

Taktiski un praktiski padomi uzvedības korekcijā

Klīniskā psiholoģe
Zane Kronberga



Kas ir uzvedība?

Kas ir uzvedība?

- Uzvedība ir kaut kas, kas IR.

(“neklausa”, “nav agresīva”, “neaiztiec citus”, “neko nedara”, “neiesaistās” – tā NAV uzvedība).

Kas ir uzvedība?

- Uzvedību var **NOVĒROT**
- Ko tieši bērns dara?
- Kas notika pirms tam?
- Kas notika pēc tam?
- Interpretācija ir mana ideja par notiekošo. Tā var būt kļūdaina.
- Novērojumam vienmēr būtu jābūt **PIRMS** interpretācijas.

Kas ir uzvedība?

- Uzvedībai vienmēr ir iemesls un mērķis.
- Uzvedība nav bezjēdzīga
(lai ko arī jūs par to būtu lasījuši internetā)

Nepiemērotas uzvedības iemesli bērnam ar autismu

* Izvairīšanās no nepatīkamā:

- Nepanesamas izjūtas

(korī guļas zemē un spiež ciet ausis, jo klavieru skaņa rada sāpes ausīs),

- Nepatīkami pienākumi

(nodarbības laikā lietas, kas nepatīk, met pa gaisu),

- Pieaugušie nav pamanījuši pirmās diskomforta pazīmes,

- Problēma: izšķirt “nespēju” un “negribu”.

Nepiemērotas uzvedības iemesli bērnam ar autismu

* Cenšanās dabūt patīkamo:

- Kārums, rotaļa, uzmanība utt.
- Grib kaut ko, bet neprot palūgt;
- Apbalvojums šādu uzvedību pastiprina.

Nepiemērotas uzvedības iemesli bērnam ar autismu

* Fizioloģiski iemesli:

- Nediagnosticēta slimība vai trauma;
- Miega traucējumi (neizguļas);
- Alerģija, gremošanas problēmas.

Nepiemērotas uzvedības iemesli bērnam ar autismu

*Sensorās uztveres īpatnības:

- Nepietiekoša reakcija uz maņu signāliem
(neizšķir starp citām skaņām, kad jūs viņu saucat);
- Saasināta reakcija uz maņu signāliem
(pārgurst no skaņu, krāsu, smaku jūklā);
- Sensoro stimulu meklēšana
(stereotipijas; aptausta citu cilvēku apģērbu, jo tam ir interesanta faktūra).

Nepiemērotas uzvedības iemesli bērnam ar autismu

*Emocionāli iemesli:

- Trauksme un bailes

- * Bērns nezina, kas sagaidāms;

- * Bērns nezina, kas tieši viņam jā dara (bet ļoti grib būt labs);

- * Jūs uzvedaties bērnam neprognozējami;

- * Notiek pēkšņas pārmaiņas, par ko viņš nav brīdināts.

Nepiemērotas uzvedības iemesli bērnam ar autismu

*Emocionāli iemesli:

- Frustrācija;
- Vilšanās;
- Pāridarījums / vardarbība;
- Netaisnības izjūta;
- Garlaicība;
- Pārāk zemas / augstas prasības.

Nepiemērotas uzvedības iemesli bērnam ar autismu

- * Izklaide un rotaļa (*man tik jauki dzenas pakal, ja es nočiepju mobilo telefonu...*);
- * Vēlēšanās ietekmēt situāciju.
- * Bērns precīzi izpilda to, ko Jūs viņam likāt (*“stāvi te un nekusties!”*).
- * Slikti pieaugušo piemēri (*mamma, kas kniebj bērnam*).

Mazliet par noteikumiem...

Lai noteikumus ievērotu, vajadzīgs, lai noteikumi IR.

Bērnam jābūt iespējai noteikumus UZZINĀT.



**Nerakstīti
noteikumi
pusaudžu
ballītē...**

... Kā jūs
varat dot
pusaudzīm
iespēju tos
uzzināt?



Uzvedības korigēšana:

1. Preventīvās stratēģijas

(daram kaut ko PIRMS nepiemērotas uzvedības rašanās);

2. Jaunu prasmju trenēšana

(mācam citu veidu, kā rīkoties);

3. Reakcija uz uzvedību

(rīkojamies noteiktā veidā PĒC tam, kad bērns ir nepiemēroti uzvedies).

Preventīvās stratēģijas

- Cenšamies novērst ārējos uzvedības cēloņus

(troksnis, sāpes, izsalkums, informācijas trūkums)

- Koriģējam savas prasības un uzvedību
- Mainam / pielāgojam vidi

Pieaugušā uzvedība:

- Saglabājam mieru.
- Esam konsekventi un paredzami.
- Dodam bērnam laiku.
- Ievērojam bērna stiprās puses.
- Mēģinām saprast bērna motivāciju.

Īpašas vajadzības: kaut kas īpašs ir VAJADZĪGS

- Redzes traucējumi:
- Dzirdes traucējumi:
- Kustību traucējumi:



SS.LV
socializācijas serviss

SS.LV
socializācijas serviss

Īpašās vajadzības bērniem ar autismu:

- Vizuāls atbalsts
- Skaidra informācija par to, kas sagaidāms un to, kas jā dara



Jaunu prasmju mācīšana

- Sekot otra cilvēka skatienam (vienotā uzmanība)
- Sekot norādošam žestam
- Izteikt lūgumu
- Palūgt palīdzību

Jaunu prasmju mācīšana

- Piemēroti sasveicināties un atvadīties
- Pievienoties spēlei
- Ievērot savu kārtu spēlē
- Nosaukt savas iniciatīvas

Jaunu prasmju mācīšana

- Skatīties acīs sarunbiedram
- leņemt piemērotu pozu sarunā
- levērot piemērotu distanci
- levērot piemērotu balss skaļumu

Jaunu prasmju mācīšana

- Runāt pēc kārtas
- Atbildēt uz jautājumiem
- Uzdot jautājumus
- Izteikt piemērotus komentārus
- Izvēlēties piemērotu sarunas tēmu
- Neteikt visu, ko domā
- Utt.

Sociālie stāsti

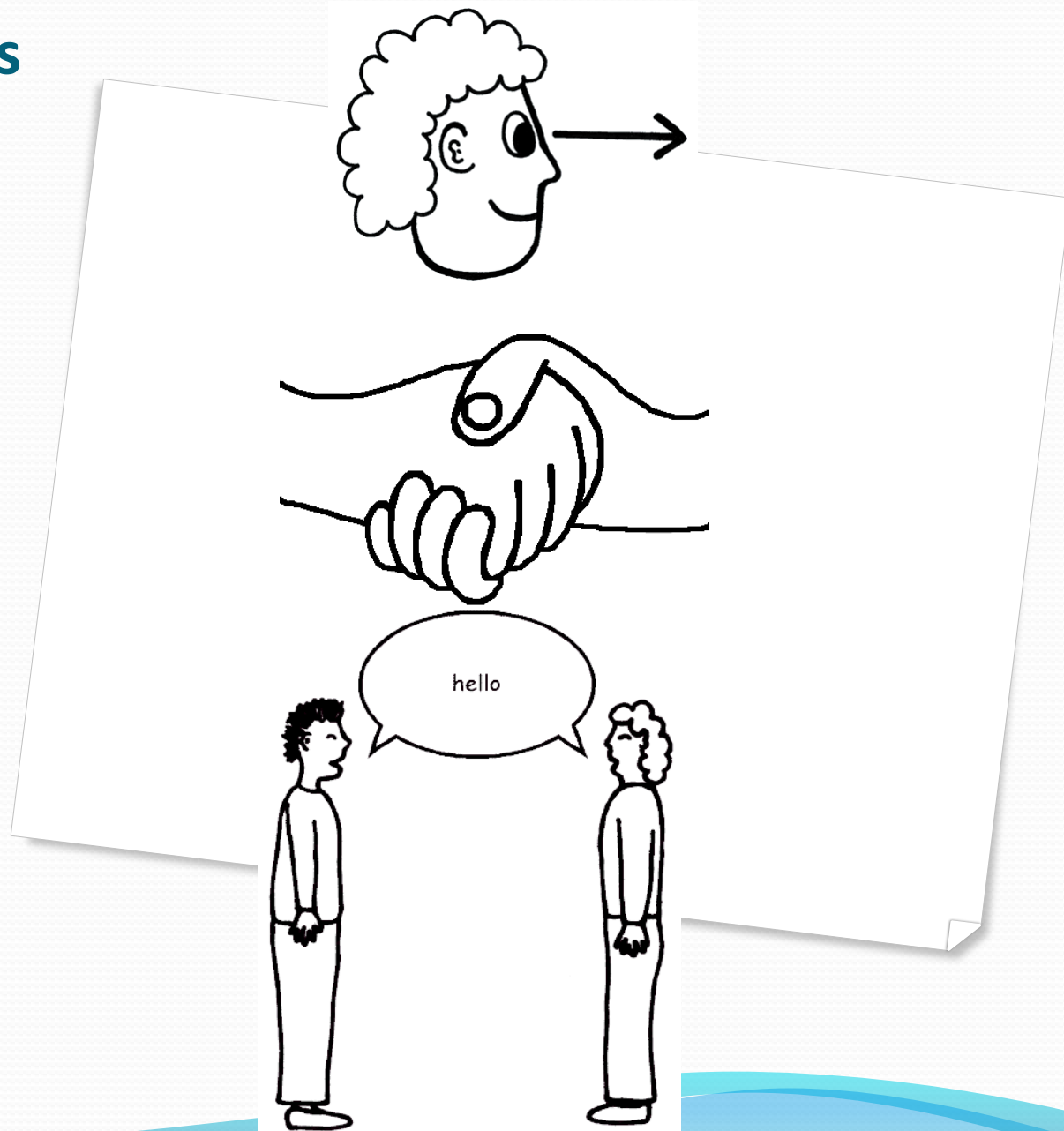
- Vienkāršs zīmēts “komikss” vai darbību saraksts
- Soli pa solim aprakstīts, kas notiek
- Paskaidrots, kas jādara
- Lielākam bērnam: arī kāpēc tā jādara, un kāds būs rezultāts

Sasveicināšanās

1. Paskaties
acīs

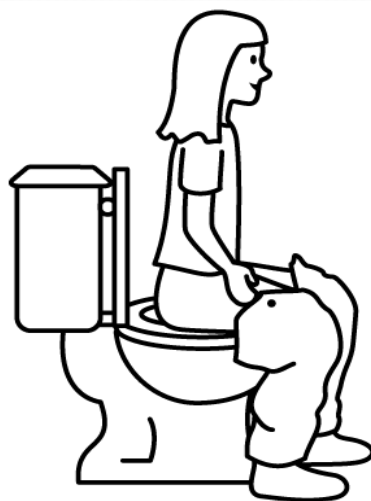
2. Paspied
roku

3. Saki:
“Labdien!”

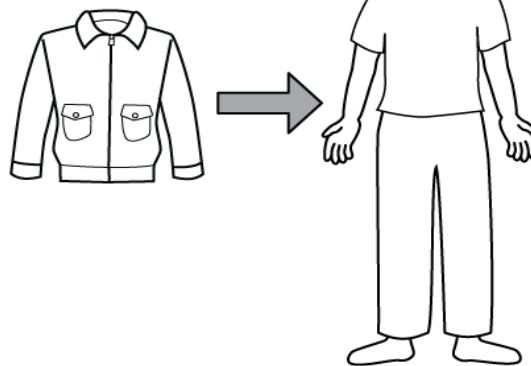


lešana ārā

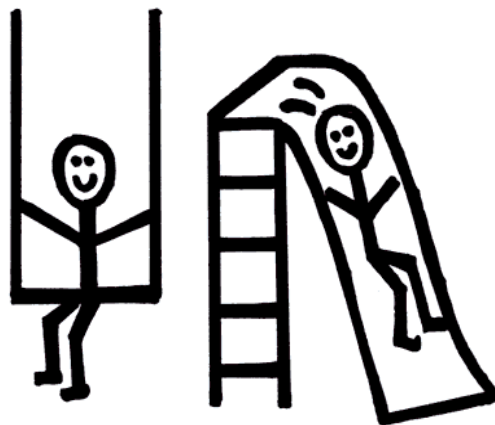
Vispirms
jāaiziet uz
tualeti



Tad jāuzvelk
virsdrēbes



Tad var iet uz
rotaļlaukumu



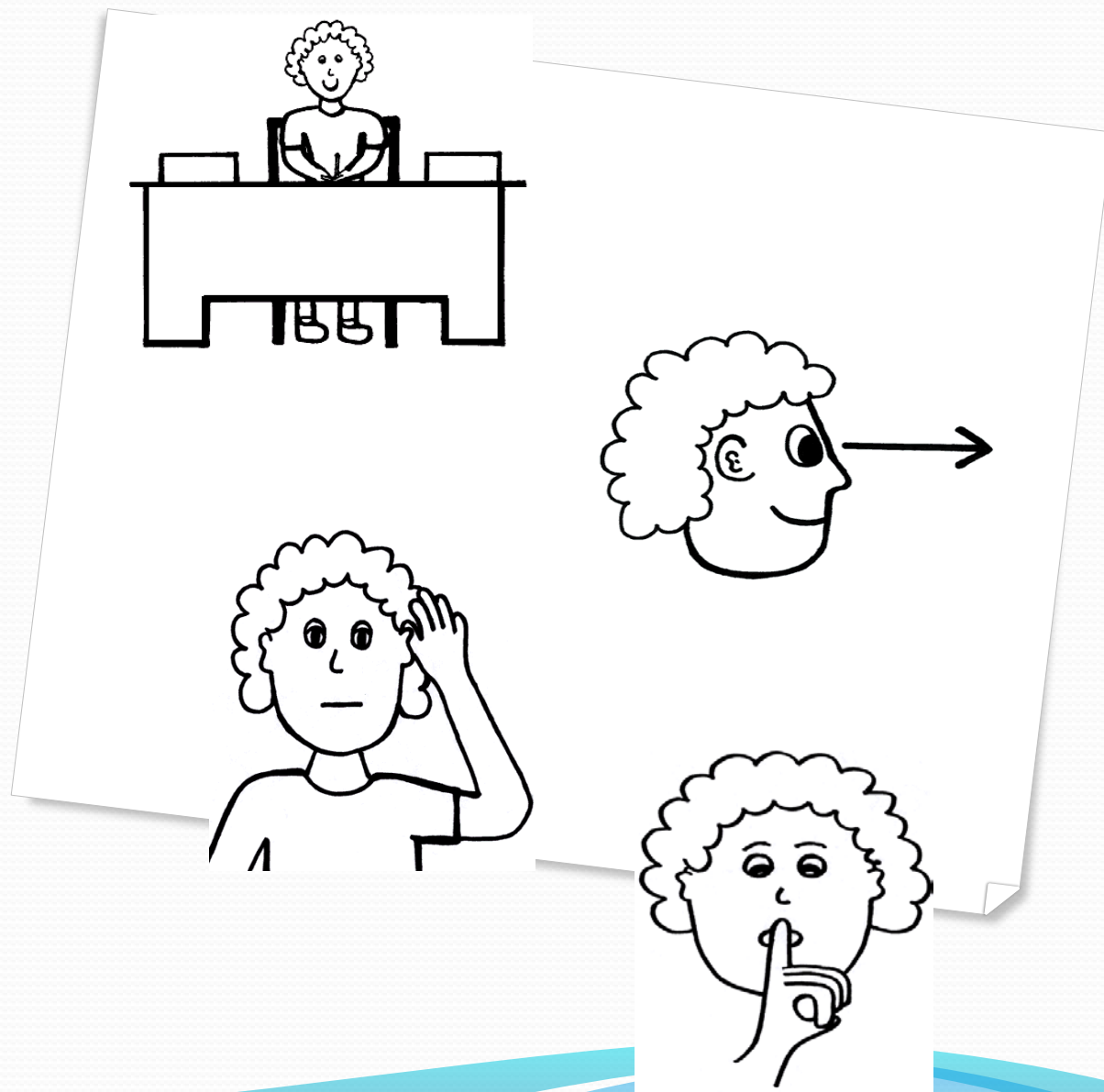
Uzvedība stundā

Katrs sēž
savā solā

Skatās uz
skolotāju

Klausās, ko
skolotāja
stāsta

Ir kluss



Bezmaksas piktogrammas internetā

- <http://www.do2learn.com>
- <http://www.pictoselector.eu>

Reakcija uz uzvedību

- Atkarīga no uzvedības iemesla.
- Zelta likums: piemērota uzvedība jāapstiprina, nepiemērota īsi jāpaskaidro (bet nenostādot to uzmanības centrā).
- Bīstama uzvedība jāaptur nekavējoties.
- Ideāli: ja skolā / bērnudārzā un mājās kopīga stratēģija

Iekļaušana parastā klasē

- Skolotājs ir apmācīts par bērnu ar AST uzvedības īpatnībām, vajadzībām un mācīšanās stilu;
- Vecāki ir informēti un atbalsta apmācības programmu;
- Speciālās un vispārējās izglītības komanda ir optimistiska par bērna iekļaušanas iespējām un cenšas darīt visu, ko var, lai iekļaujošo izglītību realizētu.

Iekļaušana parastā klasē

- Speciālās izglītības komanda regulāri satiekas, lai novērtētu bērna progresu.
- Klases audzinātājs saņem piemērotas konsultācijas un supervīzijas.
- Skolotājam ir pietiekoši laika, lai veiktu nepieciešamo mācību materiālu modifikāciju, vai arī viņam ir asistents, kurš to dara.
- Skolotājs veicina klasē sadarbības un ikviena atšķirību pieņemšanas atmosfēru.

Iekļaušana parastā klasē

- Klase nav liela.
- Klasē ir tikai 1 vai 2 bērni ar AST vai citām īpašām vajadzībām, kas prasa intensīvu pieaugušo atbalstu.
- Ja vajadzīgs, skolēnam tiek nodrošināts individuāls asistents.
- Ir pieejams atbalsts un vajadzīgās terapijas (logopēds, psihologs, ergoterapeits, uzvedības un sociālo prasmju konsultants).
- Ja nepieciešams, ir pieejamas atbalsta tehnoloģijas (dators, kalkulators).

Stratēģijas klasē

- Bieža skolotāja – vecāku komunikācija. Fokusēšanās uz vienām un tām pašām prasmēm.
- Darba sadalīšana saprotamos soļos.
- Ļaujiet bērnam darīt vienlaikus tikai vienu lietu.
- Izmantojiet gan redzi, gan dzirdi, gan kustības.
- Māciet noteikumus un dodiet daudz iespēju praktizēties. (Pa vienam noteikumam vienlaikus!)
- Ja bērns noguris – dodiet kustību pauzi (var apliet puķes, noslaucīt tāfeli, atnest materiālus no skapja u.tml.).