

Финансирано от Европейския съюз. Изразените възгледи и мнения обаче принадлежат изцяло на техния(ите) автор(и) и не отразяват непременно възгледите и мненията на Европейския съюз или на Европейската изпълнителна агенция за образование и култура (EACEA). За тях не носи отговорност нито Европейският съюз, нито EACEA.



Номер на проекта: 2024-1-CY01-KA210-ADU-000253720



Co-funded by
the European Union

ЗА ПРОЕКТА:

Проектът TOGETHER WE CAN е посветен на подкрепата на родители и настойници на деца със СДВХ, като им предоставя знания и инструменти за насърчаване на по-активно социално включване на децата им. Проектът има за цел да разработи специализиран обучителен пакет, отговарящ на специфичните предизвикателства, пред които са изправени децата със СДВХ. Освен това проектът предоставя всеобхватни образователни материали за обучители на възрастни, работещи по теми, свързани със СДВХ, като им дава възможност да провеждат въздействащи тренировъчни сесии.



TOGETHER

РЕЗУЛТАТИ:

1

Обучителна методология, дефинираща структурата и съдържанието на специализирания тренировъчен пакет, обучителната програма и материалите.

2

Образователна програма и материали за родители / настойници на деца със СДВХ, съобразени със специфичните поведенчески прояви на състоянието.

3

Пилотно обучение за родители / настойници на деца със СДВХ в Гърция.



Co-funded by
the European Union

Модул 5: Емоционална регулация, поведение и социално приобщаване

Цел на модула

Целта на този модул е да развие разбирането на обучаемите относно емоционалната регулация при СДВХ и нейното влияние върху поведението и социалното приобщаване. Модулът разглежда как емоционалната дисрегулация влияе върху адаптивното поведение, вземането на решения и междуличностните взаимоотношения, както и как целенасочени интервенции — като подходи за само- и социално обучение, изкуство, театър и приобщаващи практики — могат да подкрепят емоционалното благополучие, положителното поведение и смисленото социално участие.



TOGETHER

Учебни цели:

1. Обясняване на ролята на емоционалната регулация и емоционалната дисрегулация при СДВХ.
2. Идентифициране на поведенческите и социалните въздействия на емоционалната дисрегулация.
3. Анализ на връзката между емоционалната регулация, адаптивното поведение и социалното приобщаване.
4. Прилагане на научно обосновани стратегии за интервенция за подпомагане на емоционалната регулация, позитивното поведение и социалното участие на деца със СДВХ.

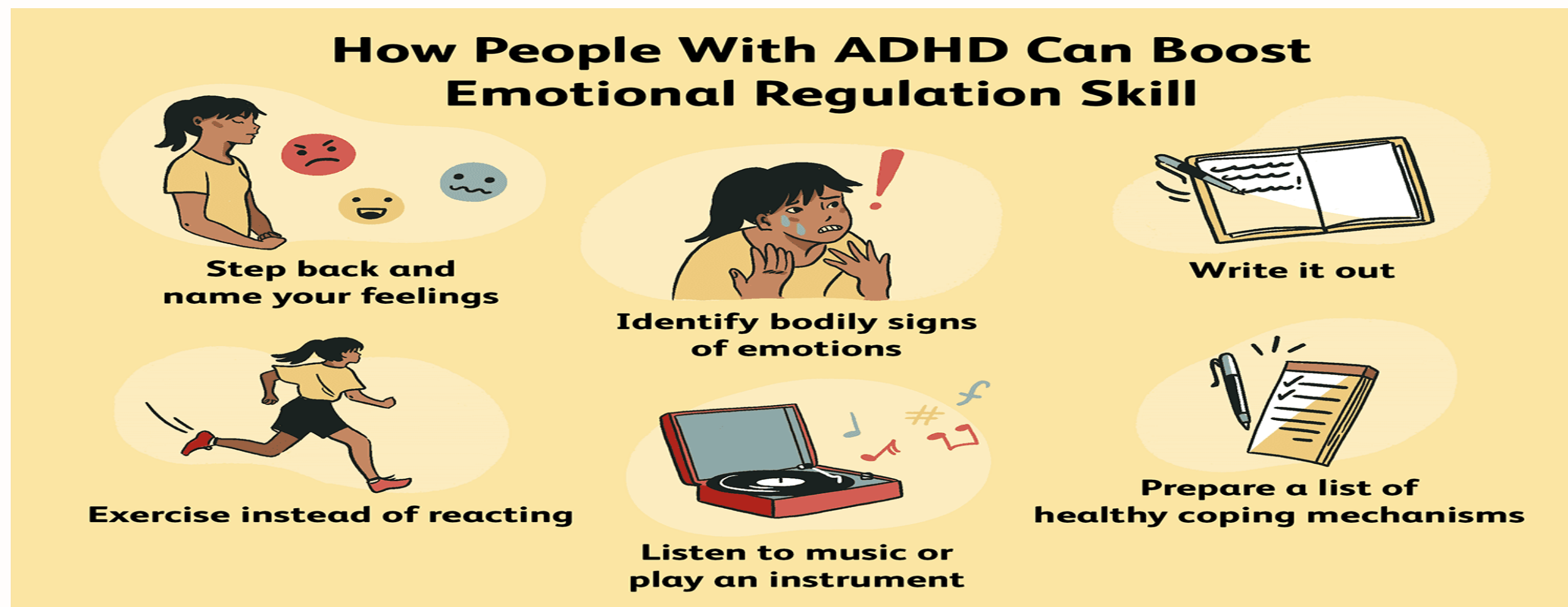


Co-funded by
the European Union

РАЗДЕЛ 1: Емоционално, поведенческо и социално въздействие на СДВХ

Раздел 1.1. Какво представлява емоционалната дисрегулация?

Емоционалната дисрегулация е често срещана при хора със СДВХ поради комбинация от фактори, включително дефицити в изпълнителните функции, импулсивност, хиперактивност, стрес, съпътстващи разстройства и странични ефекти от медикаменти.



РАЗДЕЛ 1: Емоционално, поведенческо и социално въздействие на СДВХ

1.2. Емоционална дисрегулация и поведенческо въздействие

Ето някои примери:

- Изпитване на интензивни емоции, като изблици на гняв или висока тревожност
- Плач в отговор на различни чувства, дори при щастие
- Промени в настроението и напредвидими емоции
- Ниска толерантност към фрустриращи ситуации

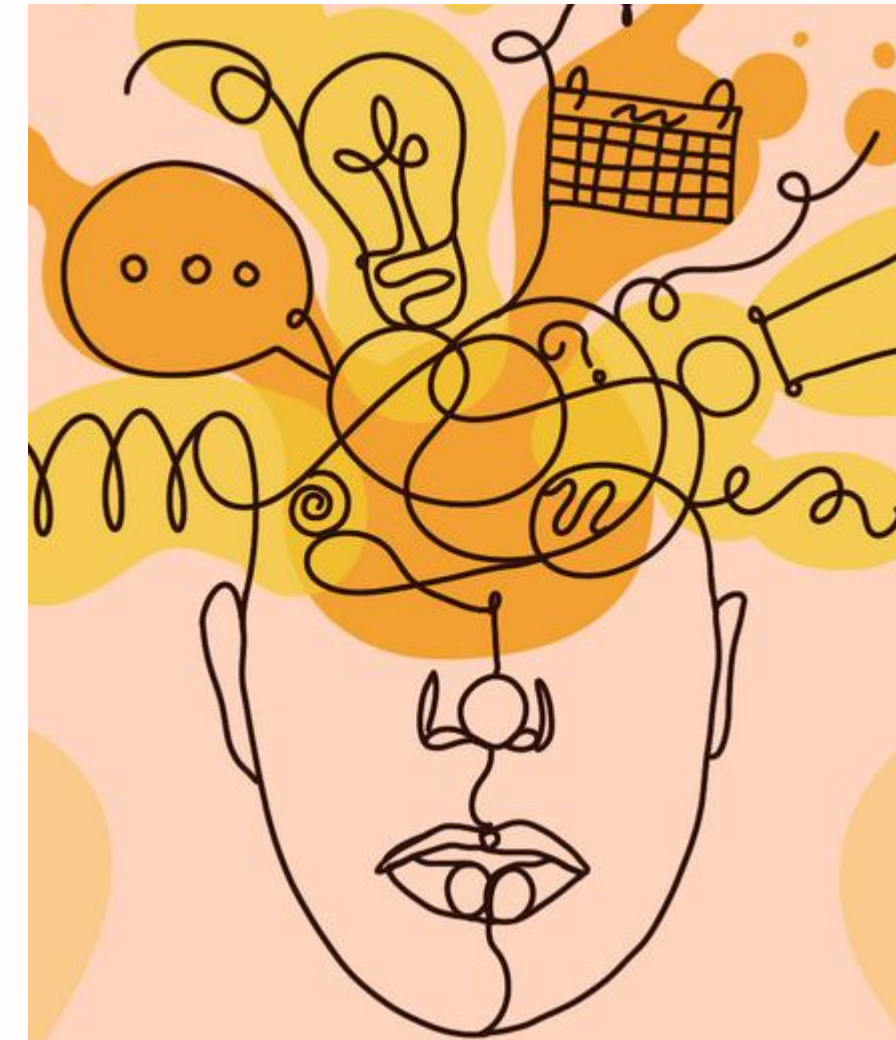


РАЗДЕЛ 1: Емоционално, поведенческо и социално въздействие на СДВХ

1.3. Емоционална регулация и социално въздействие

Емоционалната дисрегулация може да окаже значително влияние върху социалния живот на децата със СДВХ.

- Ниският праг на толерантност към фрустрация влияе на взаимоотношенията.
- Риск от отхвърляне от връстниците и социално изключване.
- Подкрепящата среда може да намали тези рискове.



РАЗДЕЛ 2: Емоционални и поведенчески характеристики

2.1. Контролиране и управление на емоционалните реакции

Често срещан симптом при СДВХ е затруднението при контролиране и управление на емоционалните реакции.

Защо това се случва

1. Развитие на мозъка: При деца със СДВХ ключови мозъчни зони, отговорни за емоционалната регулация, се развиват по различен начин или по-бавно, по-специално: амигдалата и фронталният кортекс, участват в емоционалните реакции и тяхната регулация.

2. 2. Чувствителност към стрес и емоционално претоварване



Co-funded by
the European Union

РАЗДЕЛ 2: Емоционални и поведенчески характеристики

2.2. Поведенчески характеристики на СДВХ

Импулсивност

- Избързване с отговорите преди въпросът да е завършен
- Трудност при изчакване на ред
- Прекъсване или намеса в разговорите на други

Невнимание

- Допускане на грешки от невнимание
- Трудности при поддържане на концентрация или фокусиране върху задача
- Лесно разсейване

Хиперактивност

- Неспойни движения, почукване или въртене
- Трудности при седенето на едно място, например в клас или по време на хранене
- Чувство на неспокойствие



TOGETHER



Co-funded by
the European Union

РАЗДЕЛ 2: Емоционални и поведенчески характеристики

2.3. Поведенчески терапии



1. Реагиране при истерични изблици чрез съвместна регулация.

Пример:

Когато дете получи истеричен пристъп след като му бъде казано „не“, родителят остава спокоен, понижава гласа си и се навежда до нивото на очите на детето. Вместо да спори или да отстъпва, родителят казва:

„Виждам, че си много разстроен/а. Нека поемем заедно три пъти дълбоко дъх.“

След като детето се успокои, родителят накратко обяснява границата и предлага избор:

„Можеш да се успокоиш тук с мен или да си вземеш кратка почивка и да се върнеш.“

РАЗДЕЛ 3: Социално приобщаване и социално участие

3.1. Социално включване и предизвикателства

Често срещани социални предизвикателства при деца със СДВХ:

- Трудности при разчитане на социални сигнали
- Нестабилни или краткотрайни приятелства
- Социално отхвърляне или изключване
- Вътрешни предизвикателства
- Неразбирателства



3.2. Фактори, които подкрепят социалното приобщаване:

- Подкрепа от връстници
- Увереност в собствената стойност
- Приобщаваща среда
- Приобщаващо образование
- Балансирана подкрепа от възрастни



Co-funded by
the European Union

РАЗДЕЛ 3: Социално приобщаване и социално участие

3.3. Практически стратегии за родители за подобряване на социалното приобщаване

- Подгответе децата за социални ситуации
- Разгледайте предразсъдъците на връстниците чрез сътрудничество
- Научете децата да коригират емоциите си, а не да търсят съвършенство
- Насърчавайте участието, основано на силни страни



КАЗУС 5.1 : Поведенческа регулация и социално приобщаване “С”

„С“ е умна, послушна и показва основни социални умения, макар че има затруднения с организирането, личната хигиена и обработката на сензорни стимули, което ѝ пречи да общува с другите за дълги периоди от време. В продължение на няколко години родителите ѝ търсят професионална помощ, включително от психолози и логопеди, а тя се занимава с бойни изкуства, но напредъкът е бавен. В училище тя има много слаби академични резултати.

Структуриран режим в училище и у дома, кратки почивки по време на учене, групови дейности като танци и система за награди ѝ помагат постепенно да започне да управлява емоциите си, да намали зависимостта от мобилни устройства и шоколади за утеха.

С подкрепата на родителите и терапевтите си, тя постепенно се научава да общува с връстниците си, да участва в екипни дейности и да се изразява по-уверено.



[Вижте Модул 5 за пълния казус]



Co-funded by
the European Union

КАЗУС 5.1. : Поведенческа регулация и социално приобщаване “С”

	Индивидуално упражнение	Групово упражнение
1	Кои са основните фактори, допринесли за предизвикателството в казус 5.1.?	Кои са двете основни цели, които помагат на „С“?
2	Как може участието на семейството да подобри резултатите за дете със СДВХ като „С“?	Дайте две допълнителни предложения за интервенция при „С“, освен вече споменатите.
3	Как детето със СДВХ може да постигне успех в социалното приобщаване?	Защо структурираният режим е важен за „С“?

КАЗУС 5.2: Емоционален и социален дефицит с хиперактивност

„А“ е мило русокосо момче, учтиво, добре изглеждащо и умно! Той проявява хиперкинетично поведение, като се движи непрекъснато без ясна цел. Въпреки че практикува бойни изкуства през последните две години, той проявява негативно отношение към играта с други деца и показва социални умения само в началото на тренировките. Вкъщи той играе със смартфона си и започва да учи в 20:00 часа. Когато има нужда от почивка, майка му му се кара, тъй като не разбира трудностите и потребностите на детето си. Родителите търсят помощ от психолог по детско развитие и терапевт. След подходящи тестове и клинично наблюдение се оценява нарастващ интерес семейната история на СДВХ, психично-здравните състояния и кортикалната активация.

Предпочитаните техники са: Спонтанно изразяване при драматерапия или игра на животни с невербална комуникация (Играта на животни включва участници, които въплъщават животни чрез движение, звук и поведение. Това може да се случва в терапевтична, образователна или игрова среда.), дискусия върху индивидуалния опит на детето, награди при изпълнение на задачи и сътрудничество между родителите и терапевта.



TOGETHER

[Вижте Модул 5 за пълния казус]



Co-funded by
the European Union

КАЗУС 5.2: Емоционален и социален дефицит с хиперактивност

	Индивидуално упражнение	Групово упражнение
1	Кои са основните фактори, допринесли за предизвикателството в казус 5.2.?	Избройте три начина за преодоляване на това предизвикателство, използвайки инструментите и решенията от този модул.
2	Каква е реакцията на родителите?	Кои са двете основни трудности?
3	Как родителят може да помогне на 7-годишно дете, когато има емоционален и социален дефицит, съчетан с хиперактивност?	Кои ключови поведенчески характеристики показват, че детето е изложено на риск от СДВХ?



TOGETHER



Co-funded by
the European Union