiko kalbinę raidą, pastebime sunkumus, kuriuos reikia koreguoti: dažnas žodžio dalies pakartojimas, garsų ištęsimas, spazmai, įtampa, balso stiprumas ir tono aukštis, baimė ir vengimas kalbėti, nepasitikėjimas savimi. Tokių vaikų kalba monotoniška ir nemelodinga. Dažnai mikčiojantieji, vengdami užsikirtimų, kalbėdami vartoja embolofrazes (nereikalingus garsus, žodelius, frazes).

Kaip padėti mikčiojančiam vaikui?

- » Skubiai kreipkitės į gydytoją neurologą, logopedą bei psichologą.
- » Sukurkite kuo ramesnę, tausojančią aplinką, atsisakykite įtempto dienos režimo, žaiskite "tyliuosius" žaidimus, apribokite televizoriaus žiūrėjimą, kompiuterinius žaidimus, kurie kelia neigiamas emocijas.
- » Gerinkite emocinį foną, t. y. stebėkite, kokios aplinkybės verčia vaiką labiau mikčioti, kas gali kelti vaikui nerimą, baimę, nesaugumo jausmą.
- » Neprašykite vaiko kalbėti ar deklamuoti svetimoje aplinkoje, esant nepažįstamiems žmonėms.
- » Vaiką nuraminkite, padrąsinkite, neužduokite klausimų, į kuriuos jis negalėtų atsakyti, pagalvokite, kaip pagerinti bendravimą (neklausinėkite, o kalbėkite su juo, darykite prielaidas).
- » Neleiskite kitiems vaikams jo erzinti ar mėgdžioti, nerodykite savo nusivylimo. Padėti galime tiek neneigdami problemos, tiek ir „neišpūsdami“ jos.
- » Būkite geru pavyzdžiu. Stenkitės kalbėti lėtai, aiškiai, sklandžiai. Tada mažylis pajus, kad taip pat gali neskubėdamas išsakyti mintis.
- » Klausykite, ką sako vaikas. Svarbu kalbėtis, ką nors su vaiku bendrai veikiant (žaidžiant, lipdant, dėliojant, piešiant ir pan.). Mažylis atsipalaiduos ir jam bus lengviau kalbėti.

- » Sukurkite įvairias žaidybines situacijas kalbėdami pašnibždomis. Įveskite dainavimo ir ritmikos užsiėmimų.
- » Ikimokyklinuko nereikia mokyti, kaip kalbėti, kaip kvėpuoti, kad „neužsikirstų“. Jis dar per mažas, kad dėmesį sutelktume ties mikčiojimu.
- » Būkite kantrūs, nes ir švelnus dėmesys gydo, ramina, pradžiugina ir moko rasti išeitį iš sudėtingų situacijų.

Naudotos literatūros sąrašas:

1. Ivoškuvienė, R., Makauskienė, V. (2019). Sklandaus kalbėjimo sutrikimai: teorija ir praktika. Kaunas: Vitae Litera

Paruošė:

Logopedė Elena Juškevičiene



Atsitraukęs ikimokyklinukas

Vaikai iš prigimties nėra uždari, užsisklendę. Nuo pat gimimo jie tyrinėja pasaulį, domisi juo, yra aktyvūs, džiugiai nusiteikę. Vaiko emocinis gyvenimas yra labai intensyvus ir permainingas – čia jis džiaugiasi nauju žaislu, čia gali pravirkti dėl nepatinkančio maisto, o po kelių minučių vėl džiūgauti, kad pavyko pačiam važiuoti dviratuku. Normalu, kad vaikai liūdi, reaguodami į įvairias jų gyvenimo situacijas – pykčius su draugais, mylimo gyvūnėlio netektį, aplinkinių konfliktus ir kt. Toks liūdesys yra neatsiejama raidos dalis, kai vaikai mokosi išgyventi įvairias emocijas. Todėl šiose situacijose nereikėtų skubėti aktyviai reaguoti siekiant vaikus nuraminti, pralinksminti ir pan. Reikėtų susirūpinti, jei liūdesys, atsitraukimas nėra situacinis, o tampa nuolatine vaiko būseną. Užsitęsęs atsitraukimas gali trikdyti natūralią vaiko raidą, jam gali būti sunku susirasti draugų ir su jais bendrauti, jis gali neišmokti to, ką vaikai vienu ar kitu raidos etapu turi išmokti. Atsitraukę vaikai dažnai yra „nematomi“, nes jų emocinių sunkumų išraiška nukreipta ne į išorę, kaip pavyzdžiui, agresyvių vaikų, bet į savo vidų. Tai aplinkiniams rečiau užkliūva, todėl šie vaikai dažnai pagalbos sulaukia pavėluotai.

Ar dėl vaiko elgesio reikia sunerimti, padeda nuspręsti jo elgesio stebėjimas, siekiant nustatyti:

- » adekvatumą įvykiams aplinkoje (nematomos aiškios tokio elgesio priežastys);
- » trukmę (trunka dvi savaites arba ilgiau);
- » gylį (dominuoja visų kitų emocinių išraiškų atžvilgiu);
- » socialinį bendradarbiavimą (nepriima paguodos, guodžiant probleminis elgesys nesikeičia arba stiprėja);
- » būklės sunkėjimą ar lengvėjimą (sunkėjanti būklė, stiprėjantis probleminis elgesys).

Tikėtina, kad vaiko emocinė būseną tampa problema, kai:

- » liūdesys/atsitraukimas tęsiasi kelias savaites bei ši būseną dominuoja visų kitų emocinių išraiškų atžvilgiu;
- » vaiko kalboje vyrauja neigiamos mintys, perdėtas kritiškumas sau („aš blogas“; „aš nemoku“; „aš bijau“...), jis išsako nenorą gyventi;
- » anksčiau aktyvus, atviras, bendraujantis vaikas staiga atsitraukia nuo kitų, užsisklendžia savyje, tarsi susigūžia;
- » stebimos baimingos vaiko reakcijos į pokyčius;

- » vaikas neturi draugų, juo nesidomi kiti vaikai;
- » vaikas nebesidomi veiklomis, kurios anksčiau jį domindavo;
- » vaikas daug laiko praleidžia vienumoje, atsiskykęs, tampa nuolat tylus;
- » vangiai, pasyviai dalyvauja siūlomose veiklose;
- » vaikas yra apatiškas (vienodai reaguoja tiek į malonias, tiek į nemalonias situacijas; veide neatsispindi jokios emocijos);
- » skundžiasi pilvo skausmais, pykinimu, taip pat sumažėja apetitas ar padidėja irzlumas;
- » vaiko emocinė būseną nėra adekvati aplinkos įvykiams (nematyti aiškių tokios reakcijos priežasčių);
- » negeba priimti paguodos – guodžiant vaiko probleminis elgesys nesikeičia arba stiprėja;
- » nepaisant visų mokytojo taikomų pagalbos būdų vaiko emocinė būseną/atsitraukimas išlieka toks pat arba gilėja.

Vaikas gali nesuprasti, kas su juo vyksta, tad būtina jam patvirtinti, kad tokia jo savijauta yra ne jo kaltė, kad dėl to nereikia gėdytis. Mokytojas neturi būti psichologas ar psichoterapeutas, kad padėtų atsitraukusiam vaikui. Tam itin gelbėja mokytojo kantrybė bei noras suprasti vaiko būseną, jam padėti.

Tai, kas gali padėti atsitraukusiam vaikui:

- » pripažinkite vaiko jausmus ir juos įvardinkite - „tau liūdna“, „tu išsigandai“;
- » leiskite vaikui suprasti, kad liūdėti yra galima ir kad būsite šalia, jei reikėtų pagalbos;
- » atminkite, kad atsitraukę vaikai patys nesirenka atsitraukimo ar neveiklumo – jie taip pat nori būti sėkmingi, turintys draugų, gaunantys mokytojo paramą, tačiau jiems patiems tai nepavyksta;
- » venkite negatyvių technikų – bausmių, sarkazmo, gėdinimo dėl atsitraukusio elgesio – jos tik dar labiau pažemina ir taip jau pažemėjusią atsitraukusio vaiko savivertę;
- » skirkite laiko individualiai pakalbinti vaiką apie jo savijautą, atidžiai jo klausykite – vaikui tai stiprina pojūtį, kad jis kažkam rūpi;
- » prieš kalbėdamiesi mėginkite sukurti kontaktą – tam padeda įsitraukimas į bendrą veiklą, prašymas padėti;

- » suplanuokite sėkmę – raskite galimybių, aplinkybių vaiko sėkmei (pvz.: sudėtingesnes veiklas suskirstykite smulkesniais žingsniais, kad kiekviename jų patirdamas sėkmę vaikas būtų motyvuotas veiklai; paprašykite vaiko atlikti tai, kas jam tikrai pavyksta);
- » pasidžiaukite nors ir nedidele, tačiau vis tik sėkme (tiek vaiko, tiek savo padedant vaikui); drąsinkite vaiką dalyvauti grupinėse veiklose, žaidimuose, kur jis turėtų galimybę būti svarbus, reikalingas – taip būtų stiprinamas buvimo grupės dalimi jausmas;
- » mokykite vaiką galvoti pozityviau – pagelbėti gali tokios frazės, kaip „man labai patinka, kai tu tai darai“, „tai buvo puiku/linksma“, „aš žinojau, kad tu gali tai padaryti“;
- » skirkite laiko įvairioms atsipalaidavimo veikloms (pvz.: kvėpavimo pratimams, relaksacijai, atsipalaidavimo mankštoms) – tai padės sumažinti vaiko jaučiamą įtampą bei mokys jį įveikos būdų;
- » padėkokite vaikui, kad pasipasakojo apie savo savijautą, padrąsinkite tai daryti ir ateityje.

Pastebėjus vaiko atsitraukimą būtina kalbėtis su jo tėvais. Tai darant rekomenduojama:

- » atsiriboti nuo kylančių jausmų ir orientuotis į faktus (probleminio elgesio pasireiškimus, vaiko reakcijas);
- » remtis objektyviu vaiko elgesio stebėjimu, jo neperdėti ir nenuvertinti;
- » išsakyti, koks konkrečiai vaiko elgesys kelia nerimą;
- » išdėstyti, kokiose situacijose stebimas probleminis elgesys;
- » pasakyti, kaip dažnai per dieną/savaitę/mėnesį jį pastebite;
- » paaiškinti, ką konkrečiai mėginate daryti;
- » įvardinti, kaip vaikas reaguoja į mokytojo elgesį;
- » nusakyti, kaip į mokytojo elgesį reaguoja kiti vaikai;
- » siūlyti, ką būtų galima daryti;
- » dėmesingai išklausti tėvų nuomonę.

Jei vaiko atsitraukimas užsitęsia, gilėja, mokytojo taikomos priemonės nepadedą, reikėtų siūlyti specialistų pagalbą. Kaip tai daryti tinkamai:

- » venkite diagnozių, etikečių („autistas“, „tinginys“, „turi sutrikimų“ ir pan.);

- » nepasakokite kitų vaikų elgesio, šeimos aplinkybių ar lankymosi pas specialistus pavyzdžių;
- » padrąsinkite;
- » būkite patys pasirengę bendradarbiauti, konsultuotis su specialistais.

Paruošė:

Psichologė Raminta Radzevičiūtė-Porutienė

Psichologas Tomas Porutis



Aktyvus ir dėmesio sunkumų turintis vaikas

Daugelis vaikų iki šešerių metų amžiaus yra jautresni, gyvybingi. Jie palyginti trumpai gali išbūti susikaupę ir yra lengvai išblaškomi. Ikimokyklinio amžiaus vaikams yra normalu būti energingais ir fiziškai aktyviais, fantazuoti, eksperimentuoti, konfliktuoti, mėgdžioti suaugusiųjų elgesį, siekti jų dėmesio, siekti veikti savarankiškai.

Turintys dėmesio sukaupimo sunkumų, jautresni vaikai kur kas labiau atkreipia į save dėmesį negu tie, kurie gali būti atidūs tik trumpą laiko tarpą.

Dėmesio sukaupimo ir išlaikymo sunkumai pasireiškia tuo, kad vaikas:

- » Dažnai nekreipia dėmesio į smulkmenas ir detales. Daro klaidų dėl skubotumo.
- » Negali sukonzentruoti dėmesio žaidimų metu arba atlikdamas užduotis.
- » Dažnai nesilaiko kitų žmonių nurodymų, nuolat neatlieka darbų iki galo, bet ne dėl to, kad priešintųsi nurodymams.
- » Sunkiai planuoja darbą ir užduočių atlikimą.
- » Nemėgsta tokios veiklos, kuri reikalauja ilgesniam laikui sukaupti dėmesį.
- » Dažnai pameta reikalingus daiktus.
- » Pašaliniai darbai dažnai nukreipia dėmesį.
- » Dažnai pamiršta kasdienes darbus.

Aktyvumo bruožai:

- » Vaikui sunku ramiai išsėdėti ant kėdės, jis nuolat zuja aplink, pliaukši rankomis ar trepsi kojomis.
- » Vaikas dažnai pašoka iš savo vietos, kai aplinkybės reikalauja ramiai sėdėti ar susikaupti veiklai.
- » Netinkamose situacijose (pvz., renginio metu) vaikas nuolat bėgioja aplink, šokinėja, karstosi.
- » Vaikas tik didelėmis valios pastangomis gali ramiai pažaisti arba ramiai elgtis per laisvalaikio užsiėmimus.
- » Vaikas nuolat juda, visada skuba, atrodo lyg jį kas vytųsi.

- » Vaikas retai užsičiaupia, daug kalba.

Impulsyvus elgesys:

- » Vaikas negali sulaukti, kol ateis jo eilė kalbėti, jis išrėkia atsakymą prieš baigiant klausimą.
- » Vaikas dažnai trukdo kitiems – jis pertraukia pokalbius, įsiterpia, neleidžia kitiems kalbėti arba trukdo žaisti.

Teigiamos šių vaikų savybės šalia problemiško elgesio bruožų nelengvai atpažįstamos:

- » Vaikai domisi viskuo, kas vyksta jų aplinkoje.
- » Jie turi stiprų teisingumo pojūtį, ne su viskuo sutinka ir nepasiduoda, o stengiasi apsiginti.
- » Jie paslaugūs, nepagiežingi ir rūpestingi, ypač su mažesniais vaikais.
- » Jie yra tikri energijos šaltiniai, turi daug idėjų.
- » Jie labai imlūs pagyrimams ir asmeniniam dėmesiui.
- » Jie domisi gamta, labai mėgsta žaisti lauke.

Pagrindiniai nedėmesingo, aktyvaus vaiko auklėjimo principai:

- » Vaikas turi tuoj pat pajusti savo elgesio pasekmes, todėl jį reikia girti, kai jis gražiai elgiasi, o kai blogai – drausminti.
- » Aktyvūs vaikai nelabai reaguoja į žodinius pagyrimus. Todėl, kai nenuorama elgiasi tinkamai, rekomenduojama jį apkabinti, paskatinti maža dovanėle, saldumynu.
- » Stenkitės, kad visų suaugusiųjų reikalavimai būtų vienodi. Negali vienas mokytojas drausti, o kitas leisti.
- » Problemines situacijas numatykite iš anksto ir joms pasiruoškite.
- » Nuolat prisiminkite, kad vaikas kiek kitoks, taip bus lengviau išlikti atlaidesniems ir supratingesniems.
- » Išmokite atleisti vaikui. Pamirškite visas neigiamas emocijas, kurias jums sukėlė vaikas.

Visiems mažiems vaikams, ypač 2-3 m., būdingi susierzinimo protrūkiai. Tokiu būdu vaikas mėgina pajusti savo galią, išsikovoti nepriklausomybę. Tai greitai praeina, jei tik suaugusieji

geba netoleruoti tokio elgesio. **Kaip elgtis?**

1. Pagalvoti, kodėl taip atsitinka. Vaikas tokiu būdu kažką mums sako. Protrūkiai būna dažnesni ir stipresni vaikams, kurių kalbos vystymasis sulėtėjęs. Nesugebėdami žodžiais išsakyti savo poreikių, vaikai mėgina tai parodyti veiksmais. Kai suaugusieji žodžiais įvardys vaiko problemą, parodys jam, kad supranta vaiką, tuo pačiu mokys jį išsakyti savo poreikius žodžiais.
2. Vengti aplinkybių, kuriose tie protrūkiai vyksta. Ne nuolaidžiauti vaiko norams, bet nebesivesti jo ten, kur jis netinkamai elgiasi, arba neversti per prievartą kažką daryti (pvz., eiti pietų miego).
3. Elgtis protrūkio metu taip, kad vaikas negautų jokio paskatinimo ar pastiprinimo. Pagrindinis principas – užtikrinti, kad protrūkio metu niekas nenukentėtų. Besidaužantį, klykiantį vaiką reikia tiesiog apkabinti ir tvirtai laikyti (bet be pykčio). Vaikas aprimsta ir atgauna savikontrolę. Tolimesni veiksmai turėtų būti tokie, kad neskatintų protrūkių pasikartojimo. Jokiu būdu jis neturėtų gauti to, ko nori, nei protrūkio metu, nei po jo, nes tai tik paskatins tokį elgesį.

Nei didelis judrumas, nei dėmesio išlaikymo sunkumai pačiam vaikui nėra problema.

Sunkumai kyla dėl aplinkinių reakcijos į nedėmesingą ir aktyvų vaiką.

Išskylančių problemų sprendimui tikslinga kiekvieną atvejį analizuoti individualiai, taikant kompleksines priemones: specialias programas ar numatyti galimybes, ką ir kaip pakeisti vaiko aplinkoje. Kai kuriems vaikams gali būti naudingas ir pedagoginis, psichologinis, neurologinis ištyrimas, kuris gali padėti įvertinti mokymosi stilių, kognityvinius gebėjimus ir nustatyti galimas mokymosi negalias.

Kaip padėti aktyviam, dėmesio sukaupimo ir išlaikymo sunkumų turinčiam vaikui:

1. Numatykite galimas vaiko elgesio pavojingas pasekmes ar problemų galinčias sukelti situacijas iš anksto bei planuokite galimus problemų sprendimo būdus:
 - » sustabdykite vaiką prieš prasidedant probleminei/pavojingai situacijai;
 - » aiškiai ir suprantamai pakartokite taisykles, kurių vaikas nesilaiko toje situacijoje, paprašykite vaiką jas pakartoti;
 - » kelis kartus pakartokite vaikui, kad už tinkamą elgesį jis gaus atpildą (žaislais, privilegijomis ir pan.);
 - » kelis kartus pakartokite vaikui galimas pasekmes dėl netinkamo elgesio (privilegijų netekimas, mėgstamų dalykų apribojimas ir pan.);

- » esant reikalui, išveskite „žiūrovus“ ar vaiką iš konfliktingos situacijos. Pvz.: jei kilo peštynės, galima liepti vaikui pabūti atskiroje patalpoje, bet dar geriau yra išsivesti vaiką į kitą patalpą.
2. Apribokite veiklas ir užsiėmimus, kurių metu vaiko saugumas ir sveikata gali būti pavojuje.
 3. Prieš duodami vaikui užduotį, būtinai įsitikinkite, ar jis tikrai ją girdi. Pašaukite vaiką vardu, paplokite jam per petį, paimkite už rankos ir sakykite žiūrėdami į akis. Labai aiškiai formuluokite savo nurodymus.
 4. Vaikui reikia režimo ir dienotvarkės. Būkite lankstūs, bet stenkitės, kad, nepaisant vaiko bandymų ko nors išvengti, viskas būtų atlikta.
 5. Būkite nuoseklūs ir pastovūs drausmindami: reikalavimai ir pasekmės turi būti tie patys visą laiką, įvairiose vietose ir aplinkose (namuose, ugdymo įstaigoje, gatvėje).
 6. Vietoje griežtų draudimų stenkitės naudoti švelnesnius, ramesnius sakinius, frazes, pvz.: vietoje „Nedrįsk čia palikti savo žaislą“, sakykite „Žaislai turi būti lentynoje, reikia juos ten padėti“. Tai leidžia vaikui pajusti, kad ne viskas, kas jam sakoma, turi neigiamą atspalvį ir tuo pačiu nedaroma žala jo savęs vertinimui.
 7. Visada stenkitės valdytis, išlikti ramūs, kalbėti aiškiai ir lėtai. Reaguokite į gerą vaiko elgesį. Bendraujant su vaiku labai svarbu teigiamas emocinis fonas. Pasistenkite suprasti ir užjausti vaiką net tose situacijose, kai jis ne visai teisus.
 8. Sistemingai kontroliuokite vaiką, tačiau, kai jis parodys, jog gali būti savarankiškas, padrąsinkite, pagirkite ir leiskite veikti pačiam.
 9. Sudarykite galimybę mokytis. Leiskite vaikui suprasti, kad klaidas galima ištaisyti, pvz.: „Kai neši daug puodelių iš karto, jie dūžta. Tikiuosi, kad kitą kartą neši po mažiau.“
 10. Duodami naujas ar sunkesnes užduotis, ramiai, trumpai, suprantamai ir tiksliai paaiškinkite. Parodykite kelis kartus, kol vaikas prisimins. Stenkitės skatinti ir treniruoti vaiko suvokimą ir atmintį.
 11. Stenkitės kuo dažniau pastebėti ir pagirti vaiką, kai jis elgiasi gerai. Pagyrimai turi būti aiškūs ir konkretūs ir pagiriama tuoj pat. Šie vaikai mažiau reaguoja į žodinius pagyrimus ir paskatinimus, veiksmingesni yra prisilietimas, žvilgsnis, specialios privilegijos ar konkretūs apdovanojimai, atitinkantys vaiko amžių.
 12. Vaikui atliekant ilgą arba sudėtingą užduotį, darykite trumpas aktyvias pertraukėles.

13. Sukurkite ramią atmosferą, kad vaiko dėmesys būtų kuo mažiau blaškomas, naudokite „maskuojamąjį triukšmą“, pvz.: leiskite švelnią muziką.
14. Tegu vaikas užsiima vienu dalyku: kai jis piešia, nuimkite nuo stalo nereikalingus daiktus.
15. Duokite jam kokią nors pastovią užduotį. Stebėkite, kaip ją atlieka. Neužmirškite paskatinti ir pagirti (net jei nelabai sekasi).
16. Naudokite humorą situacijos praskaidrinimui. Bet venkite ironijos, pažeminimo.
17. Leiskite užsiimti mėgstama veikla, pailginkite mėgstamų užsiėmimų laiką.
18. Visada pagelbėkite, kada vaikas prašo.
19. Kritikuokite poelgį, bet ne vaiką, atsiekite blogą vaiko elgesį nuo jo asmens, pvz.: „muštis negalima, nes...“, o ne „tu esi mušeika“.
20. Jei vaiko judrumas padidėjęs, stenkitės, kad žaidime dalyvautų tik 2-3 jo draugai. Pirmenybę teikite veiklai, kuri turi mažiau konkurencijos elementų. Prisiminkite, kad šiems vaikams sunkiau sekasi komandiniai žaidimai.
21. Stenkitės nesmerkti ir nebarti vaiko kitų akivaizdoje, nes jis susierzins ir nusimins.
22. Venkite nuobaudų, kurios apribotų vaiko fizinį aktyvumą.
23. Poveikio priemonės turi būti ne per didelės, adekvačios netinkamo elgesio pasireiškimams. Geriausia yra skatinant duoti ką nors, o neįvykdžius - tik neduoti, bet neatimti.
24. Negailėkite, neerzinkite ir per daug nenuolaidžiaukite. Tiesiog atminkite, kad vaikas turi ypatingos struktūros nervų sistemą, kuri pasiduoda valdymui ir kontrolei.
25. Įtraukite vaiką į socialinę veiklą (įvairius būrelius, kūrybines dirbtuves).
26. Skatinkite bendraamžius padėti vaikui draugauti ir mokytis.
27. Jeigu supykote ant vaiko taip, kad sunku valdytis ir norisi jį aprėkti:
 - » Giliai įkvėpkite. Dar kartą įkvėpkite. Prisiminkite, kad jūs esate suaugęs žmogus.
 - » Užsimerkite. Pabandykite įsivaizduoti, kad girdite tai, ką iš jūsų turėtų išgirsti vaikas.
 - » Sučiaupkite lūpas ir tyliai suskaičiuokite iki 10. Dar geriau iki 20.
 - » Prisiminkite, kad vaikai, matydami, kaip jūs elgiatės, išmoksta taip pat elgtis patys.

28. Namuose atsiribokite nuo darbinių problemų, skirkite laiko sau, poilsiui.

Naudotos literatūros sąrašas:

1. Harland, S. (2007). Hiperaktyvus ar labai gabus? Vilnius: Presvika.
2. Mielke, U. (1997). Geriau supraskime sunkius vaikus. Vilnius: Lektūra.
3. Herm, S. (2004). Sunkūs vaikai. Praktiniai patarimai auklėtojams ir tėvams. Vilnius: Alma litera.
4. Lažinskienė, J. (2000). Judrūs vaikai. Aktyvumo ir dėmesio sutrikimas. Kaunas: Sveikatingumo ir medicinos reklamos centras
5. Lesinskienė, S., Blažys, V., Kajokienė, A., Nikolajeva, M. (2001). Vaikų hiperkineziniai sutrikimai. Vilnius: Vilniaus universiteto leidykla

Paruošė:

Psichologė Emanuelė Jurevičiūtė

Psichologė Irena Jusevičienė



Agresyvus vaikų elgesys

Neretai grupėje sutiksime vaiką, kurio agresyvus elgesys kelia didelių rūpesčių. Jis dažnai puola kitus vaikus, juos muša, atima ir laužo žaislus, grubiai kalba. Tokį vaiką yra sunku priimti, jį suprasti. Sudėtingi santykiai su aplinkiniais dažnai suformuoja vaikui įsitikinimą, kad niekas jo nemyli. Jis ieško būdų, kaip patirti aplinkinių meilę ir priėmimą, kaip išsikovoti „savo vietą po saule“. Tokie vaikai dažnai negeba įvertinti savo elgesio kaip agresyvaus. Priešingai, jiems atrodo, kad visas pasaulis nusistatęs prieš juos. Kita vertus, kaip ir kiti vaikai, agresyvus vaikas, siekia suaugusiųjų švelnumo ir pagalbos, nes jo elgesys yra atspindys jo vidinio diskomforto, jo negebėjimo adekvačiai reaguoti į aplinkos įvykius. Svarbu, kad šiems vaikams būtų suteikta tinkama savalaikė pagalba.

Pagalba vaikui

Agresyvaus elgesio priežasčių gali būti daug ir įvairių. Dažnai vaikai taip elgiasi, nes nežino, kaip kitaip elgtis. Padedant vaikui keisti elgesį, mokytojo darbas turėtų vykti šiomis kryptimis:

- » Mokykite vaikus tinkamais būdais išreikšti pyktį. Pyktis tai stiprus nepasitenkinimo jausmas, dažnai lydymas savikontrolės praradimu. Mūsų kultūroje priimta, kad rodyti pyktį nedera, ir vaikams tai diegiama nuo mažens. Svarbu pyktį ne slopinti, bet išreikšti tinkamais būdais, jų mokyti vaikus.
- » Ugdykite vaikų įgūdžius atpažinti savo jausmus ir kontroliuoti save situacijose, provokuojančiose pykčio proveržius. Jiems sunku atpažinti savo ir kitų žmonių emocijas. Būtina vaikus mokyti suprasti savo emocines būsenas, su jomis susijusius kūno pojūčius.
- » Ugdykite empatijos, pasitikėjimo, atjautimo gebėjimus. Jiems sunku suprasti, kad ir kiti išgyvena sunkius jausmus, jaučiasi blogai ir pan. Padedant labiau suprasti kitus žmones, agresyvūs vaikai išsivaduoja iš jiems būdingo įtarumo ir nepasitikėjimo kitais. Tai skatina juos prisiiimti daugiau atsakomybės už savo poelgius, atsisakyti kaltinimų.

Žemiau išvardinti **principai, būdai ir priemonės** kaip padėti agresyvaus elgesio vaikui:

- » Būkite dėmesingi vaiko poreikiams ir norams.
- » Naudokite aktyvaus klausymo metodą. Būkite pagarbūs vaikui ir sau, aptardami netinkamą elgesį ramioje ir saugioje aplinkoje; skatinkite vaiką išsakyti tai, kas jį supykė; stenkitės atskirti vaiko elgesį ir jo jausmus, poreikius bei norus.
- » Nustatykite ribas veiksams, tačiau neribokite vaiko norų. Būkite nuoseklūs taikydami logines pasekmes už konkretų netinkamą elgesį.
- » Demonstruokite neagresyvaus elgesio modelį. Niekada nemokykite vaiko „atsilyginti tuo pačiu“. Nesudarykite situacijų, kuriose agresyviai besielgiantis vaikas pasijustų

nugalėtoju.

- » Pasiūlykite vaikui veiklas, kurios skatina „išsilieti“: laisvai fiziškai judėti – bėgioti, šokinėti, dūkti, rėkauti; tiktų žaisti su vandeniu, minkyti molį, piešti, tapyti pirštais.
- » Mokykite vaiką priimtinių pykčio reiškimo būdų, reaguojant į jam sunkias situacijas.
- » Paskatinkite išlieti agresiją ant daiktų (kalti, kaukšėti plaktuku, daryti skylutes skylamušiu, plėšyti, glamžyti popierių, pjaustinėti, drožti). Būtina taip pasiūlyti šią veiklą, kad vaikas nesuprastų, jog ji skirta agresyviai energijai išlieti. Veiklos rezultatus svarbu panaudoti tikslingai, naudingai veiklai; vaikai intuityviai pajaučia, kaip agresyvi energija virsta kūrybine.
- » Suteikite vaikui galimybę išreikšti pyktį iškart po frustruojančios situacijos.
- » Mokykite prisiimti atsakomybę.
- » Veiksminga laiku tinkamai pajuokauti (bet ne pajuokti). Pajuokavimo netikėtumas ir suaugusiojo geranoriškumas gali padėti vaikui garbingai pasitraukti iš sunkios situacijos.

Agresyvaus elgesio mažinimo būdai:

- » Stebėkite vaiką ir registruokite visas jo agresyvaus elgesio apraiškas. Padarykite aprašą – dienai, savaitei.
- » Nustatykite, kuriuo dienos metu vaikas būna agresyviausias. Jei tai būna ryte, paprašykite tėvų, kad kurį laiką grupėje pabūtų kartu, jei vakarop - kad anksčiau pasiimtų vaiką namo, jei kasdienėse situacijose – tegul šalia vaiko nuolat pabūna mokytojo padėjėjas. Tai sumažina agresyvaus elgesio situacijų skaičių, o vaikas apie save pradeda galvoti pozityviai.
- » Išskirkite ir pažymėkite tas situacijas bei aplinkybes, kuriose vaikas dažniausiai pasielgia agresyviai. Įvertinkite, ar agresyvus elgesys teikia vaikui kokio nors pasitenkinimo (žaidžia atimtu žaislu, pasijuto nugalėtoju, atkreipė į save dėmesį ir pan.).
- » Pagalvokite, kaip pakeisti situaciją, kad vaikas pasitenkinimo nepajustų, pvz.: tuoj pat paprašyti grąžinti atimtą žaislą; suteikti nuskriaustajam kokią nors ypatingą privilegiją; išmokyti vaikus nususukti ir nueiti, jei agresyviu veiksmu buvo siekiama dominuoti, atkreipti į save dėmesį.
- » Kartu su vaiku nuolat aptarkite agresyvių jo elgesį tam tikrose situacijose. Pokalbio

metu aiškiai suformuluokite lūkesčius - taisykles, kokiam elgesiui bus pritariama, o koks elgesys bus sulaikomas. Pamokykite vaiką kitų, pozityvių, reagavimo į situaciją būdų.

- » Sudarykite ir išmėginkite aprašą, kuriame būtų išvardinami konkretų vaiką raminantys būdai (griežtas žvilgsnis, piršto pakėlimas aukštyn ir kt.). Galima taikyti netinkamo elgesio padarinių, elgesio problemų aptarimą ir sprendimą, nukreiptą į vaiko savianalizę. Jokiu būdu negalima aprėkti, bausti fiziškai, erzinti, pajuokti.
- » Jei vaiko agresyvumas išmoktas, jei taip jis prašo dėmesio, nereaguokite į jį agresyvaus elgesio situacijoje. Kai elgiasi tinkamai, skirkite jam daug dėmesio ir pagirkite.
- » Ypač svarbu pagirti vaiką, kai jis situacijoje, kurioje įprastai elgiasi agresyviai, pasielgia taikiai. Pasikalbėkite apie tai su vaiku, skirkite tam daug dėmesio.

Tėvų įtraukimas

Tėvai geriausiai pažįsta savo vaikus. Jie mokytojams gali suteikti daug naudingos informacijos apie savo vaiką. Nuosekliai ir sistemingai bendradarbiaujant mokytojui ir tėvams galima išsiaiškinti ne tik vaiko agresyvaus elgesio priežastis, bet ir siekti teigiamo, ilgalaikio vaiko elgesio pokyčio. Individualus pokalbis - tiesioginio bendravimo ir bendradarbiavimo su tėvais forma. Neretai mokytojui individualūs pokalbiai gali kelti nemažą įtampą. Įtampą sumažinti padeda pasiruošimas pokalbiui su vaiko tėvais:

- » pasirenkite pokalbiui iš anksto, apgalvokite pokalbio turinį, numatykite tikslus, įvertinkite galimas sėkmes ir nesėkmes;
- » apmąstykite teigiamus pokyčius, kilusius sunkumus, sudėtingas situacijas, kuriose vaikas buvo atsidūręs, ir kt.;
- » pasirūpinkite tinkamomis pokalbiui sąlygomis (konfidenciali aplinka ir kt.);
- » pakvieskite tėvus į pokalbį;
- » nurodykite susitikimo tikslą, pasiūlykite kelis laiko bei susitikimo vietos variantus;
- » aptarkite su tėvais vaiko dalyvavimo pokalbyje galimybes;
- » palikite laiko tėvams patiems pasikalbėti su savo vaiku, apmąstyti būsimą pokalbį;
- » priminkite tėvams apie suplanuotą susitikimą;
- » pradėkite pokalbį nuo teigiamų vaiko savybių, pagyrimų tėvams, teigiamų pokyčių;

- » pasitikėkite savimi ir išlikite ramūs;
- » būkite kantrūs, nepertraukinėkite, išklauskite ir išsiaiškinkite tėvų nuomonę;
- » duokite pakankamai laiko tėvams nusiraminti, jei tėvai nusiteikę priešišškai;
- » kalbant apie vaiko netinkamą elgesį ir pasekmes, nereikėtų jų pernelyg padidinti;
- » siūlykite problemų sprendimo būdus;
- » drauge apsvarstykite problemų sprendimo būdus ir siekite bendrų susitarimų;
- » visada tėvus padrąsinkite ir išreikškite tikėjimą šeimos pastangomis;
- » suplanuokite tolesnius susitikimus;
- » parodykite dėmesį tėvams, jei jie neatvyko. Pasiteiraukite, kas sutrukdė dalyvauti susitikime.

Prasmingas mokytojo dialogas su vaiku ir jo šeima padeda kurti bendravimo ir bendradarbiavimo atmosferą, abipusį pasitikėjimą ir geranoriškumą. Jei situacija, taikant įvairius pagalbos būdus, nesikeičia, kreipkitės į specialistus pagalbos.

Naudotos literatūros sąrašas:

1. Ginott, H.G. (2003). Tarp tėvų ir vaiko. Nauji senų problemų sprendimai. Vilnius: Via Recta.
2. Inkluzinis ugdymas ir komandinė pagalba mokiniui: metodinės rekomendacijos mokytojams ir švietimo pagalbos teikėjams (2011). Vilnius: Specialiosios pedagogikos ir psichologijos centras
3. Priešmokyklinio ugdymo turinio įgyvendinimas: metodinės rekomendacijos (2004). Vilnius: Lietuvos Respublikos švietimo ir mokslo ministerijos Švietimo aprūpinimo centras
4. Лютова, Е., Моница, Г. (2007). Шпаргалка для родителей. Санкт - Петербург: Речь

Rekomenduojama literatūra:

1. Breidokienė, R., Ignatovičienė, S. (2015). Pozityviosios tėvystės įgūdžių ugdymo metodinės rekomendacijos. Vilnius: Indigo print
2. Campbell, R. (2000). Vaikai pavojuje. Kaip padėti vaikui nugalėti pyktį. Kaunas: Sidabrinis trimitas

3. Hille, K., Evanschitzky, P., Bauer, A. (2015). 3 – 6 metų vaiko raida: psichologijos pagrindai ikimokyklinio amžiaus vaikų ugdytojams. Vilnius: Tyto alba
4. Lesinskienė, S., Karalienė, V. (2008). Emocinės raidos įtaka tolimesniam vaiko asmenybės vystymuisi. Vilnius: Printėja
5. Snyder, M., Snyder, R., Snyder, R. jaun. (2001). Vaikas tampa asmenybe: apie sveikos sąžinės ugdymą. Vilnius: Žmogaus studijų centras

Paruošė:

Psichologė Raimonda Butkevičienė,
Socialinė pedagogė Kristina Dubienė

NETINKAMO ELGESIO PROBLEMŲ SPRENDIMO EIGA

Mokytojas ir/ar kiti mokyklos bendruomenės nariai pastebi ar sužino apie netinkamą mokinio/mokinių elgesį

1 ŽINGSNIS: Mokytojo pagalba

Mokytojas

- » Stabdo netinkamą elgesį
- » Aiškinasi problemos priežastis
- » Padeda spręsti konfliktą/us

Pagalbos priemonės veikia

- » Stebi elgesio pokyčius
- » Taiko pozityvaus pastiprinimo būdus

ARBA

Mokytojo pagalbos priemonės neveikia
Reikia papildomos pagalbos

2 ŽINGSNIS: Nukreipimas į mokyklos Vaiko gerovės komisiją

VGK posėdis:

- » komisijos pirmininkas
- » mokytojas (-ai)
- » švietimo pagalbos specialistai
- » mokinio tėvai, mokinys

Įvertinama

- » Turima informacija
- » Taikytų priemonių efektyvumas/ neefektyvumas
- » Šeimos įsitraukimas bei galimas poveikis

Apibrėžiama problema

Problemai spręsti pakanka ugdymo įstaigos resursų

- » Rekomenduojama švietimo pagalba
- » Parengiamas elgesio korekcijos planas
- » Stebima pažanga
- » Įvertinami pasiekimai

ARBA

Problemai spręsti nepakanka ugdymo įstaigos resursų

- » Informuojamos teisinės ir pagalbos tarnybos
- » Pasitelkiami pagalbos specialistai

3 ŽINGSNIS: Bendradarbiavimas su pagalbos tarnybomis

Ugdymo įstaiga

- » Teikia informaciją, informuoja bendruomenės narius ir koordinuoja pagalbos procesą (sudaro sąlygas tyrimams, renginiams ir pasitarimams ir kt.)
- » Vykdo pagalbos tarnybų specialistų rekomendacijas
- » Vertina problemos/ų sprendimo pažangą

Pagalbos tarnyba

- » Teikia informacinę, ekspertinę (atlieka tyrimus, įvertina problemas ir priežastis) bei konsultacinę (individualiai ir grupėms) pagalbą.
- » Teikia rekomendacijas ugdymo įstaigos VGK ir bendruomenei
- » Stebi ir prižiūri problemos/ų sprendimo procesą

4 Žingsnis: Problemų prevencijos planavimas ir įgyvendinimas