

ΕΝΤΥΠΟ ΚΑΙ ΨΗΦΙΑΚΟ ΥΛΙΚΟ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΩΝ ΠΑΡΕΜΒΑΣΕΩΝ ΓΙΑ ΜΑΘΗΤΕΣ ΜΕ ΠΡΟΒΛΗΜΑΤΑ ΠΡΟΣΟΧΗΣ-ΣΥΓΚΕΝΤΡΩΣΗΣ – ΚΑΛΕΣ ΠΡΑΚΤΙΚΕΣ ΓΙΑ ΤΗ ΣΧΟΛΙΚΗ ΤΟΥΣ ΕΝΤΑΞΗ

Σκαλούμπακας Χρήστος
Ειδικός Παιδαγωγός, Μ.Εδ.
Λύτρα Φωτεινή
Ψυχολόγος, ,Msc



Επιχειρησιακό Πρόγραμμα
Ανάπτυξη Ανθρώπινου Δυναμικού,
Εκπαίδευση και Διά Βίου Μάθηση
Με τη συγχρηματοδότηση της Ελλάδας και της Ευρωπαϊκής Ένωσης



I. Οδηγός Εκπαίδευσης Μαθητών-
Μαθητριών με προβλήματα Προσοχής και
Συγκέντρωσης. Καλές Πρακτικές για τη
Σχολική Ένταξη



Επιδημιολογικά Στοιχεία

- 5-7 % του σχολικού πληθυσμού παρουσιάζει συμπτωματολογία σε επίπεδα που δικαιολογούν τη διάγνωση ΔΕΠΥ (Σκουντή, 2006).
- Άνω του 60% των παιδιών με ΔΕΠΥ εμφανίζουν και κάποια άλλη νευροαναπτυξιακή διαταραχή (ΑΔΛ, ΜΔ, ΔΚΣ, ΔΑΦ).
- 70% των παιδιών ή εφήβων με ΔΕΠΥ θα παρουσιάζουν ΔΕΠΥ και ως ενήλικες.
- Στην Ελλάδα υπάρχει υπο-διάγνωση της διαταραχής παρά την αναντίρρητη πρόοδο που έχει συντελεστεί τα τελευταία χρόνια.

Μαθητές με συμπτωματολογία ΔΕΠΥ αλλά όχι διάγνωση

- Αρκετοί μαθητές που παρουσιάζουν συμπτωματολογία ΔΕΠΥ πολλές φορές αργούν να διαγνωστούν λόγω :
 - Μακράς αναμονής εξέτασης από ΚΕΔΔΥ ή ΙΠΚΑ
 - Άρνησης των γονέων να αποταθούν σε κάποιον από τους παραπάνω φορείς
- Αυτό σημαίνει ότι το σχολείο και ειδικότερα ο δάσκαλος θα πρέπει να εφαρμόσει αρχές διδασκαλίας και αξιολόγησης του μαθητή όπως αυτές που παρουσιάζουμε ακόμα και όταν δεν υπάρχει διάγνωση, ιδιαίτερα στις πρώτες τάξεις του δημοτικού.

ΔΕΠΥ και σχολείο

- Ο νόμος 3699/08 περιλαμβάνει τη ΔΕΠΥ ως ειδική εκπαιδευτική ανάγκη.
- Η διάχυση της γνώσης αναφορικά με τη ΔΕΠΥ συνέβαλλε στην αύξηση της συχνότητας διάγνωσης (ορθής αναγνώρισης) της ΔΕΠΥ.
- Η αναγνώριση της ΔΕΠΥ συνέβαλλε :
 - στην ανάγκη κατάρτισης σχολικών παρεμβάσεων
 - στην ανάγκη εκπαίδευσης των εκπαιδευτικών
- Η ΔΕΠΥ αποτελεί υποδειγματική ευκαιρία για την δοκιμή μοντέλων συνεργασίας σχολείου και υπηρεσιών υγείας σε θέματα ψυχικής υγείας.

Τι πρέπει να ξέρουν οι εκπαιδευτικοί ;

- Η ΔΕΠΥ είναι θεραπεύσιμη, αλλά όχι ιάσιμη διαταραχή.
- Συμπτώματα υποχωρούν, αλλά δεν εξαφανίζονται και είναι πιθανό να επανεμφανιστούν.
- Βασικός στόχος : Ελαχιστοποίηση δευτερογενών συνεπειών (κοινωνική απόρριψη, ακαδημαϊκή αποτυχία, αποβολή, χαμηλές προσδοκίες σχολικής επίδοσης).

Τι πρέπει να ξέρουν οι εκπαιδευτικοί ;

- Η ΔΕΠΥ δεν οφείλεται σε έλλειψη γνώσης ή δεξιοτήτων.
- Η ΔΕΠΥ οφείλεται σε αδυναμία διατήρησης σταθερού επιπέδου κινητοποίησης, προσοχής & προσπάθειας.
- Ιδιαίτερα όταν δεν υπάρχουν (θετικές ή αρνητικές) συνέπειες, ή όταν αυτές καθυστερούν.
- Το παιδί με ΔΕΠΥ ξέρει τι να κάνει, αλλά δεν μπορεί να το εφαρμόσει όταν και όποτε χρειάζεται.

Τι πρέπει να ξέρουν οι εκπαιδευτικοί ;

- Οι μαθητές με ΔΕΠΥ είναι περίπου 30% πίσω σε ότι αφορά την ακαδημαϊκή παραγωγικότητα και την κοινωνική αποτελεσματικότητα από άλλα παιδιά (Barkley, 2001).
- Οι μαθητές με ΔΕΠΥ χρειάζονται
 - περισσότερη δομημένο περιβάλλον,
 - περισσότερη και συχνότερη ενίσχυση,
 - σταθερότερη αρνητική ενίσχυση (όχι απαραίτητα τιμωρία)
 - διευκολύνσεις στο ακαδημαϊκό έργο.

Άρα :

- Όταν αντιμετωπίζουμε μαθητές που :
 - είναι υπερδραστήριοι
 - δεν συγκεντρώνονται εύκολα
 - δεν είναι παραγωγικοί
 - δρουν χωρίς πρότερη σκέψη
 - αποδίδουν χαμηλότερα από το αναμενόμενο βάσει νοητικού δυναμικού

...χαρακτηριστικά δηλαδή που συνάδουν με το προφίλ της ΔΕΠΥ .

Τότε :

- Οι συμβατικές εκπαιδευτικές μέθοδοι δεν αποδίδουν .

Αυτό έχει ως αποτέλεσμα :

- την αύξηση του στρες που βιώνει ο δάσκαλος,
- την συχνότερη χρήση τιμωρητικών πρακτικών,
- την διαμόρφωση σχέσης αντιπαράθεσης μεταξύ του δασκάλου και του μαθητή,
- την αδυναμία ή απροθυμία του δασκάλου να αξιοποιήσει τα θετικά στοιχεία του μαθητή,
- την παραίτηση του εκπαιδευτικού, αλλά και του μαθητή.

Τρόποι Αντιμετώπισης στην Τάξη

- Εφαρμογή γνωσιακών-συμπεριφορικών παρεμβάσεων.
- Εφαρμογή προγραμμάτων τροποποίησης της συμπεριφοράς.
- Τροποποίηση της δομής των μαθημάτων.
- Αλλαγή στοιχείων του περιβάλλοντος της τάξης .



Γνωσιακές-Συμπεριφορικές Παρεμβάσεις

1. Εκπαίδευση αυτό-καθοδήγησης.
2. Εκπαίδευση στην επίλυση κοινωνικών προβλημάτων.
3. Αυτό-παρατήρηση.
4. Αυτό-αξιολόγηση και αυτό-ενίσχυση.
5. Εκπαίδευση στη συνέπεια.



Τεχνικές τροποποίησης της Συμπεριφοράς

- Αυτές οι παρεμβάσεις βασίζονται στη Λειτουργική Ανάλυση Συμπεριφοράς (ΛΑΣ):
 - Καθορισμός της συμπεριφοράς-στόχου της παρέμβασης έτσι ώστε να γίνεται εύκολη καταγραφή.
 - Καταγραφή συμβάντων προ- και μετά- τη συμπεριφορά-στόχο.
 - Παραγωγή υποθέσεων σχετικά με το σκοπό που μπορούν να εξυπηρετούν αυτές οι συμπεριφορές.
 - Σχεδιασμός κατάλληλου θεραπευτικού προγράμματος για αντικατάσταση της ανεπιθύμητης συμπεριφοράς.



Τεχνικές τροποποίησης της Συμπεριφοράς

1. Απόσβεση
2. Διαφορική ενίσχυση
3. Επιβολή συνέπειας
4. Έπαινος/Ενίσχυση της επιθυμητής συμπεριφοράς
5. Αγνόηση της ακατάλληλης συμπεριφοράς
6. Καθορισμός ξεκάθαρων κανόνων



Τεχνικές με στόχο τη βελτίωση της ακαδημαϊκής επίδοσης

1. Μείωση του σχολικού έργου
2. Τροποποίηση του τρόπου διδασκαλίας
3. Καθορισμός σαφών και σύντομων κανόνων
4. Αυτό-παρατήρηση
5. Έλεγχος της συχνότητας των προτροπών



Τεχνικές με στόχο τη βελτίωση της ακαδημαϊκής επίδοσης

6. Τροποποίηση του περιβάλλοντος της τάξης

- Προσαρμογή του τρόπου παρουσίασης των εργασιών
- Διατήρηση σταθερής δομής και προβλεψιμότητας στο πρόγραμμα
- Διδασκαλία από συνομήλικους
- Ανάπτυξη θετικού παιδαγωγικού κλίματος
- Συνεργασία με τους ειδικούς και την οικογένεια



Στοιχειώδεις Τεχνικές διαχείρισης Συμπεριφοράς

- Νικά το χρονόμετρο
- Κόστος Δράσεων
- Μυστηριώδης Αμοιβή
- Χρήση μη λεκτικών σημάτων
- Ανάθεση σημαντικών ρόλων
- Κάρτες απόκρισης
- Έπαινος
- Ανατροφοδότηση σχετικά με συμπεριφορά-στόχο
- Αλληλοδιδασκαλία



Βασικά Συστατικά της Κατάρτισης ενός Σχεδίου Παρέμβασης

1. Έμφαση στο αναλυτικό πρόγραμμα Σπουδών
2. Κατάρτιση προφίλ μαθητή (γνώσεις δεξιότητες ανά τομέα)
3. Ανάπτυξη σχεδίου δράσης (2-3 επιτεύξιμοι στόχοι)
4. Παρακολούθηση Προόδου



Παρεμβάσεις Πρόληψης

- Ενθαρρυντικό, υποστηρικτικό περιβάλλον
- Περισσότερα ενθαρρυντικά, θετικά σχόλια
- Διατύπωση υψηλών προσδοκιών για κάθε μαθητή
- Διδασκαλία και υπενθύμιση κανόνων
- Διασφάλιση ότι οι μαθητές καταλαβαίνουν την επιθυμητή κ ανεπιθύμητη συμπεριφορά
- Παραδείγματα συμπεριφορών κι ενίσχυσή τους
- Παροχή οπτικών ερεθισμάτων για υπενθύμιση κανόνων
- Παροχή συγκεκριμένης ανατροφοδότησης αναφορικά με την απόδοσή τους σε αντιδιαστολή με μια γενικού τύπου ανατροφοδότηση



Συνεργασία Εκπαιδευτικών-Γονέων

- Κάντε μια πρώτη επικοινωνία με όλους τους γονείς χωρίς να υπάρχει απαραίτητα κάποιο θέμα προς επίλυση.
- Δε χρειάζεται να αποδείξετε ότι διευθύνετε τη τάξη σας.
- Αποφύγετε το σαρκασμό, την ειρωνεία ή τα επικριτικά σχόλια.
- Συζητώντας με τους γονείς εστιάστε αρχικά στα θετικά στοιχεία του παιδιού. Με αυτόν τον τρόπο θα χτίσετε μια δυνατή σχέση μαζί τους, θα σας εμπιστευτούν και θα είναι διαθέσιμοι να ακούσουν τις παρατηρήσεις σας.



Συνεργασία Εκπαιδευτικών-Γονέων

- Αναφέρετε τις δυσκολίες που έχετε εντοπίσει με ευαισθησία κι ενδιαφέρον χωρίς να κατηγορείτε έμμεσα τους γονείς για αυτές.
- Βοηθήστε τους να καταλάβουν ότι χρειάζεστε και τη δική τους συνεργασία για να υπάρξει βελτίωση.
- Εξηγήστε τους στόχους που έχετε θέσει για το μαθητή σας καθώς και τους τρόπους με τους οποίους θα δουλέψετε για να τους πετύχετε.
- Συζητήστε μαζί τους για τις «προκλήσεις» που αντιμετωπίζουν και οι ίδιοι στο σπίτι και σκεφτείτε μαζί πιθανούς τρόπους διαχείρισης.



II. Εκπαιδευτικό υλικό που αφορά μελέτες περίπτωσης μαθητών του Δημοτικού σχολείου



Μελέτη Περίπτωσης 1

- Ο Μ. είναι μαθητής της Δ' τάξης του Δημοτικού Σχολείου.
- Στο νήπιο:
 - Ήταν υπερδραστήριος.
 - Δυσκολευόταν να καθίσει με τα άλλα παιδιά στην ώρα του κύκλου.
 - Τριγύριζε γύρω γύρω στην τάξη κι ασχολιόταν με διάφορα άλλα πράγματα.
 - Ενοχλούσε και τα άλλα παιδιά.
- Στην Α' Δημοτικού, ήταν αρκετά διασπαστικός στην τάξη κι ενώ η δασκάλα πρότεινε να αξιολογηθεί από ειδικούς, οι γονείς του δεν συμφώνησαν.



Μελέτη περίπτωσης 1

- Δ' Δημοτικού:
 - Δεν συμμορφώνεται στις παρατηρήσεις του εκπαιδευτικού της τάξης
 - Δεν κάθεται ήσυχος, διακόπτει.
 - Δεν σηκώνει χέρι πριν μιλήσει.
 - Σηκώνεται από τη θέση του, χωρίς προφανή λόγο και χωρίς να ζητήσει την άδεια.
 - Ενοχλεί τους συμμαθητές του όταν κάνουν κάποια άσκηση στην τάξη και κάνει αστεία για να τραβήξει την προσοχή τους.



Μελέτη περίπτωσης 1

- Σπάνια παραμένει συγκεντρωμένος στις εργασίες και στην παράδοση του μαθήματος.
- Έχει αποκτήσει τη φήμη ότι δεν παίζει δίκαια και πολλές φορές δεν μπορεί να ελέγξει το θυμό του την ώρα του παιχνιδιού.
- Τον αποφεύγουν οι συμμαθητές του και δεν τον θέλουν στην ομάδα τους όταν παίζουν.



Προτάσεις διαχείρισης της συμπεριφοράς

- **Ανεπιθύμητη συμπεριφορά 1:** Δεν μπορεί να εστιάσει την προσοχή του.
 - **Στόχος:** να εστιάζει και να διατηρεί την προσοχή του.
 - Προτάσεις:
 - Τοποθετήστε τον μαθητή κοντά σας και μακριά από οπτικούς ή ακουστικούς περισπασμούς.
 - Κινηθείτε κοντά στον μαθητή για να τον επαναφέρετε όταν βλέπετε ότι «χάνεται» → διακριτικό «άγγιγμα» του μαθητή.
 - Εμπλέξτε τον στην παράδοση του μαθήματος.
 - Ενισχύστε τον κάθε φορά που είναι συγκεντρωμένος
- Π.χ «Μπράβο Μ. χαίρομαι που δουλεύεις συγκεντρωμένος».



Προτάσεις διαχείρισης της συμπεριφοράς

- **Ανεπιθύμητη Συμπεριφορά 2:** ενοχλεί συμμαθητές όταν κάνουν ασκήσεις στην τάξη.
- **Στόχος:** μείωση των προκλητικών-διασπαστικών συμπεριφορών.
- Προτάσεις:
- Οργανώστε ένα ημερήσιο/εβδομαδιαίο πρόγραμμα τροποποίησης της συμπεριφοράς με ανταμοιβές, κάθε φορά που ο μαθητής σας εκδηλώνει την επιθυμητή συμπεριφορά.
- Στην προκειμένη περίπτωση η συμπεριφορά στόχος θα μπορούσε να είναι «Κάνω τις ασκήσεις συγκεντρωμένος και με ησυχία».



Προτάσεις διαχείρισης της συμπεριφοράς

- Πριν εφαρμόσετε το πρόγραμμα, έρχεστε σε συνεννόηση με το μαθητή σας για το τι ακριβώς θα δουλέψετε μαζί του και κανονίζετε εκ των προτέρων την ανταμοιβή του.
- Φτιάχνετε έναν πίνακα όπου καταγράφετε καθημερινά τις φορές που ο μαθητής έμεινε συγκεντρωμένος στις ασκήσεις του και τους πόντους που κέρδισε (ένας πόντος για κάθε φορά).
- Στο τέλος της εβδομάδας/μέρας μπορεί να ανταλλάξει αυτούς τους πόντους για μια δραστηριότητα που έχετε προσυμφωνήσει.



Προτάσεις διαχείρισης της συμπεριφοράς

- Όταν εφαρμόζουμε προγράμματα τροποποίησης της συμπεριφοράς είναι καλό, κάποιες φορές, να εμπλέκουμε και τους γονείς για να δουλέψουμε σε συνεργασία.
- Στην αρχή τέτοιων προγραμμάτων είναι καλό να δίνετε ευκαιρίες στο μαθητή σας να επιτυγχάνει τους στόχους, γιατί διαφορετικά δε θα καταλάβει το όφελος της διαδικασίας (1-2 εβδομάδες).
- Εξίσου σημαντικό είναι να χάνει και πόντους, όταν δεν εκδηλώνει την επιθυμητή συμπεριφορά.



Προτάσεις διαχείρισης της συμπεριφοράς

ΕΒΔΟΜΑΔΙΑΙΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ

Όνομα : _____ Δάσκαλος/α: _____ Εβδομάδα: _____

| Συμπεριφορά | Δευτέρα | Τρίτη | Τετάρτη | Πέμπτη | Παρασκευή |
|---|---------|-------|---------|--------|-----------|
| | | | | | |
| Ακολούθησα τους κανόνες της τάξης | | | | | |
| Έκανα την δουλειά μου, συγκεντρωμένος/ή | | | | | |
| | | | | | |

Υπογραφή Γονέα _____

_____ αριθμός smileys τη μέρα κερδίζει _____

_____ αριθμός smileys την εβδομάδα κερδίζει _____



Προτάσεις διαχείρισης της συμπεριφοράς

Ημερήσιο Πρόγραμμα του/της : _____

Ημερομηνία: _____

| Μάθημα | Μένει στην θέση του/της | | Παραμένει συγκεντρωμένος/η | | Ακολουθεί τις οδηγίες | |
|--------|-------------------------|---|----------------------------|---|-----------------------|---|
| | + | - | + | - | + | - |
| | + | - | + | - | + | - |
| | + | - | + | - | + | - |
| | + | - | + | - | + | - |
| | + | - | + | - | + | - |
| | + | - | + | - | + | - |
| | + | - | + | - | + | - |
| | + | - | + | - | + | - |
| | + | - | + | - | + | - |
| | + | - | + | - | + | - |
| | + | - | + | - | + | - |
| | + | - | + | - | + | - |
| | + | - | + | - | + | - |
| | + | - | + | - | + | - |
| | + | - | + | - | + | - |



Προτάσεις διαχείρισης της συμπεριφοράς

- **Ανεπιθύμητη Συμπεριφορά 3:** αστειεύεται , διακόπτει την ώρα του μαθήματος.
- **Στόχος:** μείωση των διασπαστικών συμπεριφορών.
- Προτάσεις:
- Αγνοήστε τις συμπεριφορές που επιδιώκουν την αρνητική προσοχή.
- Εντοπίστε τις θετικές συμπεριφορές και ενισχύστε.
- Χρησιμοποιήστε συστήματα επιβράβευσης (token systems), όταν παίρνει την άδεια πριν μιλήσει.



Προτάσεις διαχείρισης της συμπεριφοράς

- Ο καλύτερος τρόπος για να εντοπίσουμε τι προκαλεί μια συμπεριφορά ή τι τη διατηρεί είναι να κάνουμε ανάλυση της συμπεριφοράς (ΛΑΣ) κρατώντας ένα αρχείο όπως το παρακάτω:

| ΗΜΕΡΑ | ΑΝΕΠΙΘΥΜΗΤΗ ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΑ | ΤΙ ΣΥΝΕΒΑΙΝΕ ΕΚΕΙΝΗ ΤΗ ΣΤΙΓΜΗ | ΤΙ ΣΥΝΕΒΗ ΜΕΤΑ ΤΗ ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΑ |
|---------|--|---|---|
| Δευτέρα | Ο Μ. έκανε ένα αστειό σχόλιο για τον ήρωα του κειμένου | Οι μαθητές διάβαζαν με τη σειρά το κείμενο στο βιβλίο της γλώσσας | Όλοι οι μαθητές έβαλαν τα γέλια. Εγώ θύμωσα και είπα στον Μ. με ένταση να μην ξαναπεταχτεί. |



Προτάσεις διαχείρισης της συμπεριφοράς

- Αφού έχετε καταγράψει τη συμπεριφορά για πολλές ημέρες μπορείτε να αναζητήσετε μοτίβα τα οποία επαναλαμβάνονται.
- Βασιζόμενοι στο τι φαίνεται να προκαλεί ή να διατηρεί «το πρόβλημα», μπορείτε να προχωρήσετε στην παρέμβαση.
- Για παράδειγμα, αν η συμπεριφορά εμφανίζεται ώστε να αποφύγει ο μαθητής μια δραστηριότητα (ανάγνωση κειμένου), η πιο αποτελεσματική παρέμβαση θα ήταν να αλλάξετε τη συνέπεια της ανεπιθύμητης συμπεριφοράς (αγνοήστε το σχόλιό του και σιγουρευτείτε ότι ο μαθητής θα διαβάσει το κομμάτι που του αναλογεί πριν βγει για παράδειγμα στο διάλειμμα).



Προτάσεις διαχείρισης της συμπεριφοράς

- **Ανεπιθύμητη Συμπεριφορά 4:** δεν ακολουθεί οδηγίες.
- **Στόχος:** συμμόρφωση με οδηγίες.
- Δώστε σύντομες και σαφείς οδηγίες με ήρεμο τόνο φωνής.



| Λανθασμένη οδηγία | Σωστή οδηγία |
|--|------------------------------------|
| Θα 'θελες να μαζέψεις τα χαρτιά που έριξες κάτω; | Μάζεψε τα χαρτιά σε παρακαλώ! |
| Θες να τελειώσεις την άσκηση χωρίς να σκουντάς το διπλανό σου; | Τελείωσε την άσκησή σου με ησυχία. |



| Λανθασμένη οδηγία | Σωστή οδηγία |
|--|--|
| Σταμάτα να μιλάς! | Κάθισε στη θέση σου με το στόμα κλειστό σε παρακαλώ! |
| Μην σηκώνεσαι από τη θέση σου χωρίς λόγο | Να με ρωτάς πριν σηκωθείς από τη θέση σου! |
| Μην διακόπτεις το μάθημα | Σε παρακαλώ σήκωσε το χέρι για να μιλήσεις! |



Προτάσεις διαχείρισης της συμπεριφοράς

- **Στόχος:** Πρόληψη εμφάνισης ανεπιθύμητης συμπεριφοράς
- Αναζήτηση της θετικής συμπεριφοράς - άμεση ενίσχυση της - συστηματική ενίσχυση κάθε φορά που αυτή εκδηλώνεται.
- Π.χ. «Μπράβο Μ. που κάθισαι ήσυχος στη θέση σου»
- Παροχή θετικής παρατήρησης ΌΧΙ διορθωτικής ανατροφοδότησης
- Π.χ. «Μπράβο Μ. που σήκωσες το χέρι και ζήτησες την άδεια πριν μιλήσεις»



Προτάσεις διαχείρισης της συμπεριφοράς

- Παροχή άμεσων ενισχυτών για την διατήρηση της θετικής συμπεριφοράς.
- Είδη ενισχυτών:
 - Κοινωνικοί ενισχυτές - Χαμόγελο, χτύπημα στην πλάτη, ενημέρωση των γονέων, κέρδος ενός προνομίου, έπαινος από τη Δ/νση
 - Παροχή δραστηριοτήτων - Επιπλέον χρόνος για ζωγραφική ή Η/Υ, παροχή βοήθειας σε μικρότερο μαθητή
 - Υλικοί ενισχυτές - Αυτοκόλλητα, τρόφιμα



Προτάσεις διαχείρισης της συμπεριφοράς

- **Ανεπιθύμητη Συμπεριφορά 6:** Λανθασμένη προσέγγιση των συμμαθητών του.
- **Στόχος:** Ενδυνάμωση σχέσεων με τους συνομηλίκους.
- Προτάσεις:
- Υποστήριξη της σχέσης του με τους συμμαθητές του.
- Αποφυγή μείωσής του μπροστά στους συμμαθητές του.



Μελέτη Περίπτωσης 2

- Ο Νίκος παρακολουθεί την **Β' Δημοτικού**. Οι γονείς του αναφέρουν ότι είναι ένα υπερδραστήριο και ιδιαίτερα κινητικό παιδί.
- Νηπιαγωγείο:
 - δυσκολευόταν να κάτσει για πολύ ώρα σταθερός μέσα στην τάξη.
 - ακόμα κι όταν ήταν καθιστός κουνιόταν ή χτυπούσε τα πόδια στο πάτωμα.
- Α' Δημοτικού:
 - δεν μπορούσε να κάτσει για πολλή ώρα στη θέση του.
 - σηκωνόταν χωρίς να πάρει άδεια, περπατούσε μέσα στην τάξη.
 - Είχε τύχει να ανοίξει την πόρτα της σχολικής τάξης για να βγει έξω.



Μελέτη περίπτωσης 2

Β' Δημοτικού:

- Συνεχίζει να σηκώνεται χωρίς λόγο από τη θέση του, σε μικρότερη συχνότητα από την προηγούμενη χρονιά.
- Χτυπά το μολύβι στο θρανίο του ή τα πόδια του στο πάτωμα ρυθμικά.
- Μοιάζει να αγνοεί τις οδηγίες της εκπαιδευτικού, με αποτέλεσμα να μην ξεκινά έγκαιρα τις ασκήσεις στην τάξη και να αργεί να τις ολοκληρώσει.



Μελέτη Περίπτωσης 2

- Δεν μπορεί να περιμένει τη σειρά του για να βγει έξω και μόλις χτυπήσει το κουδούνι τρέχει προς την πόρτα.
- Αργεί να μπει στην τάξη μετά το διάλειμμα.
- Έχει δυσκολία να διατηρήσει ένα σταθερό τόνο φωνής, μιλά αρκετά δυνατά, χωρίς να το καταλαβαίνει.
- Δυσκολεύεται να συνεργαστεί με τους συμμαθητές του.



Μελέτη Περίπτωσης 2

- Είναι πολύ έξυπνος, αλλά η ανάγνωσή του είναι ακόμα συλλαβιστή και η γραφή του παρουσιάζει φωνολογικά λάθη.
- Η μητέρα του δηλώνει ότι η καθημερινή μελέτη είναι δύσκολη υπόθεση γιατί ο Ν. δε θέλει να διαβάζει πολύ, ούτε να κάνει όλες τις εργασίες που τους δίνει η εκπαιδευτικός.



Προτάσεις διαχείρισης της συμπεριφοράς

- **Ανεπιθύμητη συμπεριφορά 1:** Σηκώνεται χωρίς λόγο από τη θέση του.
- **Στόχος:** να σηκώνεται όσο το δυνατόν λιγότερο.
- Προτάσεις:
- Να υπάρχει εναλλαγή ανάμεσα σε δραστηριότητες που απαιτούν καθιστή εργασία και σε δραστηριότητες που απαιτούν κίνηση.



Προτάσεις διαχείρισης της συμπεριφοράς

- Οι μαθητές με έντονη κινητικότητα χρειάζεται να έχουν τη δυνατότητα να εκτονώνουν την ενέργεια και την κινητικότητά τους. Είναι κάτι που δεν μπορούν να ελέγξουν και δεν το κάνουν επίτηδες για να δημιουργήσουν πρόβλημα.
- Ο/η εκπαιδευτικός πρέπει να επαγρυπνεί και μόλις καταλαβαίνει ότι ο μαθητής έχει ανάγκη να κινηθεί, να του προσφέρει αυτή τη δυνατότητα. Μπορεί να του αναθέσει αρμοδιότητες, όπως να μοιράσει φυλλάδια στην τάξη, να τον κάνει «βοηθό» της στην τάξη.



Προτάσεις διαχείρισης της συμπεριφοράς

- **Ανεπιθύμητη συμπεριφορά 2:** Χτυπά το μολύβι του στο θρανίο ή τα πόδια του στο πάτωμα.
- **Στόχος:** να μειωθεί ο θόρυβος.
- Προτάσεις:
- Επιδείξτε ανεκτικότητα σε τέτοιου είδους μικροενοχλήσεις, οι οποίες δεν θα πρέπει να έχουν τιμωρητικές συνέπειες.
- Επιτρέψτε στο μαθητή σας να χρησιμοποιεί μπαλάκια του στρες ή spinner.
- Βρείτε εναλλακτικές, ώστε να ελαχιστοποιήσετε τη διάσπαση, όπως για παράδειγμα προτείνετε στο μαθητή να χτυπά το μολύβι στο πόδι του ή πάνω στο βιβλίο του.



Προτάσεις διαχείρισης της συμπεριφοράς

- **Ανεπιθύμητη συμπεριφορά 3:** Ξεχνά τις οδηγίες και δεν ολοκληρώνει τις εργασίες.
- Προτάσεις:
- Δώστε ξεκάθαρες και σαφείς οδηγίες.
- Ορίστε έναν συγκεκριμένο χώρο στον πίνακα όπου θα αναγράφονται οι εργασίες που ζητούνται από τα παιδιά να κάνουν. Εκεί θα μπορούν οι μαθητές να τις βλέπουν ανά πάσα στη στιγμή.
- Ελέγξτε αν οι μαθητές έχουν ακούσει τις οδηγίες βάζοντας έναν εθελοντή να επαναλάβει τι πρέπει να κάνουν.



Προτάσεις διαχείρισης της συμπεριφοράς

- **Ανεπιθύμητη συμπεριφορά 4:** Αργεί να μπει στην τάξη.
- **Στόχος:** *Να μπαίνει στην τάξη στην ώρα του.*
- Προτάσεις:
- Χρήση συστημάτων επιβράβευσης (token system), ημερήσιων ή εβδομαδιαίων καρτών αναφοράς.



Προτάσεις διαχείρισης της συμπεριφοράς

Ημερήσιο Πρόγραμμα του/της : _____

Ημερομηνία: _____

| Μάθημα | Μπαίνω στην τάξη στην ώρα μου | | Σηκώνομαι από τη θέση αφού πάρω άδεια | | | |
|--------|-------------------------------|---|---------------------------------------|---|---|---|
| | + | - | + | - | + | - |
| | + | - | + | - | + | - |
| | + | - | + | - | + | - |
| | + | - | + | - | + | - |
| | + | - | + | - | + | - |
| | + | - | + | - | + | - |
| | + | - | + | - | + | - |
| | + | - | + | - | + | - |
| | + | - | + | - | + | - |
| | + | - | + | - | + | - |
| | + | - | + | - | + | - |
| | + | - | + | - | + | - |
| | + | - | + | - | + | - |
| | + | - | + | - | + | - |
| | + | - | + | - | + | - |



Προτάσεις διαχείρισης της συμπεριφοράς

- **Ανεπιθύμητη συμπεριφορά 5:** Δυσκολεύεται να συνεργαστεί με τους συμμαθητές του.
- **Στόχος:** *Να συνεργάζεται καλύτερα.*
- Προτάσεις:
- Τοποθετήστε το μαθητή δίπλα σε συμμαθητές του που λειτουργούν σαν θετικά πρότυπα συμπεριφοράς.
- Στις ομαδικές εργασίες αναθέστε τον σε ομάδες παιδιών που παρουσιάζουν μια πιο ανεκτική και υποστηρικτική συμπεριφορά.



Προτάσεις διαχείρισης της συμπεριφοράς

- Διδάξτε σε όλη την τάξη συγκεκριμένες κοινωνικές δεξιότητες, όπως αρχές συνεργατικής συμπεριφοράς.
- Αναζητήστε παιδιά που είναι πιο συμβατά με τον εν λόγω μαθητή και δημιουργήστε ευκαιρίες για να κάνουν κάτι ευχάριστο μαζί, όπως ζωγραφική.



Προτάσεις διαχείρισης της συμπεριφοράς

- **Ανεπιθύμητη συμπεριφορά 6:** Συλλαβιστή ανάγνωση, δυσκολία στη γραφή και δυσκολία στη μελέτη.
- **Στόχος:** *Να βελτιωθεί η αναγνωστική του ικανότητα.*
- Προτάσεις:
 - Δώστε στο μαθητή λιγότερο κείμενο για ανάγνωση. Να προτιμάται η ανάγνωση λέξεων.
 - Μην του ζητάτε να αναγνώσει άγνωστο κείμενο στην τάξη χωρίς να το έχει προετοιμάσει.



Προτάσεις διαχείρισης της συμπεριφοράς

- Συνίσταται η μείωση του όγκου εργασιών για το σπίτι σε τέτοιο βαθμό, ώστε να καλύπτει την ικανότητα διατήρησης της προσοχής του παιδιού.
- Προτείνετε μια εξειδικευμένη μαθησιακή αξιολόγηση προκειμένου να εντοπιστούν οι δυσκολίες του μαθητή και να τύχουν της ανάλογης παρέμβασης.



Μελέτη Περίπτωσης 3

- Η Ελευθερία είναι μαθήτριά της **ΣΤ' Δημοτικού**.
- Το τελευταίο εξάμηνο έχει παρουσιάσει μεγάλη πτώση στην ακαδημαϊκή της επίδοση και η διάθεσή της είναι αρκετά πεσμένη.
- Η Ε. ήταν πάντα αφηρημένη στην τάξη, αλλά αυτό εντείνεται όλο και περισσότερο σε συνδυασμό με μια έλλειψη διάθεσης.



Μελέτη περίπτωσης 3

- Η εκπαιδευτικός τονίζει ότι δεν σημειώνει τις ασκήσεις που έχει να κάνει για το σπίτι.
- Βάζει τα φυλλάδια που τους δίνει ανακατεμένα στην τσάντα της με αποτέλεσμα να μην τα βρίσκει σχεδόν ποτέ.
- Η μητέρα της παραπονιέται ότι η Ελευθερία δε συγκρατεί όλες τις πληροφορίες από την παράδοση στην τάξη και στο σπίτι πρέπει να τα ξανακάνουν από την αρχή, σαν να τα ακούει πρώτη φορά.



Μελέτη περίπτωσης 3

- Οι εργασίες που παραδίδει είτε τις έχει κάνει στην τάξη είτε στο σπίτι έχουν αρκετά λάθη απροσεξίας.
- Το ίδιο και τα επαναληπτικά διαγωνίσματα με αποτέλεσμα οι επιδόσεις της να είναι χαμηλές.
- Η εκπαιδευτικός έχει παρατηρήσει ότι τους τελευταίους μήνες η Ελευθερία είναι πιο αποσυρμένη και υπερευαίσθητη.



Μελέτη περίπτωσης 3

- Μπορεί πολύ εύκολα να την πιάσουν τα κλάματα, ακόμα κι όταν δεν υπάρχει σοβαρός λόγος.
- Είναι εύθικτη, πράγμα που έχει επηρεάσει τις σχέσεις της με τους συμμαθητές της.
- Συχνά παραπονιέται για πονοκεφάλους και μοιάζει μονίμως κουρασμένη.



Προτάσεις διαχείρισης της συμπεριφοράς

- **Ανεπιθύμητη συμπεριφορά 1:** Αφαιρείται-δε συγκρατεί πληροφορίες κατά την παράδοση.
- **Στόχος:** *Να παρακολουθεί περισσότερο και να ακούσει όσο το δυνατόν περισσότερα από την παράδοση.*
- Προτάσεις:
- Κάντε την παράδοση του μαθήματος όσο πιο ενδιαφέρουσα και διαδραστική γίνεται.



Προτάσεις διαχείρισης της συμπεριφοράς

- Χρησιμοποιήστε γλώσσα που να αντιλαμβάνονται οι μαθητές σας καθώς και παραδείγματα από την καθημερινή ζωή ή από δραστηριότητες που είναι γνώριμες στα παιδιά.
 - Τονίστε τα κεντρικά σημεία της παράδοσης υψώνοντας ελαφρά τον τόνο της φωνής σας ή ζητώντας με έμφαση την προσοχή τους.
- «Παιδιά θέλω όλη την προσοχή σας σε αυτό που θα πω τώρα γιατί είναι το πιο σημαντικό».



Προτάσεις διαχείρισης της συμπεριφοράς

- Χρησιμοποιήστε εικόνες, οπτικοακουστικά μέσα, διαδραστικό πίνακα. Κάνει το μάθημα πολύ πιο ενδιαφέρον και βοηθά τους μαθητές με δυσκολίες στην προσοχή να εστιάσουν περισσότερο.
- Εμπλέξτε τους μαθητές στην παράδοση. Κάντε τους ερωτήσεις, βάλτε τους να επαναλάβουν κανόνες που θέλετε να θυμούνται.



Προτάσεις διαχείρισης της συμπεριφοράς

- Με ένα διακριτικό άγγιγμα μπορείτε να την επαναφέρετε.
- Χρησιμοποιήστε χειρονομίες για να κάνετε πιο «ζωντανή» τη διδασκαλία σας. Παίξτε με τον επιτονισμό της φωνής σας και με το ύφος σας.
- Επαναλάβετε αυτά που λέτε, ιδίως τα πιο σημαντικά. Έτσι θα αυξήσετε τις πιθανότητες να τα ακούσει έστω και μία φορά ο μαθητής που δεν έχει σταθερή συγκέντρωση.



Προτάσεις διαχείρισης της συμπεριφοράς

- **Ανεπιθύμητη συμπεριφορά 2:** Δεν σημειώνει τις εργασίες για το σπίτι, πετάει τα φυλλάδια στην τσάντα και δεν τα βρίσκει.
- **Στόχος:** Να σημειώνεις τις εργασίες για το σπίτι, να οργανώσει το μαθησιακό υλικό.
- Προτάσεις:
- Διδάξτε σε όλους τους μαθητές σας να χρησιμοποιούν ένα τετράδιο όπου θα καταγράφουν καθημερινά τις εργασίες που έχουν για το σπίτι σε κάθε μάθημα (τετράδιο υποχρεώσεων).



Προτάσεις διαχείρισης της συμπεριφοράς

- Βεβαιωθείτε ότι η μαθήτριά σας σημειώνει καθημερινά τις υποχρεώσεις για το σπίτι, βάζοντας μια υπογραφή στο κάτω μέρος του τετραδίου της στο τέλος της ημέρας. Επιβραβεύστε τη σωστή χρήση του τετραδίου.
- Προτρέψτε τους μαθητές σας να έχουν διαφορετικούς χρωματιστούς φακέλους για κάθε γνωστικό αντικείμενο (κόκκινο για τη γλώσσα, μπλε για τα μαθηματικά κτλ.). Ακόμα μπορείτε να τους το θυμίζετε όταν μοιράζεται τα φυλλάδια στην τάξη .



Προτάσεις διαχείρισης της συμπεριφοράς

- Βάλτε τη μαθήτριά σας να γράψει σε ένα φύλλο χαρτί την ακόλουθη λίστα και να το κολλήσει στην αρχή του τετραδίου υποχρεώσεων. Αφήστε λίγο χώρο δίπλα σε κάθε πρόταση για να μπορεί να τσεκάρει αν το 'κανε ή όχι.
- Θα μπορούσε να προστεθεί οτιδήποτε θεωρείται σημαντικό για τη μαθήτριά σας. Ελέγχει μόνη της τη λίστα λίγο πριν τη λήξη της σχολικής μέρας (αυτοεποπτεία, αυτοέλεγχος).



Προτάσεις διαχείρισης της συμπεριφοράς

| | |
|--|--|
| ▪ Έδωσα τα φυλλάδια που είχα για το σπίτι | |
| ▪ Έγραψα τις ασκήσεις που έχω για το σπίτι | |
| ▪ Έβαλα τα φυλλάδια στο σωστό φάκελο | |



Προτάσεις διαχείρισης της συμπεριφοράς

- **Ανεπιθύμητη συμπεριφορά 3:** Κάνει λάθη απροσεξίας στις εργασίες και τα φυλλάδια.
- **Στόχος:** Να ελέγχει το γραπτό της και να βελτιώσει την επίδοσή της.
- Προτάσεις:
- Φτιάξτε μια λίστα αυτό εποπτείας. Κολλήστε τη στο θρανίο της μαθήτριάς σας για να την κοιτάζει κάθε φορά που κάνει ένα φυλλάδιο ή γράφει ένα διαγώνισμα.



Προτάσεις διαχείρισης της συμπεριφοράς

| ΟΔΗΓΙΕΣ | |
|---|--|
| ▪ Ξεκινώ αμέσως το φυλλάδιο | |
| ▪ Διαβάζω προσεκτικά τις οδηγίες των ασκήσεων. Αν έχω κάποια απορία ρωτάω τη δασκάλα μου. | |
| ▪ Ξεκινώ τις ασκήσεις με τη σειρά. Αν δεν ξέρω κάποια, προχωρώ στην επόμενη. | |
| ▪ Κάνω τις ασκήσεις με προσοχή. | |
| ▪ Μόλις τις τελειώσω όλες επανέρχομαι στην άσκηση που άφησα. | |
| ▪ Ξανακοιτάζω το γραπτό μου κι ελέγχω για τυχόν λάθη. | |
| ▪ Δίνω το γραπτό στη δασκάλα μου. | |



Προτάσεις διαχείρισης της συμπεριφοράς

- **Ανεπιθύμητη συμπεριφορά 4:** αποσυρμένη, υπερευαίσθητη, κακή διάθεση, κλαίει εύκολα, μόνιμη κούραση, πονοκέφαλοι.
- **Στόχος :** Να αισθανθεί ότι βρίσκεται σε ένα υποστηρικτικό περιβάλλον.
- Προτάσεις:
- Η μαθήτριά σας βρίσκεται σε μια πιο δύσκολη συναισθηματική κατάσταση. Δημιουργήστε ένα θετικό υποστηρικτικό και ασφαλές περιβάλλον.



Προτάσεις διαχείρισης της συμπεριφοράς

- Μην είστε απορριπτικοί ή τιμωρητικοί μαζί της.
- Προσπαθήστε να αυξήσετε το αίσθημα αυτοεκτίμησής της, επιβραβεύοντας την προσπάθειά της.
- Δημιουργήστε ευκαιρίες ώστε η μαθήτριά σας να τύχει της θετικής ενίσχυσης κι ανατροφοδότησης και από τους συμμαθητές της.



Προτάσεις διαχείρισης της συμπεριφοράς

- Αν δείτε ότι κάποια δραστηριότητα αυξάνει την ένταση και τα επίπεδα άγχους, αλλάξτε τη.
- Καλλιεργήστε μια σχέση εμπιστοσύνης μιλώντας με τη μαθήτριά σας και διαβεβαιώνοντάς την ότι είστε διαθέσιμος/η για εκείνη.
- Βοηθήστε τη μαθήτριά σας να λεκτικοποιήσει τα συναισθήματά της και να αναγνωρίσει την ανάγκη της για επικοινωνία με τους άλλους γύρω της.



Η δημιουργία μιας καλής σχέσης με το παιδί με ΔΕΠΥ,
είναι σημαντική με στόχο να αντιληφθεί
ότι το καταλαβαίνουμε και ότι είμαστε διαθέσιμοι
να το βοηθήσουμε ανά πάσα στιγμή.

Εάν κατανοήσουμε ότι πολλές από τις
διαταρακτικές συμπεριφορές του
δεν γίνονται σκόπιμα, αλλά
προκύπτουν από αντικειμενικές δυσκολίες
που του προκαλεί η ίδια η διαταραχή,
τότε η επικοινωνία και η συνεργασία μας
θα βελτιωθούν άμεσα.



Ευχαριστούμε θερμά...

