



ΔΕΠ/Υ
ΠΡΑΚΤΙΚΕΣ ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗΣ
ΕΝΤΟΣ ΤΗΣ ΣΧΟΛΙΚΗΣ
ΤΑΞΗΣ

Σάββας Ταϊλαχίδης,
Μ.Σ. Ειδικός Παιδαγωγός,
Προϊστάμενος Κ.Ε.Σ.Υ.
Ημαθίας

ΕΙΣΑΓΩΓΗ

ΠΡΟΚΛΗΤΙΚΕΣ/ΕΠΙΘΕΤΙΚΕΣ ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΕΣ

Με τον όρο «προκλητικές συμπεριφορές» περιγράφουμε εκείνες τις συμπεριφορές που μπορούν να επηρεάσουν σημαντικά την ποιότητα ζωής τόσο του ίδιου του ατόμου που τις εκφράζει όσο και των ανθρώπων γύρω του.

Ένα άτομο που τραγουδά πολύ δυνατά και ασταμάτητα για ώρες το ίδιο τραγούδι στον χώρο που ζει ή εκπαιδεύεται ή ένα άλλο άτομο που επιτίθεται στους γύρω του χτυπώντας τους είναι χαρακτηριστικά παραδείγματα προκλητικής/επιθετικής συμπεριφοράς παρότι είναι πολύ διαφορετικά μεταξύ τους.

Η μεν πρώτη συμπεριφορά προκαλεί την προσοχή των ανθρώπων γύρω από το άτομο και σε αρκετές περιπτώσεις προξενεί κούραση και εκνευρισμό, ενώ η δεύτερη γεννά αισθήματα φόβου και άγχους σε εκπαιδευτικούς και θεραπευτές με αποτέλεσμα να μένουν σε απόσταση από το άτομο που την εκφράζει.

Επίσης, στις προκλητικές/επιθετικές συμπεριφορές εκτός από τη σωματική βία θα πρέπει να συμπεριλάβουμε τη λεκτική βία, την ακατάλληλη σεξουαλική συμπεριφορά και ένα φάσμα ανάλογων συμπεριφορών.

Γιατί ένα άτομο εκφράζει προκλητικές/επιθετικές συμπεριφορές;

Οι ερευνητές έχουν καταγράψει 5 παράγοντες οι οποίοι μπορούν να ερμηνεύσουν τις προκλητικές συμπεριφορές ενός ατόμου:

1. Αποφυγή κάποιου αιτήματος: Το άτομο εκφράζει προκλητική συμπεριφορά για να αποφύγει κάτι το οποίο του έχει ζητηθεί (π.χ. να πλύνει τα χέρια του μετά από κάποια δραστηριότητα). Αποτέλεσμα : απόσυρση του αιτήματος και επανάληψη της συμπεριφοράς κάθε φορά που του ζητείται κάτι ανάλογο.

Γιατί ένα άτομο εκφράζει προκλητικές/επιθετικές συμπεριφορές;

2. Υλική ενίσχυση: Αναφέρεται σε καταστάσεις όπου το άτομο εκφράζει προκλητική συμπεριφορά προκειμένου να αποκτήσει ένα αντικείμενο ή να εμπλακεί σε μία επιθυμητή δραστηριότητα. Αποτέλεσμα: Το άτομο παίρνει αυτό που ζητά μέσω της συμπεριφοράς του.

3. Ικανοποίηση: Υπάρχουν περιπτώσεις όπου η προκλητική συμπεριφορά προκαλεί στο ίδιο το άτομο ευχαρίστηση. Αποτέλεσμα: Συχνή επανάληψη τέτοιων συμπεριφορών μπορεί να οδηγήσει σε αυτοτραυματισμούς (π.χ. χτύπημα του κεφαλιού με το χέρι).

Γιατί ένα άτομο εκφράζει προκλητικές/επιθετικές συμπεριφορές;

4. Πρόκληση προσοχής: Στις περιπτώσεις όπου το άτομο θέλει να προκαλέσει την προσοχή άλλων ανθρώπων. Αποτέλεσμα: Το άτομο καταφέρνει να κερδίσει την προσοχή τους με ανορθόδοξο και πολλές φορές επικίνδυνο τρόπο

5. Η προκλητική/επιθετική συμπεριφορά είναι αποτέλεσμα κάποιας διαταραχής

ΟΡΙΣΜΟΣ ΔΕΠ/Υ

Η Διαταραχή Ελλειμματικής Προσοχής ή/και Υπερκινητικότητας (ΔΕΠ/Υ, διεθνώς ADHD: Attention Deficit Hyperactivity Disorder) είναι μια από τις συχνότερες νευροαναπτυξιακές διαταραχές και εμφανίζεται ως δυσκολία στη διατήρηση εστιασμένης προσοχής ή/και υπερκινητική - παρορμητική συμπεριφορά σε βαθμό ασύμβατο με το αναπτυξιακό στάδιο του παιδιού. Συχνά λέγεται και "υπερκινητική διαταραχή".

Ο Russell Barkley προσδιορίζει τη διαταραχή ελλειμματικής προσοχής ή/και υπερκινητικότητας ως μία αναπτυξιακή διαταραχή της αυτορρύθμισης, η οποία χαρακτηρίζεται από προβλήματα στη χρονική διάρκεια διατήρησης της προσοχής, στον έλεγχο της παρόρμησης και στα επίπεδα κινητικής δραστηριότητας (Barkley, 1995).

Χαρακτηριστικά παιδιών με ΔΕΠ/Υ

1. Δυσκολία στη διατήρηση της προσοχής

Αντιμετωπίζουν πρόβλημα στη διατήρηση της προσοχής σε κάποια δραστηριότητα για μεγάλα χρονικά διαστήματα. Καταβάλλουν τη λιγότερη προσπάθεια καταναλώνοντας τον λιγότερο χρόνο για εκτέλεση βαρετών-δυσάρεστων εργασιών.

2. Δυσκολία στον έλεγχο των παρορμήσεων

Έχουν πρόβλημα με την παρορμητική συμπεριφορά και τον τρόπο σκέψης. Παίρνουν πολλά ρίσκα. Μπορεί να είναι επιρρεπείς σε ατυχήματα επειδή δεν σκέφτονται εκ των προτέρων τις συνέπειες.

3. Υπερβολική δραστηριότητα

Η υπερκινητικότητα εκδηλώνεται με ανησυχία, νευρικές κινήσεις, υπερβολική κινητικότητα ή ομιλία.

4. Δυσκολία στην υπακοή σε κανόνες ή οδηγίες

Δυσκολία στην εκτέλεση οδηγιών και κανόνων. Συχνά καταλήγουν να απαλλάσσουν τους εαυτούς τους από το έργο που τους ανατέθηκε, αρχίζοντας δραστηριότητες μη σχετιζόμενες με αυτό. Δεν παρουσιάζουν «εσωτερικό λόγο» όπως οι άλλοι. (Barkley, 1995:41).

5. Υπερ-αντίδραση σε διάφορες καταστάσεις

Το πρόβλημα της υπερ-αντίδρασης οφείλεται στην έλλειψη αναστολής. Αυτό σημαίνει ότι η υπερκινητικότητα και η παρορμητικότητα είναι μέρος του ίδιου προβλήματος, της «μη ανεσταλμένης συμπεριφοράς» (Barkley, 1995:37).

Δευτερογενή χαρακτηριστικά

1. Δυσκολία στη μνήμη εργασίας

Χαρακτηρίζονται ξεχασιάρηδες, δεν συγκρατούν σημαντικές πληροφορίες, για τον καθορισμό των μετέπειτα ενεργειών τους, και είναι ανοργάνωτοι στον τρόπο σκέψης τους. Δεν αισθάνονται ή δεν χρησιμοποιούν το χρόνο επαρκώς.

2. Καθυστερημένη ανάπτυξη του «εσωτερικού λόγου» και του συστήματος ακολουθίας κανόνων

Αποτέλεσμα είναι η σημαντική έκπτωση στην αναγνωστική ικανότητα, που αφορά σύνθετα, χωρίς ενδιαφέρον ή εκτεταμένα αναγνώσματα.

3. Δυσκολίες ρύθμισης συναισθημάτων, κινήτρων και διέγερσης

Είναι συναισθηματικά ανώριμοι, πιο αντιδραστικοί και περισσότερο οξύθυμοι. Δυσκολία να παράγουν εγγενή κίνητρα και να ρυθμίσουν τα επίπεδα διέγερσής τους σύμφωνα με τις εκάστοτε συνθήκες και απαιτήσεις.

4. Μειωμένη ικανότητα επίλυσης προβλημάτων, ευστροφία και ευελιξία στο να ακολουθούν μακροπρόθεσμους στόχους

Δυσκολεύονται να ανταπεξέλθουν σε τέτοιες περιστάσεις. Παραιτούνται από το στόχο τους δεν σκέφτονται άλλες εναλλακτικές. Αποτέλεσμα, να μην μπορούν να οδηγήσουν τις πράξεις τους σε μια αλυσίδα αντιδράσεων που αποτελεσματικά θα επιτύχει το στόχο τους, σε λεκτικό ή σε συμπεριφορικό επίπεδο.

5. Μεγαλύτερες από το φυσιολογικό μεταπτώσεις στην απόδοση ενός έργου ή εργασίας

Οι παρορμητικοί υπότυποι, παρουσιάζουν βασικές μεταπτώσεις, σε βάθος χρόνου, στην απόδοση μιας εργασίας. Μεταπτώσεις παρατηρούνται στην ποιότητα, ποσότητα και ταχύτητα της εργασίας τους, αποτυγχάνοντας να διατηρήσουν έναν σταθερό ρυθμό παραγωγικότητας και αποτελεσματικότητας.

Άλλα Χαρακτηριστικά της διαταραχής

1. Έναρξη των βασικών χαρακτηριστικών από νωρίς

3-6 ≤ εμφανίζονται ≤ 13 ≤ άλλες αιτίες

2. Παραλλαγές των χαρακτηριστικών ανάλογα με την κατάσταση

Τα άτομα συμπεριφέρονται καλύτερα σε καταστάσεις άμεσες και ξεκάθαρες, που τους αρέσουν, με άμεση ανταμοιβή για τη καλή τους συμπεριφορά, όταν επιτηρούνται, όταν κάνουν κάποια εργασία νωρίς το πρωί. Παρουσιάζουν τα χαρακτηριστικά σε ομαδικά περιβάλλοντα, όταν πρέπει να κάνουν ανιαρή εργασία, όταν πρέπει να εργαστούν χωρίς επίβλεψη.

3. Σχετικά σταθερή και χρόνια πορεία

Τα παιδιά που έχουν κλινικώς διαγνωστεί με ΔΕΠ-Υ στην παιδική ηλικία, κατά 50%-80% θα συνεχίσουν να πληρούν τα διαγνωστικά κριτήρια στην εφηβεία και κατά 10%-65% μπορεί να συνεχίσουν να τα πληρούν και κατά την ενηλικίωση, ενώ το λιγότερο κατά 50%-70% ενδέχεται να συνεχίσουν να εμφανίζουν κάποια από τα χαρακτηριστικά που προκαλούν αδυναμίες και δυσκολίες στη ζωή τους ως ενήλικες.

Στα αγόρια εμφανίζεται τρεις φορές πιο συχνά από ότι στα κορίτσια.

Παιδαγωγική αντιμετώπιση

Η παιδαγωγική αντιμετώπιση της ΔΕΠ-Υ μπορεί να πάρει δύο μορφές:

Την ειδική και τη γενική.

Με την ειδική παιδαγωγική αντιμετώπιση γίνεται προσπάθεια να διδαχθούν στο παιδί τρόποι, με ειδικές ασκήσεις, για να ξεπεράσει προβλήματα και ανεπάρκειες σε ιδιαίτερους τομείς της γνωστικής του ανάπτυξης, όπως λογοθεραπεία (για τη βελτίωση της άρθρωσης), αναγνωστικές ασκήσεις και ψυχοκινητική εκπαίδευση ή επανεκπαίδευση. Η προαγωγή της μάθησης πρέπει να λαμβάνεται σαφώς υπόψη.

Με τη γενική αντιμετώπιση στην ουσία δημιουργούμε τις συνθήκες που θα επιτρέψουν στο παιδί να συγκεντρωθεί και να φέρει σε πέρας μια δραστηριότητα (τροποποίηση περιβάλλοντος) μέσα στο αναλυτικό πρόγραμμα του γενικού σχολείου.

Η σχολική μάθηση μπορεί να απαιτεί την προσαρμογή του προγράμματος στις ανάγκες του παιδιού ή την αναπροσαρμογή του όταν αναγνωριστούν οι ειδικές ανάγκες του παιδιού.

ΠΡΟΤΑΣΕΙΣ ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗΣ

Μεθοδολογικές Εισηγήσεις για Εκπαιδευτικούς που έχουν στην τάξη τους παιδιά με ΔΕΠ-Υ

- Πρώτα απ' όλα, να υπάρχει μια σωστή διάγνωση
- Αναζήτηση ατόμων που θα μας υποστηρίξουν, π.χ. ειδικός παιδαγωγός, ψυχολόγος
- Οργάνωση Ατομικού Προγράμματος
- Να ορίζουμε πολύ εμφανώς τα όριά μας
- Να δίνουμε προσοχή στα συναισθήματά του παιδιού
- Να μην ξεχνάμε ότι οι περισσότεροι από αυτούς τους μαθητές έχουν ήδη βιώσει μια απόρριψη από το σχολικό σύστημα.

Προτάσεις τροποποίησης του σχολικού περιβάλλοντος (της τάξης)

- Αυξάνουμε την απόσταση μεταξύ των θρανίων.
- Τοποθετούμε το παιδί με ΔΕΠ-Υ.
 - Κοντά στο δάσκαλο.
 - Κοντά σ' έναν καλό μαθητή.
 - Μακριά από παράθυρα, πόρτες, καλοριφέρ.
- Ζητάμε από το παιδί να χρησιμοποιεί το μολύβι για να δείχνει καθώς διαβάζει.
- Χρησιμοποιούμε ένα χρονόμετρο για να δείξουμε στα παιδιά πόσο χρόνο έχουν για να ολοκληρώσουν μια εργασία.
- Φροντίζουμε τα παιδιά με ΔΕΠ-Υ να κάθονται σε καρέκλες και θρανία κατάλληλα για το μέγεθός τους.

Προτάσεις παρέμβασης στη συμπεριφορά

1. Δείχνουμε στα παιδιά πώς να ελέγχουν τα ίδια τη συμπεριφορά τους.
2. Επιβραβεύουμε συχνά θετικές συμπεριφορές πριν προκύψουν προβλήματα.
3. Συνοδεύουμε την επιβράβευση με περιγραφή της θετικής συμπεριφοράς.
4. Παραβλέπουμε ανάρμοστες συμπεριφορές όταν είναι μικρής σημασίας.
5. Απομακρύνουμε από το θρανίο αντικείμενα που διασπούν την προσοχή (αφού το έχουμε πρώτα ζητήσει από τα παιδιά και δεν το έχουν κάνει).
6. Δίνουμε ευκαιρίες για διαλείμματα από καθιστικές εργασίες.
7. Χρησιμοποιούμε επιθυμητές δραστηριότητες σαν επιβράβευση της ολοκλήρωσης λιγότερο επιθυμητών δραστηριοτήτων.
8. Απευθύνουμε κάποια ερώτηση στον μαθητή που αρχίζει να διασπάται η προσοχή του κατά την εργασία του.
9. Προσφέρουμε βοήθεια σε κρίσιμα σημεία.
10. Χρησιμοποιούμε οπτικά σημάδια για να ενισχύσουμε την προσήλωση του μαθητή.
11. Πλησιάζουμε το παιδί όταν θέλουμε να του απευθύνουμε το λόγο.
12. Συζητάμε στην τάξη τρόπους για τη θετική επίλυση συγκρούσεων.

Όταν θέλουμε να ησυχάσουμε ένα υπερκινητικό παιδί, μπορούμε να ακολουθήσουμε τις παρακάτω ενέργειες:

- **Να σταθούμε ακριβώς δίπλα του.**
- **Να βάλουμε το χέρι μας στους ώμους του.**
- **Να αναπτύξουμε μαζί του ένα κώδικα επικοινωνίας με σύμβολα και νεύματα, όπως π.χ. το σύμβολο της ησυχίας ή μικρές καρτούλες με το σύμβολο STOP .**

Απλές ενέργειες χειρισμοί και κανόνες εκ μέρους του εκπαιδευτικού μπορεί να έχουν πολύ θετικά αποτελέσματα.

«Επιπλέον, είναι σκόπιμο να καθόμαστε δίπλα του και με ήρεμο τρόπο να το κατευθύνουμε πάνω στην εργασία που του αναθέσαμε -π.χ. λύση ασκήσεων- και την οποία πρέπει να ολοκληρώσει οπωσδήποτε. Μας ενδιαφέρει να αναπτύξει μια αποτελεσματική μέθοδο ελέγχου της παρορμητικότητας στο γνωστικό τομέα» (Μάρκου, 1993).

Στρατηγικές αντιμετώπισης της ΔΕΠ/Υ στην σχολική τάξη

Τα παιδιά με το σύνδρομο ΔΕΠΥ αντιπαθούν την καθυστέρηση. Δυσκολεύονται, δεν μπορούν να περιμένουν.

Γι αυτό πρέπει:

- Να ελαχιστοποιούμε το χρόνο που τ' αφήνουμε να περιμένουν χωρίς να έχουν κάτι ν' ασχοληθούν.
- Η ανατροφοδότηση πρέπει να είναι άμεση.
- Να γίνεται συχνή χρήση ηλεκτρονικού υπολογιστή καθότι δίνει άμεση ανάδραση.
- Να επιτρέπουμε κατά καιρούς ευχάριστες δραστηριότητες

Προτάσεις παρέμβασης στη μνήμη

Αυτοί που υποφέρουν από το σύνδρομο παρουσιάζουν ακόμα πρόβλημα μνήμης. Ξεχνούν εύκολα τι πρέπει να κάνουν, κανόνες, οδηγίες και δεν αντιλαμβάνονται το χρόνο.

Για να περιορίσουμε λοιπόν το πρόβλημα:

- Χρησιμοποιούμε ρολόγια, ημερολόγια, άλλα είδη χρονομέτρων.
- Τοποθετούμε χρονόμετρο στην έδρα για να ξέρει το παιδί πόση ώρα έχει για να συμπληρώσει την εργασία του.
- Απλοποιούμε τις οδηγίες, απλοποιούμε το λεξιλόγιο.
- Επαναλαμβάνουμε τις οδηγίες. Τις λέμε, τις γράφουμε, τις ξαναλέμε. Αυτά τα παιδιά έχουν ανάγκη να ακούνε τα ίδια πράγματα περισσότερο από μια φορά και να τα βλέπουν γραπτά γιατί είναι πιο πολύ οπτικά παρά ακουστικά.

Προτάσεις παρέμβασης στην τάση για παραίτηση/εγκατάλειψη προσπάθειας

- Σπάμε τις μεγάλες εργασίες σε μικρότερες. Οι μεγάλες εργασίες τα πνίγουν, τα αποθαρρύνουν με αποτέλεσμα να παραιτούνται τελείως, φοβισμένα και στενοχωρημένα.
- Οι εργασίες για το σπίτι να στηρίζονται στην ποιότητα και όχι στην ποσότητα.
- Μετά το διάλειμμα ή στην αρχή κάθε νέας δραστηριότητας επαναλαμβάνουμε τους κανόνες.

Τα παιδιά με ΔΕΠ-Υ χρειάζονται υπενθύμιση, χρειάζονται επανάληψη, κατεύθυνση. Ακόμα συγκεντρώνονται μόνο σε πράγματα που τα βρίσκουν ενδιαφέροντα. Γι' αυτό:

- Όπου είναι δυνατόν να χρησιμοποιούνται μέθοδοι και μέσα που διεγείρουν πολλές αισθήσεις.
- Τα θέματα να είναι ενδιαφέροντα.
- Επειδή η προσοχή και η συμπεριφορά σταδιακά χειροτερεύουν όπως προχωρεί η μέρα πρέπει όλα τα δύσκολα να γίνονται τις πρώτες ώρες και για το τέλος να μένουν τα πιο εύκολα και ευχάριστα.
- Οι έπαινοι και άλλες αμοιβές να δίνονται αμέσως και η πληροφόρηση για την προσωπική τους πρόοδο να είναι συχνή.
- Αλλάζουμε συχνά το είδος εργασίας, τα μέσα ακόμα και το χρώμα της κόλλας.
- Χρησιμοποιούμε κίνηση, χρησιμοποιούμε εποπτικά μέσα, κάνουμε χιούμορ, δραματοποίηση, παιχνίδι.

Η προσοχή σε παιδιά με ΔΕΠΥ διασπάται πολύ εύκολα. Πώς θα μπορούσε να βελτιωθεί η κατάσταση

- **Να έχουμε συχνή βλεμματική επαφή. Μια ματιά και μόνο μπορεί να επαναφέρει ένα παιδί από την ονειροπόληση.**
- **Του δίνουμε μια θέση όσο γίνεται μακριά από περισπασμούς. Μια καλή ιδέα είναι κοντά στο δάσκαλο, μακριά από πόρτα και παράθυρα.**
- **Ζητούμε ν' απομακρύνει από μπροστά του υλικά και εργαλεία που δε χρειάζονται για τη δουλειά του.**
- **Κάθε τόσο του θυμίζουμε την αποστολή του.**
- **Απαιτούμε να παίρνει σημειώσεις για να εξασφαλίζουμε περισσότερο την προσοχή του.**
- **Όταν πρόκειται να υποβάλουμε μια ερώτηση σε μαθητή με ΔΕΠΥ αρχίζουμε με το όνομά του για να τραβήξουμε στο μέγιστο την προσοχή του και μετά λέμε την ερώτηση.**
- **Δεν εκδηλώνουμε εκνευρισμό ή αρνητικές διακυμάνσεις στη φωνή. Αποφεύγουμε να δείξουμε απογοήτευση όταν κάνει απρόσεκτα λάθη και δεν καταλαβαίνει οδηγίες.**

Άλλες Προτάσεις αντιμετώπισης

- **Τετράδιο Επικοινωνίας Σπιτιού-σχολείου**

Τα σημειώματα σχολείου – σπιτιού (school-home notes) είναι μία τεχνική για τη βελτίωση της σχολικής επίδοσης, η οποία σύμφωνα με την Kelley (1990) απαιτεί:

- *Την καθημερινή αξιολόγηση της συμπεριφοράς του μαθητή από το δάσκαλο και*
- *Την αντίστοιχη εφαρμογή ενισχυτών από τους γονείς με βάση τις συγκεκριμένες αξιολογήσεις.*

- *Συχνές συναντήσεις με γονείς*
- *Προφορική εξέταση αντί γραπτής*
- *Εκτόνωση μέσω γυμναστικής*
- *Χρήση υπολογιστή όπου είναι δυνατό*



ΤΕΛΟΣ!

**Σάββας Ταϊλαχίδης,
M.Sc. Ειδικός Παιδαγωγός,
Προϊστάμενος Κ.Ε.Σ.Υ. Ημαθίας**