

ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗ ΤΩΝ ΜΑΘΗΤΩΝ ΜΕ ΣΤΟΙΧΕΙΑ ΕΛΛΕΙΜΜΑΤΙΚΗΣ ΠΡΟΣΟΧΗΣ ΜΕ Η ΧΩΡΙΣ ΥΠΕΡΚΙΝΗΤΙΚΟΤΗΤΑ

(Σχεδιασμός Υλικού, Καρυστινός Ανδρέας Ψυχολόγος M.Sc. Λινάρδου Δήμητρα, Εκπαιδευτικός Ειδικής Αγωγής)

1. Χαρακτηριστικές προβληματικές συμπεριφορές

Απροσεξία

- Έντονη διάσπαση προσοχής από οπτικο-ακουστικά ερεθίσματα
- Μέσα στην τάξη μοιάζουν «χαμένα» δείχνοντας ότι ονειροπολούν
- Δεν μπορούν να επικεντρώσουν την προσοχή τους σε λεπτομέρειες
- Δυσκολεύονται να οργανώσουν δουλειές και δραστηριότητες
- Δεν ακολουθούν μέχρι τέλους οδηγίες
- Αποτυγχάνουν να ολοκληρώσουν σχολικές εργασίες
- Φαίνονται μπερδεμένα
- Ξεχνούν καθημερινές δραστηριότητες
- Δυσκολεύονται να διατηρήσουν την προσοχή τους σε δουλειές ή δραστηριότητες παιχνιδιού
- Φαίνεται να μην ακούνε, όταν τους απευθύνεται ο λόγος

Παρορμητικότητα

- Απαντούν πριν ολοκληρωθεί η ερώτηση απερίσκεπτα
- Δυσκολεύονται να περιμένουν τη σειρά τους
- Έχουν άλλοτε γρήγορους και άλλοτε αργούς ρυθμούς
- Πρώτα πράττουν και μετά σκέφτονται

Υπερκινητικότητα

- Κινούν νευρικά χέρια ή πόδια ή στριφογυρίζουν στη θέση τους
- Εγκαταλείπουν τη θέση τους, όταν πρέπει να παραμείνουν καθισμένα
- Είναι σε συνεχή κινητική ανησυχία
- Μιλούν διαρκώς και υπερβολικά μέσα στην τάξη
- Κάνουν επικίνδυνα πράγματα τρέχοντας και σκαρφαλώνοντας
- Σε δραστηριότητες ελεύθερου χρόνου δε συμμετέχουν ήσυχα και ήρεμα

2. Εκπαιδευτική αντιμετώπιση

Για να επιτευχθεί μια σωστή αντιμετώπιση των παιδιών αυτών, απαιτείται πριν από όλα απεριόριστη και αδιαπραγμάτευτη θετική αποδοχή της διαφορετικότητας του παιδιού - του κάθε παιδιού. Όλες οι ενέργειές μας, θα πρέπει να χαρακτηρίζονται από ευαισθησία, σεβασμό στη διαφορετικότητα και ανθρώπινη προσέγγιση στα πολύμορφα και πολυδιάστατα προβλήματα και στις δυσκολίες όλων των παιδιών και κατά μείζονα λόγο, των παιδιών με μαθησιακές και συμπεριφορικές δυσκολίες.

Ειδικότερα, για τα παιδιά με στοιχεία ελλειμματικής προσοχής, με ή χωρίς υπερκινητικότητα, οι λέξεις – κλειδιά για την εκπαιδευτική αντιμετώπιση είναι:

- Δομή - οργάνωση
- Όρια
- Ακρίβεια (στις οδηγίες)
- Επανάληψη
- Συνέπεια
- Σταθερότητα

Στόχοι

Οι βασικοί στόχοι που θα πρέπει να προτάσσονται στην εκπαίδευση των μαθητών αυτών είναι:

- Να εκπαιδευτούν σε συγκεκριμένες στρατηγικές αυτοπαρακολούθησης και αυτοελέγχου κατά τη διάρκεια σχολικών εργασιών, που θα τα βοηθήσουν να ελέγχουν τον παρορμητισμό τους και να απαντούν σύμφωνα με τις δυνατότητές τους.
- Να μπορούν να παρακολουθούν το ρυθμό του μαθήματος και να συγχρονίζονται με την υπόλοιπη τάξη, αρχικά για ορισμένο χρόνο και σε ορισμένες δραστηριότητες από αυτές που τα δυσκολεύουν (ο χρόνος θα αυξάνεται σταδιακά).
- Να υιοθετηθούν αποτελεσματικοί τρόποι εκπαιδευτικής παρέμβασης κατά τη διδασκαλία.
- Να μπορούν να ολοκληρώσουν εντός του παρεχόμενου χρόνου τις ανατιθέμενες εργασίες.
- Να παρέχεται κατάλληλη εκπαιδευτική βοήθεια, ώστε να μπορούν να οργανώσουν τις σκέψεις τους πριν απαντήσουν σε ένα ερώτημα.
- Να εκπαιδευτούν σε συγκεκριμένες στρατηγικές αυτοελέγχου και αυτορρύθμισης της συμπεριφοράς.
- Ενίσχυση αυτοπεποίθησης.
- Αύξηση κινήτρου.

Επίτευξη των στόχων – εκπαιδευτικές παρεμβάσεις

Για την επίτευξη των παραπάνω στόχων, ο εκπαιδευτικός θα πρέπει να φροντίζει, ώστε να επιτυγχάνονται στο μέγιστο δυνατό βαθμό:

Οργάνωση του μαθήματος

- Ενημέρωση για το στόχο του μαθήματος στην έναρξη της διδασκαλίας.
- Χρήση βοηθητικών οπτικών σχεδιαγραμμάτων (σε έντυπη μορφή ή στον πίνακα) για την οργάνωση των πληροφοριών του μαθήματος που θα ακολουθήσει.
- Υπογράμμιση των βασικών στοιχείων κάθε μαθήματος.
- Χρήση γνωστικών χαρτών (π.χ. διαγράμματα οργάνωσης των πληροφοριών) κατά τη διάρκεια της διδασκαλίας.
- Σύνοψη κυρίων σημείων στο τέλος του μαθήματος.
- Διδακτέα ύλη μοιρασμένη σε μικρές ενότητες.
- Διάκριση κάθε δραστηριότητας σε μικρές ενότητες και διδασκαλία με μικρά βήματα.
- Ξεκάθαροι κανόνες και ρουτίνες.

Οργάνωση των ανατιθέμενων εργασιών – αξιολόγηση

- Αυστηρή δόμηση των ανατιθέμενων έργων. Κατάτμηση αυτών σε μικρότερα και απλούστερα μέρη με καθοδήγηση και επεξήγηση για κάθε μέρος.
- Υπενθύμιση του χρόνου που έχει στη διάθεσή του για κάθε δραστηριότητα.
- Υιοθέτηση εναλλακτικού τρόπου για την καθημερινή εξέταση. π.χ. μέσω σύντομων απαντήσεων ή προτάσεων πολλαπλών επιλογών σωστού – λάθους, τα πρώτα λεπτά της ώρας, οπότε η συγκέντρωσή του είναι καλύτερη.
- Διασφάλιση του ότι διαβάζει σωστά τις ερωτήσεις.
- Μείωση του μεγέθους του κειμένου προς αντιγραφή από τον πίνακα.

- Περισσότερος χρόνος αναμονής για συμπλήρωση γραπτών εργασιών στην τάξη.
- Οι εργασίες για το σπίτι να αφορούν μόνο στην ήδη επεξεργασμένη ύλη.
- Μικρές εργασίες, σύντομα διαγωνίσματα.
- Διατύπωση συγκεκριμένων οδηγιών, σταθερή επανάληψη τους.
- Προσαρμογή των ερωτήσεων, έτσι ώστε να δίνεται η ευκαιρία στο παιδί να απαντήσει σωστά.
- Υπενθυμίσεις, επόπτευση, καθοδήγηση, διευκρινήσεις, εναλλακτικές εργασίες.

Βελτίωση προσοχής κατά τη διάρκεια του μαθήματος

- Μείωση των διασπαστικών οπτικών και ακουστικών ερεθισμάτων της τάξης (π.χ. μακριά από πόρτα και παράθυρα) και τοποθέτηση των οπτικών ερεθισμάτων, όπως πίνακες, πόστερ κτλ. εκτός του οπτικού του πεδίου (π.χ. πίσω του).
- Τοποθέτηση του μαθητή σε μπροστινό θρανίο, σε θέση κοντινή προς τον εκπαιδευτικό για καλύτερη εποπτεία και η επαφή του με τους συμμαθητές του να είναι ελεγχόμενη. Μπορεί να παραμείνει κενή η θέση δίπλα του, ώστε να έχει χώρο να κινηθεί, αλλά και να μη διασπάται εύκολα και να μην ενοχλεί.
- Επιδίωξη της βλεμματικής επαφής εκπαιδευτικού - μαθητή
- Επέμβαση με μη λεκτικούς κώδικες, όπως ένα απαλό άγγιγμα στον ώμο ή την πλάτη, ένα αυστηρό βλέμμα, κάποιο νεύμα ή σύμβολο.
- Άμεση ανατροφοδότηση και ανταμοιβή.
- Οπτική παρουσίαση των πληροφοριών
- Στυλ μαθήματος (ζωηρή παρουσίαση, με διακυμάνσεις στο τόνο της φωνής, με κίνηση και ποικίλα μέσα).
- Χρήση πολλών παραδειγμάτων.
- Χρήση ποικιλίας και πλήθους οπτικών μέσων.
- Διατύπωση πολλών ερωτήσεων κατά τη διδασκαλία για τη δημιουργία διαλόγου.
- Να μη μένει αδρανής.
- Ενσωμάτωση των ενδιαφερόντων του.
- Έμφαση στην πρακτική εξάσκηση.
- Ανάλυση της διαδικασίας εκτέλεσης ενός έργου σε βήματα και διδασκαλία αυτών και της ιεραρχίας αυτών ένα-ένα (ανάλυση έργου). Επεξήγηση του συλλογισμού βήμα-βήμα από τον εκπαιδευτικό φωναχτά.
- Απλές, ξεκάθαρες και άμεσες οδηγίες. Χρησιμοποιήστε μόνο μία οδηγία κάθε φορά. Αποφύγετε μεγάλες και πολύπλοκες εντολές, όπως το να ζητάτε από το παιδί να κάνει 2 - 3 πράγματα συγχρόνως. Θα το μπερδέψουν. Προχωρήστε στην επόμενη δραστηριότητα μόνο όταν το παιδί έχει ολοκληρώσει την προηγούμενη.
- Παροχή ευκαιριών για ενεργητική συμμετοχή στο μάθημα (όχι μόνο ακρόαση και παρακολούθηση δραστηριοτήτων).
- Χρήση σαφών όρων στην ομιλία, δίνοντας μόνο μία οδηγία τη φορά, με απλές προτάσεις.
- Σαφής-συγκεκριμένος λόγος, γλώσσα απλουστευμένη.
- Βοηθήστε το να μάθει σε μικρά κομμάτια, με συχνά διαλείμματα.
- Εφαρμογή ομαδοσυνεργατικής διδασκαλίας.

Βελτίωση σε συγκεκριμένους γνωστικούς τομείς

Κατανόηση κειμένων – εκμάθηση σχολικών μαθημάτων:

- Να του χορηγείται από τους εκπαιδευτικούς έντυπο βοηθητικό υλικό (καθοδηγητικές ερωτήσεις που εστιάζουν στα σημαντικότερα σημεία, διαγράμματα κλπ).
- Να εξασκηθεί να εντοπίζει τη ζητούμενη πληροφορία στο κείμενο.
- Να εξασκηθεί συστηματικά σε στρατηγικές οργάνωσης του περιεχομένου ενός κειμένου (π.χ. υπογράμμιση, λέξεις – κλειδιά, εύρεση θεματικών προτάσεων σε παραγράφους, κατασκευή

διαγραμμάτων, γραφικών οργανωτών, οπτικών αναπαραστάσεων των υπό επεξεργασία νοημάτων κτλ) προκειμένου να αντιλαμβάνεται πληρέστερα τη σύνδεση των πληροφοριών.

- Σε μαθήματα που περιλαμβάνουν μακροσκελή και σύνθετα κείμενα, για να τα κατανοήσει να του δίνονται περιλήψεις απλούστερης μορφής ως προς τη σύνταξη, το λεξιλόγιο και το περιεχόμενο. Μπορούν ακόμα να του δίνονται οι πληροφορίες που θεωρείται απαραίτητο να μάθει σε μορφή ερωτήσεων – απαντήσεων.
- Να διαβάζονται μεγαλόφωνα τα κείμενα μέσα στην τάξη είτε από τον εκπαιδευτικό, είτε από κάποιον συμμαθητή.
- Διδασκαλία μνημονικών τεχνικών.

Οργάνωση λόγου:

- Να γίνονται απλά σχεδιαγράμματα με τις βασικές ιδέες που πρέπει να αναπτύξει.
- Να διδαχθεί παραδείγματα φράσεων και συνδυασμών λέξεων, που θα τον βοηθήσουν στην ομαλή διατύπωση και αλληλουχία των νοημάτων τόσο στον προφορικό λόγο όσο και στον γραπτό.
- Να διδαχθεί συγκεκριμένες στρατηγικές για την παραγωγή γραπτού λόγου (έκθεση, περίληψη, απαντήσεις σε ερωτήσεις ανοικτού τύπου). Π.χ. με τη χρήση καθοδηγητικών ερωτήσεων, με τη διάκριση του θεματικού κέντρου των παραγράφων από τις λεπτομέρειες, με την τελική σύνοψη των θεματικών προτάσεων κ.ο.κ.
- Να ασκηθεί συστηματικά στον επανέλεγχο των γραπτών του με έμφαση κάθε φορά σε συγκεκριμένο στόχο (π.χ. διόρθωση συχνόχρηστων λέξεων, διόρθωση των εισαγωγικών γραμμάτων προτάσεων, συμπλήρωση τόνων κ.ο.κ.).

Μαθηματικά:

- Να ασκηθεί σε στρατηγικές αυτοοργάνωσης για τη βελτίωση τόσο του λόγου του, όσο και των ενεργειών του κατά τη διάρκεια επίλυσης ασκήσεων (μαθηματικών, φυσικής κτλ.). (π.χ. οργάνωση των δεδομένων γραπτά, με σχεδιαγράμματα, γραφικούς οργανωτές, λίστες κτλ., διάκριση των επιμέρους συλλογιστικών βημάτων και αρίθμηση αυτών ή διάταξή αυτών σε ένα διάγραμμα ροής κτλ.).
- Να ασκηθεί σε στρατηγικές αυτοελέγχου κατά τη διάρκεια μαθηματικών υπολογισμών.
- Για την αυτοπαρακολούθηση κατά τη διάρκεια ενασχόλησης με την εργασία, οι λίστες και τα διαγράμματα που θα κατασκευάζει μόνος του, μπορεί να περιέχουν κενό χώρο, στον οποίο θα σημειώνει τα βήματα που ολοκλήρωσε με ένα \checkmark .
- Να του επισημαίνεται σταθερά από τον καθηγητή η ανάγκη χρήσης των παραπάνω στρατηγικών και να του υπενθυμίζεται σε τακτά χρονικά διαστήματα να τις χρησιμοποιεί.

Έλεγχος υπερκινητικότητας – οριοθέτηση συμπεριφοράς:

- Στρατηγικές «εκτόνωσης της κινητικότητας», με ανάθεση μικροεργασιών π.χ. μοίρασμα τετραδίων, γράψιμο στον πίνακα, επίδειξη στο χάρτη ή σε μια εικόνα, με σκοπό την απελευθέρωση της ενέργειάς τους και ελαχιστοποίηση της κούρασης και της μονοτονίας τους.
- Να κάθεται σε θέση, κοντά στον εκπαιδευτικό, μόνος ή με άλλον ήσυχο και υπομονετικό μαθητή. Τα πρώτα θρανία θεωρούνται κατάλληλα. Η παρουσία μας κατευνάζει την ανησυχία του και η επέμβασή μας πρέπει να είναι άμεση.
- Χρήση «εξωτερικών» τεχνικών π.χ. επαίνους, σύστημα πόντων, ειδικά προνόμια.
- Να οριστούν σαφείς και λογικοί κανόνες συμπεριφοράς για την τάξη και τον ίδιο.
- Να διασφαλίζεται η συνεχής βλεμματική επαφή εκπαιδευτικού – μαθητή.
- Να διασφαλίζεται ότι το πρόγραμμα εργασιών και δραστηριοτήτων είναι προβλέψιμο.
- Ανάληψη ευθυνών – ευκαιρίες εξάσκησης της υπευθυνότητας.
- Ενημερώστε το παιδί εκ των προτέρων για το τι θα κάνει ή πείτε του τότε είναι η σειρά του.

- Αποφύγετε τις γενικεύσεις, όπως το να είναι "φρόνιμο" ή να "συμπεριφέρεται καλά". Περιγράψτε την απαιτούμενη συμπεριφορά πολύ ξεκάθαρα, μην υποθέσετε ότι το παιδί ξέρει τι εννοείτε.
 - Συνέπεια και σεβασμός στους κοινά συμφωνημένους «όρους» της τάξης. Η τήρησή τους, ανταμείβεται και επιβραβεύεται. Η αθέτησή τους επιφέρει αρνητικές συνέπειες.
 - Οι κανόνες πρέπει να είναι σταθεροί και οι στόχοι δεν πρέπει να αλλάζουν στην πορεία.
 - Δημιουργία θετικού κλίματος: επιβράβευση προσπάθειας, έπαινος, ανταμοιβές, παρότρυνση, καθησυχασμός του άγχους.
 - Αποφυγή συχνής χρήσης τιμωρίας, παρά μόνον αν κρίνεται απαραίτητη, χωρίς αυστηρότητα, αλλά με ήρεμο και διακριτικό τρόπο.
 - Επιλέγουμε τις στιγμές που θα παρέμβουμε. Αν είναι πολλές τότε αποδυναμώνεται η παρέμβαση – αν είναι λίγες τότε δεν είναι επαρκής.
 - Υπακοή – έπαινος, ανυπακοή – απώλεια προνομίων ή διακοπή θετικού ενισχυτή, υπόσχεση μιας πραγματοποιήσιμης αμοιβής, σκόπιμη αδιαφορία σε ορισμένες περιπτώσεις.
 - Συχνός έπαινος συγκεκριμένων συμπεριφορών. Ενθάρρυνση και ενίσχυση της σωστής συμπεριφοράς, ακόμη και μιας μικρής βελτίωσης. Οι επιβραβεύσεις θα πρέπει να έχουν νόημα για το παιδί και θα πρέπει να έχουν συμφωνηθεί εκ των προτέρων μαζί του.
 - Ενισχύστε τις δυνάμεις του και βασιστείτε σ' αυτές. Κάντε του κατανοητό το γιατί είστε ευχαριστημένοι, μην υποθέτετε ότι ξέρει.
 - Να αναπτυχθεί και να εφαρμοστεί, σε συνεργασία με τον ίδιο, ένα πρόγραμμα διαχείρισης συμπεριφοράς. Το πρόγραμμα μπορεί να συνοδεύεται από ένα σύστημα πόντων για επιβράβευση και παρακολούθηση της προόδου του. Ιεραρχούνται με προσοχή τα προβλήματα, επιλογή λίγων στόχων κάθε φορά.
 - Συμφωνείται από κοινού μια συμπεριφορά στόχος π.χ. «να καταγράφει σωστά τις εργασίες της επόμενης ημέρας.»
 - Τίθεται συγκεκριμένο περιθώριο βελτίωσης π.χ. 4 από τις 5 ημέρες της εβδομάδας.
 - Ενημερώνεται ο μαθητής στη λήξη του μαθήματος.
 - Να προσφέρει και να δέχεται εθελοντική βοήθεια από τους συμμαθητές του.
-
- Συστηματική συνεργασία μεταξύ σχολείου και οικογένειας (είναι απαραίτητη και θα υποστηρίξει τη γενίκευση των δεξιοτήτων που κατακτά σε άλλα πλαίσια).