

AITA LAST!

Infomapp

Kontakt: aitalast@gmail.com

<http://www.groups.google.com/group/aitalast>

Tartu 2009

SISSEJUHATUSEKS	5
KONTAKTID	7
KUST OTSIDA ABI?	7
TARTU LINNAS ASUVATE KOOLIDE LOGOPEEDID.....	8
TARTU LINNAS ASUVATE KOOLIDE PSÜHHOLOGID	9
TARTU LINNAS ASUVATE KOOLIDE SOTSIAALPEDAGOOGID.....	10
TARTU LINNAS ASUVATE KOOLIDE KARJÄÄRIKOORDINAATORID.....	11
NÕUSTAMIS- JA ÕPIABIKESKUS	12
TARTU LASTE TURVAKODU.....	13
TARTU LASTE TUGIKESKUS	14
TARTU NOORTEKESKUSED.....	15
HOOLEKANDEASUTUSED LASTELE.....	16
HOOLEKANDEASUTUSED LASTEVANEMATELE	17
SOTSIAALABI OSAKONNA PIIRKONNAKESKUSED.....	18
TÜ TEADUSKOOL.....	19
TARTU KUTSEHARIDUSKESKUSE INFO- JA KARJÄÄRINÕUSTAMISKESKUS	21
TASUTA ABI VÕIMALUSED.....	22
Koduleheküljed:	22
Telefonid:	23
KONTAKTID (LISA):.....	24
PROBLEEMID.....	25
ÕPILASE ABISTAMISE SKEEM	25
LUGEMIS- JA KIRJUTAMISRASKUSED, LOGOPEEDILINE TÖÖ KOOLIS.....	26
PSÜHHOLOGI POOLE PÖÖRDUMISE PÕHJUSED	27
SOTSIAALPEDAGOOGI POOLE PÖÖRDUMISE PÕHJUSED.....	28
KARJÄÄRIKOORDINAATORI ROLL ÜLDHARIDUSKOOLIS	29
KLASSIJUHATAJA KUI NÕUAANDJA	30
AGRESSIIVSUS.....	31
ANDEKATE LASTE SOTSIAALSED JA EMOTSIONAALSED PROBLEEMID.....	32
ANTISOTSIAALSE KÄITUMISEGA ÕPILANE	33
DEPRESSIOON	34
ENNASTKAHJUSTAV KÄITUMINE EHK AUTOAGRESSIOON.....	35
HARIDUSLIKU ERIVAJADUSEGA (HEV) LAPS KOOLIS.....	36

HOOLETUSSEJÄTMINE.....	37
EMOTSIONAALNE HOOLETUSSEJÄTMINE	37
FÜÜSILINE HOOLETUSSEJÄTMINE	38
HOOLETUSSE JÄETUD LAPS KOOLIS.....	39
HÜPERAKTIIVNE, TÄHELEPANUHÄIREGA LAPS	40
IMMIGRANDID, UUSIMMIGRANDID	41
INIMKAUBANDUSE OHVER.....	42
KAKSKEELNE LAPS	43
KIUSAMINE JA VÄGIVALD KOOLIS.....	44
KOHANEMISRASKUSED	45
KOOLIKOHUSTUSE MITTETÄITMINE.....	46
KOOLITÖRGE.....	47
KOOSTÖÖ ALAEALISTE KOMISJONIGA.....	48
KOOSTÖÖ LAPSEVANEMAGA	49
KRIIS KOOLIS.....	50
KURITEO OHVRIKS LANGENUD ÕPILANE	51
KUULMISPROBLEEMID	52
KÄITUMISPROBLEEM-sõnakuulmatus	54
KÄITUMISPROBLEEM- valetamine	55
KÄITUMISPROBLEEM-varastamine	56
KÜBERKIUSAMINE.....	57
LEIN	58
MADAL ENESEHINNANG.....	59
MADAL ÕPIMOTIVATSIOON	60
NÄGEMISPROBLEEMID.....	61
PERVASIIVSED ARENGUHÄIRED (AUTISM, ASPERGERI SÜNDROOM).....	63
SEKSUAALNE KURITEGU, FÜÜSILINE VÄGIVALD, PEREVÄGIVALD	64
SOMAATILISE (KEHALISE) PUUDEGA LAPS KOOLIS.....	65
SUHTLEMISRASKUSED.....	66
SÕLTUVUS ARVUTI- JA HASARTMÄNGUSUST	67
SÕLTUVUS UIMASTITEST	68
TERVISEPROBLEEMID	70
TOITUMISPROBLEEMID	71
TRAUMAATILINE KRIIS	72
TÖÖ LEIDMINE	73
VALIKULINE MUTISM (valikuline kõnetus, vaikimine).....	74
VÄLISMAAL TÖÖTAVAD VANEMAD	75

ÕPIRASKUSED	76
ÕPPIMISVÕIMALUSED	77
ÕPPIMA VÕI TÖÖLE ASUMINE VÄLISRIIGIS	78
SOOVIKSI INFOLEHTE JÄRGMISTE PROBLEEMIDE KOHTA (LISA).....	79
KIRJANDUS.....	80
KIRJANDUSE ALAJAOTUSED.....	80
ÕPETAJA, KLASS, VÕRGUSTIK, KOOL KUI ORGANISATSIOON JA TÖÖKESKKOND.....	81
ÕPETAJA, KLASS, VÕRGUSTIK.....	81
SUHTED ORGANISATSIOONIS	87
PSÜHHOLOOGIA-PEDAGOOGIKA, LAPSE ARENG, ANDEKUS, ÕPPIMINE, ÕPIOSKUSTE ARENDAMINE, VÕIMETE JA TUNNETUSPROTSESSIDE ARENDAMINE, EKSA MID, MÄNGUD, KUTSEVALIK.....	89
PSÜHHOLOOGIA-PEDAGOOGIKA, LAPSE ARENG	89
ANDEKUS.....	95
ÕPPIMINE, ÕPIOSKUSTE ARENDAMINE	96
VÕIMETE, OSKUSTE JA TUNNETUSPROTSESSIDE ARENDAMINE.....	99
EKSA MID	107
AKTIIVÕPE, MÄNGUD	107
SUHTED, SUHTLEMINE, LÄBIRÄÄKIMINE, ENESEVÄLJENDAMINE, KEHAKEEL, VESTLUSKUNST, EMOTSIOONID, KONFLIKTID, KIU SAMINE, KOOLIVÄGIVALD.....	111
SUHTED, SUHTLEMINE, LÄBIRÄÄKIMINE	111
ENESEVÄLJENDAMINE, KEHAKEEL, VESTLUSKUNST	115
EMOTSIOONID	118
KONFLIKTID	121
KIU SAMINE, KOOLIVÄGIVALD	123
PEREKOND, LAPSEVANEMAKS OLEMINE, LÄHISÕLTUVUS, POISID JA TÜDRUKUD.....	125
PEREKOND, LAPSEVANEMAKS OLEMINE, LÄHISÕLTUVUS	125
TEISMELISED	130
POISID JA TÜDRUKUD	132
PSÜHHIAATRIA, ÜLDISELT JA PROBLEEMIDE KAUPA, VÄÄRKOHTLEMINE, NÕUSTAMINE, PSÜHHOTERAAPIA, ENESEABI, LÕÕGASTUMINE.....	136
ÜLDISELT	136
AUTISM, ASPERGERI SÜNDROOM	141
HÜPERAKTIIVSUS	142
DEPRESSIOON.....	143
SÕLTUVUSED	143
VÄÄRKOHTLEMINE.....	145
SURM, LEIN	146
STRESS, LÄBIPÕLEMINE	147
LÕÕGASTUMINE	148
BIBLIOTERAAPIA	149
KUTSEVALIK.....	150
ENNE KOOLI.....	153
SOOVITAN LUGEDA (LISA)	164

SISSEJUHATUSEKS

August 2009

Eesmärk, struktuur, kasutamine

Mapi „Aita last!” eesmärgiks on aidata lastevanematel, õpetajatel ja spetsialistidel **leida infot** kooliealistel lastel ilmnevate probleemide ja abivõimaluste kohta.

Mapil on kolm osa.

I Abistajate kontaktid

Lehele „Kust otsida abi?” jäetud tühjad lahtrid peab iga kool ise täitma. Selle osa lõppu lisatud valgetele lehtedele saab iga õpetaja / spetsialist veel vajalikke kontakte kirjutada.

II Probleemid

Siia on kogutud erinevate probleemide kaupa põhjused, tunnused, abistamisvõimalused. Rõhk ei ole definitsioonide esitamisel, vaid nende märkide kirjeldamisel, mida iga täiskasvanu peaks tähele panema. Osa lõppu tühjale lehele võib kirjutada ettepanekuid, millise probleemi kohta veel sellist lehte vaja oleks.

III Kirjandus

Soovitav valdkondadesse jagatud psühholoogilis-pedagoogiline eestikeelne kirjandus (kuni märts 2009). Tühjale lehele saab igaüks üles märkida need raamatud, mis siit veel puudu tunduvad olevat.

- Igasse mappi võib alati ise lisada asjakohast vajalikku ja uuemat infot! Samuti võib teha parandusi.

- Mappi saab kool soovi korral ise paljundada. Nt võiks see olla kättesaadav õpetajate toas / tubades, tugispetsialistide kabinettides, raamatukogus.

2008 a sügisel jagas Tartu koolipsühholoogide ainesektsioonis oma muljeid välislahetusest Iirimaale Ülenurme Gümnaasiumi psühholoog Riina Lepik. Muuhulgas kirjeldas ta nõustamiskeskustes olevat infomappi, mis on koostatud nii, et infolehed oleksid kergesti uuendatavad. Siit tekkis veidi aja pärast mõte teha midagi taolist meie koolidesse. Algas koostöö sotsiaalpedagoogidega. Saatsime ainesektsioonide listide kaudu kõigile psühholoogidele ja sotsiaalpedagoogidele kutse mapi koostamisel osaleda. Edasi tulid meie vabatahtlike töögruppi juurde karjäärikoordinaatorid ja koolilogopeedid. Küsisime nõu ka eripedagoogidelt, lastepsühhiaatritelt, kliinilistelt psühholoogidelt.

Mapi käegakatsutavaks muutmisel (kiletaskud, kaaned, paljundus) olid toeks Tartu Linnavalitsuse haridusosakond ja Tartu Kutsehariduskeskuse Info- ja Karjäärinõustamiskeskus.

Mapi koostamise meeskond:

Anna-Liisa Blaubrück - sotsiaalpedagoog

Ly Erg - psühholoog

Natali Happonen - Tartu linna ainesektsioonide projektijuht

Reet Jakobson – karjäärinõustaja

Reet Lill – logopeed / eripedagoog

Elen Preimann - sotsiaalpedagoog

Jana Saluoks – psühholoog

Margit Urbel – logopeed

Infolehtede koostajad:

Eha Berezjuk, Anna-Liisa Blaubrück, Arma Eensalu, Ly Erg, Reet Jakobson, Janne Jehe, Kadri Jurs, Tõnu Jürjen, Karoly Kaljuvee, Ave Kasenõmm, Anu Keskpalu-Käspri, Vaike Kumari, Evelin Lahesoo, Ülle Laumets, Mare Lehtsalu, Reet Lill, Merit Luik, Kärt Lust, Reet Lõpp, Elen Preimann, Kaia Raig, Vilve Raudik, Eda Rööpmann, Jana Saluoks, Katrin Siilak, Imbi Suun, Ülle Särg, Anu Tamm, Kristiina Tropp, Triin Ulst, Margit Urbel, Kristi Öunap

2009. aasta kevadel vaatasid entusiastide töö üle kogemustega spetsialistid, kes ei kuulunud põhitöögruppi.

Ekspertid-koolipsühholoogid: Kadri Järv-Mändoja, Karmen Maikal, Eha Berezjuk, Ülle Särg

Ekspertid-sotsiaalpedagoogid: Kai Alakivi, Evelin Lahesoo

Toimetajad: Anna-Liisa Blaubrück ja Natali Happonen

Keeleline toimetaja: Reet Lill (logopeed ja eripedagoog)

Edaspidiseks mapi täiendamiseks töögrupi poolt on mitmeid mõtteid: nt kord aastas kirjanduse loetellu uuema kirjanduse lisamine, lisalehed probleemide kohta jms ja loomulikult õppeaasta algul kontaktide täpsustamine.

Head mapi kasutamist!

Koostajad

KONTAKTID

KUST OTSIDA ABI?

TARTU

Üldine häirenumber	112
Politsei	110
Kohalik konstaabel	
Piirkondlik noorsoopolitseinik	
KOV haridusosakond	Raekoja plats 12, III korrus, telefon 7361445
KOV piirkondlik lastekaitsepetsialist	
Lasteabi telefon	116111
Tartu Laste Turvakodu	Tiigi 55, telefon 7361641
Kooli psühholoog	
Tartu Laste Tugikeskus	Kaunase pst 11-2, telefon 7484666
Lähim lastepsühhiaater	Raja 31, valvearst 7318764, regist. 7319100 N. Lunini 6, regist. 7319100
Nõustamis- ja kriisiabi keskus	Vaksali 14, II korrus. telefon 7427555
Ohvriabi	Pepleri 27, telefon 7403505
Usaldustelefon	126
Hingehoiukeskus	Ujula 1a-107
Naiste Varjupaik	1492 (naistetugi), Tartu: 7381831
HIV ennetuskabinet	Riia 169, telefon 7427611 (tasuta)
Noorte nõustamiskeskus	Vaksali 17, telefon 7442086

TARTU LINNAS ASUVATE KOOLIDE LOGOPEEDID

<i>kool</i>	<i>nimi</i>	<i>kontakt</i>
Hugo Treffneri Gümnaasium	-	
Miina Härma Gümnaasium	-	
Tartu Annelinna Gümnaasium	Galina Manajenkova	gmanajenkova@annelinna.edu.ee
Tartu Descartes ' Gümnaasium	Rut Vaik	rut@tdl.ee
Tartu Forseliuse Gümnaasium	Pille Aasmäe	pille.aasmae@tfg.tartu.ee
Tartu Karlova Gümnaasium	Katrin Kruusamäe	katrinkruusamae@hotmail.ee
Tartu Kivilinna Gümnaasium	Maria Abramova	maria@offline.ee
Tartu Kommertsgümnaasium	Lea Palo	
Tartu Kunstigümnaasium	Kersti Heinsaar	kerstih@tkug.tartu.ee
Tartu Mart Reiniku Gümnaasium	Silja Kuusik	silja.kuusik@reiniku.edu.ee
Tartu Raatuse Gümnaasium	Kai Tammaru	kai@rtk.tartu.ee
Tartu Tamme Gümnaasium	Merle Küünal	merle@tamme.tartu.ee merlekyynal@hotmail.ee
Tartu Täiskasvanute Gümnaasium	-	
Tartu Vene Lütseum	Nadezhda Sevastjanova	nadezhda_sevastjanova@tsg.edu.ee
	Tamara Filipjonok	tokand@hotmail.ee tamara_filipjonok@tsg.edu.ee
Tartu Kesklinna Kool	Maria Pärdi	maria.pardi@gmail.com
Tartu Veeriku Kool	Riina Visnapuu	riinavisnapuu@hotmail.ee
	Sirje Pormeister	sirjeporma@hotmail.ee
Tartu Herbert Masingu Kool	Epp Rätsep	epp.ratsep@mail.ee
Tartu Hiie Kool	Inga Brin	ingab@ut.ee
	Aive Adamka	aive.adamka@mail.ee
Tartu Emajõe Kool	Mergit Urbel	margit.urbel@tek.tartu.ee
Tartu Maarja Kool	Ülle Väljataga	yllevala@hotmail.ee
Tartu Kroonuaia Kool	Reet Lill	reetlill@hotmail.ee
Tartu Erakool	Raili Isak	raili.isak@tera.tartu.ee
Tartu Kristlik Kool	-	
Tartu Katoliku Kool	Maris Juhkam	maris06@hotmail.ee
Tartu Rahvusvaheline Kool	-	
Tartu Waldorfgümnaasium	-	
Tartu Kutsehariduskeskus	-	

TARTU LINNAS ASUVATE KOOLIDE PSÜHHOLOOGID

<i>kool</i>	<i>nimi</i>	<i>kontakt</i>
Hugo Treffneri Gümnaasium	Kaia Raig	kaia@htg.tartu.ee
Miina Härma Gümnaasium	Imbi Suun	imbi.suun@khk.tartu.ee
Tartu Annelinna Gümnaasium	Natalja Gorneva	ngorneva@yandex.ru
Tartu Descartes'i Lütseum	Reet Löpp	saara@ut.ee
Tartu Forseliuse Gümnaasium	Lii Paabo	Lii.Paabo@tfg.tartu.ee
Tartu Karlova Gümnaasium	Kärt Lust	neiulust@gmail.com
Tartu Kivilinna Gümnaasium	Anu Tamm	anut@starline.ee
	Maie Kotka	maie@kivilinn.tartu.ee
Tartu Kommertsgümnaasium	Marianne Juhanson	marianne.son@gmail.com
Tartu Kunstigümnaasium	Arma Eensalu	arma@tkug.tartu.ee
Tartu Mart Reiniku Gümnaasium	Ülle Laumets	yllelaumets@hotmail.ee
Tartu Raatuse Gümnaasium	-	
Tartu Tamme Gümnaasium	Ingrid Lesdorf	ingridl@tamme.tartu.ee
Tartu Täiskasvanute Gümnaasium	Andres Valk	andresv@ag.tartu.ee
Tartu Vene Lütseum	Natalia Rediskina	psyhholoog@tv1.tartu.ee
Tartu Kesklinna Kool	Tõnu Jürjen	tkk.psyhholoog@gmail.com
Tartu Veeriku Kool	-	
Tartu Herbert Masingu Kool	Vilve Raudik	vilve@ut.ee
Tartu Hiie Kool	Janne Jehe	janne.jehe@mail.ee
Tartu Emajõe Kool	Triin Ulst	triin.ulst@mail.ee
Tartu Maarja Kool	Malle Luik	malleluik@hotmail.ee
	Liis Vahtra	lis@ut.ee
Tartu Kroonuaia Kool	Jana Saluoks	jana.saluoks@mail.ee
Tartu Erakool	Eha Berezjuk	eha.berezjuk@tera.tartu.ee ehaberezjuk@hotmail.ee
Tartu Kristlik Kool	-	
Tartu Katoliku Kool	Ave Kasenõmm	Ave.kasenomm@just.ee
Tartu Rahvusvaheline Kool	-	
Tartu Waldorfgümnaasium	-	
Tartu Kutsehariduskeskus	Imbi Suun	imbi.suun@khk.tartu.ee

TARTU LINNAS ASUVATE KOOLIDE SOTSIAALPEDAGOOGID

<i>kool</i>	<i>nimi</i>	<i>kontakt</i>
Hugo Treffneri Gümnaasium	-	
Miina Härma Gümnaasium	Mare Naaber	mare.naaber@mhg.tartu.ee
Tartu Annelinna Gümnaasium	Ljudmila Vassiltšenko	ljudva@hotmail.ee
Tartu Descartes'i Lütseum	Katrin Siilak	katrinsiilak@hotmail.com
Tartu Forseliuse Gümnaasium	Kersti Rõivas	kersti.roivas@tfg.tartu.ee
Tartu Karlova Gümnaasium	Kristi Õunap	sotsped@karlova.tartu.ee
Tartu Kivilinna Gümnaasium	Evelin Lahesoo	evelin@kivilinn.tartu.ee
	Annaliisa Blaubrück	annaliisa.blaubryk@mail.ee
Tartu Kommertsgümnaasium	Aave Kõrgesaar	aave@kmg.tartu.ee
Tartu Kunstigümnaasium	Lilija Viidebaum	lilija@tkug.tartu.ee,
	Eda Rööpman	edake@tkug.tartu.ee
Tartu Mart Reiniku Gümnaasium	Lagle Prei	Lagle.Prei@mail.ee
Tartu Raatuse Gümnaasium	Heli Arney	heli_arney@hotmail.com
Tartu Tamme Gümnaasium	Kai Alakivi	kai@tamme.tartu.ee
Tartu Täiskasvanute Gümnaasium	Eda Rööpman	eda58@one.ee
Tartu Vene Lütseum	Natalja Lüdikainen	natalja_ljudikainen@tv1.tartu.ee nataljaludikainen@hotmail.ee
Tartu Kesklinna Kool	Regina Merelaht	regina@kesklk.ee
Tartu Veeriku Kool	Marge Kirotar	mkirotar@veeriku.tartu.ee
Tartu Herbert Masingu Kool	Siim Värvi	siim@masing.tartu.ee
Tartu Hiie Kool	Kristiina Vainomäe	kristiina.vainomae@gmail.com
Tartu Emajõe Kool	Monica Lõvi	monsalovi@gmail.com
Tartu Maarja Kool	-	
Tartu Kroonuaia Kool	-	
Tartu Erakool	-	
Tartu Kristlik Kool	-	
Tartu Katoliku Kool	-	
Tartu Rahvusvaheline Kool	-	
Tartu Waldorfgümnaasium	-	
Tartu Kutsehariduskeskus	Anu Keskpalu-Käspri	anu.keskpalukaspri@khk.tartu.ee
	Mariina Sulu	mariina.sulu@khk.tartu.ee
	Kairit Paas	kairit.paas@khk.tartu.ee

TARTU LINNAS ASUVATE KOOLIDE KARJÄÄRIKOORDINAATORID

<i>kool</i>	<i>nimi</i>	<i>kontakt</i>
Hugo Treffneri Gümnaasium	Kaia Raig (koolipsühholoog)	kaia.raig@htg.tartu.ee
Miina Härma Gümnaasium	Imbi Suun (koolipsühholoog)	imbi.suun@mhg.tartu.ee
Tartu Annelinna Gümnaasium	Heidi Margus	heidimargus@hotmail.ee
Tartu Descartes'i Lütseum	Ardi Kärberg	ardi@tdl.ee
Tartu Forseliuse Gümnaasium	Malle Partsioja	malle.partsioja@tfg.tartu.ee
	Sirje Tarraste	Sirje.Tarraste@tfg.tartu.ee
Tartu Karlova Gümnaasium	Katre Kutti	katre@karlova.tartu.ee
Tartu Kivilinna Gümnaasium	Eve Seedre	eve.seedre@mail.ee
Tartu Kommertsgümnaasium	Õie Veber	veberile@hotmail.com
Tartu Kunstigümnaasium	Arma Eensalu (psühholoog)	arma@tkug.tartu.ee
Tartu Mart Reiniku Gümnaasium	Inga Vendelin	vendelin@aia.tartu.ee
Tartu Raatuse Gümnaasium	Heli Arney (sotsiaalpedagoog)	heli_arney@hotmail.ee
Tartu Tamme Gümnaasium	Merit Luik	merit@tamme.tartu.ee
Tartu Täiskasvanute Gümnaasium	Eda Rööpmann (sotsiaalpedagoog)	eda@ag.tartu.ee
Tartu Vene Lütseum	Olimpiada Nikolajenko	olimpiada.nikolajenko@mail.ee
Tartu Kesklinna Kool	Kairi Kotkas	kairi.kotkas@gmail.com
Tartu Veeriku Kool	Kaja Tarkus (koolipsühholoog)	kaja.tarkus@mail.ee
Tartu Herbert Masingu Kool	Siim Värvi (sotsiaalpedagoog)	siim@masing.tartu.ee
Tartu Hiie Kool	Kaja Raid	kajaraid@hotmail.ee
Tartu Emajõe Kool		
Tartu Maarja Kool		
Tartu Kroonuaia Kool		
Tartu Erakool	Eha Berezjuk	eha.berezjuk@tera.tartu.ee
Tartu Kristlik Kool		
Tartu Katoliku Kool		
Tartu Rahvusvaheline Kool		
Tartu Waldorfgümnaasium		
Tartu Kutsehariduskeskus	Kaie Holter	kaie.holter@khk.tartu.ee

Puiestee 62, Tartu 50 303

tel. 7 361 949

<http://opiabi.tartu.ee>

opiabi@opiabi.tartu.ee

Tartumaa Õppenõustamiskeskus teenindab Tartumaa arenguliste ja hariduslike erivajadustega lapsi, nende vanemaid, õpetajaid ja koolis töötavaid spetsialiste, samuti osutab õpiabi matemaatikas ja eesti keeles Tartu linna 1.-6. kl. lastele ning kooliks ettevalmistust.

Võimalik on saada nõustamist ja soovitusi eripedagoogidelt, logopeedidelt, psühholoogidelt, sotsiaalpedagoogilt ja lastepsühhiaatrit.

Nõustamis- ja õpiabikeskuse ülesanded

- 1. Hariduslike ja arenguliste erivajadustega laste psühholoogilis-pedagoogiline uurimine, kirjeldamine** ja sobiva **õpiabi vormi**, sh lasteaia erirühma või erikooli soovitamine.
2. Tavakoolide **õpiraskustega laste ainealaste oskuste kujundamine** eesti keele ja matemaatika õpiabirühmades.
3. **Õpetajate ja spetsialistide konsulteerimine**, mis hõlmab nii nõustajate osalemist HEV laste väljaselgitamisel, pedagoogiliseks sekkumiseks lapse lähtetaseme määramisel kui ka võimetekohase õppevormi ja –materjalide soovitamisel.
4. **Lapsevanemate nõustamine**. Lapsevanem vajab võimalust rääkida oma probleemidest erapooletutele isikutele, st neile, kes igapäevaselt ei tegutse lapse koolis. Samas on lapsevanemal võimalus saada abistavaid võtteid, pedagoogilisi juhtnööre ja ka õppematerjale või pedagoogilist kirjandust tööks kodus oma lapse õpiraskuse või käitumis- / suhtlemisprobleemi ületamiseks.

Ikka juhtub, et oled oma kodustega kapitaalselt tülis ja Sa tahad maailma teise otsa põgeneda – tule parem Tiigi tänavale turvakodusse – siin saad maha rahuneda, ööbida, süüa ja mis põhiline – oma mured ära rääkida ! Üheskoos leiame mingi lahenduse ikka !

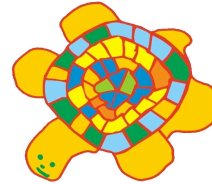
Turvakodu on koht, kuhu saad tulla nii moraalse kui füüsilise vägivalla eest peitu – me kaitseme Sind !

Aitame ka neid, kel on kodus materiaalseid probleeme: kas napib süüa – tule siia -, vajad riideid või jalanõusid – oma võimaluste piires toetame Sind!

Kui Sul või Sinu lähedasel on mure, ära häbene tulla – milleks kannatada, kui on võimalus iga kell Tiigi 55-st abi saada -- kui ainult ise tahad end aidata!

TARTU LASTE TURVAKODU

Address : Tiigi 55, 50410 Tartu
Telefon: 736 1641
E-post: turvakodu@tartu.ee
Sihtgrupp: lapsed vanuses 3 – 18
emad lastega
Aeg: avatud ööpäevaringselt



Tartu Laste Turvakodu on Tartu linnavalitsuse asutus, mis töötab ajutise varjupaigana, kus on 20 voodikohta. Osutame ajutist abi, tuge ja kaitset vägivalla või konfliktide tõttu ohtu sattunud ja peavarju ning hoolitsuseta jäänud 3-18 aastastele lastele, vajadusel ka emadele lastega.

Lisaks on majas järgmised teenused:

- *tasuta toidu võimalus ajutistes majanduslikes raskustes olevaatele peredele
- *tasuta riideabi
- *päevakeskus – järelvalve laste üle, lauamängud, internet, raamatukogu, toitlustamine, pesemisvõimalus

Varjupaika võetakse vastu lapsi:

1. kes on jäänud vanemliku hoolitsuseta vanema/kasuvanema surma või teadmata kadumise tõttu, raske haigestumise või teovõimetuse, eeluurimisel viibimise või karistuse kandmise, lapse hülgamise vms tõttu;
2. keda on tabatud hulkurluselt;
3. kes tulevad varjupaika oma algatusel, kuna on lahkunud kodunt, kasuvanema juurest või kasvatusasutusest talle oluliste probleemide tõttu.

Lapsi võib varjupaika tuua:

1. lastekaitse- ja õiguskaitsetöötajad;
2. vanemad, kasuvanemad;
3. asutuste ja organisatsioonide töötajad;
4. sugulased, sõbrad, tuttavad;
5. muud isikud;
6. laps võib tulla omal algatusel.

Varjupaika ei võeta vastu:

1. psüühiliselt haigeid, kes on oma käitumiselt agressiivsed;
2. ägedate haigustunnustega lapsi;
3. alkoholijoobes, toksikoosi või narkojoobe tunnustega lapsi;
4. õigushälvikuid, kui nad oma käitumise tõttu vajavad kinnist režiimi;
5. turvakodu kodukorrale mittealluvaid lapsi.

Tartu linna kodanikele on turvakodus viibimine tasuta (v.a. emad, kellega sõlmitakse leping ülalpidamiskulude tasumise kohta).

Kõigi väljastpoolt Tartu linna tulnud klientide eest tasub elukohajärgne omavalitsus kui turvakodus viibimise aeg ületab 24 tundi.

Tartu Laste Tugikeskus

Asutatud 1995.a. MTÜna, et aidata hooletussejätetud ja/või vääralt koheldud lapsi ning nende pereliikmeid.

Missioon: ennetada lastevastast ja perevägivalda Eestis, aidata väärkoheldud lapsi ja nende omakseid.

Põhitegevused:

- Vägivalla tõttu kannatavate laste ja pereliikmete psühholoogiline, sotsiaalne, meditsiiniline nõustamine, psühhoteraapia, kriisiabi.
- Lastega tegelevate spetsialistide koolitamine.
Spetsialistide koostöövõrgustiku väljaarendamine Tartus ja vastava mudeli laiendamine üle Eesti.
- Avaliku arvamuse kujundamine perevägivalda ja laste väärkohtlemise suhtes.

Teenused:

- akuutne kriisiabi,
- psühhosotsiaalne ja meditsiiniline nõustamine, psühhoteraapia (individuaalne, grupi- ja pere-, gestalt-, muusika- ja mängu-, kognitiivkäitumuslik, lahenduskeskne lühiteraapia)
- [rehabilitatsiooniteenus alaealistele õigusrikkujatele](#)
- gruppitöö lastega ja riskigrupi vanematega
- tugiisiku teenus.

Kontakt:

Avatud esmaspäevast neljapäevani kl 9.00-18.00

reedel kl 9.00-14.00

Kaunase pst 11-2

tel 7 484 666

e-mail ch.abuse@online.ee

Anne Noortekeskus

Uus 56, 50606 Tartu
Juhataja Kerli Otti
tel 746 1768, 502 4994
faks 746 1762
info@annenk.tartu.ee
www.annenk.tartu.ee

Lille Maja

Lille 9, 51010 Tartu
Direktor Hele Riit-Vällik
tel 7361 689, 5346 2889
üldtelefon 7361 690, faks 7361 689
lille@lille.tartu.ee
<http://lille.tartu.ee>

Noortekeskus Aeg-Ruum

E-R 14-20
Uus 56
tel 524 5309
ntm@ntm.ee

Noortekeskus KOHT

E-R 14-20
Pepleri 10
tel 553 1367
noortekeskus@koht.ee
www.koht.ee

Tähe Laste- ja Noortekeskus

E-L 13-18
Tähe 101
tel 736 1699, 513 2672
taheklubi@hot.ee
www.tartu.ee/taheklubi

Noortekeskus Öökull

T-L 15-21, lisaks ringide, noorteaktiivi ja grupitööde ajad
Uus 56
tel 738 0350, 5348 4685
ookyll@ank.ee
www.ookull.ee

Loovkeskus

E-K 14-20, N 13-19, R 12-18
Lille 9
tel 740 2525
noortetuba@loovkeskus.ee
www.loovkeskus.ee

Koidu Noortekeskus

E-R 14-21; ürituste, tähtpäevade, külaliste jms. korral avatud ka teistel aegadel
Koidu 13
tel 734 4023, 5822 7552
koidukodu@hot.ee
<http://www.teehead.org/kristlikkodu>

Rollimängukeskus URG

E-T 19-24, K-R 17-24
Pargi 8, tel 5370 7960
urg@urg.ee
www.urg.ee

Tartu Skatehall

E-R 15-20, L-P 12-20
Võru 47E
info@battle.ee

HOOLEKANDEASUTUSED LASTELE

Tartu Laste Turvakodu	Juhataja Piret Värno	TEGEVUSVALDKONNAD: Turvakodu põhitegevus on osutada ajutist abi, tuge ja kaitset vägivalla või konfliktide tõttu ohtu sattunud ja peavarju ning hoolitsuseta jäänud lastele.	Tiigi 55 tel/faks 7361 640 tel. 7361 641 turvakodu@raad.tartu.ee
Tartu Väikelastekodu "Käopesa"	Direktor Tiiu Reek	TEGEVUSVALDKONNAD: Väikelastekodu pakub püsivat kodu orbudele ja vanemate hoolitsuseta jäänud lastele kuni kooliküpsuse saavutamiseni.	Jaama 72 tel/faks 7405 804 tel. 7405 400 tiiureek@hotmail.ee
MTÜ Vahtramägi lastekodu Mäe-kodu	Juhataja Helle Siigur	TEGEVUSVALDKONNAD: lastekoduteenus	Mäe 33 tel. 7361 652 tel/faks 7361 650 info@vahtraleheke.ee
SA Kivistiku Lastekodu	Juhataja Kadri Kivistik	TEGEVUSVALDKONNAD: lastekoduteenus	Aardla 84 tel. 7477 188 , 5346 2902 kadri.kivistik.001@mail.ee
MTÜ Tartu Koidu Keskus	Juhataja Anne Schotter	TEGEVUSVALDKONNAD: lastekoduteenus, töökojad, päevakeskused Koidu 13 ja Staadioni 48	Koidu 13 tel. 7344 023 koidukodu@hotmail.ee
Mtü Tartu Kristlik Noortekodu	Juhataja Külli Kool	TEGEVUSVALDKONNAD: lastekoduteenus, päevakeskus	Era 2 tel. 7420 865 , 527 9280 , 5698 5515 Kylli.Kool@mail.ee
MTÜ "Öökull"	Juhataja Ljudmilla Atškasov	TEGEVUSVALDKONNAD: päevakeskus	Kaunase pst 22 tel. 740 3501 , 5346 5475 kendra10@hotmail.ee

Tartu Naiste Varjupaik

Juhataja Reet Hiemäe

TEGEVUSVALDKONNAD: turvaline öömaja, tugi ja abi lähisuhtevägivalla all kannatavale naisele. www.naistetugi.ee

e-post: info@naistetugi.ee

tel: 5594 9496

7381 831

Emajõe ja Lapse Turvakodu (haldab MTÜ Johannes Esto Ühing)

Juhataja Meeli Lokk

TEGEVUSVALDKONNAD: varjupaiga ja rehabilitatsiooniteenuse pakkumine rasedatele ja/või vähemalt ühe alla 3-aastase lapsega üksikemadele, sh alaealistele.

www.johannes.ee

e-post: esto@johannes.ee

tel. 744 8706

MTÜ Iseseisev Elu

Juhataja Maire Koppel

TEGEVUSVALDKONNAD: Kodutute päevakeskus: sotsiaalnõustamine, vabade töökohtade ja ümberõppimisvõimaluste tutvustamine. Klientidele õpetatakse eneseväljendusoskusi. Keskuses saab lugeda ajalehti ja raamatuid, vaadata telerit või kuulata raadiot, valmistada teed või puljongit, kasutada tualetti.

Narva mnt 101

tel. 740 3403

e-post: iseseisev.elu@mail.ee

SOTSIAALABI OSAKONNA PIIRKONNAKESKUSED

1. Ülejõe	Staadioni 52	tel/fax 736 1696	ST	Raadi-Kruusamäe, Ülejõe kuni Raatuse paarisnumbritega majad (k.a).
		tel 736 1677	ST	
		tel 736 1683	ST	
		tel 736 1697	LK	
		tel 736 1684	H	
		tel 736 1692	PK Kalda	
2. Annelinna	Kalda tee 4-2	tel. 746 1706	ST	Raatuse paaritute numbritega majad kuni Kalda 20 (k.a), Jaamamõisa. (Kaunase pst 22)
		tel. 746 1707	LK	
		tel. 746 1467	H	
		tel. 746 1016	PK Kalda	
		faks 746 1706	(Kaunase pst 22)	
3. Nõlvaku	Kaunase pst. 23	tel. 746 1705	ST	Annelinn alates Kalda tee 22, Anne 71, 73, 75, 77, 79, 80-90, 92, Jaama 171 Annelinna lõpuni, lhaste.
		tel. 746 1704	LK	
		tel. 746 1466	H	
		tel. 746 1016	PK Kalda	
		faks 746 1705	(Kaunase pst 22)	
4. Karlova-Tamme	Rahu 15	tel. 736 1884	ST ST H LK LK PK Kalda	Karlova, Ropka, Tammelinn, Variku, Ränilinn. Piirneb Riia tn paarisnumbritega majadega ja Emajõega.
		tel. 736 1886		
		tel. 736 1885		
		tel. 736 1887		
		tel. 736 1888		
		tel. 736 1889		
		faks 736 1886		
5. Tähtvere-Veeriku	Vaksali 14	tel. 746 1702	ST	Kesklinn, Tähtvere, Supilinn, Veeriku. Piirneb Riia tn paaritute numbritega majadega ja Emajõega.
		tel. 746 1700	LK	
		tel. 746 1713	LK	
		tel. 746 1764	H	
		tel. 746 1703	PK Kalda	
		faks 746 1701		

ST - sotsiaaltöötaja **LK** - lastekaitse spetsialist **H** - sotsiaaltöötaja (hooldusvajaduse hindamine)

PK Kalda - Päevakeskus Kalda hooldusinspektor (koduhooldus)

Tartu Sotsiaalabi osakonna piirkonnakeskuste vastuvõtuajad:

Sotsiaaltöötajatel: **E** 9-12 ja 15-18; **T, R** 13-16; **K** 8-12; **N** 9-12

Lastekaitsetöötajatel: **E** 15-18; **T** 13-16; **K** 8-12; **N** 9-12

Hooldus: **E** 15-18; **K** 8-12; **R** 9-12

Päevakeskus Kalda: **E-R** 9-12

INFO 7361 300, Raekoja plats 3

Teaduskool on üleriigiline teadusandekate laste arengut toetav kompetentsikeskus, mille põhieesmärgiks on seatud teadusandekate ja -huviliste laste hariduslikele erivajadustele vastava koolitus- ja huvialategevuse arendamine, andekate laste arendamisega seonduvate uuringute tegemine ja ühiskonnale vajalike teenuste osutamine vastavas valdkonnas.

Teaduskool toetab õpilasi ja koole nii võimekamatele õpilastele mõeldud kursuste, mitmesuguste ainevõistluste ja viktoriinide korraldamisega, teaduskooli kodulehel avaldatud õppematerjalid ja ülesanded on ammendamatuks allikaks nii individuaalseks tööks kui ka õppetöö diferentseerimiseks. Samuti püütakse pöörata haridusüldsuse tähelepanu andekusele kui hariduslikule erivajadusele, seda nii mitmesuguste konverentside ja seminaride korraldamisega, aga ka vastavasisulise teabe avaldamisega teaduskooli kodulehel.

Teaduskooli [kursused](#) on kolmel tasemel – põhikooli õpilastele mõeldud alamaste, gümnaasiumi süvaklasside tasemele vastav põhiaste ja rahvusvaheliste olümpiaadide ettevalmistuse tasemele vastav ülemaste. Erineval tasemel kursuseid on nii täppis- kui loodusteaduste, aga ka lingvistika, filosoofia, meditsiini, rahvaluule jt valdkondadest. On nii tavaposti kaudu toimuvaid kui veebipõhiseid kursusi, õppida saab nii individuaalselt kui ka rühmana. Teaduskooli kursused on lihtsaim viis õpilaste valikute suurendamiseks ja võimekamate õpilaste õppekava rikastamiseks. Teaduskooli kursuste maht vastab tavaliselt ainekursuse 2 tsükli mahule, nii on koolil võimalik õpilase koormust arvestada. Paindlik kaugõppevorm ja moodulite süsteem võimaldab kursustel osaleda kodukoolist lahkumata kogu kooliaja vältel. Teaduskooli kursuste tuutoritena tegutsevad Tartu Ülikooli õppejõud, teadustöötajad ja üliõpilased. Õpilasele saadetakse kontrollülesannete kohta tagasiside ja kursuse lõpetamise kohta väljastatakse Tartu Ülikooli täienduskoolituse tunnistus koos hinnanguga õpilase edasijõudmise kohta. Sisseastumiskatseid ei ole, põhiline on huvi ja valmisolek iseseisvaks tööks. Teaduskooli kursuste õppetasu on sümboolne – meie tavalise, 2-ainepunktise kursuse osavõtutasu on 300 krooni, lapsevanemad saavad selle tulumaksu maksmisel deklareerida. Õige sageli aga stimuleerivad selle osavõtutasu maksimisega oma võimekamaid õpilasi hoopis koolipidajad, s.t. kohalikud omavalitsused või koolide arengufondid.

Kindlasti saab teaduskooli kursustel õppides vajalikku kindlust ja iseseisva töötamise oskust kõrgkooliõpinguteks. Teaduskoolis õppimine aitab õpilastel teha sihikindlaid karjäärivalikuid ja mitmetel erialadel saab teaduskooli õpinguid üle kanda ka kõrgkooliõpingute arvestusse.

Huvi äratamiseks korraldatakse teaduskoolis tihti ka mitmesuguseid [huviüritusi](#) – loengupäevi, teaduslaagreid jms., siit leiab infot ka teistes ülikoolides või TÜ teaduskondades korraldatavate õpilastele suunatud ürituste kohta.

Silmaringi laiendamiseks ja loogika arendamiseks on teaduskooli kodulehel [Nupuvere](#) rubriik. Sealseid ülesandeid ja huvitavaid fakte saab väga edukalt kasutada ka koolis viktoriinide ja mälumängude küsimuste koostamisel.

Teaduskool koordineerib üle-eestiliste **olümpiaadide** korraldamist ning on neist ka suurema osa korraldajaks. Teaduskooli kodulehe kaudu on kättesaadav kogu olümpiaade puudutav teave – üleriigiliste ainevõistluste ja olümpiaadide kalenderplaani, olümpiaadide juhendid, tulemuste protokollid ja ülesanded-lahendused. Olümpiaadideks ettevalmistumisel on abiks nii teaduskooli **kursused**, meie kodulehel avaldatud **õppematerjalid** ning loomulikult varasemate olümpiaadide ja võistluste ülesanded koos lahendustega.

Hea esinemine ainevõistlustel ja olümpiaadidel on suureks eelduseks saada valituks teaduskooli ülemastmesse, s.o. **rahvusvaheliste olümpiaadide** ettevalmistusrühmadesse, kellega toimuvad lisaks kaugõppe vormis toimuvale õppetööle ka statsionaarsed õppepäevad. Eesti võistkonnad võtavad rahvusvahelistest koolinoorte olümpiaadidest osa juba 1992.aastast. Nüüdseks on olümpiaadide arv, millel osaletakse, kasvanud 16ni ja meie õpilased saavad neil igal aastal hulgaliselt medaleid ja auhinnalisi kohti.

Teaduskooli üheks arengusuunaks on **nõustamisteenuse** arendamine. Sel eesmärgil on teaduskoolis läbi viidud juba mitmeid andekate õpilaste uuringuid, mille tulemused aitavad meil paremini mõista Eesti andekate laste iseärasusi ja vajadusi. Teaduskooli õpilased saavad õpinguid alustades testida nii oma õpistiili, motivatsiooni kui loomingulisust, mis aitavad õpilastel iseennast paremini mõista ja oma arengut juhtida. Plaanis on laiendada nõustamisteenust avalikuks, et meilt saaksid nõu tulla küsima nii lapsevanemad kui koolid. Individuaalse õppekava koostamise asjus saab juba praegu konsulteerida meie ainespetsialistidega.

Huvi korral saab teaduskoolist tellida **pedagoogide** kutsemeisterlikkuse tõstmiseks nii andekuspedagoogika ja -psühholoogia kui ka ainealaseid **täienduskoolitusi**. Harvad pole juhused, kui aineõpetajadki võtavad teaduskooli ainekursusi oma erialateadmiste täiendamiseks. Täiskasvanute puhul on kursuste hinnad muidugi kõrgemad.

Kontakt ja info:

Tähe 4, Tartu 51010

üldtelefon ja õppetöö korraldusega seonduv info (õppetöö spetsialist, haridustehnoloog) – 7375 581

ainespetsialistid – 7375 521

olümpiaadide info (projektijuht) – 7375 580

direktor – 7375 890

e-mail: teaduskool@ut.ee

www.teaduskool.ut.ee

TARTU KUTSEHARIDUSKESKUSE INFO- JA KARJÄÄRINÕUSTAMISKESKUS

Kool saab varsti läbi, aga sa ei tea veel kindlalt, mida teha tahaksid? Tahad minna edasi õppima, aga sa ei tea kuhu, kelleks? Nuputad, kuidas leida endale sobivat eriala, tööd? Sa kahtled, millist elukutset valida? Sa ei tunne sisseastumistingimusi? Sa pole teadlik oma võimetest ja kutsesobivusest?

Eesmärk: Tartu KHK Info- ja Karjäärinõustamiskeskuse eesmärk on pakkuda erinevaid teenuseid noortele karjääri teadlikuks ja oskuslikuks planeerimiseks. Meil töötavad karjäärinõustajad aitavad õpilastel leida sobivaid edasiõppimisvõimalusi ning välja selgitada õpilaste eelistusi. Oleme seadnud oma eesmärgiks anda teadmisi, oskusi, nõu ja konsultatsioone õpilastele, õpetajatele ja lapsevanematele sooviga toetada noorte arengut, iseseisvumist ja toimetulekut tulevikus.

Sihtgrupp: Tartu linna üldhariduskoolide õpilased (7.-12. klass) ja Tartu Kutsehariduskeskuse õpilased

Tartu KHK Info- ja Karjäärinõustamiskeskus

Address: Kopli 1, 50115 Tartu, II korrus

Koduleht: <http://www.khk.tartu.ee/noustamine>

E-mail: tulevikutee@khk.tartu.ee

Üldtelefon: 7 361 890 , Fax: 7 461 330

LEIAME ÜHESKOOS VASTUSED!

Meilt saab

- karjäärinõustamist (grupile ja individuaalselt)
- õpilasfirmade nõustamist
- testimist (akadeemiliste võimete ja kutsevaliku test)
- loenguid ja töötubasid
- metoodilisi materjale (ka koostame)

Korraldame

- temaatilisi üritusi
- õppekäike Tartu KHKsse
- õppekäike ettevõtetesse
- kutsealaseid eelkoolituskursuseid
- teabepäevi lastevanematele ja õpetajatele
- koolitusi ja seminare (ka karjäärikoordinaatoritele)
- Tartu KHK tuutorite (õpilasnõustajate) koolitust

Lisaks

- haldame noorte tööportaali Firstjob.ee
- viime läbi uuringuid üldhariduskoolides
- koordineerime Tartu linna aineseksioonide tööd

Nimi	Amet	Telefon	E-mail
Martin Medar	juhataja	7 361 875	martin.medar@khk.tartu.ee
Julia Šarapova	karjääriinfo spetsialist	7 361 890	julia.sharapova@khk.tartu.ee
Kadri Raudsepp	karjäärinõustaja	7 361 890	kadri.raudsepp@khk.tartu.ee
Reet Jakobson	karjäärinõustaja	7 361 878	reet.jakobson@khk.tartu.ee
Karl Tamm	karjäärinõustaja	7 361 878	karl.tamm@khk.tartu.ee
Ele Linder	karjäärinõustaja	7 361 815	ele.linder@khk.tartu.ee
Monika Peetsmann	karjäärinõustaja	7 361 890	monika.peetsmann@khk.tartu.ee
Andrei Atškasov	projektijuht	7 361 876	andrei.atskasov@khk.tartu.ee
Natali Happonen	aineseksioonide projektijuht	7 361 879	natali.happonen@khk.tartu.ee

Koduleht: <http://www.khk.tartu.ee/noustamine>

Messenger: karjaarinoustaja@hotmail.com

Skype: karjaarinoustaja

Koduleheküljed:

Eesti Seksuaaltervise Liidu kodulehekülg <http://www.amor.ee/>

Rubriik KÜSI NÕU <http://www.amor.ee/17232>

Amor noorte nõustamiskeskuste kontaktid <http://www.amor.ee/17226>

Lasteabi <http://www.lasteabi.ee/>

Hingeabi Assotsiatsioon USALDUS <http://www.usaldus.ee/>

MTÜ Eluliin <http://www.eluliin.ee>

Psühholoogiatudengite nõuandelehekülg <http://lahendus.net/>

Noormeeste terviselehekülg <http://noorte.kliinik.ee/>

Terviseportaal <http://www.inimene.ee/>

Tervise Arengu Instituudi loodud internetilehekülg, kust leiab infot väga erinevate tervist puudutavate küsimuste kohta <http://www.terviseinfo.ee/>

Perekool <http://www.perekool.ee/>

MTÜ Laste ja Noorte Kriisiprogramm <http://www.lastekriis.ee>

Ohvriabi Eestis <http://www.ohvriabi.ee>

Raseduskriisi nõustamine (Tallinn, Läänemaa, Lääne-Virumaa, Rapla, Põlva) ja e-nõustamine <http://www.rasedus.ee/>

Kohad kust leiad abi narkomure korral <http://www.narko.ee/et/nou-ja-abi>

Alkoholi mõju organismile. Küsimused arstile <http://www.ave.ee/kysiarstilt.php>

AIDS-i Ennetuskeskuse internetinõustamine http://www.aids.ee/main_est.php?id=74

Living for Tomorrow info inimkaubitsemise ennetamise kohta

<http://www.lft.ee/?meny=3&menyy=1-0-4>

Eneseabigrupp „Elu HIV-ga“ <http://eaghiv.elitec.ee>

Gay ja Lesbi Infokeskus <http://www.gay.ee>

Suitsetamisest loobujate nõustamise kabinetid <http://www.jahelule.ee/www/?id=7&keel=ee>

Küberkiusamine <http://www.peremeedia.ee>

Tartu Laste Tugikeskus <http://www.tugikeskus.org.ee/>

Telefonid:

Üleriigiline lasteabi telefon 116111

Noorte Usaldustelefon 6466666

Riiklik usaldustelefon 126 (eesti keeles) või 127 (vene keeles)

MTÜ Eluliin usaldustelefon 6558088 (eesti keeles) või 6555688 (vene keeles)

MTÜ Eluliin uimasti ja HIV/AIDSi tasuta anonüümne tugitelefon 1707

Ohvriabi telefon 6585087

Perearsti nõuandeliin 1220

Politsei 110

Hädaabi (kiirabi ja päästeamet) 112

Raseduskriisi tasuta nõustamistelefon 8002008

Üleriigiline tugitelefon füüsilist, vaimset, majanduslikku ja/või seksuaalset vägivalda kogenud naistele 1492

AIDS-i Ennetuskeskuse HIV/AIDS-i anonüümne kabinet 607871

Living for Tomorrow „Inimkaubitsemise ennetamine: hotline naistele“ 6607320

Narkopolitsei vihjetelefon 6124465

Psühholoogilise kriisinõustamise kriisiabi telefon 6314300

Tartu ohvriabi 7403505

Tartu AIDSi nõustamiskabinet 7427611

KONTAKTID (LISA):

PROBLEEMID

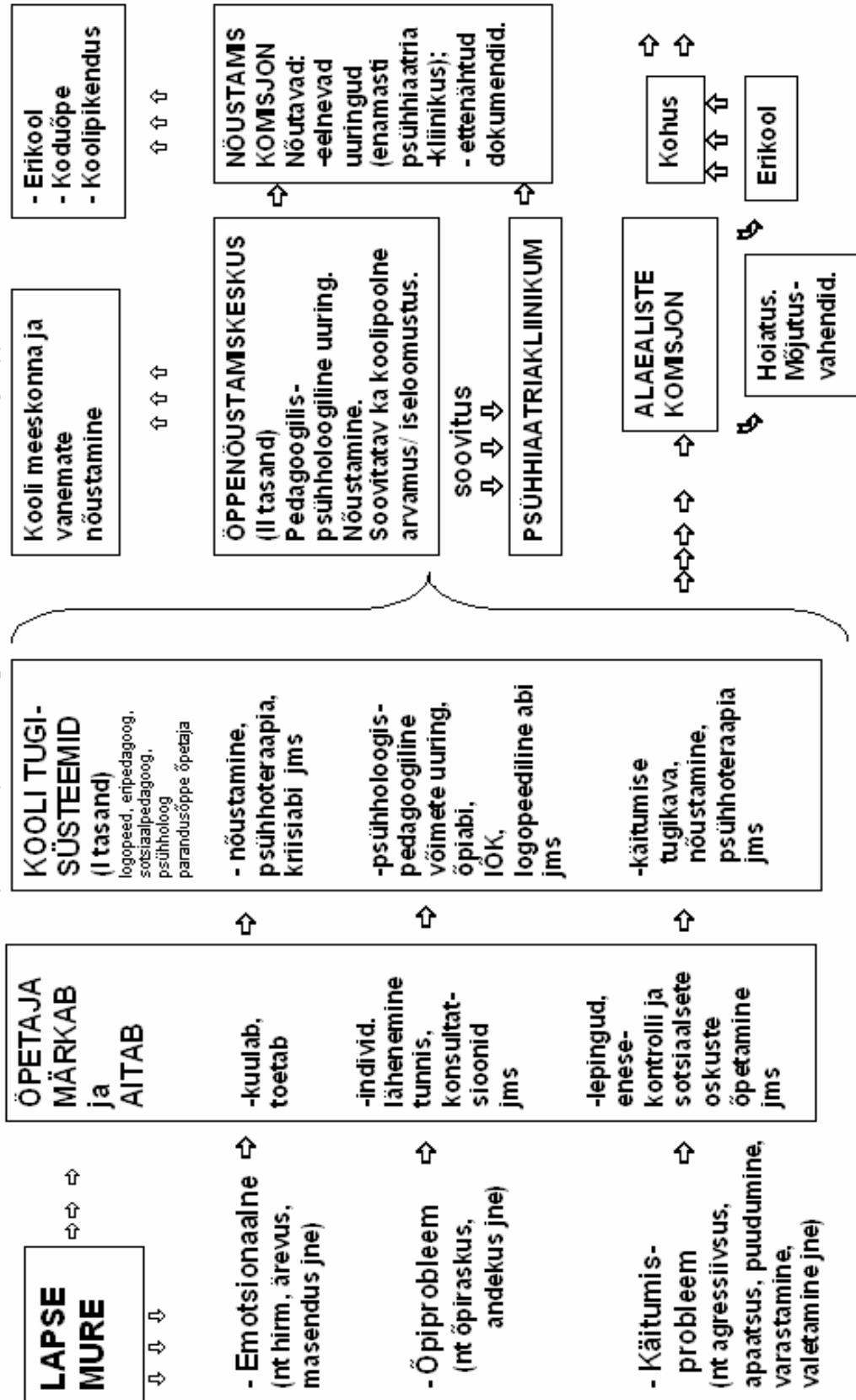
ÕPILASE ABISTAMISE SKEEM

koostaja: Ly Erg 2009

Koostöö vanemate/ hooldajatega peab toimuma igal etapil!
Õppenõustamiskeskusesse ja kliinikumi võib igaks pöörduda ka otse, kõiki etappe läbimata!

VÄLJASPOOL KOOLI

NBI Psühhoterapiat saab psühholoog läbi viia ainult vastava väljaõppe korral!



LUGEMIS- JA KIRJUTAMISRASKUSED, LOGOPEEDILINE TÖÖ KOOLIS

Koostanud Margit Urbel (veebruar 2009), Reet Lill (aprill 2009). Kasutatud Kadi Lukanenok Spetsiifilised lugemis- ja kirjutamiskused 2008

Põhjused	Märkamine	Mida teha?
<p>Lugemis- ja kirjutamiskuste põhjused:</p> <ul style="list-style-type: none"> - alakõne - kognitiivsete protsesside iseärasused - nägemistaju puudulikkus - foneemikuulmise puudulikkus - kinesteetilise taju häired - rütmitaju ja -mälu puudulikkus -puudulik häälikanalüüsioskus -puudulik foneemanalüüsi-oskus <p>Loetletud põhjused võivad olla tingitud</p> <ul style="list-style-type: none"> - geneetilistest muutustest - aju struktuuri ja funktsioneerimise iseärasustest - väikeaju struktuuri ja toimimise erinevustest 	<p>Lugemisel ja kirjutamisel esinevad järgmised veatüübid:</p> <ul style="list-style-type: none"> - häälikute ja tähtede (ka silpide) asendused - häälikute ja tähtede (silpide) ärajätmised - häälikute ja tähtede (silpide) lisamised - häälikute ja tähtede (silpide) järjekorra muutmised - reeglite omandamise ja rakendamise vead - vead häälikupikkuste märkimisel kirjas - lugemisel ühelt realt teisele „üle hüppamine“ - aimamisi lugemine - raskused suulise või kirjaliku teksti (ka tööjuhendi) mõistmisel <p>Sageli esinevad lugemis- ja kirjutamiskused koos. Neil õpilastel võib olla õpiraskus, raskused matemaatikas tekstülesannete lugemisel ja sisu mõistmisel.</p>	<p>Lugemiskust märgates on oluline teha kindlaks, mis lugemistoimingu operatsioonidega laps toime ei tule ja alustada abistamist vastavalt kohalt.</p> <p>Lapsele on lugemisel abiks, kui</p> <ul style="list-style-type: none"> - eristada häälikugrupid värvidega - esile tõsta vältekandjad - kasutada vältemärke - suurendada kirja - eraldada liitsõnas sõnad - märkida kõnetaktid pikemates sõnades kaarekesega <p>- anda lugemiseks jõukohane tekst (mitte anda liialt pikki sõnu ja lauseid!)</p> <ul style="list-style-type: none"> - kasutada järjehoidjat <p>Mitte tähtsustada lugemiskiirust, hoopis olulisem on loetud tekstist arusaamine. Vajalik on võimalikult palju valjusti lugeda, see kergendab sisust arusaamist.</p> <p>Kirjutamiskust märgates on vaja selgitada, missuguse kirjutamistoimingu operatsiooniga on lapsel probleeme ja siis alustada vastavate oskuste kujundamist.</p> <p>Kui tegemist on püsiva lugemis- või kirjutamiskusega, pöörduda logopeedi poole.</p> <p>Nii lugemis- kui ka kirjutamiskuse puhul on oluline arendada kogu kõnesüsteemi.</p>

Logopeed:

- selgitab välja õpilase probleemid (teostab kõneuurimist), uurimistulemustest lähtuvalt teostab kõneravi,
- nõustab õpetajaid ja lapsevanemaid,
- vajadusel soovib lapse täiendavateks uuringuteks nõustamiskeskusesse või teiste spetsialistide konsultatsioonile.

PSÜHHOLOGI POOLE PÖÖRDUMISE PÕHJUSED

- laps tunneb, et ta on üksildane, tõrjutud, väsinud;
- last ei huvita miski;
- laps ei usu endasse, arvab, et on mõttetud;
- laps arvab, et teised peavad teda saamatuks;
- laps „läheb närvi” teatud olukordades, eriti hindamisel (klassi ees vastamine, kontrolltööde tegemine, mingi õppeaine tunnis jne)
- laps kardab niivõrd mõnda õpetajat, olukorda, asja jne, et see takistab tavapärase elu ja kohustustega hakkamasaamist;
- lapsel on tihti pea-, kõhu- jms valud, mis tekivad õhtul või hommikul enne kooli-minekut ning millele arstid pole leidnud selget füüsilist põhjust;
- laps magab liiga palju, vähe või rahutult;
- laps püüab puududa teatud koolipäevadel või tundidest;
- lapsel pole sõpru või ta on oma kaaslastega tihti tülis;
- laps ei oska luua ja hoida sõprussuhteid;
- laps ei kohane hästi uute kohtade ja inimestega;
- on vaja arutada peresuhteid või suhteid õpetajaga;
- laps on ise kiuslik/vägivaldne või on sellise käitumise ohver;
- laps varastab, valetab, ropendab, on enamasti jonnakas ja trotsi täis;
- lapse sotsiaalsed oskused vajavad arendamist (vähe silmsidet jms);
- lapse sõnavara pole eale vastav (nt väga seksuaalne või täiskasvanulik);
- laps on kiiresti ärrituv, nutune;
- laps on teiste omavanustega võrreldes oluliselt aktiivsem, impulsiivsem, liikuvam;
- lapse tähelepanu hajub kiiresti,
- laps on eakaaslastest aeglasem;
- laps on tunnis apaatne, ükskõikne, „eemal” ka tunnis;
- lapsel on raskused õppimisülesannete täitmisel;
- lapse jaoks on koolitöö liiga lihtne;
- laps hakkab koolist nõ põhjusega puuduma;
- on soov iseenda isiksuse jooni ning võimeid psühholoogiliste testidega uurida ja analüüsida (nt kooli või ameti valik).

Psühholoogi poole võiks pöörduda lapsevanem ja õpetaja kui ta:

- on märganud lapse käitumises ja emotsioonides olulisi ja ootamatult tekkinud muutusi (nt aktiivne laps muutub ükskõikseks ja loiuks, rahulik ja tasakaalukas laps muutub närviliseks, tundlikuks, ärrituvaks) või lapse õpitulemused on järsult halvenenud;
- on kuulnud või näinud, et laps on väljendanud sõnades/kirjades/joonistustes mõtteid oma elu lõpetamisest või surmast;
- kui laps vigastab või lõigub end;
- kui tundub, et laps on liigselt seotud arvuti ning internetiga või on tekkinud kahtlusi alkoholi- või/ uimastitarvitamise suhtes;
- kui laps on elanud üle raske õnnetuse, kui laps on kriisis;
- kui vanem on mures lapse toitumisharjumuste pärast (liialdamine toiduga/ sagedane toidust keeldumine);
- on vaja nõu lapse arenguliste või hariduslike eripärade tõttu (ka teismeline);
- tunneb, et on ise väsinud, töö või enda suhtes rahulolematu, ei saa hästi magada ...
- on vaja infot nõustamiskeskuste, psühholoogilise abi võimaluste, psühhoterapeutide või edasiõppimisvõimaluste kohta.

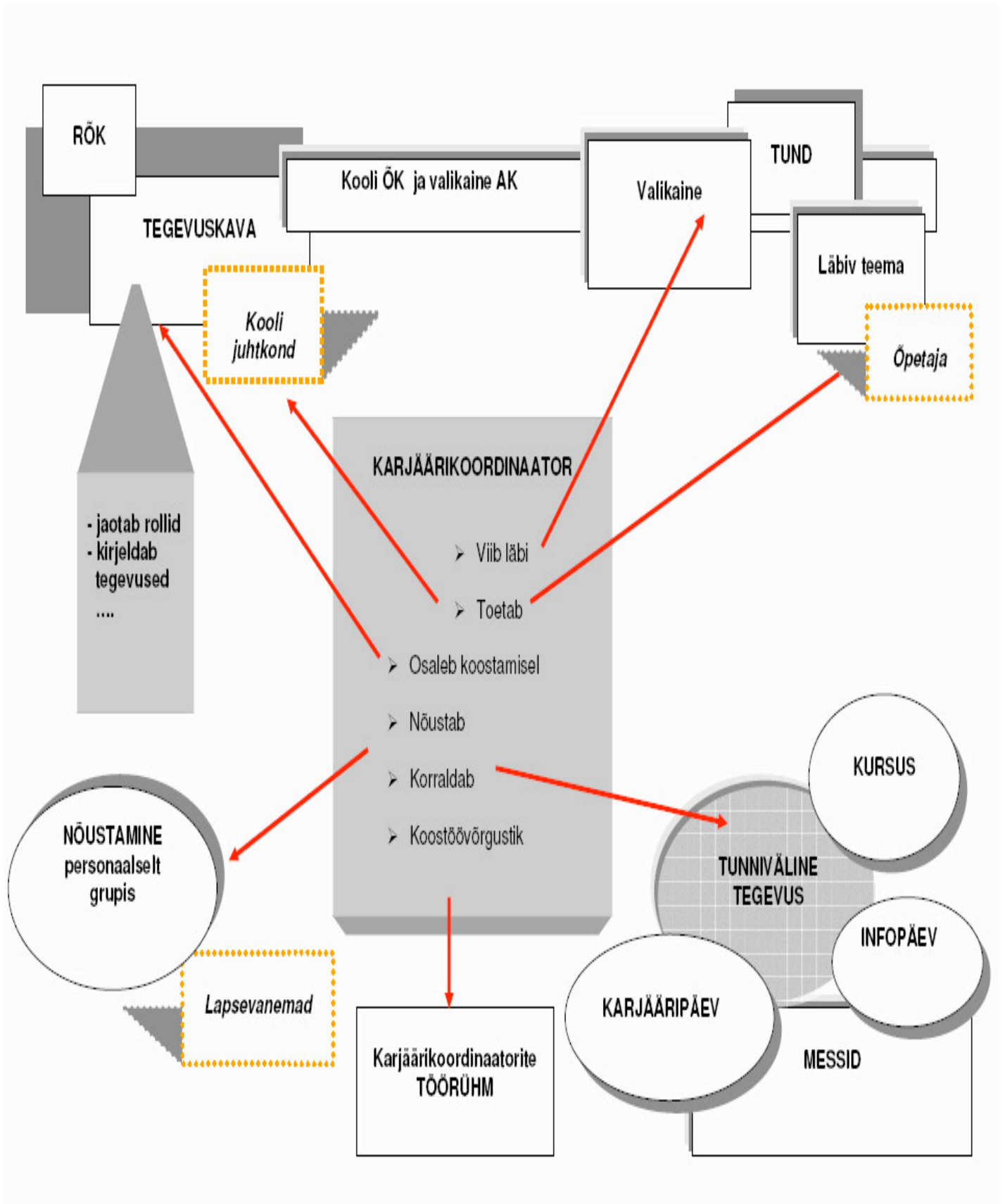
SOTSIAALPEDAGOOGI POOLE PÕÖRDUMISE PÕHJUSED

- õpilane ei täida koolikohustust või õpilane puudub segastel asjaoludel (võibolla ka harva) või pidevalt üksikuid tunde/päevi vanema tõendiga
- õpilane on korda saatnud õigusrikkumise koolis
- kooli pöördutakse õpilase iseloomustuse teabenõudega (koostajal on vaja abi või juhiseid)
- õpilase käitumises on suured muutused, tema käitumine ei ole talle nõ tavaline
- õpilase õpitulemused on järsult halvenenud
- klassikollektiivis on suhted halvad
- klassikollektiivis esineb pidevalt suuri korrarikkumisi
- klassikollektiivis esineb vägivalda, kiusamist
- koridorides on õpilaste vahel konfliktid või tegevusetusest tekkinud probleemolukorrad
- õpilase ja õpetaja vahel on konflikt
- õpilane on tunnist välja saadetud
- õpilane ei suuda koos klassikollektiiviga õppida
- õpilane on kiuslik/ vägivaldne või on sellise käitumise ohver
- õpilane varastab, valetab, ropendab, on enamasti jonnakas ja trotsi täis
- õpilane on unine, apaatne
- õpilasel on arvatavasti kodus majanduslikud raskused/ perekonnal on vaja sotsiaalabi
- õpilane on näljane, määrdunud, hoolitsemata
- õpilasel puuduvad pidevalt õppevahendid
- on kahtlus, et õpilane on tarbinud keelatud aineid (narkootilised ained, alkohoolsed joogid, tubakatooted)
- õpilane ei oska luua ja hoida sõprussuhteid
- õpilane on tõrjutud
- õpetaja soovib uurida klassikollektiivi suhteid
- õpetajal on vaja abi või tuge arenguestluseks, vestluseks lapsevanemaga või hooldajaga
- õpilane on hädas kutsevalikul, tööle asumisel, edasise elukäigu planeerimisel
- õpilane on rase
- õpilasel on kahtlus, et ta on nakatunud sugulisel teel levivasse haigusse
- õpilase toitumises on täheldada olulisi muutusi
- õpilane ei ööbi korduvalt kodus, õpilane hulgub
- õpilase vanemad ei ööbi pidevalt kodus
- õpilane on haaratud mingisse alternatiivsesse kampa/usulahku/gruppi
- õpilase välimuses toimuvad pidevalt suured muutused (kehakaal, needid, juuksevärv, meik jms)
- õpetaja soovib leida anonüümselt infot õpilase abistamisvõimaluste kohta

IGASUGUSTE KÜSIMUSTE JA PROBLEEMIDE KORRAL, KUS ÕPETAJA TUNNEB, ET VAJAB ÕPILASEGA KONTAKTI SAAVUTAMISEKS VÕI TEMA ABISTAMISEKS TUGE VÕI NÕU, VÕIKS TA KAASATA KOOLIS TÖÖTAVA SOTSIAALPEDAGOOGILISE JA/VÕI PSÜHHOLOOGILISE ETTEVALMISTUSEGA SPETSIALISTI PROBLEEMI LAHENDAMISSE.

KARJÄÄRIKOORDINAATORI ROLL ÜLDHARIDUSKOO LIS

Koostanud Mare Lehtsalu



Klassijuhataja on oma klassile A ja O. Ta puutub õpilastega rohkem kokku kui aineõpetajad ja mõjutab õpilaste arengut ka isiklike vestluste kaudu.

Klassijuhataja ülesandeks on tavaliselt ka lõpuklasside õpilaste edasiõppimissoovide kohta info kogumine ja õpilastega arutelud nende tulevikuplaanidest. Otsustamisraskustes õpilasele antakse omapoolseid soovitusi. Õpetaja võib arvata, et ta teab täpselt, mis õpilasele sobib ja kasulik on, kuid see on siiski subjektiivne arvamus. Lähtuda tuleks põhimõttest, et noort saab valikute tegemisel küll aidata, aga mitte tema eest otsuseid vastu võtta.

Nõuandmisel tasuks järgida või mõelda järgmistele soovitudele:

- Ole nõu andmisel ettevaatlik. Arvesta, et ka siis, kui sa õpilast väga hästi tunnend ja arvad teadvat, mis on talle kõige parem valik, on see ikkagi sinu subjektiivne arvamus.
- Rohkem kui sinu konkreetset nõuannet vajavad paljud õpilased hoopis julgustamist. Ära ole sellega kitsi! Igas õpilases on midagi toetamisväärt.
- Arvesta, et mida autoriteetsem isik sa õpilase jaoks oled, seda enam ta su sõnu arvestab ja sinu soovitudest juhindub. Seetõttu ära unusta, et vastutad ka juhuslikult pillatud sõnade eest.
- Kaudselt saad sa õpilasele nõu anda läbi isikliku eeskuju.
- Kui õpilane on teinud edasiõppimisplaane, mis sinu arvates ei realiseeru tema võimeid ja võimalusi arvestades, siis ära rutta teda pilvedelt maa peale tagasi tooma. Jaga täiendavat informatsiooni eriala/õppeasutuse kohta, aita õpilasel leida alternatiivseid võimalusi. Elu on näidanud keskpäraste võimetega õpilaste edu.
- Ära kunagi halvusta õpilast tema valikute pärast!
- Kui õpilane ei soovi avaldada oma kutsesoovi, siis on tal selleks ka õigus. Ära pigista vastust välja võimupositsioonilt!
- Aktsepteeri vastust: „Ma ei tea.“
- Austa õpilast ja jäta talle vabadus ise otsustada. Märkates probleeme, julgusta teda professionaalsetelt nõustajatelt abi otsima, varusta teda vajaliku infoga.
- Tee koostööd lapsevanematega, aga ära trügi pere liikmeks!
- Nõuandmise asemel on vahel otstarbekas rääkida oma kogemustest.
- Ära lase edevusel enda üle võimust võtta. Tunnista, et sa ei ole kõiketeadja ja ära pinguta üle nõuannete andmisel. Oska oma nõu/arvamus vahel ka enda teada jätta!
- Aita noortel leida nende tugevaid külgi.
-
-
-

Põhjused	Märkamine	Mida teha?
<ul style="list-style-type: none"> - tähelepanuvajadus - frustratsioon - pereprobleemid - puudujäägid sotsiaalsetes oskustes - kiusamine - emotsionaalsed häired - psüühikahäired - läheduse puudumine - emotsionaalne külmus vanemate poolt - impulsiivsus - madal enesehinnang - oskamatus emotsioone kontrollida - vajadus olla teistest üle - kasvatus - eeskujud - ümber-orienteerumise etapp 	<ul style="list-style-type: none"> - reageerib kaaslaste märkustele tundeliselt - ärritub ja solvub kergesti - ei soovi kooliteemadel rääkida, vaid sellest, mida teeb väljaspool kooli - käitumisprobleemid - kiusamine - tõrjumine kaaslaste poolt - konfliktid - kaklused - õigusrikkumised, kokkupuuted politseiga - raskused enesevalitsemisel - kergesti ärrituvus, vihapursked - provotseeriv, manipuleeriv käitumine - ebaedu ja pettumuste talumatus - julmus - halvad hinded - põhjuseta puudumine koolist - suudab koolis olla lühikest aega - pole koolis ühtegi sõpra 	<ul style="list-style-type: none"> - uurida käitumise põhjuseid - vestelda lapsega - vestelda lapsevanematega - vestelda kodusest olukorrast - uurida suhteid klassis - täiendada suhtlemisoskusi - õpetada enesekehtestamist - alternatiivsete pingemaandamise võtete pakkumine - viha juhtimise tehnikate õppimine - rahuldada tähelepanuvajadus teisiti - soovitada psühhiaatrilist konsultatsiooni - suunata alaealiste komisjoni, kui esineb koolikohustuse mittetäitmist või soovitada seda teha õigusrikkumiste fikseerimise korral - kaasata noorsoopolitsei

Kes aitab?

- koolipsühholoog, sotsiaalpedagoog
- psühhiaater
- õpetajad
- lapsevanemad
- huvijuht, treener
- koostöö alaealiste komisjoni ja noorsoopolitseiga
- noortekeskused
- pereterapeut

ANDEKATE LASTE SOTSIAALSED JA EMOTSIONAALSED PROBLEEMID

Koostaja: Kaia Raig, kasutatud H. Sauli artiklit „Millised on andekad lapsed”

Andekad lapsed on juba definitsiooni järgi teistest erinevad ja seetõttu esineb neil ka vajadusi ja probleeme, mida teistel lastel sellisel kujul ette ei tule. Probleemid võivad tekkida lapse psühholoogiliste eripärade tõttu või tuleneda keskkonna ja lapse konfliktidest.

Andekate laste omadused	Võimalikud probleemid
Õpivad kiiresti, märkavad seoseid, mõtlevad kriitiliselt.	Tüdimus. Ei meeldi kordused. Varjavad oma andeid, et meeldida teistele. Kogevad, et tark olla on tülikas.
Keeleliselt arenenud, osavad sõnu seadma.	Domineerivad vaidlustes ja arutlustes. Ei kuula teisi. Kalduvad teiste suhtes olema manipuleerivad.
Väga energilised.	Vajavad vähem und. Väljakutse puudumine tekitab tüdimust.
Väga uudishimulikud.	Püüavad tegelda korruga liiga paljude asjadega.
Väga kannatlikud ja keskendumisvõimelised.	Õpivad klassis teistest erinevas rütmis. Ei taha, et neid katkestataks.
Õpivad kiiremini. On suunatud kõrgetele saavutustele.	Võivad olla rahulolematud, kui ei saavuta soovitud taset.
Süvenevad erilise põhjalikkusega.	Õpetajad ja kaaslased arvavad, et nad raiskavad enda ja teiste aega.
Väga sügavad ja intensiivsed emotsioonid.	Äärmiselt tundlikud. Tunnevad end halvasti, kui nende mõtetest ja tunnetest ei hoolita.
Tugeva õiglustundega ja idealistlikud.	Püüavad läbi viia ebarealistlikke ja idealistlikke muutusi. Võivad muutuda küünilisteks, kui see ei õnnestu. Eakaaslased ei mõista neid.
Püüavad olla täiuslikud (perfektsionism).	Kardavad läbikukkumist. Ei julge endale uusi ülesandeid võtta. Seavad endale liiga kõrgeid eesmärke.
On sõltumatud ja protestimeelsed.	Tõstatavad probleeme ja küsimusi, mis võivad teisi ärritada. Kalduvad mässumeelsusele.
Tunnevad, et nad on teistest erinevad.	Tunnevad ennast üksi ja eraldatuna. Madal enesehinnang.
Väga hea huumorimeel.	Kalduvad tegema nalju teiste arvel. On segaduses, kui nende nalju ei mõisteta.
Väga hea kujutlusvõime.	Peetakse veidrikuks. Rutiinne töö tekitab rahulolematust.
Suhtlevad palju endast vanematega.	Üksindustunne. Omaealised ei ole huvitavad. Vanemad on aga teistsugused.

ANTISOTSIAALSE KÄITUMISEGA ÕPILANE

Koostanud Anna-Liisa Blaubrück K. Kõivu „Antisotsiaalse käitumisega õpilane. Artiklite kogumikud I-IV“ põhjal.

Põhjused	Märkamine	Mida teha?
<p>Erinevad põhjused erinevates teooriates:</p> <ul style="list-style-type: none"> -sotsioloogilised -keskkondlikud -õpitud käitumine -isiku individuaalsusega seotud <ul style="list-style-type: none"> - integreeritud teooriaid: antisotsiaalne käitumine kui õpitav, sotsiaalne norm, kriminaalse ja / või konfliktse subkultuuri mõju, uimastite kasutamise tulemus; <p>kontrolljõudude puudumine, sildistamine (eriti esmarikkumised);</p> <p>tingitud käitumine, käitumise analüüsivõime puudumise tulemus, neurooside tulemus, hälbiv isiksus, moraalse arengu pidurdus, geneetiline soodumus (pigem siiski keskkonnast tingitud), madal ärrituslävi, biokeemiline soodumus, ajutalitluse häire, hüperaktiivsus, serotoniini metabolism, sõnaline IQ madal.</p> <p><u>Riskifaktorid:</u></p> <p>impulsiivsus, IQ tase, vanemate kasvatuspraktika, kriminogeenne perekond, lapse antisotsiaalsus, sünnikomplikatsioonid, mina-pildi ja väärtushinnangute arenguhäired, enesekontrolli oskuste puudulikkus, perekondlikud faktorid (praktika puudumine, võimu kehtestamisprobleemid, armastuse puudumine, järelvalve puudumine, separatsioon, pere suurus, sotsiaalmajanduslik staatus), eakaaslaste grupp ja kool, töötuse kasv, massimeedia, elukoht.</p>	<p>Antisotsiaalne käitumine kui</p> <ul style="list-style-type: none"> - varavastane (huligaanitsemine, vandalism, varastamine, süütamine, valetamine, julmus loomade vastu) - staatusega seotud (omane vaid noorukitele): põhjuseta puudumised, kodust ärajooksmine, uimastite kasutamine, hulkumine, vandumine, reeglite rikkumine - agressioon (kaklemine, kiusamine, vägistamine, teiste süüdistamine, julmus, tagedus, koolivägivald) - opositsiooniline käitumine (trotslikkus, vastuhakk, vaidlemine, vihastamine, kangekaelsus, ärrituvus, kergesti solvumine 	<p>Erinevate antisotsiaalse käitumise liikidega toimetulekuks on erinevad võtted.</p> <p>Abi saab kogu kooli ja kogukonda haaravate ennetustegevuste kaudu.</p> <p>Abi on (nooremast east alustades ja hilisemaga lõpetades):</p> <ul style="list-style-type: none"> - sotsiaalsete ja akadeemiliste oskuste arendamisest, - perekonna toetamisest, - varajases eas probleemide identifitseerimisest, - enesekontrolli arendamisest, - kutsealaste eeloskuste õpetamisest, - eluliste toimetulekuoskuste õpetamisest, - agressiivset käitumist vähendavatest programmidest <p>(a la CAP),</p> <ul style="list-style-type: none"> - kiusamist vähendavatest programmidest. <p>Täpsemalt tegevused üksikute käitumisaktide juures.</p>

Kes aitab?

Psühholoog, sotsiaalpedagoog, psühhiaater, perearst, perenõustajad, kriminaalhooldaja, politsei.

Koostanud: Jana Saluoks, Arma Eensalu (2009), kasutatud E. Laukkanen; M. Martunen; S. Miettinen; M. Pietikäinen „Kuidas aidata psüühikaprobleemidega noorukit“ (2008); Barnard, M.U. „Kuidas aidata depressioonis last?“ (2005); J. Saarma „Depressioon“ (1995); RHK-10 (1993); Google otsingusüsteem: psühholoogiline abi, psühhiaatiline abi (29.detsember 2008)

Põhjused	Märkamine	Mida teha?
<ul style="list-style-type: none"> - <u>bioloogiliste</u> (muutused ajus, füüsilised haigused, pärilik eelsoodumus jt.) ja <u>psühholoogiliste</u> (traumaatilised sündmused (vanema(te) kaotus, hoolitsuse ja armastuse puudus, füüsiline ja seksuaalne vägivald jt.) tegurite koosmõju. - depressiooni soodustavad psüühikat koormavad elusündmused (koolikiusamine, õpiraskused, psühhiaatrilised haigused, negatiivsed kujutlused ja mõtted tuleviku kohta jne) 	<p>Käitumuslikud sümptomid lapsel (6-12 a)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Masendunud meeleolu väljendub peale ilme ja žestide ka tema mängus (mäng sisaldab lõhkumist, etteheiteid, enesevigastamist jne) - Aktuaalne teema on surm ja enesetapp - Laps ei suuda kasutada oma võimeid ja oskuseid, õppeedukus halveneb - Raskused sõpradega suhtlemisel - Motoorika on kas aeglustunud või kiirenenud, laps võib olla kohmakas - Muutused söögiisus ja kehakaalus - Unehäired (unetus, liigne magamine) - Seletamatud valud ja kehalised vaevused <p>Käitumuslikud sümptomid noorukil (12-18 a)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Kurvameelsus - Huvide/harrastuste ja elurõõmu kadumine - Teistest selgelt agressiivsem, ärritub kergesti - Palju somaatilisi sümptomeid (peavalu, kõhuvalu, südamevaevused jne.) - Kaebab pidevat väsimust - Madal enesehinnang - Surma või enesetapu mõtted - Madal õpimotivatsioon - Ei suuda keskenduda, asju meelde jätta - Enesevigastamised - Kõhnub või tüseneb märgatavalt - Eelistab üksindust - Unehäired 	<ul style="list-style-type: none"> - Kui lapsel on püsinud mitu depressioonile viitavat tunnust pikka aega, tuleb teavitada lapsevanemaid ja soovitada laps uuringutele kas siis perearsti, psühholoogi või psühhiaatri juurde - Depressiivset last <u>ei tohi</u>: <ul style="list-style-type: none"> - jätta sellises olukorras üksi, - käskida tal ennast kokku võtta, - anda talle nõuandeid, mida ta ei suuda jälgida, - süüdistada, kritiseerida

Kes aitab?

- Lähedased, klassikaaslased, klassijuhata, õpetaja, kooliarst, perearst või sotsiaalpedagoog märkab.
- Psühholoog selgitab põhjused ja soovitab vajadusel psühhiaatri konsultatsiooni.
- Toetada saavad lähedase, sõbrad, klassikaaslased, klassijuhataja, aineõpetajad.
- Diagnoosib psühhiaater ja määrab vajadusel ravimid ja suunab kliinilise psühholoogi juurde.

Kus aidatakse?

- Tartu Ülikooli Psühhiaatrikliinik tel 7319100
- Lasteabi telefon tel 116111
- Usaldustelefon LAPSE MURE E-R kl 10.00-18.00 tel. 6556088
- Üleriigiline tasuta usaldustelefon E-P kl 16.00-04.00 126 (eesti keeles) 127 (vene keeles)
- OÜ Jaanson ja Lääne tel 5177222; 7821011
- E.G.U. Erapraksis OÜ tel 7420660

ENNASTKAHJUSTAV KÄITUMINE EHK AUTOAGRESSIOON

Koostaja Elen Preimann, allikad Lemme Haldre seminar „Enesevigastamine lastel“ (12.03.09),

Camilla Hallek`i loeng „Dialektiline käitumisteraapia noorukitele“ (13.03.09)

Põhjused	Märkamine	Mida teha?
<ul style="list-style-type: none"> - väärkohtlemine - isolatsioon (nt erikoolide lapsed) - eneseregulatsiooni puudumine - kiindumusisiku puudumine - sõprussuhete puudumine - enesehinnangu ja mina-pildi muutused - soolise identiteedi probleemid - vähesed toimetulekumehhanismid stressiga - esineb üldisest populatsioonist 1-4%, 2-15 % lastest 	<ul style="list-style-type: none"> - kerge/mõõduka kehavigastuse tekitamine - käitumine korduv, raske loobuda tegevusest - erineb suitsiidist - kergemad või raskemad tagajärjed - esineb harva enne teismelise perioodi <p><u>EESMÄRK:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - eesmärgiks ei ole seksuaalne nauding ega keha kaunistamine - eesmärgiks on: talumatute tunnete väljendamine, et saavutada nende üle kontroll, reguleerida tundeid; pinget / ärevuse langetamine; kontakt iseendaga. - võib ka olla õpitud käitumine grupis teise inimese mõjutamiseks (tähelepanu saamiseks). <p><u>PROFIIL:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - negatiivne emotsionaalsus - emotsionaalsete oskuste vähesus - enese alavääristamine <p><u>KOOSSESINEVUS:</u></p> <p>Ärevus-, sõltuvus-, söömis-, isiksusehäired, depressioon, traumajärgne stressihäire</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Soovita psühholoogi / psühhiaatri konsultatsiooni! - Räägi lapsega! - Ole „konteineriks“ lapse tunnete! - Kinnita, pane tähele lapse emotsioone! - Loo tunne, et muutus on võimalik! - Aita tekitada kontrolli tunne (samm-sammult)! - Püüa suurendada ajavahemikku (nt lõikumise edasilükkamine). - Aita leida asendustegevused! - Juhi tähelepanu kõrvale! - Õpeta kasutama kiirloomastavaid võtteid (hingamine, visualiseerimine jms) - Aita leida mõtlemisvigu! - Tunnusta last, suurenda eneseusku!

Kes aitab?

- kaaslane, täiskasvanu, kes märkab
- õpetaja
- sotsiaalpedagoog
- kooliarst, -õde
- psühholoog
- psühhiaater

HARIDUSLIKU ERIVAJADUSEGA (HEV) LAPS KOOLIS

Koostanud Reet Lill, kasutatud materjal „Õpilase arengu jälgimine ja toetamine“ <http://www.hm.ee/index.php?047301>

Põhjused	Märkamine	Mida teha?
<ul style="list-style-type: none"> - meditsiinilised - psühholoogilised - sotsiaalsed - pedagoogilised 	<p>Vaatamata klassi- ja aineõpetajate poolsele õpilase toetamisele (õpilasele individuaalsete ülesannete andmine klassi tasandil, järeleaitamine, konsultatsioonid tunniväliselt, lapsevanema pedagoogiline juhendamine) säilivad õpilase probleemid õppimise või käitumisega.</p>	<p>Õpilase erivajaduse täpsustamine toimub koolis tugiteenuste koordinaatori juhtimisel. Selleks on vajalik:</p> <ul style="list-style-type: none"> - õpilase pedagoogilis-psühholoogiline hindamine; - erinevates tingimustes lapse käitumise vaatlemine ja hindamine; - õpilast ja tema kasvukeskkonda puudutava teabe hankimine; - õpilase soovitamise meditsiinilistele uuringutele; - eelloetletu põhjal kokkuvõtete tegemine ja soovitused edaspidiseks kooli tugiteenuste rakendamiseks. <p>Koolis rakendatavad tugiteenused on</p> <ul style="list-style-type: none"> - logopeediline abi - psühholoogiline abi - sotsiaalpedagoogiline abi - parandusõpe - õpiabirühm - tasemeõpe - kõne-, mee- või liikumispuudega õpilaste klass - raskete somaatiliste haigustega õpilaste klass - individuaalne õppekava / ainekava - kasvatusraskustega õpilaste klass - õpilaskodu - pikapäevarühm - meditsiiniline abi <p>Vajadus õpilase pedagoogilis-psühholoogilise hindamise ja tugiteenuste rakendamise järele kooskõlastatakse lapsevanemaga.</p> <p>Kui kooli tasandil olevatest tugiteenustest õpilase võimetekohaseks arendamiseks ei piisa, pööratakse lähimasse nõustamiskeskusesse või meditsiinasutusse täiendavate uuringute läbiviimiseks või sobiva õppekava (vajadusel erikooli) soovitamiseks.</p>

HOOLETUSSEJÄTMINE

EMOTSIONAALNE HOOLETUSSEJÄTMINE

Koostanud Eha Berezjuk (veebuar 2009), kasutatud Soonets, R., Põldsepp, I., Haldre, L., Altosaar, K. (1997) „Laste väärkohtlemine“

Põhjused	Märkamine	Mida teha?
<ul style="list-style-type: none">- laps sageli üksi, omaette- puuduvad ühised tegevused lapsel ja vanematel- lapse vajaduste mittemõistmine või sellesse ükskõikne suhtumine- lapse ignoreerimine- emotsionaalse läheduse vältimine- lapse tunnustusest ilma jätmine- armastuse mitteväljanäitamine- vanematepoolne ebavõrdne suhtumine lastesse (ühe märgatav eelistamine teisele)- vanematepoolne passiivsus ja tegevusetus lapse tervisliku seisundi hoidmisel, parandamisel- lapse mittemõistmine, pigem hukkamõistmine	<ul style="list-style-type: none">- üksildane- endassetõmbunud- ei soovigi justkui suhelda- stereotüüpsed liigutused (keha rütmiline kiigutamine-väikelastel)- agressiivne enda ja teiste suhtes- kiindumus võõrastesse täiskasvanutesse	<ul style="list-style-type: none">- püüa teha koostööd lapsevanematega- selgita sellise suhtumise tulemusi, ohtusid- hooli ka ise õpilasest ja näita välja oma toetavat suhtumist- paku oma sõbraliku suhtumisega lapsele turvatunnet, ta vajab inimest keda usaldada- jälgi kuidas sujuvad õpilasel suhted eakaaslastega, aita tal neid suhteid arendada- aita lapsel leida talle sobiv huvitegevus- püüa leida tema tugevusi, räägi temaga sellest- tunnusta last- toeta ta positiivset enesehinnangut- vajadusel tee koostööd psühholoogiga

Kes aitab?

- aidata saavad kõik täiskasvanud, kes märkavad
- klassijuhataja, aineõpetajad, koolipsühholoog; sotsiaalpedagoog
- oluline on aidata lapsevanematel mõista oma rolli lapse kasvatamisel

FÜÜSILINE HOOLETUSSEJÄTMINE

Koostanud Eha Berezjuk (veebruari 2009), kasutatud Soonets, R., Põldsepp, I., Haldre, L., Altosaar, K. (1997) „Laste väärkohtlemine“

Põhjused	Märkamine	Mida teha?
<ul style="list-style-type: none"> - laps on sageli üksi jäetud - laps vaatab hilisõhtuni TV või on arvutis - vanemate alkoholism - kodus sageli külalised (alkoholi liigtarvitamine) - vanemate omavahelised sagedased konfliktid - vanematel lahusperiood - üksikvanem - tema tervislik seisund (ka psüühiline tervis) - vanemad liialt oma töödega hõivatud - vanema passiivsus / tegevusetus lapse tervise hoidmisel / parandamisel 	<ul style="list-style-type: none"> - hooldamata välimus - määrdunud riided - sageli puuduvad vajalikud koolitarbed - kodused tööd tihti tegemata - sagedased kooli hilinemised - õpilane hoiab koolist eemale - laps saab korduvalt „juhuslikult“ vigastada (muhud, sinikad, marrastused, põletused jms) - lapsel püsiv näljatunne, sööb ahnelt - alakaaluline - liigselt püüab täiskasvanute tähelepanu saada - võib kergesti võõrastega kaasa minna - kõne ja liigutuste areng pidurdunud 	<ul style="list-style-type: none"> - püüa teha koostööd lapsevanematega - selgita sellise suhtumise tulemusi, ohtusid - hooli ka ise õpilasest ja näita välja oma toetavat suhtumist - paku oma sõbraliku suhtumisega lapsele turvatunnet, ta vajab inimest keda usaldada - jälgi, kuidas sujuvad õpilasel suhted eakaaslastega, aita tal neid suhteid arendada - aita lapsel leida talle sobiv huvitegevus, sportimise võimalus - püüa leida tema tugevusi, räägi temaga sellest - vajadusel korralda lapsele arstiabi kättesaadavus - vajadusel tee koostööd psühholoogiga, sotsiaaltöötajaga, sotsiaalpedagoogiga, lastekaitsega, politseiga - oluline on aidata lapsevanematel mõista oma rolli lapse kasvatamisel

Kes aitab?

- aidata saavad kõik täiskasvanud, kes märkavad
- klassijuhataja, kooliarst, koolipsühholoog, sotsiaalpedagoog, lastekaitse

HOOLETUSSE JÄETUD LAPS KOOLIS

Koostanud Evelin Lahesoo (veebuar 2009), kasutatud

J. Vilms, J (2002) „Õpiraskused ja probleemne käitumine“ - Eripedagoogika
http://www.eripedaliit.ee/mod.php?mod=userpage&menu=10&page_id=17;

R. Soonets, I. Põldsepp, L. Haldre, K. Altosaar (1997) „Laste väärkohtlemine“;

M. Kusnets (2003) “Lapsi tuleb vägivalda eest kaitsta” - Ohvriabi nr 2
http://ajakiri.ohvriabi.ee/arhiiv/02/foorumi_ylevaade.shtml;

K. Röss, R. Soonets (2002) “Kahekõne: Karm tegelikkus harjutab last vägivaldaga” - Koolielu
<http://www.koolielu.ee/pages.php/020508,3241>

Põhjused	Märkamine	Mida teha?
<ul style="list-style-type: none">- vanemate teadmatus, oskamatus toime tulla ja abi küsida- ajapuudus (nt töö)- sotsiaalsed olud- abi kättesaamatus- toetusvõrgustiku puudumine	<p>Laps on hooletusse jäetud, kui tema põhilised vajadused on rahuldamata:</p> <p>FÜÜSILISELT</p> <ul style="list-style-type: none">- laps sageli üksi kodus- puudub järelvalve- hooldamata välimus (pesemata, riided määrdunud või ilmale mitte vastavad)- alatoidetud <p>HARIDUSLIKULT</p> <ul style="list-style-type: none">- lapse võimete arendamisest mitte hoolimine- huvi puudus õppeedukuse suhtes- kooliprobleemidele mitte reageerimine- õppevahendite mittesoetamine <p>EMOTSIONAALSELT</p> <ul style="list-style-type: none">- usalduse puudumine lapse ja vanema vahel- üksildus- lapsel liigne vastutus- endasse tõmbunud- ebaturvaline kiindumussuhe- armastuse ja toetuse puudumine- lapse murele mitte reageerimine- tunnustuse puudumine	<ul style="list-style-type: none">- õpilast toetada, motiveerida ja innustada- kasutada õpiabi võimalusi, kui tekkinud puudujäägid õppetöös- püüda luua kontakt vanematega- pöörduda teiste spetsialistide poole

Kes aitab?

- psühholoog
- lastekaitsetöötaja / sotsiaaltöötaja
- Tartu Laste Turvakodu: Tartu Laste Tugikeskus:

Põhjused	Märkamine	Mida teha?
<p>- orgaanilised / neuroloogilised kahjustused</p> <p>- pärilik eelsoodumus</p> <p>- emotsionaalne häire</p> <p>- ebasoodsad mõjud raseduse ajal (alkoholi ja /või ravimite kuritarvitamine, suitsetamine, aneemia, alatoitus, keemilised mürgid psühhotraumad)</p> <p>- ebasoodsad tingimused imikueas</p>	<p>Lapsel on häiritud:</p> <ul style="list-style-type: none"> - sotsiaalne suhtlemine - õppimine - üldine toimetulek <p>Üliaktiivsus:</p> <ul style="list-style-type: none"> - motoorne üliaktiivsus, laps on pidevas liikumises, liiglarvakas, ei püsi paigal - tähelepanupuudulikkus- ei suuda tähelepanu keskendada, on kergesti mõjutatav välisteguritest, ei suuda jälgida mitut detaili korraga, ei märka talle öeldut, kaotab asju, ei suuda lõpule viia alustatud tööd, jälgida juhendeid, väldib vaimset pingutust - impulsiivsus- laps katkestab teiste inimeste tegevust, sekkub tegevusse, vastab juba enne kui küsimus on esitatud, räägib liigselt vahetpidamata, ei suuda oma järjekorda oodata - sageli õpiraskus, kuigi intellekt on normis - emotsionaalne labiilsus, ärrituvus - vihapursked 	<ul style="list-style-type: none"> - selgitada spetsialistide abiga häire olemasolu, hoiduda samastamisest kasvatamatus või mõne muu probleemiga - luua turvaline keskkond - välja valida lapsele sobiv istekoht, kus oleks võimalikult vähem välist segamist - anda võimalusi liikumiseks - püüda olla kannatlik ja rahulik! - anda kindlad reeglid, rohkem aega kirjalike ülesannete ja tekstide täitmiseks - vältida võistlemist - leida lühikese kestusega, vaheldusrikkaid ja jõukohaseid ülesandeid, et laps saaks eduelamust - veenduda, et laps on ülesande sisust õigesti aru saanud - kasutada lihtsaid selgeid töökäskke - anda üks ülesanne korraga - ignoreerida väikeseid korralikkusenõuete rikkumisi - võtta tähelepanu alla kõige enam häiritud käitumine - kasutada erinevaid õppimisstrateegiaid - mitte süüdistada last - teha pidevalt koostööd lapsevanema ja õpetaja vahel - kasutada väikest õpperühma

Kes aitab?

- lastepsühhiaater – vastava diagnoosi kindlaksmääramiseks on vaja last põhjalikumalt uurida, seda teeb lastepsühhiaater koos erialaspetsialistidega
- psühholoog
- eripedagoog - aitab lapse õpetamisprobleemide juures
- sotsiaalpedagoog, klassijuhataja, aineõpetaja

Koostanud Anna-Liisa Blaubrück (veebruar 2009), kasutatud Ü. Rannut „Uusimmigrandid meie ühiskonnas ja haridussüsteemis. Käsiraamat eesti õppekeelegraafika kooli õpetajale, koolijuhtidele ja haridusametnikele“

Uusimmigrant on	Märkamine	Mida teha?
<p>alla 3 aasta Eesti Vabariigis alaliselt elanud välismaalane.</p> <p>Tulenevalt piiride avanemisest pärast EL-iga liitumist on kasvanud meie koolides õpilaste hulk, kes ei oska eesti keelt emakeelena ega võõrkeelena.</p> <p>Kool peaks kõiki aineõpetajaid ja spetsialiste eelnevalt koolitama ja vajadusel palkama abistavat tööjõudu teades, et kooli on saabumas esmakordselt uusimmigrant või immigrant, kel puudub üldse või osaliselt oskus suhelda eesti keeles.</p>	<p>Lisaks aineõpetuse alastele probleemidele tuleks arvestada, et õpilasel võib esineda:</p> <ul style="list-style-type: none"> - kultuurišokk või esialgne eufooria, - narrimine / rassistlik kiusamine - õpihäired lisaks keele oskuse puudumisele - vanemad ei tunnusta meie haridussüsteemi ja / või spetsialiste, tugisüsteeme, sekkumisvõtteid - õpilane on eelnevalt pidanud vahetama eri riikides kooli korduvalt - õpilasel on tulenevalt pagulaslaagris viibimise ajast jäänud pikemad lüngad õppetöösse - saabutakse / lahkutakse keset õppeaastat 	<ul style="list-style-type: none"> -õpetajatele ettevalmistuse võimaldamine -õppematerjalide muretsemine eesti keele kui võõrkeele õppeks. Samuti muud õppematerjalid ja lisamaterjalid -võimalusel selgitada välja eelnevalt õpilase teadmised ja oskused -võimalusel uurida õpilase eelnevat koolisüsteemi -tõlkida vanematele kindlasti nii arstliku läbivaatuse kui psühholoogilise nõustamise ajal saadavat teavet -uusimmigrant võiks alustada õpinguid üks klass tagapool oma vanusest -määrata tugiõpilane ja -õpetaja õpikeskkonda sulandumiseks -õpilase kaasamiseks panustada esialgu oskusainetesse -koostada IÕK koos hindamisjuhisega -eesti keele tunnid individuaalselt või väikestes gruppides -tugiõpetus ja individuaalse konsultatsiooni tunnid -võimalikult palju kaasata vanemaid ja õpilast koolivälistes tegevustes-keelepraktika ja kultuurilugu, vanemate keeleõpe -emakeele õpetus võimaluse korral -erinevad projektid lisarahastuse saamiseks -ettevalmistusrühmad kuni 7-aastastele kooli juures, kui on teada, et peres on tulemas kooli veel lapsi -logopeediline teenindamine, parandusõpe -lubatud 35% hindamise rakendamine -abiõpetaja kaasamine tõlgi või muulase keelt valdava isiku näol

Kes aitab?

- Haridus- ja Teadusministeerium, Jaan Tõnissoni Instituut, Illuka põhikool, Illuka varjupaiga spetsialistid, KOV
- Kooli spetsialistidest kõik + tugiõpetaja / isik

Koostanud Anna-Liisa Blaubrück (veebruar 2009), kasutatud IOM-i materjale ja konverentsi „Õpetajad inimkaubanduse vastu: noorte teavitamiseks ja kaitseks“ 24.-26. august 2005 materjale

Põhjused	Märkamine	Mida teha?
<p>Inimkaubandusel on maailmas kuni 2 miljonit ohvrit aastas. Europoli andmetel viiakse igal aastal Ida-Euroopast 120000 naist ja last Lääne-Euroopasse inimkaubanduse eesmärkidel. Lisaks USA-sse 14500-17500 isikut. Suurim tuluaallikas organiseeritud kuritegevuses pärast uimasti- ja relvakaubandust.</p> <p>Inimkaubanduse põhjused:</p> <ul style="list-style-type: none"> - töötus - sooline ebavõrdsus - majanduslik ja regionaalne ebavõrdsus - prostitutsiooni normaliseerumine (nt seadustamise läbi) - nõudlus - organiseeritud kuritegevus 	<p>Õpilane võib sattuda ohtu, kuna värbajad kasutavad peibutamiseks ja kaasamiseks:</p> <ul style="list-style-type: none"> - noorsoo-programme - töövahetus-firmasid - ajalehekuulutusi - internetti (msn, jututoad) - tutvumisportaale - modellindusega peibutamist - modelliagentuure - isiklike tutvusi, mis sõlmitakse eelnevalt juba värbajateks osutuvate isikutega - vabatahtliku töö pakkumine - hääletamisel ja juhututvustel röövimist - prostitutsiooniga kokku puutudes 	<ul style="list-style-type: none"> - tutvustada vanematele ohtusid ja inimkaubitsejate/värbajate tegevust - teavitada ohtlikus eas noori (13-18 aastased) riskidest - kui õpilane on riigist lahkumas, teavitada piirivalvet, välisministeeriumi, et teda ei lubataks välja (alla 15-aastase puhul) - vanematel paluda keelduda kaaskirja andmisest piirivalvele enne kui pöördumise tegelik põhjus on kindel - kui õpilane on riigist omavoliliselt lahkunud, arvatava riski korral ja kui on tema sihtkoht teada, teavitada koheselt migratsiooniametit, välisministeeriumit ja sihtkoha riigi konsulaaresindust ning politseid

Kes aitab?

- Sotsiaalministeeriumi andmebaas Eures (tööturuameti kodulehel) kontrollimaks vahendajaid.
- www.toovalismaal.ee
- Ennetamiseks ohvriabi loengud koolides.
- Tagasipöördumisel ohvriabi ja psühholoogi teenused.

Koostanud: Jana Saluoks (aprill 2009), kasutatud „Kakskeelsusest tingitud eesti keele õppimise raskused“ Merit Hallapi koolitusmaterjale

Põhjused	Märkamine	Mida teha?
<ul style="list-style-type: none"> - lapsevanemad on eri rahvusest - uusimmigrandid - pikemaajalisel töölähetusel olevad lapsevanemad 	<ul style="list-style-type: none"> - vead kõneloomes ja tajumisel - suure kasutussagedusega sõnade „ülekasutus“ - sõnade kasutamine piiratud tähenduses - ebatäpne sõnakuju kasutus - kõlalt sarnaste sõnade eristamisraskus - tähenduselt samade sõnade segiajamine - kujundliku keele piiratud mõistmine ja kasutus - vähe omadussõnu ja määrsõnu - sõnajärje vead - olema-verbi ärajätmine - vale rektsioon st käändelõppude vale kasutus - tüvede vale kasutus - ma- ja da- tegevusnime kasutuse vead - täismineviku, umbisikulise tegumoe kasutus 	<ul style="list-style-type: none"> - õpetada eraldi kakskeelseid ja kõnepuudega lapsi - arendada eesti keele oskust lõimitult ainealaste teadmiste kujundamisega (eel- ja järeltöö, eriti mõistete osas) - arendada suulist keelekasutust kui alust kirjaoskuse arengule - kasutada kirjalikke tekste suulise keelekasutuse arendamiseks (valiklugemine: leia, mis sõnadega/kuidas...) - teadvustada vigu ja nende põhjust (korrektuurharjutused)

Kes aitab?

Tugistruktuuride, spetsialistide, nt. logopeedi ja keeleõpetajate ning abiõpetajate kaasamine

KIUSAMINE JA VÄGIVALD KOOLIS

Koostanud Kristiina Tropp (veebruar 2009)

KIUSAMINE on:

Agressiivne käitumine, kus kiusaja või kiusajad teevad ohvrile tahtlikult kahju ning see kahju võib olla nii füüsiline kui psühholoogiline.

Kolm tunnust:

- ohver ei provotseeri kiusamiskäitumist,
- kiusamine on ajas korduv tegevus,
- võimusuhte asümmeetria (Kõiv, 2002, 2003).

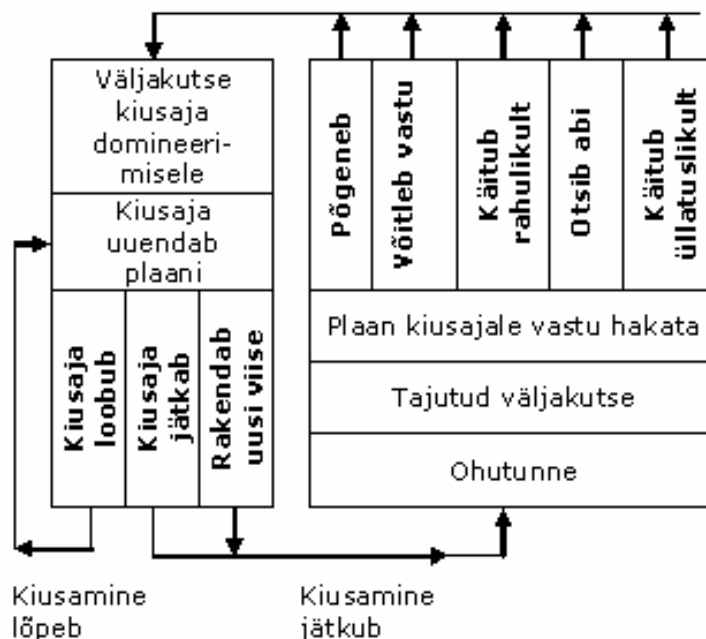
Kiusamine võib olla:

- otsene füüsiline (löömine, kinni hoidmine, asjade lõhkumine jms);
- otsene sõnaline (ähvardamine, mõnitamine jms);
- varjatud, suhetega manipuleerimine (taganräkimine, kuulujuttude levitamine jms)

OHVER VAJAB:

usaldusisikut, kes toetab ja kuulab;
enesehinnangu toetamist (nt võimalust tegeleda atraktiivsete, enesehinnangut toetavate tegevustega);
sotsiaalsete oskuste õpetamist;
kiusajaga toimetuleku oskusi.

KIUSAMINE JA VÄGIVALD KOOLIS



ENNETAMINE JA SEKKUMINE

Kiusamine ja vägivaldaga võitlemiseks kolm tasandit:

Ühiskonna tasandil:

- avalik diskussioon kiusamisest ja selle mõjudest;
- ühiskondlik vägivalda tauniv hoiak;
- meedia mõju;
- teadvustamine.

Kooli tasandil:

Tegelemine algab probleemi teadvustamisest (uurimused, grupiarutelud);
Konkreetsete sekkumisstrateegiate väljatöötamine;
Kooli seisukohtade teatavaks tegemine, hoiaku võtmine;
Sallivate ja kiusamise vastaste hoiakute kujundamine õpilastes ja õpetajates:
- klassiarutelud
- hea läbisaamise reeglite kehtestamine
- tervet kooli hõlmavad ettevõtmised;
Kontrolli rakendamine (selles osas uurimused vastuolulised);
Tugiõpilasliikumine, märkajate aktiveerimine (www.tore.ee)

Indiviidi tasandil:

Kiusamisest teadlikkuse tõstmine, rääkima julgustamine;
Sotsiaalsete oskuste õpetamine (SPLO – Erg, 2004);
Konkreetsetele juhtumitele reageerimise planeerimine (vastuste välja mõtlemine, vt skeem Rigby, 2002);
Ühise mure meetodi rakendamine (A. Pikas);
Juriidiline sekkumine.

KIUSAJA VAJAB:

sotsiaalsete oskuste õpetust;
vihaga toimetuleku õpetust;
ja eriti konfliktide lahendamise oskusi;
positiivseid kaaslasija usaldusväärset täiskasvanut

KÕRVALSEISJAD:

Väga oluline sekkumispunkt – vaikides pealt vaatamine võrdub kaasosaliseks olemisega;
Vajavad julgustust märkamiseks ja sekkumiseks.

Joonis: Kiusamise protsess ja sellele vastupanu (Rigby, 2002)

Põhjused	Märkamine	Mida teha?
<ul style="list-style-type: none"> - hüperaktiivsus - õpiraskused - andekus - muukeelne laps - keskkonnavaheetus tulek suurde kooli- klassi, maakoolist linna - terviseprobleemid - vähesed suhtlemisoskused - käitumisprobleemid - koolieelsete kontaktide vähesus samaealistega - eelnev trauma - laps ei ole kooliküps - ebaterved suhted klassis - muutunud suhted peres 	<ul style="list-style-type: none"> - vastumeelsus kooli suhtes - puudumine koolist - psühhosomaatilised sümptomid (nt peavalu, kõhuvalu) - lapse käitumise muutus- agressiivseks või depressiivseks, jonnakaks - emotsionaalsed probleemid - keskendumisraskused 	<ul style="list-style-type: none"> - probleemi põhjuse väljaselgitamine - koostöö kodu ja kooli vahel - õpiraskuse varane märkamine - õige koolitüübi leidmine - vajadusel individuaalne õppekava - enesekindluse ja -usalduse tõstmise - tunnustamine edusammude puhul - õpetaja, psühholoogi/sotsiaalpedagoogi abi klassi suhete kujundamisel - kodus vanemate toetus - õpioskuste, -harjumuse kujundamine - sotsiaalsete oskuste õpetamine - lapse innustamine, toetamine

Kes aitab?

- klassijuhataja / aineõpetaja
- sotsiaalpedagoog
- psühholoog
- psühhiaater
- õpiabikeskus
- logopeed
- lapsevanem
- parandusõppe õpetaja
- lastekaitsetöötaja

KOOLIKOHUSTUSE MITTETÄITMINE

Koostanud Katrin Siilak (aprill 2009)

Põhjused		Mida teha?
<ul style="list-style-type: none"> - akadeemilised - haigus - suhetest tingitud – koolis (kiusamine ja konfliktid õpilastega ja õpetajatega) ja/või kodus - psühholoogilised 	<ul style="list-style-type: none"> - Võimalikult tihti (kuid mitte vähem kui kord nädalas) jälgida TERVE KOOLI (tihti keskendutakse vaid põhikooli osale) puudumisi, hilinemisi ja hindeid e-kooli vahendusel ja suhelda klassijuhatajate ning aineõpetajatega – ennetustöö ning võimalikult kiire sekkumine! - puuduma hakanud õpilasega kontakti saamine 	<ul style="list-style-type: none"> - vestlus õpilasega - puudumise tegelike põhjuste väljaselgitamine (mida varem, seda parem) - vestlus lapsevanematega (vanemate teavitamine koolikohustuse mittetäitmisega kaasnevast) - vestlus klassijuhatajaga - kui õpilane on tulnud teisest koolist, siis infopäring sealt - vestlus aineõpetajaga (kui puudumine on teatud ainetundidest) - situatsiooni hindamine - edasise plaani koostamine koostöös õpilane-kool-lapsevanemad - kannatlikkus, mõistmine ning jätkuv tunnustus väiksemagi edusammu puhul - vajadusel järgmiste süsteemide (lastekaitse, alaealiste komisjon, noorsoopolitsei, kriminaalhooldaja) kaasamine - lapse või lapsevanema nõustamine - toetav ja mõistev suhtumine õpilasesse - kiitmine, motiveerimine, pedagoogiline nõustamine (õpioskused, suhtlemisoskused jne) - kui õpilasel on tõrge või hirm mõne aineõpetajaga seoses, siis minna vestlema koos õpilasega - vajadusel koolipsühholoogi vastuvõtt - õpilase järjepidev "jälgimine", et ta tunneb, et teda toetatakse ja temast hoolitakse - vajadusel tugiõpilase leidmine / tugiisiku määramine - õpilase päevakava – päevade planeerimine ja ajakasutus (õppimine, hobid, meelelahutus) / pikapäevarühma kasutamine - õpetajate nõustamine ja teavitamine – kaasamine õpilase taasintegreerimiseks kooli - vajadusel individuaalse õppekava koostamine - huvitavate ürituste korraldamine, mis õpilasi ja kooli lähendab - õpilase üleviimine käitumisraskustega õpilaste klassi - õpilase vastuvõtmine õpilaskoduga kooli

Põhjused	Mida teha?
<ul style="list-style-type: none"> - puudulikud suhtlemisoskused ja -kogemused - madal enesehinnang - vähene enesekehtestamisoskus - negatiivne eelnev kogemus klassikollektiivis osalemisest - nõrk kontroll emotsioonide üle - halvad kodused suhted/elutingimused - vanemate huvipuudus - vanematepoolsed liiga kõrged nõudmised - kergesti mõjutatav - konfliktid peres - kohanemishäire (last võivad häirida koolitee ebameeldivused, mõned õpetajad tekitavad ärevust, mõned õpilased, mõned ained) - lahutamiskartus (esineb noorematel lastel, käivad vahelduva eduga koolis ja periooditi tõrkudes) - sotsiaalfoobia (kardavad suhelda, vigu teha, väga kriitikakartlikud, madala enesehinnanguga) - eelistavad tundides osalemisele sõpradega olemist ja mõnusamat ajaveetmist- arvuti, TV, kaubanduskeskused 	<ul style="list-style-type: none"> - Vestle, selgita koolitõrke põhjus! - Loo side koduga, proovi suhteid parandada! - Külasta vajadusel lapse kodu! - Leia koolist tugiisik, kes toetab õpilast! - Püüa tõestada, et elus toimetulekuks on vaja enesekehtestamisoskust, oskust „ei“ öelda, vihajuhtimisoskust ning suhtlemisoskust! - Soovita vajadusel psühholoogi või psühhiaatri vastuvõtule pöördumist! - Vestle õpetajatega toetava meeskonna loomiseks ja õpilase individuaalsete iseärasuste arvestamiseks!

Koolikartja

- koolis distsipliiniprobleeme ei ole
- ahistus, ärevus koolis olles
- hirm avaldub ka somaatiliselt (nt peavalu, kõhuvalu, iiveldus)
- väldib kooli, tahab kodus olla
- võib olla päris andekas
- kodus kaitstud ja hellitatud

Kes aitab?

- koostöö klassijuhataja, lapsevanemate ja spetsialistidega
- psühholoog, sotsiaalpedagoog
- omavalitsuse spetsialistid,
- aineõpetajad
- perearst
- kaaslased, kes on motiveeritud toetama seda õpilast

Popitegija

- koolis probleeme distsipliiniga
- agressiivne, väljakutsuv käitumine
- ahistust koolis ei tunne
- aegajalt koolis, muidu sõpradega
- koolis keskmisest edutum
- tajub vanemate ükskõiksust

KOOSTÖÖ ALAEALISTE KOMISJONIGA

Koostanud Ave Kasenõmm, kasutatud Alaealise mõjutusvahendite seadus (Vastu võetud 28.01.1998. a seadusega (RT I 1998, 17, 264 Tartu maavalitsuse koduleheküljel olev info: <http://www.tartumv.ee/?op=body&id=51> (15.02.2009)

Ülesanded:

- koordineerib alaealistega tehtavat kriminaalpreventiivset tööd
- arutab alaealiste poolt toime pandud õiguserikkumisi
- rakendab *Alaealise Mõjutusvahendite Seaduses** ettenähtud mõjutusvahendeid
- taotleb kohtult luba alaealise suunamiseks kasvatus eritingimusi vajavate õpilaste kooli
- alaealine on käesoleva seaduse
- mõistes 7-18-aastane isik

Keda võib komisjoni suunata?

- Alaealine, kes ei täida koolikohustust tulenevalt Haridusseaduse §-st 8
- Tarvitab alkohoolset jooki, narkootilist või psühhotroopset ainet (peab olema fikseeritud väärteoprotokoll)
- On nooremana kui 14-aastasena pannud toime kuriteo või väärteo
- On 14-18-aastasena pannud toime kuriteo või väärteo, kuid kelle suhtes karistust ei kohaldata ja kriminaal- või väärteomenetlus lõpetatakse

Kes võib komisjoni poole pöörduda?

- alaealise seaduslik esindaja (vanem või hooldaja)
- kooli esindaja direktori volikirja alusel
- politseiametnikud
- lastekaitse- ja sotsiaaltöötajad
- kohtunikud ja prokurörid.

Avalduse saab Tartu MV kodulehelt www.tartumv.ee.

Avaldusele tuleb lisada koolipoolne õpilase iseloomustus. Komisjon võib koolilt nõuda õpilase kohta veel asja arutamiseks vajalikke täiendavaid materjale.

Mõjutusvahendi eesmärk

- kaasabi osutamine alaealise õiguserikkuja resotsialiseerumisele
- järgnevate võimalike õiguserikkumiste ennetamine
- lähtutakse õiguserikkuja isikust, toime-pandud õiguserikkumise raskusastmest ning tema suhtes varem kohaldatud mõjutusvahendite tulemuslikkusest.

Kohaldatavad mõjutusvahendid (korruga võib määrata mitu):

- Hoiatus
- Koolikorralduslikud mõjutusvahendid (kasvatusraskustega õpilaste eraldi klassi - nn "Tootsi" klassi- või pikapäevarühma suunamine)
- Vestlusele suunamine psühholoogi, narko-loogi, sotsiaaltöötaja vmt spetsialisti juurde
- Lepitamine
- Kohustus elada vanema, kasuvanema, eestkostja juures või asenduskodus
- Üldkasulik töö (saab määrata vaid alaealise nõusolekul, tööst ja õppimisest vabal ajal. Kuni 13-aastastele 10 h, 13- 18.a. 10-50 h. Sooritatakse sageli kooli juures)
- Käendus
- Osalemine noorte- või sotsiaal-programmides, rehabilitatsiooniteenuses või ravikuuris
- Suunamine kasvatus eritingimusi vajavate õpilaste kooli-Kaagvere, Tapa (ainult kohtu kaudu kuni 2-ks aastaks, vähemalt 12-aastase, erandkorras vähemalt 10-aastase puhul, kes on pannud toime kuriteo või väärteo. Ainult koolikohustuse mittetäitmise eest sinna suunata ei saa).

Mõjutusvahendi kohaldajaks võib määrata:

- alaealiste komisjoni
- kooli esindaja
- vastava spetsialisti (koolipsühholoog)
- AK määratud lepitaja
- AK määratud lastekaitsetöötaja
- alaealiste komisjoni määratud sotsiaaltöötaja
- käendaja
- maavalitsuse noorsootöötaja
- kasvatus eritingimusi vajavate õpilaste kooli direktori

Mõjutusvahendi kohaldaja on kohustatud andma AK sekretärile infot mõjutusvahendi tulemuslikkusest kord kvartalis. Kui alaealine ei täida talle määratud mõjutusvahendist tulenevaid kohustusi, määrab komisjon uue mõjutusvahendi.

Istung toimub 30 päeva jooksul avalduse laekumisest (mõjuvatel põhjustel hiljem), istung on kinnine. Komisjon on 7-liikmeline, lisaks osalevad alaealine (võib kohaldada politseiga sundtoomist), alaealise esindaja, avalduse esitaja või avalduse esitanud institutsiooni esindaia. Sageli osaleb ka lastekaitse.

<p>OLULISED KOOSTÖÖ PUNKTID:</p> <p>Lapse kohta piisaval määral vajaliku info vahetamine, et tagada tingimused lapse igakülgsaks arenguks (tutvu ka: isikuandmete kaitseseadus).</p> <p>Probleemide ennetamine ja lahendamine.</p> <p>Vanemate kaasamine õppe- ja kasvatustöö planeerimisse ning läbiviimisesse (vanemad kui „käepikendused“ või kui lisaressurs).</p>	<p>Koostöö lapsevanematega</p>	<p>KOOSTÖÖ LAPSEVANEMAGA PEAB PÕHINEMA:</p> <p>vastastikusel usaldusel võrdõiguslikkudel kogemuste vahetamisel</p> <p>Koostöö 6 põhiväärtust (Porter 2003):</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Respekt ja aktsepteerimine 2. Inimlikkus (sõralikkus ja professionaalsus tasakaalus) 3. Kannustamine (julgestamine vanemaid ise panustama) 4. Positiivsus 5. Sensitiivsus perega seotud asjaolude suhtes 6. Lapse ja vanema vajadustele vastamine 											
<p>VORMID:</p> <ul style="list-style-type: none"> - <i>Arengevestlus</i>. Tähelepanu all on just lapse individuaalsus ja areng nii kodus kui koolis. Planeeritud, regulaarne, eesmärgipärane koostöö. - <i>Probleemlahendusvestlused</i>. Erakorralised, suunatud lahenduste otsimisele, mitte süüdistamisele. Ka nõustamine ja konsulteerimine. - <i>Lapsevanemate koosolekud, ühised arutelud</i>. Esimene koosolek juba siis, kui on teada, millised lapsed klassi tulevad: tutvustatakse õpetajaid, kasvatuspõhimõtteid ja -eesmärke, töökorraldust ja õppekava sisu, asjaajamise korda. Oluline on esmamulje! - <i>Klassi ajalehed, blogid</i> – värsked info selle kohta, mis tehtud, mis teoksil. - <i>Infolehed, voldikud</i> – sobivad üldise, korraldusliku teabe edastamiseks, aga ka harva info levitamiseks (nt infovoldik – „Mis on arenguestlus?“ või „Lapsest stress“). - <i>Telefonivestlused, kirjad, e-kirjad, MSN</i> – ennekõike kiireloomulise teabe vahetamiseks. - <i>Kodude külastamine</i>. Tuleb kõne alla kui: on mingi probleem, millest oleks parem rääkida kodus õhkkonnas, kui on vägivaldkahtlus (siis koos sotsiaaltöötajaga), kui on näha, et pere vajab abi, nõu toetavat sõna. Alati lepi aeg eelnevalt kokku. - <i>Pereõhtud ja ühised peod</i>. Lastele meeldib. Õpetaja näeb pere omavahelisi suhtlemismustreid. Toetab ka vanemate hulgas meie-tunde kujunemist. Harjumust vanematega koos üritustel osaleda tuleks hakata kujundama kohe esimesest klassist alates, hiljem ei pruugi see õnnestuda. - <i>Lapsevanema osalemine koolielu planeerimises</i> – mõttetalgud, hoolekogu töö. - <i>Lapsevanema osalemine kooli tegevustes</i>, nt temaatiliste tundide läbiviimine (Noored Kooli projekti algatus). 		<p>RASKUSED KOOSTÖÖS (RUDNEY, 2005):</p> <table border="1"> <tr> <td data-bbox="675 808 1098 869"> <p>I Raske olukord:</p> </td> <td data-bbox="1098 808 1517 869"> <p>Toimetulekus:</p> </td> </tr> <tr> <td data-bbox="675 869 1098 1193"> <ul style="list-style-type: none"> - kriis, lahutus; - suured muutused (elukoha vahetus, vanemate töökoha vahetus); - toimetulekuprobleemid (töötus, sotsiaalne toimetulematus, vaesus, krooniline haigus peres). </td> <td data-bbox="1098 869 1517 1193"> <ul style="list-style-type: none"> - Keskmendu lapse vajadustele - Proovi alustuseks avameelset vestlust - Püüa probleemi mõista - Ole kannatlik - Kinnita vanemale, et sina püüad last aidata - Leia võimalusi, kuidas lasteaid saab abistada, millised ressursid on võimalikud </td> </tr> <tr> <td data-bbox="675 1193 1098 1249"> <p>II Raske vanem</p> </td> <td data-bbox="1098 1193 1517 1249"></td> </tr> <tr> <td data-bbox="675 1249 1098 1664"> <ul style="list-style-type: none"> - raske temperamendiga, konfliktne vanem; - probleemidega lapsevanem (alkoholism, antisotsiaalsus, psühhopatoloogia või terviseprobleemid). </td> <td data-bbox="1098 1249 1517 1664"> <ul style="list-style-type: none"> - Keskmendu lapse vajadustele - Hoia vanemaga distantsi, ära võta isiklikult - Jää rahulikuks ja professionaalseks. Kuula aktiivselt - Keskmendu pigem olukorraga toimetulekule mitte vanema „parandamisele“ - Vahel on abi ka suhtlemisviisi või –partneri vahetamisest - Kui paremaks ei lähe, peata vestlus ja lepi kokku uus aeg </td> </tr> <tr> <td data-bbox="675 1664 1098 1720"> <p>III Raske laps</p> </td> <td data-bbox="1098 1664 1517 1720"></td> </tr> <tr> <td data-bbox="675 1720 1098 2078"> <ul style="list-style-type: none"> - raske temperamendiga laps; - laps „laveerib“ infot jagades vanema ja õpetaja vahel; - erivajadusega laps. </td> <td data-bbox="1098 1720 1517 2078"> <ul style="list-style-type: none"> - Avameelne vestlus - Jaga vanemaga informatsiooni, et ühtlustada arusaamu - Toeta vanemat lapse erivajadusest tingitud stressis </td> </tr> </table>	<p>I Raske olukord:</p>	<p>Toimetulekus:</p>	<ul style="list-style-type: none"> - kriis, lahutus; - suured muutused (elukoha vahetus, vanemate töökoha vahetus); - toimetulekuprobleemid (töötus, sotsiaalne toimetulematus, vaesus, krooniline haigus peres). 	<ul style="list-style-type: none"> - Keskmendu lapse vajadustele - Proovi alustuseks avameelset vestlust - Püüa probleemi mõista - Ole kannatlik - Kinnita vanemale, et sina püüad last aidata - Leia võimalusi, kuidas lasteaid saab abistada, millised ressursid on võimalikud 	<p>II Raske vanem</p>		<ul style="list-style-type: none"> - raske temperamendiga, konfliktne vanem; - probleemidega lapsevanem (alkoholism, antisotsiaalsus, psühhopatoloogia või terviseprobleemid). 	<ul style="list-style-type: none"> - Keskmendu lapse vajadustele - Hoia vanemaga distantsi, ära võta isiklikult - Jää rahulikuks ja professionaalseks. Kuula aktiivselt - Keskmendu pigem olukorraga toimetulekule mitte vanema „parandamisele“ - Vahel on abi ka suhtlemisviisi või –partneri vahetamisest - Kui paremaks ei lähe, peata vestlus ja lepi kokku uus aeg 	<p>III Raske laps</p>		<ul style="list-style-type: none"> - raske temperamendiga laps; - laps „laveerib“ infot jagades vanema ja õpetaja vahel; - erivajadusega laps.
<p>I Raske olukord:</p>	<p>Toimetulekus:</p>												
<ul style="list-style-type: none"> - kriis, lahutus; - suured muutused (elukoha vahetus, vanemate töökoha vahetus); - toimetulekuprobleemid (töötus, sotsiaalne toimetulematus, vaesus, krooniline haigus peres). 	<ul style="list-style-type: none"> - Keskmendu lapse vajadustele - Proovi alustuseks avameelset vestlust - Püüa probleemi mõista - Ole kannatlik - Kinnita vanemale, et sina püüad last aidata - Leia võimalusi, kuidas lasteaid saab abistada, millised ressursid on võimalikud 												
<p>II Raske vanem</p>													
<ul style="list-style-type: none"> - raske temperamendiga, konfliktne vanem; - probleemidega lapsevanem (alkoholism, antisotsiaalsus, psühhopatoloogia või terviseprobleemid). 	<ul style="list-style-type: none"> - Keskmendu lapse vajadustele - Hoia vanemaga distantsi, ära võta isiklikult - Jää rahulikuks ja professionaalseks. Kuula aktiivselt - Keskmendu pigem olukorraga toimetulekule mitte vanema „parandamisele“ - Vahel on abi ka suhtlemisviisi või –partneri vahetamisest - Kui paremaks ei lähe, peata vestlus ja lepi kokku uus aeg 												
<p>III Raske laps</p>													
<ul style="list-style-type: none"> - raske temperamendiga laps; - laps „laveerib“ infot jagades vanema ja õpetaja vahel; - erivajadusega laps. 	<ul style="list-style-type: none"> - Avameelne vestlus - Jaga vanemaga informatsiooni, et ühtlustada arusaamu - Toeta vanemat lapse erivajadusest tingitud stressis 												

Põhjused	Märkamine	Mida teha?
<ul style="list-style-type: none"> - õpilase või õpetaja surm (õnnetus, haigus, suitsiid, mõrv) - õpilase pereliikme surm - õnnetus õpilasega - suitsiidi katse - tulekahju, plahvatus, varingud, vandalism - ähvardamine, vägivald, terror – sündmused, mis põhjustatud vihkamisest, psüühilisest tasakaalutusest, mis ohustavad kooli tööd - õnnetus nt. klassiekskursioonil - lapse kadumine - olulise mõjuga sündmus mujal, aktiivne meediakajastus - pommiähvardus jm. 	<p><u>Muutused mõtlemises ja käitumises:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - rahutus, agressiivsus, vihahood - suhtlemisest eemalolemine, koolist puudumine, tegevustest eemaldumine, huvi puudumine - korduvad mängud, küsimused ja arutelud surma, suremise ning trauma teemal - juhtunu mõju eitamine - narrimine, rumalad naljad - kättemaksumõtted - konfliktsus suhetes (eakaaslased, vanemad, õpetajad) - ennastkahjustav käitumine (uimastid, alkohol jm) <p><u>Mõju õppimisele:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - masendus mõjutab õppimisvõimet, motivatsiooni kadumine - hirm tuleviku ja muutuste ees, hirm enda ja teiste turvalisuse pärast tekitab ärevust - tähelepanu-, mälu- ja keskendumishäired - muutused koduses elus, mis segavad õppimist - unehäired - tugevad tunded mõjutavad käitumist <p>Kooliprobleemid võivad märgatavaks muutuda tunduvalt hiljem (kuid, aastaid). Uute teadmiste omandamisvõime langus + mõistmise/toetuse puudumine = raskused õppekava läbimisel</p>	<ul style="list-style-type: none"> -Ole aktiivne ja otsustav! -Ole lastega koos, ära jäta õpilasi üksi! -Anna informatsiooni toimunust! -Anna aega reageerimiseks ja küsimuste esitamiseks! -Välidi lubadusi! Ära luba, et kõik saab varsti korda, kuid hoia üleval lootust, et lõpuks kriis siiski ületatakse! -Julgusta õpilasi juhtunust rääkima! -Säilita klassis tavapärased reeglid! -Muuda ajutiselt õppekava! Kontrolltööd tuleks mõned päevad edasi lükata. -Ole tähelepanelik riskiõpilaste suhtes! (õed/vennad, lähedased sõbrad, tugevaid emotsionaalseid reaktsioone ilmutanud lapsed, sündmuse pealtnägijad, depressiooniilmingute või suitsiidikalduvustega õpilased) -Aita taastada enesekontrolli! - Selgita õpilastele suhtlust ajakirjanikega! -Hoia kontakti teiste õpetajate, kooli personali ja lastevanematega! Ole oma käitumisega õpilastele eeskujuks! -Ole teadlik oma reaktsioonidest ja hoolitse ka enda eest! Lubatud on näidata ka oma tundeid, kuid mitte kaotada kontrolli.

Kes aitab?

KURITEO OHVRIKS LANGENUD ÕPILANE

Koostanud Tõnu Jürjen (veebruar 2009), Allikana kasutatud „Ohvriabi käsiraamatut“, mis on kättesaadav aadressil http://www.ohvriabi.ee/ksrmt_2002/

Põhjused	Märkamine	Mida teha?
<p>Kuritegu:</p> <ul style="list-style-type: none"> - on tavaliselt ootamatu, isikust endast sõltumatu ja ennustamatu - põhjustab inimestel erineva pikkusega perioodideks kontrolli kaotuse oma elu üle - haavab inimese minatunnet - on tavaliselt toime pandud tahtlikult, kuid pole alati suunatud isiklikult ohvri vastu 	<ul style="list-style-type: none"> - füüsilised vigastused või stressireaktsioonid - otsene majanduslik kahju või täiendavad kulutused - emotsionaalsed/psühholoogilised kannatused - teistkordne ohvrirolli sattumine vähese toetuse tõttu peale kuritegu - tunne kaosest ja ebareaalsusest, inimene ei suuda mõista, mis on juhtunud - hirm, sageli on see seotud kujutluspiltidega juhtunust ja juhtunu taas läbielamisega nende kujutluste kaudu - hirm sotsiaalsete kontaktide ees, näiteks hirm sõita bussis - hirm kurjategijaga kohtumise ja kuriteo kordumise ees - paanika - hirm üksioleku ees - ülereageerimine ootamatute helide või liigutuste puhul - värisemine, higistamine, peapööritus, lihaspinged jne - südamekloppimine, valud rinnus, iiveldustunne, oksendamine - toitumis- ja seedehäired - unehäired - hirmutunne võib olla ka nii tugev, et tuntakse vajadust üleelatut maha suruda ja kõrvale heita 	<p>Kuriteo ohver vajab:</p> <ul style="list-style-type: none"> - inimlikku abi ja tuge, turvalisust ning kiiret abi hetkel esinevatele ägedaloomuliste probleemidele - võimalust rääkida oma olukorrast - et teda märgataks, kuulataks ja usutaks - pidevat informatsiooni kontakti isikuga, kes teda usub ja soovib talle head - isikut, kes aitaks tal ühendust võtta erinevate ametiasutuste ja organisatsioonidega - et teda austataks politseis ja teistes õigusorganites

Kes aitab?

- koolis kõik täiskasvanud, kes märkavad

Seejuures peavad nad:

- kindlustama ohvri vahetu turvalisuse
- teavitama juhtunust politseid (telefon 110), samuti õpilase vanemat või hooldajat
- kindlustama vajadusel tõendite säilimise uurimistoimingute läbiviimiseks (tõendiks võivad olla ohvri või pealtnägijate seletuskirjad, vigastatud esemed, turvakaamerate lindistused, ähvarduskirjad vms)

Põhjused	Märkamine	Mida teha?
<ul style="list-style-type: none"> - kaasasündinud - traumad - haigused 	<ul style="list-style-type: none"> - laps kurdab, et ei kuule õpetaja juttu - ei saa aru keerulisematest tööjuhustest - palub sageli korrata - laps ei reageeri, kui teda kõnetada selja tagant - suhtlemisel jälgib tähelepanelikult rääkija suud - hästi laulnud laps ei pea viisi - monotoonne (vahel nasaalne) hääletoon - sõnavara eakohasest piiratum, kõne mõistmise probleemid - hääldab valesti s-i (häälik s nõrk, ebatäpne, moodustub keele all) - spetsiifilised vead etteütlustes - segistab kuulmispildilt sarnaseid sõnu - käändelõppude agrammatismid - vead kaashäälikuühendites 	<ul style="list-style-type: none"> - verbaalset sõnumit aitab edastada kehakeel (miimika, žestid, osutavad viiped jm) - enne õpilase kõnetamist püüa haarata tema tähelepanu, rääkides ole <u>näoga</u> õpilase poole - kui otsene pilkkontakt pole võimalik, annab õrn puudutus õlale või käsivarrele õpilasele märku, et pöörduakse tema poole - uute sõnade, mõistete kinnistamiseks nende kordamine erinevates kontekstides erinevate tööülesannete kaudu - materjali järjestamine nii, et uus oleks vahetult seotud eelnevalt õpituga - visuaalse abimaterjali (joonised, pildid, diagrammid, skeemid) kasutamine – nägemine on kuulmislanguusega õpilasele primaarne infohankimise kanal - kirjalike teadete kasutamine (kodused tööd; kontrolltööde, tunnikontrollide, korrapidamiste ajad; tunniplaani muutused; klassiväliste tegevuste ajad jms päevikusse ja <u>tahvlile!</u>). Kiri tahvilil peab olema loetav! Kui kirjutad tahvlile, ära samal ajal räägi! - soovita kirjandust kohandatud kujul (näit kirjastuselt Ersen „Illustreeritud klassikavaramu“) - kuulmislanguusega õpilase istekoht klassiruumis olgu uksest (tihedamast „liiklusest“) eemal; optimeerimaks suhtlemist, uuri, kus õpilane ise tahaks istuda - vibratsiooni ja taustamüra elimineerimine (näit projektorite , arvutite vms väljalülitamine - kuuljate poolt „normaalseks“ peetud ja ignoreeritud igapäevamüra võimendub kuulmislanguuse puhul ja häirib suhtlemist) - ootused kuulmisprobleemidega lapsele ei tohi olla madalamad kui teistele õpilastele - vajadusel abiõpetaja (hädavajadusel)

		<p>viipekeeletõlgi) kasutamine</p> <ul style="list-style-type: none"> - kooli ja kodu koostöö! <p>Õppematerjali esitamisel:</p> <ul style="list-style-type: none"> - pikad laused lühemaks - sõnavara lihtsamaks - ettevaatust asesõnade kasutamisel (tee kindlaks kas eelnev oli õpilasele arusaadav) - vältida umbisikulist tegumoodi - vältida lausetes kahekordseid eitusi - vältida kõnekeelt, idiomaatilisi väljendeid, sõnaohtrust
--	--	--

Kes aitab?

- kooli meditsiiniline personal
- kõrvakliinik
- (<http://www.kliinikum.ee/korvakliinik/>)
- Tartu Hiie Kool
- (<http://www.hiie.tartu.ee/?lang=est>)
- Tallinna Heleni Kool
- (<http://www.helen.tln.edu.ee/>)

KÄITUMISPROBLEEM-sõnakuulmatus

Koostanud Anna-Liisa Blaubrück K.Kõivu konspekti „Kasvatusraskused ja raskestikasvatatavus“ (TÜ 2001) alusel

Põhjused	Märkamine	Mida teha?
<ul style="list-style-type: none">- vanem ja teised autoriteedid ei arvesta lapse arengu seaduspärasusi, tema vajadusi, püüdlusi, ealisi iseärasusi- järsk muutus kasvatusstiilis, näiteks täielik kontrollimatus ja järeleandlikkus kuni esimese probleemini ja siis ülirangus- usaldussuhte puudumine täiskasvanuga- laps ei saa aru keeldude ja nõudmiste põhjustest- keeldude üleküllus- noorukil puuduvad võimed ja/või oskused nõudmiste täitmiseks- kartus, hirm- väsimus, kooliväsimus- igavus	<p>Sõnakuulmatus on normaalne kui see toimub iseseisvumisperioodidel ja esineb ajuti.</p> <ul style="list-style-type: none">- pidev sõnakuulmatus on ise märgiks, et võib olla tegu mingi käitumishäirega, kuna enamusega käitumisprobleemidest kaasneb ka sõnakuulmatus- pideva sõnakuulmatusega kaasneb krooniline ängistus, depressioon- võib olla märgiks tõrkavast sotsialiseerumishäirest	<ul style="list-style-type: none">- Lasku füüsiliselt lapsega ühele tasandile (ära ole suur, kõrge ja hirmutav)!- Korda oma palvet!- Põhjenda ja selgita oma nõudmisi!- Ütle „palun“!- Jää rahulikuks!- Räägi aeglaselt ja rõhutatult, kuid kindlalt ja rahulikult.- Korda öeldut!- Ole kannatlik!- Hoia pilkkontakti või saavuta see!- Puuduta last (pane käsi õlale)!- Selgita lapsele, kuidas selline olukord sulle kui täiskasvanule mõjub, räägi oma tunnetest!

Kes aitab?

Aidata saab iga sotsiaalselt adekvaatne täiskasvanu, kes käitumisprobleemi märkab.

KÄITUMISPROBLEEM- valetamine

Koostanud Anna-Liisa Blaubrük K.Kõivu konspekti „Kasvatusraskused ja raskestikasvatatavus“ (TÜ 2001) alusel

Põhjused	Märkamine	Mida teha?
<p>Valetamisest kui <u>probleemist</u> saame rääkida peamiselt kooliealiste laste puhul.</p> <ul style="list-style-type: none">- liiga kõrged nõudmised täiskasvanutelt- sage ja range karistamine- soov olla teiste silmis aktsepteeritud- soov pääseda teo tagajärgedest- madal enesehinnang	<ul style="list-style-type: none">- Valetamine võib olla seotud mingi murega, näitab ängistust, masendust, hirmu- Noorukid peavad valetamist õigustatuks, kui on vaja teist inimest kaitsta või hoiduda teisele haiget tegemast- Noorukiealine arvab samuti, et valetamine on lubatud olukorras, kus teda võidakse muidu pidada pugejaks, pealekaebajaks või argpüksiks	<ul style="list-style-type: none">- lapse ütlused vastandada tõega- öelda, et selline käitumine ei ole lubatud ja anda alternatiivne lahendus- mitte nimetada last valetajaks- vestelda valetamise kahjulikkusest ja sellest, kuidas tulevikus valed välja tulevad- lapsele tuleb selgitada vabandamise vajalikkust ning lasta tal vabandada- enda käitumismudel väga oluline-peab olema üks täiskasvanu, kellega ei lähe vale läbi

Kes aitab?

Aidata saab iga sotsiaalselt adekvaatne täiskasvanu, kes käitumisprobleemi märkab.

KÄITUMISPROBLEEM-varastamine

Koostanud Anna-Liisa Blaubrück K.Kõivu konspekti „Kasvatusraskused ja raskestikasvatatavus“ (TÜ 2001) alusel

Põhjused	Märkamine	Mida teha?
<p>Enamus inimesi saadab elu jooksul korda mingi varguse!</p> <ul style="list-style-type: none">- krooniline varastamine viitab moraalinormide arengu häirele või käitumishäirele- kroonilise varastamise puhul on vajakajäämisi lapse baasturvalisuses ja emotsionaalsetest lähisuhetest.- tähelepanuvajadus- seiklusjanu- sotsiaal-majanduslikud probleemid kodus- eakaaslaste surve- narkomaania	<ul style="list-style-type: none">- tavaliselt esimene kord on kodust ja vanemate raha võtmine- tavalisemad on ka kaaslaste isiklikud asjad ja poest varastamine	<ul style="list-style-type: none">- alla 6-aastane ei tee iseseisvalt vahet enda ja võõral asjal- ära nimeta last vargaks- „Miks?“ küsimuste asemel, küsida lapse enesetunde, vajaduste, arvamuste ja teadmiste kohta- lapsevanem püüdku jääda rahulikuks, arutada, miks asjad nii läksid- ei tohi ähvardada usalduse kaotamise või lähisuhete kaugenemisega- parim karistus on kui laps ise varastatud asja tagastab või tagasi viib, raisatud raha korral selle tagasi teenib- kui juhtum on lahenduse leidnud, ei ole soovitatav seda hiljem lapsele meelde tuletada

Kes aitab?

Aidata saab iga sotsiaalselt adekvaatne täiskasvanu, kes käitumisprobleemi märkab.

KÜBERKIUSAMINE

Koostanud Elen Preimann, allikad: <http://www.peremeedia.ee> (2009), Karin Naruskovi bakalaureusetöö "Internetis toimuv kiusamine kui küberkiusamise alaliik kahe Tartu linna kooli näitel" (2007)

Põhjused	Märkamine	Mida teha?
<p>- internetis saab kiusaja jääda anonüümseks</p> <p>- ohver kiusajale kättesaadav 24/7</p> <p>- sageli on kiusaja eeliseks see, et tal paremad internetialased teadmised</p> <p>- kiusatakse sagedamini neid, kes on erinevad</p>	<p>- ähvardavate, õelate e-mailide, teksti-sõnumite jne korduv saatmine</p> <p>- personaalse või isikliku informatsiooni väljameelitamine kellelki ning selle levitamine</p> <p>- eksponeerimine end kellegi teisena (murdes sisse tema elektroonilisse kirjast, ebaõigete e-kirjade, sõnumite saatmine</p> <p>- interneti keskkondade (koduleht, suhtluskeskkond) loomine kaaslaste üle naermiseks, alavääristamiseks või vaenu õhutamiseks;</p> <p>- suhtluskeskkondades nagu Rate.ee piltide kommenteerimine solvaval viisil</p> <p>- kommenteerimine valenime all</p> <p>- tavaliselt on kiusajaid, ähvardajaid mitu</p>	<p>- Hari iseennast!</p> <p>- Räägi oma lapsega!</p> <p>- Pane arvuti üldkasutatavasse ruumi!</p> <p>- Lepi lapsega kokku arvutikasutamise reeglites!</p> <p>- Julgusta last alati tulema sinu juurde!</p> <p>- Pea alati meeles, et arvuti EI ASENDA lapsevanemat!</p> <p>- Soovita lapsel vahetada e-posti aadress, sulgeda konto või võtta ühendust moderaatoriga, kes kustutab kontolt solvangud!</p> <p>- Selgita, miks ei tohi anda internetis teavet enda ega oma lähedaste kohta!</p> <p>- Selgita, miks ei tohi näidata oma salasõnu ega usaldada võõrale mobiilinumbrit!</p>

Kes aitab?

- lapsevanem
- klassikaaslased
- õpetaja
- sotsiaalpedagoog
- psühholoog
- lastebitelefoni: 116 111, - <http://www.lasteabi.ee>
- usaldustelefon: 6556 088
- Skype: kasutaja- lapsemure – <http://www.lapsemure.ee>
- <http://www.lahendus.net>
- <http://www.lastetuugi.ee>

Koostanud Kadri Jurs (veebbruar 2009), kasutatud J. Herkkilä, T. Holmberg, S. Niemelä, H. Ylönen (2008) „Koos leinava lapsega“; V. Kast (2000) „Lein“. Kirjastus Johannes Esto Ühing.

Märkamine	Mida teha?
<ul style="list-style-type: none"> - tähelepanu häirunud, keskendumisraskused - mälu halvenemine - tundeelu muutunud – nt laps on apaatne, (lohutamatult) nukrameelne, hirmunud ja ängistuses, raevukas ja agressiivne, ennast süüdistav - endasse tõmbumine – laps väldib teisi omaealisi või ka täiskasvanuid, kapseldub - regressiivne käitumine – laps ei ela eale vastavat elu ja taandub varasemale arengutasemele - psühhosomaatilised sümptomid – nt seedehäired, valusündroomid (nt pea, kõhu-, lihastevalu) - ägedamad välised reaktsioonid – ennasthävitav käitumine, sõltuvusainete pruukimine, ka suitsiidkatsed - kooliskäimisega probleemid – laps hakkab järjest enam puuduma <p>Reaktsioon leinale on üldiselt individuaalselt erinev.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - ole olemas, märka, kuula last ja tema vajadusi - anna aega - oluline on argipäevarütmi jätkuvus, mis loob turvalise tunde - mida suuremad probleemid, seda väiksemad sammud - vajadusel selgita kaaslastele olukorda, samuti, kuidas neil on võimalus olla toeks/olemas ja samas mitte üle pingutada - anna infot - aita lapsel sõnades väljendada temas ja tema ümber toimuvat, piltlikult öeldes- anna talle sõnad - aita lapsel väljendada end ka mittesõnaliselt-tunnetes, tegudes - aita lapsel fantaasiate ja kujutlustega hakkama saada - aita lapsel mäletada, meeles pidada, sest üks tema hirmudest võib olla lahkunu unustamine - aita lapsel luua uusi sidemeid ja suhteid, leida lootust - vajadusel leevenda lapse süütunnet - jälgi last pikema aja vältel, probleemid võivad tekkida ka hiljem

Kes aitab?

- õpetaja, klassijuhataja, psühholoog, sotsiaalpedagoog
- koolis lapsega tegelevad täiskasvanud
- leina ja kriisinõustajad, terapeutid – professionaalse abi saamiseks vastavas keskkuses

MADAL ENESEHINNANG

Koostanud Kärt Lust (veebruari 2009), kasutatud Heidi Reiljan - <http://tnk.tartu.ee/0enesehinnangust.html>,
Marileen Olenko - www.keila.ee/miki/miki_files/enesehinnang.doc

Põhjused	Märkamine	Mida teha?
<p>Enesehinnang on muutuv läbi elu. Lapse enese identiteet areneb läbi kuuluvuse tunde, võimu- ja kontrollitaju, oskuste ja moraalsete arusaamade.</p> <p>Madal enesehinnang tekib, kui laps on kuulnud pidevat negatiivset hindamist ja kriitikat (endale oluliste inimeste poolt).</p>	<ul style="list-style-type: none">- on enesekriitiline, vabandab palju- suhtlemisel vaikne, arglik või üleliia näitlik, esiletükkiv, kiidab ennast, on agressiivne- jälgi kehakeelt (kehahoiak, näoilme, pilgu suund, silmside)- on kurvavõitu, tüdinud, pinges, arglik, ärevil- nõustub enda kohta käivate negatiivsete hinnangutega- kahtleb endas, süüdistab end pidevalt- hindab ennast nii, nagu teised seda teevad- võrdleb ennast pidevalt teiste lastega- ei tunne huvi uute ülesannete vastu, ei taha proovida keerulisi ülesandeid jms- võib väliselt näida ülbe või üleolev, rõhutatult enesekindel	<ul style="list-style-type: none">- Otsi negatiivseid automaatmõtteid ümberlukkavaid asjaolusid! Tee väikesi eksperimente, mis aitaksid lapsel mõista, et tema uskumus ei ole tõsi (n. "Ma ei saa sellega hakkama!")!- Ole tagasiside andmisel täpne, väldi üldiseid hinnanguid nagu „Hästi!“, „Teine kord teed paremini!“ jms!- Paku erinevaid võimalusi edu kogemiseks!- Lase lapsel teha valikuid!- Aktsepteeri lapse otsuseid ja tulemusi!- Aruta lapsega väärtushoiakuid!- Mängi rollimänge!- Tasusta asjakohaselt!- Aita lapsel arendada sotsiaalseid oskusi!- Sea lapsele reaalsed ootused ja eesmärgid!- Seleta eesmärgi nimel töötamist ja tasu edasilükkamist seni, kuni ülesanne on lahendatud!- Avalda tunnustust, tasusta või suurenda lapse vastutusala, kui tema töö on hästi tehtud!- Näita lapsele, et ta on oluline!- Julgusta last mõtlema!- Võimalda lapsel olla loov ja avastada uusi asju!

Kes aitab?

Koostöö psühholoogi, lapsevanema ja õpetajaga

MADAL ÕPIMOTIVATSIOON

Koostanud Vaike Kumari (veebruari 2009), Reet Lill (märts 2009)

Põhjused	Märkamine	Mida teha?
<ul style="list-style-type: none">- halvad kodused suhted/elutingimused- vanemate huvipuudus- ei ole räägitud/ aru saanud õppimise vajalikkusest- on kogenud, et kehva haridusega inimene on edukas- sõbrad ei pea õppimist popiks- ei õpi kättemaksuks kellelegi- õppimine on liiga raske (madalad võimed, TP häire, õpioskuste puudumine)- andekad lapsed (igav on tunnis)- neuroloogilised probleemid / terviseprobleem- raskused koolis õpetatava ja tavaelu seostamisega (II ja III kooliastmes)- madal enesehinnang	<ul style="list-style-type: none">- halvad hinded- tundidest põhjusest puudumine- tunnis ei tööta kaasa- tunnis tegeleb muude asjadega- räägib, et koolis ei õpita vajalikke asju- rõhutab neid tegevusi, mida väljaspool kooli teeb	<ul style="list-style-type: none">- Vestle, selgita madala motivatsiooni põhjus!- Loo side koduga, proovi suhteid parandada!- Otsi inimesi, kelle jutt ja elu on õpilasele veenev ja tõestab, et õppimisest tõuseb tulu!- Püüa tõestada, et elus toimetulekuks pole vaja õppida- jõuate koos äkki vastupidisele tulemusele!- Palu õppida nt vanemate rõõmuks (kasvõi ühte ainet)- eduelamus võib tekitada soovi õppida!- Vestle õpetajatega, loo last toetav meeskond!- Aita lapsel luua sõbrasuhteid õpilastega, kes õpivad!- Aita tekitada sisemist huvi õppimise vastu!- Aita lapsel enesehinnangut tõsta!- Paku õpilasele jõukohast tegevust!- Veena last, et ta tuleb toime!- Vähenda avalikku hindamist ja võrdlemist!- Võrdle tulemusi tema enda varasemate tulemuste mitte teiste õpilaste tulemustega!- Vajadusel soovita lapsevanemale õpilase terviseuuringuid!

Kes aitab?

- psühholoog, sotsiaalpedagoog, klassijuhataja, aineõpetajad
- omavalitsuse spetsialistid
- vanemad, õpilase kaaslased, kes on motiveeritud õppima
- toredad inimesed (treenerid, huvikooli õpetaja, ringijuht jne), kes omal alal asjatundjad

NÄGEMISPROBLEEMID

Koostanud Triin Ulst (veebruar 2009), kasutatud Anne Kõivu ja Külli Kübara loengumaterjalid 2005/06 toimunud täienduskoolituselt nägemispuudega laste õpetamisest; Tartu Emajõe Kooli koduleht <http://www.tek.tartu.ee> (viimati külastatud 23.02.09); Tallinna Heleni Kooli koduleht <http://www.helen.tln.edu.ee> (viimati külastatud 23.02.09); Optometrists network, http://www.children-special-needs.org/parenting/eyesight_eye_care.html (viimati külastatud 23.02.09)

Põhjused	Märkamine	Mida teha?
<ul style="list-style-type: none"> - kaasasündinud nägemisprobleemid - traumad - silmahaigused <p>Tunnused:</p> <ul style="list-style-type: none"> - silmad on põletikulised, kardavad valgust, teevad kiireid tahtmatuid liigutusi - raamatut lugedes on silmade kaugus loetavast tekstist kas ebaharilikult suur või väike - laua taga istudes on lapse rüht halb; istumisasend on ebatavaline, nt painutatud või pööratud - millegi vaatamisele keskendudes pöörnitseb laps külgedele - kaebused peapööritusele, uimasusele ja silmade ebamugavustundele - lugemiskiirus on väike, laps ajab raamatus näpuga 	<ul style="list-style-type: none"> - lapse liigutused on kohmakad, ta komistab; trepil astub ettevaatlikult; kardab kõrgusi - komistab esemete otsa - kaotab sageli tasakaalu - laps ei taha mänguväljakul teiste lastega mängida - laps vastab küsimustele, käskudele ja palvetele vaid siis, kui tema poole nimeliselt pöörduakse - pöörab pead, et kasutada vaatamiseks vaid ühte silma või katab silma käega kinni, - kauget objekti vaadates või lugedes pingutab laps kogu keha, laps ei näe tahvlile, loeb teksti liiga lähedalt või pingutusega; - grimassitab - ülesanded sooritab ebaühtlase kvaliteediga või varieerub tehtud töö hulk - ebatavaline väsimustunne silmade pingutamisel, tähelepanu koondamise raskused, eriti kui tegevus, mida laps peab jälgima, toimub ruumi erinevates osades - laps liigutab lugemise ajal pigem pead kui silmi - käe – silma peenkoordinatsioon on kohmakas - vaatab televiisori- või arvutiekraani väga lähedalt - esinevad vead kirjutamisel ja lugemisel: tekstiosade kordamine või vahelejätmine, sarnaste tähtede vahetamine, lugemisjärje kaotamine, raskused pikkade sõnade lugemisel, sõnade mittetavapärane poolitamine, eksimine teatud tähemärke ja 	<ul style="list-style-type: none"> - valida sobiv istekoht klassiruumis (esimeses reas!) - tagada töökoha piisav valgustus - õppematerjalide suurendus/vähendus - kasutada matti paberit, ühevärvilist tausta - kasutada kirjutamisel pehmeid pliiatseid, tugevajoonelisi vihikuid - lihtsustada jooniseid, paksendada jooni - anda vähem materjali (aga mitte lihtsamalt!) - anda piisavalt aega, teha töösse pause - õpetada erinevaid lugemistehnikaid - kasutada järjehoidjaid - lubada kasutada lapsel nägemisvälja kõige parema nägemisega piirkonda, mitte sundida last otse vaatama - hinnata eelkõige sisulist arusaamist - lubada teha töö kahe peale või rühmas - soovitada (kohustuslikku) kirjandust

<p>järke</p> <ul style="list-style-type: none"> - laps ei suuda leida vajalikku infot, sõnaraamatut, tabelleid, jooniseid, vms kasutades 	<p>kombinatsioone lugedes (nt segistab "cl" ja "d", "m" ja "n")</p> <ul style="list-style-type: none"> - lapsel on kaldus, väike ja hüplev käekiri, tähed on poolikult välja kirjutatud, raskused oma käekirja lugemisel - raskused teksti ümberkirjutamisega tahvlilt, raamatust või teistest allikatest - on "käärid" tekstist arusaamise ja lugemisoskuse vahel - laps on väsinud ja ei tunne huvi tööde vastu, mis nõuavad pikaajalist keskendumist - halva trükikvaliteediga ja ebatavalise kirjakujuuga tekste loeb raskustega, samuti ei suuda ta omandada infot, mis ei ole esitatud lineaarsel kujul - kirjalik eneseväljendusoskus jääb tunduvalt alla suulisele 	<p>heliraamatute kujul</p> <ul style="list-style-type: none"> - kasutada abiõpetajat - ootused nägemisprobleemidega lapsele ei tohi olla väiksemad kui teistele
---	--	---

Kes aitab?

- kooliarst
- silmaarst
- Tartu Emajõe Kooli õppenõustamiskeskus (<http://tek.tartu.ee>)
- Tallinna Heleni Kool (<http://www.helen.tln.edu.ee>)

Kas lapse kooliedu võivad segada nägemisprobleemid? (ik. küsimustik):

http://www.children-special-needs.org/parenting/eyesight_eye_care.html

PERVASIIVSED ARENGUHÄIRED (AUTISM, ASPERGERI SÜNDROOM)

Koostanud Vilve Raudik (veebbruar 2009), kasutatud Christopher Gillberg (2003) „Aspergeri sündroom“; Fiona Bleach (2008) „Igaüks on erinev“; toim. Peter Vermeulen (2008) „Ma olen eriline 2. Psühholoogilise toimetulekuõpetuse töökaust autismiga inimestele“; materjalid Eesti Autismiühingu veebilehel, <http://www.autismeesti.ee>

Põhjused	Märkamine	Mida teha?
<p>Põhjused täpselt teadmata</p> <ul style="list-style-type: none"> - pärilik faktor - aju-kahjustused või funktsiooni-häired, mis tekkinud raseduse teises pooles, imikueas või esimesel eluaastal - päriliku faktori ja aju-kahjustuse koostoime 	<ul style="list-style-type: none"> - raskused sotsiaalses käitumises (puudulik kontakti- ja sotsiaalsete signaalide mõistmise võime, teiste vältimine, lähedaste sõprade puudumine) - kitsad erihuvid, erianekus - rutiinivajadus, stereotüüpsus - kõne-, keeleprobleemid (väliselt perfektne/formaalne/pedantne keel, iseäralik hääletoon, puudulik sõnade otsese/kaudse tähenduse mõistmine) - mitteverbaalse kommunikatsiooni probleemid (kohmakas kehakeel, miimikavaesus, pilgu jäikus) - ärevus-, agressiivsushood - ebaadekvaatsed reageeringud - empaatiavõime puudumine - toitumise iseärasused - hügieeniprobleemid (näiteks pesemata pea, mustad küünealused) - tajuhäired - negativism - enda kohta käivate kommentaaride talumatus - sageli teistest inimestest oluliselt erinev huumorimeel - suurenenud tõenäosus muude psüühikaprobleemide esinemiseks (ATH ja muud tähelepanuhäired, depressioonid, meeleoluhäired) 	<ul style="list-style-type: none"> - hankida teadmisi häire kohta, suhtlemisel lähtuda neist - respektierida last niisugusena nagu ta on - informatsioon anda lühidalt ja selgesõnaliselt ja konkreetsetelt - kehtestada reeglid - sotsiaalne ja muu treening (igapäevatoimingute harjutamine) - mitte kasutada psühhoteraapiat, mis püüab leida aktuaalsete probleemide põhjusi lahendamata lapsepõlvkonfliktidest, peresuhetest vms - luua struktureeritud, so nii ruumiliselt kui ajaliselt korrastatud õpikeskkond (kindel ja muutumatu päevakava, kindel, võimalusel eraldatud, turvaline tööpaik, oma õpetaja) - koostada individuaalne arengukava/õppekava, mis põhineb meditsiinilis-pedagoogilisel uuringul

Kes aitab?

- Koolis põhiliselt õpetaja, kellel on väga hea teoreetiline ettevalmistus häirega seonduvas valdkonnas
- Koostöö õpetajate, vanemate ja erialaspetsialistide vahel

Märkamine

- seletamatult tekkinud verevalumid, vorbid, sidumisjäljed, küünejäljed, sõrmede pigistusjäljed; erinevad jäljed nahal – esemete löögi jäljed (rihma-, kepikujulised märgid) käejälg, hammustuse jäljed; juusteta laigud peas;
- seletamatud põletusmärgid (sigaretiotsa-, kinda- või sokikujulised põletused), luumurrud, nihestused, haavad;
- lapse iseäralik olek vägivaldse ravimite või alkoholi andmise järgselt;
- füüsilise vägivalla kordumisest annavad tunnistust lapse kehal leiduvad erinevas paranemisastmes füüsilised märgid (haavad, verevalumid jne);
- hirmureaktsioon vanema või mõne teatud kindla isiku lähenemisel lapsele, kardab jääda teatud kindla isikuga kahekesi ruumi;
- passiivsus, depressiivsus, enesestõmbumine, kurvameelsus, sagedane mõtlik olek või, vastupidi – kõrgenenud agressiivsus, hüsteeriline käitumine, kerge enesekontrolli kaotamine;
- üldine füüsilise kontakti vältimine; tardunud, hirmunud pilk;
- seletamatud muutused käitumises (varem rõõmsameelne laps on nüüd jätkuvalt kurvameelne, mõtlik, endassetõmbunud);
- hirmureaktsiooni vallandumine koolist kojumineku eel;
- ennastkahjustava käitumise sagenemine (alkoholi, narkootikumide tarvitamine, suitsetamine); kodunt ärajooksmine;
- ilmastikule ebasobivate riiete kandmine (näiteks kannab suvel kõrge kaelusega džemperit, et varjata hematoome oma ihul); erakordne huvi seksuaalse sisuga mängude vastu;
- oma vanuse kohta üllatavalt head teadmised seksuaalelust;
- võrgutav käitumine vastassugupoole suhtes;
- ebatavaline seksuaalne aktiivsus – sage suguelundite hõõrumine (masturbeerimine), suguelundite hõõrumine täiskasvanu vastu;
- raskused eakaaslastega suhtlemisel, nendega suhtlemise vältimine; enesehinnangu langus;
- enesetapumõtted, enesetapakatse; kardab lahti riietuda, näiteks võib keelduda võimlemistundides osalemast;
- kardab paaniliselt meditsiinilisel kontrollil pükste äravõtmist;
- rebitud, määrdunud või verine aluspesu;
- hematoomid (verimuhud) suguelundite piirkonnas, rindadel, tuharatel, alakõhul, reitel; veritsus suguelundite piirkonnas;
- kõhuvalu, peavalu; korduvad kuseteede põletikud; suguhaigus; rasedus

Kes aitab?

- www.lapsemure.ee www.juura.ee www.usaldus.ee usaldustelefon: 126 eesti keeles. 127 vene keeles
- Noorte Usaldustelefon 646 6666 N - L 19.00-22.00
- Tartu Usaldustelefon – 742 7111 (iga päev 18.00 - 22.00)
- www.lahendus.net Lastekaitse spetsialist (http://www.tartu.ee/index.php?lang_id=1&menu_id=2&page_id=833#LASTE);
- Ringkonnaprokurör Raul Heido (tel 7 500737, raul.heido@prokuratuur.ee);
- Tartu ohvriabikeskus (tel 7303069, 7303067, tartu.aa@ensib.ee). Praktiline ja emotsionaalne abi kuriteoohvritele.
- Tartu Laste Tugikeskus (Kaunase pst 11-2 tel 7484666 E-N 09.00-18.00 R 09.00-14.00, ch.abuse@online.ee). Vägivalla tõttu kannatavate laste ja pereliikmete psühholoogiline, sotsiaalne, meditsiiniline nõustamine, psühhoteraapia, kriisiabi. Kõigi abistajatega saab vajadusel konsulteerida ja edasiste sammude asjus nõu küsida.

SOMAATILISE (KEHALISE) PUUDEGA LAPS KOOLIS

Koostanud Ülle Särg (veebuar 2009), kasutatud „Lapsevanematele erivajadustega lastest II“ (2008)

Atlex

Põhjused	Märkamine	Mida teha?
<ul style="list-style-type: none">- ema infektsioonid ja põletikud raseduse ajal- sünnikahjustus, nt tserebraalparalüüs (PCI), enneaegsus, asfüksia- krooniline haigus, nt südamepuudulikkus, diabeet, astma, allergia, langetõbi, vähktõbi, enurees, <i>sclerosis multiplex</i>, artriit)- trauma ja/või meditsiiniline sekkumine, nt amputatsioon	<ul style="list-style-type: none">- nähtav kehaline defekt- liikumispuue- asendihäire- motoorika iseärasused- koordinaatsiooni- ja kõnehäired- lihaste nõrkus või spastilisus- haaramisraskused- ei talu pingutust, ei saa kaasa teha kehalise kasvatusetundides või osaleda ühisüritustel- iseäralik nahk- vajab dieettoitu, teistest erinevaid söögiaegu- küsib sageli tunnist välja- sagedased puudumised ja haiglaravi	<p>Abi võib seisneda lapse, lapsevanema, kaasõpilaste, õpetajate nõustamises, puudega kaasneva ärevusega toimetulekuvõtete õpetamises või tunnetusprotsesside arengu toetamises koostöös eripedagoogiga; kodu- või individuaalõppe, IÕK rakendamine.</p> <p>Puudega lapse klassikaaslastele võib selgitusi jagada ja teemakohaseid filme näidata ning meditsiinilisi abivahendeid tutvustada meditsiinitöötaja; võib korraldada rollimänge puudega lapse paremaks mõistmiseks.</p>

Kes aitab?

Diagnoosib ja ravi määrab meedik. Puudega lapsel on võimalik kasutada rehabilitatsiooniteenust (<http://www.sm.ee/sinule/puudega-inimesele/sotsiaalteenused-puudega-inimesele/rehabilitatsioon.html>)

Emotsionaalset tuge saavad pakkuda kõik lapsega seotud täiskasvanud ning eakaaslastest sõbrad.

Psühholoogi abi võib vaja minna,

- et kaasõpilased endast erinevat aktsepteeriks
- et laps ja tema kaaslasted saaks üle traumajärgsest kriisist
- et laps kohaneks diagnoositud haiguse või trauma tagajärjel omandatud puudega
- kui õpetaja või kaasõpilased tunnevad end abituna puudega lapse toetamisel
- kui puudest tingitult on tekkinud koolitõrge
- kui laps on puudest tingituna koduõppel ning vajab tuge ühiskonda sulandumisel

Koostanud Katrin Siilak, kasutatud M. McKay jt „Suhtlemisoskused“, M. Chazan jt „ Endassetõmbunud, üksildaste laste ja noorukite abistamine“

Põhjused	Märkamine	Mida teha?
<ul style="list-style-type: none"> - vähesed sotsiaalsed oskused - arglikkus, häbelikkus - hirm suhtlejana häbisse jääda - sotsiaalne ärevus, ebakindlus - madal enesehinnang - vähene kohanemisevõime - füüsiline eripära (punastamine, kogelemine) 	<ul style="list-style-type: none"> - omaette hoidmine, endasse sulgumine, tahaplaanile jäämine - sõprade vähesus - hobide vähesus - vähene enesealgatus - kiusaja / ohver - pealetükkivus, agressiivsus 	<ul style="list-style-type: none"> - veenda, et suhtlemisoskusi on võimalik õppida - õpetada sotsiaalseid oskusi individuaalselt või grupis - selgitada, et paljud inimesed tunnevad suhtlemisel ebakindlust - kasvatada enesekindlust läbi positiivse kogemuse/harjutamise - soovitada siiralt tunnistada vestluskaaslasele, et on raskusi suhtlemise alustamisega - õpetada vestlusoskusi - õpetada emotsioonidega toimetulekut - õpetada, kuidas teiste inimeste vastu huvi tunda - õpetada initsiatiivi haarama - õpetada enesekehtestamist, enda väljendamist - aidata oma näoilmet ja kehahoiakut teadvustada ja muuta - julgustada last, et ta oleks suhtlemisoskuste harjutamisel järjekindel

Kes aitab?

- klassijuhataja
- psühholoog
- sotsiaalpedagoog
- lapsevanem
- muu usaldusisik

SÕLTUVUS ARVUTI- JA HASARTMÄNGUSUST

Koostanud Anu Keskpalu-Käspri (veebruar 2009)

Märkamine	Mida teha?
<ul style="list-style-type: none">- tunneb end arvutit kasutades hästi või lausa eufooriselt- võimatus näib intensiivset arvuti kasutamist lõpetada- kulutab järjest rohkem aega arvutile- sõbrad ja perekond hakkavad jääma unarusse- arvutist eemal olles tunnevad sõltlased end depressiivsete ja kergesti ärrituvatena- perekonnale ja tööandjatele valetatakse oma arvutikasutusharjumuste kohta- tööl, koolis või kodus tekivad probleemid- karpaalkanali sündroom (tekitab öiseid valusid ja tuimust sõrmedes)- silmade kuivus, sagedased peavalud ja seljavalud- ebaregulaarne toitumine- vähene hoolitsemine isikliku hügieeni eest- unehäired, muutused magamisharjumustes <p>Hasartmängimist defineeritakse kui käitumist, kus inimene püüab võita raha ning kulutab selleks raha ebakindlale ja juhuslikule sündmusele (kasiino, kihlveod, loterii, koolis raha peale kaardimäng). Hasartmängusõltuvuse tunnused:</p> <ul style="list-style-type: none">- mängimine häirib oluliselt inimese igapäevaelu- ülemäärane hõivatus mängimisega seotud mõtetest ja tegevustest- riski võtmine põnevuse saamise eesmärgil- mängurlus esineb sageli koos psüühika- ja käitumishäiretega, sõltuvushäiretega, depressiooni või isiksusehäiretega <p>(Katri-Evelin Kalas „Mängusõltuvuse olemus ja sekkumised?“ Konverents LASTE JA NOORUKITE SÕLTUVUSPROBLEEMID, Praktilise Psühholoogia Erakool)</p>	<p>Arvutisõltuvusest vabanemiseks loodud gruppide <u>põhieesmärk</u>: rõhutada tõelise elu väärtusi ja näidata sõltuvuse ohvritele, millest nad pidevalt arvuti taga istudes ilma jäävad.</p> <ul style="list-style-type: none">- Arvestage kokku arvutit kasutades veedetud aeg- enamasti ei taibata kui palju aega tegelikult arvuti taga veedetakse.- Arvutikasutuse piiramiseks looge või aidake luua täpne ajakava – näiteks piirake arvuti kasutamine ühele tunnile päevas.- Leidke abi väljaspoolt arvutit ja internetti, nt rääkige oma probleemist mõnele sõbrale.- Vältige üksindust. <p>Arvutisõltuvusest vabanemine on kurnav ja aeganõudev protsess, milles iga väiksemagi sammu läbimine on suur edasiminekuks.</p> <p>Sõltuvusest vabanemiseks on kõige olulisem aru saada, et muudest tegevustest saadav kasu kaalub tegelikkuses üles arvutist saadava meelelahutuse. (Allikas: Andero Kaha „Arvutisõltuvus kui tänapäeva tehnoloogia varjukülg“ 2002).</p>

Kes aitab?

Psühholoog, psühhiaater, lapsevanem, perearst, sotsiaalpedagoog

SÕLTUVUS UIMASTITEST

Koostanud Anu Keskpalu-Käspri (veebruar 2009), kasutatud E. Kiive, M. Kull, E. Kuusk, K. Kõiv, H. Saat „Sotsiaalsete toimetulekuoskuste õpetus, Õpetajaraamat“, Kirjastus Ilo, 2004

Põhjused	Märkamine	Mida teha?
<p>Uimastite kuritarvitamise taga peitub mitmesuguste geneetiliste eelduste, käitumismudelite, - motiivide ning sotsiaalsete ja psühholoogiliste tegurite koosmõju.</p> <p><u>Miks proovitakse esimest korda uimasteid?</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - uudishimu rahuldamine - uue kogemuse saamine - sõprade soovitus - sõprade hulgas aktsepteerituse saavutamine - stressi leevendamine - depressiooni leevendamine - suhtlemise hõlbustamine - väsimuse peletamine - igavuse peletamine - joobe saamine <p><u>Individuaalsed faktorid:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - temperamendi omapära (ebastabiilne närvisüsteem) - elamustejanuline käitumine, impulsiivsus - ebaadekvaatne enesehinnang - emotsionaalne eneseregulatsiooni puudulikus (toimetulematus stressi, ärevuse ja vihaga) 	<p><u>Kokaiin</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - füüsilised nähud - kiire pulss, laienenud pupillid, kõrgenenud vererõhk, kõrgenenud kehatemperatuur, koordinatsioonihäired, kiire pindmine hingamine, kinnine nina, püsimumus, naha kratsimine, vähene söögiisu - psüühilised nähud - eufooria, hüplev mõtlemine, kõnehäired, ebaadekvaatsed reaktsioonid. <p><u>Amfetamiin</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - füüsilised nähud - kiire pulss, laienenud pupillid, kõrgenenud vererõhk, kõrgenenud kehatemperatuur, koordinatsioonihäired, kiirenenud hingamine, higistamine, unetus, püsimumus, krambid, - psüühilised nähud - närvilisus, hüplev mõtlemine, seosetu kõne, suurenenud jutukus, elevus <p><u>Ecstasy</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - füüsilised nähud - kiire pulss, laienenud pupillid, kõrgenenud vererõhk, kõrgenenud kehatemperatuur, koordinatsioonihäired, üliaktiivsus - psüühilised nähud - kasvav avatus ja heasoovlikkus, suurenenud empaatiavõime, võimalikud paanikahood ja meeltesegadus, hallutsinatsioonid <p><u>Kofeiin</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - suure koguse tarbides ebameeldiv tunne. Kofeiinitarbimise järsu lõpetamise peale tekivad võõrutusnähud - peavalu, uimasus, väsimus, keskendumisraskused, vahel depressioon, ärevus, oksendamine. <p><u>Alkohol</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - meeleolu tõus, lõdvestus - ja heaolutunne, enesekindluse tõus, jutukus, enesekontrolli vähenemine, liigutuste ja kõndimise kohmakus, takerduv ja vali kõne, aeglustunud reaktsioonid, nõrgenenud vaimsed funktsioonid (mõtlemine, mälu) 	<ul style="list-style-type: none"> -koostöö lapsevanematega (toetuse puudumisel sotsiaaltöötajaga) -koostöö erialaspetsialistiga - psühholoog, psühhiaater -probleemse õpilase toetamine ja mõistmine, mitte hukkamõist -eripedagoogiline abi -tegevus huviringides vms gruppides -individuaalne toetus -järelvalve suurendamine ja regulaarne aruandlus -järjepidev nõustamine väljaõppinud professionaali poolt -võrgustiku arendamine ja koordineeri-

<ul style="list-style-type: none"> - viletsad sotsiaalsed oskused - käitumishäired varases eas - tajutavad elumuutused (nt lahutus perekonnas) - kohaliku kultuuriga kohanematus, etnilise identiteedi puudus 	<p><u>Rahustid ja uinutid</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - lihaselõtvus, rahunemistunne, unisus, joobeseisund, tasakaalu ja koordineerimishäired, kõneraskused, suurte koguste puhul teadvuse- ja hingamishäired 	<p>mine kooli, lapsevanema, meditsiiniastutuse sotsiaalosalonna, lastekaitse vms vahel</p>
<p><u>Perega seotud faktorid:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - vanemad, kes tarvitavad uimasteid - vanemate salliv suhtumine uimastitarbimisse - pinged ja tülid perekonnas - vanematepoolne üle- või alahoolitus - nõrk emotsionaalne seotus vanematega - raske majanduslik olukord 	<p>(liikuvus aeglustunud), oht kokku vajuda</p> <ul style="list-style-type: none"> - psüühilised nähud – ükskõiksus, unisus, suure annuse puhul teadvuse kaotus, kõnehäired, vähene valutundlikkus <p><u>Hallutsinogeenid</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - füüsilised nähud - kiire pulss, laienenud pupillid, kõrge vererõhk, kõrge kehatemperatuur, koordineerimishäired, iiveldus, peavalu, külmavärinad, käitumine ebaadekvaatne - psüühilised nähud – sagedane meelolumuutus, nägemis-, puute-, haistmis- ja kuulmishallutsinatsioonid, ebaloogiline ja fragmentaarne mõtlemine, ängistus, võimalik hirm hulluks minemise ees 	<p>-konfidentsiaalsus- väldib sildistamist</p> <p>-Raja 31 50417 Tartu, Registratuur: 7319100</p> <p>-õe vastuvõtt: 7318798</p> <p>-Vastuvõtt 25.- Valvearsti tel: 7318764 (testimine)</p> <p>-A-polikliinik: Riia 13, Tartu -7 427 888</p>
<p><u>Kooliga seotud faktorid:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - halb mikrokliima koolis - madalad akadeemilised saavutused - vanemate nõrk seotus kooliga 	<p><u>Kanepitooted</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - füüsilised nähud - kiire pulss, punased silmalaud, laienenud pupillid, kõrge vererõhk, alanenud kehatemperatuur, seedefunktsioonide halvenemine, halb enesetunne - psüühilised nähud - eufooria, lõõgastus, ebaadekvaatsed reaktsioonid, muretus, kohatu naer, muutunud ajataju, meeltesegadus 	
<p><u>Sõpradega seotud faktorid:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • suhtlemine sõpradega, kes tarvitavad uimasteid • sõprade salliv suhtumine uimastitarbimisse 	<p><u>Nikotiin</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - sõltuvalt tarbijast ja olukorrast kas ergutav või rahustav toime <p><u>Inhalandid</u> (sissehingatavad ained)</p> <ul style="list-style-type: none"> - füüsilised – ähmane pilk, kõnehäire, liigutuste ebaühtlus, orientatsioonihäired, iiveldus, pööritus, kõhimine - psüühilised – unisus, võib tekkida teadvusekaotus 	

TERVISEPROBLEEMID

Koostanud Kadri Jurs (veebruar 2009)

Märkamine	Mida teha?
<ul style="list-style-type: none">- erinevad valusündroomid – pea-, kõhu-, lihasevalu- palavik- allergilised reaktsioonid – nahalööve (nõgestõbi), tursed, sügelus, hingamisraskused- südametöö ja vereringehäired – minestamine, pulsisageduse ja vererõhu muutused (nt tasakaaluhäired, punetus näos või kahvatus, kohin kõrvades, hingeldamine, peavalu, uimasus, nõrkustunne,..)- neuroloogilised probleemid – krambid, tajuhäired (nägemisel, kuulmisel, puudutuses), tasakaaluhäired- hingamissüsteemihäired – hingeldamine, tugevad kõhahood, astmaatilised hoods (õhupuudus kuni lämbumiseni)- vigastused ja luumurrud	<ul style="list-style-type: none">- vajadusel anda esmaabi- toimetada võimalusel laps rahulikku ja turvalisse ruumi, sobivasse asendisse, kindlasti täiskasvanu järelevalve alla- vajadusel kutsuda professionaalne abi ja teavitada vanemaid- selgitada vanematele, kui oluline on klassijuhatajat, med.õde ja kehalise kasvatuse õpetajat teavitada lapse terviseprobleemidest

Kes aitab?

- koolis kõik täiskasvanud, kes märkavad
- meedikud
- pereterapeut

Põhjused	Märkamine	Mida teha?
<ul style="list-style-type: none"> - madal enesehinnang - enese väärtustamine vaid figuuri ja kehakaalu põhjal - meedia mõjutused (ideaaliks peetakse ülimalt kõhnust) - kaaslaste / vanemate negatiivne hinnang figuurile - pere majanduslik olukord 	<p>ANOREKSIA</p> <ul style="list-style-type: none"> - huvipuudus kõige vastu (v.a. kaal ja välimus) - ülimald kaal - figuuri tajumise häiritus - halb keskendumisvõime - sotsiaalsete funktsioonide häiritus - krooniline väsimus - pidev külmatunne - menstruatsiooni ärajäämine - loidus - äärmuslik treenimine - toidust keeldumine - äärmuslikult tervislik toitumine - kehakaalu ja välimuse ületähtsustamine - pidev toidust rääkimine <p>BULIIMIA</p> <ul style="list-style-type: none"> - suure koguse toidu hävitamine, millele järgneb oksendamine ja/või lahtistite võtmine - süljenäärme suurenemine - hambavaaba lagunemine - vahelduvad tursed - ebakorrapärane menstruatsioon - sundmõtted toidust - äärmuslikud dieedid 	<ul style="list-style-type: none"> - vanemate teavitamine / nõustamine - psühhiaatri / psühholoogi vastuvõtu soovitamine

Kes aitab?

- TÜ Kliinikumi psühhiaatrikliinik (psühhiaatrid Anneli Sell, Anu Järv, psühholoog Kristi Akkermann)
- kooliarst, koolipsühholoog, sotsiaalpedagoog, lastekaitse teenistus

TRAUMAATILINE KRIIS

Koostanud Karoly Kaljuvee (veebuar 2009), kasutatud M. Riis „Traumaatiline kriis ja selle kulg“
<http://www.hm.ee/index.php?048464>, külastatud 02.02. 2009; „Trauma, traumaatiline kriis, kurbus!“
<http://www.tallinn.ee/est/koolid/g5669s35971>, külastatud 02.02. 2009

Põhjused	Märkamine	Mida teha?
<p>Ootamatud, äkilised ja ebatavaliselt tugevad sündmused:</p> <ul style="list-style-type: none"> - lähedase kaotus - haigestumine - suitsiid, suitsiidikatse - õnnetusjuhtum - tulekahju - vägivald, ähvardamine, terror - vägivallaoh - olulise mõjuga, nt. üleriigilise tähtsusega sündmused - pommiähvardus jmt. <p><u>Kriisi etapid:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - šokietapp: teadvuse muutused (tajuprotsesside subjektiivsus); tunnete puudumine; otsustusvõime puudumine; ülereageerimisena: paanika, hüsteeria; alareageerimisena - reaktsiooni etapp: nutt, ahistustunne, hirm; enesesüüdistused; kergendustunne, et ollakse elus; värisemine, iiveldus, südamekloppimine, väsimus, unehäired, unetus - analüüsietapp: mälu- ja keskendumishäired - ümberorienteerumise etapp 	<ul style="list-style-type: none"> - halvenenud suhted eakaaslaste- ja täiskasvanutega - mitteeakohane (lapsikum) käitumine - keskendumisraskused - järsk langus õppeedukuses - käitumuslikud äärmused - langenud enesehinnang - probleemid tervisega - riskeeriv käitumine - suurenenud ärevus ja hirm, surmahirm - huvipuudus, tegevustest kõrvalehoidmine - ärrituvus ja viha - tuimus, suhtlemise vältimine - kurbus, masendus - keelatud ainete pruukimine jmt. 	<ul style="list-style-type: none"> - saavuta kontakt - loo rahulik ja turvaline õhkkond - kannalapse eest hoolt, toeta, tegutse - kuula ja mõista last - väldi tühje sõnu ja lubadusi - ole rahulikult olemas ja ära jäta last üksi (eriti šokifaasis) - räägi lapsele, mis on juhtunud ja mis järgnevalt juhtub - aita taastada sündmuste kulgu - jaga informatsiooni - vastandu - anna aega - võta kontakti lapse vanematega, õpetajaga - küsi abi spetsialistilt - suuna laps abi saama - jälgi last pikema aja vältel, sümptomid võivad tekkida ka pool aastat hiljem

Kes aitab?

- hea inimene, kes märkab
- lapsevanem, pere
- õpetaja
- kaaslane
- psühholoog, sotsiaalpedagoog
- kriisinõustaja



VALIKULINE MUTISM (valikuline kõnetus, vaikimine)

Koostanud Jana Saluoks (veebruar 2009), täiendanud Reet Lill, kasutatud "Laste- ja noortepsühhiaatria"

2006 Medicina

Põhjused	Märkamine	Mida teha?
Põhjuseid täpselt ei teata, kuid oletusi on tehtud nii bioloogiliste, psühholoogiliste kui ka pereuuringute põhjal.	<ul style="list-style-type: none">- laps keeldub rääkimast ühes või mitmes sotsiaalses situatsioonis- mõnede inimestega ei suhtle üldse või siis väljendab end lühikeste häälightsuste, ilmete või žestide kaudu- mõnede inimestega (ema, isa) võivad nad rääkida palju ja sõnaohtralt- kõne mõistmine on eakohane või selle lähedane- olemas suhtlemiseks vajalik verbaalse väljendamise oskus- kui muidu suhtleb oma vanematega normaalselt, siis võõraste juuresolekul vaikib <p>REEGLINA ON NAD</p> <ul style="list-style-type: none">- väga tundlikud ja ujedad- kardavad kõike ebaharilikku ja uut- on eelarvamuslikud ja samal ajal väga kangekaelsed- kodus käituvad nad enamasti normaalselt, vahel tavalisest aktiivsemalt või agressiivsemalt	<ul style="list-style-type: none">- Kodu ja kooli koostöö probleemi lahendamisel või leevendamisel- Psühhoterapeudi poolt läbiviidavad teraapiad:- mänguteraapia- kõneteraapia- kognitiiv-käitumuslik psühhoteraapia- pereteraapia- mingil määral on kasutatud ka ravimeid

Kes aitab?

- lastepsühhiaater
- psühhoterapeut
- koolipsühholoog
- logopeed

VÄLISMAAL TÖÖTAVAD VANEMAD

Koostanud Evelin Lahesoo (märts 2009), kasutatud H. Pärna, K. Lai, T. Tulva (2008) „Vanemate töötamine välismaal - kuidas see mõjutab lapse elu. Laste ja spetsialistide tõlgendused“, *Sotsiaaltöö*, nr 6, lk 36-44.

Põhjused	Märkamine	Mida teha?
<ul style="list-style-type: none">- tööjõu liikumine- majanduslikud põhjused- tööpuudus- vanema abiellumine teisest rahvusest isikuga- ohustatud probleemide tekkeks eelkõige need pered kus peresuhted pingelised, vanematel puudulikud probleemide lahendamise oskused, puudujäägid majanduslikus ja sotsiaalses heaolus.	<ul style="list-style-type: none">- lapsel esinevad käitumisprobleemid koolis ja/või need süvenevad (nt üleolev käitumine klassis, võimetus tunni ajal paigal püsida, tähelepanu kiire hajumine jne).- puudumised koolist- kontakti saamine lapsevanemaga raskendatud- koduse kontrolli puudumine/nõrgenenud järelevalve- hulkumine- kuritegelik käitumine (nt varastamine)- mõnuainete tarvitamine- psühholoogiliste/psühhosomaatiliste ja psühhiaatriliste probleemide esinemine- suitsidaalne käitumine	<ul style="list-style-type: none">- probleemide tekkimisel uurida tausta- kontakt hooldajaga (naaber, üks vanematest, sugulane vms), kelle hoolde laps on jäetud- võrgustikutöö- teavitada kohaliku omavalitsuse lastekaitsetöötajat- pakkuda lapsele tuge ja toetust

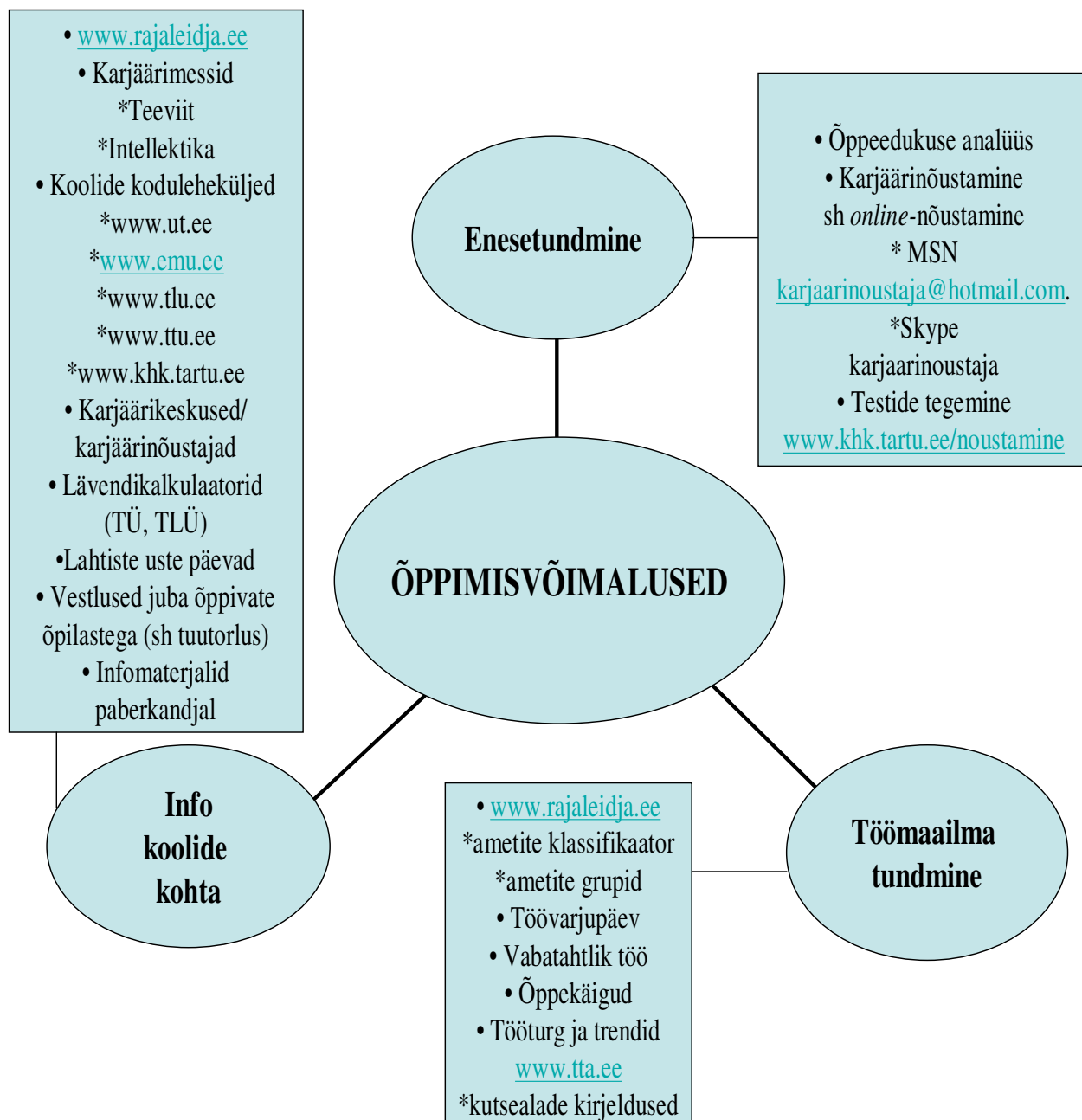
Kes aitab?

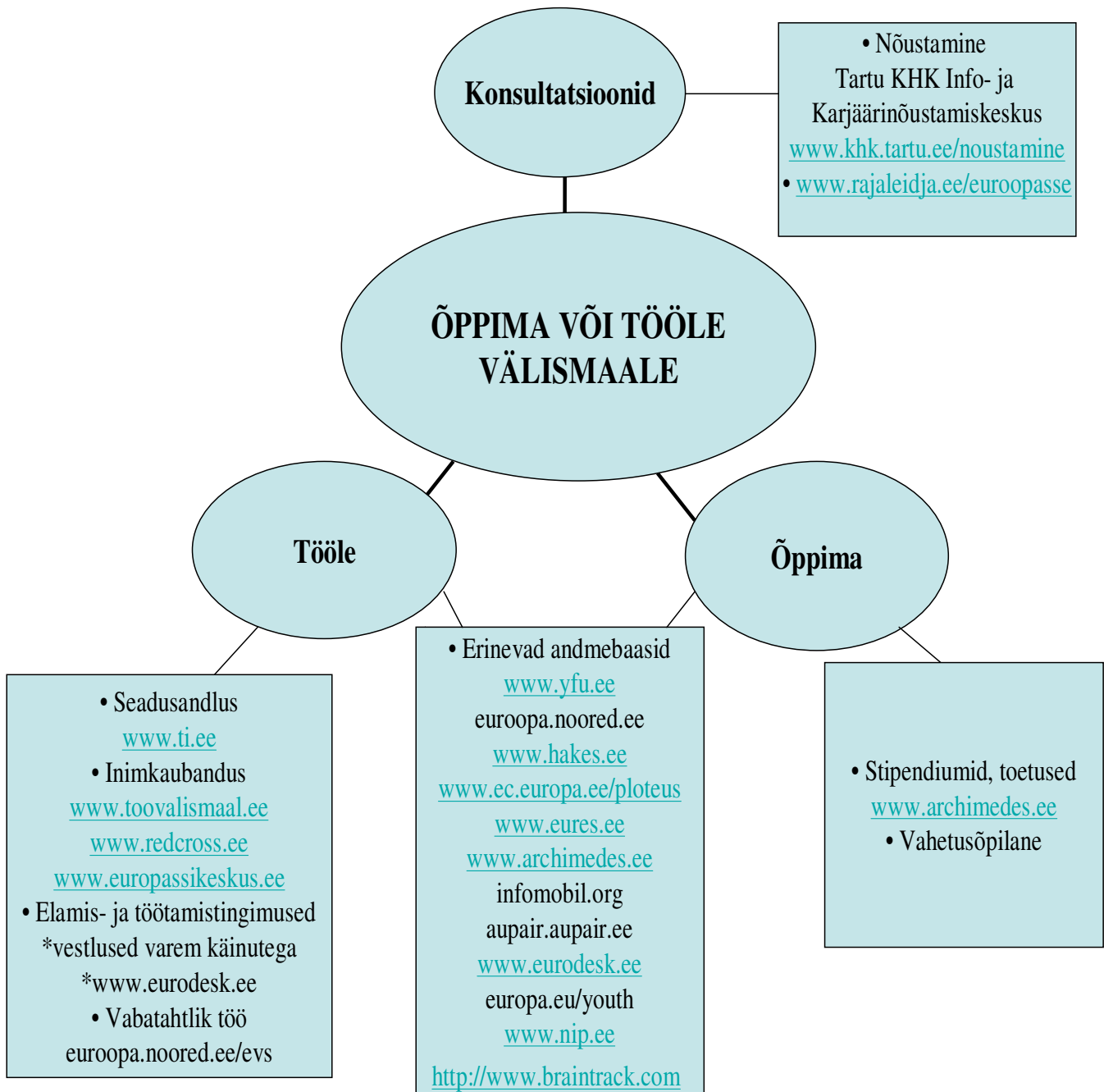
- klassijuhataja, psühholoog,
- sotsiaalpedagoog
- sotsiaaltöötaja/ lastekaitsetöötaja
- politsei
- psühhiaater
- vajadusel turvakodu
- laste tugikeskus

Põhjused	Märkamine	Mida teha?
<ul style="list-style-type: none"> - madal IQ - neuroloogilised probleemid - mingi muu tervisehäda - kodused probleemid - suhte probleemid klassis - probleemid õpetajaga - ei olnud koolikäps - kõne üldine alaareng - õpioskuste puudumine - madalad kognitiivsed võimed - õpimotivatsiooni puudumine 	<ul style="list-style-type: none"> - nõrk koolivalmidus - õpilane ei jõua tunnis edasi - käitub kummaliselt, eakohatult - trots õppimise vastu - kartlikkus, koolihirm - halb selgitus/ arusaamisvõime - tööjuhenditest - halb lugemis-/ arvutamisoskus - suhtlemisraskused - vähene õpimotivatsioon - aeglane ja piiratud omandamisvõime - nõrgad sotsialiseerumisoskused - vähesed motoorsed võimed 	<ul style="list-style-type: none"> - testida vaimseid võimeid - vestelda kodusest olukorrast, tervisest - vestelda lapsevanemaga - vaadelda klassis õpilane-õpetaja koostööd - uurida klassi suhteid - vestelda õpetajaga <p>Võimalik soovitud tulemus:</p> <ul style="list-style-type: none"> • selgub, milles on õpiraskus • õpilane saab kohase õpetuse/klassi/kooli • õpilane saab edasi õppida koos eakaaslastega, omandada põhihariduse

Kes aitab?

- kooli logopeed
- psühholoog
- sotsiaalpedagoog
- lapsevanem (võtab koduõpetaja, kui vaja)
- tugi- või parandusõppe õpetaja
- NÕKi tugiõpe
- NÕK koolitüübi määramiseks
- arst (kui on terviseprobleem)





SOOVIKSIN INFOLEHTE JÄRGMISTE PROBLEEMIDE KOHTA (LISA)