

Pagrindinės hiperaktyvių vaikų ugdymo kryptys

- ❖ Pedagogas turėtų būti pakantus, geranoriškas vaikui – nebarti, nemoralizuoti, nekaltinti. Jei suaugusieji su juo elgiasi ramiai, jis išmoksta taikaus reagavimo būdų. Kai vaikas padaro ką nors ne taip arba nusižengia, reikėtų jį sustabdyti ir ramiai paaiškinti, ką ir kaip reikia daryti tokioje situacijoje. Tai kartoti kiekvieną kartą, kai vaikas pažeidžia tvarką.
- ❖ Reikėtų nuolat pateikti trumpas aiškias instrukcijas. Trumpai ir suprantamai vaikui paaiškinti numatomų veiksmų eiliškumą, svarbą. Nuorodas reikėtų sakyti individualiai. Jei kas sakoma visiems, paskui vis tiek turi būti pakartojama hiperaktyviam vaikui dar kartą. Sakoma su teigiama nuostata „Tikiuosi tu darysi tai ir tai ir darysi gerai. Tikiuosi, kad pasistengsi“.
- ❖ Reikia patikrinti, kaip vaikas suprato nurodymą, paprašyti pakartoti, ką jam reikės daryti, kur eiti, ką paimti.
- ❖ Pratinti pačius vaikus duotą darbą dalinti į atskirus etapus, veiksmus. Pedagogas vaikui kiekvieną užduotį pateikia suskaidytą į etapus. Vaikas pratinamas atlikti tik vieną veiksmą, tačiau žinoti ir įsivaizduoti visus būsimus veiksmus ar etapus.
- ❖ Pateikti išorines vaizdines ar žodines užuominas, kada reikia tęsti ar baigti darbą. Pvz., naudoti specialias korteles
- ❖ Keletą kartų sugrąžinti vaiką prie veiklos, pastebėjus, kad jis nuo jos nukrypo. Po kiekvieno nukrypimo padėti vaikui susitelkti darbui – priminti, ką darė, paprašyti apžiūrėti, kiek jau padarė, ką ketino daryti toliau.
- ❖ Daryti trumpas judrias pertraukėles. Paskatinti pabėgioti, pašokinėti, paskui vėl nuteikti darbui.

- ❖ Suteikti laiko ir saugią aplinką judėti ir elgtis taip, kaip vaikui patinka, - „atsipalaiduoti“ nuo įtampos, kuomet reikia save kontroliuoti ir reguliuoti
- ❖ Užtikrinti tam tikrą dienos rutiną. Laikytis pastovios, aiškos ir nuoseklios dienotvarkės, kad vaikas visuomet žinotų, kas vyks netolimoje ateityje. Rasti darbingiausią laiką ir tuomet siūlyti darbelius ar kitą kruopštumo reikalaujančią veiklą.
- ❖ Keisti veiklą. Reikia galimybės pačiam vaikui keisti veiklą, ją pasirinkti. Kalbėti, kas ir kaip keisis, ką jam reikės daryti.
- ❖ Svarbu toleruoti veiklai mažiau trukdantį vaiko judėjimą.
- ❖ Teikti vaikui grįžtamąjį ryšį apie jo veiklą ir elgesį. Pasakyti savo nuomonę apie tai, kaip išklaušė ir suvokė užduotį, kaip ją atliko, ar buvo sukalbamas.
- ❖ Sudaryti galimybę patirti sėkmę. Negalima leisti, kad vaikas, labai stengęsis atlikti užduotį, jaustųsi jos neatlikęs arba nubaustas. Būtina sudaryti sąlygas vėl bandyti, padėti vaikui, kad veikla pavyktų, kad jį lydėtų sėkmė. Tai didina motyvaciją ir energiją veikti, priešingu atveju motyvacija mažėja, vaikas ugdomi bejėgiškumo jausmą.
- ❖ Nukreipti vaiką iš anksto tam tikrai veiklai, kad ji būtų produktyvesnė. Pvz., jam iš anksto pasakoma, ką reikės išgirsti skaitomame tekste ir įsidėmėti.
- ❖ Siūlyti tokius kūrybinės veiklos būdus, kurie leidžia greitai pamatyti rezultatą. Pvz., štampuoti kempine ir kurti pasakų pilį.
- ❖ Sudaryti ribojančią, struktūruotą aplinką. Vaikas turi turėti savo vietą mažiausiai blaškančioje aplinkoje. Būtinai širmelės, atitveriančios nuo kitų vaikų, ribotas priemonių skaičius ant stalo. Vaikui reikia ramybės kampelio, kuriame pailsėtų, nusiramintų, jei sudirgęs. Minkštas fotelis, čiužiniai padėtų slopinti hiperaktyvius judesius bendravimo valandėlių metu.

- ❖ Siūlyti struktūruotą medžiagą. Medžiagoje turėtų aiškiai skirtis esminiai ir neesminiai dalykai, detalės. Tinka žaislai, priemonės, kurios patogios pasitikrinti, ar nepadarė klaidų.
- ❖ Skatinti teigiamą elgesį ir tik vėliau taikyti bausmes.
- ❖ Iš anksto planuoti problemiškas situacijas ir pasikeitimus.
- ❖ Pamokyti specifinių savireguliacijos būdų.
- ❖ Nuolat prisiminkite, kad vaikas turi sutrikimą.
- ❖ Mokykitės atleidimo. Tai svarbiausias, bet sunkiausiai įgyvendinamas principas. Svarbu atsikratyti pykčio, nusivylimo, atstūmimo ir kitų nemalonių jausmų, kurie tą dieną kilo dėl vaiko judrumo ir blogo elgesio. Atleiskite vaikui už tai, kad jis yra sutrikęs ir ne visada gali kontroliuoti savo elgesį.



Judriems vaikams mokykloje ypač sunku, nes čia reikia sukaupti dėmesį. O jiems sudėtinga tai padaryti ilgiau nei kelias minutes. Nors paprastai, anot psichiatrų, hiperaktyvių vaikų intelektas yra normalus, tik jie nesugeba mokytis pagal savo galimybes. Svarbiausia, kad kuo labiau nesiseka tokiems vaikams mokykloje, tuo mažiau jie nori stengtis. Mokykloje impulsyviu savo elgesiu ir emocijomis hiperaktyvūs vaikai dažnai trikdo nusistovėjusią tvarką. Jie blaško ne tik mokytoją, bet ir visą klasę.





HIPERAKTYVIŲ VAIKŲ UGDYMO KRYPTYS



Šį sutrikimą galima diagnozuoti tada, kai ilgiau nei 6 mėnesius trunka bent 8 toliau išvardyti požymiai:

- Vaikas dažnai nenustygsta vietoje, nuolat mosuoja rankomis ar kojomis, rangosi kėdėje.
- Sunkiai ramiai nusėdi net tada, kai to reikalaujama – valgant, piešiant ir pan.
- Jį lengvai išblaško pašaliniai dirgikliai.
- Nekantriai trypčioja ir nervinasi, kai tenka ko nors palaukti.
- Dažnai skuba atsakyti į klausimą, nors dar neišgirdo jo viso.
- Niekada nebaigia piešti, daryti namų darbų, nesutvarko žaislų.
- Sunkiai susikaupia atlikdamas tam tikras užduotis (rašydamas, mokydamasis ar net žaisdamas).
- Dažnai nebaigęs vienos veiklos ją meta ir imasi kitos.
- Ypač daug kalba, klausinėja, komentuoja, įsiterpia į kitų pokalbius.
- Dažnai trukdo kitiems – kišasi į kitų vaikų žaidimus, reikalauja dėmesio.
- Paprastai atrodo, kad niekada neklauso, kas jam sakoma.
- Dažnai pameta savo daiktus, būtinus mokykloje ar namuose (žaislus, pieštukus, knygas, užduotis).
- Neretai imasi fiziškai pavojingos veiklos, neatsižvelgdamas į pasekmes (neapsidairęs išbėga į gatvę).



Specialioji pedagogė
Ana Stankutė
2012 m.

Kaip elgtis su hiperaktyviu vaiku?

Ugdant (auklėjant) hiperaktyvų vaiką, mokytojams (tėvams) rekomenduojama vadovautis tokiais pagrindiniais principais:

- Vaikas turi tuoj pat pajauti savo elgesio pasekmes, todėl jį reikia girti, kai jis gražiai elgiasi, o kai blogai – drausminti.
- Hiperaktyvūs vaikai mažiau reaguoja į žodinius pagyrimus. Todėl kai nenuorama būti geras, tėveliams rekomenduojama jį apkabinti, paglostyti, paskatinti maža dovanėle, saldumynais ar ypatingomis išvykomis.
- Stenkitės, kad visų šeimos narių reikalavimai vaikui būtų vienodi. Negali tėtis drausti, o mama atlaidžiai šypsotis ir leisti mažyliui netinkamai elgtis.
- Problemiškas situacijas reikėtų pasistengti planuoti iš anksto, pvz., jeigu su vaiku išsiruosite į svečius, aptarkite, kokio elgesio iš jo tikėtis. Priminkite, kokio paskatinimo vaikas gali tikėtis, jeigu bus mandagus ir gražiai elgsis.
- Nuolat prisiminkite, kad jūsų vaikas kiek kitoks, taip bus lengviau išlikti atlaidesniems ir supratingesniems. Pasistenkite išsaugoti humoro jausmą.
- Ir svarbiausia – išmokite atleisti savo atžalai. Kiekvieną vakarą, kai vaikai užmiega, prisiminkite jų elgesį ir jiems atleiskite. Atsikratykite pykčio, nusivylimo ir kitų nemalonių jausmų, kurie dieną kilo dėl mažojo nenuoramos elgesio.

Naudoti šaltiniai:

http://www.siauliai-r.sav.lt/go.php/lit/PPT_spezialistai_pataria
<http://www.mamosdienorastis.lt/>