

VEBINĀRS

Sensorā uzvedība Dzirde

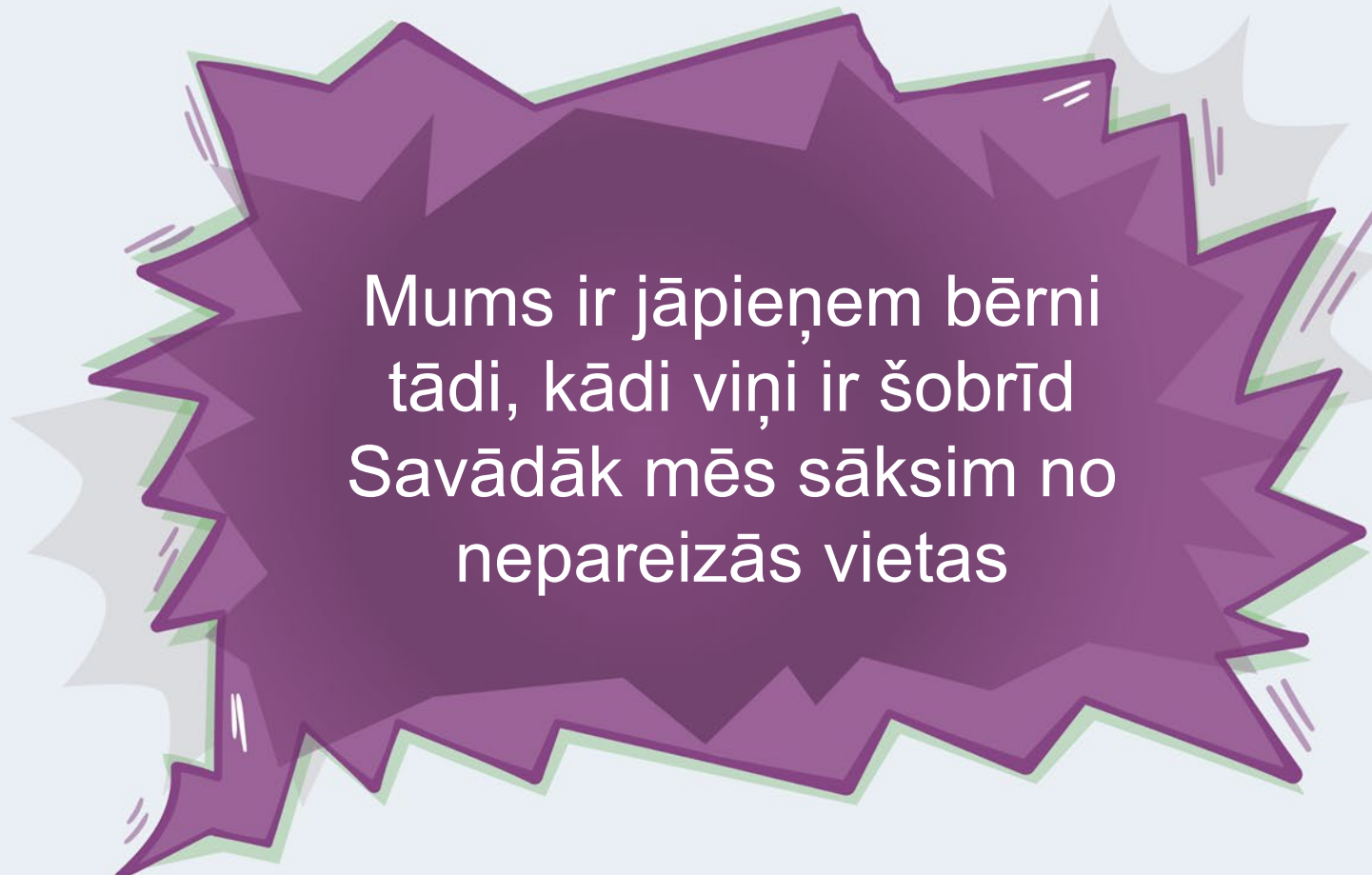
16:00 - 17:30

Līga Bērziņa

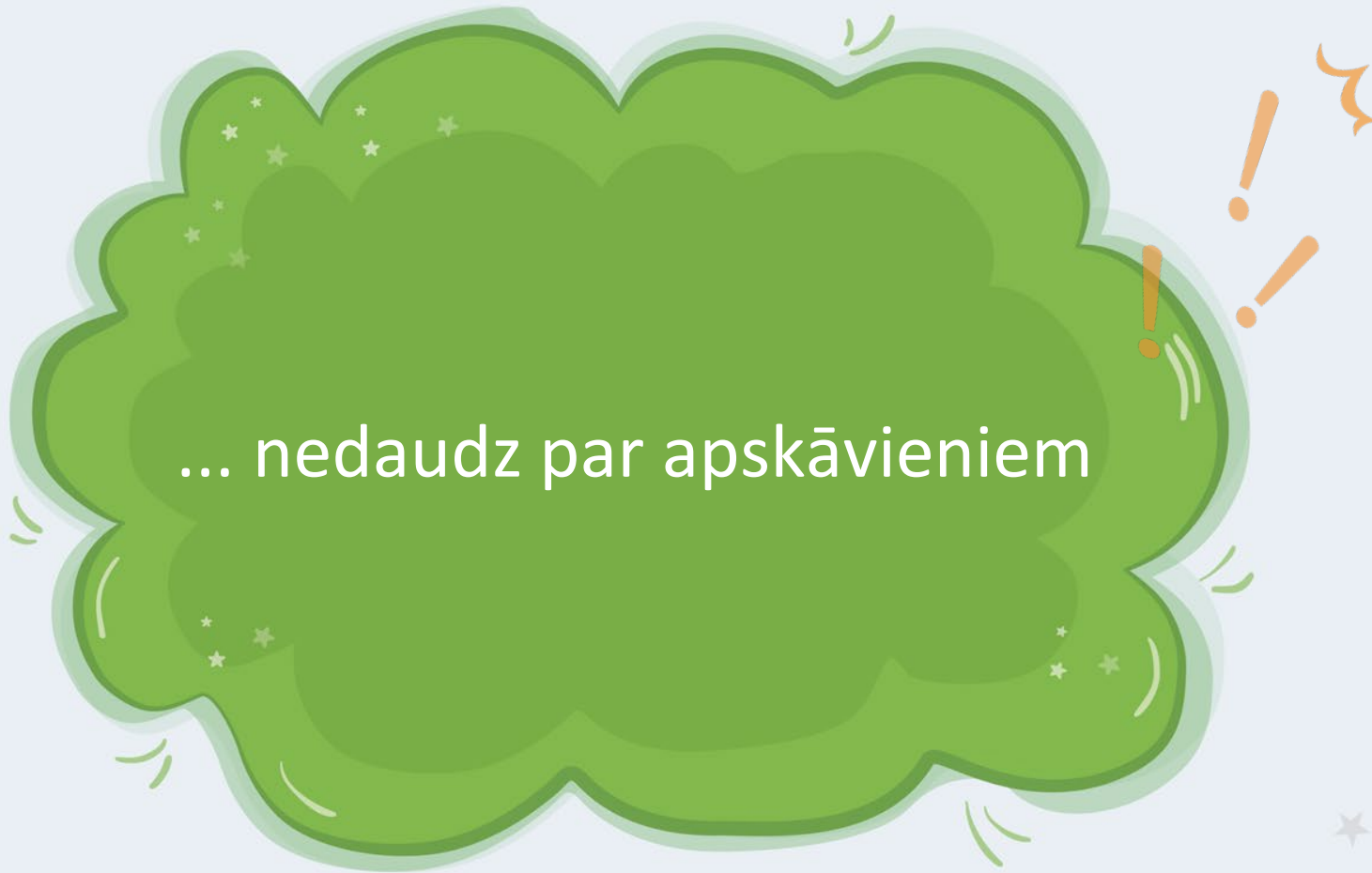


Pasākumu finansiāli atbalsta Sabiedrības
integrācijas fonds no Kultūras ministrijas
piešķirtajiem Latvijas valsts budžeta līdzekļiem.

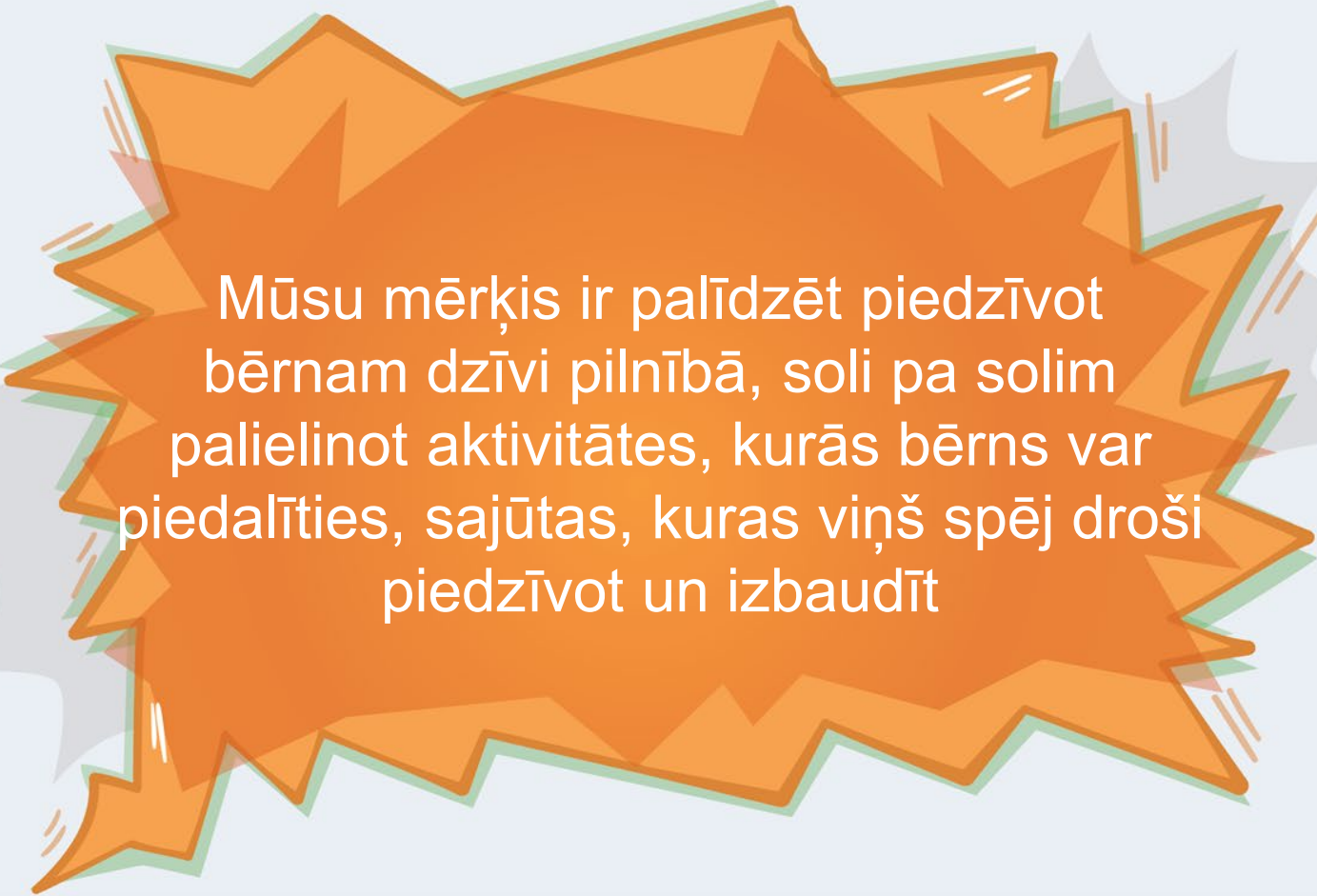




Mums ir jāpieņem bērni
tādi, kādi viņi ir šobrīd
Savādāk mēs sāksim no
nepareizās vietas



... nedaudz par apskāvieniem



Mūsu mērķis ir palīdzēt piedzīvot
bērnām dzīvi pilnībā, soli pa solim
palielinot aktivitātes, kurās bērns var
piedalīties, sajūtas, kuras viņš spēj droši
piedzīvot un izbaudīt

Redze

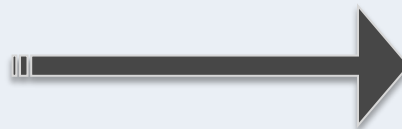
Oža

Garša

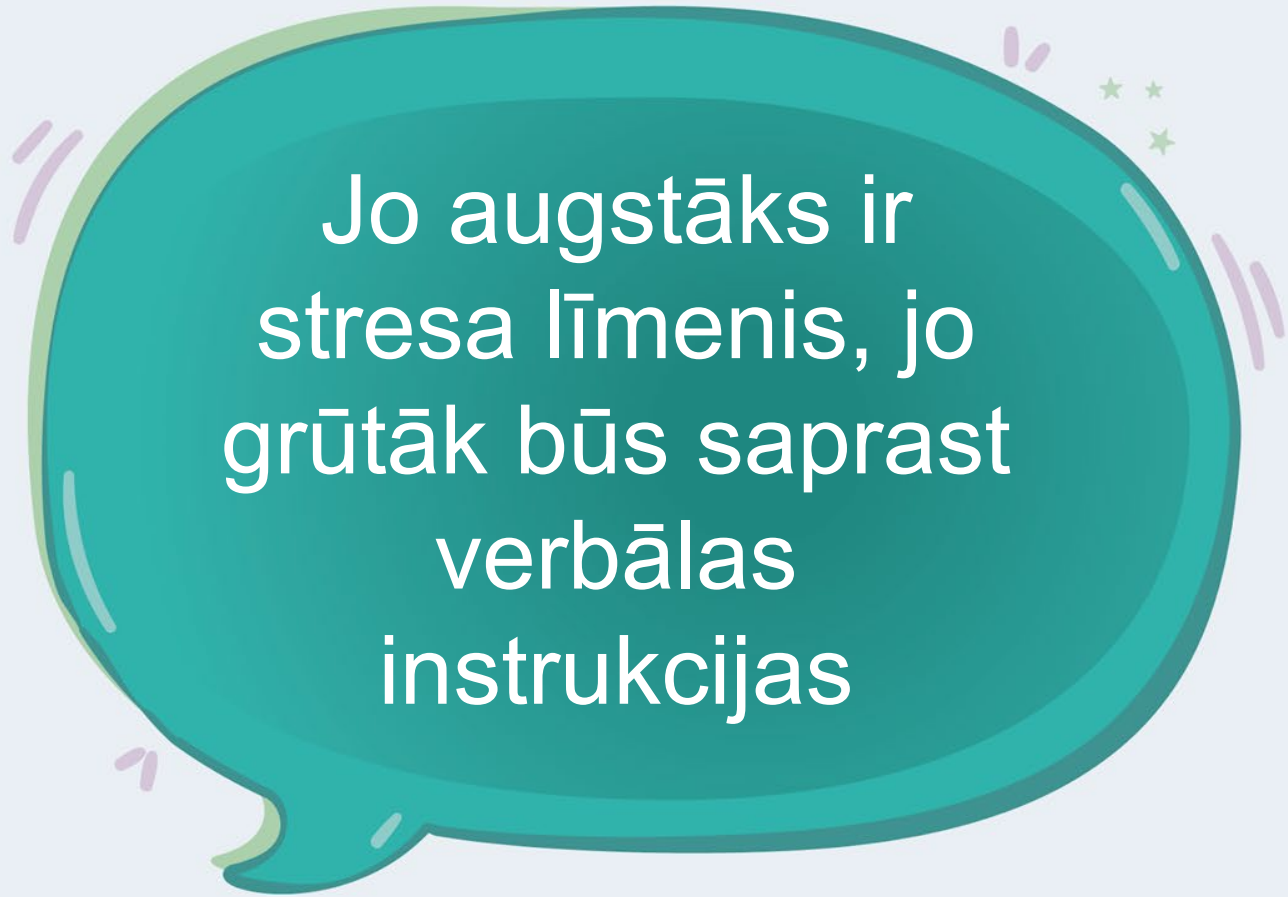
Dzirde

Tauste

Kustība,
motorika



APKĀRTĒJĀ
PASAULE



Jo augstāks ir
stresa līmenis, jo
grūtāk būs saprast
verbālas
instrukcijas

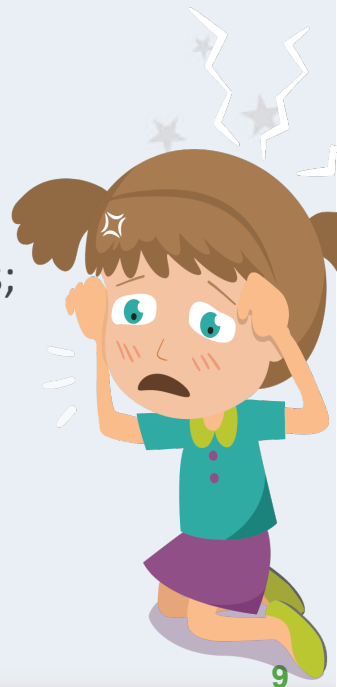
Hipersensitivtāte Hiposensitivitāte

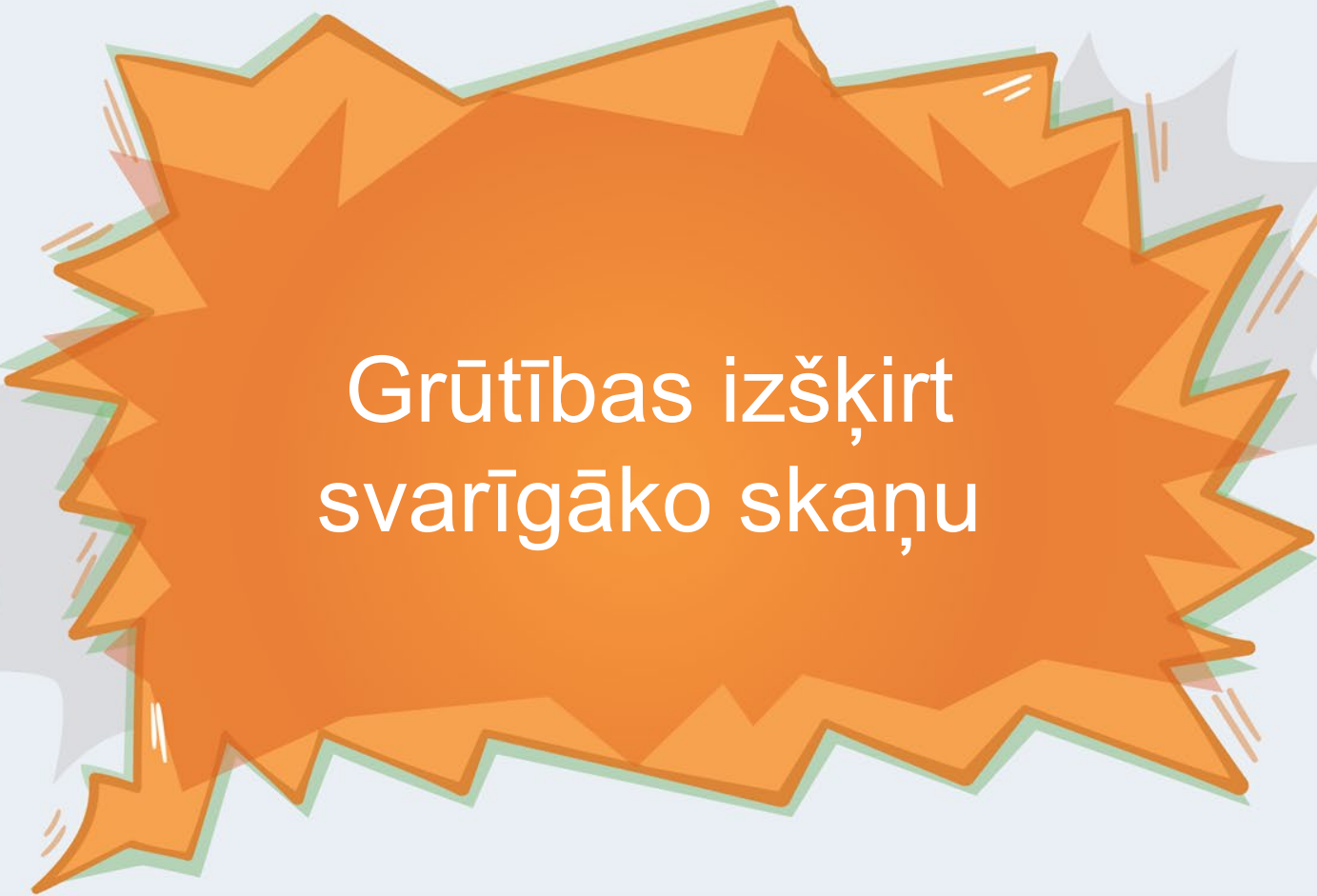


- Bērni var saasināti reaģēt uz vienu skaņu, bet uz citu nereaģēt nemaz
- Viņi var dažādi reaģēt uz vienu un to pašu skaņu atkarībā no laika, vietas, vides, konteksta

DZIRDE – paaugstināts jutīgums

- Troksni uztver saasināti un skaņas kļūst izkropļotas un juceklīgas;
- Var būt īpaša jutība pret skaņām,
- Sarunas var dzirdēt no liela attāluma;
- Ja apkārt ir troksnis, ir grūti koncentrēties un atšķirt vajadzīgās skaņas;
- Var neatpazīt skaņas;
- Atsevišķas skaņas pat sagādā fiziskas sāpes.
- Baidās no atsevišķām skaņām – putekļu sūcēji, fēni, tvaika nosūcēji





Grūtības izšķirt
svarīgāko skaņu

Balss tembris kā atsevišķa problēma

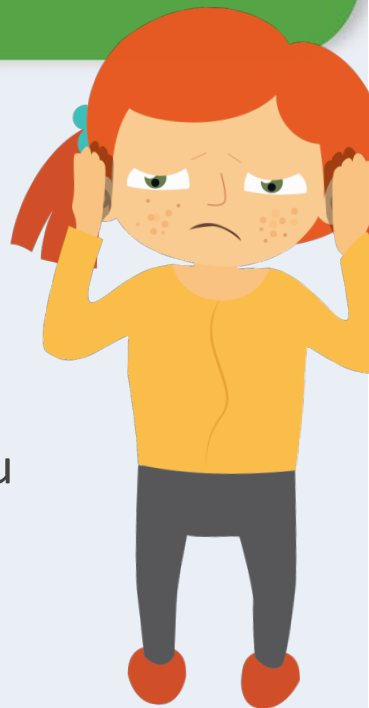
sieviešu/vīriešu balss
balss stresā, mierīga balss

Sporta zāles
Mūzika
Svešvalodas

Lampu sīkšana
Citas augstas
frekvences smalkas
skaņas

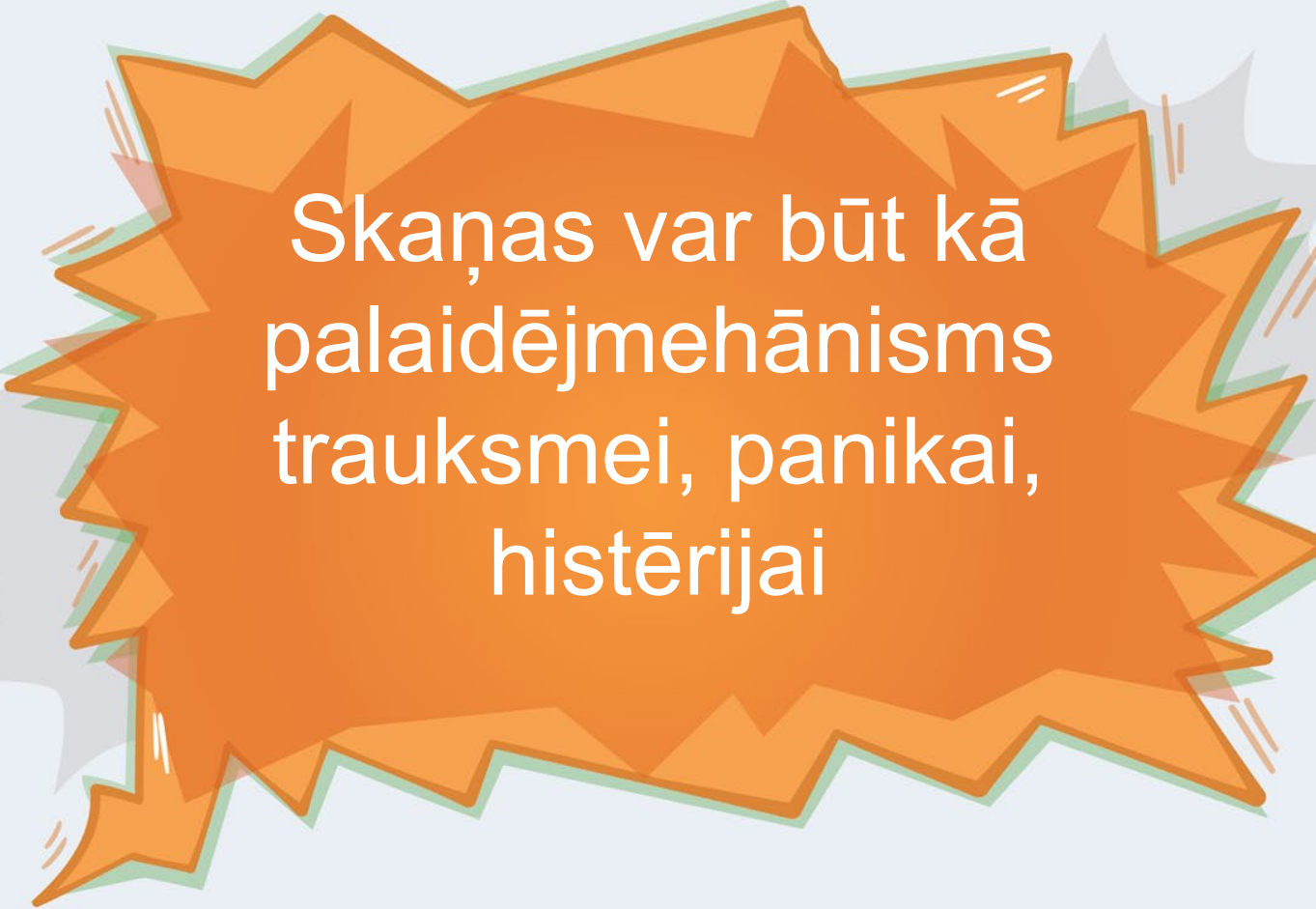
DZIRDE - izpausmes

- Šūpojas, ilgi skatās vienā punktā
- Skrien vai riņķo pa telpu. Arī kliegzot
- Mēdz bieži čukstēt, arī trokšņot
- Spiež ausis ciet ar rokām
- Mācībās -atzīmes kā kardiogramma – 9, 2, 4, 9, 8,...
- Dzird skaņas, kuras citi nedzird – ledusskapja izslēgšanās, lampu sīkšana utt.
- Skaņas novērš uzmanību – krēsla čīkstēšana, pildspalvas klikšķināšana, košlāšana, čāpstināšana utt.



Dzirde - izpausmes

- Kliegšana, trokšņa taisīšana
- Trauksmaini, visu laiku gatavībā izdzirdēt ko nepatīkamu
- Viņu uzvedība var šķist spītīga, egoistiska, vērsta uz sevi, nevis citu komfortu, piemēram, pieprasīšana, lai visi apklust
- Var nepatikt skaņas, ko citi uzskata par patīkamām
- Var asi reaģēt uz dažādiem balss tembriem
- Izvairās no trokšņainām vietām.
- Atsakās ieiet konkrētās telpās



Skaņas var būt kā
palaidējmehānisms
trauksmei, panikai,
histērijai

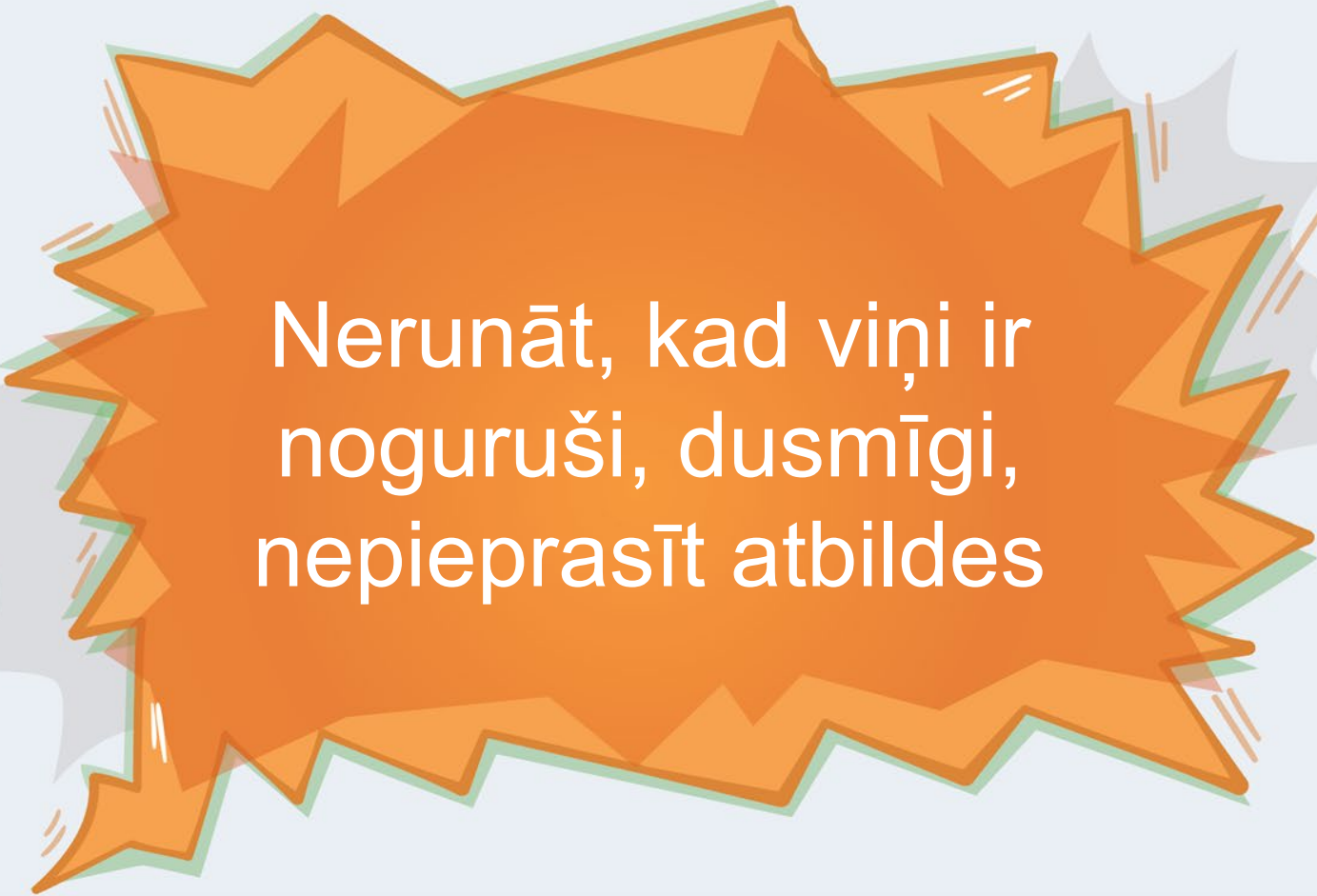
Paaugstināts dzirdes jutīgums – Ko darīt?

- Rūpīgi izvēlēties sēdvietu
- Aizvērt durvis/logus, lai samazinātu ārējos trokšņus;
- Likvidēt liekos trokšņus;
- Patstāvīgā darba laikā ļaut izmantot austiņas/ausu aizbāžņus;
- Krēslu kājām uzlikt mīkstus spilventiņus
- Vienoties par saziņas signāliem
- Ausu aizbāžņi / audioaustiņas / mūzikas klausīšanās.
- Brīdināt par sagaidāmiem trokšņiem





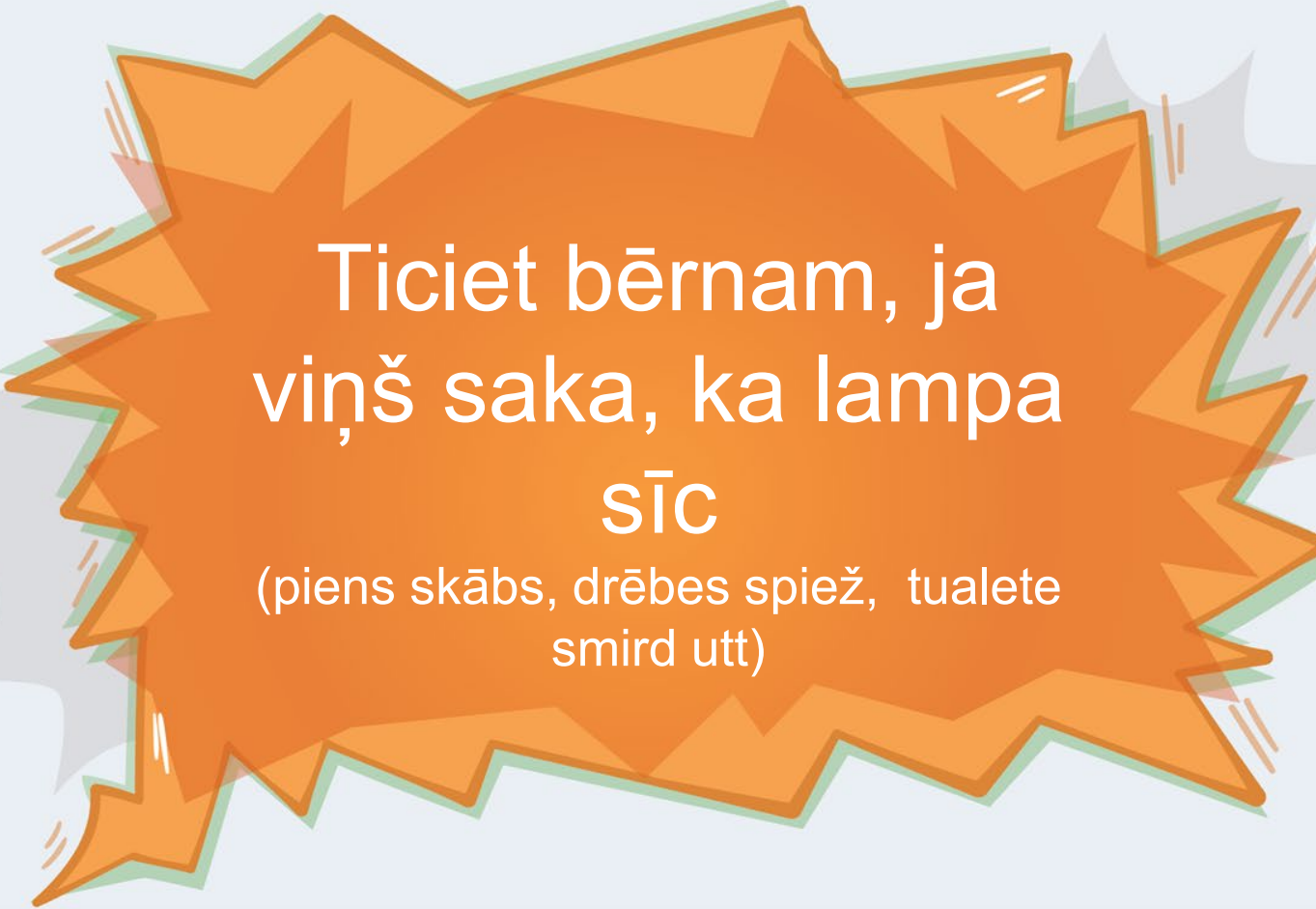
Nebiedēt!

A large, multi-layered orange starburst or explosion shape with a green outline, serving as a background for the text.

Nerunāt, kad viņi ir
noguruši, dusmīgi,
nepieprasīt atbildes



Samaziniet fona
trokšņus!



Ticiet bērnam, ja
viņš saka, ka lampa
sīc

(piens skābs, drēbes spiež, tualete
smird utt)

- beatbox



Skaņas avotu spēles?

- Kas tā ir par skaņu
- No kurienes nāk skaņa?
- Ko tu dzirdi – nosauc visu
- Atkārtoto skaņas, atkārtoto ritmu
- Mūzikas atmiņas spēles, deju paklāji
- Spēlēšana, bungas no sadzīves priekšmetiem, mūzika no glāzēm, pudeļu mūzika utt.



Skaņas avotu spēles – ar aizvērtām acīm

- Klauvējiet pa dažādiem priekšmetiem, viņam jāuzmin, kas tas ir. Varat sākt pamazām ar dažām izvēlēm *«vai es klauvēju pie loga vai pie galda? Vai es klauvēju pie grīdas vai pie pudeles?»*
- Un tad klauvēt dažādās telpās vai arī ārā
- Varat ne tikai klauvēt, bet izmantot kādu priekšmetu

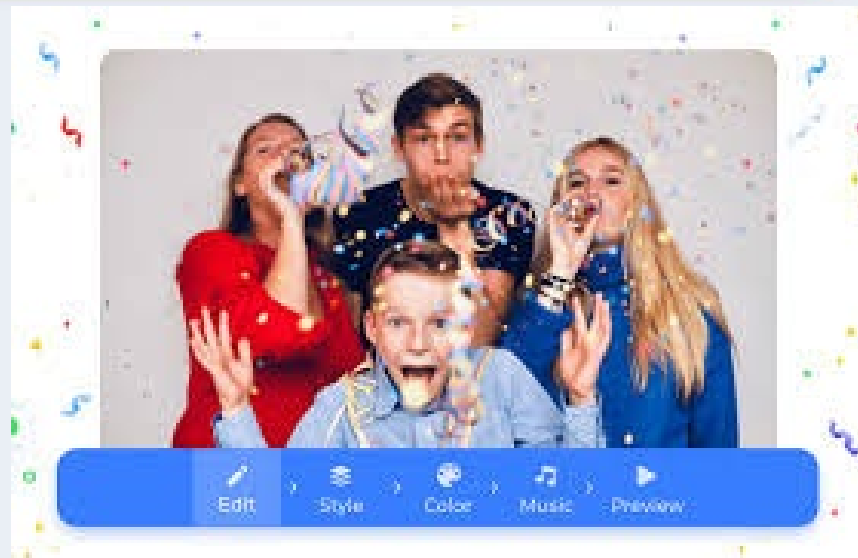




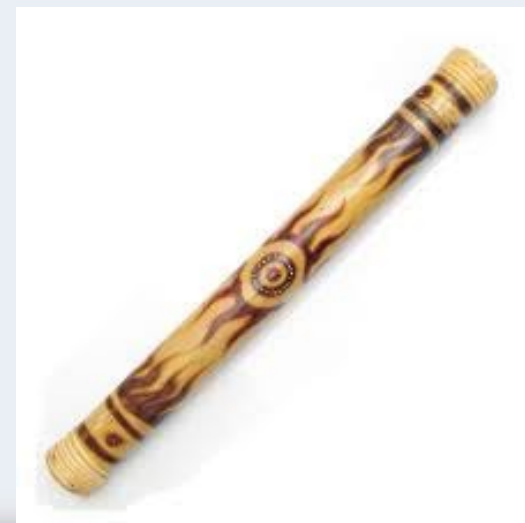
Maināties vietām -
lai bērns taisa
dažādus trokšņus,
un jums tie ir
jāatpazīst!

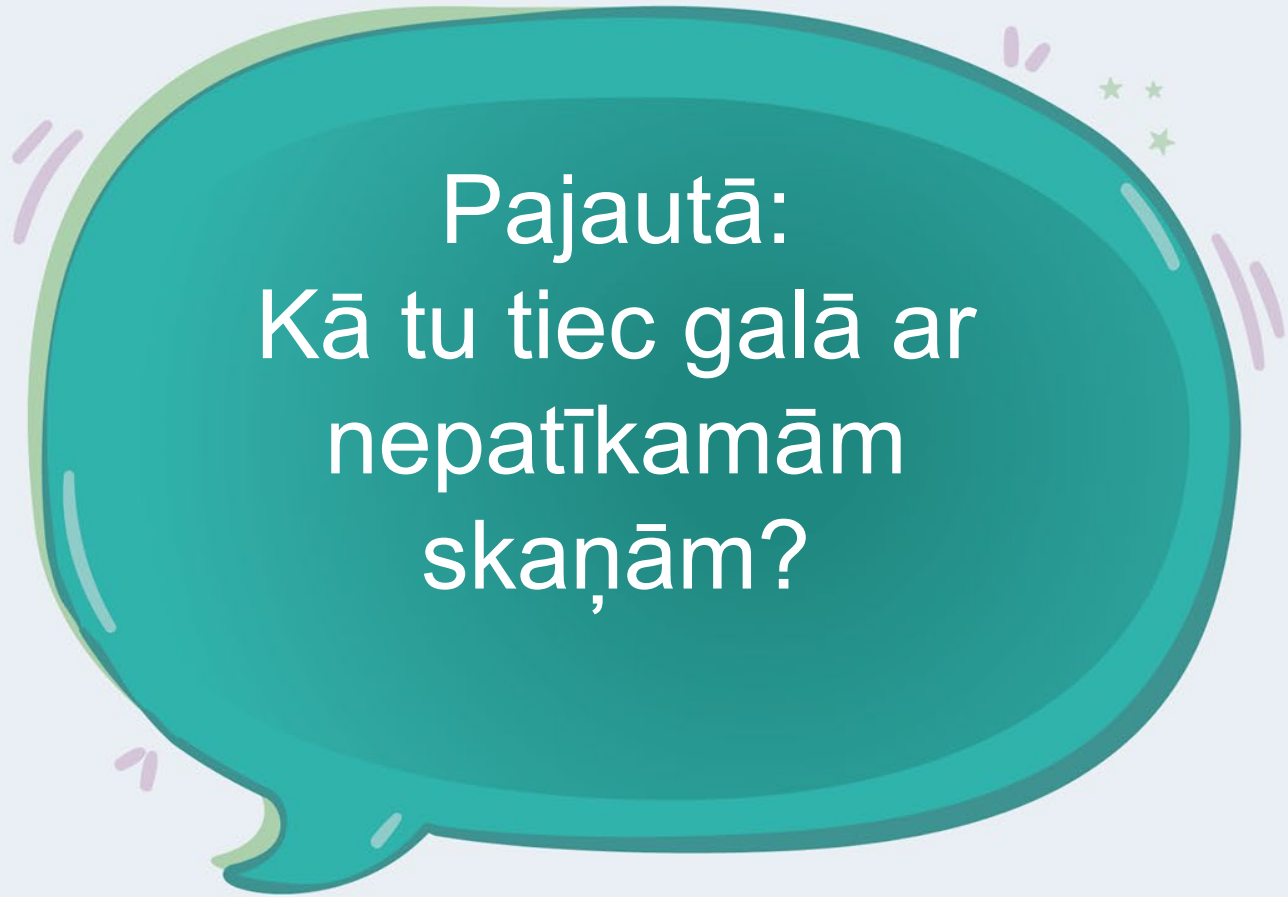
Mūzikas instrumenti drāmai

- Ieskaņojiet mazus video vecvecākiem ar mūzikas skaņu celiņu
- Spēlējiet teātrus ar mūzikas pavadījumu



- Sagatavojiet čaukstošus, grabošus maisiņus, kinderolas
- Lietutiņš un citi nomierinoši mūzikas instrumenti
- Čaukstoši papīri
- Piedzīvojiet, izmēģiniet dažādus mūzikas instrumentus, skaņas, lai bērnam būtu iespēja izvēlēties patīkamākās





Pajautā:
Kā tu tiec galā ar
nepatīkamām
skaņām?

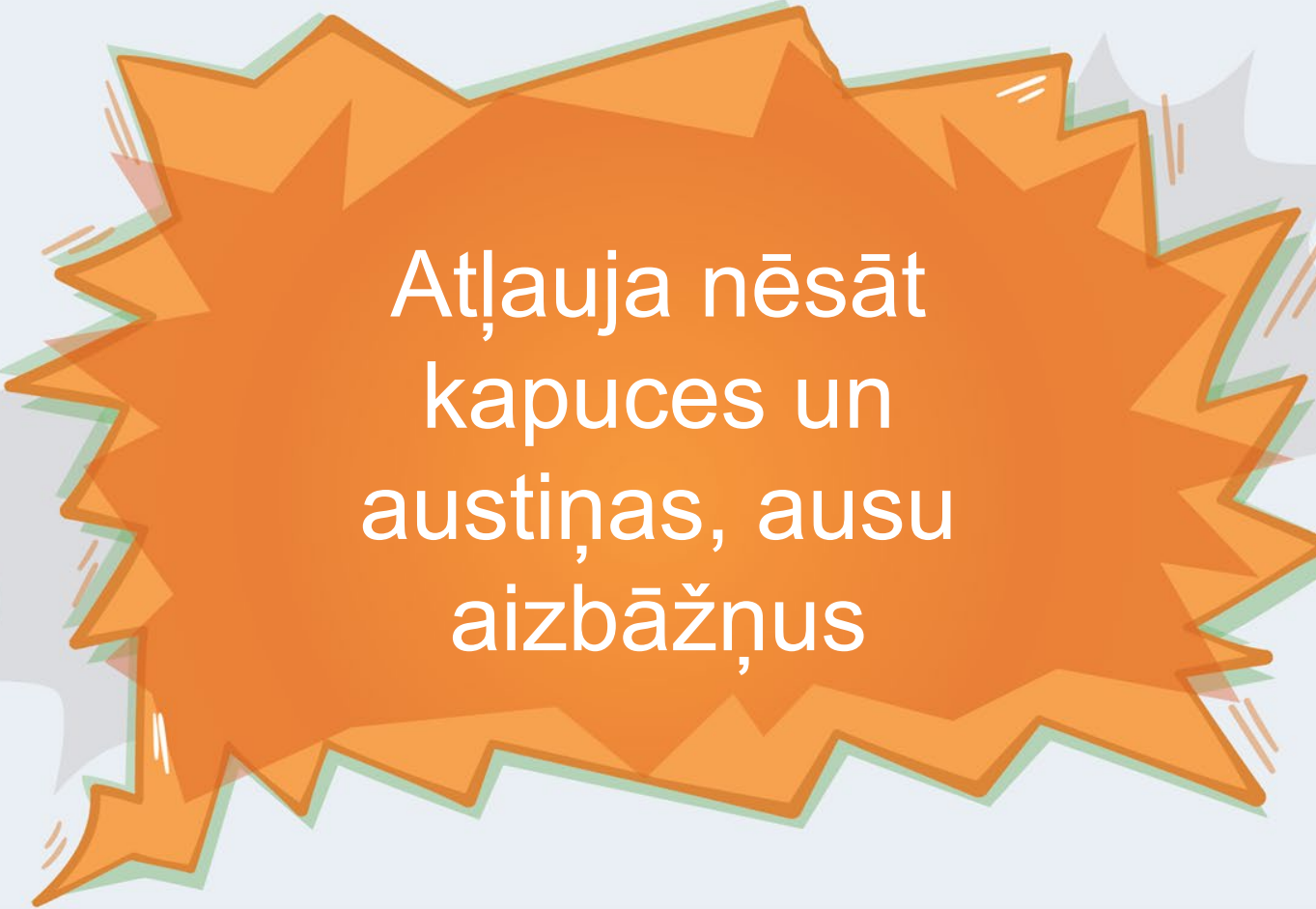
Telpu akustika Revebirācija

Speciālistiem – kas strādā mazos
kabinetos – apsēdieties bērna vietā

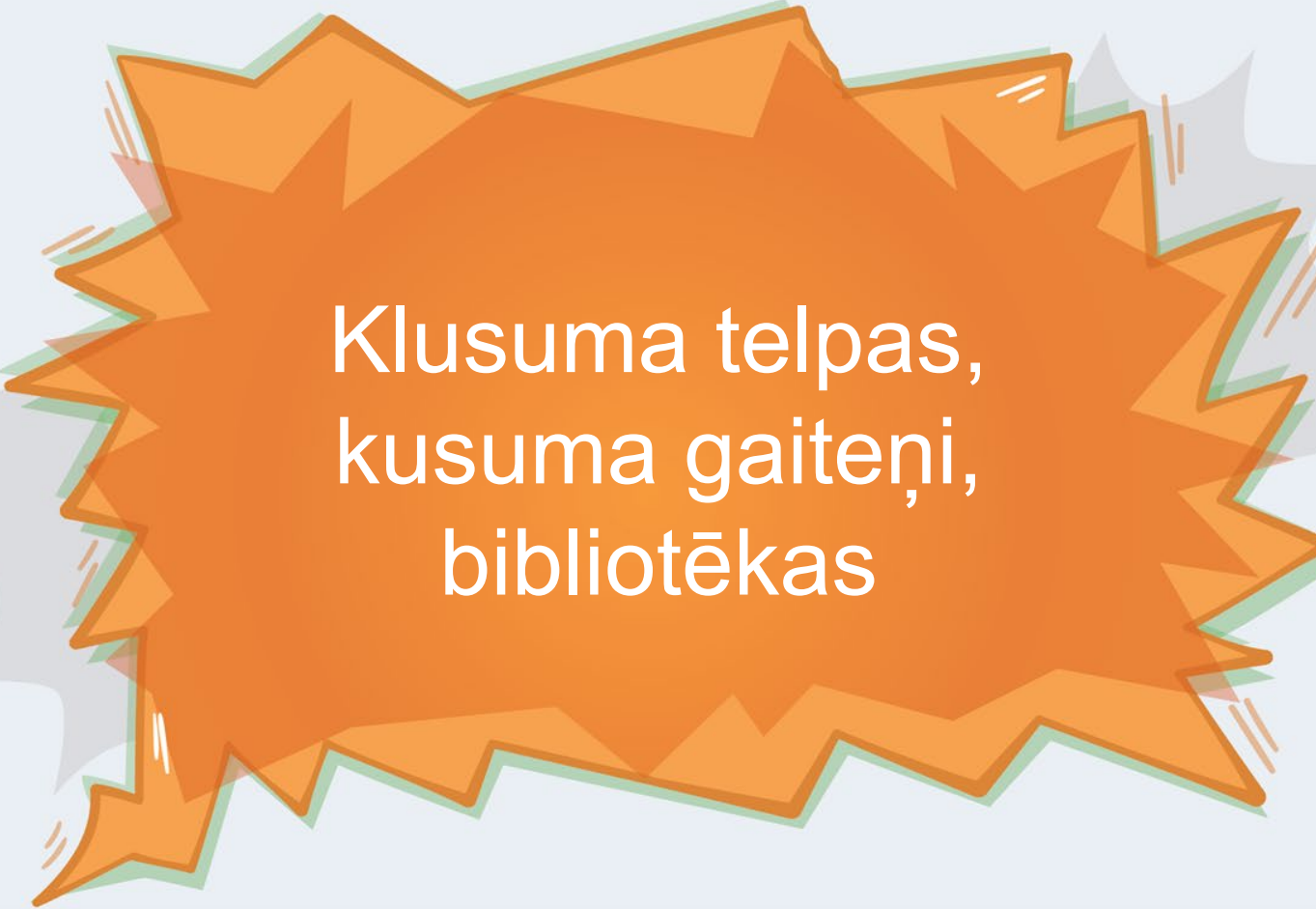
Kā palīdzēt?

- Atevišķa telpa ieskaitēm
- Pārdomāt konsultāciju laikus
- Dot iespēju atpūsties kādā klusākā vietā (bibliotēka, pastaigas ārā)
- Iespējas starpbrīžos pastaigāties
- Māciet nomierināties – elpošanas vingrinājumi utt!





Atļauja nēsāt
kapuces un
austiņas, ausu
aizbāžņus



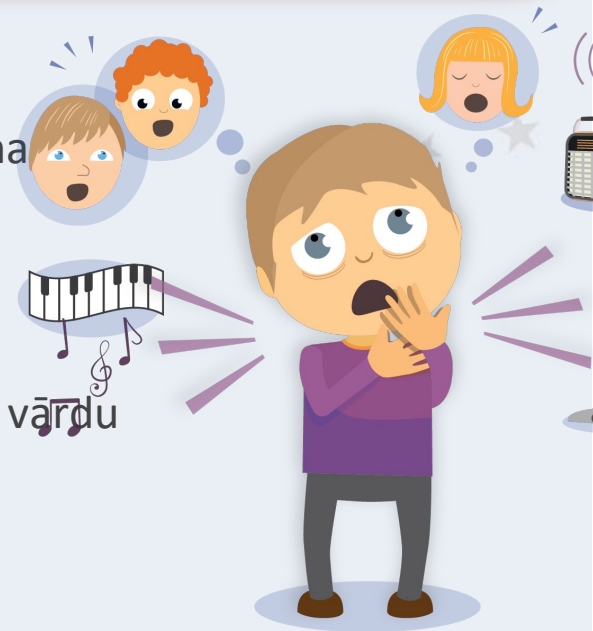
Klusuma telpas, klusuma gaiteni, bibliotēkas



Nekādi radio un
televizori fonā!!!

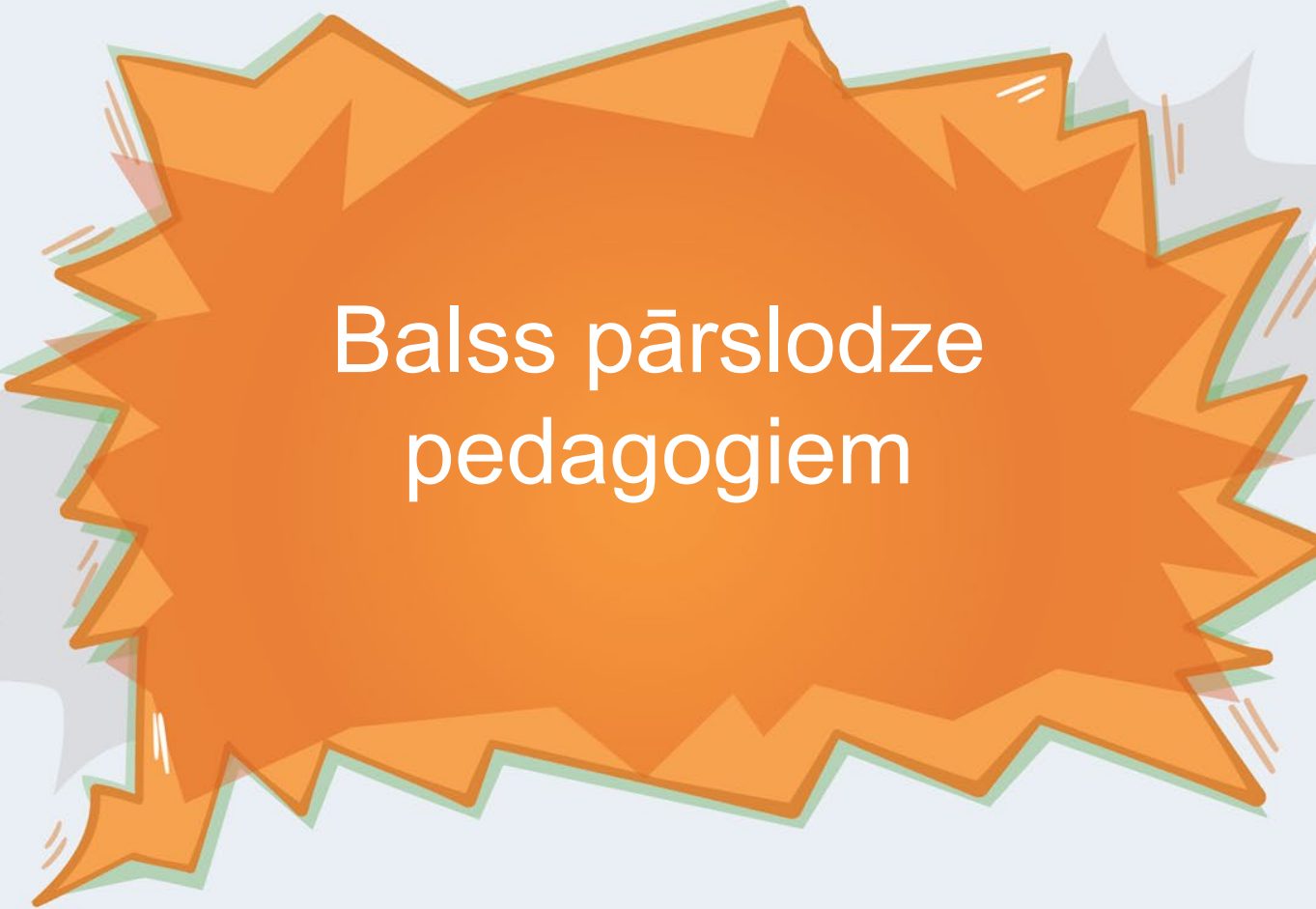
DZIRDE - pazemināts jutīgums

- Var neatpazīt noteiktas skaņas;
- Var patikt pārpildītas, trokšņainas vietas, durvju virināšana priekšmetu radīti trokšņi.
- Var veidot skaņas tikai skaņu pēc – monotona dūķšana, priekšmetu dauzīšana, kāju dauzīšana
- Izklausās, ka nedzird, ka ar viņu runā, neatsaucas uz savu vārdu
- Ignorē skaņas
- Patīk skaļa mūzika ne tikai austiņās, bet arī basi





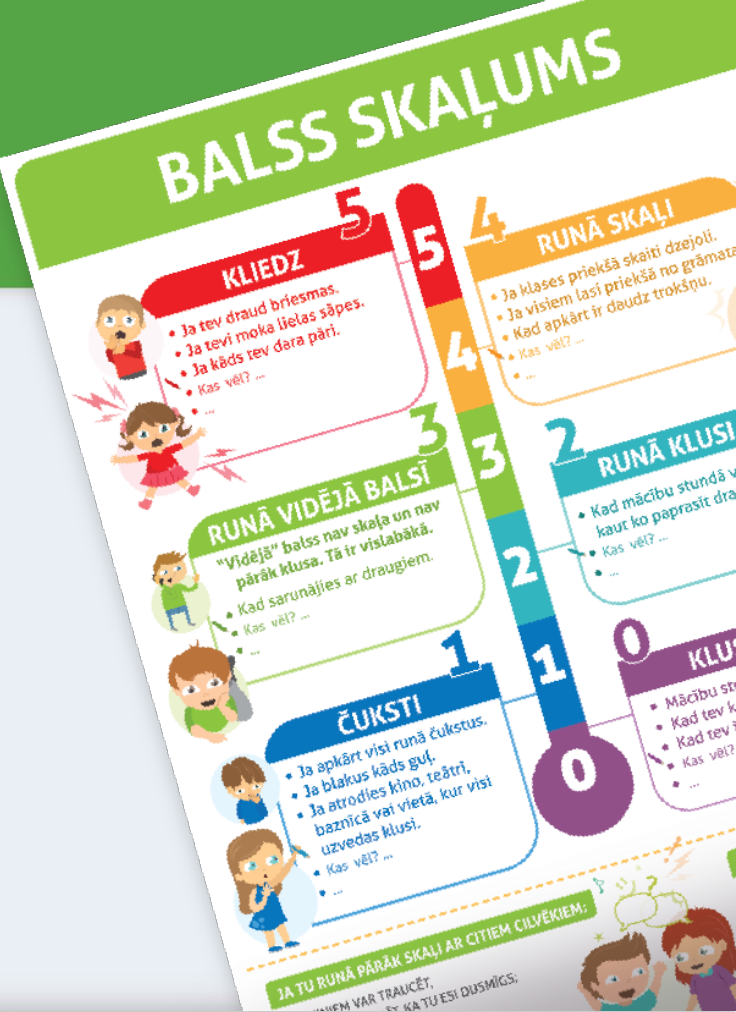
BASI



Balss pārslodze pedagogiem

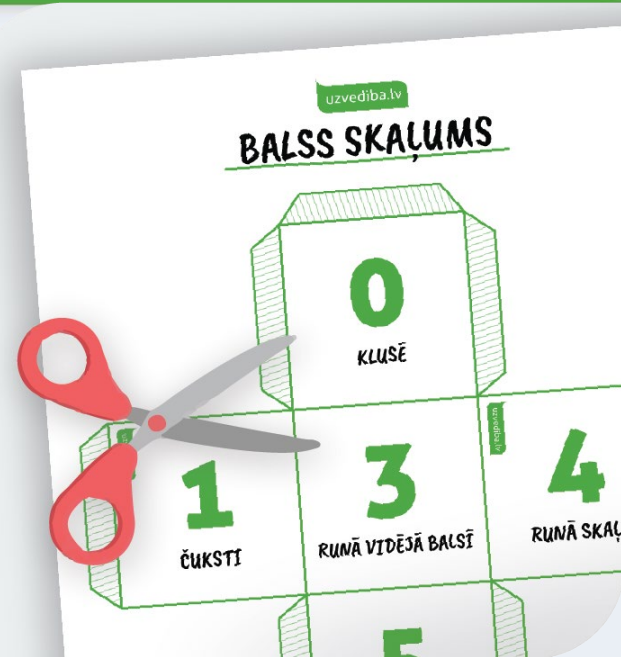
Balss skaļuma aktivitātes

- Auditējiet uzvedības funkcijas
- Māciet bērniem, cik tas ir – klusi
- Cik ir ātri, lēni
- Spēlējiet spiegu spēles utt.



Metamais kauliņš ar balsi

- <https://site-428788.mozfiles.com/files/skaluma-metamais-kaulins-1.pdf>



Dzirdes spēles

- Skaņu paslēpes – no kurienes nāk skaņa? Vai šī skaņa ir tuvu vai tālu? Blakus man, aiz manis? «Aklās visticīgas» utt.
- Vai tu zini, ko kura skaņa nozīmē? Vai tu proti atšķirt raudāšanas skaņu no smiešanās skaņas? Bēdīgu balsi no priecīgas balss?
- Vai atpazīsti šokolādes attaisīšanas skaņu? Citas jaukas skaņas?

Burtu spēles

- Kā skan katrs burts?
- Es sāku vārdu, bet tu turpini
- Kā skan priekšmetu burti?
- Cik daudz vārdus tu vari nosaukt ar vienu burtu?



Klausies mūziku un zīmē to

- Uzlieciet mūziku un ļaujiet bērnam zīmēt, kas ienāk prātā. Zīmējiet paši blakus
- Meklējiet skaņu tekstūras
- Dejojiet mūzikas ritmā
- Kārtojiet māju vienas dziesmas garumā
- Pieņemiet, ka bērns var gribēt vienu dziesmu klausīties atkal un atkal un atkal



<https://www.pinterest.com/pin/1618549848083784/>

Stop spēles

- Maršēšana ritmā, soļošana pēc skaņas, kustēšanās mūzikas ritmā
- Spēles, kur bērns pats var kontrolēt skaņas ieslēgšanos un izslēgšanos, piemēram Diena. Nakts
- Stop
- ejam, ejam, stop,
- Skrien no 1-5



.twinkl.co.uk

Kas tā par skaņu?

- Kustēties mūzikas ritmā, sportot mūzikas ritmā.
- Dejojošās rokas
- Iesildīšanās
- Silts, auksts, karsts deg. Ar skaņu palīdzību, ar aizsietām acīm
- Putni dzied, kukaiņi dūc
- Stāstiet stāstus, pabeidziet teikumus
- Mūzika ar glāzēm



Spēlējiet sociālās spēles

- Spēles, kur jāseko norādēm – zīmē pa rūtiņām
- Lomu spēles
- Auksts, silts, karsts, deg
- Mācīties.Draudzēties. Spēlēties, Dusmu kontroles spēle
- Lomu spēles, vārdu spēles, Alias
- Ādamam bij' septiņ' dēl'
- Spēles, ku jāgaida signāls Tava kāрта, Gatavs!, Padarīts!
- Spēles, kur jāsagaida apstiprinājums no bērna Mest? Ripināt? Vēl?
- Uzslavas – Malacis, Lieliski, tev izdodas! utt.

Sensorā pārslodze

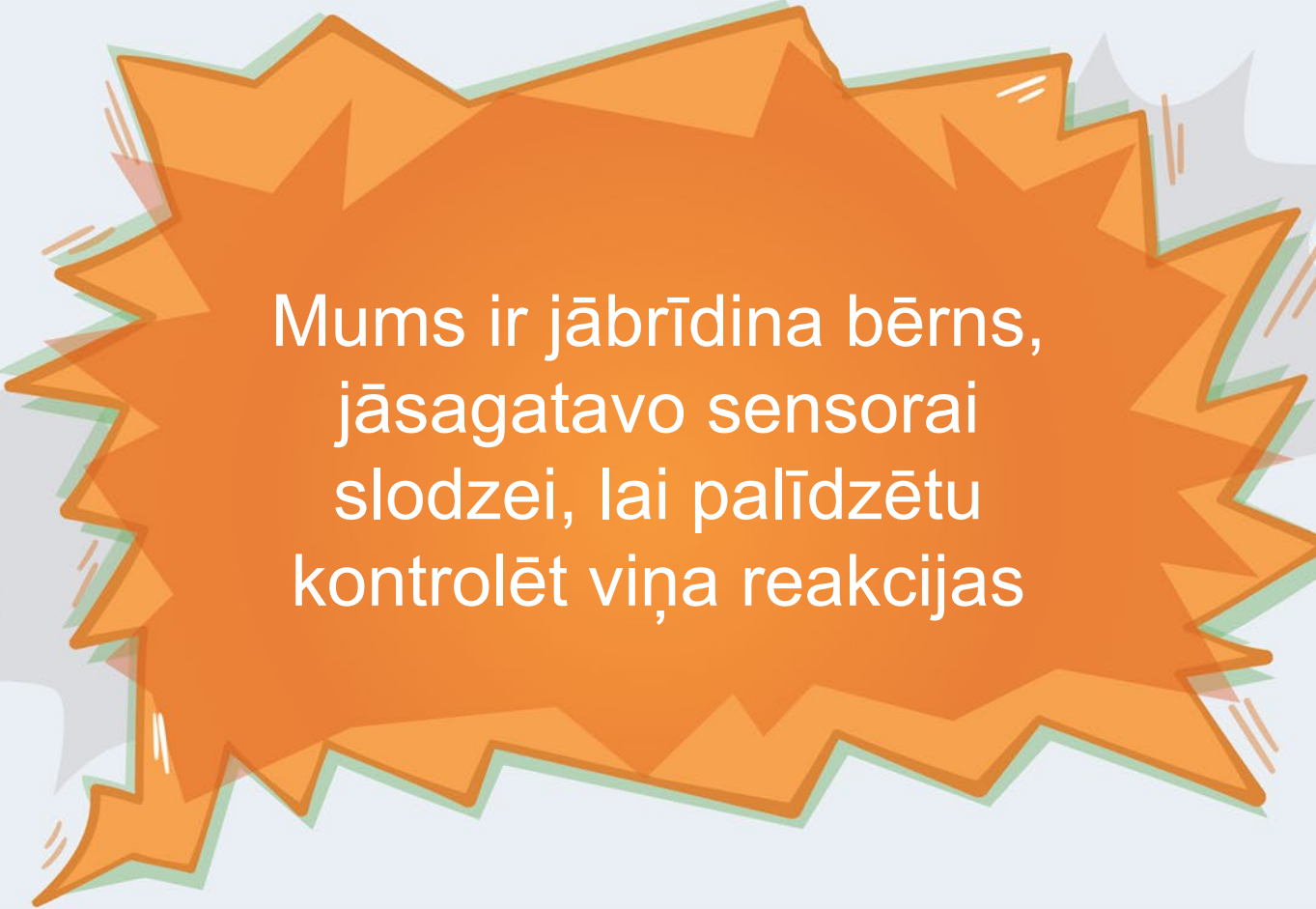


Kā palīdzēt?

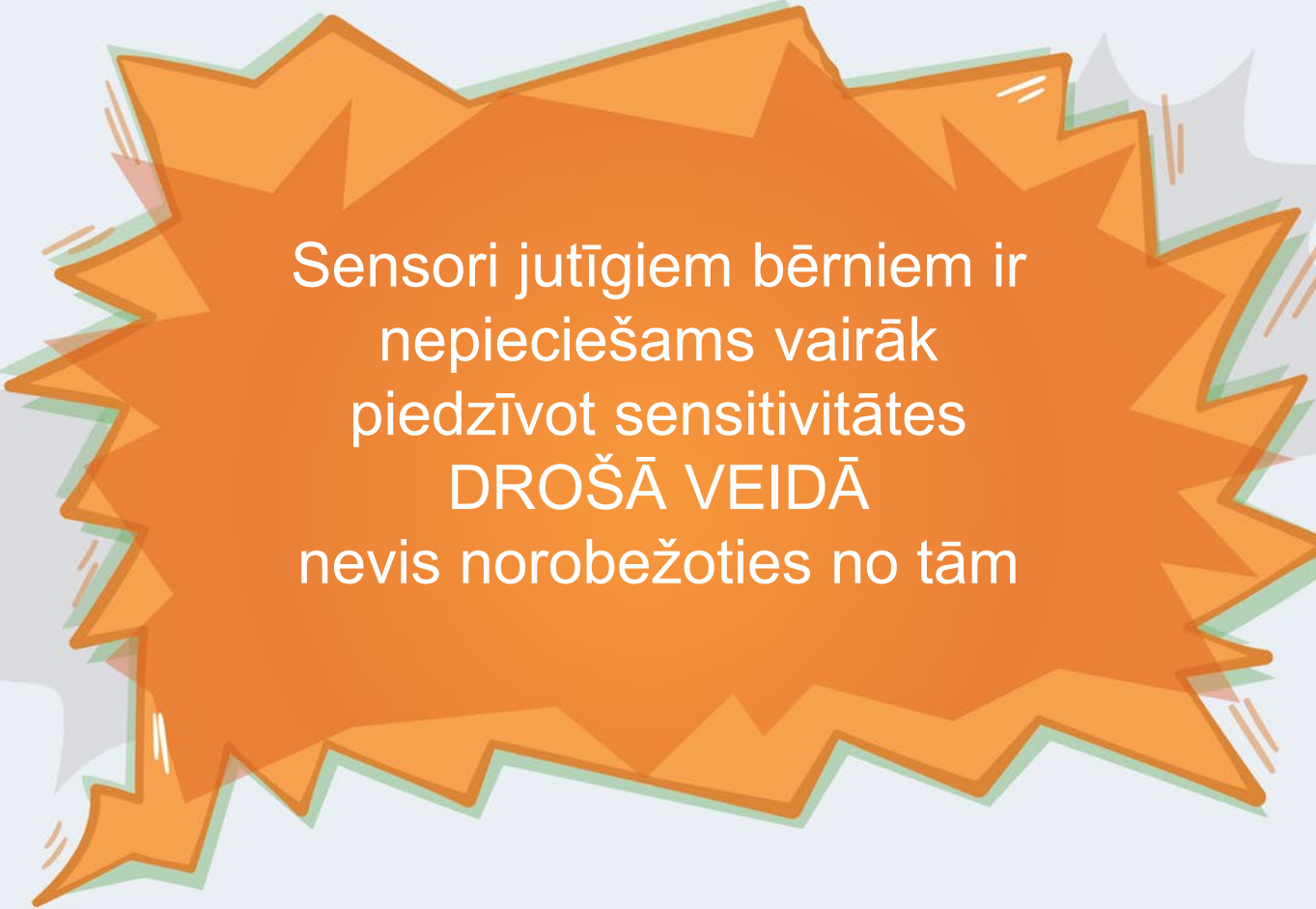
- Māciet nomierināšanās prasmes
- Māciet saprast emocijas un emocionālās reakcijas
- Māciet impulsu kontroles prasmes
- Māciet problēmu risināšanas prasmes
- Saudzīgā veidā trenējiet uztvert sensoros kairinājumus veselīgi



- Reizēm pietiek ar to, ka mēs problemātisku uzvedību novirzām drošākā gultnē - lietas, ko bērns jau dara, ievirzām jautrās, bet drošās aktivitātēs



Mums ir jābrīdina bērns,
jāsagatavo sensorai
slodzei, lai palīdzētu
kontrolēt viņa reakcijas



Sensori jutīgiem bērniem ir
nepieciešams vairāk
piedzīvot sensitivitātes
DROŠĀ VEIDĀ
nevis norobežoties no tām



Paldies!

www.uzvediba.lv
liga@uzvediba.lv

SENSORĀ UZVEDĪBA REDZE

13.aprīlis 16:00



Literatūras avoti

- Cohen, Lawrence J.. The Opposite of Worry . Random House Publishing Group. 2013
- Lawrence J. Cohen, Playful Parenting. Random House Publishing Group. 2001
- Delahooke, Mona. Beyond Behaviors: Using Brain Science and Compassion to Understand and Solve Children's Behavioral Challenges. PESI Publishing & Media. 2019
- Elaine, N Aron, The Highly sensitive Child, Broadway books, 2002
- Sher, Barbara. Everyday Games for Sensory Processing Disorder: 100 Playful Activities to Empower Children with Sensory Differences Althea Press. 2016.
- Sher, Barbara, Early Intervention, Games, Fun, Joyful Ways to Develop Social and Motor Skills in Children with Autism Spectrum or Sensory Processing Disorders, 2009