



Erasmus+

Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union

## Проект: Методи на справување со предизвикувачко однесување

Реф. бр. 2019-1-EE01-KA229-051598

Методите/приодите/препораките во табелите подолу, беа собрани за потребите на проектот од Еразмус+ веб-семинарот со цел да ги советува родителите како да го спречат и како да се справат со тешкотиите во однесувањето на децата во домот. Предизвикувачко однесување кое беше споменато е: агресија, ниска саморегулација, самоповредување, напади, сетилно преоптоварување (перцепции, емоции), отфрлање на соработка, вербална агресија, потсмев, кршење предмети. Подолу се дадени одговорите од сите четири училишта (наставници, асиситенти, лични асистентим стручни тимови) учесници во овој проект.



Собрани податоци од ПОУ „Д-р Златан Сремец“-

Скопје,

Република Северна Македонија

Податоците за потребите на истражувањето се собрани преку Гугл Формс (Google Forms) во Јануари 2021 година, за совети и упатства за вебинарот на проектот „Како да се справите со учениците со предизвикувачко однесување во домот“. Вкупно беа одговорени 35 прашалници од специјални едукатори- наставници, социјален работник, психолог, логопед и неговател.

Бр.	ОДГОВОРИ
1.	Изнаоѓање причини за соодветното однесување, кога и во кои ситуации се појавува, за да може да се пресретне итсото.
2.	Пронаоѓање на причини, обиди за елиминација на причините, пренасочување на детето на други активности.
3.	Пронаоѓање на „ЗОШТО“, пренасочување на детето.
4.	Поставување граници, креирање мирно опкружување, смирено однесување, овозможување соодветна заштитна опрема за детето ако е склоно кон авто-агресија.
5.	Примарно, да се анализира кога се појавува однесувањето и кои се причините за тоа однесување, да се користи визуелен распоред и социјални приказни.
6.	Сензорни активности, моделирање на однесувањето со пренасочување, игнорирање на однесување кое има за функција да привлече внимание, дисциплина и конзистентност.
7.	За секое однесување мора да постои причина, затоа и им даваме насоки на родителите да се најде причината за тоа однесување, а потоа да се развие визуелна поддршка за дневните рутини на детето на соодветен начин преку слики



8.	Работа со следење на распоред и со слики
9.	Прво, родителите треба да размислуваат и да откријат причини за предизвикувачко однесување, а потоа да се фокусираат на изнаоѓање начин да се смири детето и да се пренасочи неговото внимание кон активност која го смирува. Тоа може да биде боење, слушање релаксирачка музика, прошетка и тн. Главно, „елиминацијата“ на однесувањето да биде преку користење на примери, визуелна поддршка, социјални приказни и слично.
10.	Музика за релаксација и медитација, активности кои се преферираат за деца, вежби за дишење и техники за релаксација и смирување.
11.	Примарно, треба да ја пронајдат причината која е тригер за однесувањето, следејќи креиран план за нејзинот отстранување. Тие треба да користат визуелна поддршка (дневен распоред за секоја активност во текот на денот), овозможувајќи комуникација преку слики преку посочување на она што на детето му смета, на тој начин детето ќе комуницира и ќе може да го разбере опкружувањето. Важно е детето да стекне самодоверба. Секое добро однесување треба да се награди. Ако детето има предизвикувачко однесување, родителот треба да остане смирен и да го игнорира тоа однесување.
12.	Родителите треба да поминуваат повеќе време со нивните деца, да разговараат со нив, да ги пронајдат причините кои тригерираат предизвикувачко однесување и да реагираат на соодветен начин, да ги научат децата да ги контролираат своите емоции и да бидат конзистентни.
13.	Посветување повеќе внимание на детето и соработка со нив.
14.	Доколку ја знаат причината, треба да се обидат да ја минимизираат колку што е можно. Доколку не ја знаат, треба да се обидат да ја пронајдат. Ако се појави предизвикувачкото однесување, треба да останат смирени, да му се обрзат на детето со смирен тон и глас, да го гушнат доколку тоа сака, да се обидат да го смират со тивок глас, да го научат на техниките за дишење.
15.	Ако децата покажат предизвикувачко однесување, треба да го игнорираат и да останат смирени, но ако детето одговара коректно и добро на тоа, родителите треба да го наградат доброто однесување. Родителите не треба да реагираат на негативното однесување.
16.	Насочено внимание преку да вање активности кои ги стимулираат детските интереси. Мотивирајте го детето да прифати одредени активности со поддршка и пофалби.
17.	Бидете конзистентни во границите, зборувајте фино и гушкајте.
18.	Игнорирајте ја ситуацијата или обидетет се со тивок говор, избегнувајте агресија кога пристапувате/ зборувате со детето за време на предизвикувачкото однесување.
19.	Мирна и учтива конверзација.
20.	Тивко и учтиво зборување.
21.	Примери од лични искуства и правила од професионалци, со комплетна перзистентност на родителот во нивна имплементација: зборување со смирен тон, гушкање, рацете да се држат блиску до телото, слушање омилена музика, длабоко дишење и издишување, броење, како последна опција- да се стисне детето во преградка...
22.	-почитување на дневна рутина -отстранување на извори кои можат да тригерираат сензорно преоптоварување -пренасочување на активност со визуелна поддршка ако тоа има ефект



23.	Пренасочување кон омилена активност, детектирање на причината за предизвикувачкото однесување и негова елиминација. Посветете внимание на самоповредувањето за време на предизвикувачкото однесување ако има висок интензитет. Креирајќи агол за самоизолација, кој ќе се користи кога ќе започне предизвикувачкото однесување или ако родителот забележи дека детето се вознемирува.
24.	Зависно од однесувањето, треба да посветат внимание на безбедноста на детето и да го игнорира однесувањето. Поради тоа што секое внимание (карање и реакција) дава внимание, често однесувањето на децата се насочени кон привлекување на вниманието. Во други ситуации зависни од вниманието, препораките можат да бидат да не се коментира или реагира на однесувањето, да се пренасочи детето на друга активност или да се промени опкружувањето. Препораките секогаш зависат од однесувањето на детето.
25.	Во момент на почеток на предизвикувачкото однесување детето треба да се пренасочи на префериран објект или активност.
26.	Вежби за дишење и физички вежби.
27.	Со цел родителите да се справат со такво однесување, тие мора пред се да бидат смирени и постепено и со повеќе труд, да го смират нивното дете. Објаснете му на детето на јасен начин и разбираиви зборови.
28.	Советувам родителите да останат смирени, а потоа да му се објасни на детето со кратки и јасни инструкции што се бара од нив. Друг совет е да се минимизираат причините за предизвикувачкото однесување ако се познати.
29.	Смиреност и трпение.
30.	Зависно од предизвикувачкото однесување, се користат различни стратегии
31.	Отстранување на причините кои овозможуваат предизвикувачко однесување. Смирени, јасни и конкретни инструкции треба да му се даваат на детето. Доколку е потребно, гушкање или цврсти прегратки- како позиции за смирување на детето. Акциите се во зависност од детето и неговото предизвикувачко однесување.
32.	Надгледување на ситуацијата, имплементација на претходните или интервентните мерки, консултирајќи психолог или специјален едукатор.
33.	Смиреност, детектирање и елиминација на причините, избегнување публика, трпение...
34.	Пеење или слушање на омилена песна, насочување внимание кон друга активност или објект.
35.	Поставување граници.



Erasmus+

Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union



**Собрани податоци од Институт за работна  
рехабилитација на хендикепирани граѓани,  
Средно стручно училиште за ученици со физички  
хендикеп- Братислава, Словачка**

<b>Бр.</b>	<b>ОДГОВОРИ</b>
1.	Обидете се да им помогнете на учениците да ги организираат дневните рутини преку дневен програм
2.	Бидете активен комуникатор
3.	Поддржувајте социјален контакт помеѓу ученици со оштетување на слухот за да се зголеми подобрувањето во комуникацијата, со ученици кои слушаат. Избегнувајте сепарација од дневната комуникација со другите.
4.	Заблагодарете се за трудот, потенцирајте го напорот на ученикот
5.	Користете ја помошта на соучениците, колективот во одделението
6.	Наставникот треба да го коментира лошото однесување пред одделението и да ги придобие учениците на своја страна
7.	Наставниците треба да се однесуваат фино, но со добро дефинирани граници
8.	Пристап со разбирање најдобро функционира за наставникот
9.	Наставникот смирено поставува едноставни прашања
10.	Мотивација со подобра оценка
11.	Индивидуални часови
12.	Редовно информирање на родителите
13.	Преминување на визуелен распоред за дневните активности им помага на учениците да се чувствуваат заземјено
14.	Рутините и правилата се многу важни за менаџментот во училишница



Erasmus+

Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union**Собрани податоци од Основно училиште Рига Валда****Авотина, Латвија**

Бр.	ОДГОВОРИ	ПРОФЕСИЈА
1.	Родителите играат битна улога во долгорочниот процес на бихејвиорална корекција. Развивање на самодоверба, емпатија и почит се многу битни да се научат за да влијаат во справувањето со лутината и емоциите.	Наставник
2.	Врз основа на научни опсервации, секое однесување има цел или функција и однесувањето не се случува без одредена причина – многу е битно да се анализира предизвикувачкото однесување (одбегнување или не саќање, потреба да се добие она што се саќа во моментот итн.) и да му се понуди на ученикот друг модел на прифатливо однесување кое ја има истата цел која се добива преку предизвикувачко однесување.	Психолог
3.	Позитивна соработка помеѓу родители и одделенски наставници. Доколку наставникот им се јавува на родителите да се дава поплаки за незавршена домашна работа или да дава само негативни информации, може да заврши со предизвикувачко однесување кај детето.	Одделенски наставник
4.	Индивидуални разговори, започнувајќи со позитивните аспекти.	Одделенски наставник
5.	Поддржувачка дневна рутина. Детето ќе знае дека нема да учи цел ден. Да сработи и ќе добие награда – игра на телефон, спорт или друга активност која не е поврзана со училиште.	Одделенски наставник
6.	Префрлање на друга активност во правото време.	Одделенски наставник
7.	Многу е битно да имате добра врска и меѓусебна почит со детето. Изминатиот период децата и родителите работеа на далечина и имаат повеќе време за комуникација. Слушајте го детето за да се чувствува дека некој го слуша и го почитува.	Одделенски наставник
8.	За време на учењето на далечина родителите навистина започнаа да ја почитуваат работата на наставникот. Мудар наставник ги има разбрано и опсервирано акциите и однесувањата на детето во разни ситуации. Знае како да	Одделенски наставник



	реагира. Ова знаење може да им помогне на родителите да се справат со предизвикувачкото однесување на учениците во домот.	
9.	Постојаното седење дома, без социјализација со другарчињата може да биде трауматично и да предизвика предизвикувачко однесување. Поради тоа позитивен и поддржувачки контакт со родителите е потребен.	Одделенски наставник
10.	Верувајте му на детето, разговарајте со него, докажете дека може да разговарате за проблемите.	Наставник
11.	На учениците не треба да им се дава домашна работа над нивните способности. Тие ќе почнат да се вознемируваат и да се лутат. Родителите не секогаш се спремни или сакаат да помогнат.	Наставник
12.	Јасно објаснете што наставникот очекува од детето – договорете се за нејзините/неговите достигнувања, земајќи во предвид способностите и здравствената состојба на детето. Поттикнете го со што ќе му/и понудите награда (филм, стрип, игри, приказни).	Одделенски наставник
13.	Многу е битно да се разберат интересите на децата (нивните хобија, страсти, миленици итн). Ова многу може да ги превенира бихејвиоралните проблеми бидејќи детето ќе биде зафатено со работите кои го интересираат.	Одделенски наставник
14.	Хармонична врска во домот. Не само со детето туку и помеѓу родителите.	Одделенски наставник
15.	Улогата на бабите и дедовците и други роднини во формирањето на позитивниот став на детето.	Одделенски наставник
16.	Преку однесувањето детето сака да си ги задоволи потребите. Битно е да се најде компромис за детето да го добие она што го сака преку убаво однесување.	Одделенски наставник
17.	Свеж воздух и добар сон – клучни зборови за добро однесување.	Наставник
18.	Морална и материјална евалуација за добро сработена работа.	Наставник
19.	Креирајте безбедна и удобна средина во домот.	Одделенски наставник
20.	Многу деца живеат во загрозени услови, родителите не се грижат за децата, не се грижат за напредокот на училиште или пак за однесувањето. Многу е тешко да се промени тоа.	Одделенски наставник



	Лошото однесување е како огледало на нивниот домашен живот.	
21.	Детето треба веднаш да ги почувствува предностите доколку се однесува добро. Многу е битно за понатамошна мотивација и соработка.	Одделенски наставник
22.	Верувајте му на детето – ќе го цени тоа.	Наставник
23.	Воспоставени традиции во семејството – Божиќ, Велигден и роденденски прослави – му даваат на детето чувство на мир и безбедност.	Одделенски наставник
24.	Родителите не треба да го поддржуваат негативниот и нелогичен став кон наставниците и училиштето кај детето.	Одделенски наставник
25.	Родителите треба да се оградат од изразување на негативен став кон наставниците во присуство на детето, особено доколку се авторитет во очите на детето.	Одделенски наставник
26.	Родителите треба да ги знаат пријателите на нивното дете.	Одделенски наставник
27.	Родителите треба да ги споделуваат проблемите со нивното дете, да бараат совет. Тоа прави да се чувствува како рамноправен член од семејството.	Наставник
28.	Завршување на денот со позитива – разговори, играње друштвени игри, итн.	Одделенски наставник





Erasmus+

Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union

Pärnu Päikese Kool

Собрани податоци од Посебното  
училиште Парну Паикесе Кол,  
Естонија

Бр.	ОДГОВОРИ
1.	Соработка помеѓу родителите, помеѓу родители-наставник-училиште.
2.	Бидете конзистентни.
3.	Правила и граници во домот, дисциплина.
4.	Јасна и разбирлива комуникација со детето. Користете PCS слики доколку е потребно (Сликовити симболи за комуникација).
5.	Предвидувањето ги учи децата за причина и последица. Што да се предвиди следно е многу битно кај децата со посебни потреби, особено кај ученици со аутизам.
6.	Подгответе и поддржете ја секоја транзиција од една кон друга активност.
7.	Полесно е да се превенира предизвикувачко однесување, наместо да се справува со него. Техники на превенција.
8.	Структура на денот, дневен план, визуелна поддршка и нивно имплементирање.
9.	Држење до планот, односно доколку е време да се учи, време е да се учи.
10.	Битно е да се сигнализира „Готово“ – кога активоста е завршена, треба да се има конкретно место за да се стави предметот или завршената активност за да знае ученикот дека е завршена.
11.	Дојдете до сржта на однесувањето, опсервирајте и пронајдете ги тригерите.
12.	Користете визуелна поддршка за да ја направите средината полесна за разбирање, визуелни тајмери за транзиции, користете визуелни средства за одбројување.
13.	Обидете се да одбегнете иритабилност или умор поради работа/активност.
14.	Овозможете соодветни периоди за одмор и користете награди/бонуси.
15.	Бидете поддршка за детето, исклучете го телевизорот, тргнете го телефонот.
16.	Бидете свесни за посебните потреби на вашето дете, едуцирајте се во таа област, бидете трпеливи и флексибилни.
17.	Играјте надвор – тоа го гради физичкото здравје, го поддржува когнитивниот и емоционално/социјалниот развој, ги подобрува сензорните вештини.
18.	Физичка активност – редовно вежбање ја намалува вознемиреноста, ги зајакнува мускулите и ги развива моторните вештини.
19.	Ќоше, место за одмарање на детето – понекогаш детето треба да ја напушти просторијата со цел одново да воспостави контрола и да се намали стимулацијата.
20.	Бидете отворени да побарате помош доколку не се справувате или не знаете како да му помогнете на вашето дете.
21.	Прво-Потоа пристап
22.	Позитивни зацврстувачи: <ul style="list-style-type: none"> <li>- префериран активности (пр. одредена работа, концерт, спортски настан)</li> <li>- слободно време</li> </ul>





	<ul style="list-style-type: none"> <li>- вербално фалење</li> <li>- активности поврзани со храна (посебни закуски – не вообичаената храна)</li> <li>- посакувани предмети</li> <li>- привилегии (пр. тим лидер на еден ден или на една недела, сертификат, бец, избор на прошетка)</li> <li>- токени (пр. специјална прошетка кога детето ќе добие пет златни ѕвездички на фрижидерот/таблата)</li> </ul>
23.	Претходник-однесување-последица: битно е да се идентификува и да се учи алтернативно однесување во исто време со намалување на предизвикувачкото однесување. Заменски/алтернативни однесувања може да вклучуваат барање, као да добие внимание на соодветен начин, или како соодветно да ги изразува потребите и/или желбите.
24.	Замена со социјално прифатлива сензорна алтернатива пр. скокање на мини трамбулина, наместо на каучот, стрес топче, мастика.
25.	Модификувајте ги задачите (пр. разделете на делови, скратете)
26.	Секогаш смирувајте се со детето по недоразбирањето/предизвикувачкото однесување.
27.	Не се плашете да го користите зборот „НЕ“.
28.	Во случаите со деца со посебни потреби не можеме да очекуваме детето да биде способно да ги обавува задачите самостојно, така што родителот мора да биде присутен и да поддржува во секој момент кога е потребно.
29.	Активности од кои детето може да доживува успех и да учи нешто ново.

\*\*\*\*\*

**Поддршката на Европската комисија за производство на оваа публикација не претставува одобрување на содржината бидејќи ги одразува ставовите само на авторите, а Комисијата не може да биде одговорна за каква било употреба на информациите содржани во неа.**