

Μαθητές με ΔΕΠΥ

Οδηγός ενημέρωσης από το 2^ο ΚΕΣΥ Πειραιά



ΟΤΑΝ ΕΣΥ

- ... μου λύνεις τις ασκήσεις
- ... μου διορθώνεις τα λάθη στα μαθήματα χωρίς να μου εξηγείς
- ... ετοιμάζεις την τσάντα μου κάθε πρωί για το σχολείο
- ... ψάχνεις τα πράγματα που χάνω
- ... με ντύνεις, μου φοράς τα παπούτσια και μου δένεις τα κορδόνια, ενώ μπορώ να το κάνω
- ... δεν με αφήνεις να σε βοηθήσω με απλές δουλειές στο σπίτι που μπορώ να κάνω

όταν εσύ
μου τα δίνεις όλα στο πιάτο!

Το ΜΟΝΟ που καταλαβαίνω είναι ότι εσύ ξέρεις να κάνεις τα πάντα καλύτερα από μένα και ότι δεν μου διδάσκεις την έννοια της υπευθυνότητας

Δείξε μου το δρόμο, αλλά μην χαράζεις εσύ την πορεία μου αντί για μένα



Χαρακτηριστικά μαθητών με ΔΕΠΥ

Ορισμός

Η Διαταραχή Ελλειμματικής Προσοχής και Υπερκινητικότητας (ΔΕΠΥ), διεθνώς Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD), είναι μια αναπτυξιακή διαταραχή, η οποία προκαλεί επίμονες και σοβαρές δυσκολίες σε διάφορες πτυχές της ζωής του παιδιού.

Τα χαρακτηριστικά της είναι:

- η διάσπαση προσοχής
- η υπερκινητικότητα
- η παρορμητικότητα

Συχνότητα εμφάνισης

Είναι μια από τις συχνότερες νευροβιολογικές διαταραχές της παιδικής ηλικίας, η οποία συνεχίζεται, κατά ένα σημαντικό ποσοστό, και στην ενήλικη ζωή. Εμφανίζεται στο 5-7% του μαθητικού πληθυσμού και 3 φορές πιο συχνά στα αγόρια απ' ότι στα κορίτσια. Αρκετοί επιστήμονες, ωστόσο, υποστηρίζουν πως η συχνότητα εμφάνισης είναι περίπου η ίδια και στα δυο φύλα. Η διαφορά έγκειται στο γεγονός ότι τα κορίτσια συνήθως δεν είναι υπερκινητικά και διαχειρίζονται καλύτερα τη διαταραχή τους, η οποία κατά συνέπεια συχνά υποκρύπτεται ή διαγιγνώσκεται αργότερα.

Αιτίες

- Αν και τα ακριβή αίτια της δεν έχουν εξακριβωθεί, οι περισσότερες έρευνες αποδίδουν την εμφάνισή της σε γενετικούς ή νευρολογικούς παράγοντες.
- Το 76% των παιδιών με ΔΕΠΥ έχουν συνήθως ένα συγγενή με αυτήν τη διαταραχή.
- Ο εγκέφαλος των παιδιών με ΔΕΠΥ παρουσιάζει διαφορές από εκείνον των συνομηλίκων τους στη δομή, το μεταβολισμό και τη λειτουργία συγκεκριμένων περιοχών.
- Παράλληλα, η πρόωρη γέννηση, το κάπνισμα, η κατανάλωση αλκοόλ και το υπερβολικό στρες κατά τη διάρκεια της εγκυμοσύνης, ο εγκεφαλικός τραυματισμός ή η έκθεση σε τοξικές ουσίες μπορούν να συμβάλουν στην ανάπτυξη της ΔΕΠΥ.
- Η ελλιπής γονική φροντίδα ΔΕΝ προκαλεί τη ΔΕΠΥ. Εντούτοις, στοιχεία δυσλειτουργίας στην οικογένεια, όπως και η έλλειψη γονικού ελέγχου μπορεί να συμβάλλουν στην επιδείνωση της ΔΕΠΥ και στην εμφάνιση επιπλοκών στη συναισθηματική κατάσταση ή συμπεριφορά.

Τύποι ΔΕΠΥ

Με βάση τα συμπτώματα που ορίζει το DSM-IV, δηλαδή το Διαγνωστικό και Στατιστικό Εγχειρίδιο Ψυχικών Διαταραχών (Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders) της Αμερικανικής Ψυχιατρικής Εταιρείας, διακρίνονται 3 τύποι ΔΕΠΥ:

- ΔΕΠΥ-τύπος απροσεξίας
- ΔΕΠΥ-τύπος παρορμητικότητας-υπερκινητικότητας
- ΔΕΠΥ-συνδυασμένος τύπος

Επίσης, τα συμπτώματα πρέπει να έχουν εκδηλωθεί πριν τα 7 έτη και να πληρούν τουλάχιστον 6 από τα ακόλουθα κριτήρια.

ΔΕΠΥ-τύπος παρορμητικότητας- υπερκινητικότητας

- Αδυνατεί να παραμείνει καθισμένος/η για πολλή ώρα.
- Κουνάει χέρια, πόδια, ή στριφογυρίζει στην καρέκλα.
- Κοιτά συνέχεια γύρω του.
- Συχνά διακόπτει ή ενοχλεί τους άλλους.
- Δε σκέφτεται πριν αντιδράσει.
- Συχνά φωνάζει τις απαντήσεις πριν ολοκληρωθούν οι ερωτήσεις.
- Μιλά διαρκώς.
- Δυσκολεύεται να περιμένει τη σειρά του στο παιχνίδι ή σε ομαδικές δραστηριότητες.
- Συχνά δεν ακολουθεί τους κανόνες στα παιχνίδια.
- Σηκώνεται σε περιπτώσεις που δεν του έχει επιτραπεί.
- Τρέχει και σκαρφαλώνει υπερβολικά.

ΔΕΠΥ-τύπος απροσεξίας

- Δεν μπορεί να συγκεντρωθεί.
- Αποτυγχάνει να δώσει ιδιαίτερη προσοχή σε λεπτομέρειες.
- Δε φαίνεται να ακούει.
- Διασπάται εύκολα από εξωτερικά ερεθίσματα.
- Κάνει λάθη απροσεξίας.
- Δυσκολεύεται να ακολουθήσει οδηγίες και συχνά δεν ολοκληρώνει αυτό που ξεκίνησε.
- Αποφεύγει δραστηριότητες που προϋποθέτουν συστηματική πνευματική προσπάθεια.
- Ξεχνά τις σχολικές εργασίες.
- Χάνει πράγματα
- Έχει σε γενικές γραμμές έλλειψη οργάνωσης.
- Τα παιδιά που εμφανίζουν τον συγκεκριμένο τύπο ΔΕΠΥ συχνά δε γίνονται αντιληπτά, καθότι δεν παρουσιάζουν διασπαστική συμπεριφορά.

ΔΕΠΥ-συνδυασμένος τύπος

- Αποτελεί συνδυασμό κάποιων από τα παραπάνω συμπτώματα.
- Πληροφορίες για τη σύνθεση των παραπάνω πληροφοριών αντλήθηκαν από το βιβλίο Στασινός, Δ. Π.(2014). *Η ειδική εκπαίδευση 2020. Για μια συμπεριληπτική ή ολική εκπαίδευση στο νέο ψηφιακό σχολείο με ψηφιακούς πρωταθλητές*. Αθήνα: Παπαζήση, καθώς και από την ιστοσελίδα του Πανελληνίου Σωματείου Ατόμων με Διαταραχή Ελλειμματικής Προσοχής και Υπερκινητικότητας (ΔΕΠΥ): <https://www.adhdhellas.org/>

Οργάνωση περιβάλλοντος τάξης

- **Τοποθέτηση του μαθητή σε θέση κοντά στον πίνακα και μακριά από εξωτερικά ερεθίσματα, ώστε να μειωθούν οι πιθανότητες διάσπασης από ήχους και εικόνες. Προτείνεται ο/η μαθητής/τρια να βρίσκεται μακριά από τα παράθυρα, τα σώματα θέρμανσης και την πόρτα.**
- **Απομάκρυνση διασπαστικών αντικειμένων από το οπτικό πεδίο του παιδιού, όπως αφισών και βιβλίων.**
- **Τοποθέτηση του μαθητή σε θρανίο με συμμαθητή που δεν εμφανίζει προβλήματα συμπεριφοράς.**
- **Χρήση εποπτικών μέσων και Η/Υ, σχημάτων, χρωμάτων και απτικών μέσων κατά τη διδασκαλία.**
- **Δημιουργία γωνιάς χαλάρωσης, όπου το παιδί μπορεί να καταφεύγει για να αποφορτιστεί.**

- **Θέσπιση μικρών διαλειμμάτων** κατά τη διάρκεια της διδασκαλίας. Σε συμφωνία με τους υπόλοιπους μαθητές της τάξης, μπορεί να δοθεί στο παιδί με ΔΕΠΥ η δυνατότητα να σηκωθεί από τη θέση του σε στιγμές έντονης υπερκινητικότητας και να κινηθεί για ελάχιστα λεπτά σε κάποιο προκαθορισμένο σημείο, ιδανικά στο πίσω μέρος της τάξης, με την προϋπόθεση ότι δε διασπά με αυτήν του την κίνηση άλλους μαθητές και δε δυσχεραίνει την εκπαιδευτική διαδικασία.
- **Οπτική αναπαράσταση χρόνου** με ρολόι, χρονόμετρο ή κλεψύδρα στις δραστηριότητες και υπενθύμιση λίγο πριν τη λήξη. Στο παιδί με ΔΕΠΥ μπορεί να δίνεται μια μικρή παράταση.

Στρατηγικές εκπαίδευσης

Συνεργασία εκπαιδευτικών

- **Ενημέρωση των εκπαιδευτικών όλων των ειδικοτήτων, ώστε να κατανοούν τις δυσκολίες που αντιμετωπίζει ο μαθητής ή η μαθήτριά με ΔΕΠΥ. Η καλύτερη παρέμβαση υλοποιείται στις περιπτώσεις όπου όχι μόνο ο/η εκπαιδευτικός της τάξης αλλά και οι υπόλοιποι εκπαιδευτικοί συμμετέχουν σε αυτήν.**
- **Παρατήρηση θετικών συμπεριφορών του παιδιού και εμπλοκή του παιδιού στον εντοπισμό τους. Προτείνεται η χρήση ενός ημερολογίου καταγραφής.**

Θέσπιση κανόνων

- **Παρατήρηση αρνητικών συμπεριφορών του παιδιού.** Αυτή η διαδικασία μπορεί να γίνει αποκλειστικά από τους εμπλεκόμενους εκπαιδευτικούς ή ακόμη και με τη συμμετοχή του ίδιου του παιδιού. Προτείνεται και εδώ η καταγραφή τους σε κάποιο ημερολόγιο.
- **Δημιουργία κανόνων τάξης** με συμμετοχή όλων των παιδιών. Είναι εξαιρετικά σημαντικό οι κανόνες να είναι σύντομοι και σαφείς.
- **Οπτική αναπαράσταση κανόνων** και ανάρτησή τους σε εμφανές σημείο στην τάξη.

- **Δέσμευση μαθητή/τριας για τήρηση κανόνων** για συγκεκριμένο χρονικό διάστημα.
- **Σταθερή συμπεριφορά εκπαιδευτικού** ως προς την αντιμετώπιση της ανεπιθύμητης συμπεριφοράς. Ο τόνος της φωνής πρέπει να είναι αυστηρός και σταθερός αλλά ταυτόχρονα ήρεμος. Πρέπει να διατηρούμε την ψυχραιμία μας και κυρίως να εστιάζουμε στη συμπεριφορά του παιδιού και όχι να χαρακτηρίζουμε αρνητικά το ίδιο το παιδί.
- **Αγνόηση ανεπιθύμητων συμπεριφορών**, όπου δεν παρεμποδίζουν την ομαλή λειτουργία της τάξης.
- **Άμεση επιβράβευση θετικών συμπεριφορών**. Ο έπαινος πρέπει να είναι συγκεκριμένος σε κάθε μικρό βήμα του παιδιού.
- **Επιβράβευση συμμαθητών** για αγνόηση ανεπιθύμητης συμπεριφοράς του μαθητή με ΔΕΠΥ.

Οργάνωση διδασκαλίας

- **Απλοποίηση οδηγιών και εκφωνήσεων.** Ο/Η μαθητής/τρια με ΔΕΠΥ δυσκολεύεται να ακολουθήσει μακροσκελείς οδηγίες, γι' αυτό πρέπει να είναι ξεκάθαρες και να περιλαμβάνουν ένα βήμα τη φορά.
- **Παρουσίαση σχεδιαγράμματος ή περίληψης της διδασκαλίας** και των μαθησιακών στόχων στην αρχή του μαθήματος.
- **Ανάθεση δραστηριοτήτων μικρότερης έκτασης,** ώστε ο μαθητής να μην απογοητεύεται και τα παρατάει εύκολα.

- **Ο/Η εκπαιδευτικός πρέπει να είναι σίγουρος/η ότι ο μαθητής έχει αντιγράψει σωστά από τον πίνακα και έχει κατανοήσει τις εκφωνήσεις.**
- **Εκπαίδευση του παιδιού στη χρήση κατάλληλων στρατηγικών εκμάθησης (όπως να κρατά σημειώσεις, να υπογραμμίζει τα σημαντικά σημεία του μαθήματος, να βάζει πλαγιότιτλους κτλ.)**
- **Ανάθεση ρόλου βοηθού σε συμμαθητή.** Οι συμμαθητές μπορούν να αποτελέσουν σημαντικό κίνητρο μάθησης για το παιδί με ΔΕΠΥ.
- **Συνεχής βλεμματική επαφή και παροχή λεκτικών και κινητικών νύξεων** όταν ο μαθητής διασπάται. Ο εκπαιδευτικός προτείνεται να πηγαίνει συχνά κοντά στο παιδί, να το ακουμπά περιστασιακά στον ώμο και να λέει το όνομά του κατά τη διδασκαλία σε στιγμές που χάνει στην προσοχή του.

Στρατηγικές εκμάθησης

- **Προσαρμογή διδακτικού στυλ.** Πέραν από τη χρήση εποπτικού υλικού, εξίσου σημαντικός είναι και ο τρόπος διδασκαλίας. Ένας μονότονος τόνος φωνής και η διδασκαλία κατά βάση από την έδρα αυξάνουν τη διάσπαση ενός μαθητή με ΔΕΠΥ. Ο τόνος και το ύφος του εκπαιδευτικού πρέπει να είναι ζωντανός και ευχάριστος και ο ίδιος να κινείται μέσα στην τάξη και να μην παραμένει στατικός.
- **Διδασκαλία με ακρωνύμια και ακροστιχίδες.** Ενθάρρυνση των παιδιών προκειμένου να φτιάξουν με τη φαντασία τους τα δικά τους ακρωνύμια και ακροστιχίδες για ονόματα ή άλλες σημαντικές πληροφορίες που δυσκολεύονται να απομνημονεύσουν.

- **Δραματοποίηση.** Οργάνωση παιχνιδιών ρόλων μέσα στην τάξη για τη διδασκαλία σημαντικών ιστορικών γεγονότων.
- **Χρήση μουσικής.** Ο ρυθμός και η μελωδία βοηθούν τα παιδιά με ΔΕΠΥ να αποτυπώνουν τις πληροφορίες στη μνήμη τους για μεγαλύτερο χρονικό διάστημα. Σε συνεργασία με τα παιδιά ο/η εκπαιδευτικός μπορεί να δημιουργήσει τραγούδια και ποιήματα για τη διδασκαλία κανόνων ορθογραφίας ή την εκμάθηση της προπαίδειας.

Ο ρόλος της οικογένειας

Συμβουλές προς τους γονείς μαθητών με
ΔΕΠΥ

Η σταθερή - κοινή πορεία αντιμετώπισης και συμπεριφοράς και από τους δυο γονείς είναι καθοριστική. Οι γονείς που καλείστε να διαβάσετε τα παιδιά στο σπίτι, κρατήστε τους εαυτούς σας ήρεμους και τα παιδιά σας δημιουργικά με υπομονή και όρια. Η συνέπεια και η σταθερότητα από μέρους σας στους κανόνες είναι σημαντική.

Παρακάτω δίδονται κάποιες βοηθητικές πρακτικές προκειμένου να ανταπεξέλθετε στις ιδιαίτερες απαιτήσεις των παιδιών με ΔΕΠΥ:

- Ο χώρος μελέτης πρέπει να είναι συγκεκριμένος, μεγάλος και αφαιρετικός, μακριά από πράγματα που του αφαιρούν την προσοχή (π.χ τηλεόραση, ηλεκτρονικά)
- Στο γραφείο τοποθετείται μόνο ένα μάθημα τη φορά και μόνο τα απαραίτητα αντικείμενα.
- Φροντίστε ώστε η μελέτη να χωρίζεται σε μικρά διαλείμματα που θα έχουν διαφορετικές μορφές κάθε φορά: κουβέντα, μια βόλτα στο δωμάτιο, μια ζωγραφιά ή μια μικρή ιστορία.
- Ξεκινήστε με τα μαθήματα που απαιτούν απομνημόνευση.
- Ανατροφοδοτείτε το παιδί συχνά και άμεσα.

- Επιβραβεύστε το παιδί σας τακτικά για κάθε καλή συμπεριφορά και ενθαρρύνετε τα δυνατά του σημεία.
- Να είστε ακριβείς σε αυτό που ζητάτε από το παιδί. Ποτέ δε δίνουμε πολύπλοκες οδηγίες. Στα μικρότερα παιδιά μια εντολή τη φορά.
- Τα μαθήματα τα μαθαίνουμε με σχεδιαγράμματα. Την έκθεση το ίδιο. Μεγάλα κεφάλαια τα διαβάζουμε τμηματικά υπογραμμίζοντας τα κύρια σημεία.

- Συμφωνήστε σε κανόνες και αναρτήστε τους σε σημείο που το παιδί θα μπορεί πάντα να τους βλέπει. Οι κανόνες είναι σημαντικό να εξηγηθούν πολύ καθαρά. Εξηγήστε επίσης τι θα συμβεί αν ακολουθηθούν και τι εφόσον παραβιαστούν.
- Οι απαιτήσεις σας πρέπει να είναι ρεαλιστικές, προσαρμοσμένες στις δυνατότητες του παιδιού και όχι στις δικές σας.
- Έχετε σε πρώτο πλάνο ένα ρολόι, που θα τα βοηθά να οργανώνουν το χρόνο τους.
- Έχετε το τηλέφωνο ενός συνεπή συμμαθητή/τριας, σε περίπτωση που ξεχνάνε τις ασκήσεις τους.

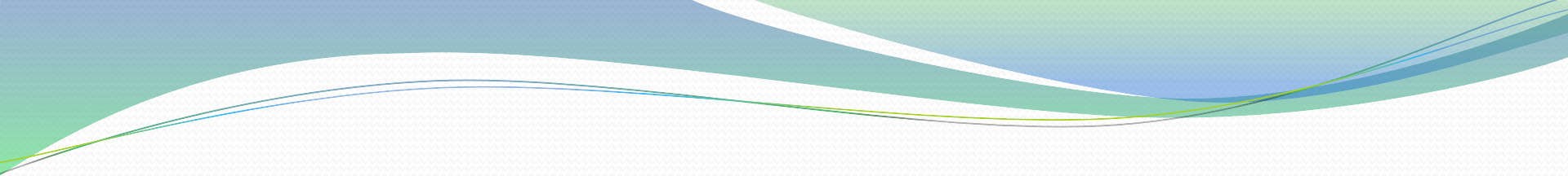
- Βοηθήστε στη σχολική προετοιμασία. Τα πρωινά για το σχολείο ενδεχομένως να είναι δύσκολα για παιδιά με ΔΕΠΥ. Ετοιμάστε μαζί από το προηγούμενο βράδυ την τσάντα του, τα ρούχα του σχολείου κτλ.
- Αφιερώστε στιγμές μέσα στη μέρα ανεξάρτητες από το διάβασμα, ώστε το παιδί να εκτονώνεται. Παζλ, σκάκι, και γενικότερα παιχνίδια και δραστηριότητες που ασκούν την συγκέντρωση της προσοχής ενδείκνυνται.
- Προσπαθήστε να αποφεύγετε τους έντονους καυγάδες. Όταν το κλίμα είναι έκρυθμο, αφήστε την κατάσταση να ηρεμήσει και μετά κάντε μια συζήτηση σε ήπιους τόνους.

- Αν το παιδί σας δεν έχει καλές επιδόσεις σε όλα τα μαθήματα, μην το πιέζετε. Βοηθήστε το ν' αναπτύξει τις ικανότητες που έχει -ακαδημαϊκές και μη -και κατευθύνετε το εκεί που είναι το ταλέντο του.
- Απαραίτητη είναι η συχνή επικοινωνία με τον εκπαιδευτικό και η συμφωνία σε ένα κοινό πλάνο αντιμετώπισης (συνέχεια προγράμματος στο σχολείο και αντίθετα).

Σχέση σχολείου-οικογένειας μαθητή με ΔΕΠΥ

Η ΔΕΠΥ είναι μια σύνθετη διαταραχή, η οποία εκδηλώνεται τόσο στο σπίτι όσο και στο σχολείο, αλλά και σε άλλα πλαίσια. Για να επιτευχθεί η βέλτιστη σχολική-μαθησιακή υποστήριξη για τους μαθητές με ΔΕΠΥ, η σαφής και συχνή επικοινωνία μεταξύ οικογένειας και σχολείου είναι απαραίτητη.

Οι γονείς αποτελούν τους μεταδότες των πληροφοριών σε ότι αφορά το ακαδημαϊκό και αναπτυξιακό ιστορικό των μαθητών. Πώς διαβάζει ο μαθητής, πώς διαχειρίζεται το χρόνο των εργασιών κι άλλων χρήσιμων στοιχείων, που βοηθούν απεριόριστα το εκπαιδευτικό έργο.



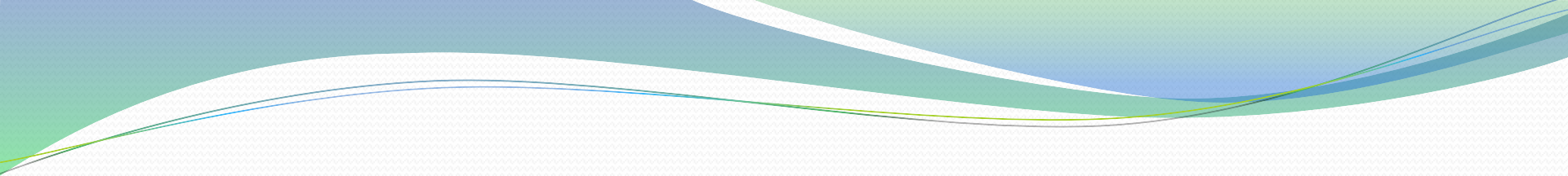
Αντίστοιχα και οι εκπαιδευτικοί μπορούν να παρέχουν στους γονείς πληροφορίες αναφορικά με τους τρόπους που χρησιμοποιούν για να βοηθήσουν τον μαθητή να επιτύχει στην τάξη και να υποδεικνύουν στρατηγικές παρακολούθησης της προόδου των παιδιών τους. Επιπλέον, να τους ενημερώνουν για κάθε αλλαγή που ενδέχεται να εντοπίσουν στη συμπεριφορά και στη σχολική απόδοση του μαθητή με ΔΕΠΥ.

Η οικοδόμηση σχέσεων εμπιστοσύνης είναι σημαντική, προκειμένου να μη νιώθει καμία πλευρά πως απειλείται. Τα παιδιά θα σεβαστούν τον εκπαιδευτικό, αν τον σέβεται και η οικογένειά τους, ενώ θα έχουν άσχημη συμπεριφορά, όταν απουσιάζει ο σεβασμός της οικογένειας και αντίστροφα.

Η ενθάρρυνση της εμπλοκής των γονέων θα πρέπει να επιζητείται από τους εκπαιδευτικούς και το σχολείο, διότι το όφελος θα είναι αμοιβαίο. Χρειάζεται οι γονείς να αντιληφθούν τη σημασία της ενεργής συμμετοχής τους στη σχολική διαδικασία, ώστε να τη διεκδικήσουν για το καλό των παιδιών τους.

Υπάρχουν διάφοροι τρόποι για να επικοινωνούν μεταξύ τους εκπαιδευτικοί και γονείς, όπως τηλεφωνικές κλήσεις, ενημερωτικά δελτία, ημερολόγια, σημειώσεις, ανεπίσημες επισκέψεις και καθημερινά δελτία αναφοράς.

Η ενημέρωση χρειάζεται να πραγματοποιείται σε τακτά χρονικά διαστήματα, καθ' όλη τη διάρκεια της σχολικής χρονιάς και να είναι αμφίδρομη, προσφέροντας τη δυνατότητα σε εκπαιδευτικούς και γονείς να αλληλοενημερωθούν για την εικόνα του παιδιού στο σχολείο και στο σπίτι.



Γονείς και εκπαιδευτικοί πρέπει πρωτίστως να καταλάβουν και να συζητήσουν τη φύση και τις συνθήκες της διαταραχής της ΔΕΠΥ. Η αναγνώριση και ο προσδιορισμός των δύσκολων συμπεριφορών θα οδηγήσει στη δημιουργία μιας συνεπούς και σταθερής προσέγγισης για την καλύτερη αντιμετώπισή τους στο σπίτι και το σχολείο. Διαφορετικά, το παιδί μπορεί να "μπερδευτεί" ακόμη περισσότερο.

Από κοινού συναντήσεις μεταξύ της οικογένειας, των εκπαιδευτικών και σε πολλές περιπτώσεις των "ειδικών", μπορούν να βοηθήσουν στην παρακολούθηση της προόδου, στην αξιολόγηση της αποτελεσματικότητας της παρέμβασης και στον σχεδιασμό τροποποιήσεων, να ξεκαθαρίσουν απορίες, να βοηθήσουν στην κατανόηση του παιδιού, να επιλύσουν δυσκολίες πριν αυτές αυξηθούν και να εξασφαλίσουν ότι όλοι εργάζονται με κοινό στόχο. Είναι βασικό να αντιμετωπίζονται με τον ίδιο τρόπο οι συμπεριφορές στο σπίτι και στο σχολείο σε όλα τα βήματα, και επίσης να επιλέγονται οι ίδιες ανταμοιβές.

Συγκεντρωτικά οι προτάσεις συμπερίληψης μαθητών με

ΔΕΠΥ:

- Διαχείριση προσδοκιών από τους εμπλεκομένους.
- Λεκτική και εξωλεκτική επικοινωνία του εκπαιδευτικού (πρότυπο).
- Τρόπος απάντησης του μαθητή-εργασίες/καλύτερη επίδοση (λόγια, γραπτά, Η/Υ...).
- Τροποποίηση παρουσίασης του θέματος (ανάγνωση, ακρόαση από συμμαθητή με οπτικοποίηση...).
- Αξιοποίηση διδακτικών μεθόδων (ανάλυση έργου, διαλογική, βιωματική...).
- Έλεγχος κατανόησης του προς επεξεργασία έργου.

- Επαναφορά και εστίαση.
- Μειωμένος όγκος εργασίας (λιγότερες ιδέες γραπτώς, εστίαση στα θεματικά κέντρα κειμένων).
- Εξατομικευμένος στόχος μέσω ομαδικών, μη ανταγωνιστικών δραστηριοτήτων (π.χ. ψαλίδι για ανάπτυξη λεπτής κινητικότητας ή οπτικοποίηση ιστορίας για ανάπτυξη εκφραστικού λεξιλογίου συνεπές και συναφές με το συζητούμενο θέμα...) Προσοχή! ανάλογες δραστηριότητες μη ανταγωνιστικές, υπό την πίεση χρόνου, και στη γυμναστική.
- Πίστωση χρόνου, μικρά διαλείμματα.

- Αρνητική ενίσχυση και ενίσχυση θετικής συμπεριφοράς.
- Καλλιέργεια μεταγνωστικών δεξιοτήτων (αυτοπαρατήρηση, αυτοοργάνωση...) για επίλυση προβλημάτων με αυτοδιαχείριση.
- Αυξημένη εφημερία.
- Εξατομικεύουμε κατά περίπτωση γιατί κάθε μαθητής είναι διαφορετικός

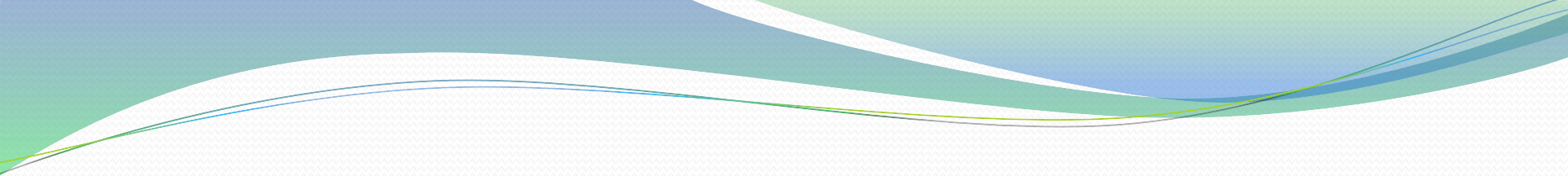
- Οργάνωση της σκέψης μέσω γραπτών σημειώσεων, τετράδιο επικοινωνίας με την οικογένεια.
- Προφορική αξιολόγηση μέσω κλειστών και στοχευμένων ερωτήσεων.
- Αξιολόγηση χωρίς τη χρονική μετατόπισή της (όχι άλλη μέρα από αυτήν που αξιολογείται η υπόλοιπη τάξη).
- Χώρος αξιολόγησης που να μην εκθέτει τον μαθητή στην ομάδα συνομηλίκων, προστατευμένος κατά το δυνατόν από εξωτερικά ερεθίσματα.

Βιβλιογραφία

Ηλιοπούλου Ευσταθία (Έφη) (2018), «Δυσκολίες Μάθησης, Συμπεριληπτική Εκπαίδευση», Πανεπιστημιακές Εκδόσεις ΠΡΟΠΟΜΠΟΣ, Αθήνα

Πληροφορίες για τη σύνθεση των παραπάνω πληροφοριών αντλήθηκαν από τις ιστοσελίδες:

- του Πανελληνίου Σωματίου Ατόμων με Διαταραχή Ελλειμματικής Προσοχής και Υπερκινητικότητας (ΔΕΠΥ): <https://www.adhdhellas.org/>
- της παιδιατρικής στην ελληνική γλώσσα, με άρθρα που αφορούν την υγεία, την ψυχολογία και την καλύτερη ζωή του παιδιού, της εγκύου και της οικογένειας <https://www.paidiatros.com/>
- του δικτύου Νόηση με κύριο επίκεντρο τη νοητική αναπηρία και άλλες συναφείς αναπτυξιακές διαταραχές <https://www.noesi.gr/>
- του Έργου: «Καθολικός Σχεδιασμός και Ανάπτυξη Προσβάσιμου Ψηφιακού Εκπαιδευτικού Υλικού» <http://prosvasimo.iep.edu.gr/el/>



Δημιουργήθηκε από τις:
Δρ. Ευσταθία Ηλιοπούλου (Έφη),
Προϊστάμενη 2^{ου} ΚΕΣΥ ΠΕΙΡΑΙΑ
Μανιατάκου Μαριάννα, Κοινωνική Λειτουργό
Μπλιούμη Φλωρίνα, Εκπαιδευτικό ΕΑΕ
μέσω τηλεργασίας

Νοέμβριος 2020