

# „Nuotolinis mokymas. Kaip išgyventi tėvams?“



- Kaip padėti vaikui susikurti kasdienę darbinę rutiną?
- Kaip kontroliuoti savarankišką vaiko mokymosi procesą?
- Kokias mokomąsias veiklas atlikti kartu su vaiku?
- Kaip bendradarbiauti su vaiko mokytoju?
- Ką tėvai turėtų daryti ir ko nedaryti?

# Apie mūsu susitikimą:

1. Evaldas Karmaza ([www.educarion.media](http://www.educarion.media))
  1. Psihologas. Veiklos sferos - mokyklos gyvenimas; ribos, disciplina; mokymosi motyvacija, santykiai tarp narių.
  2. Dirbu su moksleiviais, ypač - paaugliais. Mano žinios irgi ribotos.
2. Tai nėra nurodymai, tai - pasiūlymai. Gali visai netikti jūsų situacijoje. Labai skiriasi mokyklos. Nors esu specialistas, pateikiamos labai bendro pobūdžio rekomendacijos.
3. Aplinkybės labai greitai keičiasi. Gali būti po kurio laiko jau neaktualu ar netinkama.
4. Idėja nuskambėjo, būkite vertėjai į savo šeimos kalbą.

# NAUJA REALYBĖ (nauja - taip nebuvo, turime išmokti; realybė - turime sukurti ritmą ir naujus įgūdžius)

1. Niekada taip nebuvo. Galimi pakeitimai. Dėl laiko, taisyklių.
2. Oficialiai - atostogos.
3. Dabar informacijos ir pasiūlymų srautas. Labai plačios temos mokymuisi dėl interneto galimybių. Didelis informacijos kiekis gali didinti nerimą. "Lėtieji" gali išlošti... ramybę.
4. Mokymasis - tai nėra dreifavimas ar peržiūrėjimas. Yra tikslas, yra struktūra. Yra pakartojimas, yra vertinimas. Didelė dalis yra ne pramoga.
5. Streso metu mokomasi labai neefektyviai (S. Vogel, 2016).

# Kaip padėti vaikui susikurti kasdienę darbinę rutiną?

## 1. Bazinė struktūra:

1. Gyvenimas. Miegas (nustatytas laikas)
2. Nuo kovo 30 d. - gyvenimas. Mokymosi laikas. Miegas
3. Ryto ritualai. Pasirengimas darbui, mokymuisi (pvz: persirengimas). Mokymasis. Pausės/pertrauka. Siesta. Mokymasis. Laisvalaikis. Šeimos/susitikimo laikas.
4. Darbo/mokymosi dienos. Savaitgalis.

## 2. Laiko valdymas (nesitikėkite, kad laiko valdymo įgūdis atsiras greitai (studentai dar jo neturi)):

1. Metų laikai; diena/naktis; valandos; planas šiai dienai; planas savaitei; planas metams.
2. Dėmesio sukaupimo gebėjimai. Ką galiu padaryti per 10-15-20-25 minutes. Pamokos galimai vyks ne 45 min., o 20-30 min. (dėl aplinkos neįprastumo)
3. Planas ir stebėjimas. Neretai yra gerai mokytiis ne iki nuovargio ar emocijos, bet iki nustatyto laiko pabaigos.
4. Atminkite, daug kur mokyklose dar yra skambučiai. Tegul būna ir namuose.

# Kaip kontroliuoti savarankišką vaiko mokymosi procesą?

1. Pats geriausias mokymasis - tai tėvų pavyzdys. Todėl jūs turite parodyti, kaip jūs dirbate, planuojate laiką, atidedate malonią veiklą, planuojate rytdieną, ilsitės.
2. Papildomos rekomendacijos:
  1. Šeimoje yra gerai sutarti dėl laiko vienumai (gydantis fenomenas, “tylos epizodai - normalu”)
  2. Uždaroje erdvėje gali atsirasti širmos, lentelės (“Aš mokausi”).
  3. Išmokite rankomis parodyti “ne dabar”.
  4. Jei nerimas per didelis, galimos extrinės pertraukos. Jei jos kartojasi - psichologinė pagalba.



# Kokias mokomąsias veiklas atlikti kartu?

Sunku pasakyti. Tai priklauso nuo vaiko savikontrolės, pasitikėjimo jo žodžiais, gebėjimo susitarti. Gal būsite palydintis, gal - pagalbininkas, gal - prižiūrėtojas, o gal - ganytojas.

1. Įvertinkite, kiek vaikas sugeba atsijungti nuo didelių pagundų:
  1. maisto, muzikos, interneto ir mobilaus;
  2. kartu gyvenančių žmonių;
  3. Draugų žinučių;
  4. Kaip gali susikaupti dėl bendros situacijos keliamo nerimo (žiniasklaidoje gausu neinformacijos, bet reakcijų į informaciją).
2. Pagrindinės tėvų frazės:
  1. Bandyk pats
  2. Būsiu šalia
  3. Matyk, ką darai
  4. Rinkis (kada, arba pats prižiūri save, ar mes ir pan.)

# Kokias mokomąsias veiklas gali atlikti tėvai?

1. Mokymosi turinį nustato mokytojai. Nors mokyklos gali dar neatsakyti į jūsų klausimus. Bet programos niekur nedingo. Duokite laiko adaptacijai.
2. Galima kartu dalyvauti, bet išsaugoti privatumą (kaip vaikai saugo tėvų privatumą, jei tie dirba namuose; pavadinkite tai “**tėvų reikalai; vaikų reikalai**”).
3. Naujos unikalios temos ir pamokos, kurių geriau nepraleisti. Tėvai gali organizuoti kartu pasaulio studijavimą:
  1. Virusas. Ligos. Sveikata.
  2. Wuhan. Kinija, Italija, Lombardija. Pasaulis.
  3. Buvusios ligos, pamokos apie tai, istorija.
  4. Jungtinės tautos, Pasaulio sveikatos organizacija. ES politika. Lietuvos politika. Kas valdo.
  5. Sveikas gyvenimo būdas (higiena, miegas, judėjimas, mityba).
  6. Ir labai daug apie santykius, šeimą, draugus/nedraugus ir jausmus.

O kas dar vyksta įdomaus pasaulyje ir Lietuvoje be tos coronos?

# Kaip bendradarbiauti su vaiko mokytoju?

Saugokite mokymo įstaigos struktūrą.

1. Trys keliai:

1. Klasės vadovas.

2. Tėvų grupė ir komitetas. Tėvų taryba.

3. Administracija. Prašykite pranešimų. Net informacija apie informacijos neturėjimą yra informacija.

2. Nepamirškite - klasės turi seniūnus ir jų pavaduotojus. Gali išryškėti nauji interneto lyderiai ir moderatoriai. Vaikai turi nubalsuoti.



# Ką tėvai turėtų daryti ir ko nedaryti? Šeima

Nustatyti, kas yra prioritetai, padedant vaikui.

1. Vaiko būseną. Atsisukite į savo vaiką ir “kaip tu?”
2. Tėvo ir mamos būseną. Paklauskite savęs “kaip aš?”, o tada partnerio.
3. Šeimos/santykių būseną. “Kas vyksta tarp mūsų?”
4. Išlikimas savo bendruomenėje
5. Mokymasis apie situaciją. Per šeimos susitikimus.
6. Didėja rizika peržengti ribas. Todėl įsakykite sau: nepriimti radikalių sprendimų, nemušti. Na ir jei pavyks: nerėkti. Gali būti nelengva.
7. Paaiškinimai ir išpažintys.
8. Neaptarnauti.

# Ką tėvai turėtų daryti ir ko nedaryti? Mokykla

1. (Atsargiai) Yra labai aktyvių tėvų. Bet turi dominuoti argumentai ir grupės sprendimas. Komitetas, tėvų taryba. Susitikite, pasiderinkite.
2. (Atsargiai). Mokyklos (kai kurios) yra pasimetusios. Joms gali reikėti žymiai daugiau laiko adaptuotis. Spaudimas nepagreitina. Siūlymai padeda.
3. (Atsargiai). Mokytojų kompiuterinis raštingumas yra labai skirtingas. Bet mokytojai yra vertinami pagal kitus parametrus.
4. Jei turite resursų, ieškokite gerų kitų mokyklų veiklos pavyzdžių.
5. Tėvai pateikia vaizdo įrašus, tinklalaides (podcast):
  1. Susitikimai su šeimomis, įtraukiant mokytoją
  2. Pamokas, pasiruošus temas (apie virusus, pasaulį, patirtį)
  3. Pabūti kaip bendruomenė. Pranešimai iš šeimos. Kartu - arbatos gėrimas, mankšta, daina.

# Mokykla pasirinko platformą.

1. Išmokite ją.
2. Jėga nekiškite kitos, net jei geresnė (siūlykite per komitetą; išsaugokite struktūrą)
1. Tikslas - veikiantis mokymasis ir paprastumas. Nepereikite prie visiškai naujų dalykų, išsaugokite mokymosi kultūrą ir struktūrą. Nedalyvaukite “grožio” konkurse, kuri šeima, klasė ar mokykla turi geresnę formą ir platformą.
2. Paprastumo įrankiai:
  1. Telefonas (išmokite konferencinius pokalbius)
  2. Fotografuoti ir siųsti el. paštu, Skype, Messenger ir Facebook grupėms.
  3. Atskirai - šeimos išbando ir paskui pristato klasei, mokyklai naujus būdus.
  4. Pirma - veikianti mokymosi struktūra, nauji būdai turi būti iš pradžių testuojami, tada - pristatomi, galiausiai - pasirenkami. Patyrinėkite įvairias programas - kahoot, Microsoft teams, Meet.google.com, Eduka, Ema, Tamo ir dar kalnas platformų. Atraskime iš lėto. Mokykimės. Tai nauja realybė.

# Namų darbai pavirto į mokymąsi namuose:

## 1. Atsiranda trys sferos:

1. Mokymasis nuotoliniu būdu (laiką nustato mokykla);
2. Namų/papildomos užduotys (laiką nustato šeima);
3. Savarankiškas mokymasis (laiką nusistato vaikas; pats pasirenka tikslus ir temas)

## 2. Etapai, kuriuos turite pereiti:

1. Ilgai ieškokite vietos, kur geriausiai galima susikaupti.
2. Geriausias laikas, kada geriausiai veikia galva.
3. Tėvai ne kartu, bet šalia (kartu vis tolsta; susipažinkite su Sokrato metodu)
4. Kiek laiko galima gerai susikaupti (jokio Multitasking'o)
5. Nustatytos laiko ir vietos ribos taps nuolatinės

# Ar jūs gyvi?

## 1. Simptomai. Deja, bet normalu.

1. Jausmas, kad tuoj bus blogai. Smūgio laukimas
2. Niekaip negali sustoti. Vis kažką reikia daryti.
3. Jauti, kaip plaka širdis. Atrodo, tuoj susirgsi.
4. Prakaitavimas. Rankos dreba, kūnas - medinis.
5. Nuolat lydintis nuovargis ar silpnumas
6. Viduriai burbuliuoja. Viskas neskanu.
7. Niekaip ilgai negali susikaupti.
8. Staigūs emociniai sproginimai.
9. Didelis pasyvumas, gulinėjimas

## 2. Vilties suteikimas vs. Sutartis su savimi ir šeima. Adaptacija savo tempu.

*Tai nėra tiesiog kasdienos perkėlimas į namų aplinką.*

# Tik nelyginkite!

Tik nelyginkite savęs ir savo šeimos su kitomis, “susitvarkiusiomis” ir atrodo viską išsprendusiomis šeimomis. Lyginkite dabar savo šeimą tik su tuo, kaip jūs atrodėte ..vakar.

<p>Yra šeimos, kurios struktūruotos, suorganizavo iš karto rutiną, veiklą, užimtumą vaikams ir visai šeimai.</p>	<p>Yra šeimos, kur viena diena yra graži, darbinga, struktūruota, kita - chaosas, duobė. Suplanuojama “užlipti” ant kalno, o vakare atrandama, kad tik nedaug nueita. O kartais - “sprogimas”, rékimas.</p>
<p>Yra šeimos, kur visiškai neaišku kas vyksta. Tėčiui neaišku, kas vyksta su juo, mamai - kas su ja. Vaikai pasidaro epizodiškai visiškai “nenormalūs”. Nėra lengva rasti žodžių apibūdinti, kaip jautiesi, ko nori. Bet vis tiek tai yra šeima.</p>	<p>Yra šeimos, kur ... tuščia, tyliai liūdna, vienas nuo kito laikosi per atstumą, pokalbiai yra arba apie nieką, arba iš viso nesikalba. Gal net nėra šeimos jausmo...</p>

Bet visos jos yra šeimos, mūsų šeimos

# Rutina ir prioritetai

1. Suskirstykite (leiskite ir vaikui tai padaryti):
  1. Greitai, bet nesvarbu
  2. Nегreitai ir nesvarbu
  - 3. Svarbu, bet negreitai**
  - 4. Svarbu ir greitai**

# Kas dabar svarbiausia?

## 1. Tai nėra svarbiausia tema.

1. Saugumas, maistas, higiena, sutarimai dėl pagalbos su aplinkiniais.
2. Nerimas ir stresas. Adaptacija.
3. Supratimas, kas vyksta.
4. Ritmo sukūrimas
5. Santykių išsaugojimas. "Užkaitusi" ir "išsekusi" šeima.
6. Kuris žodis svarbiau: gyventi ar mokytis? Nepameskite spontaniškumo svarbos.
7. Struktūra ne visiems tinka.
8. Nuobodžiavimas nėra vien tik blogas dalykas.



# Karantino/pereinamuoju metu nespręskite esminių problemų

1. Dažnai - tai ne naujos problemos, bet užaštrėjusios senosios.
2. Nuomonė apie mokyklą. Būkite atsargūs, auga nepasitikėjimas, aštrėja konfliktai.
3. Kaip vaikams paaiškiname, dėl ko mokomės.
4. Namų darbų - savarankiško mokymosi kultūra.
5. Teisinė atsakomybė:
  1. Tėvai užtikrina elgesį, stropų mokymąsi.
  2. Pedagogai turi užtikrinti kokybišką mokymąsi
6. Bendruomenės sutarimai.
7. Motyvacinės frazės - kaip vidinės vėliavos.
  1. “Aš neapgailestauju dėl to, ką padariau. Apgailestauju dėl to, ką galėjau padaryti, bet nebandžiau”.
  2. “Tai dažnai atrodo neįmanoma, kol nepadarai”

# Leiskite, pasižiūrėsime į jūsų klausimus

youtube laida katinams, bet šiuo laikotarpiu labai tinka ir žmonėms

Paieškoje veskite “video for cats”



# Kas toliau?

# HAKUNA MATATA

1. Atsimenate SARS? MERS? Zika?  
Atminkite vieną - jie praėjo. Bet rizika yra. Nors tikrai sau nemeluokite, poveikis būsenai yra ir bus. Natūralu.
2. Sugalvokite savo, savo šeimos posakį, kuris bus kai šūkis. Asmeninis šūkis, malda, gyvenimo taisyklė.
3. Pavyzdžiui:

Andra tutto bene



Francesco Assante, šeimos piešinys

# Pasinaudojau žiniomis iš:

- S. Vogel ir L. Schwabe. Learning and memory under stress: implications for the classroom. Science of Learning, 2016 (<https://www.nature.com/articles/npjscilearn201611>)
- S.D. Estroff. The Age-by-Age Guide to Teaching Kids Time Management  
<https://www.scholastic.com/parents/family-life/parent-child/teach-kids-to-manage-time.html>
- Wendi Hawthorne. Creating a new normal for kids during the uncertainties of COVID-19.  
<https://www.uth.edu/news/story.htm?id=e5c159f0-11af-4091-9f1d-342b5a64583a>
- Ir dar iš įvairių šaltinių.