



Kaip atrasti vaiko mokymosi raktą? Rūtos Kareckaitės-Gouriou išvalgos „Trys spalvos“ tėvams

Kodėl vaikui sunku susikaupti, kaip padėti jam suvaldyti stiprias emocijas ir kuo ypatingas daugiakalbių vaikų mokymasis? Rugsėjo pabaigoje Islandijos lituanistinės mokyklos „Trys spalvos“ bendruomenė ieškojo atsakymų praktiniuose mokymuose su mokymosi ir sensorinės integracijos specialiste Rūta Kareckaite-Gouriou. Dalijamės svarbiausiomis susitikimo išvalgomis apie nervų sistemos raidą, emocinę savireguliaciją ir praktinius būdus, padedančius atverti kiekvieno vaiko mokymosi potencialą.

Giedrė Gudaitė, Mokykla „Trys spalvos“

Rugsėjo 26 d., Islandijos lituanistinės mokyklos „Trys spalvos“ bendruomenė dalyvavo praktiniuose mokymuose „Atraskime vaiko mokymosi raktą“ su mokymosi ir sensorinės integracijos specialiste Rūta Kareckaite-Gouriou.

Į susitikimą atėjome su daugybe rūpimų klausimų apie vaikų dėmesį, mokymosi sunkumus, daugiakalbystę, motyvaciją, elgesio reguliavimą ir kt. Daugelis jų buvo aptarti per pustrečios valandos trukusį renginį, o pokalbis nuvedė gerokai toliau nei vien konkrečių mokymosi problemų sprendimas. Rūta kvietė pirmiausia suprasti, kas vyksta vaiko raidos, nervų sistemos, kūno ir emocijų lygmenyse ir kokią įtaką vaikų mokymuisi turi artimiausia aplinka bei epigenetiniai veiksniai.

Šiame straipsnyje dalijamės mokymų metu aptartų temų santrauka, o straipsnio pabaigoje pateikiame Rūtos rekomenduotų knygų ir kitų šaltinių sąrašą. Viliamės, kad čia pateikiama informacija bus naudinga ne tik tiems bendruomenės nariams, kurie negalėjo dalyvauti mokymuose, bet ir tiems, kurie dalyvavo ir nori savarankiškai sugrįžti prie šių svarbių temų.

Vaiko mokymosi sunkumai: žvilgsnis į visą raidos procesą

Viena iš mokymų pradžioje pristatytų schemų buvo žmogaus raidos, elgesio ir mokymosi procesų piramidė, kurioje skirtingi procesai išdėstyti nuo giliųjų, ankstyvųjų – tokių kaip epigenetiniai ir transgeneraciniai veiksniai, centrinė nervų sistema, sensorinė nervų sistema – iki aukštesniųjų – kognityvinių, akademinių ir vykdomųjų funkcijų.

Ši schema padėjo pažvelgti į vaikų sunkumus kitaip. Tai, kas vaiko elgesyje pasireiškia kaip aukštesniųjų funkcijų sunkumai – pavyzdžiui, sunkumas susikaupti, valdyti impulsus ar pradėti darbą, – ne visada yra būtent to lygmens problema. Kartais sunkumų priežastys gali slypėti gilesniuose raidos lygmenyse.

Rūta taip pat kalbėjo apie vaiko smegenų raidą ir priminė, kad skirtingos smegenų funkcijos vystosi skirtingais amžiaus tarpsniais. Todėl tikėtis iš vaiko kai kurių gebėjimų anksčiau, nei jis fiziologiškai pasirengęs juos atlikti, nėra prasminga.

Kaip vieną iš pavyzdžių Rūta pateikė skaitymą. Jos teigimu, savarankiškam skaitymui reikalingi smegenų procesai dar nėra pakankamai subrendę labai mažame amžiuje, todėl ankstyvas mokymas skaityti ne visuomet reiškia, kad vaikas jau pasirengęs skaityti savarankiškai.

Efektyvus skaitymas apima kelis tarpusavyje susijusius etapus: raidžių atpažinimą, jų sekos įvertinimą, sekos atpažinimą kaip žodžio ir žodžio susiejimą su jo reikšme bei vaizdiniu. Rūta aiškino, kad šių procesų efektyvumas priklauso nuo skirtingas smegenų sritis jungiančio baltosios medžiagos nervinių skaidulų „tilto“ – *corpus callosum*, arba didžiosios smegenų jungties, kuri mažame amžiuje dar nėra pakankamai išsivysčiusi. Tad gali būti, kad mokydami mažametį skaityti, teišmokysime jį iššifruoti žodį, bet nebūtinai susieti regimą žodžio formą su jo kalbine reikšme ir prasme.

Tad tėvai ir mokytojai, klausdami, kodėl vaikas nesugeba ar nemoka atlikti

vienokio ar kitokio veiksmo, pirmiausia galėtų klausti: „Ar vaiko smegenys jau gali tai padaryti?“. Tik tuomet, kai atsakymas į šį klausimą teigiamas, verta ieškoti kitų galimų sunkumų priežasčių.

Kai pirmiausia reikia ne mokyti, o padėti nusiraminti

Svarbi mokymų tema buvo vaikų (ir jų tėvų) savireguliacija. Rūta papasakojo apie praktikoje taikomą ir veiksmingą žaliosios ir raudonosios zonų modelį, padedantį suprasti vaiko nervų sistemos būsenas. O ieškantiems būdų, kaip kurti ryšį ir susikalbėti su vaiku išėjus iš streso būsenos, ji rekomendavo Adele Faber ir Elaine Mazlish knygą *„Kaip kalbėti su vaikais, kad jie klausytų, ir kaip klausyti, kad vaikai kalbėtų“*.

Raudonojoje zonoje – būsenoje, kai žmogus jaučia grėsmę, – smegenų veiklą perima su išlikimu ir emocine reakcija susiję procesai, todėl racionalus mąstymas ir gebėjimas spręsti problemas tampa daug sunkesni. Žaliojoje zonoje – ramioje, saugioje būsenoje, kai smegenys nebeinterpretuoja aplinkos kaip pavojingos, – aktyviau veikia už aukštesnes kognityvines funkcijas atsakingos smegenų sritys, todėl tampa lengviau mąstyti, mokytis, priimti sprendimus ir kontroliuoti savo elgesį.

Tai ypač svarbu kalbant apie stiprias vaikų emocines reakcijas – vadinamuosius pykčio priepuolius, stipraus susierzinimo ar pasipriešinimo momentus. Kai vaikas yra raudonojoje zonoje, suaugusiojo noras paaiškinti, įtikinti ar išmokyti tinkamo elgesio nėra tinkamiausias pirmas žingsnis. Pirmiausia reikia padėti vaikui grįžti į ramesnę būseną. Atsižvelgiant į vaiką, tam gali padėti skirtingi dalykai: vienam – apkabinimas, kitam – galimybė atsitraukti į ramesnę vietą ir pabūti vienam. Tik tada galima kalbėtis apie tai, kas įvyko, ieškoti sprendimų ir mokytis iš situacijos.

Rūta taip pat pabrėžė saugios aplinkos svarbą vaiko emociniams išgyvenimams – galimybę jausmus išreikšti, juos atpažinti ir patirti priimančioje aplinkoje, o ne slopinti. Pasak Rūtos, galimybė vaikui saugiai pereiti visą emocijos ciklą ir patirti, kad jo jausmai yra priimami, yra svarbi jo emocinės raidos ir atsparumo dalis.

Daugiakalbystė prasideda ne nuo gramatikos studijų

Mūsų mokyklos tėvams ypač aktuali buvo mokymų dalis apie daugiakalbystę.

Kalbėdama apie vaikų kalbų mokymąsi, Rūta atkreipė dėmesį į tai, kad vaikai pirmiausia mokosi stebėdami ir atkartodami savo aplinką, o ne studijuodami

vadovėlius. Mokydamiesi tiek gimtosios, tiek kitų kalbų, vaikai stebi ir įsidėmi, ką ir kaip kalba suaugusieji.

Čia išryškėja dialogo ir galimybės jį stebėti svarba. Stebėdami iš šalies, kaip kiti bendrauja tarpusavyje, o ne vien dalyvaudami pokalbiuose patys, vaikai mokosi abipusio bendravimo tikslinė kalba – t. y. ir kaip klausti, ir kaip atsakyti. Todėl svarbu, kad vaikai matytų tėvus ar kitus suaugusiuosius gyvai ar nuotoliu bendraujančius su giminaičiais, artimaisiais ir kitais visuomenės nariais.

Svarbu pabrėžti, kad stebėdami tėvus ir aplinką vaikai perima ne tik kalbinį turinį, bet ir tėvų santykį su kalbomis: kurią kalbą ir kaip tėvai vertina, kokia kalba jie patys bendrauja, kaip reaguoja į šalies, kurioje gyvena, visuomenės kalbą. Visa tai vaikas stebi ir perima sąmoningai.

Tėvų požiūris į šalies, kurioje gyvena, kalbą gali turėti įtakos vaiko santykiui su ja ir norui jos mokytis. Todėl daugiakalbėje aplinkoje svarbu, kad tėvai rodytų atvirą, smalsų santykį su visomis kalbomis, kurias šeima ir vaikas girdi aplinkoje.

Kita vertus, tai nereiškia, kad šeima turi atsisakyti gimtosios kalbos ir pradėti namuose bendrauti vien šalies, kurioje gyvena, kalba. Rūtos atsakymas į šį tėvams aktualų klausimą buvo aiškus: šeimos ir artimiausio bendravimo kalba išlieka gimtoji, o visuomenės kalbos galima mokytis kitais būdais – skaitant knygas, žiūrint filmus ar animaciją, lankantis viešuose renginiuose ar kartu atliekant namų darbų užduotis.

Taip pat labai svarbu, kad vaikai bendrautų su bendraamžiais, iš kurių galėtų mokytis kalbos kartu žaisdami ar dalyvaudami popamokinėje veikloje. Lituanistinės mokyklos – puiki aplinka tokiam bendravimui, kai tikslinė kalba yra lietuvių. Siekiant padėti išmokti visuomenės kalbą, mažesnius vaikus galima vesti į žaidimų kambarius ar aikšteles, o vyresnius užrašyti į būrelius, kuriuose jie bendrautų su vietiniais vaikais.

Mokymosi formų įvairovė

Mokymuose taip pat kalbėjome apie skirtingus gebėjimus, mokymosi ir informacijos įsisavinimo būdus. Rūta pristatė Howardo Gardnerio daugybinių intelekto sampratą, kurioje išskiriami aštuoni intelektai: kalbinis, loginis-matematinis, vizualinis-erdvinis, muzikinis, kūno-judesio, tarpasmeninio bendravimo, vidinis (savęs pažinimo) ir gamtos pažinimo.

Pagal šią sampratą žmogus nėra vieno tipo – skirtingi intelektai gali reikštis skirtingu stiprumu ir veikti kartu. Jų santykis taip pat nėra nekintantis: H. Gardneris pabrėžia, kad intelektų profilis gali kisti žmogui bręstant ir įgyjant naujos patirties.

Ši perspektyva kviečia pažvelgti į vaiko mokymąsi ne per tai, kas jam sunku, bet per tai, kas jam sekasi. Jeigu vaikui sunku mokytis vienu būdu, verta ieškoti kito. Galbūt tai, ką sunku paaiškinti žodžiais, galima parodyti vaizdu. Tai, ką sunku įsiminti skaitant, galima išdainuoti ar susieti su judesiu bei ritmu. Tai, kas atrodo per daug abstraktu, galima paversti konkrečia patirtimi.

Taigi svarbu ne skubėti vaikui priskirti vieną mokymosi tipą, o stebėti, kas jį įtraukia, kur atsiskleidžia jo stiprybės ir kokie būdai padeda jam geriausiai suprasti bei įsisavinti informaciją.

Mokomės ne tik galva

Viena labiausiai plėtotų temų buvo mokymasis per veiksmą ir skirtingus pojūčius.

Rūta pateikė konkretų pavyzdį, kaip įsisavinama informacija apie matavimo vienetus. Apie metrą galima perskaityti vadovėlyje ir įsiminti, kad vienas metras yra šimtas centimetrų, tačiau suprasti, kiek tai yra realioje erdvėje, vien iš knygos sunku. Visai kita patirtis – pačiam paimti matavimo juostą ir išmatuoti. Tas pats galioja ir kitiems abstraktiems dydžiams.

Kai vaikas ne tik išgirsta sąvoką, bet ir pamato, paliečia, išmatuoja ar išbando su ja susijusius objektus ar reiškinius, mokymasis tampa daugialype patirtimi: įsitraukia skirtingos sensorinės sistemos, o smegenys gali susieti informaciją iš skirtingų šaltinių. Taip kuriama daugiau asociacijų, kurios vėliau padeda lengviau atkurti bei prisiminti informaciją.

Todėl mokantis verta ieškoti galimybių informaciją parodyti, paliesti, išbandyti ar susieti su judesiu, ritmu, balsu. Tai svarbu ir mokantis kalbų: naują žodį galima susieti ne tik su jo reikšme, bet ir su vaizdu, veiksmu, garsu ar konkrečia patirtimi. Ritmas ir dainavimas ypač veiksmingi įsimenant naują informaciją, o vaizdinė medžiaga gali efektyviai papildyti žodinį mokymą.

Dėmesys nėra tiesiog gebėjimas sėdėti ramiai

Kalbėdama apie dėmesį Rūta pasiūlė naujai pažvelgti į vaikų poreikį judėti.

Iš pirmo žvilgsnio atrodo, kad susikaupęs vaikas turėtų sėdėti ramiai. Tačiau kūno išlaikymas vienoje padėtyje reikalauja nuolatinio darbo – daugybės smulkių raumenų judesių ir kontrolės. Ramiam sėdėjimui, vienam sudėtingiausių veiksmų, vaiko smegenys dar ne visada yra fiziologiškai pasiruošusios.

Todėl judėjimo nebūtina suprasti kaip susikaupimo priešingybės. Tam tikros judėjimo, pusiausvyros, ritmo ir propriocepinės veiklos gali padėti vaikui reguliuoti savo kūną ir pasiruošti susikaupti.

Mokymuose Rūta pristatė įvairias praktines priemones ir veiklas, kurios padeda palaikyti dėmesį bei savireguliaciją: pusiausvyros ir judėjimo pratimus, ritmines veiklas, sensorines priemones, vizualinio sekimo pratimus ir kt.

Mokymasis vyksta ne atskirai nuo kūno – kūnas yra mokymosi proceso dalis.

Kaip motyvuoti vaiką mokytis?

Dar viena diskusijoje išryškėjusi tema buvo vaikų motyvacija. Rūta išskyrė keturis svarbius jos elementus: galimybę rinktis, savarankiškumą, gebėjimą atlikti užduotį ir prasmę. Visi jie padeda palaikyti motyvaciją.

Vaikui svarbu ne tik pasakyti, ką jis turi padaryti. Svarbu, kad jis jaustųsi turįs pasirinkimo galimybę, galėtų kuo daugiau atlikti pats, jaustųsi gebąs įveikti užduotį ir matytų, kodėl tai jam svarbu.

Veiklos prasmingumo klausimas ypač įdomiai atsiskleidė mūsų pačių mokyklos patirtyje. Tą patį rytą „Trys spalvos“ mokiniai pamokoje su Rūta diskutavo ir dalijosi, kas jiems gyvenime yra svarbu, bandydami suprasti, ar mokytis lietuvių kalbos yra prasminga. Po ilgos diskusijos paaiškėjo, kad lietuvių kalba vienaip ar kitaip susijusi su daugeliu jų interesų, santykių ir svarbių gyvenimo sričių. Taip mokiniai patys atrado prasminį ryšį tarp to, kas jiems svarbu, ir lietuvių kalbos mokymosi.

Taigi, kartais prasmė nėra lengvai išvelgiama ar paaiškinama. Jai atrasti gali reikėti daugiau laiko, pokalbių, apmąstymų ir saugaus, atviro dialogo su mokytoju ar kitu suaugusiuoju.

Nuo „kas vaikui negerai?“ prie „ko vaikui reikia?“

Ko gero, svarbiausia šių mokymų mintis buvo kvietimas į vaiko mokymąsi pažvelgti ne izoliuotai ir ne tik per problemų prizmę, o atsižvelgiant į bendrą

vaiko raidą bei individualius jo poreikius. Vaiko gebėjimui mokytis įtakos turi daugybė tarpusavyje susijusių veiksnių: raidos etapas, emocinė būsena, kūnas ir jutimai, kalba, santykis su aplinka, mokymosi būdas, motyvacija ir ankstesnė patirtis.

Todėl vietoj į problemą orientuoto klausimo (pvz., „Kodėl mano vaikas nesusikaupia?“), verta pereiti prie klausimų, skatinančių geriau pažinti ir suprasti vaiką:

- Ar užduotis atitinka vaiko raidos etapą ir gebėjimus?
- Ar vaikas jaučiasi saugus?
- Ar jis supranta, ką turi atlikti?
- Ar suvokia užduoties prasmę?
- Ar gali mokytis jam tinkamu būdu?
- Ar jo kūnas gauna pakankamai judėjimo ir sensorinės patirties?
- Ar pasirinktas mokymo būdas padeda atskleisti vaiko stiprybes?

Rūta pabrėžia: tinkamiausią raktą į sėkmingą vaiko mokymąsi atrasime siekdami pirmiausia suprasti ir pažinti savo vaiką.

Norintiems sužinoti daugiau

Rūta po mokymų pasidalijo knygomis ir kitais šaltiniais, kurie gali būti įdomūs tėvams, norintiems plačiau pasidomėti vaikų raida, savireguliacija, mokymusi, judėjimu ir kitomis aptartomis temomis:

- Faber, A., & Mazlish, E. (2012). *How to Talk So Kids Will Listen & Listen So Kids Will Talk* (30th anniversary ed.). Scribner.
- Gerhardt, S. (2015). *Why Love Matters: How Affection Shapes a Baby's Brain* (2nd ed.). Routledge.
- Hannaford, C. (2005). *Smart Moves: Why Learning Is Not All in Your Head* (2nd ed.). Great River Books.

- Shellenberger, S., & Williams, M. S. *How Does Your Engine Run? A Leader's Guide to the Alert Program® for Self-Regulation*. TherapyWorks, Inc.
- Goddard-Blythe, S. (2023). *Reflexes, Movement, Learning and Behaviour*. Hawthorn Press.
- Wolynn, M. (2016). *It Didn't Start with You: How Inherited Family Trauma Shapes Who We Are and How to End the Cycle*. Viking. Rūta rekomendavo antrąjį skyrių, kuriame aptariami epigenetiniai tyrimai ir galimas neišspręstų trauminių patirčių poveikis vėlesnėms kartoms bei jų emocijoms ir elgesiui.
- **INPP (Institute for Neuro-Physiological Psychology)** - www.inpp.org.uk - institutas, plėtojantis neuromotorinės raidos, primityviųjų refleksų, judėjimo ir jų sąsajų su mokymusi bei elgesiu tyrimus ir praktinius metodus. Svetainėje galima rasti informacijos apie INPP metodą, mokslinius tyrimus, vaikų raidos vertinimą ir judėjimo programas, taip pat daugiau Sally Goddard-Blythe darbų.

Tikimės, kad šis pokalbis nesibaigs kartu su renginiu ir kad čia surinktos mintys bei Rūtos papildyta medžiaga bus naudingos tėvams ir mokytojams, kurie kasdien ieško būdų geriau suprasti savo vaikus ir padėti jiems mokytis.

Praktiniai mokymai „Atraskime vaiko mokymosi raktą“ su mokymosi ir sensorinės integracijos specialiste Rūta Kareckaite-Gouriou iš dalies finansuoti Lietuvos Respublikos švietimo, mokslo ir sporto ministerijos.