

Как да подкрепите емоционалните нужди на дете с обучителни затруднения

Какви са признаците, че вашето дете страда от ниска самооценка, тревожност или депресия и как можете да помогнете?

Основната, и естествена, тревога на родителите, когато чуят, че детето им е диагностицирано с обучителни затруднения, е как това ще се отрази на резултатите му в училище. Това, върху което не се замислят, а би трябвало, е как тези затруднения повлияват на детето в емоционален аспект.

Не всички деца, които имат обучителни затруднения, са потиснати, тъжни или тревожни, но почти всяко от тях преминава поне веднъж през период на емоционална борба. За тях не е лесно да видят как изостават от връстниците си в училище. Дори и да се преструват, че не го забелязват или пък че не ги е грижа, борбата в училище може да е много неприятно изживяване.

Основни знаци, които могат да ви подсказват, че детето води вътрешна емоционална борба:

понижена самооценка;

повишена тревожност - особено в ситуации, свързани с училището или с учене;

повишена тъга или раздразнителност;

непристойно или по-агресивно поведение;

физически симптоми като главоболие или болки в стомаха;

ниска мотивация.

Някои признаци, като плач или тревога, са очевидни, но други, като пристъпите на агресия, често не могат да бъдат разбрани и предвидени. Лаура Филипс (Laura Phillips), доктор по психология и невропсихолог към Института за детско психично развитие обяснява динамиката. „Понякога децата предпочитат да са „лоши“ или да са клоуните в класа, вместо да ги възприемат като „тъпи“. По този начин те се опитват или да отклонят вниманието от училищните си неуспехи, или да възприемат поведението на хора, на които не им пука, с цел да запазят имиджа си пред останалите.

Освен да им помогнат да развият уменията си и да намерят стратегия, която да акцентира върху силните им страни, родителите трябва да обърнат внимание и на емоционалните нужди на детето. Ако забележат, че то е измъчвано от вътрешна борба, би било добре да опитат да разберат какво точно го притеснява.

1. Децата мислят, че са „тъпи“

Особено силно изразено е в периода преди да им бъде поставена диагнозата. Децата често забелязват, че не възприемат и не научават със същите темпове като връстниците си и предполагат, че просто не са умни колкото тях. За съжаление, те могат да продължат да се самоопределят като такива, дори след поставяне на диагнозата „обучителни затруднения“.

Какво да предприемем:

Обяснете на детето си какво точно означава „обучителни затруднения“

Възможно е то да не знае, но по дефиниция „обучителни затруднения“ предполага, че ученикът притежава минимум средно ниво на интелигентност, изяснява д-р Филипс. Диагнозата се поставя от експерт, който установява, че детето не може да постигне естествено заложен му капацитет за научаване в дадена област. За едно такова дете може да се окаже изключително важно да чуе, че обучителните трудности, които изпитва, нямат нищо общо с интелигентността.

Обсъдете го заедно

Най-добрият вариант е вие, детето и специалистът, който работи с него, да поговорите заедно за обучителните му затруднения. Понякога родителите смятат, че то няма да разбере, но експерт в тази сфера би могъл да помогне да намерите най-подходящия език за етапа от развитието, в който то се намира.

Мислете за посланията, които изпращате

Детето е много чувствително спрямо емоциите на родителите си. Ако усети, че вие не можете да приемете диагнозата лесно или че я приемате като нещо лошо, най-вероятно и то ще изпитва същото.

Помислете за собствените си чувства

Обучителните трудности могат да бъдат наследствени и като такива, вие може да се почувствате гузни или да се върнете назад към собствените си тежки спомени. Може дори да поискате среща със специалист, на която да обсъдите вашите притеснения. Най-добрият начин да помогнете на детето си да има положително отношение към диагнозата е като вие самите сте положително настроени към нея.

2. Децата смятат, че са различни от съучениците си

Повечето деца не искат да се различават от приятелите си. Ето защо, когато те биват измъкнати от училищната среда, за да им се преподават частни уроци или са изпитвани от учителя, те се страхуват, че няма да могат да покажат това, което се иска от тях. Те се чувстват объркани и изолирани. Подобни преживявания ежедневно могат да разрушат самооценката на детето и да го карат да се страхува да ходи на училище.

Какво да предприемем:

Попитайте учителите как се чувства детето

Д-р Филипс разказва, че понякога работи с училищата, за да помогне на учителите да разберат как се чувства конкретен ученик с обучителни затруднения. Когато едно дете се притеснява твърде много да чете например, тя съветва учителите да го изчакат то само да вдигне ръка и да поиска да чете. Ако учителят трябва да оцени уменията му за четене според учебния план, може би е по-добре да го направи на четири очи. Ученикът и учителят биха могли да си измислят техен таен сигнал, който да е знак, че той има нужда от помощ или чувства, че започва да се напруга твърде много.

Отличете ученика и с похвала

Децата, които изпитват затруднения в училище, може да имат усещане, че привличат основно негативно внимание. Когато учителите полагат специални усилия и обръщат внимание дори и на малките успехи на тези ученици, това може да повдигне настроението им и да им вдъхне увереност. Д-р Филипс отбелязва, че това е и много ефективна техника за успокояване на деца, които са склонни да избухват с цел отвличане на вниманието.

Намерете подходящата академична среда

Понякога тези деца се чувстват различни, защото се нуждаят от повече помощ, отколкото получават. Работете с училищния персонал и с детегледачката, ако имате такава, за да откриете какви са нуждите му и дали ги посрещате адекватно. Може да има нужда от повече удобства, различен тип преподаване или дори смяна на училището. Д-р Филипс обръща внимание на факта, че има специализирани учебни заведения, които предлагат подкрепа в самото училище, като част от индивидуален учебен план, вместо да учи допълнително след края на учебните часове. Този тип училища са по-добре адаптирани за специфичните социални, емоционални и поведенчески нужди на децата.

3. Децата се изтощават

За съжаление, обучителните затруднения при децата често означават, че трябва да учат по-сериозно от останалите. А това, от своя страна, води до прекарване на повече време в писане на домашни, взимане на частни уроци и работа с образователен терапевт. Фокусирането върху

онова, което ги затруднява за дълъг период от време кара тези деца да се чувстват фрустрирани и обидени. Много вероятно е и да отслаби мотивацията им в училище.

Какво да предприемем?

Помнете, че успехът води до успех

Много е важно у детето да се създаде нагласата за успех, а не за провал. Учители, терапевти и родители трябва да поставят съвсем осъзнато скромни и постижими цели пред детето. Когато то види, че се справя и има напредък, ще намери мотивация да продължи напред и да полага още повече усилия.

Открийте таланта му

Това е най-важното за дете с обучителни затруднения. Не е необходимо да откривате страстта му или пък онова, което ще прави до края на живота си. Повечето деца не стават професионални атлети или пък балетни танцьори. Всяко дете обаче има талант. Открийте това, което обича да прави и го кара да се чувства способно. Дайте му време да развива този свой талант. Колкото повече го развива, толкова по-самоуверено и щастливо ще бъде.

Източник: childmind.org, UdaipurPost.com