

Контроль поведения при дистанционном обучении Информация для родителей и опекунов

Предпосылки/цель

Эти рекомендации носят временный характер на период дистанционного обучения детей в связи с пандемией COVID-19. Многим родителям требуется помощь в контроле проблемного поведения их ребенка, находящегося на дистанционном обучении дома. Цель представленных здесь рекомендаций – помочь родителям и опекунам в создании продуктивной, безопасной и здоровой среды обучения, отвечающей потребностям и ребенка, и взрослого.

Поддержка положительного поведения дома при дистанционном обучении

Родители и опекуны должны учитывать, какое влияние эти изменения (страхи и/или тревоги по поводу COVID-19, переживание за здоровье и благополучие членов семьи, значительные перемены в установленном порядке и пр.) оказывают на учебу ребенка. Под воздействием изменений в нашей жизни мы можем столкнуться с серьезными проблемами в организации и поддержке обучения своих детей. Проявляйте терпение и чуткость по отношению к ребенку (да и к себе тоже), ведь вы – неотъемлемая часть команды учителей, парапрофессионалов и поставщиков сопутствующих услуг, совместными усилиями стремящихся поддержать его учебу.

Возможно, что на основании данных, которые были собраны в течение обычной учебы ребенка в школе, для него был разработан План коррекции поведения (VIP). Если вы еще этого не сделали, обратитесь к учителю с просьбой ознакомить вас с его содержанием. Важно помнить, что проблемное поведение, демонстрируемое ребенком дома, может сильно отличаться от такового в школе в силу перехода от школьной учебной среды к домашней. Вы должны продолжать координировать свои усилия со школьной группой для поддержки учебы ребенка, достижения прогресса в выполнении целей IEP и решения его поведенческих проблем. Ребенку не требуется VIP для получения описываемой здесь поддержки.

Групповое взаимодействие: поддержание связи семьи и школы

При необходимости обращайтесь за поддержкой к учителю(ям), парапрофессионалу и/или поставщику сопутствующих услуг, работающих с ребенком. Учителя и парапрофессионалы могут поддерживать связь с вами и вашим ребенком по телефону и/или путем видеоконференции. Поделитесь с ними распорядком дня, тем, что получается в условиях дома хорошо, а что может мешать дистанционному обучению. Поинтересуйтесь учебными привычками ребенка, предпочтительными занятиями, тем, что ему нравится, а что – нет, а также хорошо сработавшими в школе видами поддержки. Спросите их, как реализовать аналогичные меры вмешательства и поддержки в домашних условиях. Держите регулярную связь с учителями ребенка, чтобы они были в курсе его прогресса дома.

Инструменты и стратегии контроля поведения при дистанционном обучении

Совместно с учителем, парапрофессионалом и поставщиками услуг подготовьте план по контролю поведения ребенка при дистанционном обучении дома. Поведение может сигнализировать о подразумеваемых требованиях или функциях и сообщить нам, чего ребенок хочет, а чего – нет в данной ситуации. Поведение может меняться по мере изменения ситуации. Следовательно, поддержка и меры вмешательства, которые были эффективны в школе, могут нуждаться в корректировке или адаптации к новой домашней среде обучения. Для вас очень важно понаблюдать, когда ребенок с интересом участвует в дистанционном обучении, а когда – испытывает фрустрацию или отвлекается от выполнения задания. Учитель ребенка может помочь вам в сборе информации о целесообразности выбранной меры вмешательства и, при необходимости, ее корректировки.

- Создайте структурированное расписание повседневных занятий на весь день (утренний распорядок, дистанционные занятия, распорядок на вечерние часы). Привлеките остальных членов семьи к подготовке такого расписания и поместите его на видном месте (например, на холодильнике или в местах общего пользования).

- Некоторым детям, чтобы оставаться сосредоточенными и выполнять задания, необходимы регулярные перерывы, поэтому включите их в распорядок и дайте знать ребенку, что у него по-прежнему будут перемены между занятиями и чем он может заняться в это время (предложите ему приемлемые варианты, включая связанные с физической активностью).
- Важно, чтобы ваши требования к ребенку были реалистичными и соответствующими его возрасту. Каждый ребенок уникален и имеет индивидуальный учебный стиль и потребности. Учитывайте возраст ребенка; многим детям трудно усидеть на месте целое занятие, особенно при дистанционном обучении. Детям младшего возраста могут понадобиться более активные перемены или практические занятия в дополнение к учебным, более старшим – поддержание общения со сверстниками. Для учащихся промежуточной и средней школы сверстники/окружающий социальный мир занимают значительное место в их обучении; примите во внимание возможность безопасного виртуального взаимодействия ребенка со сверстниками.
- Посоветуйтесь с учителем ребенка касательно указаний в текущей IEP по организации учебной среды, в частности, об использовании подсказок и напоминаний (устных или визуальных, а также обратного отсчета, таймера).
 - См. в приложении инструкции и примеры досок «сначала/потом» (First/Then Board).
 - Там же помещены инструкции и примеры виртуального расписания и распорядка.
- Разделение заданий на более управляемые для ребенка части – это стратегия, которую учителя используют, чтобы уменьшить его недовольство и обеспечить успешное выполнение. Если задание состоит из нескольких частей, вы можете определить ребенку цель выполнить одну часть, дать ему время обдумать информацию, сформулировать ответ и четко объяснить свои выводы. Посоветуйтесь с учителем, парапрофессионалом и поставщиками услуг ребенка.
- При эскалации поведения ребенка (например, при нервном срыве, криках, выражении фрустрации, замыкании в себе/самоизоляции), дайте ему возможность, время и место, чтобы отрегулировать свое эмоциональное состояние и успокоиться. Взаимодействуя с ребенком в такой ситуации, используйте нейтральную интонацию, говорите спокойно, не выражая суждения. Если ребенок с интересом участвует в занятии, по возможности, с учетом выполняемого задания и в зависимости от поведения, не забывайте его хвалить. Обращайте внимание на правильное поведение ребенка. Согласованность важна.
- Ограничивайте предлагаемые ребенку варианты количеством, также приемлемым для вас. Таким образом вы даете ему возможность в какой-то мере контролировать ситуацию и тем самым предотвращаете конфликт. Так, если вы хотите, чтобы ребенок убрался в комнате, пусть он сам решит, с чего начать, а по окончании уборки похвалите или наградите его.
- Сохраняйте спокойствие: это не только послужит ребенку примером самоконтроля, но и покажет ему, что вы готовы прийти на помощь. Даже если вы наказываете ребенка, ваши меры должны быть разумными, направленными на поощрение надлежащего поведения.
- Не забывайте о своем физическом и эмоциональном здоровье и будьте к себе добрее. Если не все в сегодняшних занятиях прошло гладко, сфокусируйтесь на том, что получилось хорошо. (Да, ведь что-то получилось! Даже если у вас нет такого ощущения.) Завтра вы сможете попробовать еще раз или изменить подход. Обращайтесь за помощью и советами к учителю, парапрофессионалу и поставщику сопутствующих услуг.

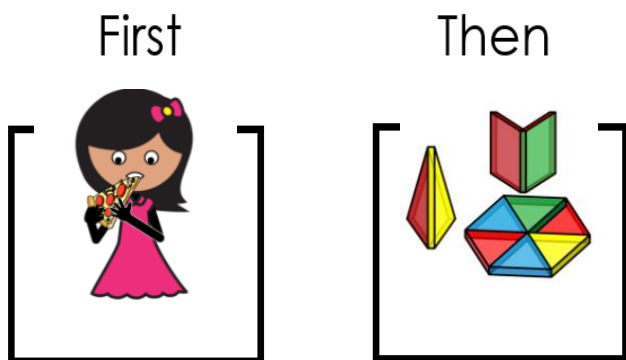
Приложение. Ресурсы для родителей по поддержке дистанционного обучения

Доски «сначала/потом»

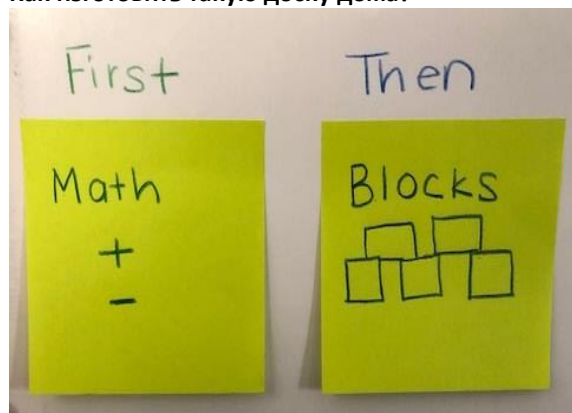
Назначение: Доска «сначала/потом» (First/Then board) – средство визуальной поддержки, используемое для передачи последовательности двух выполняемых заданий. Эти доски могут быть полезны для разбивки на части сложного задания и могут побудить ребенка на выполнение менее предпочтительного задания (например, учебные задания или поручения по дому), т.к. он будет знать, что за этим последует интересное занятие или вознаграждение.

Что представляет собой доска «сначала/потом»?

Доска «сначала/потом» – это простое наглядное пособие, поясняющее распорядок. Она может быть использована для помощи ребенку в выполнении задания. «Сначала» – это менее желательная деятельность или занятие, выполнение которой вы требуете от ребенка. «Потом» – это любимое или выбранное самим ребенком занятие, а также вознаграждение. Идея состоит в наглядной демонстрации ребенку желаемого им занятия или предмета, который станет доступным после выполнения задания/занятия, которое он, может быть, и не захочет выполнять.



Как изготовить такую доску дома?



Последовательность «сначала/потом» может быть представлена с использованием слов или рисунков на планшете (Ipad и пр.), белой доске (dry erase board) или даже на листе бумаги:



Как ее использовать?

- Нарисуйте картинку и/или напишите слово, представляющее занятие «Сначала» и «Потом». Поместите доску перед ребенком и скажите: «Сначала _____, а потом _____». При этом вы можете указать на соответствующую картинку/слово.
- Когда задание «сначала» ребенком будет выполнено, укажите на доску и скажите: «Все сделано _____, теперь _____!» Вы можете сказать это с воодушевлением, ведь ребенок только что справился с заданием! Символизируя завершение этой работы, вы можете перевернуть картинку, поставить галочку или перечеркнуть задание.

Некоторые полезные советы:

- Доска «сначала/потом» может быть эффективна для заданий, которые ребенок любит и может успешно выполнять, например, «сначала»: съешь ланч - «потом»: будешь играть в кубики. Это поможет ребенку усвоить понятие «сначала - потом» и последовательность событий.
- Доску «сначала/потом» лучше всего использовать «на опережение», иными словами, показать ее ребенку до того, как представить менее желательное задание или деятельность. Символизируя завершение этой работы, вы можете перевернуть картинку, поставить галочку или перечеркнуть задание.
- Если ребенку трудно следовать расписанию или он не хочет начинать занятие, снова вернитесь к доске. Показывая на доску, скажите: «Сначала _____, потом _____». Используйте простые указания и сосредоточьте свое внимание на доске (а не на поведении ребенка).
- Сделайте глубокий вдох и выдержите паузу. В это непростое время вы делаете все возможное!

Визуальное расписание

Назначение: Визуальное расписание (visual activity schedule) представляет собой графическое представление последовательных действий или событий. Оно может помочь в организации распорядка дня, сделать переходы между занятиями более предсказуемыми и помочь в укреплении самостоятельности ребенка.

Что собой представляет визуальное расписание?

Визуальное расписание представляет собой серию картинок/рисунков, иллюстрирующих последовательность действий или событий в течение дня. Оно поможет в организации распорядка дня, облегчении перехода между занятиями и уменьшении тревожности ребенка, т. к. он будет знать, что последует дальше.



Как подготовить такое расписание дома?

Визуальное расписание может быть представлено с использованием планшета iPad или компьютера, белой доски или при помощи ручки и листа бумаги. Приготовив материалы, решите, как разделить задания на части и каким образом символизировать каждое действие. Например, для детей младшего возраста целесообразнее использовать фотографии, иллюстрации или реальные предметы. Для детей более старшего возраста подойдут простые нарисованные фигурки и контурные рисунки.



Как его использовать?

- Если вы хотите ознакомить ребенка с расписанием или напомнить его содержание, вы можете сказать: «Давай проверим наше расписание. Сначала у нас _____, потом _____, затем _____ и, наконец, _____». Полезно, произнося каждый пункт вслух, указывать на него.
- Многим детям будет полезно принять участие в составлении расписания. Предоставив ребенку выбор вида занятий или порядка некоторых из них, вы можете укрепить его мотивацию и следование расписанию.
- Можно также оговорить с ним, каким образом вы будете обозначать завершение задания. Это может быть и галочка напротив задания, его перечеркивание или переворачивание картинки. По окончании занятия можно сказать: «Отличная работа _____! Все сделано _____, теперь пришло время _____.»

Некоторые полезные советы:

- Держите расписание в заметном месте, желательно в поле зрения ребенка.
- Поощряйте ребенка следить за своим расписанием, попросив его указывать на картинки или называть следующее задание.
- Иногда бывают изменения. Пусть ребенок примет участие во внесении изменений в расписание, например, изменит порядок занятий.
- Похвалите его за следование распорядку и предложите мотивирующее подкрепление за выполнение всех заданий.