

atmintinė

Į KĄ SVARBU ATKREIPTI DĖMESĮ, GRĮŽTANT PO KARANTINO Į MOKYKLAS

pedagogams ir švietimo pagalbos specialistams



VILNIAUS PEDAGOGINĖ PSICHOLOGINĖ TARNYBA



Kiekviena mokslo metų pradžia pareikalauja iš visų mokymosi proceso dalyvių pastangų prisitaikant prie mokyklos tvarkos ir reikalavimų. Tačiau 2021-2022 mokslo metų pradžia bus ypatinga – tam įtakos turėjo iki tol nepatirtos situacijos ir išgyvenimai.

Dėl Covid-19 pandemijos paskelbus karantiną, mokinių ugdymo procesas buvo pakeistas iš betarpiškos formos į nuotolinį ugdymą. Ilgas karantinas paveikė ugdymo proceso turinį, pobūdį, aplinką ir, svarbiausia, mokinių, tėvų bei mokytojų sąveikas bei vaidmenis.

Atsižvelgiant į tai, galima numanyti, kad į klases grįžtantys vaikai išgyvens nelengvą laikotarpį. Tikėtina, kad dalis mokinių grįš pasikeitę – jiems sunkiau seksis sukaupiti ir išlaikyti dėmesį, prisiminti taisykles ir bendrauti grupėje. Pamokų metu jie gali užsimiršti, kad bendrauja nebe per nuotolį ir pan.

Nepaisant Valstybės pastangų sudaryti sąlygas visiems vaikams mokytis nuotoliniu būdu, jų pasiekimų rezultatai ne visada ir ne visiems buvo sėkmingi dėl objektyvių ar subjektyvių veiksnių. Tai būdinga ne tik Lietuvai. UNESCO atkreipia dėmesį, kad globaliu mastu karantinas išryškino nelygybę: ne visi turėjo technines priemones, trūko įgūdžių jomis naudotis. Dar labiau atskirti liko specialiųjų poreikių turintys vaikai – nuotoliniu būdu jiems teikti pagalbą buvo sunku, kilo iššūkių sprendžiant vaikų maitinimo ir kitus paramos šeimoms klausimus. Todėl nūdienos situacijoje dar svarbiau laikytis įtraukiojo ugdymo nuostatų. Prisiminti, kad įtraukusis ugdymas yra nesibaigiantis procesas, kurio esmė – ugdymosi pasiekimus stabdančių kliūčių identifikavimas ir šalinimas, padedant visiems mokiniams siekti geresnių rezultatų, aktyviai dalyvauti ugdymo veikloje, ypatingą dėmesį skiriant pažeidžiamų mokinių grupėms, kurioms iškyla marginalizavimo, iškritimo iš ugdymo sistemos, neišnaudotų gebėjimų grėsmės. Daugiau apmąstymų šia tema galima rasti Vilniaus PPT specialistų parengtoje medžiagoje „**Įtraukiojo ugdymo rekomendacijos**“.

Ruoštis darbui po karantino reikia kaip ir kiekvienais naujais mokslo metais, o kartu svarbu įsisąmoninti nuotolinio ugdymo metu patirtus sunkumus bei atrastas galimybes, rūpintis ne tik mokinių akademine pasiekimais, bet ir jų psichosocialine gerove.



GALIMI IŠŠŪKIAI IR REKOMENDACIJOS JIEMS ĮVEIKTI

ADAPTACIJA

Mokslo metų pradžioje svarbu skirti daugiau laiko visų klasių mokinių prisitaikymui mokykloje. Po užsitęsusio karantino **adaptacijos laikas gali būti ilgesnis ir sunkesnis** nei po įprastų vasaros atostogų. **Siekiant lengvesnės pokarantinės mokinių adaptacijos ugdymo įstaigoje, svarbu:**

- apie grįžimo į mokyklą ypatybes su mokiniais kalbėti nedelsiant, aptarti jų išgyvenimus: baimes, lūkesčius, nuogąstavimus ir pan.;
- priminti apie tinkamą elgesį mokykloje: elgesio normas, taisykles pamokų ir pertraukų metu įvairiose mokyklos erdvėse;
- aptarti galimai dėl saugumo pasikeitusią bendrą tvarką mokykloje: asmens higieną, saugumo priemones, socialinę distanciją.

INTEGRACIJA

Ilga izoliacija galėjo turėti įtakos bendravimui, santykiams su bendraamžiais, paveikti klasės santykių dinamiką (pvz., iširo ankstesnės draugystės, o naujos neužsimezgė). Labiausiai paveikti gali būti pirmų, penktų ir devintų klasių mokiniai, nes grupės integracija nespėjo įvykti iki karantino paskelbimo, o senoji referentinė grupė buvo prarasta. Svarbu suprasti, kad šioje situacijoje vaikas gali išgyventi subjektyvų izoliacijos jausmą, kuris neišnyksta ir grįžus į kolektyvą. **Gerinant mokinių grupių integravimą svarbu:**

- skirti dėmesio ir laiko ne tik klasių valandėlių, bet ir viso ugdymo proceso metu, ypatingai atkreipiant dėmesį į 1-2, 5-6, 9-10 klases;
- stebėti grupės procesus, mokinių tarpusavio santykius, atkreipti dėmesį į galimus atstumtuosius bei nuošaly liekančius vaikus ir padėti jiems integruotis;
- grupės formavimui ir integralumo jausmo didinimui siekti geresnio tarpusavio pažinimo (pvz., naudojant integracinius žaidimus), skatinti bendrą veiklą, kurti naujas patirtis ir išgyvenimus (pvz., taikant grupinius ugdymo metodus, rengiant išvykas, žygius). Tai turėtų tapti nuolatine klasės gyvenimo dalimi, kad būtų kompensuoti izoliacijos sukelti praradimai.



MOKYMO SI SUNKUMAI

Nuotolinis mokymas(is) kaip ugdymo forma pasiteisino daliai mokinių (pvz., gerai besimokantiems, motyvuotiems, turintiems geresnius savarankiškumo ir savireguliacijos įgūdžius), o kitiems – sukėlė mokymosi sunkumų (pvz., socialiai jautrių šeimų vaikams, specialiųjų ugdymosi poreikių turintiems mokiniams, silpniau besimokantiems ir mažiau motyvuotiems, gerai besimokantiems, bet tinkamo socialinio bei akademinio grįžtamojo ryšio negaunantiems mokiniams, ar moksleiviams besirengiantiems pereiti į kitą ugdymo etapą). **Siekiant įveikti nuotolinio mokymo(si) sukeltas problemas, svarbu:**

- išsiaiškinti ir padėti įveikti individualias kiekvieno mokinio žinių ir įgūdžių spragas;
- mažinti mokinių nerimą dėl patiriamų mokymosi sunkumų, kelti motyvaciją įveikti spragas: akcentuoti net ir nedidelę daromą pažangą, kelti realistinius lūkesčius;
- skirti laiko ir jėgų mokomosios medžiagos kartojimui ir įtvirtinimui, spragų įveikimui naujas žinias perteikiant palaipsniui ir dalimis;
- bendradarbiaujant su tėvais išsiaiškinti vaiko mokymosi ir emocinės būsenos sunkumus, telkti švietimo pagalbos specialistus optimalios pagalbos planavimui ir teikimui, pavyzdžiui, Individualaus pagalbos plano sudarymui didelių SUP turintiems mokiniams.

NETEKTYS

Dėl užsitęsusios izoliacijos vaikai **neteko įprastos dienotvarkės ir veiklos struktūros**. Mokiniai neberekėjo keltis, susitvarkyti ir eiti į mokyklą, jie nebegalėjo lankyti būrelių, susitikti su draugais ir pan. Nemažai šeimų išgyveno įtampą santykiuose, baime netekti darbo, patyrė finansinių sunkumų. Tai vedė prie krizės išgyvenimo, galimo nusivylimo partneriu ar net skyrybų. Tokios stresą keliančios patirtys neišvengiamai veikė vaikų savijautą. Dalis vaikų patyrė nerimą dėl artimųjų sveikatos – sunkios ligos, hospitalizavimo ar **netekties dėl Covid-19 ligos**. Giminaičių ar pažištamų mirtis priartėjo prie vaiko gyvenimo ir kėlė jausmų sumaištį, didino nerimą. Vaiko išgyvenamas gedulas apsunkina mokymosi procesą ir grįžimą į socialinį gyvenimą. **Siekiant padėti vaikui įveikti netektį būtina:**

- stengtis kuo greičiau atkurti įprastą mokyklos gyvenimo ritmą. Palaikyti pusiausvyrą tarp vaiko poreikio bendrauti, ilsėtis ir mokytis;
- išsiaiškinti konkrečias kiekvieno vaiko gyvenimo aplinkybes, jo patirtis ir netektis;
- suprasti, kokios pagalbos reikia konkrečiam vaikui ir telkti mokyklos bei tėvų bendruomenę šios pagalbos teikimui;
- atidžiai stebėti vaiko jausmų pasaulį, emocinės būsenos kaitą, suteikti emocinę paramą: nuolat atspindėti vaiko jausmus ir būsenas, rodyti pozityvią perspektyvą, kad sunkumai gali būti įveikti, o netekties skausmas sumažės. Siekiant geriau suprasti mokinių emocinę būseną gali padėti **anoniminė mokinių apklausa**.



RAIDOS IŠŠŪKIAI

Dalis vaikų karantino metu įžengė į kitą raidos tarpsnį, ir tai galėjo įvairiai paveikti jų galimybes tvarkytis su patiriamais iššūkiais. **Pradinukams** itin svarbus mokinio vaidmuo, ryšio su mokytoja sukūrimas ir palaikymas bei socialinių įgūdžių formavimas bendraamžių grupėje. Su nuolatine tėvų priežiūra mokantis namuose, vaikai neteko galimybės klysti ir mokytis iš savo klaidų, patirti jų pasekmes, įgyti savarankiškumo. Dirbdami grupėje vaikai mokosi savireguliacijos: susikaupti, atsiriboti nuo pašalinių dirgiklių, atidėti savo poreikių tenkinimą, derinti juos su kitų poreikiais. **Paaugliai** neteko referentinės grupės, tam tikra prasme, sustojo jų socializacija, o kartu ir emocinė raida. Tėvai jiems tapo vieninteliu realybės išpūdžių šaltiniu. Kita vertus, paaugliai dar labiau įsitraukė į virtualų pasaulį ir virtualius santykius. Daugeliui paauglių grįžimas į mokyklą gali sukelti nerimo dėl pasikeitusios fizinės išvaizdos – kai kurie labai paaugo, priaugo svorio, prasidėjo balso mutacija. **Siekiant vaikams padėti, svarbu:**

- skirti dėmesį socialinių, savarankiškumo įgūdžių formavimui: palaipsniui mažinkite suaugusiųjų pagalbą ir kontrolę, tikėkite jų galimybėmis tvarkytis su reikalavimais;
- toleruoti vaikų poreikį padidintam aktyvumui, judrumui, skirti tam laiko ir erdvės: pertraukų metu žaiskite aktyvius žaidimus, pamokų metu darykite pedagogines pertraukėles;
- aktyviai įgyvendinti prevencines socialinių įgūdžių lavinimo programas;
- vengti viešai komentuoti paauglių fizinę išvaizdą, rengimosi stilių ir kitas saviraiškos formas. Apie sunkumus ir pedagogams kylantį nerimą dėl paauglio elgesio ir savijautos kalbėti su juo individualiai;
- stebėti paauglių grupės santykius. Padėti jiems naujai pažinti vieniems kitus ir atkurti santykius, pavyzdžiui, skiriant grupines užduotis;
- padrąsinti įveikti sunkumus ir skatinti ieškoti naujų jų sprendimo būdų.

ATSPARUMO UGDYMAS

Tyrimais buvo nustatyta, kad dalis jaunuolių, net ir gyvendami labai nepalankioje aplinkoje, geba suformuoti pozityvų savęs vaizdą ir realizuoti savo potencialą. Kiti, net ir gyvendami pakankami geromis sąlygomis, to negali pasiekti. Pandemijos metu psichosocialinės sąlygos kai kurioms šeimoms ir jose augantiems vaikams gali būti tapatinamos su **psichologinės krizės išgyvenimu. Krizes sėkmingai įveikti padeda:**

- teigiamas savęs vaizdas, vertybės, ateities planai;
- stiprūs emociniai santykiai tiek šeimoje, tiek už jos ribų;
- turimi įgūdžiai ir gebėjimai;
- rūpinimasis kasdieniais gyvenimo poreikiais (sveika mityba, miego ir poilsio režimas, fizinis aktyvumas), teigiamų nuostatų į rūpinimąsi savimi ir sveiką gyvenseną formavimas;
- vykdoma žalingų įpročių prevencija.



NAUDINGI SKAITINIAI

Dirbantiems su pradinukais:

Hoffmann, K. W., Roggenwallner, B. (2005). **EQ PROGRAMA VAIKAMS. EMOCINIŲ INTELEKTĄ LAVINANTYS ŽAIDIMAI.** Vilnius: Presvika.

Erkert, A. (2011). **ŽAIDIMAI AGRESIJAI ĮVEIKTI.** Vilnius: Presvika.

Dirbantiems su įvairių amžiaus tarpsnių vaikais:

Lietuvos respublikos švietimo ir mokslo ministerija (rengėjai: Bulotaitė, L., Gudžinskienė, V., Monkevičienė, O., Jakučiūnienė, D.). (2004). **GYVENIMO ĮGŪDŽIŲ UGDYMAS.** Vilnius: ŠCA.

Bennett, B., Rolheiser-Bennett, C., Stevahn, L. (2000). **MOKYMASIS BENDRADARBIAUJANT. KUR JAUSMAI IR PROTAS SUSITINKA.** Vilnius: Garnelis.