

Rekomendacijos tėvams ir mokytojams dėl elgesio sunkumų vaikams su specialiaisiais ugdymosi poreikiais.

Vaikai su specialiaisiais ugdymosi poreikiais dažnai kartais elgiasi netinkamai – pyktis, impulsyvumas, agresija, isterijos ar atsiribojimas gali būti dažni. Svarbu suprasti, kad toks elgesys dažniausiai nėra sąmoningas – tai vaiko būdas parodyti, kad jis jaučia stresą, nerimą ar negali tinkamai išreikšti savo emocijų.

Štai keli dalykai, kuriuos gali daryti tiek tėvai, tiek mokytojai:

Išlaikykite ramybę.

Vaikai labai jautriai reaguoja į suaugusiųjų emocijas. Jei jūs supykstate ar pradėsite šaukti, vaiko stresas tik padidės. Pabandykite:

- kalbėti lėtai, ramiai;
- nepulkite bandomis ar grasinimais;
- leisti vaikui trumpam atsitraukti, jei jis susijaudinęs.

Supraskite elgesį.

Kiekvienas vaiko protrūkis turi priežastį. Prieš vertindami elgesį, paklauskite savęs:

- Ar jis pavargęs?
- Ar jaučia nerimą ar pyktį?
- Ar nesuprato, ko iš jo tikimasi?

Dažnai tai signalai, o ne sąmoningas „blogumas“.

Aiškios taisyklės ir rutina.

Vaikams su elgesio sunkumais labai padeda struktūra:

- Laikykite nuoseklios dienos tvarkos.
- Pateikite instrukcijas trumpai, aiškiai ir, jei galima, vizualiai.
- Jei kažkas keičiasi, informuokite iš anksto.

Pozityvus pastiprinimas.

Nepamirškite girti net už mažus pasiekimus. Pavyzdžiui:

- „Gera padarei, kad pakėlėi ranką, kai norėjai pasakyti.“
- „Matai, kaip puikiai pavyko nusiraminti?“

Fokusas ne tik į rezultatą, bet į pastangas, padeda vaikui jaustis vertinamu ir saugiu.

Mokymas tinkamų elgesio būdų.

Vaikai turi išmokti alternatyvių būdų išreikšti emocijas:

- Išmokyti pasakyti, kas skauda ar erzina.
- Pasiūlyti trumpas pertraukėles, piešimą ar kvėpavimo pratimus.
- Paskatinti ieškoti problemos sprendimo vietoj protrūkio.

Nuoseklumas.

Nuoseklumas tiek namuose, tiek mokykloje yra labai svarbus:

- Panašios taisyklės visur padeda vaikui jaustis saugiai.
- Pasekmės turi būti aiškios ir nedramatiškos.
- Tėvų ir mokytojų vieninga pozicija sumažina painiavą.

Elgesio sutrikimai – tai dažnai vaiko būdas parodyti, kad jam sunku. Ramus, kantrus, struktūruotas ir empatiškas suaugusiųjų požiūris gali padėti vaikui jaustis saugiai, išmokyti tinkamai išreikšti emocijas ir palaipsniui gerinti elgesį.