

## Elgesio ir/ar emocijų sutrikimai ir sunkumai

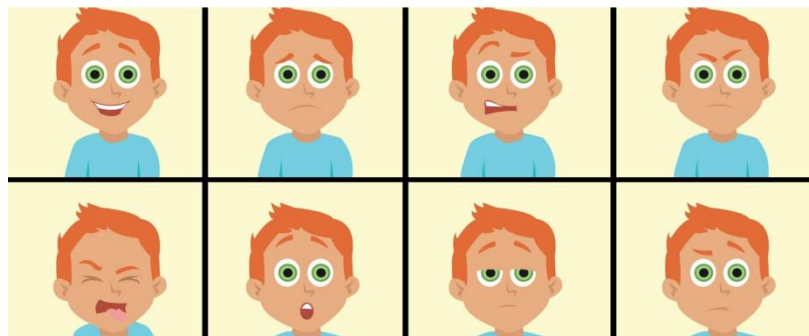
Elgesio ir emocijų sutrikimų turinčių arba su jais susiduriančių vaikų ir paauglių keliami iššūkiai turi būti ne tik šeimos bei jį supančios artimos aplinkos rūpestis, bet ir visos visuomenės interesų sritis. Todėl ypač svarbia ir aktualia tema tampa šių vaikų ugdymo aspektai ir galimybės.

Pasak Barkauskienės ir Zacharevičienės (2019), edukacinėje praktikoje susiduriama ir su *elgesio ir/ar emocijų sutrikimais*, ir su *elgesio ir/ar emocijų sunkumais*. Pastarieji apibūdinami kaip sutrikimo lygio nesiekiantys elgesio ar emocinių sutrikimų požymiai, kurie trukdo asmens socializacijai ir saviraiškai. Autorės pabrėžia, jog jei vaiko elgesys ar (ir) emocijos trukdo jo socialinei adaptacijai ir saviraiškai (neleidžia atsiskleisti), tačiau požymių nepakanka sutrikimui nustatyti, laikoma, kad vaikas turi elgesio ar (ir) emocijų sunkumų. Elgesio ir/ar emocijų sunkumai gali reikštis:

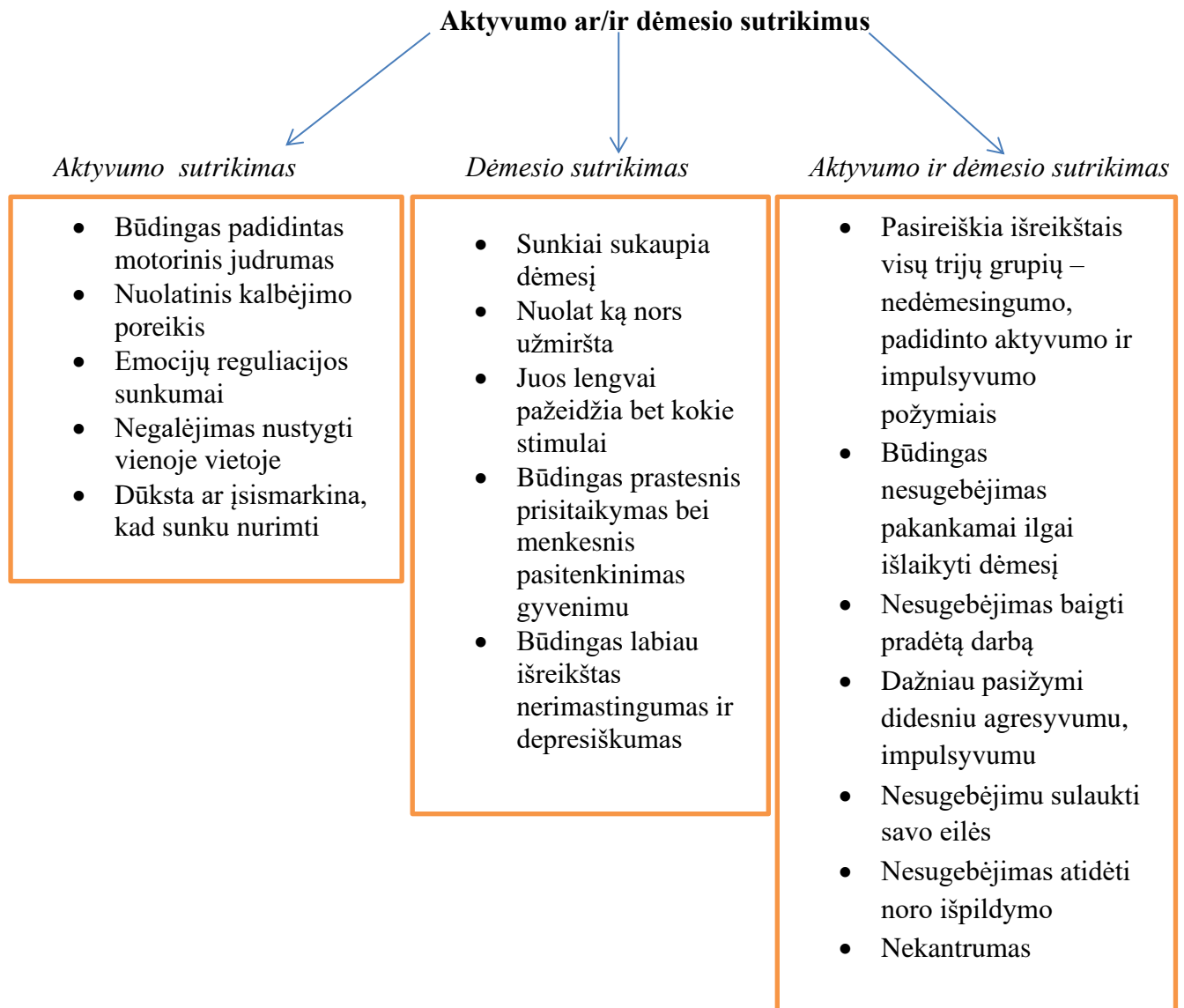
- netinkamu, nepriimtiniu, agresyviu, provokuojamu, įžūliu elgesiu tam tikrose situacijose,
- staigiais emocijų pokyčiais,
- menku savęs vertinimu,
- nerimu, susirūpinimu, baimėmis.

Šie sunkumai atsiranda tik tam tikrose situacijose, yra laikini ir gali būti veiksmingai sprendžiami laiku suteikiant kokybišką pagalbą. Kai toks elgesys išlieka stabilus, veikia vaiko prisitaikymą gyvenime ir gali virsti sutrikimais.

Elgesio ir emociniai sutrikimai įvardijami kaip heterogeniška grupė sutrikimų, pasireiškiančių elgesio ar/ir emocinėmis reakcijomis, ryškiai besiskiriančiomis nuo įprastų amžiaus, kultūros ir etinių normų bei išreikštu nedėmesingumu, impulsyvumu ar/ir prasta elgesio reguliacija. Jiems būdinga tai, kad jie nėra tik laikina, tikėtina reakcija į stresą keliančius aplinkos įvykius, o kaip tik pasireiškia nuolat ir ne mažiau nei dviejose skirtingose srityse bei nepasiduoda intervencijoms, taikomoms bendrojo ugdymo aplinkoje (Barkauskienė, Zacharevičienė, 2019).



Elgesio ir/ar emocijų sutrikimai skirstomi į:



*Aktyvumo ar (ir) dėmesio sutrikimai* pasireiškia amžiaus neatitinkančiais dėmesingumo (nesugebėjimas pakankamai ilgai išlaikyti dėmesį, baigti pradėtą darbą), padidėjusio aktyvumo, arba hiperaktyvumo (bėgiojimas, judėjimas, triukšmavimas, kai reikia sėdėti ramiai, įkyrus elgesys) ir impulsyvumo (nesugebėjimas sulaukti savo eilės, atidėti noro išpildymo) požymiais. Šie požymiai ryškėja jau ikimokykliniame amžiuje. Sutrikimui būdinga reikštis bent dviejose aplinkose (pavyzdžiui, namuose ir mokykloje). Aktyvumo ir dėmesio sutrikimą turintiems vaikams labai svarbi subalansuota dienvakė ir veiklų įvairiapusiškumas. Labai svarbu užtikrinti pakankamą miego trukmę (nuo 8 iki 12 valandų per naktį) ir pasirūpinti, kad vaikai bent 60 min. per dieną užsiimtų vidutinio ar didelio intensyvumo fizine veikla (Čalkaitė, Kerševičiūtė, Diržius, 2022).

## Elgesio sutrikimus

### Prieštaraujančio neklusnumo sutrikimas

- Pagrindinis požymis yra nepaklusnumas, konfliktas tarp kontrolės ir paklusnumo, konfliktas su autoritetu
- Būdingi dažni amžiaus neatitinkantys ir neįprasti pykčio protrūkiai, ginčai su suaugusiais, dažni atsisakymai vykdyti suaugusių reikalavimus, taisyklių pažeidimai, tyčiniai veiksmai
- Dažnai kaltina kitus dėl savo klaidų ir neteisingo elgesio, įsižeidžia ir lengvai supyksta, pyktis išlieka arba būdingas pasipiktinimas, piktdžiuga ar kerštingumas

### Elgesio sutrikimas (asocialus elgesys)

- Dažnai inicijuoja muštynes, dažnai baugina, šantažuoja, ieško priekabių, tyčia sukelia kitiems skausmą, žemina ar kankina, žiauriai elgiasi su gyvūnais, įvykdo nusikaltimą aukai matant (pvz., apiplėšimas)
- Tyčia gadina kitų žmonių nuosavybę, tyčia padega su rizika ir noru sukelti rimtus nuostolius
- Dažnai meluoja ar nesilaiko žodžio, kad gautų naudos ar išvengtų atsakomybės, įsilaužia į namus ar automobilius, vagiliauja.
- Nepaiso tėvų draudimų ir dažnai pasilieka lauke sutemus, dažnai praleidžia pamokas, bėga iš namų

*Elgesio sutrikimai* pasireiškia pasikartojančiu ir nuolatiniu kitų teises pažeidžiančiu, agresyviu ir provokuojamu, įžūliu elgesiu. Elgesio sutrikimai nustatomi, kai toks elgesys trunka ilgiau nei 6 mėnesius, be to, būtina atsižvelgti į vaiko amžiaus tarpsniams būdingus elgesio ypatumus. Turintiesiems šių sutrikimų būdingi pykčio proveržiai, dirglumas, irzlumas, šiurkštumas, nemandagumas, autoritetų neigimas, maža tolerancija frustracijai, atsakomybės stoka, negebėjimas užsibrėžti ir siekti tikslo, užuojautos, gėdos, įžvalgų stoka. Elgesio sutrikimai gali prasidėti vaikystėje arba paauglystėje.

## Emocijų sutrikimus

### Nerimo spektro sutrikimas

- Žemesni akademiniai pasiekimai
- Vengia atsakinėti per pamokas
- Susiaurėjusi užklasinė veikla
- Padidintas priklausomumas nuo kitų (pvz., mokytojo).
- Neturi draugų arba turi jų mažiau nei bendraamžiai
- Vengia lankyti mokyklą

### Nuotaikos spektro sutrikimas

- Pasitenkinimo jausmo praradimas
- Socialinis užsisklendimas
- Žema savivertė
- Akademiniai sunkumai
- Biologinių funkcijų sumažėjimas
- Dėmesio koncentracijos sunkumai

*Emocijų sutrikimai* pasireiškia nerimu dėl savo elgesio, mokslų, namų darbų, egzaminų, ateities ir kt. dalykų, įprastos veiklos vengimu, nuolatine liūdna ir slogia nuotaika, irzlumu, jautrumu, ankstesnio domėjimosi praradimu, nuovargiu ir įtampa. Šie sunkumai yra nuolatiniai ir žymūs, neatitinka raidos etapui būdingo elgesio, trikdo asmens mokymąsi ir gebėjimą užmegzti ir palaikyti patenkinamus santykius su bendraamžiais ir suaugusiaisiais.

## **Rekomendacijos darbui su vaikais, turinčiais elgesio ir/ar emocijų sutrikimą**

- Organizuoti veiklas, kuriose mokinys turėtų galimybę patirti sėkmę, nes tai didintų jo motyvaciją bei stiprintų savivertę.
- Atkreipti dėmesį į savo balso toną ir jį valdyti.
- Stengtis su mokiniu palaikyti teigiamus emocinius santykius.
- Svarbu parinkti tinkamą sėdėjimo vietą, kadangi mokiniai turintys elgesio ir/ar emocijų sutrikimą yra jautrūs pašaliniam dirgikliams.
- Nubrėžti vienodas leistino elgesio ribas tiek mokykloje, tiek namuose. Elgesio taisyklės turėtų būti nesudėtingos ir konkrečios
- Sudaryti aiškią skatinimo (pvz: šviesoforas, žetonai) bei netinkamo elgesio pasekmių sistemą.
- Turėti idėjų užsiėmimams pertraukų metu, kadangi šiems mokiniams reikalinga struktūruota veikla (pvz: judrieji žaidimai).
- Atkreipti dėmesį į mokinio veiklos tempą ir pagal jį skirti užduotis (pvz: užduotys gali būti atliekamos dalimis).
- Sudaryti sąlygas dalyvauti neformaliojo ugdymo užsiėmimuose, kadangi mokinys turės galimybę nukreipti savo netinkamą elgesį į jį dominančią sritį. Be to, bus ugdomi vaiko socialiniai įgūdžiai.
- Esant net menkiausiam teigiamam poslinkiui mokinio elgesyje jį pagirti ir paskatinti.
- Namų darbus skirti pagal mokinio galimybes bei gebėjimą sukonzentruoti ir išlaikyti dėmesį (pvz: duoti trumpesnes užduotis).
- Analizuoti ir komentuoti vaiko elgesį, o ne patį vaiką (pvz: vietoj „tu esi labai blogas“ sakyti „tu pasielgei netinkamai“ arba „tavo elgesys yra netinkamas ir nepriimtinas“).
- Sudėtingesnes užduotis duoti atlikti iš ryto kai vaikas jaučiasi pailsėjęs.
- Stebėti situacijas, kurios paskatina netinkamą mokinio elgesį ir pasistengti jų išvengti.
- Bendradarbiauti su mokinio tėvais siekiant surasti tinkamiausią problemų sprendimo būdą.

### Naudota literatūra

- Barkauskienė, R., Zacharevičienė, A. (2019). Darbas su vaikais, turinčiais elgesio ir emocinių sunkumų bei sutrikimų. Vilnius: Nacionalinė švietimo agentūra.
- Bielskytė-Simanavičienė, E., Paurienė, L. (2017). Elgesio ar (ir) emocijų sunkumų arba sutrikimų turintys vaikai: ugdymo ir pagalbos teikimo specifika. Vilnius: LR švietimo ir mokslo ministerijos Švietimo aprūpinimo centras. Prieiga per internetą: <[https://www.nsa.smm.lt/wp-content/uploads/2020/07/Elgesio-ir-emocijusunkumu\\_GALUTINIS.pdf](https://www.nsa.smm.lt/wp-content/uploads/2020/07/Elgesio-ir-emocijusunkumu_GALUTINIS.pdf)> [žiūrėta 2023-01-10].
- Čalkaitė, I., Kerševičiūtė, A., Diržius, E. (2022). Covid-19 pandemija ir aktyvumo bei dėmesio sutrikimas. Sveikatos mokslai Nr. 3 (32). p. 175-178. Prieiga per internetą: <<https://sm-hs.eu/wp-content/uploads/2022/07/2022-SM3Internetas-175-178.pdf>> [žiūrėta 2023-01-11].
- Prieiga per internetą: <<https://www.emokykla.lt/bendrasis/bendrosios-programos/atnaujintos-bendrosios-programos>> [žiūrėta 2023-01-12].