

Νοητική αδυναμία και εφηβεία-Τρόποι ενδυνάμωσης δεξιοτήτων ζωής

Έλενα Κοκκινόφτα, Εγγεγραμμένος Σχολικός/Εκπαιδευτικός
Ψυχολόγος

Μάριος Κυριακίδης

Εγγεγραμμένος Σχολικός/Εκπαιδευτικός Ψυχολόγος

Υπηρεσία Εκπαιδευτικής Ψυχολογίας

Υπουργείο Παιδείας και Πολιτισμού

Επίδραση επιπέδου βαρύτητας νοητικής αδυναμίας ως προς τις πρακτικές δεξιότητες

- **Πρακτικός τομέας: Ήπια νοητική αδυναμία**
- Κατάλληλη προσαρμογή για την ηλικία του όσον αφορά την ατομική υγιεινή.
- Ανάγκη υποστήριξης στις πολύπλοκες καθημερινές εργασίες σε σύγκριση με τους συνομήλικους τους.
- **Πρακτικός τομέας: Μέτρια νοητική αδυναμία**
- Το άτομο μπορεί να φροντίσει για τις προσωπικές του ανάγκες που περιλαμβάνουν το φαγητό, το ντύσιμο, τις δεξιότητες αυτομέριμνας στο αποχωρητήριο, και την υγιεινή ως ενήλικας, παρότι απαιτείται παρατεταμένη περίοδος διδασκαλίας και χρόνος ώστε το άτομο να γίνει ανεξάρτητο σε αυτούς τους τομείς ενώ μπορεί να μην χρειάζεται υπενθυμίσεις
- **Πρακτικός τομέας: Βαριά νοητική αδυναμία**
- Το άτομο μπορεί να φροντίσει για τις προσωπικές του ανάγκες που περιλαμβάνουν το φαγητό, το ντύσιμο, τις δεξιότητες αυτομέριμνας στο αποχωρητήριο ως ενήλικας, παρότι απαιτείται παρατεταμένη περίοδος διδασκαλίας και χρόνος ώστε το άτομο να γίνει ανεξάρτητο σε αυτούς τους τομείς ενώ μπορεί να μην χρειάζεται υπενθυμίσεις
- **Πρακτικός τομέας: Βαθιά νοητική αδυναμία**
- Το άτομο εξαρτάται από άλλους σε όλες τις πτυχές της καθημερινής σωματικής φροντίδας, υγείας και ασφάλειας, παρότι μπορεί να είναι ικανό να συμμετέχει σε ορισμένες από αυτές τις δραστηριότητες.
- Τα άτομα, χωρίς σοβαρές σωματικές διαταραχές μπορούν να βοηθούν σε ορισμένες καθημερινές εργασίες στο σπίτι, όπως για παράδειγμα η μεταφορά των πιάτων στο τραπέζι.

Επίπεδα βαρύτητας για διάχυτη αναπτυξιακή διαταραχή

Επίπεδο βαρύτητας	Κοινωνικός τομέας
Επίπεδο 1 «Απαιτείται υποστήριξη»	Χωρίς υποστήριξη τα ελλείμματα στην κοινωνική επικοινωνία προκαλούν εμφανή έκπτωση. Δυσκολεύεται να ξεκινήσει κοινωνικές αλληλεπιδράσεις και υπάρχουν σαφή παραδείγματα άτυπων ή μη επιτυχημένων αντιδράσεων στα κοινωνικά ανοίγματα των άλλων. Μπορεί να φαίνεται ότι έχει μειωμένο ενδιαφέρον για τις κοινωνικές αλληλεπιδράσεις. Για παράδειγμα, άτομο που είναι ικανό να μιλήσει με πλήρεις προτάσεις και συμμετέχει στην επικοινωνία, αλλά η συνεχής συζήτηση με άλλους αποτυγχάνει και οι προσπάθειες του για να κάνει φίλους είναι ιδιόμορφες και συνήθως ανεπιτυχείς.
Επίπεδο 2 «Απαιτείται σημαντική υποστήριξη»	Σαφή ελλείμματα στις δεξιότητες λεκτικής και μη λεκτικής επικοινωνίας, ενώ η κοινωνική δυσλειτουργία είναι εμφανής ακόμα και όταν στηρίζουν την θέση του. Περιορισμένη έναρξη των κοινωνικών αλληλεπιδράσεων και μειωμένες ή μη φυσιολογικές αντιδράσεις στα κοινωνικά ανοίγματα από τους άλλους. Για παράδειγμα, ένα άτομο που μιλάει με απλές προτάσεις, του οποίου η αντίδραση είναι περιορισμένη σε στενά ειδικά συμφέροντα και το οποίο έχει σημαντικά ιδιόμορφη μη λεκτική επικοινωνία.
Επίπεδο 3 «Απαιτείται πολύ σημαντική υποστήριξη»	Τα βαριά ελλείμματα στις δεξιότητες λεκτικής και μη λεκτικής κοινωνικής επικοινωνίας προκαλούν βαριά έκπτωση στην λειτουργικότητα, πολύ περιορισμένη έναρξη κοινωνικών αλληλεπιδράσεων και ελάχιστη ανταπόκριση στα κοινωνικά ανοίγματα από τους άλλους. Για παράδειγμα, ένα άτομο με λίγες λέξεις κατανοητού λόγου το οποίο σπάνια ξεκινά μια αλληλεπίδραση και όταν αυτός/αυτή το κάνει, προβαίνει σε ασυνήθιστες προσεγγίσεις για να καλύψει μόνο τις ανάγκες και ανταποκρίνεται μόνο σε πολύ άμεσες κοινωνικές προσεγγίσεις.

Βασικά ερωτήματα ως προς τον σχεδιασμό των παρεμβάσεων

- Ορισμός της έννοιας «ανεξαρτησία», σχετικά με τον μαθητή μας.
- Τομείς που χρειάζονται ενδυνάμωση της ανεξαρτησίας των μαθητών
- Είδος πρακτικών στρατηγικών που μπορούν να χρησιμοποιηθούν
- Πώς βοηθούμε τα παιδιά να εφαρμόσουν τις πρακτικές δεξιότητες που έχουν μάθει και κατακτήσει στην πραγματική ζωή με αυτόνομο τρόπο.

Ορισμός της έννοιας της ανεξαρτησίας

Ορισμός της έννοιας της ανεξαρτησίας
διαφέρει αναλόγως της:

- Ηλικίας του μαθητή
- Ατομικών ικανοτήτων
- Στόχων που έχουν τεθεί από τους εκπαιδευτικούς προς τον μαθητή

Δημιουργία υψηλών προσδοκιών

- Αποφεύγουμε να ανταποκρινόμαστε στις ανάγκες και αιτήματα των παιδιών όταν γνωρίζουμε ότι έχουν τις ικανότητες να διεκπεραιώσουν συγκεκριμένες υπευθυνότητες. (φαινόμενο: learned helplessness)
- Επιτρέψτε στο παιδί να κάνει πράγματα, ακόμα και αν είναι πιο γρήγορο και πιο εύκολο να το κάνετε μόνοι σας.
- Προσδοκείτε ότι το παιδί σας θα κάνει κάποια δουλειά γύρω από το σπίτι η το σχολείο.
- Ξέροντας το παιδί ότι εμείς προσδοκούμε από το ίδιο ότι θα αναλάβει υπευθυνότητες από μόνο του, το βοηθούμε να ενδυναμώσει τις δεξιότητες ανεξαρτησίας τους και τις κοινωνικά επιθυμητές συμπεριφορές.

Τομείς ενδυνάμωσης της ανεξαρτησίας του παιδιού

- Ανάληψη υπευθυνοτήτων εντός της τάξης/σπιτιού.
- Ανάληψη υπευθυνοτήτων σχετικών με την ατομική φροντίδα και υγιεινή.
- Ενδυνάμωση δεξιοτήτων εντός της κοινότητας
- Απόκτηση κοινωνικά αποδεκτής συμπεριφοράς

Ορισμός δεξιοτήτων ζωής και εκπαίδευσης σε δεξιότητες ζωής

- **«Δεξιότητες Ζωής»**

Σύμφωνα με την UNICEF, «Δεξιότητες Ζωής» ορίζονται ως οι ψυχοκοινωνικές δεξιότητες οι οποίες συμβάλλουν στην ενδυνάμωση των προσαρμοστικών δεξιοτήτων του παιδιού καθώς και των θετικών μορφών συμπεριφοράς, και καθιστούν τα άτομα ικανά στο να αντιμετωπίζουν αποτελεσματικά τις απαιτήσεις και τις προκλήσεις της καθημερινής ζωής. Χωρίζονται σε τρεις γενικές κατηγορίες δεξιοτήτων: 1) γνωστικές δεξιότητες ανάλυσης και χρήσης της πληροφορίας, 2) προσωπικές δεξιότητες ανάπτυξης της προσωπικής πρωτοβουλίας και αυτοδιαχείρισης, 3) διαπροσωπικές δεξιότητες αποτελεσματικής επικοινωνίας και αλληλεπίδρασης με τους άλλους.

- **«Εκπαίδευση Δεξιοτήτων Ζωής»**

Η εκπαίδευση στις δεξιότητες ζωής είναι ένα δομημένο πρόγραμμα βασισμένο στις ανάγκες των παιδιών που έχει ως απώτερο στόχο να αυξήσει τις θετικές και προσαρμοστικές συμπεριφορές των παιδιών με το να βοηθά τα παιδιά να αναπτύσσονται και να εξασκούν ψυχοκοινωνικές δεξιότητες οι οποίες μειώνουν τους παράγοντες ρίσκου και αυξάνουν τους προστατευτικούς παράγοντες.

Στοχοθεσία ως προς την διδασκαλία δεξιοτήτων ζωής

- Αναστοχασμός ως προς τα σημεία στα οποία το παιδί θα χρειαστεί να ενδυναμώσει δεξιότητες.
- Καταγραφή καινούργιων στόχων που θα επιθυμούσαμε όπως επιτύχει.
- Καθορισμός προτεραιοτήτων στόχων.
- **Αξιολόγηση παρούσας κατάστασης και τωρινών αναγκών παιδιού:**
- Υπάρχει έλλειψη δεξιοτήτων που προκαλεί δυσκολίες ως προς την σχολική/οικογενειακή προσαρμογή του παιδιού;
- Υπάρχει κάποια ικανότητα που το παιδί είναι έτοιμο να μάθει η επιθυμεί να μάθει;

Προετοιμασία διδασκαλίας στόχων-Γενικές στρατηγικές

- Αναλύουμε την δεξιότητα την οποία επιθυμούμε να διδάξουμε στο παιδί σε μικρότερα βήματα, ούτως ώστε να μπορεί να τύχει πιο εύκολης διαχείρισης από το παιδί.
- Διδάσκουμε ένα βήμα κάθε φορά
- Προχωρούμε στο επόμενο βήμα μέχρι το παιδί να είναι έτοιμο να αφομοιώσει την καινούργια γνώση-Δεν ζητούμε πάρα πολλά πάρα πολύ σύντομα.
- Μαθαίνουμε στο παιδί δεξιότητες όποτε είμαστε βέβαιοι ότι μπορούμε να αποδώσουμε όλη μας την προσοχή στην συγκεκριμένη δραστηριότητα.

Προετοιμασία διδασκαλίας στόχων-Γενικές στρατηγικές

- Διδάσκουμε την δεξιότητα στον τόπο όπου θα χρησιμοποιηθεί και θα εφαρμοσθεί για παράδειγμα το βούρτσισμα των δοντιών στο μπάνιο για το οικογενειακό πλαίσιο, η διαχείριση χρημάτων στο κυλικείο του σχολείου για το σχολικό πλαίσιο.
- Βεβαιωνόμαστε ότι έχουμε μαζί μας όλα τα απαραίτητα υλικά που θα χρειαστούμε για την διδασκαλία των συγκεκριμένων δεξιοτήτων.
- Δεν μπαίνουμε στην διαδικασία να διδάξουμε το παιδί εάν είναι πεινασμένο ή κουρασμένο, ή αν υπάρχουν οποιοιδήποτε περισπασμοί.
- Χρήση ανταμοιβών = Αύξηση πιθανοτήτων επιτυχίας

Τεχνική «Πες/Δείξε/Εξηγήσε»

Αναφέρετε στο παιδί με καθαρό και απλό τρόπο τι να κάνει.

Είναι σημαντικό να βεβαιωθούμε ότι γνωρίζουμε ακριβώς τι θέλουμε να κάνει το παιδί.

Είμαστε συνεπείς στην επιλογή των λέξεων και στα βήματα που θα χρησιμοποιήσουμε.

Ενώ παρέχουμε οδηγίες σε προφορικό επίπεδο, ταυτοχρόνως είναι σημαντικό όπως εμείς οι ίδιοι αναπαριστάνουμε την δραστηριότητα για να λειτουργούμε ως πρότυπο.

Τεχνική «Πες/Δείξε/Εξηγήσε»

- Προτυποποιήστε κάθε βήμα της δραστηριότητας.
- Δοκιμάστε το παιδί σε κάθε βήμα πριν από τη μετάβαση στο επόμενο βήμα
- Καθοδηγήστε το παιδί.
- Ολοκληρώστε την εργασία με το παιδί σας.
- Αφού του εξηγήσετε με τα λόγια και του δείξετε την εργασία, μπειτε στην διαδικασία να ολοκληρώσετε εσείς την δραστηριότητα.
- Στα πρώτα στάδια, θα είστε αυτός που ουσιαστικά εκτελεί το έργο.

Τεχνική «Πες/Δείξε/Εξήγησε»

- Με το πέρασμα του χρόνου, μειώνουμε την υποστήριξη που παρέχουμε στα παιδιά, και του δίνουμε την ευκαιρία να διαδραματίσει πρωταγωνιστικό ρόλο.
- Είναι σημαντικό να βεβαιωθούμε ότι τα παιδιά έχουν ολοκληρώσει την κάθε δραστηριότητα με επιτυχία. Εάν βλέπουμε ότι τα παιδιά έχουν δυσκολία στο να διεκπεραιώσουν την υπευθυνότητα, τότε επιστρέφουμε σε ευκολότερης φύσης δραστηριότητες που γνωρίζουμε ότι μπορεί να πραγματοποιήσει πριν να σταματήσουμε την προηγούμενη δραστηριότητα (Baker, 2011).


Τεχνική παρακολούθησης προόδου


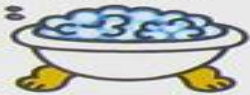




- Σημαντική τακτική ως προς την παρακίνηση και ενθάρρυνση του παιδιού.
- Χρήση γραφήματος που παρακολουθεί την πρόοδο του παιδιού και μπορεί να χρησιμοποιηθεί ως προς την παροχή ανταμοιβών.
- Η παρακολούθηση της προόδου του παιδιού επιτρέπει στον εκπαιδευτικό/γονέα να εντοπίσει και να επιλύσει τα προβλήματα και τις δυσκολίες

Τεχνική παρακολούθησης προόδου

CHILD'S JOB CHART

NAME _____



Daily Jobs	SUNDAY	MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY	SATURDAY
MAKE BED 							
TAKE BATH 							
COMB HAIR 							
BRUSH TEETH 							
PICK UP TOYS 							
BE HAPPY 							

Creative Changes © 1986

Σημασία ανάθεσης υπευθυνοτήτων ως προς την ανάπτυξη δεξιοτήτων διαβίωσης /δεξιοτήτων ζωής

Επιτυχής ολοκλήρωση εργασιών = Δημιουργία ικανοτήτων, αυτοπεποίθησης και αυτοεκτίμησης.

- Ορίστε συγκεκριμένες υπευθυνότητες ως ειδική εργασία/ υπευθυνότητα του παιδιού στο σπίτι και στο σχολείο.
- Αναθέτοντας μικρές εργασίες και υπευθυνότητες στο σπίτι η στο σχολείο, θέτει τις βάσεις για την ένταξη του παιδιού στην αγορά εργασίας ως ενήλικας και αυξάνει τις πιθανότητες αυτονομησης του στην ενήλικη ζωή.

Όταν αναθέτουμε υπευθυνότητες στο παιδί και του διδάσκουμε πώς να τις διεκπεραιώνει, είναι σημαντικό όπως θέτουμε τις προϋποθέσεις για να τις ολοκληρώσει με επιτυχία.

Υπάρχουν εργαλεία / στρατηγικές που μπορείτε να χρησιμοποιήσετε για να κάνετε μια εργασία ευκολότερη ή ασφαλέστερη;

Παραδείγματα για χρήση στο σπίτι:

Σημειώστε τον πίνακα ενδείξεων στο πλυντήριο με ένα μεγάλο κόκκινο βέλος.

Χρησιμοποιήστε ένα μικρό μπουκάλι απορρυπαντικό πλυντηρίων ρούχων που είναι ευκολότερο να χυθεί.

Χρήση ετικετών που να δείχνει την σωστή τοποθέτηση των πιάτων και των μαχαιροπήρουνων.

Χρήση εργαλείων όπως πυρήνες μήλων και φέτες ζαχαροπλαστικής για ασφαλέστερη κοπή.

Διδασκαλία μαγειρικής χρησιμοποιώντας γάστρες με χείλη για εύκολη εκχύλιση και βαθιά καπάκια που δεν θα πέσουν εύκολα.

Παραδείγματα για χρήση στο σχολείο:

Όταν το παιδί θα πάει στο κυλικείο, αναφέρετε από πιο πριν το ποσό των χρημάτων που θα χρειαστεί να έχει.

Όταν στο παιδί δώσουμε υπευθυνότητες εντός της τάξης, π.χ να είναι υπεύθυνος για την αίθουσα ηλεκτρονικών υπολογιστών, να του δώσουμε σαφείς οδηγίες που να είναι απεικονισμένες ίσως με φωτογραφίες η εικόνες., για το τι θα κάνει.

Σε περίπτωση που τα παιδιά αναλαμβάνουν επαγγελματικές δεξιότητες (π.χ τραπεζοκόμοι σε υπεραγορά), είναι σημαντικό όπως από πιο πριν εφαρμόσουμε παιχνίδια υπόδησης ρόλων μαζί με τα παιδιά όπου θα τα εξασκήσουμε σε κοινωνικούς κανόνες που μπορούν να εφαρμόσουν σε παρόμοιας φύσης επαγγελματικές υποχρεώσεις (π.χ χαμόγελο, χαιρετισμός, χρήση λέξεων «ευχαριστώ» και «παρακαλώ»).

Πρακτικά παραδείγματα παρεμβάσεων ενδυνάμωσης δεξιοτήτων ένταξης στην σχολική/ευρύτερη κοινότητα

- Όπου κρίνεται απαραίτητο, να ασκείτε το παιδί σας αφήνοντας το ασυνόδευτο μέσα στη γειτονιά ή το σχολείο.
- Αναθεωρούμε εκ των προτέρων τις συμπεριφορικές προσδοκίες και τους κανόνες και στην συνέχεια τους κοινοποιούμε στο παιδί = Είναι σημαντικό όπως πάντοτε προτού το παιδί προβεί σε οποιαδήποτε δραστηριότητα του υπενθυμίζουμε τους κανόνες.
- Ανακοινώνουμε εκ των προτέρων τις προσδοκίες που έχουμε από το παιδί καθώς και τους κανόνες που πρέπει να ακολουθήσει όταν θα προβούμε σε μια δραστηριότητα = Βάσει αυτού, προετοιμάζουμε το παιδί χρησιμοποιώντας την τεχνική των κοινωνικών ιστοριών, μοντέλα DVD και επίσης τους προετοιμάζουμε με λεκτικό τρόπο διαμέσου συζήτησης και παραδειγμάτων = Επίσης πριν προβούμε σε οποιαδήποτε δραστηριότητα εκτός του σπιτιού είναι σημαντικό όπως υπενθυμίζουμε στα παιδιά τους κανόνες.
- Επίσης είναι σημαντικό να επιλέγουμε την χρονική περίοδο στην οποία θα τεθούν οι στόχοι: Για παράδειγμα αντί να αναφέρουμε ότι ο στόχος μας θα εφαρμοσθεί καθ όλη την διάρκεια της Πέμπτης, να αναφέρουμε ότι ο στόχος μας θα εφαρμοσθεί κατά την πρώτο διάλειμμα της Πέμπτης.
- Προειδοποιούμε πάντοτε τα παιδιά πριν μεταβούμε από μια δραστηριότητα σε μια άλλη.
- Σε περίπτωση που πάμε σε ένα εστιατόριο με τα παιδιά μέσα στα πλαίσια μιας σχολικής εκδρομής, είναι σημαντικό να τους ενθαρρύνουμε να παραγγείλουν αυτοί το φαγητό τους και να το πληρώσουν οι ίδιοι ούτως ώστε να μάθουν να διαχειρίζονται τα χρήματα. Η μέσα στα ίδια πλαίσια της σχολικής εκδρομής, σε περίπτωση που το παιδί διασχίζει τον δρόμο είναι σημαντικό να το ρωτήσουμε να μας αναφέρει αν είναι ασφαλές πριν διασταυρώσει.
- Υπενθυμίζουμε πάντοτε τους κοινωνικούς κανόνες και την εθιμοτυπία όσον αφορά την χρήση των δημόσιων αποχωρητηρίων.
- Ενδυναμώνουμε τα παιδιά σε ενδυνάμωση πρακτικών σκέψης οι οποίες αποσκοπούν στο να τους βοηθήσουν να αναζητήσουν τρόπους υποστήριξης από το περιβάλλον τους . Π.χ «Ποιος μπορεί να με βοηθήσει με αυτό;»
- Επιβράβευση της χρήσης θετικών κανόνων συμπεριφοράς
- Θέτουμε όρια στα παιδιά και τηρούμε με συνέπεια την επιβολή τους.

Εφαρμογή τεχνικής εξασθένισης

Τεχνική εξασθένισης: Σύμφωνα με τον Αμερικανικό Ψυχολογικό Σύνδεσμο, (APA), η τεχνική εξασθένισης είναι η σταδιακή αλλαγή από το ένα ερέθισμα στο άλλο, η οποία χρησιμοποιείται συχνά για να μετατοπίσουμε σε διαφορετικό σημείο τον έλεγχο των ερεθισμάτων. Για παράδειγμα, η σταδιακή μείωση της εξωτερικής ανατροφοδότησης που δίνει ο προπονητής στους αθλητές του βοηθά να βασίζονται περισσότερο στην εσωτερική ανατροφοδότηση που λαμβάνουν διαμέσου των αισθήσεων τους όταν μαθαίνουν μια καινούργια δεξιότητα.

Μόλις ένα παιδί έχει αποκτήσει μια ικανότητα, πρέπει να γνωρίζει πότε να την χρησιμοποιήσει ή να εφαρμόσει τα βήματα ανεξάρτητα χωρίς να στηριχθεί σε σας.

Συνεπώς, είναι σημαντικό όπως ενθαρρύνουμε το παιδί να υποβάλλει τις ακόλουθες ερωτήσεις στον εαυτό του για σκοπούς καθοδήγησης:

- Πότε εφαρμόζω αυτήν την ικανότητα;
- Τι πρέπει να κάνω;
- Ποιο βήμα προηγείται;
- Ποιο είναι το επόμενο;
- Πότε έχω ολοκληρώσει την συγκεκριμένη υπευθυνότητα;
- Αντί να πούμε στο παιδί τι να κάνει, το ρωτούμε τι πρέπει να κάνει

• **Πρακτικές υποθετικές καταστάσεις:**

« Εάν βρέχει, τι πρέπει να φοράτε;»

«Τι παίρνουμε μαζί μας όταν πηγαίνουμε στην παραλία;»

Η γενίκευση είναι δύσκολη για πολλά παιδιά με νοητική αδυναμία λόγω του ότι παρουσιάζουν δυσκολίες ως προς την εκτελεστική λειτουργία, τον σχεδιασμό δράσεων και την σειροθέτηση γεγονότων = Συνεπώς, η χρήση εσωτερικών κινήτρων καθίσταται ιδιαίτερα δύσκολη σε αντίθεση με την χρήση υλικών ανταμοιβών που μπορούν να μας βοηθήσουν.

- Διδάσκουμε στο παιδί να ελέγξει αν έχει πετύχει τους στόχους του, όσον αφορά τις δεξιότητες αυτοεξυπηρέτησης, με το να του υποβάλλουμε ερωτήσεις: Για παράδειγμα: «Ξέχασες κάτι να πάρεις;» «Τοποθέτησες τα βιβλία στο ράφι όπως σου επεξήγησε ο καθηγητής;

Παραδείγματα παρέμβασης των σχολικών ψυχολόγων

Βοηθώντας μαθητές που αντιμετωπίζουν διάχυτες αναπτυξιακές διαταραχές

- Ο Μάνος, 15 ετών, φοιτά στο Γυμνάσιο. Ο Μάνος παρουσίαζε πολλές ιδιαιτερότητες στην συμπεριφορά του από τους πρώτους μήνες της ζωής του. Η μητέρα του θυμάται ότι ο Μάνος δεν έδειχνε να επιζητά την μητρική αγκαλιά ούτε άπλωνέ ποτέ τα χεράκια του για να τον σηκώσουν από το καρότσι όπως έκανε η αδελφή του όταν ήταν μωρό. Ο Μάνος, απέφευγε από πολύ μικρή ηλικία την βλεμματική επαφή και δεν προσπαθούσε σχεδόν ποτέ να προκαλέσει την προσοχή των γονιών του ώστε να ασχοληθούν μαζί του. Στον χώρο του Γυμνασίου, δεν προκαλεί προβλήματα και συνήθως ανταποκρίνεται σε αυτά που του ζητούν να κάνει. Ωστόσο δεν έχει επαφή με κανένα άλλο παιδί και συχνά απομονώνεται στην ίδια πάντα γωνία. Ο Μάνος έχει διαγνωσθεί από την νηπιακή ηλικία με διάχυτη αναπτυξιακή διαταραχή.

- Το σχολείο στο οποίο φοιτά ο Μάνος, παρέπεμψε το παιδί στον σχολικό ψυχολόγο για σκοπούς παροχής συμβουλευτικής προς τους γονείς και τους εκπαιδευτικούς. Στην συνέχεια ο εκπαιδευτικός ψυχολόγος, μέσα στα πλαίσια συμβουλευτικής με τους γονείς, τους δίδαξε τεχνικές διαχείρισης της συμπεριφοράς προσαρμοσμένες στις ανάγκες του παιδιού, όπως για παράδειγμα, ενθάρρυνση θετικών μορφών συμπεριφοράς, χρήση αγνόησης αρνητικών μορφών συμπεριφοράς. Επιπλέον, εισηγήθηκε στους γονείς του, όπως συζητούν μαζί με το παιδί τους θέματα τα οποία σχετίζονται με τα ενδιαφέροντα του, με απώτερο στόχο την εγκαθίδρυση μιας στενότερης σχέσης γονέα-παιδιού και κατ επέκταση αύξησης της λεκτικής επικοινωνίας στο οικογενειακό περιβάλλον. Τέλος, τους εισηγήθηκε ότι θα μπορούσαν να εγγράψουν το παιδί τους σε προγράμματα απογευματινών δραστηριοτήτων (π.χ κολύμπι, ποδηλασία), ούτως ώστε να το βοηθήσουν να ενδυναμώσει την κοινωνική αλληλεπίδραση του με τους συνομήλικους του, καθώς επίσης να εμπλέκονται οι ίδιοι ως γονείς σε κοινές δραστηριότητες μαζί με το παιδί για να ενδυναμώσουν τις μεταξύ τους σχέσεις. Παράλληλα, μέσα στα πλαίσια συμβουλευτικής και συνεργασίας του σχολικού ψυχολόγου με τους εκπαιδευτικούς του σχολείου, καταρτίστηκε ένα πρόγραμμα ανταλλάξιμων αμοιβών οι οποίες θα σχετίζονταν με τα ενδιαφέροντα του παιδιού, ούτως ώστε να ενδυναμωθούν οι κοινωνικές του δεξιότητες

Παραδείγματα παρέμβασης των σχολικών ψυχολόγων

Βοηθώντας μαθητές που αντιμετωπίζουν νοητική αδυναμία

- Ο Ηλίας, 12 ετών, είναι μαθητής της Α΄ Γυμνασίου, ο οποίος μόλις τώρα έχει αρχίσει την φοίτηση του στο Γυμνάσιο. Πρόκειται για το μικρότερο από τα πέντε παιδιά της οικογένειας, η οποία αντιμετωπίζει σοβαρά οικονομικά προβλήματα. Όταν ο Ηλίας ήταν 4 ετών, οι γονείς του επισκέφθηκαν ένα ιατροπαιδαγωγικό κέντρο διότι τους ανησυχούσε η καθυστέρηση στην ανάπτυξη της ομιλίας του. Κατά την διάρκεια της Α΄ τάξης του Δημοτικού, παρουσίασε σοβαρά προβλήματα προσαρμογής καθώς είχε σημαντικές δυσκολίες στην εκμάθηση της γραφής και της ανάγνωσης και δυσκολευόταν να επικοινωνήσει ικανοποιητικά με τους συνομήλικους του με αποτέλεσμα να εμφανίζει ενίοτε επιθετική και αντιδραστική συμπεριφορά, η οποία συνεχίστηκε καθόλη την διάρκεια της φοίτησης του στο Δημοτικό. Οι γονείς του επισκέφθηκαν την δεδομένη χρονική στιγμή κάποιο ειδικό, ο οποίος διέγνωσε ήπια νοητική αδυναμία, και πρότεινε την ένταξη του παιδιού σε κάποιο σχολείο με παράλληλη τάξη.

- Στην παρούσα χρονική περίοδο, οι γονείς του παιδιού, ανησυχώντας για την ένταξη του στο Γυμνάσιο και προσπαθώντας να ενδυναμώσουν τις δεξιότητες προσαρμογής του παιδιού, απευθύνθηκαν σε σχολικό ψυχολόγο για σκοπούς συμβουλευτικής. Μέσα στα πλαίσια της συμβουλευτικής, ο σχολικός ψυχολόγος συνέστησε στους γονείς όπως διευθετούν επι τακτικής βάσης ενημερωτικές συναντήσεις με τους εκπαιδευτικούς του σχολείου για να παρακολουθούν την μαθησιακή, συμπεριφορική και συναισθηματική του πρόοδο. Επιπλέον, εισηγήθηκε στους γονείς, όπως ενθαρρύνουν επί τακτικής βάσης τις θετικές κοινωνικές μορφές συμπεριφοράς που υιοθετεί το παιδί τους. Παράλληλα, δίδαξε στους γονείς, αποτελεσματικές τεχνικές διαχείρισης της συμπεριφοράς, (απομάκρυνση προνομίων, με απώτερο στόχο την μείωση της συχνότητας και της σοβαρότητας της επιθετικής συμπεριφοράς και των έντονων ξεσπασμάτων του παιδιού). Τέλος στην κοινή συμβουλευτική συνάντηση που είχε ο σχολικός ψυχολόγος με τους εκπαιδευτικούς και τους γονείς του παιδιού, στο σχολείο, εισηγήθηκε όπως το παιδί αναλάβει υπευθυνότητες εντός του σχολικού χώρου, όπως για παράδειγμα, την ύψωση της σημαίας, βοήθεια όσον αφορά την φύλαξη του ηλεκτρονικού υπολογιστή, με απώτερο στόχο την ενδυνάμωση της αυτοεκτίμησης του καθώς και του αισθήματος της υπευθυνότητας.

Πηγές

- Reese Janet, (2015), *Building Independence in Children with Intellectual Disabilities or Autism*,
- Jongsma et al., (2006), *The Child Psychotherapy Treatment Planner*, Hoboken, Wiley.
- Κάκουρος, Μανιαδάκη, (2004), *Ψυχοπαθολογία παιδιών και εφήβων*, Αθήνα, Εκδόσεις Τυπωθήτω.
- Αμερικανική Ψυχιατρική Εταιρεία, (2013), *Διαγνωστικά κριτήρια από DSM-5*, Αθήνα, Εκδόσεις Λίτσας, μετάφραση στα ελληνικά: Κώστας Κοτζαμάνης, ψυχίατρος,
- APA, Dictionary of Psychology, <https://dictionary.apa.org/fading>
- Definition of Terms-Life Skills, https://www.unicef.org/lifeskills/index_7308.html