

Projekts „Kā tikt galā ar skolēnu izaicinošu uzvedību“

Projekta Nr.2019-1-EE01-KA229-051598

Vebinārs 2021

Skolotāju ieteiktās metodes projekta vebināram „Kā novērst un tikt galā ar skolēnu izaicinošu uzvedību mājās“. Šeit varat iepazīties ar visu četru skolu pedagogu ieteikumiem.

Profesionālā vidusskola skolēniem ar fizisku invaliditāti (Slovākija)



Nr.	Ieteikumi.
1.	Organizēt ikdienas aktivitātes ar paredzamu dienas kārtību.
2.	Aktīvi komunicēt ar bērnu.
3.	Atbalstīt sociālo saskarsmi ar bērniem, kuriem ir dzirdes traucējumi. Izvairīties no šo bērnu atstumšanas.
4.	Uzslavēt bērnu par labi padarītu darbu, centieniem būt labam.
5.	Pieņemt klasesbiedru palīdzību, novērtēt komandas spēku.
6.	Jebkuru izaicinošu uzvedību apspriest ar pārējiem klasesbiedriem. Skolotājam iegūt pārējo audzēkņu atbalstu.
7.	Skolotāju pozitīva attieksme, nepārkāpjot pieļaujamo distanci.
8.	Jebkurai situācijai pieiet ar izpratni.
9.	Skolotājs runā, nepaceļot balsi.
10.	Motivēt skolēnus iegūt augstāku vērtējumu.
11.	Individuālas nodarbības, sarunas.
12.	Informēt vecākus par skolā notiekošo.
13.	Dienas grafika vizuāls noformējums.
14.	Lai organizētu skolas darbu, nepieciešami noteikumi un to ievērošana.

Rīgas Valda Avotiņa pamatskola



Nr.	Ieteikumi.
1.	Vecākiem ir svarīga loma uzvedības korekcijas procesā ilgtermiņā. Bērnā ir jāattīsta pašcieņa un empātija, lai pārvaldītu dusmas un emocijas.
2.	Izejot no zinātniskiem novērojumiem, jebkurai uzvedībai ir mērķis jeb funkcija. Ir jāanalizē izaicinoša uzvedība (uzmanības pievēršana, izvairīšanās no nevēlamā, vēlme tikt pie vēlamā utt.) un piedāvāt skolēnam citu, pieņemamu uzvedības modeli, kas ļauj sasniegt to pašu mērķi, kas šobrīd tiek sasniegts ar izaicinošu uzvedību.
3.	Pozitīva sadarbība starp vecākiem un klases audzinātāju. Saziņā jāizvairās no nemitīgi negatīvas informācijas.
4.	Individuālas sarunas. Sarunu sākt ar pozitīvo.
5.	Atbalstoša ikdienas rutīna. Bērns zina, ka paveicot noteiktu darbu, būs atpūta vai cita viņam patīkama aktivitāte.
6.	Pārslēgšanās no vienas (nogurdinošas) aktivitātes citā (interesantākā).
7.	Ir ļoti svarīgi, ka vecākiem ar bērnu ir labas un cieņpilnas attiecības. Šajā laikā, kad darbs un mācības lielākoties notiek attālināti, ir īstais laiks biežāk komunicēt ar bērnu, uzklaut viņu.
8.	Laikā, kad bērni mācās attālināti, vecāki pozitīvi novērtē skolotāja darbu. Gudrs klases audzinātājs ir ļoti labi iepazinis savu audzēkņu darbības un rīcību dažādās situācijās, tāpēc var būt palīgs vecākiem bērna uzvedības korekcijā.
9.	Laiks, kad bērni lielākoties atrodas mājās bez socializēšanās ar draugiem, var būt traumatisks un izraisīt izaicinošu uzvedību. Tieši tāpēc labas attiecības ar vecākiem ir ļoti svarīgas.
10.	Uzticēties bērnam, runāt ar viņu, iedrošināt lūgt palīdzību, ja tas nepieciešams.
11.	Skolēniem jāuzdod uzdevumi, kas nepārsniedz viņu spējas.
12.	Skolēnam jāsaprot, ko skolotājs cer no viņa sagaidīt, ņemot vērā ikviena bērna spējas un veselības stāvokli.
13.	Ļoti svarīgi zināt, kādi ir viņa hobiji un intereses. To atbalstot, var novērst nevēlamu uzvedību, jo bērns būs aizņemts ar lietām, kas viņu patiešām interesē.
14.	Harmoniskas attiecības mājās, ne tikai ar bērnu, bet arī starp vecākiem.
15.	Vecvecāku un citu radnieku loma pozitīvas attieksmes veidošanā.
16.	Ar savas uzvedības palīdzību bērns grib panākt savu, apmierināt savas vēlmes. Tāpēc jāatrod kompromiss, lai bērns panāktu vēlamu ar labu uzvedību.
17.	Svaigs gaiss, labs miegs - atslēgas vārdi labsajūtai un normālai uzvedībai.
18.	Nebaidīties no uzslavas un labiem vārdiem par labi padarītu darbu. Reizēm arī materiāls stimulants var būt noderīgs. Piemēram, bērns krāj naudu velosipēdam.

Nr.	Ieteikumi.
19.	Bērnām jāizjūt visi iespējamie labumi, ja viņš labi uzvedas. Tas sniedz motivāciju un ceļu turpmākai sadarbībai.
20.	Tradīcijas mājās - Ziemassvētku, dzimšanas dienu svinēšana ģimenes lokā bērnam sniedz drošības sajūtu, izraisa patīkamas emocijas.
21.	Vecāki nedrīkst atbalstīt skolēna negatīvu attieksmi pret skolu un skolotājiem.
22.	Savukārt vecākiem jāatturas izteikt negatīvas piezīmes par skolu un skolotājiem bērna klātbūtnē, īpaši, ja šis skolotājs ir autoritāte bērnam.
23.	Vecākiem jāzina, kas ir viņu bērna draugi.
24.	Vecākiem nevajadzētu slēpt savas problēmas no bērna, bet dalīties tajās, pajautāt padomu. Bērns jutīsies, kā pilntiesīgs ģimenes loceklis, gatavs palīdzēt.
25.	Pozitīvs dienas noslēgums - sarunas, vakariņu gatavošana kopā, galda spēles utt.

Pārnu Pāikese speciālā skola (Igaunija)



Pärnu Pāikese Kool

Nr.	Ieteikumi.
1.	Sadarbība starp vecākiem, skolu un skolotājiem.
2.	Būt konsekventam.
3.	Noteikumi un robežas uzvedībai mājās. Disciplīna.
4.	Skaidra un saprotama komunikācija ar bērnu. Saziņa ar attēliem, ja nepieciešams.
5.	Spēja paredzēt uzvedības cēloņus un sekas. Svarīgi tas ir bērniem ar īpašām vajadzībām (SEN), autiskā spektra bērniem.
6.	Sagatavot un atbalstīt pārslēgšanos no vienas aktivitātes citā.
7.	Ir vieglāk novērst izaicinošu uzvedību, nevis tikt ar to galā.
8.	Dienas režīma un aktivitāšu plānošana. Vizuāla palīdzība.
9.	Ievērot dienas plānu - ja mācās, tad mācās.
10.	Ir svarīgs signāls - darbs ir pabeigts. Ir jānorāda konkrēta vieta, kur novietot izpildīto darbu, tātad šī aktivitāte vai darbs ir pabeigts.
11.	Novērot un saprast - kas tieši ir izraisījis, kādi ir kairinošie faktori sliktai uzvedībai.
12.	Bērniem ar speciālām vajadzībām ļoti svarīga ir apkārtējā vide - vizuāla palīdzība, attēli, kas paskaidro veicamo darbu, būt elastīgam veicamā darba izpildes termiņa noteikšanā.
13.	Censties izvairīties no tā, ka bērns kļūst noguris vai aizkaitināts.
14.	Nodrošināt pietiekamu atpūtas laiku un padomāt par bonusiem, uzslavu vai citu veidu, kā iedrošināt bērnu darboties tālāk.

Nr.	Ieteikumi.
15.	Ja esi ar bērnu, tad esi kopā ar viņu - izslēdz TV, noliec malā telefonu.
16.	Vecākiem jāizglītojas pašiem - jāzina, kas ir bērns ar speciālām vajadzībām. Būt pacietīgam un elastīgam.
17.	Rotaļas laukā svaigā gaisā - tās nostiprina fizisko veselību, nodrošina kognitīvo un emocionālo/sociālo attīstību un uzlabo sensorās spējas.
18.	Regulāras fiziskās aktivitātes samazina trauksmi, attīsta ķermeni un motoriku.
19.	Nodrošināt atsevišķu vietu klasē vai citā telpā, kur bērns var pabūt viens.
20.	Būt atvērtam, jālūdz palīdzība, ja mājās netiek ar bērnu galā.
21.	„Vispirms - pēc tam“ pieeja problēmu risināšanā.
22.	<p>Pozitīvs iedrošinājums labākai uzvedībai:</p> <ul style="list-style-type: none"> • aktivitātes, kas bērnam patīk (patīkams darbs, koncerts, sports utt.), • brīvais laiks, • vārdiska uzslava, • ar ēdienu saistītas darbības (īpaši kārumi, nevis pārtika, kurai viņiem tāpat ir tiesības piekļūt), • dabūt vēlamos priekšmetus, (ja iespējams), • privilēģijas – mājas „komandas“ galvenais - to apstiprina ar speciālu nozīmīti utt. <p>Žetoni, uzlīmes. Bērns saņem balvu (piemēram, ceļojumu vai citu bērnam patīkamu aktivitāti) par labi padarītu darbu un saņēmis piecas zelta uzlīmes.</p>
23.	Uzvedības maiņa un tās sekas. Identificēt to, panākot izaicinošas uzvedības samazinājumu.
24.	Izmantot sociāli pieņemamas alternatīvas uzvedības maiņai (lēkāšana uz mini batuta, bumba stresa noņemšanai) nevis nosodīt un nosēdināt bērnu stūrī.
25.	Modificēt uzdevumus pēc situācijas - sadalot, saīsinot.
26.	Pēc nesaskaņām vai izaicinošas uzvedības viemēr jāatrod izlīgums ar bērnu.
27.	Nebaidīties no vārda „Nē“!
28.	Nevaram gaidīt, ka SEN bērni (bērni ar speciālām vajadzībām) būs spējīgi tikt galā ar uzdevumiem vieni. Vecāku vai skolotāju klātbūtne ir nepieciešama visu laiku.
29.	Ir nepieciešamas iepriekšminētās aktivitātes, lai bērns gūtu gan panākumus, gan iemācītos kaut ko jaunu.

„D-r Zlatan Sremec“ speciālā pamatskola



Nr.	Ieteikumi.
1.	Jebkurai izaicinošai uzvedības formai ir nepieciešams izzināt cēloni, lai to novērstu.
2.	Izprotot šādas uzvedības iemeslu, censties pārslēgties uz citu aktivitāti, lainovērstu tālāku situācijas saasinājumu.
3.	Tātad, jautājumam „KĀPĒC“ ir ļoti svarīga nozīme, lai novērstu izaicinošu uzvedību.
4.	Jānovelk uzvedības robežas, jārada droša vide, jānodrošina piemērots aizsargaprīkojums, ja bērnam ir tieksme uz pašagresiju.

Nr.	Ieteikumi.
5.	Vizualizācija – līdzīgu uzvedības piemēru analīze.
6.	Novirzīt sliktu uzvedības modeli ignorēto, ja tas ir saistīts ar uzmanības pievēršanu.
7.	Palīdzēt vecākiem atrast cēloņus izaicinošai uzvedībai, nodrošināt vizuālu atbalstu bērna ikdienas aktivitātēm.
8.	Kad atrasts cēlonis bērna izaicinošai uzvedībai, jācenšas viņu nomierināt, novirzot uzmanību uz lietām, kas viņam izraisītu patīkamas emocijas. Tā varētu būt krāsošana, nomierinoša mūzika, pastaiga.
9.	Mūzika relaksācijai un meditācijai, elpošanas vingrinājumi un nomierinošas aktivitātes.
10.	Ir jāatrod ārējie kairinātāji, kas ierosina izaicinošu uzvedību, tāpēc vizuālajam atbalstam (ikdienas aktivitātes attēlos) ir liela nozīme. Ar attēlu palīdzību var noskaidrot, kas bērnu satrauc.
11.	Bērnam ir jāiegūst uzticība. Katra laba uzvedība ir jānovērtē. Ja bērnam ir izaicinoša uzvedība, vecākiem jābūt mierīgiem un tā jāignorē.
12.	Vecākiem jāpavada daudz vairāk laika ar bērniem sarunājoties, lai noteiktu iemeslu, kas tieši izraisa izaicinošu uzvedību, reaģēt atbilstoši, lai mācītu saviem bērniem kontrolēt emocijas un būt konsekventam.
13.	Pievērst bērniem daudz lielāku uzmanību, sadarboties ar viņiem.
14.	Izaicinošas uzvedības izpausmes ir jāmazina, cik vien iespējams. Ja tas notiek, vecākiem ir jāsaņem mierš, bērns jāapskauj un jārunā klusā, mierīgā balsī. Jāapgūst elpošanas tehnika.
15.	Arī laba uzvedība ir jānovērtē.
16.	Motivēt bērnu - atbalstot, uzslavējot, mainot aktivitātes.
17.	Būt konsekventam un noteikt uzvedības robežas.
18.	Izvairīties no agresijas, novēršot izaicinošu uzvedību.
19.	Mierīga un pieklājīga saruna.
20.	Uzklausīt profesionāļu padomus, kā rīkoties izaicinošas uzvedības situācijās, tos izmantot, ja nepieciešams.
21.	Mierīga dienas rutīna: <ul style="list-style-type: none"> • izvairīties no sensorās pārslodzes, • vizuāls atbalsts, kas ir bijis efektīvs citās līdzīgās situācijās.
22.	Jāpievērš uzmanība, ja novērota paškaitēšana izaicinošas uzvedības kontekstā, īpaši, ja tai ir augsta intensitāte. Nepieciešama izolācija jau tai pašā brīdī, kad kļūst nomākts.
23.	Pirmajā vietā vienmēr ir bērna drošība. Jebkuras izaicinošas uzvedības pamatā ir vēlme tikt ievērotam, piesaistīt uzmanību. Nevienmēr šādai uzvedībai ir jāpievērš uzmanība. Reizēm pietiek ar aktivitātes maiņu.
24.	Izaicinošas uzvedības gadījumā nepieciešams novirzīt bērna uzmanību uz vēlamu objektu vai aktivitāti.
25.	Elpošanas un fiziskie vingrojumi.
26.	Lai vecāki tiktu galā ar bērnu izaicinošu uzvedību, viņiem pašiem jāsaņem mierš un paškontrolē.
27.	Novērst iemeslus, kas izraisa bērnā izaicinošu uzvedību, īpaši, ja tie ir zināmi.
28.	Miers un pacietība.
29.	Situācijas uzraudzība, konsultējoties ar psihologu vai speciālo pedagogu.

Eiropas Komisijas atbalsts šīs publikācijas sagatavošanai nav uzskatāms par satura apstiprinājumu, kas atspoguļo tikai autoru viedokļus, un Komisija nevar būt atbildīga par tajā ietvertās informācijas jebkādu izmantošanu.