

Paano Tutulungan ang mga Batang may Tourette Syndrome “Pangangalaga sa Kalusugan ng Pag-iisip ng mga Bata” Serye ng Edukasyon para sa Magulang Kawanihan ng Edukasyon 2022

Ano ang "Tourette Syndrome"?

Isang neurodevelopmental disorder ang Tourette Syndrome (TS). Nagkakaroon ng biglaang, maikli, paulit-ulit at hindi sinasadyang mga paggalaw ng kalamnan ang mga taong may TS, na pangunahing nauuri bilang motor tics (tulad ng pagkurap, pagkibit-balikat at pag-iling ng ulo) at vocal tics (tulad ng ungol, pagbahin ng lalamunan at biglaang pagbigkas ng mga salita).

Karaniwang nagkakaroon ng mga nabanggit na sintomas sa itaas ang mga taong may TS sa murang edad. Ang mga paggalaw ng kalamnan o tics ay maaaring magkaroon ng mga sumusunod na epekto sa kanilang pang-araw-araw na buhay:

- ✧ Pisikal na pagkapagod o pananakit
- ✧ Hirap sa pag-concentrate sa pag-aaral
- ✧ Hirap sa pagsulat, lalo na kung kailangan ng mahabang panahon ng pagsusulat
- ✧ Mga kahirapan sa pakikitungo
- ✧ Mababang kumpiyansa sa sarili
- ✧ Emosyonal na ligalig
- ✧ Maaaring lumala sa panahon ng stress at tensyon ang kondisyon ng tics

Papel ng mga Magulang

Kung pinaghihinalaan ko na may TS 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 TS dapat akong...

- Makipagtulungan sa mga propesyonal sa pangangalagang pangkalusugan sa pagsasagawa ng iminungkahing plano sa paggagamot para matiyak na matatanggap ng anak ko ang mga paggagamot 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 diskarte kapag sinusuportahan ang anak mo:

Positibong Pamamahala ng Sakit

- Gabayan ang anak mo na harapin ang mga pagsumpong ng tic na may positibong saloobin, tulad ng paghahanap ng kaugnay na impormasyon kasama ng anak mo para palalimin ang kanilang pang-unawa sa Tourette Syndrome at tulungan siyang umangkop at tanggapin ang kanyang mga kondisyon
- Turuan ang anak mo na tulungan ang iba na maunawaan ang kanyang mga kondisyon para matulungan silang makisama sa komunidad. Halimbawa, kung paano ipaliwanag ang kanyang mga pag-uugali sa iba

Pamamahala ng Emosyon

- Turuan ang anak mo ng mga angkop na paraan para pangasiwaan ang kanyang mga emosyon, tulad ng malalim na paghinga o mga ehersisyo sa pagpapa-relax ng katawan, atbp.
- Gumawa ng makatotohanan at praktikal na iskedyul kasama ang iyong anak, para maaaring gawin nang salitan ang pag-aaral, pagpapahinga at mga aktibidad para mapawi ang kaba

Suporta sa Pag-aaral at Pagsasaayos

- Depende sa kondisyon ng mga pagsumpong ng tic ng anak mo, tulungan siyang hatiin ang trabaho sa mas maliliit na gawain at kumpletuhin ang mga hinating gawain nang paisa-isa. Halimbawa, ayusin ang mas kaunting trabaho na dapat tapusin kapag madalas ang mga tic
- Tulungan ang anak mo na maunawaan ang mga tungkulin sa silid-aralan at mga kaluwagan sa pagtatasa, at hikayatin siyang ipahayag ang kanyang mga opinyon sa mga guro sa proseso ng pagpapasya sa mga kaugnay na pagsasaayos

Pagbuo ng Tiwala sa Sarili

- Tuklasin ang mga interes at kalakasan ng anak mo para matulungan siyang mapaunlad ang kanyang mga potensyal

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

- Kapag nakaramdam ng matinding kaba at stress sa pag-aaral, hayaan siyang magpahinga at mag-relax sa isang ligtas at tahimik na lugar
- Isaayos sa mas gustong upuan sa mga lugar kabilang ang mga silid-aralan at mga espesyal na silid
- Hayaang lumahok ang mag-aaral sa mga aktibidad sa klase ayon sa kanyang mga kakayahan at kondisyon para maiwasan ang paglalagay sa kanya sa labis na pressure.
- Magbigay ng grupo o indibidwal na pagsasanay para sa mag-aaral na nangangailangan para pagbutihin ang kanyang mga kasanayan sa pamamahala sa lipunan at emosyon, at iwasang magtakda ng "pagbabawas ng dalas ng mga tic" bilang layunin ng pagsasanay para sa kanya

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

- Aktibong linangin ang kultura ng mapagmalasakit na paaralan. Dagdagan ang pang-unawa ng mga guro at mag-aaral sa TS para mapadali ang pagtanggap ng mga mag-aaral na may TS na may napapaloob na saloobin
- Imodelo sa mga kaklase niya kung paano tumugon nang naaangkop sa mga tic ng mag-aaral na may TS
- Tanggapin at sadyang huwag pansinin ang mga tic ng mag-aaral para mabawasan ang kanyang stress at pagkabalisa
- Isaayos ang ilang matulungin na mga kaedad para magbigay ng suporta sa pag-aaral o suporta sa emosyon sa klase para sa mag-aaral
- Isulong ang interaksyon sa pagitan ng mag-aaral at ng kanyang mga kaedad, tulad ng pagsasaayos ng mga pinangangasiwaan ng kasamahan na paglalaro bilang grupo

Pagsali sa Mag-aaral sa Mga Aktibidad sa Pagkatuto

- Mag-adopt ng mga diskarte sa pagtuturo tulad ng paghahati-hati ng mga gawain sa mas maliliit na hakbang at pagbibigay-diin sa mga mahahalagang punto
- Magbigay ng mga tala sa pagtuturo para sa nangangailangan na mag-aaral
- Sanayin ang nangangailangan na mag-aaral na gumamit ng computer sa pagta-type sa halip na magsulat
- Magbigay ng mga kaluwagan sa takdang-aralin ayon sa pangangailangan ng mag-aaral para mabawasan ang pressure sa kanya
- Magbigay ng mga espesyal na pagsasaayos ng pagsusulit ayon sa mga pangangailangan ng mag-aaral at 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 social worker, mga 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 Serbisyong 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](#)

