

Paano Tutulungan ang mga Batang may Piling Pagkapipi “Pangangalaga sa Kalusugan ng Pag-iisip ng mga Bata” Serye ng Edukasyon para sa Magulang

Kawanihan ng Edukasyon 2022

Ano ang “Piling Pagkapipi”?

Isang uri ng kapansanan sa pagkabalisa ang Piling Pagkapipi (SM). Maaaring makipag-usap at makipag-ugnayan nang normal sa ilang sitwasyon ang mga taong may SM (hal., sa bahay o malapit na miyembro ng pamilya), ngunit hindi sila nakakapagsalita sa ilang sitwasyong panlipunan (hal., kapag kaharap ang mga guro sa paaralan o mga estranghero sa bahay), na nakakaapekto sa kanilang pag-aaral o pakikisalamuha.

Maaari silang makipag-usap nang normal sa pamilyar na kapaligiran (hal., sa bahay), ngunit sa ilang partikular na sitwasyong panlipunan (hal., sa paaralan o mga pagtitipon ng mga kaibigan), maaari silang kumilos tulad ng sumusunod:

- ✧ Hindi marunong makipag-usap sa iba
- ✧ Nagagawang tumugon ng isa o dalawang salita sa pabulong na paraan
- ✧ Makipag-usap sa pamamagitan ng pagtango o pag-iling ng kanilang mga ulo, ekspresyon ng mukha at kilos sa halip na gumamit ng pasalitang pakikipag-ugnayan
- ✧ Mahiyain, palaasa at hindi nakikihalubilo
- ✧ Biglang may reaksiyon o tumitigil kapag nalaman nilang may nakatingin o lumalapit sa kanila

Papel ng mga Magulang

Kung pinaghihinalaan ko na may SM ang anak ko, dapat akong...

- Humingi ng psychiatric na konsultasyon at pagtatasa para sa anak ko sa lalong madaling panahon, para maisaayos ang naaangkop na paggamot at pagsasanay para sa suporta para sa kanya
- Makipag-ugnayan sa Coordinator ng mga may Espesyal na Pangangailangan sa Edukasyon (Special Educational Needs Coordinator, SENCO), guro ng klase, Grupo ng Gabay ng Mag-aaral o kawaning panlipunan ng paaralan para sa pagsasaayos ng naaangkop na mga pansuportang serbisyo

Matapos masuri ang anak ko na may SM dapat akong...

- Makipagtulungan sa mga propesyonal sa pangangalagang pangkalusugan sa pagsasagawa ng iminungkahing plano sa paggamot para matiyak na matatanggap ng anak ko ang mga paggamot na kailangan niya at umiinom ng gamot na ayon sa inireseta (kung naaangkop)
- Gumawa ng inisyatiba para ibigay sa paaralan ang impormasyon tungkol sa mga espesyal na pangangailangang pang-edukasyon ng anak ko sa lalong madaling panahon, kabilang ang pagpasa ng kanyang psychiatric na ulat sa paaralan para sa pagsasaayos ng naaangkop na mga pansuportang serbisyo

- Panatilihin ang komunikasyon sa Grupo ng Gabay ng Mag-aaral o kawaning panlipunan ng paaralan, SENCO, Grupo ng Suporta para sa Mag-aaral, guro ng klase at mga guro ng subject para maunawaan ang kondisyon ng pag-aaral at pag-adjust ng anak ko; at sama-samang talakayin ang naaangkop na mga diskarte sa suporta kung kailangan

Maaaring isaalang-alang ang sumusunod na mga diskarte kapag sinusuportahan ang anak mo:

Panlipunan at Komunikasyon

- Linangin ang isang bukas at positibong kapaligiran sa lipunan at magpakita ng magandang halimbawa para sa anak mo, hal., nagkukusa ang mga magulang para ipakita kung paano makipag-usap sa iba, at kung paano nang may kumpiyansa at matatas na makisali sa isang pag-uusap, atbp.
- Himukin ang anak mo na progresibong tumugon sa isang panlipunang kapaligiran nang may mapagmalasakit at may konsiderasyon na saloobin
- Hilingin sa pamilya o mga kaibigan na bigyan ang anak mo ng angkop na personal na espasyo sa mga pagtitipon at hayaan ang anak mo na subukang lumahok sa mga pag-uusap o makipag-ugnayan lamang sa iba kapag handa na siya, at iwasang bansagan ang anak mo bilang "hindi nagsasalita" sa harap ng iba.
- Tugunan ang antas ng pagkabalisa ng anak mo sa mga sitwasyong panlipunan. Kung napansin mo na ang lengguahe ng katawan niya (tulad ng pagtungo ng kanyang ulo, pagbaluktot, atbp.) ay nagpapakita ng tumataas na antas ng pagkabalisa, dapat mong iwasang pilitin ang anak mo na magsalita.
- Magbigay ng sapat na oras na paghihintay para tumugon ang anak mo, at iwasang makialam nang maaga o magsalita para sa anak mo
- Maaaring pasimplehin ng mga magulang ang mga tanong na kailangang sagutin ng mga anak mo, hal., pagpapalit ng mga bukas na tanong sa mga tanong na maraming pagpipilian (tulad ng “Gusto mo bang uminom ng orange juice, lemon na tsaa o iba pa?”) para matulungan ang mga anak mo na tumugon
- Dapat purihin ng mga magulang ang mga anak niyo (pasalita o hindi pasalita) kapag nakikipag-usap sila sa iba o sinusubukang lumahok sa mga aktibidad na panlipunan

Araw-araw na Pagsasanay

- Himukin ang anak mo na ipahayag ang kanilang sarili sa pasalitang paraan nang mas madalas, at tulungan silang bumuo ng mga kasanayan sa pasalitang pagpapahayag at ng kumpiyansa
- Anyayahan ang mga kaedad na maglaro sa bahay at simulan sa mga aktibidad na nangangailangan ng mas kaunting pasalitang pakikipag-ugnayan tulad ng paggawa ng modelo o paggawa ng clay, para magbigay ng mas maraming pagkakataon para sa anak mo na makibagay sa kanyang mga kaedad sa isang pamilyar na kapaligiran
- Hayaang masanay ang anak mo na marinig ang kanyang sariling boses, hal., manood ng mga video clip ng mga pag-uusap o pakikipag-ugnayan sa bahay kasama ang anak mo

Mga Panukala at Diskarte ng Suporta

Sa pangkalahatan, maaaring magbigay ang mga paaralan ng sumusunod na suporta ayon sa mga pangangailangan ng mga indibidwal na mag-aaral:

Pagtulong sa Mag-aaral sa Pag-adjust sa Paaralan

- Bigyan ng espasyo at oras ang mag-aaral para kontrolin ang kanilang pagkabalisa kung kailangan
- Tuklasin ang mga aktibidad na makakatulong sa mag-aaral na makipag-ugnayan sa iba sa nakaka-relax na paraan, at isali ang mag-aaral sa mga aktibidad na ito kung naaangkop
- Magbigay ng pagsasanay sa grupo o indibidwal na pagpapayo para sa mag-aaral para mapabuti ang kanyang pamamahala sa lipunan at emosyon at mga kasanayan sa paglutas ng problema, at palakasin ang kanyang pakiramdam ng kakayahan at tiwala sa sarili
- Isaayos ang mga itinalagang guro o tauhan ng gabay para magtatag ng matibay na kaugnayan sa mag-aaral at bumuo ng relasyon na may tiwala sa isa't isa sa kanya. Magbigay ng tulong kapag kailangan ito ng mag-aaral o magtatag ng network ng suporta para sa mag-aaral sa paaralan

Pagtulong sa Estudyante na Makasundo at Makipag-ugnayan sa mga Guro at Mga Kaedad

- Linangin ang isang ligtas at magiliw na kapaligiran sa pag-aaral, dagdagan ang pakikipag-ugnayan sa pagitan ng mag-aaral at mga guro sa pamamagitan ng mga aktibidad na hindi pasalita o pang-araw-araw na gawain sa klase, at bumuo ng pundasyon para sa pagpapahusay ng kanyang pasalitang komunikasyon
- Gumawa ng inisyatiba na pangalagaan ang mag-aaral, makipag-usap sa kanya sa mahinang tono at natural na tono, at bumuo ng relasyon na may tiwala sa isa't isa
- Purihin ang mag-aaral para sa kanyang positibong pag-uugali at pagsisikap sa lahat ng aspekto, at iwasan ang pagwawalang-bahala o pagpuna sa hindi mapakaling emosyon at tahimik na kalagayan ng mga mag-aaral.
- Isaayos ang palakaibigan at matulungin na mga kaedad para matulungan ang mag-aaral na nangangailangan. Tulungan siyang bumuo ng mga social circle, at palakasin ang pakiramdam ng pagiging kabilang sa klase ng mag-aaral
- Turuan ang mag-aaral ng mga pamamaraan sa pagpapa-relax sa sarili at imungkahi sa mag-aaral na gamitin ang mga ito kung kailangan

Pagsali sa Mag-aaral sa Mga Aktibidad sa Pagkatuto

- I-adjust ang mga inaasahan ayon sa kalagayan at kakayahan ng mag-aaral, gumawa ng mga kaluwagan sa mga aktibidad sa pag-aaral, format ng pagtatanong at ang kinakailangan sa pagtugon, at unti-unting pagbutihin ang partisipasyon ng mag-aaral. Pahintulutan ang mag-aaral na makipag-usap sa iba sa iba't ibang paraan (tulad ng pagtango/pag-iling ng kanyang ulo bilang tugon sa mga tanong na oo/hindi) para mabawasan ang pagkabalisa at pressure ng mag-aaral mula sa mga aktibidad sa pag-aaral
- Magbigay ng paunang abiso bago magtanong o hayaan ang ibang mga mag-aaral na sagutin muna ang mga tanong, upang ang mag-aaral na nangangailangan ay magkaroon ng sapat na oras upang maghanda para sa kanyang mga sagot, at magpahayag ng pagpapahalaga at paghihikayat pagkatapos sagutin ng mag-aaral ang mga tanong (pasalita o di-pasalita.)

- Kapag nag-aayos ng mga aktibidad sa grupo, ang mag-aaral ay maaaring makipagtulungan sa mga pamilyar at pinagkakatiwalaang mga kaklase upang mapahusay ang kanyang pakikilahok
- Magbigay ng mga kaluwagan sa takdang-aralin ayon sa mga pangangailangan ng mag-aaral (tulad ng pasalitang pagpapahayag) para mabawasan ang pressure sa kanya
- Magbigay ng mga espesyal na pagsasaayos ng pagsusulit ayon sa mga pangangailangan ng mag-aaral at mga mungkahi mula sa mga propesyonal

Pagpapalakas ng Suporta at Kooperasyon sa Tahanan-Paaralan

- Magbigay ng masinsinang serbisyo sa suporta sa mga mag-aaral na may malubhang kahirapan kung kailangan, tulad ng pagbalangkas ng Indibidwal na Plano sa Pag-aaral, pagsasagawa ng mga regular na pagsusuri at pag-follow-up
- Panatilihin ang mahigpit na pakikipagtulungan at komunikasyon sa pagitan ng paaralan, mga magulang at mga propesyonal (tulad ng mga propesyonal sa pangangalagang pangkalusugan, mga kawaning panlipunan, psychologist, atbp.)

Mga Kapaki-pakinabang na Website

Kawanihan ng Edukasyon



[Homepage ng Kawanihan ng Edukasyon](#)



[Online na Impormasyon ng "SENSE" Integrated na Edukasyon at Impormasyon sa Espeyal na Edukasyon](#)



[Online na Impormasyon ng Kalusugang Pangkaisipan ng Mag-aaral" Mental Health @School"](#)



[Gabay ng Operasyon sa Pagtalakay sa Buong Paaralan sa Integrated na Edukasyon](#)



[Libreto ng Sanggunian ng mga Guro sa Pag-intindi at Pagsuporta ng mga Mag-aaral na may Kapansanan sa Pag-iisip](#)

Kagawaran ng Kalusugan

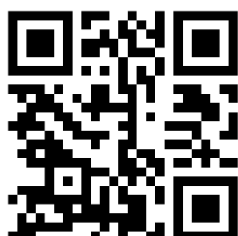


Serbisyo ng Pagtatasa ng Bata



Serbisyo ng Kalusugan ng Mag-aaral

Kagawaran ng Kapakanang Panlipunan



Ang Serbisyonang Panlipunan ng Konseho ng Hong Kong



Numero ng Telepono para sa Katanungan

Kagawaran ng Edukasyon

Pangkalahatang katanungan tungkol sa espesyal na edukasyon

3698 3957

Otoridad ng Ospital

(24 oras) Direktang Kalusugang Pangkaisipan ng Otoridad ng

2466 7350

Kagawaran ng Kalusugan

Serbisyo ng Pagtatasa ng Kabataan

2246 6659

Serbisyo ng Kalusugan ng Mag-aaral

2349 4212

Mga Mapagkukunan sa Komunidad at Helpline

