

## Kaip sumažinti įtampą ir padėti susidoroti su sunkumais mokykloje



- ✚ Užtikrinkite, kad turėtų vaizdinį tvarkaraštį (priklausomai nuo amžiaus ir poreikio – užrašytą ar pavaizduotą paveikslėliais), kad galėtų sekti kas ir kada vyksta mokykloje.
- ✚ Pakeitimus tvarkaraštyje pažymėkite, duokite laiko pasiruošti pokyčiams ir prie jų prisitaikyti.
- ✚ Vaikams būna lengviau, kai mokytojas kai kuriuos dalykus ar pavyzdžius informacijos pilname lape uždengia, kad neatrodytų labai prigrūsta.
- ✚ Kalbėkite ne per greitai, stabtelėti tarp sakinių.
- ✚ Prieš ką nors sakant, kreiptis į juos vardu sakinio pradžioje.
- ✚ Pateikite kuo aiškesnius, išsamesnius nurodymus ką turėtų padaryti.
- ✚ Mokyti sekasi geriau, kai aiškinate ne tik žodžiu, bet yra pavaizduota piešiniu, diagrama ar užrašyta.

- ✚ Nepykite, jeigu klausydami nežiūri (kartais tiesiog negali vienu metu aprėpti informacijos, kurią gauna ir klausydami, ir žiūrėdami).
- ✚ Jeigu tema neįdomi, sudominti gali lipdukai, skatinamieji prizai, susiejimas su vaiką dominančiu dalyku, pažadas leisti užsiimti mėgstama veikla, kai atliks užduotį.
- ✚ Suteikite daugiau pagalbos ir supratingumo, kai jiems reikia rašyti. Kai kuriems vaikams lengviau rašyti tik lapuose su linijomis.
- ✚ Siekiant išvengti sunkumų, pasirūpinkite, kad vaikas turėtų darbų/užduočių/veiklų sąrašus, kurie primena ką ir kokia seka reikia atlikti.
- ✚ Turėtų būti „tylos kampelis“ ar kita kokia rami vieta. Vaikams svarbu žinoti, kad po atliktos užduoties (pamokos), jie galės atsipūsti, ramiai pabūti.
- ✚ Perprasti bendravimo taisykles gali padėti socialinių situacijų repetavimas, grupinis bendravimo įgūdžių lavinimas.

Parengta pagal „Pasikalbėjime apie Aspergerio sindromą“. Vadovas draugams, artimiesiems, specialistams.



## Aspergerio sindromas



## Padėkime vaikams mokytis

Parengė  
Prienių švietimo pagalbos tarnybos  
specialioji pedagogė  
Zita Linkevičienė

2019 m.

## Pažintis su Aspergerio sindromu

- ✚ Vaikai, kuriems yra nustatytas Aspergerio sindromas (toliau – AS), pasižymi tam tikrais gabumais ir susiduria su tam tikrais sunkumais.
- ✚ Vaikai su AS yra individualūs, todėl AS kiekvieną veikia skirtingai.
- ✚ AS sindromas reiškia, kad vaiko smegenys gerai apdoroja tam tikro pobūdžio informaciją, pavyzdžiui skaičius ir faktus, tačiau sunku susitvarkyti su ta informacija, kuri padeda suvokti, ką kiti žmonės galvoja, jaučia ar nori jam perduoti.
- ✚ Jie gali turėti gerą atmintį, jiems gali sektis matematika, dirbti su kompiuteriu, gali turėti daug žinių apie patinkančius dalykus, tačiau jiems gali būti sunku suprasti ir laisvai bendrauti su kitais žmonėmis.



## Ką svarbu žinoti ugdant šiuos mokinius



- ✚ **Sunku suprasti kitų kūno kalbą:** veido mimiką, gestus, judesius. Bendraudami gali nosisukti, nežiūrėti į akis. Tai nereiškia, kad jie nesiklauso, tuomet tiesiog jaučiasi nejaukiai ir nepatogiai.
- ✚ **Žodžius supranta tiesiogine reikšme.** Jiems sunku suprasti pokštus, metaforinius pasakymus. Tai gali sukelti įtampą, tuomet nusimena, supyksta, gali padaryti ką nors nemalonaus visai to nenorėdami.
- ✚ **Sunku suprasti pokštus, metaforinius pasakymus.** Tai gali sukelti įtampą, tuomet nusimena, supyksta, gali padaryti ką nors nemalonaus visai to nenorėdami.

- ✚ **Trikdo triukšmas:** buvimas triukšmingoje aplinkoje, netikėtai atsiradęs triukšmas, greitas ir garsus kalbėjimas. Buvimas dideliame žmonių būryje gali kelti didelę įtampą. Jiems sunku atsiriboti nuo nereikalingų garsų, vaizdų ar kvapų. Įtampai sumažinti geriausia būtų pabūti kur nors ramiai ir tyliai.
- ✚ **Nemėgsta siurprizų.** Įprastinė, iš anksto žinoma dienotvarkė gali padėti jiems ramiai ir saugiai jaustis. Jeigu ketinate keisti planus, įspėti reikia iš anksto, išsamiai paaiškinti (dar geriau būtų ir užrašyti) kas vyks ir ko iš vaiko tikimasi.
- ✚ **Turi problemų dėl motorinių įgūdžių.** Ne visada gali valdyti savo kūną ir kontroliuoti judesius taip, kaip norėtų. Jei norite pademonstruoti judesį, stovėkite nugara į vaiką arba šalia, galima pasitelkti veidrodį.
- ✚ **Sudėtinga įsitraukti į bendrą žaidimą.** Bijo žaisti kartu, nes sunku sulaukti savo eilės, numatyti ką darys kiti. Žaisdami jaučiasi gerai, kai patys pasirenka žaidimą ir nusistato taisykles. Kartais jiems geriau tyliai pažaisti vieniems.