

Οδηγός εκπαίδευσης για τους μαθητές με προβλήματα προσοχής και συγκέντρωσης

Χρήστος Σκαλούμπακας

Ψυχοπαιδαγωγός M.Ed.

ΓΝΠ «Π. & Α. Κυριακού»

Παιδοψυχιατρικό τμήμα

Μονάδα Διαταραχών Προσοχής, Υπερκινητικότητας & Μάθησης

*«Καθολικός Σχεδιασμός και Ανάπτυξη Προσβάσιμου Ψηφιακού
Εκπαιδευτικού Υλικού» -Οριζόντια Πράξη με MIS 5001313*



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



Το έργο «Καθολικός Σχεδιασμός και Ανάπτυξη Προσβάσιμου Ψηφιακού Εκπαιδευτικού Υλικού» με κωδικό ΟΠΣ (MIS) 5001313 υλοποιείται στο πλαίσιο του Επιχειρησιακού Προγράμματος «Ανάπτυξη Ανθρώπινου Δυναμικού, Εκπαίδευση και Διά Βίου Μάθηση 2014-2020» και συγχρηματοδοτείται από την Ελλάδα και την Ευρωπαϊκή Ένωση (Ευρωπαϊκό Κοινωνικό Ταμείο).



Ευρωπαϊκή Ένωση
Ευρωπαϊκό Κοινωνικό Ταμείο

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



ανάπτυξη - εργασία - αλληλεγγύη

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



Μαθητές με συμπτωματολογία ΔΕΠΥ αλλά όχι διάγνωση

- Αρκετοί μαθητές που παρουσιάζουν συμπτωματολογία ΔΕΠΥ πολλές φορές αργούν να διαγνωστούν λόγω :
 - Μακράς αναμονής για εξέταση από ΚΕΔΔΥ ή ΙΠΚΑ
 - Άρνησης των γονέων να απευθυνθούν 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



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



Εστία Παρέμβασης

- Στάσεις & αντιλήψεις εκπαιδευτικών για τη ΔΕΠΥ είναι καθοριστικός παράγοντας για την αποτελεσματικότερη διαχείριση των μαθητών με ΔΕΠΥ στο σχολικό περιβάλλον.
- Τι γνωρίζουν οι Έλληνες εκπαιδευτικοί για τη ΔΕΠΥ και για τις διαφορετικές μεθόδους παρέμβασης ;
- Η πληροφόρηση δεν είναι αποτελεσματική αν ο εκπαιδευτικός δεν είναι εξοικειωμένος με αρχές διαχείρισης συμπεριφοράς.



Τι πρέπει να ξέρουν οι εκπαιδευτικοί ;

- Η ΔΕΠΥ είναι θεραπεύσιμη, αλλά όχι ιάσιμη διαταραχή.
- Συμπτώματα υποχωρούν, ενδέχεται να μειωθούν 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.
- Οι μαθητές με ΔΕΠΥ έχουν φυσιολογική νοημοσύνη αλλά υστερούν σε ότι αφορά τις Επιτελικές Λειτουργίες



Τι είναι οι Επιτελικές Λειτουργίες

Στοχο-κατευθυνόμενες λειτουργίες

- Μνήμη Εργασίας
 - Βραχυπρόθεσμη μνήμη – Η ικανότητα ανάκλησης ενώ...
- Ανασταλτική Λειτουργία
 - Το «φρένο» - ενώ μια ενέργεια βρίσκεται σε εξέλιξη
 - Το «χειρόφρενο» - προληπτική δράση πριν η ενέργεια εκδηλωθεί
- Γνωστική Ευελιξία
 - Ικανότητα τροποποίησης της πορείας ενώπιον νέων δεδομένων
- Έλεγχος Προσοχής
 - Επίγνωση της εξασθένησης της προσοχής και επανενεργοποίησή της



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 υπερ-δραστήριοι
 - 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 συνήθως 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



Τι πρέπει ακόμα να ξέρουν οι εκπαιδευτικοί ;

- Πέρα από την θεραπευτική παρέμβαση που μπορεί να χορηγηθεί, εφόσον ο μαθητής διαγνωστεί...
- Οι πιο αποτελεσματικές εκπαιδευτικές παρεμβάσεις είναι αυτές που υλοποιούνται στο σχολικό περιβάλλον
- Σχολικές παρεμβάσεις :
 - Προληπτική (τροποποίηση διδακτικού έργου ή περιβάλλοντος τάξης ή χρήση τεχνικών όπως οι ΠΥΡΗΝΕΣ)
 - Διαχειριστική (διαχείριση συνεπειών συμπεριφοράς)



ΔΕΠΥ, νομοθεσία και σχολική πρακτική

- Νόμος 3699/08 περιλαμβάνει ΔΕΠΥ ως ειδική εκπαιδευτική ανάγκη
- Αύξηση συχνότητας διάγνωσης της ΔΕΠΥ
- Αναγκαιότητα κατάρτισης και εφαρμογής σχολικών παρεμβάσεων
- Αναγκαιότητα εκπαίδευσης δασκάλων
- Η ΔΕΠΥ αποτελεί υποδειγματική ευκαιρία για την δοκιμή μοντέλων συνεργασίας σχολείου και υπηρεσιών υγείας σε θέματα ψυχικής υγείας



Συνεργασία εκπαιδευτικών με τους γονείς



Ευρωπαϊκή Ένωση
Ευρωπαϊκό Κοινωνικό Ταμείο

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



ΕΣΠΑ
2014-2020
ανάπτυξη - εργασία - αλληλεγγύη

Συνεργασία σπιτιού-σχολείου

- Περιοδικές συναντήσεις ειδικού με τον γονέα και τον εκπαιδευτικό.
- Οικοδόμηση σχέσης που ξεκινά από την αρχή της χρονιάς και όχι με αφορμή κάποια εκδήλωση ανεπιθύμητης συμπεριφοράς.
- Τα μεγαλύτερα παιδιά (γυμνάσιο) μπορούν να συμμετέχουν σε αυτές.



Συνεργασία με τους γονείς

- Ατομική συνάντηση (ιδίως για γονείς παιδιών που παρουσιάζουν δυσκολίες προσαρμογής)
 - Γνωριμία
 - Προσδιορισμός πλαισίου συνεργασίας (τρόπος επικοινωνίας, συχνότητα, τρόπος διευθέτησης προβλημάτων)
 - Αποφεύγεται η αναφορά σε προβλήματα προσαρμογής (ει δυνατόν)
- Follow up
 - Ενίσχυση της συνεργασίας και της εμπιστοσύνης
 - Παροχή ανατροφοδότησης ως προς την πρόοδο του παιδιού



Συνεργασία με γονείς

- Διαχείριση κρίσεων
 - Ατομική συνάντηση – Ενημέρωση
 - Αναλυτική περιγραφή συμβάντων ή γεγονότων χωρίς επιβαρυντικές αναφορές στο μαθητή αλλά με σαφή περιγραφή των ορατών (αλλά και των ενδεχόμενων) συνεπειών στην ακαδημαϊκή και κοινωνική προσαρμογή του μαθητή.
 - Προτεινόμενη παρέμβαση



Επικοινωνία με γονείς

- Η παραπομπή σε δομές αξιολόγησης (ΚΕΣΥ, ΙΠΚΑ) καλό θα είναι να αποφεύγεται σε πρώτο χρόνο.
 - Εμφανίζεται ως προσπάθεια του εκπαιδευτικού να «ξεφορτωθεί» το πρόβλημα
 - Υπονομεύει τον επαγγελματισμό του εκπαιδευτικού
 - Πλήττει τη σχέση εμπιστοσύνης του εκπαιδευτικού με τον γονέα
 - Καθυστερεί η επίλυση του προβλήματος



Γενικές αρχές διαχείρισης της συμπεριφοράς

- Σύνδεση προφίλ διαταραχής με την παρέμβαση.
Π.χ. παιδιά με ΔΕΠΥ – Α έχουν:
 - Βραδείς ρυθμούς γνωστικής επεξεργασίας
 - Χαμηλά επίπεδα περιέργειας
 - Προτιμούν λιγότερο απαιτητικές εργασίες
 - Βασίζονται σε εξωτερικά κριτήρια καθορισμού της επιτυχίας.
 - Προτιμούν τη συνεργασία από τον ανταγωνισμό.



Προληπτικές Παρεμβάσεις



Πυρήνες – Βασικές τεχνικές διαχείρισης της συμπεριφοράς

- Θεμελιώδη συστατικά μιας παρέμβασης που τεκμηριωμένα επιφέρουν την τροποποίηση της συμπεριφοράς.
- Στοιχειώδεις (το ελάχιστο αναγκαίο) τρόποι διαχείρισης της συμπεριφοράς
- Καθημερινές Συμπεριφορές που εκδηλώνουμε ή παρατηρούμε στον κόσμο που με σωστή διαχείριση επιφέρουν επιθυμητές μεταβολές στη συμπεριφορά των μαθητών



Πυρήνες

- Time out (Wolf et al., 1964).
- Νικά το χρόνο (Adams & Drabman, 1995)
- Κόστος Δράσης
- Μυστηριώδεις ενισχυτές (Moore et al., 1994)
- Μεταβατικοί ενισχυτές (Abbott et al., 1998)
- Ουσιαστικοί Ρόλοι (θέση ή ευθύνη)
- Ενθαρρυντικά σημειώματα προς τους γονείς



Αρχές και τεχνικές Διαχείρισης της Συμπεριφοράς



Γενικές αρχές διαχείρισης της συμπεριφοράς

- Σύνδεση προφίλ διαταραχής με την παρέμβαση.
Π.χ. παιδιά με ΔΕΠΥ – Α έχουν:
 - Βραδείς ρυθμούς γνωστικής επεξεργασίας
 - Χαμηλά επίπεδα περιέργειας
 - Προτιμούν λιγότερο απαιτητικές εργασίες
 - Βασίζονται σε εξωτερικά κριτήρια καθορισμού της επιτυχίας.
 - Προτιμούν τη συνεργασία από τον ανταγωνισμό.



Αρχές σχεδιασμού προγράμματος παρέμβασης

- Επιλέγουμε συμπεριφορές-στόχους για την παρέμβαση.
- Διδάσκουμε τους μαθητές ένα σύνολο δεξιοτήτων για να αντικαταστήσουν τις προβληματικές συμπεριφορές.
- Η ακαδημαϊκή επίδοση καθώς και η αύξηση της διάρκειας προσοχής πρέπει να αποτελεί στόχο του προγράμματος παρέμβασης.



Αρχές σχεδιασμού προγράμματος παρέμβασης

- Αξιολόγηση Λειτουργίας της Συμπεριφοράς
 - Καθορισμός της συμπεριφοράς-στόχου της παρέμβασης έτσι ώστε να γίνεται εύκολη καταγραφή.
 - Καταγραφή συμβάντων προ- και μετά- τη συμπεριφορά-στόχο μέσα από συνεντεύξεις.
 - Παραγωγή υποθέσεων σχετικά με το σκοπό που μπορούν να εξυπηρετούν αυτές οι συμπεριφορές.



Αρχές σχεδιασμού προγράμματος παρέμβασης

- Συστηματικός χειρισμός των συμπεριφορών που έπονται ή προηγούνται της συμπεριφοράς-στόχου έτσι ώστε να καθοριστεί η σχέση τους με αυτή.
- Τροποποίηση των συνεπειών που προηγούνται ή έπονται της συμπεριφοράς με στόχο την αντικατάσταση της ακατάλληλης συμπεριφοράς από άλλη.



- Κανόνες, και ιδίως οι εντολές πρέπει να είναι σαφείς, σύντομες, εάν δυνατόν, οπτικοποιημένες και να επαναλαμβάνονται συχνά.
- Συνέπειες πρέπει να ακολουθούν αμέσως ή λίγο μετά την εκδήλωση της συμπεριφοράς.
- Συχνότερη και όχι μόνο αμεσότερη εφαρμογή των συνεπειών είναι στοιχείο ιδιαίτερης σημασίας για τη αποτελεσματική διαχείριση των παιδιών με ΔΕΠΥ.



Αρχές παρέμβασης

- Οι συνέπειες πρέπει να χορηγούνται συχνότερα και όχι μόνο αμεσότερα, λόγω των ελλειμμάτων ως προς το κίνητρο και την αυτενέργεια.
- Οι συνέπειες πρέπει να είναι μεγαλύτερης έντασης ή βαθμίδας
- Πρέπει να χορηγείται μεγαλύτερο εύρος ενισχυτών δηλαδή συνεπειών που έχουν σαν αποτέλεσμα την αύξηση επιθυμητών συμπεριφορών.
- Οι ενισχυτές πρέπει να εναλλάσσονται και να ανακυκλώνονται για να διατηρούν υψηλά το επίπεδο εγρήγορσης.



Αρχές παρέμβασης

- Η πρόβλεψη είναι κομβική έννοια στην διδασκαλία των παιδιών με ΔΕΠΥ – ιδιαίτερα στις μεταβάσεις. Η υπενθύμιση των κανόνων είναι χρήσιμη στρατηγική.
- Πρέπει να κρίνονται (θετικά) δημόσια πιο συχνά από άλλα παιδιά (ιδιαίτερα στις μικρότερες ηλικίες)
- Οι συμπεριφοριστικές παρεμβάσεις πρέπει να εφαρμόζονται σταθερά και αδιάκοπα με σταθερή αξιολόγηση.



Αρχές παρέμβασης

- Συνεργασία εκπαιδευτικού-γονέα για τον καθορισμό της συμπεριφοράς-στόχου
- Δειγματοληψία συμπεριφοράς σε διαφορετικές χρονικές στιγμές.
- Κατάρτιση συμβολαίου συμπεριφοράς.
- Καθημερινή εξέταση του ΕΚΑ από γονέα και παιδί.



Αρχές σχεδιασμού προγράμματος παρέμβασης

- Επιλέγουμε συμπεριφορές-στόχους για την παρέμβαση.
- Διδάσκουμε τους μαθητές ένα σύνολο δεξιοτήτων για να αντικαταστήσουν τις προβληματικές συμπεριφορές.
- Η ακαδημαϊκή επίδοση καθώς και η αύξηση της διάρκειας προσοχής πρέπει να αποτελεί στόχο του προγράμματος παρέμβασης.



Αρχές σχεδιασμού προγράμματος παρέμβασης

- Συστηματικός χειρισμός των συμπεριφορών που έπονται ή προηγούνται της συμπεριφοράς-στόχου έτσι ώστε να καθοριστεί η σχέση τους με αυτή.
- Τροποποίηση των προ- ή μετά- τη συμπεριφορά συνεπειών με στόχο την αντικατάσταση της ακατάλληλης συμπεριφοράς από άλλη.



Αρχές παρέμβασης

- Συνέπειες πρέπει να χορηγούνται συχνότερα και όχι μόνο αμεσότερα, λόγω των ελλειμμάτων ως προς το κίνητρο και την αυτενέργεια.
- Οι συνέπειες πρέπει να είναι μεγαλύτερης έντασης ή βαθμίδας
- Πρέπει να χορηγείται μεγαλύτερο εύρος ενισχυτών.
- Οι ενισχυτές πρέπει να εναλλάσσονται και να ανακυκλώνονται για να διατηρούν υψηλά το επίπεδο εγρήγορσης.



Άσκηση

- Σκεφτείτε κάποιον μαθητή με πρόβλημα συμπεριφοράς
- Περιγράψτε τη συμπεριφορά του με λεπτομέρεια
- Αναφέρετε τον τόπο και το χρόνο που συμβαίνει αυτή η συμπεριφορά
- Αναφέρετε γεγονότα, καταστάσεις, γνωστικά αντικείμενα ή οτιδήποτε προηγείται της συμπεριφοράς αυτής (πρότερο ερέθισμα)
- Αναφέρετε γεγονότα, καταστάσεις ή οτιδήποτε έπεται της συμπεριφοράς αυτής (συνέπεια)
- Παρατηρείστε εάν υπάρχει πρότερο ερέθισμα ή συνέπεια που εμφανίζεται συστηματικά

