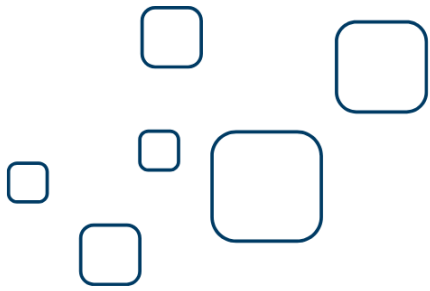
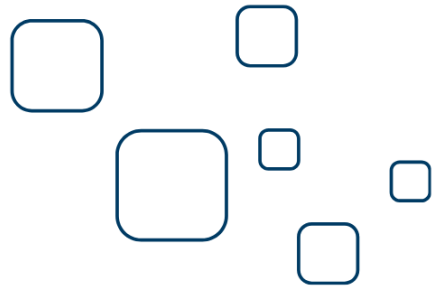


Ready
4Scho^ol



ΣΧΕΔΙΑ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ

2023-1-CZ01-KA220-
SCH-000156079



Co-funded by
the European Union



ΟΝΟΜΑΣΙΑ ΕΡΓΟΥ

Διδασκαλία της σχολικής ετοιμότητας μέσω ενός προγράμματος προσχολικής εκπαίδευσης με βάση την ABA

Κωδικός έργου: 2023-1-CZ01-KA220-SCH-000156079

Αποποίηση ευθύνης

Χρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση. Ωστόσο, οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται είναι αποκλειστικά του/των συγγραφέα/ων και δεν αντανακλούν κατ' ανάγκη τις απόψεις και τις γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι γι' αυτές.

Ιστοσελίδα: <https://ready4school.eu/>

Επικοινωνία: ready4schoolerasmus@gmail.com

Ready4School Lesson Plans © 2024 by Masarykova Univerzita, Sina Svetulka, Vimodo Ltd, Centar za autizam, INNOVATION HIVE, Odessa Regional Academy of In- Service Education is licensed under CC BY-NC-ND 4.0. Για να δείτε ένα αντίγραφο αυτής της άδειας, επισκεφθείτε .





Πίνακας Περιεχομένων

Εκπαιδευτική Εργαλειοθήκη Μάθημα 1: Ακολουθώντας τους Κανόνες της Τάξης	7
Επισκόπηση & Σκοπός	7
Στόχοι	7
Απαιτούμενα Υλικά	8
Δραστηριότητα Διδασκαλίας	8
Διαφοροποιημένη Διδασκαλία	9
Πρόσθετες Στρατηγικές Συμπεριφοράς	14
Στρατηγικές Συνεργασίας	14
Ενσωμάτωση της Τεχνολογίας	15
Αποτελέσματα	15
Πρόσθετοι Πόροι Υποστήριξης	15
Εκπαιδευτική Εργαλειοθήκη Μάθημα 2: Ακολουθώντας Οδηγίες (πολλών βημάτων)	16
Επισκόπηση & Σκοπός	16
Στόχοι	16
Απαιτούμενα Υλικά	17
Δραστηριότητα Διδασκαλίας	17
Διαφοροποιημένη Διδασκαλία	19
Πρόσθετες Στρατηγικές Συμπεριφοράς	20
Στρατηγικές Συνεργασίας	21
Ενσωμάτωση της Τεχνολογίας	22
Αποτελέσματα	22
Πρόσθετοι Πόροι Υποστήριξης	23
Εκπαιδευτική Εργαλειοθήκη Μάθημα 3: Αναμονή για πρόσβαση σε έναν ενήλικα και/ή σε ένα αντικείμενο	23



Επισκόπηση & Σκοπός	23
Στόχοι.....	24
Απαιτούμενα Υλικά	24
Δραστηριότητα Διδασκαλίας	24
Διαφοροποιημένη Διδασκαλία	26
Πρόσθετες Στρατηγικές Συμπεριφοράς.....	28
Στρατηγικές Συνεργασίας.....	28
Ενσωμάτωση της Τεχνολογίας	29
Αποτελέσματα.....	29
Πρόσθετοι Πόροι Υποστήριξης.....	29
Εκπαιδευτική Εργαλειοθήκη Μάθημα 4: Μοιραστείτε με έναν συμμαθητή σας	30
Επισκόπηση & Σκοπός	30
Στόχοι.....	30
Απαιτούμενα Υλικά	31
Δραστηριότητα Διδασκαλίας	31
Διαφοροποιημένη Διδασκαλία	32
Πρόσθετες στρατηγικές συμπεριφοράς	34
Στρατηγικές συνεργασίας.....	36
Ενσωμάτωση της Τεχνολογίας.....	36
Αποτελέσματα.....	37
Πρόσθετοι Πόροι Υποστήριξης.....	37
Εκπαιδευτική Εργαλειοθήκη Μάθημα 5: Χαιρετισμός και/ή κομπλιμέντο σε έναν συνομηλίκιο	38
Επισκόπηση & Σκοπός	38
Στόχοι.....	38
Απαιτούμενα Υλικά	38
Δραστηριότητα Διδασκαλίας	39
Διαφοροποιημένη Διδασκαλία	40
Πρόσθετες Στρατηγικές Συμπεριφοράς.....	42



Στρατηγικές Συνεργασίας.....	43
Ενσωμάτωση της Τεχνολογίας	43
Αποτελέσματα.....	44
Πρόσθετοι Πόροι Υποστήριξης.....	44
Εκπαιδευτική Εργαλειοθήκη Μάθημα 6: Αναγνωρίζοντας ότι κάποιος είναι	
πληγμένος/εκνευρισμένος (ενσυναίσθηση).....	45
Επισκόπηση & Σκοπός.....	45
Στόχοι.....	45
Απαιτούμενα Υλικά	46
Δραστηριότητα Διδασκαλίας	46
Διαφοροποιημένη Διδασκαλία	49
Πρόσθετες Στρατηγικές Συμπεριφοράς.....	49
Στρατηγικές Συνεργασίας.....	51
Ενσωμάτωση της Τεχνολογίας.....	51
Αποτελέσματα.....	52
Πρόσθετοι Πόροι Υποστήριξης.....	52
Εκπαιδευτική Εργαλειοθήκη Μάθημα 7: Ζητώντας την προσοχή των	
συμμαθητών/πρόσβαση σε κάτι	53
Επισκόπηση & Σκοπός.....	53
Στόχοι	54
Απαιτούμενα Υλικά.....	54
Δραστηριότητα Διδασκαλίας	54
Διαφοροποιημένη Διδασκαλία.....	55
Πρόσθετες Στρατηγικές Συμπεριφοράς	57
Στρατηγικές Συνεργασίας	58
Αποτελέσματα.....	58
Πρόσθετοι Πόροι Υποστήριξης	59
Εκπαιδευτική Εργαλειοθήκη Μάθημα 8: Ζητώντας βοήθεια από έναν ενήλικα ή	
συνομηλίκους	59
	4



Επισκόπηση & Σκοπός	59
Στόχοι.....	60
Απαιτούμενα Υλικά	60
Δραστηριότητα Διδασκαλίας	60
Διαφοροποιημένη Διδασκαλία	64
Πρόσθετες Στρατηγικές Συμπεριφοράς.....	66
Στρατηγικές Συνεργασίας.....	67
Ενσωμάτωση της Τεχνολογίας	67
Αποτελέσματα.....	68
Πρόσθετοι Πόροι Υποστήριξης.....	68
Εκπαιδευτική Εργαλειοθήκη Μάθημα 9: Ζητώντας την προσοχή των ενηλίκων	68
Επισκόπηση & Σκοπός	69
Στόχοι.....	69
Απαιτούμενα Υλικά	69
Δραστηριότητα Διδασκαλίας	70
Διαφοροποιημένη Διδασκαλία	72
Πρόσθετες Στρατηγικές Συμπεριφοράς.....	74
Στρατηγικές Συνεργασίας.....	75
Ενσωμάτωση της Τεχνολογίας	75
Αποτελέσματα.....	76
Πρόσθετοι Πόροι Υποστήριξης.....	76
Εκπαιδευτική Εργαλειοθήκη Μάθημα 10: Διαχείριση χρόνου	76
Επισκόπηση & Σκοπός	76
Στόχοι.....	77
Απαιτούμενα Υλικά	77
Δραστηριότητα Διδασκαλίας	78
Διαφοροποιημένη Διδασκαλία	79
Πρόσθετες Στρατηγικές Συμπεριφοράς.....	80
Στρατηγικές Συνεργασίας.....	82



Ενσωμάτωση της Τεχνολογίας.....	82
Αποτελέσματα.....	83
Πρόσθετοι Πόροι Υποστήριξης.....	83
Εκπαιδευτική Εργαλειοθήκη Μάθημα 11: Αποδοχή της αλλαγής.....	84
Επισκόπηση & Σκοπός.....	84
Στόχοι.....	85
Απαιτούμενα Υλικά.....	85
Δραστηριότητα Διδασκαλίας.....	85
Διαφοροποιημένη Διδασκαλία.....	87
Πρόσθετες Στρατηγικές Συμπεριφοράς.....	88
Στρατηγικές Συνεργασίας.....	91
Ενσωμάτωση της Τεχνολογίας.....	91
Αποτελέσματα.....	92
Πρόσθετοι Πόροι Υποστήριξης.....	93
Εκπαιδευτική Εργαλειοθήκη Μάθημα 12: Χρήση στρατηγικών αντιμετώπισης σε δύσκολες αισθητηριακές καταστάσεις.....	93
Επισκόπηση & Σκοπός.....	93
Στόχοι.....	93
Απαιτούμενα Υλικά.....	94
Δραστηριότητα Διδασκαλίας.....	94
Διαφοροποιημένη Διδασκαλία.....	95
Πρόσθετες Στρατηγικές Συμπεριφοράς.....	100
Στρατηγικές Συνεργασίας.....	101
Ενσωμάτωση της Τεχνολογίας.....	101
Αποτελέσματα.....	103
Πρόσθετοι Πόροι Υποστήριξης.....	103



Εκπαιδευτική Εργαλειοθήκη Μάθημα

1: Ακολουθώντας τους Κανόνες της Τάξης

Εύρος ηλικίας: 4-6 ετών

Διάρκεια μαθήματος: 45 - 60 λεπτά

Επισκόπηση & Σκοπός

Οι κανόνες της τάξης στο νηπιαγωγείο είναι ζωτικής σημασίας για την παροχή ενός ασφαλούς και περιποιητικού περιβάλλοντος για τα μικρά παιδιά καθώς ξεκινούν το εκπαιδευτικό τους ταξίδι. Αυτοί οι κανόνες αποτελούν το θεμέλιο για τον καθορισμό σαφών προσδοκιών και κατευθυντήριων γραμμών για τη συμπεριφορά των μαθητών, προωθώντας τη θετική συμπεριφορά, την υπευθυνότητα και τον σεβασμό προς τους άλλους στην τάξη. Στην προσχολική ηλικία, οι κανόνες συχνά προσαρμόζονται στις αναπτυξιακές ανάγκες των μικρών παιδιών, με ιδιαίτερη έμφαση στην προώθηση της κοινωνικο-συναισθηματικής μάθησης. Αυτό σημαίνει ότι οι κανόνες έχουν σχεδιαστεί για να βοηθήσουν τα παιδιά να μάθουν πώς να επικοινωνούν, να μοιράζονται, να συνδιαλέγονται, να χρησιμοποιούν ευγενικά λόγια και να είναι προσεκτικοί ακροατές. Ακολουθώντας αυτές τις οδηγίες, τα παιδιά προσχολικής ηλικίας μπορούν να αναπτύξουν τις κοινωνικές δεξιότητες που χρειάζονται για να αλληλεπιδρούν θετικά με τους συνομηλίκους τους, να οικοδομούν ισχυρές σχέσεις και να αναπτύσσουν υγιή αυτοεκτίμηση. Οι κανόνες συμβάλλουν επίσης στη δημιουργία μιας αίσθησης πλαισίου και ρουτίνας στην τάξη, παρέχοντας στα παιδιά μια αίσθηση ασφάλειας και σταθερότητας που είναι απαραίτητη για τη συνολική τους ευημερία.

Στόχοι

1. Να κατανοούν τη σημασία της τήρησης των κανόνων της τάξης για την ασφάλεια και την ευημερία τους.
2. Να αναπτύσσουν κοινωνικές δεξιότητες, όπως η επικοινωνία, το μοίρασμα, η εναλλαγή, η χρήση ευγενικών λέξεων και η προσεκτική ακρόαση.
3. Να μάθουν να σέβονται τους άλλους στην τάξη και να ακολουθούν τις οδηγίες που τους δίνει ο δάσκαλος.
4. Να αναπτύσσουν υπευθυνότητα απέναντι στο μαθησιακό τους περιβάλλον και τη συμπεριφορά τους.

5. Να κατανοούν τις συνέπειες της μη τήρησης των κανόνων της τάξης και τον αντίκτυπο που έχει στους συμμαθητές τους και στο μαθησιακό περιβάλλον.

Απαιτούμενα Υλικά

- Εικονογραφημένα βιβλία για την τήρηση κανόνων και το σεβασμό των άλλων
- Οπτικά βοηθήματα, όπως αφίσες ή πίνακες με εικόνες των κανόνων της τάξης
- Υλικά για παιχνίδια ρόλων, όπως ρούχα ή μαριονέτες για την επίδειξη παραδειγμάτων τήρησης κανόνων.
- Μικρά παιχνίδια ή βοηθητικά μέσα για την εξάσκηση της σειράς και του διαμοιρασμού
- Υλικά γραφής και ζωγραφικής για τη δημιουργία εξατομικευμένων διαγραμμάτων κανόνων στην τάξη
- Πηγές ήχου ή βίντεο, όπως τραγούδια ή βίντεο που ενισχύουν τη σημασία της τήρησης των κανόνων με διασκεδαστικό και ελκυστικό τρόπο.

Δραστηριότητα Διδασκαλίας

- Εισαγωγή (5 λεπτά)
 - Συγκεντρώστε τα παιδιά σε κύκλο και ρωτήστε τα αν γνωρίζουν τους κανόνες και γιατί τους έχουμε.
 - Συζητήστε τη σημασία των κανόνων και πώς μας βοηθούν να είμαστε ασφαλείς και ευτυχισμένοι.
- Βιβλία και Αφίσες (15 λεπτά)
 - Διαβάστε μια ιστορία σχετικά με την τήρηση των κανόνων και τον σεβασμό των άλλων, όπως το "Ο Ντέιβιντ πηγαίνει σχολείο" του Ντέιβιντ Σάνον.
 - Δείξτε εικόνες των κανόνων της τάξης σε αφίσες και συζητήστε κάθε κανόνα με τα παιδιά.
 - Ρωτήστε τους γιατί πιστεύουν ότι ο κανόνας είναι απαραίτητος.
- Παιχνίδι Ρόλων (15 λεπτά)
 - Χρησιμοποιήστε ρούχα μεταμφίεσης ή μαριονέτες για να παρουσιάσετε παραδείγματα τήρησης κανόνων. Για παράδειγμα, υποδυθείτε εναλλάξ τον δάσκαλο και τον μαθητή και παίξτε διάφορα σενάρια όπου η τήρηση των κανόνων είναι απαραίτητη.
- Σειρά και Μοίρασμα (10 λεπτά)

- Παρέχετε μικρά παιχνίδια ή βοηθητικά αντικείμενα και βάλτε τα παιδιά να εξασκηθούν στο να εναλλάσσονται και να μοιράζονται.
- Εξατομικευμένα Διαγράμματα Κανόνων (10 λεπτά)
 - Δώστε σε κάθε παιδί υλικά γραφής και ζωγραφικής και ζητήστε του να δημιουργήσει το δικό του ατομικό διάγραμμα κανόνων της τάξης.
 - Ενθαρρύνετε τα παιδιά να συμπεριλάβουν εικόνες και λέξεις που αντιπροσωπεύουν τους κανόνες που έμαθαν κατά τη διάρκεια του μαθήματος.
- Πηγές Ήχου ή Βίντεο (5 λεπτά)
 - Παίξτε ένα διασκεδαστικό και ελκυστικό τραγούδι ή βίντεο που να ενισχύει τη σημασία της τήρησης των κανόνων.
- Συμπέρασμα (5 λεπτά)
 - Συγκεντρώστε τα παιδιά ξανά στον κύκλο και επαναλάβετε όσα έμαθαν για τους κανόνες της τάξης.
 - Ενθαρρύνετε τα παιδιά να χρησιμοποιούν τις δεξιότητές τους σε καθημερινές καταστάσεις.

Διαφοροποιημένη Διδασκαλία

Βαθμίδα 1 (παιδιά με προχωρημένες δεξιότητες):

- Αναρτήστε τους Κανόνες της Τάξης: Αναρτήστε σαφείς και συνοπτικούς κανόνες στην τάξη με θετικό και οπτικά ελκυστικό τρόπο (π.χ. πίνακες με εικόνες, σύντομα μηνύματα).
- Αναθεωρήστε τους Κανόνες Τακτικά: Επανεξετάστε τους κανόνες της τάξης στην αρχή της χρονιάς, μετά τα διαλείμματα και όποτε κρίνεται απαραίτητη μια υπενθύμιση.
- Χρησιμοποιήστε Θετική Γλώσσα: Διατυπώστε τους κανόνες θετικά, εστιάζοντας σε αυτό που θέλετε να κάνουν οι μαθητές (π.χ., «Βηματίστε μέσα στην τάξη» αντί για «Μην τρέχετε»).
- Καθημερινές Ρουτίνες: Καθιέρωση σταθερών καθημερινών ρουτινών και ανάρτηση οπτικών προγραμμάτων για να βοηθηθούν οι μαθητές να προβλέψουν τι θα ακολουθήσει και να νιώσουν άνετα μέσα στη δομή.
- Μεταβάσεις: Σηματοδοτήστε με σαφήνεια τις μεταβάσεις μεταξύ των δραστηριοτήτων χρησιμοποιώντας οπτικές ή ακουστικές ενδείξεις (π.χ. κουδούνια, τραγούδια) και δώστε σαφείς οδηγίες για τις μεταβάσεις.

- «Δείτε» τους να Ακολουθούν τους Κανόνες: Επιβραβεύστε και αναγνωρίστε ενεργά τους μαθητές όταν ακολουθούν τους κανόνες. Αυτή η θετική επιβράβευση ενισχύει τις επιθυμητές συμπεριφορές.
- Θετικά Πρότυπα: Προβάλλετε εσείς οι ίδιοι την αναμενόμενη συμπεριφορά και ενθαρρύνετε τους μαθητές να βοηθούν ο ένας τον άλλον να ακολουθούν τους κανόνες.
- Ανταμοιβές για Όλη την Τάξη: Εφαρμόστε ένα σύστημα επιβράβευσης ολόκληρης της τάξης όταν οι μαθητές ακολουθούν συλλογικά τους κανόνες για μια καθορισμένη περίοδο.
- Επικεντρωθείτε στις Θετικές Αλληλεπιδράσεις: Δημιουργήστε θετικές σχέσεις με τους μαθητές και δημιουργήστε ένα υποστηρικτικό κλίμα στην τάξη.
- Επιλογή και Έλεγχος: Προσφέρετε στους μαθητές κάποια επιλογή ή έλεγχο όποτε είναι δυνατόν (π.χ. επιλογή θέσης για ανεξάρτητη εργασία).
- Δεξιότητες Επίλυσης Συγκρούσεων: Διδάξτε στους μαθητές βασικές δεξιότητες επίλυσης συγκρούσεων, ώστε να μπορούν να διευθετούν τις διαφωνίες χωρίς να παραβιάζουν τους κανόνες.

Θυμηθείτε: Οι στρατηγικές της Βαθμίδας 1 εφαρμόζονται για όλους τους μαθητές στην τάξη. Ο στόχος είναι να δημιουργηθεί ένα διαφανές, προβλέψιμο και θετικό περιβάλλον μάθησης, όπου η τήρηση των κανόνων γίνεται φυσικό μέρος της ρουτίνας.

Βαθμίδα 2 (παιδιά με αναπτυξιακά κατάλληλες δεξιότητες):

- Διδάξτε εκ των προτέρων τους κανόνες με οπτικό υλικό και απλή γλώσσα.
- Τοποθετήστε οπτικές υπενθυμίσεις των κανόνων σε όλη την τάξη.
- Εξασφαλίστε τη συνεπή εφαρμογή των κανόνων από όλους τους ενήλικες.
- Επιβραβεύστε και αναγνωρίστε την τήρηση των κανόνων.
- Χρησιμοποιήστε θετική διατύπωση όταν δίνετε οδηγίες (π.χ. «Βηματίστε» αντί για «Μην τρέχετε»).
- Κατευθύνετε τη συμπεριφορά του παιδιού στην αναμενόμενη συμπεριφορά όταν παραβιάζεται ένας κανόνας. Προσφέρετε επιλογές όποτε είναι δυνατόν.
- Καθορίστε σαφείς ρουτίνες και χρονοδιαγράμματα για την ημέρα.

- Διαχωρίστε τις πολύπλοκες δραστηριότητες σε μικρότερα, πιο εύχρηστα βήματα με σαφείς οδηγίες.
- Προσφέρετε χρόνο αναμονής μετά την παροχή οδηγιών προτού περιμένετε απάντηση.
- Διδάξτε στα παιδιά δεξιότητες αυτορρύθμισης, όπως ασκήσεις βαθιάς αναπνοής ή μέτρημα για να ηρεμήσουν.
- Εξάσκηση στο να ακολουθούν οδηγίες μέσω παιχνιδιών ή δραστηριοτήτων για να ενισχύσετε αυτή τη δεξιότητα με διασκεδαστικό τρόπο.
- Πραγματοποιήστε σενάρια παιχνιδιού ρόλων όπου τα παιδιά μπορούν να εξασκηθούν στην τήρηση κανόνων και στις θετικές συνέπειες που προκύπτουν.

Αυτές οι στρατηγικές της Βαθμίδας 2 μπορούν να χρησιμοποιηθούν σε συνδυασμό με τις στρατηγικές της Βαθμίδας 1, ώστε να δημιουργηθεί μια ολοκληρωμένη προσέγγιση για να βοηθηθούν τα παιδιά να μάθουν να ακολουθούν τους κανόνες. Οι στρατηγικές της Βαθμίδας 1 εφαρμόζονται γενικά στην τάξη για όλους τους μαθητές, ενώ οι στρατηγικές της Βαθμίδας 2 χρησιμοποιούνται για τα παιδιά που χρειάζονται περισσότερη βοήθεια.

Βαθμίδα 3 (παιδιά που χρειάζονται πρόσθετη υποστήριξη):

- Προσδιορισμός Συγκεκριμένων Προκλήσεων: Εργαστείτε με το παιδί για να εντοπίσετε τις συγκεκριμένες προκλήσεις που αντιμετωπίζει όταν ακολουθεί έναν κανόνα. Είναι δύσκολο να κατανοήσει τον ίδιο τον κανόνα; Προβλήματα με τις μεταβάσεις; Υπερφόρτωση των αισθήσεων;
- Εξατομικευμένα Διαγράμματα Κανόνων: Δημιουργήστε εξατομικευμένους κανόνες με εικόνες και σαφή, περιεκτική γλώσσα προσαρμοσμένη στις ανάγκες του παιδιού. Χρησιμοποιήστε εικόνες, εικονίδια ή ακόμη και απλές ζωγραφιές για να αναπαραστήσετε τον κανόνα.
- Κοινωνικές Ιστορίες: Αναπτύξτε κοινωνικές ιστορίες που εξηγούν τη σημασία της τήρησης των κανόνων και τις συνέπειες της μη τήρησής τους. Αυτές οι ιστορίες μπορούν να εξατομικευτούν με το όνομα του παιδιού και συγκεκριμένες καταστάσεις στην τάξη.
- Προ-διόρθωση: Υπενθυμίστε στο παιδί την αναμενόμενη συμπεριφορά ήρεμα και θετικά πριν προκύψει μια δυνητικά δύσκολη κατάσταση. Αυτή η προληπτική προσέγγιση μπορεί να βοηθήσει στην πρόληψη της συμπεριφοράς που παραβιάζει τους κανόνες.

- Διδασκαλία Κοινωνικών Δεξιοτήτων: Παρέχετε στοχευμένη διδασκαλία κοινωνικών δεξιοτήτων, εστιάζοντας ιδιαίτερα σε δεξιότητες όπως το να παίρνει σειρά, να ακούει προσεκτικά και να ακολουθεί οδηγίες.
- Time-in/Time-out με Επιλογές: Εφαρμόστε ένα τροποποιημένο σύστημα time-out, όπου το παιδί μπορεί να επιλέξει μια ηρεμιστική δραστηριότητα κατά τη διάρκεια ενός σύντομου διαλείμματος για να ανακτήσει την ψυχραιμία του. Αυτό του δίνει την αίσθηση του ελέγχου και μειώνει τη συσχέτισή του με την τιμωρία.
- Οικονομία με Μάρκες: Εφαρμόστε ένα σύστημα οικονομίας με μάρκες, όπου το παιδί κερδίζει μάρκες για να ακολουθεί τους κανόνες. Αυτές οι μάρκες μπορούν στη συνέχεια να ανταλλάσσονται με προτιμώμενες δραστηριότητες ή άλλες ανταμοιβές.
- "Πιάστε τους να είναι καλοί": Αναζητήστε ευκαιρίες για να επαινέσετε το παιδί για την τήρηση κανόνων, ακόμη και φαινομενικά μικρών. Αυτή η θετική επιβράβευση ενισχύει τις επιθυμητές συμπεριφορές.
- Πίνακες Επιλογής: Προσφέρετε πίνακες επιλογών με δύο ή τρεις αποδεκτές επιλογές για να επιλέξει το παιδί πριν από μια δραστηριότητα. Αυτό παρέχει κάποιο επίπεδο ελέγχου και μειώνει την πιθανότητα αντίστασης.
- Δομημένο Περιβάλλον: Παρέχετε ένα δομημένο περιβάλλον στην τάξη με σαφείς ρουτίνες και προσδοκίες.
- Αισθητηριακές Τροποποιήσεις: Αν η αισθητηριακή υπερφόρτωση συμβάλλει στην παραβίαση των κανόνων συμπεριφοράς, διερευνήστε τροποποιήσεις όπως ακουστικά που εξουδετερώνουν τον θόρυβο, εργαλεία για να παίζετε με τα χέρια ή πρόσβαση σε χώρους ηρεμίας.

Θυμηθείτε: Οι παρεμβάσεις της βαθμίδας 3 είναι πιο εντατικές από τις παρεμβάσεις της βαθμίδας 1 ή 2 και μπορεί να περιλαμβάνουν συνεργασία με ειδικούς. Ο στόχος είναι η παροχή στοχευμένης υποστήριξης που βοηθά το παιδί να κατανοήσει τις προσδοκίες, να αναπτύξει μηχανισμούς αντιμετώπισης και να δημιουργήσει ένα επιτυχημένο ιστορικό τήρησης των κανόνων.

Βαθμίδα 4 (παιδιά που χρειάζονται πολλή βοήθεια και έχουν περιορισμένες επικοινωνιακές δεξιότητες):

Η διδασκαλία της βαθμίδας 4 επικεντρώνεται σε ιδιαίτερα εξατομικευμένη και εντατική υποστήριξη για παιδιά με διαταραχή του αυτιστικού φάσματος (ΔΑΦ) ή άλλες αναπηρίες που χρειάζονται σημαντική βοήθεια στην τήρηση κανόνων. Ακολουθούν ορισμένες στρατηγικές που πρέπει να εξετάσετε:

- Άμεση και Συχνή Ενίσχυση: Χρησιμοποιήστε άμεση και συχνή θετική ενίσχυση (π.χ. έπαινος, προτιμώμενα παιχνίδια, μπράβο) ακόμη και για μικρές προσπάθειες τήρησης των κανόνων.
- Συνδυασμός με Προτιμώμενες Δραστηριότητες: Συνδυάστε την τήρηση των κανόνων με δραστηριότητες υψηλής προτίμησης για να αυξήσετε τα κίνητρα. Για παράδειγμα, επιτρέψτε την πρόσβαση σε ένα αγαπημένο παιχνίδι ή δραστηριότητα μόνο μετά την τήρηση ενός κανόνα.
- Οπτικά Χρονοδιαγράμματα και Ρουτίνες: Δημιουργήστε ιδιαίτερα οπτικά χρονοδιαγράμματα χρησιμοποιώντας εικόνες ή φυσικά αντικείμενα για να απεικονίσετε τις επερχόμενες δραστηριότητες και τις αναμενόμενες συμπεριφορές.
- First/Then Πίνακες: Χρησιμοποιήστε πίνακες με εικόνες για να επικοινωνήσετε τι πρέπει να συμβεί πρώτα (ακολουθώντας έναν κανόνα) πριν από την επιθυμητή δραστηριότητα (προτιμώμενο παιχνίδι).
- Φυσικές Υποδείξεις και Σωματική Καθοδήγηση: Παρέχετε φυσικές υποδείξεις ή σωματική καθοδήγηση για να επιδείξετε την επιθυμητή συμπεριφορά (π.χ., καθοδηγώντας σωματικά το παιδί να καθίσει κατά τη διάρκεια του καθόμαστε σε κύκλο). Σταδιακά μειώστε τις υποδείξεις καθώς το παιδί αναπτύσσει ανεξαρτησία.
- Απλοί και Σαφείς Κανόνες: Επικεντρωθείτε σε μερικούς απλούς και ξεκάθαρους κανόνες κάθε φορά. Διαχωρίστε τους πολύπλοκους κανόνες σε μικρότερα, πιο εύκολα διαχειρίσιμα βήματα.
- Μοντελοποίηση Αναμενόμενων Συμπεριφορών: Μοντελοποιήστε εσείς οι ίδιοι την αναμενόμενη συμπεριφορά και ενθαρρύνετε τους συνομηλίκους σας να κάνουν το ίδιο. Αυτό παρέχει ένα σαφές οπτικό παράδειγμα για το πώς μοιάζει η "τήρηση του κανόνα".
- Προσδιορίστε τους Πυροδοτικούς Παράγοντες: Συνεργαστείτε με ειδικούς (π.χ. αναλυτές συμπεριφοράς) για να εντοπίσετε τους παράγοντες που μπορεί να δυσχεραίνουν την τήρηση των κανόνων για το παιδί (π.χ. αισθητηριακή υπερφόρτωση, ασαφείς προσδοκίες).
- Προληπτικές Στρατηγικές: Αναπτύξτε προληπτικές στρατηγικές για την αντιμετώπιση πιθανών πυροδοτήσεων (triggers) προτού κλιμακωθούν σε προκλητικές συμπεριφορές. Αυτό θα μπορούσε να περιλαμβάνει την προσφορά δραστηριοτήτων ηρεμίας, την παροχή οπτικών υπενθυμίσεων ή την προσαρμογή του περιβάλλοντος.

- Συμπεριφορές Αντικατάστασης: Διδάξτε στο παιδί συμπεριφορές αντικατάστασης για τις προκλητικές συμπεριφορές που εμφανίζονται όταν δεν τηρούνται οι κανόνες. Για παράδειγμα, διδάξτε του να χρησιμοποιεί μια κάρτα με εικόνα για να εκφράσει μια ανάγκη αντί να κάνει ένα ξέσπασμα.
- Εναλλακτική και Υποστηρικτική Επικοινωνία (AAC): Αν το παιδί έχει περιορισμένες δεξιότητες λεκτικής επικοινωνίας, διερευνήστε τη χρήση μεθόδων AAC, όπως κάρτες με εικόνες ή εφαρμογές επικοινωνίας, για να διευκολύνετε την επικοινωνία των αναγκών και την κατανόηση των κανόνων.
- Απλή και Άμεση Γλώσσα: Χρησιμοποιήστε απλή, άμεση γλώσσα με σύντομες προτάσεις και θετική διατύπωση όταν επικοινωνείτε τις προσδοκίες.
- Έλεγχος Κατανόησης: Ελέγχετε τακτικά την κατανόηση του κανόνα από το παιδί, κάνοντας απλές ερωτήσεις ή χρησιμοποιώντας χειρονομίες.

Πρόσθετες Στρατηγικές Συμπεριφοράς

Αναμενόμενες προκλήσεις συμπεριφοράς:

- Διαταρακτική συμπεριφορά, μη τήρηση κανόνων, έλλειψη συγκέντρωσης.

Προληπτικές στρατηγικές:

- Χρησιμοποιήστε θετική ενίσχυση, καθορίστε σαφείς προσδοκίες, παρέχετε μια δομημένη ρουτίνα και χρησιμοποιήστε οπτικά βοηθήματα.

Στρατηγικές παρέμβασης για προκλητικές συμπεριφορές:

- Χρησιμοποιήστε αναπροσανατολισμό, προσφέρετε θετική ανατροφοδότηση και παρέχετε στους μαθητές έναν ήρεμο και ασφαλή χώρο για να κάνουν ένα διάλειμμα.

Στρατηγικές Συνεργασίας

Σχετικοί συνεργάτες:

- Γονείς, σχολικοί σύμβουλοι και διοίκηση.

Δυνατότητες ενσωμάτωσης:

- Συμμετοχή των γονέων στην ενίσχυση των κανόνων της τάξης στο σπίτι
- Συνεργασία με τους σχολικούς συμβούλους για την αντιμετώπιση των προκλητικών συμπεριφορών και
- Υποστήριξη από τη διοίκηση όταν είναι απαραίτητο.

Ενσωμάτωση της Τεχνολογίας

- Εφαρμογές, εργαλεία, λογισμικό κ.λπ. που θα χρησιμοποιηθούν:
 - Διαδραστικοί πίνακες, εκπαιδευτικές εφαρμογές και βίντεο.
 - Super Simple Rules - Μια διαδραστική εφαρμογή που διδάσκει στα παιδιά την τήρηση κανόνων και τον σεβασμό των άλλων.
 - PBS Kids - Ένας ιστότοπος που προσφέρει εκπαιδευτικά βίντεο και παιχνίδια σχετικά με την τήρηση κανόνων και την κοινωνική-συναισθηματική μάθηση.
 - Sesame Street - Μια δημοφιλής παιδική εκπομπή που έχει επεισόδια σχετικά με την τήρηση κανόνων και τη συνεννόηση με τους άλλους.
 - Daniel Tiger's Neighborhood - Μια σειρά κινουμένων σχεδίων που επικεντρώνεται στην κοινωνική-συναισθηματική μάθηση, συμπεριλαμβανομένης της τήρησης κανόνων και της επίδειξης σεβασμού.
 - Happy Kids Timer - Μια εφαρμογή που βοηθά τα μικρά παιδιά να αναπτύξουν καλές συνήθειες και ρουτίνες ακολουθώντας απλούς κανόνες.
 - Kid-E-Cats - Μια εκπομπή που διδάσκει στα παιδιά προσχολικής ηλικίας την ομαδικότητα, τη διαδοχή και την τήρηση κανόνων.
 - ABCmouse - Ένας εκπαιδευτικός ιστότοπος που προσφέρει μαθήματα για την κοινωνική-συναισθηματική μάθηση, συμπεριλαμβανομένης της τήρησης κανόνων και της υπευθυνότητας.
 - BrainPOP Jr. - Ένας δικτυακός τόπος που προσφέρει εκπαιδευτικά βίντεο για διάφορα θέματα, όπως η τήρηση κανόνων και η σωστή επιλογή.

Αποτελέσματα

1. Παρατήρηση των μαθητών που ακολουθούν τους κανόνες της τάξης.
2. Συλλογή δεδομένων σχετικά με τον αριθμό των περιπτώσεων που οι μαθητές παραβιάζουν ή ακολουθούν τους κανόνες.
3. Αυτοαξιολόγηση των μαθητών σχετικά με την κατανόηση των κανόνων της τάξης.

Πρόσθετοι Πόροι Υποστήριξης

- <https://www.autismadventures.com/teaching-classroom-rules/>



- https://cdn2.hubspot.net/hub/94958/file-1524764724-pdf/dos_and_donts_of_classroom_management_your_25_best_tips.pdf
- <https://www.teachhub.com/classroom-management/2016/01/classroom-management-develop-clear-rules-and-expectations/>
- <https://www.autismadventures.com/classroom-rules-behavior-basics/>
- <https://iris.peabody.vanderbilt.edu/module/ecbm/cresource/q1/p03/>
- <https://autismclassroomresources.com/visual-rules-and-expectations-freebie/>

Εκπαιδευτική Εργαλειοθήκη Μάθημα 2: Ακολουθώντας Οδηγίες (πολλών βημάτων)

Εύρος ηλικίας: 3-8

Διάρκεια μαθήματος: 60 λεπτά

Επισκόπηση & Σκοπός

Σκοπός αυτού του μαθήματος είναι να αναπτύξει την ικανότητα του παιδιού να ακολουθεί οδηγίες πολλών βημάτων, η οποία αποτελεί θεμελιώδη δεξιότητα για την ακαδημαϊκή επιτυχία και την καθημερινή ζωή. Με την ανάλυση των εργασιών σε διαχειρίσιμα βήματα και την παροχή σαφών οδηγιών, τα παιδιά θα μάθουν να ακούνε προσεκτικά, να επεξεργάζονται διαδοχικά τις πληροφορίες και να εκτελούν αποτελεσματικά τις εργασίες τους. Η κατάκτηση αυτής της δεξιότητας προάγει τη γνωστική ανάπτυξη, ενισχύει την ακαδημαϊκή απόδοση και προάγει την ανεξαρτησία και την αυτοπεποίθηση στην ολοκλήρωση των εργασιών.

Στόχοι

1. Να ακολουθούν οδηγίες ενός ενήλικα κατά τη διάρκεια ομαδικής δραστηριότητας.
2. Να ακολουθούν οδηγίες πολλαπλών βημάτων από έναν ενήλικα κατά τη διάρκεια μιας ομαδικής δραστηριότητας
3. Να ακολουθούν οδηγίες ενός βήματος από έναν συνομήλικό κατά τη διάρκεια μιας ομαδικής δραστηριότητας
4. Να ακολουθούν οδηγίες πολλαπλών βημάτων από συνομηλίκους κατά τη διάρκεια ομαδικής δραστηριότητας

Απαιτούμενα Υλικά

- Κόκκινες, μπλε, κίτρινες και πράσινες μπογιές για κάθε μαθητή
- Χαρτί
- Μολύβια και μαρκαδόροι
- Εκτυπώσεις απλών σχεδίων σχεδίασης
- Εκτυπωμένες οδηγίες

Δραστηριότητα Διδασκαλίας

- Εισαγωγή (5 λεπτά):
 - Συγκεντρώστε τα παιδιά σε κύκλο και παρουσιάστε την έννοια της ακολουθίας οδηγιών πολλαπλών βημάτων. Συζητήστε γιατί είναι σημαντικό να ακολουθούμε οδηγίες και πώς αυτό μας βοηθά να ολοκληρώνουμε με επιτυχία εργασίες. Δώστε παραδείγματα οδηγιών πολλαπλών βημάτων από καθημερινές δραστηριότητες, όπως το να φτιάξετε ένα σάντουιτς ή να καθαρίσετε τα παιχνίδια.
- Σειρά Αντικειμένων (10 λεπτά).
 - Τοποθετήστε τις μπογιές στο τραπέζι μπροστά από τον μαθητή (ή τους μαθητές). Εξηγήστε τους ότι πρέπει να αναδιατάξουν τις μπογιές με βάση τις οδηγίες σας.
 - Για οδηγίες ενός βήματος, δώστε απλές οδηγίες, μία προς μία, όπως "Σήκωσε τον μπλε μαρκαδόρο". "Βάλτε τον μπροστά από τον κόκκινο μαρκαδόρο." ή ζητήστε τους να φτιάξουν σχήματα, όπως "Φτιάξτε ένα T χρησιμοποιώντας τους μαρκαδόρους." Στο τέλος, όλοι οι μαθητές θα πρέπει να έχουν την ίδια σειρά/σχήμα.
 - Για οδηγίες δύο βημάτων, δώστε δύο οδηγίες κάθε φορά. Για παράδειγμα: "Πάρτε τον μπλε μαρκαδόρο και βάλτε τον μπροστά από τον κόκκινο μαρκαδόρο.", "Μετακινήστε τον κίτρινο μαρκαδόρο στη δεύτερη θέση". "Μετακινήστε τον μαρκαδόρο από την πρώτη θέση στην τρίτη θέση".
 - Στο τέλος, όλοι οι μαθητές θα πρέπει να έχουν την ίδια σειρά/σχήμα. Μπορείτε να προχωρήσετε όσο θέλετε, κάνοντας τις οδηγίες σταδιακά πιο περίπλοκες. Για παράδειγμα, μπορείτε να κάνετε τις οδηγίες να γίνουν πιο εύκολες: "Μετακινήστε τον πράσινο μαρκαδόρο στην τρίτη θέση και τον τελευταίο μαρκαδόρο στην πρώτη θέση".
- Ζωγραφική (15 λεπτά)
 - Χωρίστε τα παιδιά σε ζευγάρια, εξασφαλίζοντας ότι κάθε ζευγάρι αποτελείται από συνεργάτες με παρόμοιες ικανότητες. Ενθαρρύνετέ τα να καθίσουν αντικριστά, με τον έναν σύντροφο να ορίζεται ως "εκπαιδευτής" και τον άλλο ως "σχεδιαστής".

- Δώστε ένα απλό σχέδιο στον "εκπαιδευτή", ο οποίος στη συνέχεια αρχίζει να δίνει προφορικές οδηγίες για το σχέδιο στον παρτενέρ του, ο οποίος ακούει προσεκτικά και ακολουθεί τις οδηγίες. Αφού ολοκληρώσει το σχέδιο, ο "σχεδιαστής" πρέπει να μαντέψει ποιο ήταν το σχέδιο. Βεβαιωθείτε ότι οι μαθητές αλλάζουν ρόλους, επιτρέποντας σε κάθε παιδί να αναλάβει εναλλάξ τόσο τον ρόλο του εκπαιδευτή όσο και του σχεδιαστή.
- Simon Says (15 λεπτά)
 - Παίξτε το κλασικό παιχνίδι Simon Says, αλλά με μια ανατροπή. Ξεκινήστε με απλές ενέργειες και προοδευτικά προχωρήστε σε οδηγίες πολλών βημάτων, όπως "Ο Simon λέει, κάνε τρία βήματα μπροστά, γύρνα δύο φορές και χτύπα τα χέρια σου". Τα παιδιά πρέπει να ακούσουν προσεκτικά και να ακολουθήσουν σωστά όλα τα βήματα για να παραμείνουν στο παιχνίδι.
 - Γενίκευση: Ζητήστε από έναν συμμαθητή σας να ηγηθεί του παιχνιδιού και να δώσει τις οδηγίες (μπορείτε να δώσετε έναν κατάλογο με τις οδηγίες που θέλετε να στοχεύσετε).
- Ομαδική Πρόκληση (15 λεπτά)
 - Βάλτε τα παιδιά να καθίσουν σε κύκλο. Κάθε παιδί θα πάρει ένα χαρτί με μια οδηγία γραμμένη πάνω του (δελτίο). Η παγίδα είναι ότι μπορούν να ακολουθήσουν τη δική τους οδηγία μόνο αφού ένα άλλο παιδί ολοκληρώσει τη δική του. Επομένως, πρέπει να προσέχουν πολύ!
 - Θα χρειαστεί να έχετε τόσα δελτία όσα και οι μαθητές, αλλά οι οδηγίες πρέπει να είναι σε επόμενη σειρά για να λειτουργήσει το παιχνίδι. Μπορείτε να δημιουργήσετε τους δικούς σας στόχους (ή να χρησιμοποιήσετε τους παρακάτω παρεχόμενους), να εκτυπώσετε κάθε οδηγία σε ένα χαρτάκι και να τα μοιράσετε τυχαία.
 - Για να το κάνετε ακόμα πιο περίπλοκο, μπορείτε να δώσετε σε κάθε μαθητή δύο οδηγίες, ώστε να πρέπει να προσέχει δύο διαφορετικές ενέργειες ταυτόχρονα. Αυτό θα ήταν επίσης ένα εξαιρετικό παιχνίδι για παιδιά με προβλήματα προσοχής!

Παράδειγμα:

Ο δάσκαλος αρχίζει: Δάσκαλος: Πηδήξτε στη θέση σας.

Αφού κάποιος πηδήξει στη θέση του, σηκωθείτε και γυρίστε δύο φορές.

Αφού κάποιος γυρίσει δύο φορές, σηκωθείτε και χτυπήστε τα χέρια σας τρεις φορές.

Αφού κάποιος χτυπήσει τα χέρια του τρεις φορές, σηκωθείτε όρθιοι και πατήστε τα πόδια σας.

Αφού κάποιος χτυπήσει τα πόδια του, σηκωθείτε και φωνάξτε το όνομά σας.

Αφού κάποιος φωνάζει το όνομά του, σηκωθείτε όρθιοι και γαβγίστε σαν σκύλος.

Αφού κάποιος γαβγίσει σαν σκύλος, σηκωθείτε όρθιοι και κουνήστε τα μαλλιά σας μπρος-πίσω.

Αφού κάποιος κουνήσει τα μαλλιά του μπρος-πίσω, σηκωθείτε και πηδήξτε δύο φορές.

Αφού κάποιος πηδήξει δύο φορές, σηκωθείτε και υποκλιθείτε.

Αφού κάποιος υποκλιθεί, σηκωθείτε και πείτε "ΤΟ ΤΕΛΟΣ!"

Διαφοροποιημένη Διδασκαλία

Βαθμίδα 1 (παιδιά με προχωρημένες δεξιότητες):

- Προκαλέστε τα παιδιά με πιο σύνθετες και δημιουργικές οδηγίες κατά τη διάρκεια των δραστηριοτήτων.
- Ενθαρρύνετε τα παιδιά να δημιουργήσουν τις δικές τους οδηγίες πολλαπλών βημάτων που θα μπορούν να ακολουθήσουν οι συμμαθητές τους.

Βαθμίδα 2 (παιδιά με αναπτυξιακά κατάλληλες δεξιότητες):

- Παρέχετε σαφείς και συνοπτικές οδηγίες κατά τη διάρκεια των δραστηριοτήτων.
- Προσφέρετε έπαινο και ενθάρρυνση για την ακριβή τήρηση των οδηγιών.
- Παρέχετε ευκαιρίες στα παιδιά να καθοδηγούν και να δίνουν οδηγίες στους συνομηλίκους τους.

Βαθμίδα 3 (παιδιά που χρειάζονται πρόσθετη υποστήριξη):

- Διαχωρίστε τις οδηγίες σε μικρότερα βήματα για να τις κάνετε πιο εύχρηστες.
- Προσφέρετε οπτικά βοηθήματα ή μοντελοποίηση για να υποστηρίξετε την κατανόηση.
- Παρέχετε επιπλέον εξάσκηση και επανάληψη για τα παιδιά που μπορεί να δυσκολεύονται να ακολουθήσουν οδηγίες πολλών βημάτων.

Βαθμίδα 4 (παιδιά που χρειάζονται πολλή βοήθεια και έχουν περιορισμένες επικοινωνιακές δεξιότητες):

- Προσφέρετε υποστήριξη 1-2-1 από δάσκαλο ή βοηθό διδασκαλίας κατά τη διάρκεια των δραστηριοτήτων.

- Απλοποιήστε τις οδηγίες και χρησιμοποιήστε χειρονομίες, μοντελοποίηση και φυσικές προτροπές για να τα βοηθήσετε να κατανοήσουν και να ολοκληρώσουν τις εργασίες.
- Χωρίστε τις εργασίες σε μικρότερα, πιο εφικτά βήματα και δώστε άφθονη θετική ενίσχυση για κάθε επιτυχία.
- Παρέχετε γραπτές οδηγίες μαζί με τις αντίστοιχες εικόνες. Ενθαρρύνετε τα παιδιά να αντιστοιχίσουν τις γραπτές οδηγίες με τις εικόνες ανεξάρτητα. Αυτό ενισχύει την κατανόηση των γραπτών και προφορικών οδηγιών.
- Εξετάστε το ενδεχόμενο ενσωμάτωσης αισθητηριακών στοιχείων ή εναλλακτικών μεθόδων επικοινωνίας για την εμπλοκή παιδιών με περιορισμένες λεκτικές ικανότητες.

Πρόσθετες Στρατηγικές Συμπεριφοράς

Αναμενόμενες προκλήσεις συμπεριφοράς:

- Δυσκολία στην παρακολούθηση οδηγιών πολλαπλών βημάτων, η οποία μπορεί να οδηγήσει σε απογοήτευση και σε προκλητικές συμπεριφορές (ξεσπάσματα, επιθετικότητα κ.λπ.).
- Δυσκολία αντιμετώπισης της απώλειας που μπορεί να οδηγήσει σε προκλητικές συμπεριφορές
- Δυσκολία στο να μένουν συγκεντρωμένοι.
- Μη συμμόρφωση ή αντίσταση στη συμμετοχή σε ομαδικές δραστηριότητες.

Προληπτικές στρατηγικές:

- Παρέχετε σαφείς και συνοπτικές οδηγίες χρησιμοποιώντας απλή γλώσσα και οπτικά βοηθήματα για την υποστήριξη της κατανόησης.
- Προετοιμάστε το παιδί για να πετύχει, φροντίζοντας να αναλύετε τις οδηγίες σε μικρότερα, διαχειρίσιμα βήματα, λαμβάνοντας υπόψη τις ικανότητες του κάθε μαθητή.
- Επιβραβεύστε το παιδί με επαίνους, θετική γλώσσα ή απτές ανταμοιβές, αν χρειάζεται (θετική ενίσχυση), για να παρακινήσετε και να ενθαρρύνετε τη συμμετοχή.
- Ενσωματώστε διαλείμματα κίνησης και αισθητηριακές δραστηριότητες για να βοηθήσετε τα παιδιά να ρυθμίσουν τα επίπεδα ενέργειας και την προσοχή τους.
- Καθιέρωση σταθερών ρουτινών και οπτικών προγραμμάτων για την προώθηση της προβλεψιμότητας και τη μείωση του άγχους.
- Προσφέρετε στο παιδί επιλογές στο πλαίσιο των δραστηριοτήτων για να αυξήσετε την αίσθηση ελέγχου και αυτονομίας του. Επιτρέψτε τους να επιλέξουν τις προτιμώμενες εργασίες ή δραστηριότητες ή προσφέρετε επιλογές στον τρόπο με τον οποίο ολοκληρώνουν τις εργασίες. Αυτό μπορεί να

βοηθήσει στη μείωση της αντίστασης στη συμμετοχή και στην αύξηση της δέσμευσης και της συνεργασίας.

- Θέστε σαφείς προσδοκίες και κανόνες συμπεριφοράς και υποδείξτε κατάλληλες κοινωνικές δεξιότητες.
- Ενθαρρύνετε μια θετική και υποστηρικτική ατμόσφαιρα κατά τη διάρκεια των παιχνιδιών ή των δραστηριοτήτων, δίνοντας έμφαση στην απόλαυση της συμμετοχής και όχι μόνο στη νίκη.
- Μοντελοποιήστε τις κατάλληλες αντιδράσεις στη νίκη και την ήττα, επιδεικνύοντας χάρη και ανθεκτικότητα και στις δύο περιπτώσεις.
- Προσφέρετε συχνές ευκαιρίες για κίνηση και ενεργό συμμετοχή για να αποφύγετε την ανησυχία και την πλήξη.

Στρατηγικές παρέμβασης για προκλητικές συμπεριφορές:

- Κατευθύνετε τη συμπεριφορά εκτός εργασίας.
- Υπενθυμίστε τους κανόνες του παιχνιδιού
- Χρησιμοποιήστε ένα χρονόμετρο για να δείξετε πόσος χρόνος απομένει για τη δραστηριότητα.
- Χρησιμοποιήστε τεχνικές αποκλιμάκωσης, όπως ασκήσεις βαθιάς αναπνοής ή οπτικές στρατηγικές ηρεμίας, για να βοηθήσετε τα παιδιά να διαχειριστούν έντονα συναισθήματα και συμπεριφορές.
- Προσφέρετε εξατομικευμένη καθοδήγηση και βοήθεια όπως απαιτείται για να διασφαλίσετε ότι το παιδί αισθάνεται υποστηριζόμενο και ικανό να ολοκληρώσει την εργασία.
- Εάν εμφανιστούν προκλητικές συμπεριφορές κατά τη διάρκεια του μαθήματος, βεβαιωθείτε ότι όλα τα παιδιά είναι ασφαλή.
- Ελαχιστοποιήστε την προσοχή που δίνετε στις προκλητικές συμπεριφορές. Αντ' αυτού, κάντε σαφείς δηλώσεις επαινώντας τα παιδιά που επιδεικνύουν τις επιθυμητές συμπεριφορές. Εάν μια δραστηριότητα πρέπει να τερματιστεί για ένα παιδί, φροντίστε να επανεξετάσετε τη δραστηριότητα ξανά όταν το παιδί είναι ήρεμο.
- Μόλις το παιδί ηρεμήσει, προσεγγίστε το παιδί με ενσυναίσθηση και κατανόηση, αναγνωρίζοντας τα συναισθήματα απογοήτευσης. Προσφέρετε καθησυχασμό και επαίνους για τις προσπάθειές τους, ακόμη και αν δεν τα κατάφεραν. Ενθαρρύνετε τα να εκφράσουν τα συναισθήματά τους λεκτικά και επικυρώστε τα συναισθήματά τους.

Στρατηγικές Συνεργασίας

Σχετικοί συνεργάτες:

- Οι γονείς διαδραματίζουν καθοριστικό ρόλο στην υποστήριξη της μάθησης και της ανάπτυξης του παιδιού τους. Μπορείτε να συνεργαστείτε μαζί τους ζητώντας τους να εξασκηθούν στα παιχνίδια στο σπίτι. Άλλοι εκπαιδευτικοί και



Θεραπευτές μπορούν επίσης να συνεργαστούν φροντίζοντας να παρέχουν πολλές ευκαιρίες στο παιδί να ακολουθεί τις οδηγίες στην τάξη

Δυνατότητες ενσωμάτωσης:

- Οι γονείς και οι εκπαιδευτικοί μπορούν να εξασκηθούν στην "Ακολουθία οδηγιών" στο σπίτι και στην καθημερινή διδασκαλία, καθοδηγώντας το παιδί να ολοκληρώσει καθημερινές εργασίες.

Ενσωμάτωση της Τεχνολογίας

Μετά από οδηγίες παιχνίδι: <https://apps.apple.com/ca/app/following-directions-game/id1203449640>

Ο Simon λέει <https://apps.apple.com/us/app/word-vault-pro/id672989436>

<https://www.hearbuilder.com/>

<https://play.google.com/store/apps/details?id=com.DefaultCompany.Splingo&hl=en&gl=US>

Δημιουργία οπτικού υλικού: <https://arasaac.org/index.html>

Αποτελέσματα

- Παρατηρήστε την αντίδραση του παιδιού όταν του δίνεται μια οδηγία από έναν ενήλικα ή έναν συνομηλίκιο κατά τη διάρκεια του μαθήματος και κατά τη διάρκεια της ημέρας.
- Συλλέξτε δεδομένα σχετικά με την τήρηση των οδηγιών από το παιδί. Μπορείτε να καταμετρήσετε τον αριθμό των φορών που το παιδί ακολούθησε σωστά μια οδηγία ενός ή πολλών βημάτων, είτε ανεξάρτητα είτε με τη δική σας πρόσθετη βοήθεια/υποστήριξη και τον αριθμό των φορών που δεν ακολούθησε. Επιπλέον, συλλέξτε δεδομένα σχετικά με τον αριθμό των βημάτων που ακολουθούν με επιτυχία, ώστε να μπορείτε να αυξήσετε σταδιακά τον αριθμό των βημάτων. Παράδειγμα της φόρμας παρακάτω:

Ημερομηνία	Στοχευμένος αριθμός βημάτων στη διδασκαλία	Ακολούθησε ανεξάρτητα	Ακολούθησε τις υποδείξεις	Δεν ακολούθησε μέχρι τέλους	Προκλητική συμπεριφορά ναι/όχι
1.3.	2			x	NAI
1.3.	2		x		NAI



1.3.	2		x		OXI
1.3.	2	x			OXI

Πρόσθετοι Πόροι Υποστήριξης

<https://www.youtube.com/watch?v=8xXgo3Dq214>
<https://www.youtube.com/watch?v=dEk9FbPNv4E>
<https://www.youtube.com/watch?v=9vhBDUINSjw>

Εκπαιδευτική Εργαλειοθήκη Μάθημα 3: Αναμονή για πρόσβαση σε έναν ενήλικα και/ή σε ένα αντικείμενο

Εύρος ηλικίας: 3-6 ετών.

Διάρκεια μαθήματος: 60 λεπτά

Επισκόπηση & Σκοπός

Ανάπτυξη κοινωνικών δεξιοτήτων και δεξιοτήτων αυτορρύθμισης με τη διδασκαλία του παιδιού να περιμένει υπομονετικά για έως και 90 δευτερόλεπτα, χρησιμοποιώντας λέξεις αναμονής όπως "εντάξει" ή "αντίχειρας πάνω" (εάν είναι κατάλληλο), για πρόσβαση σε έναν ενήλικα, βοήθεια ή/και υλικά. Εάν ένα παιδί δεν είναι ομιλητικό, το παιδί μπορεί να είναι σιωπηλό.

Η ανάπτυξη της δεξιότητας της αναμονής στην προσχολική ηλικία είναι ζωτικής σημασίας για τα παιδιά πριν από τη μετάβαση στο δημοτικό σχολείο. Τα προετοιμάζει ακαδημαϊκά να συμμετέχουν σε δομημένες δραστηριότητες και να ακολουθούν ρουτίνες, εξασφαλίζοντας ομαλότερες μεταβάσεις και καλύτερη δέσμευση. Σε κοινωνικό επίπεδο, η αναμονή ενισχύει τις θετικές αλληλεπιδράσεις με συνομηλίκους και ενήλικες, προάγοντας την ενσυναίσθηση, τη συνεργασία και την επίλυση συγκρούσεων που είναι απαραίτητες για τις σχέσεις στο δημοτικό σχολείο. Επιπλέον, βοηθά στη διαχείριση της τάξης μειώνοντας τις διασπαστικές συμπεριφορές και επιτρέπει στους εκπαιδευτικούς να επικεντρωθούν στη διδασκαλία. Συναισθηματικά, ενισχύει την αυτορρύθμιση, ζωτικής σημασίας για την αντιμετώπιση των προκλήσεων στο περιβάλλον του δημοτικού σχολείου. Τελικά, η διδασκαλία της αναμονής στην



προσχολική ηλικία εξοπλίζει τα παιδιά με τις δεξιότητες που απαιτούνται για να επιτύχουν ακαδημαϊκά, κοινωνικά και συναισθηματικά στο δημοτικό σχολείο και πέραν αυτού.

Στόχοι

1. Να περιμένουν υπομονετικά για 30 δευτερόλεπτα όταν τους λένε "περίμενε" αφού ζητήσουν βοήθεια από έναν ενήλικα ή πρόσβαση σε αντικείμενα που προτιμούν.
2. Να Περιμένουν υπομονετικά για 60 δευτερόλεπτα όταν τους λένε να περιμένουν αφού ζητήσουν βοήθεια από έναν ενήλικα ή πρόσβαση σε αντικείμενα που προτιμούν.
3. Να περιμένουν υπομονετικά για 90 δευτερόλεπτα όταν τους λένε να περιμένουν αφού ζητήσουν βοήθεια από έναν ενήλικα ή πρόσβαση σε αντικείμενα που προτιμούν.

Βεβαιωθείτε ότι το παιδί επιθυμεί πραγματικά το αντικείμενο ή επιθυμεί να ασχοληθεί με το άτομο ή θέλει βοήθεια (το παιδί θα πρέπει να εκφράσει αυτή την επιθυμία, είτε λεκτικά, είτε δείχνοντας, είτε χρησιμοποιώντας κάποια μορφή επικοινωνίας για να δείξει την προτίμησή του).

Απαιτούμενα Υλικά

Τα υλικά που χρησιμοποιούνται είναι πολύτιμα για τα παιδιά, τα παιδιά θέλουν να παίξουν με αυτά ή να έρχονται σε επαφή με αυτά.

- Εικονογραφημένα βιβλία/κοινωνικές ιστορίες για την αναμονή (π.χ. "Η αναμονή δεν είναι εύκολη" του Mo Willems ή η παρεχόμενη κοινωνική ιστορία για την αναμονή).
- Χρονοδιακόπτης ή ρολόι
- Οπτικά βοηθήματα (π.χ. εικόνες ή αφίσες που απεικονίζουν την αναμονή)
- Βοηθήματα για το παιχνίδι ρόλων (π.χ. παιχνίδια)
- Χαρτί και μαρκαδόροι/μπογιές

Δραστηριότητα Διδασκαλίας

- Εισαγωγή (10 λεπτά):

- Συγκεντρώστε τα παιδιά σε κύκλο και συζητήστε την έννοια της αναμονής. Κάντε ερωτήσεις όπως: "Τι σημαίνει να περιμένεις;" και "Μπορείτε να σκεφτείτε στιγμές που πρέπει να περιμένετε;"
- Διαβάστε ένα εικονογραφημένο βιβλίο για την αναμονή, εμπλέκοντας τα παιδιά σε συζητήσεις σχετικά με τις εμπειρίες των χαρακτήρων σχετικά με την αναμονή. Χρησιμοποιήστε ένα βιβλίο στην τοπική σας γλώσσα για την αναμονή ή μια μετάφραση της σύντομης κοινωνικής ιστορίας για την αναμονή που μπορείτε να βρείτε [εδώ](#):
- Κατανόηση της Αναμονής (10 λεπτά):
 - Χρησιμοποιήστε οπτικά βοηθήματα για να παρουσιάσετε διάφορα σενάρια όπου η αναμονή είναι απαραίτητη (π.χ. αναμονή για τη σειρά σας στην κούνια, αναμονή για να τελειώσει ο φίλος σας το παιχνίδι).
 - Συζητήστε γιατί η αναμονή είναι σημαντική και πώς βοηθάει εμάς και τους άλλους.
- Στρατηγικές Αναμονής (10 λεπτά):
 - Παρουσιάστε διάφορες στρατηγικές για υπομονετική αναμονή, όπως βαθιές αναπνοές, μέτρημα και απόσπαση της προσοχής με μια δραστηριότητα.
 - Μοντελοποιήστε τη χρήση των στρατηγικών, βάλτε τα παιδιά να συμμετέχουν στις στρατηγικές μαζί σας (π.χ. να παίρνουν όλοι μαζί βαθιές αναπνοές ή να μετράνε μαζί).
- Δραστηριότητα Παιχνιδιού Ρόλων (10 λεπτά):
 - Χωρίστε τα παιδιά σε ζευγάρια και δώστε τους σκηνικά για να παίξουν ρόλους (π.χ. φαγητό, παιχνίδι).
 - Αναθέστε στο ένα παιδί κάθε ζευγαριού να είναι ο "σερβιτόρος" και στο άλλο να είναι το "άτομο που περιμένει".
 - Ενθαρρύνετε το "άτομο που περιμένει" να εξασκηθεί στην υπομονή, ενώ ο "σερβιτόρος" προσποιείται ότι παίρνει το χρόνο του για να σερβίρει ή να μοιράζεται παιχνίδια.
 - Μετά από λίγα λεπτά, αλλάξτε ρόλους και επαναλάβετε τη δραστηριότητα.
- Καλλιτεχνική Δραστηριότητα (10 λεπτά):
 - Παρέχετε χαρτί και μαρκαδόρους.
 - Ζητήστε από τα παιδιά να ζωγραφίσουν μια εικόνα του εαυτού τους που περιμένει υπομονετικά.
- Συμπέρασμα (5 λεπτά):
 - Συγκεντρώστε τα παιδιά ξανά στον κύκλο και επανεξετάστε τι έμαθαν για την αναμονή.
 - Εξασκηθείτε στο να περιμένετε μαζί ως ομάδα (π.χ., ρωτώντας την ομάδα αν θα ήθελε να ακούσει ένα τραγούδι της προτίμησής της και, στη συνέχεια, βάζοντάς την να περιμένει μαζί -χρησιμοποιώντας μια εξασκημένη στρατηγική- για 30 δευτερόλεπτα, προτού ανοίξει το τραγούδι).

- ο Ενθαρρύνετε τα παιδιά να χρησιμοποιούν τις δεξιότητες υπομονής τους σε καθημερινές καταστάσεις και υπενθυμίστε τους ότι η εξάσκηση στην αναμονή μας βοηθά να μεγαλώνουμε και να μαθαίνουμε.

Διαφοροποιημένη Διδασκαλία

Βαθμίδα 1 (παιδιά με προχωρημένες δεξιότητες):

- Επέκταση της Μάθησης: Παρέχετε ευκαιρίες για βαθύτερη εξερεύνηση της έννοιας της αναμονής, όπως η συζήτηση των πλεονεκτημάτων και των λόγων για τους οποίους η αναμονή μπορεί να είναι επωφελής.
- Ενθαρρύνετε την Κριτική Σκέψη: Κάντε ερωτήσεις ανοικτού τύπου που ενθαρρύνουν τα παιδιά να προβληματιστούν σχετικά με τις δικές τους εμπειρίες με την αναμονή και να εξετάσουν εναλλακτικές προοπτικές.
- Προώθηση της Ηγεσίας: Αναθέστε ηγετικούς ρόλους σε παιδιά που επιδεικνύουν προηγμένες δεξιότητες αναμονής, όπως το να ηγούνται ομαδικών πρακτικών "παίζοντας τον δάσκαλο"/ υποδεικνύοντας στρατηγικές αναμονής για τους συνομηλίκους τους.
- Παροχή Προκλήσεων: Εισάγετε πιο δύσκολα σενάρια αναμονής κατά τη διάρκεια δραστηριοτήτων παιχνιδιού ρόλων, όπως η αναμονή για μεγαλύτερο χρονικό διάστημα ή σε καταστάσεις με περισσότερους περισπασμούς.
- Προώθηση του Αυτο-αναστοχασμού: Ενθαρρύνετε τα παιδιά να προβληματιστούν σχετικά με τη δική τους πρόοδο στην ανάπτυξη δεξιοτήτων υπομονής και αναμονής, θέτοντας προσωπικούς στόχους για βελτίωση.

Βαθμίδα 2 (παιδιά με αναπτυξιακά κατάλληλες δεξιότητες):

- Διατηρήστε το Πρότυπο Μάθημα: Ακολουθήστε το σχέδιο μαθήματος όπως περιγράφεται, διασφαλίζοντας ότι οι δραστηριότητες και οι συζητήσεις είναι κατάλληλες για την ηλικία και ελκυστικές.
- Διαφοροποίηση της Διδασκαλίας: Προσφέρετε διαφορετικά επίπεδα πρόκλησης κατά τη διάρκεια των δραστηριοτήτων παιχνιδιού ρόλων, προσαρμόζοντας την πολυπλοκότητα των σεναρίων αναμονής ή τη διάρκεια του χρόνου που τα παιδιά καλούνται να περιμένουν.
- Παρέχετε Επιλογές: Επιτρέψτε στα παιδιά να επιλέξουν από μια ποικιλία στρατηγικών αναμονής κατά τη διάρκεια των συζητήσεων και ενθαρρύνετέ τα να επιλέξουν αυτές με τις οποίες αισθάνονται πιο άνετα.

Βαθμίδα 3 (παιδιά που χρειάζονται πρόσθετη υποστήριξη):

- Απλοποιήστε τη Γλώσσα: Χρησιμοποιήστε απλούστερη γλώσσα και μικρότερες προτάσεις για να εξηγήσετε την έννοια της αναμονής.

- Παροχή Οπτικής Υποστήριξης: Χρησιμοποιήστε περισσότερα οπτικά βοηθήματα, όπως κάρτες με εικόνες ή φωτογραφίες από την πραγματική ζωή, για να απεικονίσετε σενάρια αναμονής ή ένα οπτικό χρονόμετρο που δείχνει την αντίστροφη μέτρηση του χρόνου αναμονής.
- Προσφέρετε Συγκεκριμένα Παραδείγματα: Χρησιμοποιήστε συγκεκριμένα παραδείγματα αναμονής με τα οποία τα παιδιά μπορούν να ταυτιστούν, όπως η αναμονή για το σνακ ή η αναμονή για τη σειρά τους στην τσουλήθρα.
- Χρησιμοποιήστε Τεχνικές Διαμόρφωσης: Χρησιμοποιήστε συστηματικά σενάρια πρακτικής αναμονής που κινούνται από την αναμονή για λιγότερο προτιμώμενα αντικείμενα σε πιο προτιμώμενα.
- Χρήση Μοντελοποίησης: Επιδείξτε εσείς οι ίδιοι τις στρατηγικές αναμονής και ενθαρρύνετε τα παιδιά να παραδειγματιστούν από τη συμπεριφορά σας.
- Παροχή Πρόσθετης Εξάσκησης: Προσφέρετε πρόσθετες ευκαιρίες εξάσκησης κατά τη διάρκεια δραστηριοτήτων παιχνιδιού ρόλων και παρέχετε διορθώσεις και επαίνους ανάλογα με την περίπτωση ή εργαστείτε ατομικά με το παιδί στοχεύοντας σε επαναλαμβανόμενες ευκαιρίες αναμονής.
- Προσφέρετε Υποστήριξη από Ομότιμους: Βάλτε τα παιδιά σε ζευγάρια με άτομα με διαφορετικά επίπεδα ικανοτήτων κατά τη διάρκεια δραστηριοτήτων παιχνιδιού ρόλων, επιτρέποντάς τους να δουν πρότυπα συνομηλίκων.

Βαθμίδα 4 (παιδιά που χρειάζονται πολλή βοήθεια και έχουν περιορισμένες επικοινωνιακές δεξιότητες):

- Παρέχετε οπτική υποστήριξη.
- Απλοποιήστε τη Γλώσσα: χρησιμοποιήστε μόνο μία λέξη αλληλεπίδρασης με ένα παιδί.
- Αρχικά, ξεκινήστε μικρότερους χρόνους αναμονής (ακόμη και μια διάρκεια τόσο σύντομη όσο 1 δευτερόλεπτο μπορεί να είναι αρκετή).
- Η σταδιακή παράταση των χρόνων αναμονής πρέπει να προσεγγίζεται με υπομονή, προχωρώντας από το 1 δευτερόλεπτο στα 3 δευτερόλεπτα, στα 4 δευτερόλεπτα κ.ο.κ. Αφήστε αρκετό χρόνο.
- Εφαρμογή Τεχνικών Διαμόρφωσης: Ξεκινήστε περιμένοντας κάτι ή κάποιον που έχει μικρότερη σημασία για τα παιδιά και στη συνέχεια μεταβείτε σταδιακά σε πιο πολύτιμα αντικείμενα ή άτομα.
- Προσφέρετε Υποστήριξη από Ομότιμους: Βάλτε τα παιδιά σε ζευγάρια με άτομα με διαφορετικά επίπεδα ικανοτήτων κατά τη διάρκεια δραστηριοτήτων παιχνιδιού ρόλων, επιτρέποντάς τους να δουν πρότυπα συνομηλίκων.
- Παροχή Πρόσθετης Εξάσκησης: Συνιστάται να εργάζεστε ένας προς έναν με το παιδί, στοχεύοντας σε επαναλαμβανόμενες ευκαιρίες αναμονής.

Πρόσθετες Στρατηγικές Συμπεριφοράς

Αναμενόμενες προκλήσεις συμπεριφοράς:

- Μπορεί να εμφανιστούν ξεσπάσματα (π.χ. κλάμα, πέσιμο στο έδαφος, φωνές) ή αρπαγή ανθρώπων/αντικειμένων ως αποτέλεσμα της αναμονής.

Προληπτικές στρατηγικές:

- Για να αποτρέψετε την εμφάνιση προκλητικών συμπεριφορών, λάβετε τα ακόλουθα μέτρα πριν από την εκτέλεση του μαθήματος:
 - Τροποποιήστε το περιβάλλον με το να έχετε αντικείμενα υψηλής προτίμησης μακριά και να απομακρύνετε τον εαυτό σας/τους άλλους από το παιδί που είναι πιο πιθανό να εμπλακεί στην προκλητική συμπεριφορά.
 - Επιλέξτε συστηματικά στοχευμένα αντικείμενα για να εξασκηθούν στην αναμονή, δουλεύοντας για να κατακτήσουν την αναμονή για αντικείμενα που είναι λιγότερο προτιμώμενα, προτού δουλέψουν την αναμονή για αντικείμενα που είναι περισσότερο προτιμώμενα.
 - Προετοιμάστε το παιδί για επιτυχία, βεβαιώνοντας ότι είχε αρκετό χρόνο μαζί σας ή/και με τα προτιμώμενα αντικείμενα, προτού αρχίσετε να δουλεύετε στην αναμονή στο ομαδικό μάθημα.
 - Παρέχετε ενίσχυση (π.χ. προφορικό έπαινο) για τις μικρές επιτυχίες που παρατηρείτε στο παιδί (π.χ. να κάθεται στην ομάδα, να παρακολουθεί το μάθημα).

Στρατηγικές παρέμβασης για προκλητικές συμπεριφορές:

- Εάν οι προκλητικές συμπεριφορές εμφανίζονται κατά τη διάρκεια του μαθήματος, φροντίστε να διατηρήσετε όλα τα παιδιά ασφαλή. Ελαχιστοποιήστε την προσοχή που δίνετε στις προκλητικές συμπεριφορές. Αντ' αυτού, κάντε σαφείς δηλώσεις επαινώντας τα παιδιά που επιδεικνύουν τις επιθυμητές συμπεριφορές. Εάν η δραστηριότητα αναμονής πρέπει να τερματιστεί για ένα παιδί, φροντίστε να επανεξετάσετε τη δραστηριότητα ξανά όταν το παιδί εμφανιστεί ήρεμο.

Ο τερματισμός δείχνει ότι ένα παιδί έχει επιδείξει προκλητική συμπεριφορά, αφού του έχουν δοθεί δύο ευκαιρίες να ηρεμήσει. Εάν το παιδί δεν είναι σε θέση να ηρεμήσει, χάνει την πρόσβαση στο επιθυμητό αντικείμενο, τη βοήθεια ή το άτομο

Στρατηγικές Συνεργασίας

Σχετικοί συνεργάτες:

- Εξετάστε το ενδεχόμενο συνεργασίας με τους γονείς ζητώντας τους να στείλουν έναν κατάλογο με αντικείμενα/καταστάσεις όπου το παιδί τους βρίσκει την αναμονή πιο δύσκολη.

Δυνατότητες ενσωμάτωσης:

- Ζητήστε από τους γονείς να δουλέψουν για την αναμονή και στο σπίτι και στείλτε στο σπίτι αντίγραφα των οπτικών βοηθημάτων που χρησιμοποιήθηκαν στο μάθημα.

Ενσωμάτωση της Τεχνολογίας

Τα οπτικά στοιχεία μπορούν να χρησιμοποιηθούν για να βοηθήσουν στην υποστήριξη της αναμονής που αποτελεί μέρος εφαρμογών όπως το χρονόμετρο:

<https://www.timetimer.com/collections/applications>

Αποτελέσματα

1. Παρατηρήστε το παιδί να επιδεικνύει συμπεριφορά αναμονής κατά τη διάρκεια του μαθήματος και καθ' όλη τη διάρκεια της ημέρας.
2. Συλλέξτε δεδομένα σχετικά με τη συμπεριφορά αναμονής του παιδιού. Αυτό μπορεί να είναι ο αριθμός των φορών που περίμενε ανεξάρτητα ή με τη δική σας πρόσθετη βοήθεια. Επιπλέον, συλλέξτε δεδομένα σχετικά με τη διάρκεια της αναμονής (π.χ. 30 δευτερόλεπτα), ώστε να μπορείτε να εξασκηθείτε συστηματικά ξανά σε τμήματα της διδακτικής δραστηριότητας για παρατεταμένες περιόδους αναμονής. Παράδειγμα του εντύπου παρακάτω:

Ημερομηνία	Στοχευμένος χρόνος αναμονής	Προκλητική συμπεριφορά ναι/όχι
1.3.	30s	NAI
1.3.	30s	NAI
1.3.	30s	OXI
1.3.	30s	OXI

Πρόσθετοι Πόροι Υποστήριξης

<https://best-practice.middletonautism.com/teachingcoreskills/waiting/>

<https://youtu.be/WYgZb3B87pw?si=6-65KH2zL5uo3ZR>

<https://autismclassroomresources.com/teach-waiting/>

Εκπαιδευτική Εργαλειοθήκη Μάθημα

4: Μοιραστείτε με έναν συμμαθητή σας

Εύρος ηλικίας: 3-6 ετών

Διάρκεια μαθήματος: 60 λεπτά

Επισκόπηση & Σκοπός

Οι κοινωνικές δεξιότητες προσφέρουν στα παιδιά ένα ευρύ φάσμα πλεονεκτημάτων. Συνδέονται με μεγαλύτερη επιτυχία στο σχολείο και καλύτερες σχέσεις με τους συνομηλίκους.

Το μοίρασμα είναι μια θεμελιώδης κοινωνική δεξιότητα που τα περισσότερα παιδιά συνήθως αποκτούν καθώς μεγαλώνουν και αλληλεπιδρούν με άλλους. Είναι μια σημαντική πτυχή της οικοδόμησης θετικών σχέσεων και της πλοήγησης σε κοινωνικές καταστάσεις. Το να μάθουν να μοιράζονται είναι μια κρίσιμη κοινωνική δεξιότητα που βοηθά τα παιδιά να οικοδομούν σχέσεις, να συνεργάζονται και να εμπλέκονται θετικά με τους συνομηλίκους τους.

Η προθυμία να μοιραστείτε ένα σνακ ή ένα παιχνίδι μπορεί να βοηθήσει τα παιδιά να κάνουν και να κρατήσουν φίλους. Σύμφωνα με μια μελέτη που δημοσιεύθηκε στο Psychological Science, τα παιδιά από την ηλικία των 2 ετών μπορεί να δείχνουν την επιθυμία να μοιράζονται με άλλους - αλλά συνήθως μόνο όταν οι πόροι τους είναι άφθονοι. Ωστόσο, τα παιδιά ηλικίας 3 έως 6 ετών είναι συχνά εγωιστικά όταν πρόκειται να μοιραστούν πόρους που έχουν κόστος. Τα παιδιά μπορεί να είναι απρόθυμα να μοιραστούν το μισό από το μπισκότο τους με έναν φίλο, επειδή αυτό σημαίνει ότι θα έχουν λιγότερα για να απολαύσουν. Αλλά τα ίδια παιδιά μπορεί να μοιραστούν με προθυμία ένα παιχνίδι με το οποίο δεν ενδιαφέρονται πλέον να παίξουν.

Για τα παιδιά με διαταραχή του αυτιστικού φάσματος (ΔΑΦ), η εκμάθηση του να μοιράζονται μπορεί να αποτελέσει μοναδική πρόκληση.

Στόχοι

1. Όταν ένα άλλο παιδί δεν έχει παιχνίδια ή υλικά για δραστηριότητες, μέσα σε 10 δευτερόλεπτα από την άφιξη του νεοφερμένου, το παιδί-στόχος θα προσφέρει κάποια από τα παιχνίδια ή τα υλικά που βρίσκονται σε απόσταση αναπνοής.

Απαιτούμενα Υλικά

- Πολλαπλά φαλίδια, μπογιές, μαρκαδόρους, κόλλες και άλλα υλικά χειροτεχνίας που χρειάζονται για να ολοκληρωθεί ένα ομαδικό έργο τέχνης.
- Εικονογραφημένα βιβλία, κοινωνικές ιστορίες
- Μεγάλα σύνολα παιχνιδιών, παιχνίδια για ελεύθερο παιχνίδι
- Οπτικό πρόγραμμα, κάρτες οπτικής υποστήριξης
- Παιχνίδια με οικοδομικά τετράγωνα
- Τραπέζι/φορητός υπολογιστής

Δραστηριότητα Διδασκαλίας

- Εισαγωγή (10 λεπτά):
 - Κατά τη διάρκεια του κύκλου συζητήστε την έννοια του μοιράσματος. Κάντε ερωτήσεις όπως: "Τι σημαίνει να μοιράζεσαι;" και "Μπορείς να σκεφτείς στιγμές που χρειάζεται να μοιραστείς κάτι με τους φίλους σου;"
 - Διαβάστε ένα εικονογραφημένο βιβλίο για το μοίρασμα, εμπλέκοντας τα παιδιά σε συζητήσεις σχετικά με τις εμπειρίες των χαρακτήρων σχετικά με το μοίρασμα. Χρησιμοποιήστε ένα βιβλίο στην τοπική σας γλώσσα για το μοίρασμα ή μια μετάφραση της σύντομης κοινωνικής ιστορίας για την αναμονή.
 - Περιγράψτε το μοίρασμα: "Όταν βλέπεις κάποιον που δεν έχει καθόλου παιχνίδια, μοιράσου μαζί του μερικά παιχνίδια".
- Παιχνίδι Ρόλων (10 λεπτά)
 - Οι δάσκαλοι θα υποδείξουν τις κατάλληλες αλληλεπιδράσεις. Ο επικεφαλής εκπαιδευτικός θα πει σε ένα παιδί να παίξει με ένα μεγάλο σύνολο παιχνιδιών (π.χ. 10 φορτηγά). Ο επικεφαλής εκπαιδευτικός θα πει στη συνέχεια σε ένα άλλο παιδί να συμμετάσχει στο παιχνίδι. Αν το παιδί εμπλακεί στο μοίρασμα, δηλαδή προσφέρει ένα παιχνίδι στο νεοεισερχόμενο, ο εκπαιδευτικός θα επαινέσει το παιδί: "Μπράβο που μοιράστηκες τα παιχνίδια όταν είδες κάποιον που δεν είχε κανένα. Αυτό ήταν πολύ φιλικό". Αν το παιδί δεν εμπλακεί στο μοίρασμα, ο εκπαιδευτικός θα αφαιρέσει προσωρινά τα αντικείμενα παιχνιδιού από το παιδί και θα πει: "Όταν βλέπεις κάποιον που δεν έχει παιχνίδια, μοιράσου μαζί του μερικά παιχνίδια. Ας κάνουμε εξάσκηση".
- Κατασκευάστε έναν Πύργο (10 λεπτά)
 - Κατασκευάστε έναν πύργο ως ομάδα. Τοποθετήστε εναλλάξ τούβλα στον πύργο.
 - Τονίστε τη σημασία του διαμοιρασμού των πόρων και της συνεργασίας για την επίτευξη ενός κοινού στόχου.

- Ελεύθερο Παιχνίδι (10 λεπτά)
 - Ενώ το παιδί ασχολείται με μια προτιμώμενη δραστηριότητα κατά τη διάρκεια του ελεύθερου παιχνιδιού, ο δάσκαλος θα οργανώσει την ακόλουθη κατάσταση με ένα παιδί "βοηθό". Ο βοηθός δεν θα έχει κανένα υλικό και θα πλησιάσει το παιδί-στόχο ενώ αυτό παίζει με πολλαπλά υλικά. Εντός 10 δευτερολέπτων από την άφιξη του νέου βοηθού, το παιδί-στόχος θα προσφέρει κάποια από τα παιχνίδια ή τα υλικά που βρίσκονται σε απόσταση αναπνοής. Η κατάσταση είναι η ίδια με την παραπάνω, εκτός από την «δημιουργία» αυτών των καταστάσεων στο πλαίσιο των δραστηριοτήτων ελεύθερου παιχνιδιού.
 - Δημιουργήστε δομημένες συναντήσεις παιχνιδιού ή δραστηριότητες που ενθαρρύνουν το μοίρασμα. Παρέχετε ποικιλία παιχνιδιών και δραστηριοτήτων που απαιτούν εναλλαγή και διαμοιρασμό. Επιβλέπετε στενά αυτές τις αλληλεπιδράσεις και παρέχετε θετική ενίσχυση όταν το παιδί συμμετέχει σε συμπεριφορές διαμοιρασμού.
- Εργασία σε ένα Ομαδικό Έργο Τέχνης. (15 λεπτά)
 - Στήστε δύο τραπέζια με υλικά χειροτεχνίας που μπορούν να χρησιμοποιήσουν τα παιδιά για να ολοκληρώσουν ένα ομαδικό έργο τέχνης. Χωρίστε την τάξη σε δύο ομάδες και αναθέστε σε κάθε παιδί ένα από τα δύο τραπέζια. Δώστε στα παιδιά τις κατάλληλες οδηγίες για να ολοκληρώσουν ένα έργο τέχνης. Μόλις ξεκινήσει το έργο τέχνης, προτρέψτε ένα παιδί να αλλάξει τραπέζι. Όταν το παιδί ενταχθεί σε ένα τραπέζι, το παιδί που βρίσκεται πιο κοντά σε αυτό το παιδί θα πρέπει να συμμετάσχει σε διαμοιρασμό. Συνεχίστε να αλλάζετε τα παιδιά μέχρι κάθε παιδί να έχει την ευκαιρία να συμμετάσχει σε διαμοιρασμό και μέχρι να ολοκληρωθούν τα έργα τέχνης.
- Συμπέρασμα (5 λεπτά)
 - Συγκεντρώστε τα παιδιά ξανά στον κύκλο και επανεξετάστε τι έμαθαν για το μοίρασμα.
 - Ενθαρρύνετε τα παιδιά να χρησιμοποιούν τις δεξιότητές τους στο μοίρασμα σε καθημερινές καταστάσεις και υπενθυμίστε τους ότι το μοίρασμα είναι φροντίδα.

Διαφοροποιημένη Διδασκαλία

Βαθμίδα 1: (παιδιά με αναπτυξιακά κατάλληλες δεξιότητες):

- Διατηρήστε το Πρότυπο Μάθημα: Ακολουθήστε το σχέδιο μαθήματος όπως περιγράφεται, διασφαλίζοντας ότι οι δραστηριότητες και οι συζητήσεις είναι κατάλληλες για την ηλικία και ελκυστικές.
- Παρέχετε σαφείς και συνοπτικές οδηγίες κατά τη διάρκεια των δραστηριοτήτων.
- Προσφέρετε έπαινο και ενθάρρυνση για την ακριβή τήρηση των οδηγιών.

- Παρέχετε ευκαιρίες στα παιδιά να καθοδηγούν και να δίνουν οδηγίες στους συνομηλίκους τους.

Βαθμίδα 2: (παιδιά που χρειάζονται πρόσθετη υποστήριξη):

- Απλοποιήστε τη Γλώσσα: Χρησιμοποιήστε απλούστερη γλώσσα και πιο σύντομες προτάσεις για να εξηγήσετε την έννοια του μοιράσματος.
- Παροχή Οπτικής Υποστήριξης: Χρησιμοποιήστε περισσότερα οπτικά βοηθήματα, όπως κάρτες με εικόνες ή φωτογραφίες από την πραγματική ζωή, για να απεικονίσετε σενάρια ανταλλαγής.
- Προσφέρετε Συγκεκριμένα Παραδείγματα: Χρησιμοποιήστε συγκεκριμένα παραδείγματα διαμοιρασμού με τα οποία τα παιδιά μπορούν να συσχετιστούν, όπως το να μοιράζονται ένα παιχνίδι κατά τη διάρκεια του ελεύθερου παιχνιδιού.
- Χρήση Μοντελοποίησης: Επιδείξτε το μοίρασμα στον εαυτό σας και ενθαρρύνετε τα παιδιά να παραδειγματιστούν από τη συμπεριφορά σας.
- Παροχή Πρόσθετης Εξάσκησης: Προσφέρετε πρόσθετες ευκαιρίες εξάσκησης κατά τη διάρκεια δραστηριοτήτων παιχνιδιού ρόλων και παρέχετε διορθώσεις και επαίνους ανάλογα με την περίπτωση ή εργαστείτε ατομικά με το παιδί στοχεύοντας σε επαναλαμβανόμενες ευκαιρίες μοιράσματος.
- Προσφέρετε Υποστήριξη από Ομότιμους: Βάλτε τα παιδιά σε ζευγάρια με άτομα με διαφορετικά επίπεδα ικανοτήτων κατά τη διάρκεια δραστηριοτήτων παιχνιδιού ρόλων, επιτρέποντάς τους να δουν πρότυπα συνομηλίκων.

Βαθμίδα 3: (παιδιά με προχωρημένες δεξιότητες):

- Επέκταση της Μάθησης: Παρέχετε ευκαιρίες για βαθύτερη εξερεύνηση της έννοιας του μοιράσματος, όπως η συζήτηση των πλεονεκτημάτων και των λόγων για τους οποίους το μοίρασμα είναι σημαντικό.
- Ενθαρρύνετε την Κριτική Σκέψη: Να κάνετε ερωτήσεις ανοικτού τύπου που ενθαρρύνουν τα παιδιά να προβληματιστούν σχετικά με τις δικές τους εμπειρίες από την ανταλλαγή και να εξετάσουν εναλλακτικές προοπτικές.
- Προώθηση της Ηγεσίας: Αναθέστε ηγετικούς ρόλους σε παιδιά που επιδεικνύουν προχωρημένες δεξιότητες μοιράσματος, όπως το να ηγούνται ομαδικών πρακτικών "παίζοντας τον δάσκαλο"/ υποδεικνύοντας στρατηγικές διαμοιρασμού για τους συνομηλίκους τους.
- Παροχή Προκλήσεων: Εισάγετε πιο απαιτητικά σενάρια ανταλλαγής κατά τη διάρκεια δραστηριοτήτων παιχνιδιού ρόλων, όπως αναμονή για μεγαλύτερο χρονικό διάστημα ή σε καταστάσεις με περισσότερους περισπασμούς.
- Προώθηση του Αυτο-αναστοχασμού: Ενθαρρύνετε τα παιδιά να προβληματιστούν σχετικά με τη δική τους πρόοδο στην ανάπτυξη δεξιοτήτων ανταλλαγής/μοιράσματος, θέτοντας προσωπικούς στόχους για βελτίωση.

Βαθμίδα 4 (παιδιά που χρειάζονται πολλή βοήθεια και έχουν περιορισμένες επικοινωνιακές δεξιότητες):

- Διαβάστε/δείξτε στο παιδί τη διασκευή ενός εικονογραφημένου βιβλίου ή μιας σύντομης κοινωνικής ιστορίας. Χρησιμοποιήστε απλά εικονογράμματα/ή πραγματικές φωτογραφίες, μόνο λίγες. Περιγράψτε το μοίρασμα μέσω μοντελοποίησης ή βιντεομοντελοποίησης.
- Απλοποιήστε τη Γλώσσα: χρησιμοποιήστε μόνο μία λέξη αλληλεπίδρασης με το παιδί.
- Παιχνίδι Ρόλων
 - Οι δάσκαλοι θα υποδείξουν τις κατάλληλες αλληλεπιδράσεις.
 - Δουλέψτε ένας προς έναν, δώστε πολλές ευκαιρίες για να μοιραστούν, πάντα με επαίνους. Επίσης, προτρέψτε το παιδί αν χρειαστεί - σωματικά (καθοδηγήστε το χέρι του), με χειρονομίες, με οπτική υποστήριξη.
- Ελεύθερο παιχνίδι
 - Χρησιμοποιήστε οπτική υποστήριξη,
 - Χρησιμοποιήστε προτροπή αν χρειαστεί
 - Παροχή πρόσθετης εξάσκησης: Συνιστάται να εργάζεστε ένας προς έναν με το παιδί, στοχεύοντας σε επαναλαμβανόμενες ευκαιρίες αναμονής.
- Ενθαρρύνετε το παιδί να χρησιμοποιεί τις δεξιότητές του να μοιράζεται σε καθημερινές καταστάσεις.
- Προσφέρετε Υποστήριξη από Ομότιμους: Βάλτε τα παιδιά σε ζευγάρια με άτομα με διαφορετικά επίπεδα ικανοτήτων κατά τη διάρκεια δραστηριοτήτων παιχνιδιού ρόλων, επιτρέποντάς τους να δουν πρότυπα συνομηλίκων.

Πρόσθετες στρατηγικές συμπεριφοράς

Αναμενόμενες προκλήσεις συμπεριφοράς:

- Ως αποτέλεσμα της ανάγκης να μοιραστεί το παιδί μπορεί να εκδηλωθούν εκρήξεις θυμού (π.χ. κλάμα, πέσιμο στο έδαφος, φωνές) ή να αρπάξει ανθρώπους/αντικείμενα.
- Δυσκολία στην τήρηση οδηγιών, η οποία μπορεί να οδηγήσει σε απογοήτευση και να οδηγήσει σε προκλητικές συμπεριφορές (ξεσπάσματα, επιθετικότητα κ.λπ.).
- Δυσκολία στο να μείνουν συγκεντρωμένοι.
- Μη συμμόρφωση ή αντίσταση στη συμμετοχή σε ομαδικές δραστηριότητες
- Αποφυγή - διαφυγή από την εργασία

Προληπτικές στρατηγικές

Για να αποτρέψετε την εμφάνιση προκλητικών συμπεριφορών, λάβετε τα ακόλουθα μέτρα πριν από τη διεξαγωγή του μαθήματος:

- Τροποποιήστε το περιβάλλον με το να έχετε αντικείμενα υψηλής προτίμησης μακριά και να απομακρύνετε τον εαυτό σας/τους άλλους από το παιδί που είναι πιο πιθανό να εμπλακεί στην προκλητική συμπεριφορά.
- Επιλέξτε συστηματικά στοχευμένα αντικείμενα για να εξασκηθείτε στο μοίρασμα και να δουλέψετε στο μοίρασμα αντικειμένων που είναι λιγότερο προτιμώμενα, προτού εργαστείτε στο μοίρασμα αντικειμένων που είναι περισσότερο προτιμώμενα.
- Προετοιμάστε το παιδί για την επιτυχία, βεβαιώνοντας ότι είχε αρκετό χρόνο μαζί σας και/ή με τα προτιμώμενα αντικείμενα, προτού αρχίσετε να εργάζεστε στο ομαδικό μάθημα για το μοίρασμα.
- Προετοιμάστε το παιδί για την επιτυχία, προτρέποντας το αν χρειαστεί.
- Παρέχετε ενίσχυση (π.χ. προφορικό έπαινο) για τις μικρές επιτυχίες που παρατηρείτε στο παιδί (π.χ. να κάθεται στην ομάδα, να παρακολουθεί το μάθημα).
- Παρέχετε σαφείς και συνοπτικές οδηγίες χρησιμοποιώντας απλή γλώσσα και οπτικά βοηθήματα για την υποστήριξη της κατανόησης.
- Ενσωματώστε διαλείμματα κίνησης και αισθητηριακές δραστηριότητες για να βοηθήσετε τα παιδιά να ρυθμίσουν τα επίπεδα ενέργειας και την προσοχή τους.
- Καθιέρωση σταθερών ρουτινών και οπτικών προγραμμάτων για την προώθηση της προβλεψιμότητας και τη μείωση του άγχους.
- Προσφέρετε στο παιδί επιλογές στο πλαίσιο των δραστηριοτήτων για να αυξήσετε την αίσθηση ελέγχου και αυτονομίας του. Επιτρέψτε τους να επιλέξουν τις προτιμώμενες εργασίες ή δραστηριότητες ή προσφέρετε επιλογές στον τρόπο με τον οποίο ολοκληρώνουν τις εργασίες. Αυτό μπορεί να βοηθήσει στη μείωση της αντίστασης στη συμμετοχή και στην αύξηση της δέσμευσης και της συνεργασίας.
- Θέστε σαφείς προσδοκίες και κανόνες συμπεριφοράς και υποδείξτε τις κατάλληλες κοινωνικές δεξιότητες
- Προσφέρετε συχνές ευκαιρίες για κίνηση και ενεργό συμμετοχή για να αποφύγετε την ανησυχία και την πλήξη.

Στρατηγικές παρέμβασης για προκλητικές συμπεριφορές:

Εάν οι προκλητικές συμπεριφορές εμφανιστούν κατά τη διάρκεια του μαθήματος, φροντίστε να κρατήσετε όλα τα παιδιά ασφαλή. Ελαχιστοποιήστε την προσοχή που δίνετε στις προκλητικές συμπεριφορές. Αντ' αυτού, κάντε σαφείς δηλώσεις επαινώντας τα παιδιά που επιδεικνύουν τις επιθυμητές συμπεριφορές. Εάν η δραστηριότητα μοιράσματος πρέπει να τερματιστεί για ένα παιδί, φροντίστε να επανεξετάσετε τη δραστηριότητα ξανά όταν το παιδί φανεί ήρεμο.

Ο τερματισμός δείχνει ότι ένα παιδί έχει επιδείξει προκλητική συμπεριφορά, αφού του έχουν δοθεί δύο ευκαιρίες να ηρεμήσει. Εάν το παιδί δεν είναι σε θέση να ηρεμήσει, χάνει την πρόσβαση στο επιθυμητό αντικείμενο, τη βοήθεια ή το άτομο τότε πρέπει να επανακατευθύνετε τη συμπεριφοράς εκτός αποστολής:

- Χρησιμοποιήστε τεχνικές αποκλιμάκωσης, όπως ασκήσεις βαθιάς αναπνοής ή οπτικές στρατηγικές ηρεμίας, για να βοηθήσετε τα παιδιά να διαχειριστούν έντονα συναισθήματα και συμπεριφορές.
- Προσφέρετε εξατομικευμένη καθοδήγηση και βοήθεια, όπως απαιτείται, για να διασφαλίσετε ότι το παιδί αισθάνεται υποστηριζόμενο και ικανό να ολοκληρώσει την εργασία.
- Μόλις το παιδί ηρεμήσει, προσεγγίστε το παιδί με ενσυναίσθηση και κατανόηση, αναγνωρίζοντας τα συναισθήματα απογοήτευσης. Προσφέρετε καθησυχασμό και επαίνους για τις προσπάθειές τους, ακόμη και αν δεν τα κατάφεραν. Ενθαρρύνετε τα να εκφράσουν τα συναισθήματά τους λεκτικά και επικυρώστε τα συναισθήματά τους.

Στρατηγικές συνεργασίας

Σχετικοί συνεργάτες:

- Οι γονείς, τα αδέρφια, παίζουν καθοριστικό ρόλο στην υποστήριξη της μάθησης και της ανάπτυξης του παιδιού τους. Μπορείτε να συνεργαστείτε μαζί τους ζητώντας τους να εξασκηθούν στην ανταλλαγή/μοίρασμα σε πιο φυσικό περιβάλλον στο σπίτι. Άλλοι εκπαιδευτικοί και θεραπευτές μπορούν επίσης να συνεργαστούν φροντίζοντας να παρέχουν πολλές ευκαιρίες στο παιδί να μοιράζεται.

Δυνατότητες ενσωμάτωσης:

- Οι γονείς και τα αδέρφια μπορούν να πάρουν στο σπίτι υλικά και οπτικά βοηθήματα που χρησιμοποιούνται στο μάθημα και μπορούν να εξασκηθούν στο μοίρασμα με το παιδί σε ένα φυσικό περιβάλλον, καθοδηγώντας το παιδί και βοηθώντας το μέσω προτροπών και μοντελοποίησης.

Ενσωμάτωση της Τεχνολογίας

- Κοινωνικές ιστορίες
[Ella - Sharing \(ellakids.app\)](https://ellakids.app)
- Οπτικά στηρίγματα
[Σύμβολα AAC - ARASAAC](#)

Αποτελέσματα

1. Παρατηρήστε αν το παιδί συμμετέχει σε συμπεριφορές μοιράσματος κατά τη διάρκεια του μαθήματος και καθ' όλη τη διάρκεια της ημέρας.
2. Συλλέξτε δεδομένα σχετικά με τη συμπεριφορά του παιδιού που μοιράζεται. Αυτό μπορεί να είναι ο αριθμός των φορών που μοιράστηκε ένα παιχνίδι/υλικό ανεξάρτητα ή με τη δική σας πρόσθετη βοήθεια/βοήθεια.

Ημερ ομηνί α	Στοχευμένος χρόνος για ανταλλαγή	Ακολούθησε ανεξάρτητα	Ακολούθησε τις υποδείξεις	Δεν ακολούθησε μέχρι τέλους	Προκλητική συμπεριφορά ναι/όχι
1.3.	10s			x	NAI
1.3.	10s		x		NAI
1.3.	10s		x		OXI
1.3.	10s	x			OXI

Πρόσθετοι Πόροι Υποστήριξης

<https://www.theblueparachute.com/blogs/learning-to-share-how-to-teach-a-child-to-share/>

<https://www.verywellfamily.com/seven-social-skills-for-kids-4589865>

<https://www.educationoutside.org/preschool/activities/sharing/>

<https://veryspecialtales.com/sharing-activities-for-kids/>

<https://yourschoolpsych.com/free-social-story-templates/>

<https://www.bing.com/videos/riverview/relatedvideo?q=sharing+social+story+free+example&mid=D6C18C40032CC8970BFFD6C18C40032CC8970BFF&FORM=VIRE>

<https://www.bing.com/videos/riverview/relatedvideo?q=sharing+social+story+free+example&mid=542DAC846272F80FAC8F542DAC846272F80FAC8F&FORM=VIRE>

https://www.youtube.com/watch?v=cVgerbLQ_pl&t=534s

<https://www.twinkl.co.uk/>

<https://www.youtube.com/watch?v=TmodfzWIRak>

Εκπαιδευτική Εργαλειοθήκη Μάθημα

5: Χαιρετισμός και/ή κομπλιμέντο σε έναν συνομηλίκιο

Εύρος ηλικίας: 3-6 ετών

Διάρκεια μαθήματος: 60 λεπτά.

Επισκόπηση & Σκοπός

Ο χαιρετισμός και τα κομπλιμέντα παίζουν καθοριστικό ρόλο στις κοινωνικές αλληλεπιδράσεις. Χρησιμεύουν ως θεμέλιο για την οικοδόμηση σχέσεων και την εγκαθίδρυση δεσμών με τους άλλους. Η διδασκαλία των χαιρετισμών και των φιλοφρονήσεων προάγει τη λεκτική και μη λεκτική επικοινωνία. Τα παιδιά μαθαίνουν να χρησιμοποιούν αποτελεσματικά τα λόγια τους και να επικοινωνούν τα συναισθήματα και τις σκέψεις τους, αλλά επίσης, παρέχει την ευκαιρία να εξασκηθούν σε σημαντικές δεξιότητες μη λεκτικής επικοινωνίας, όπως η οπτική επαφή, η χρήση της κατάλληλης γλώσσας του σώματος και η χρήση φιλικού τόνου φωνής. Όταν τα παιδιά μαθαίνουν να χαιρετούν και να κολακεύουν το ένα το άλλο, αναπτύσσουν σημαντικές κοινωνικές δεξιότητες, όπως το να παίρνουν σειρά, να ακούνε ενεργά, να συμμετέχουν σε συζητήσεις και να αναπτύσσουν ενσυναίσθηση, καθώς τα παιδιά μαθαίνουν να αναγνωρίζουν και να ανταποκρίνονται στα συναισθήματα των άλλων. Και άλλωστε, όταν τα παιδιά χαιρετούνται και συγχαίρονται από τους συνομηλίκους τους και τους άλλους του περιβάλλοντός τους, αισθάνονται ότι εκτιμώνται και γίνονται αποδεκτά. Αυτή η αίσθηση του ανήκειν συμβάλλει στη συνολική τους ευημερία και αυτοεκτίμηση.

Στόχοι

1. Όταν ένα άλλο παιδί εισέρχεται στο δωμάτιο ή στην ομάδα παιχνιδιού, εντός 10 δευτερολέπτων από την άφιξη του νεοφερμένου, το παιδί-στόχος θα χαιρετήσει ("Γεια σας") ή/και θα κάνει κομπλιμέντο ("Μου αρέσει ____") στο νεοφερμένο.

Απαιτούμενα Υλικά

- Κοινωνικές ιστορίες/εικονογραφημένα βιβλία για χαιρετισμούς ή/και φιλοφρονήσεις
- Μαριονέτα γάντι (ή οποιοδήποτε είδος μαριονέτας)

- Οπτικά βοηθήματα (εικόνες και αφίσες που απεικονίζουν τρόπους χαιρετισμού), κάρτες οπτικής υποστήριξης
- "Μου αρέσει" οπτικές κάρτες

Δραστηριότητα Διδασκαλίας

- Εισαγωγή (5 λεπτά)
 - ο Συγκεντρώστε τα παιδιά σε έναν κύκλο και ξεκινήστε τη δραστηριότητα με το τραγούδι **Make A Circle | Preschool Song | Super Simple Songs** ή οποιοδήποτε άλλο τραγούδι στην τοπική γλώσσα.
 - ο Διεγείρετε περαιτέρω συζήτηση σχετικά με τη σημασία των χαιρετισμών και τον αντίκτυπό τους στην κοινωνικοσυναισθηματική μάθηση και εξηγήστε τη σημασία του χαιρετισμού (Θυμάστε μια φορά που κάποιος δεν σας χαιρέτησε; Πώς αισθανθήκατε τότε; Και πώς αισθάνεστε όταν κάποιος σας χαιρετάει;
- Οπτικά Μέσα και Παρουσίαση Βίντεο (10 λεπτά)
 - ο Χρησιμοποιήστε βιντεομοντελοποίηση σχετικά με τους χαιρετισμούς - **Κοινωνικές δεξιότητες με βιντεομοντελοποίηση: Χαιρετισμοί**
 - ο Χρησιμοποιήστε οπτικά βοηθήματα για να παρουσιάσετε τον τρόπο χαιρετισμού και τα διάφορα είδη χαιρετισμού (αφίσα/ κάρτες με εικονογραφημένα βήματα και είδη χαιρετισμού π.χ. κοιτάξτε, χαμογελάστε, πείτε "Γεια", χαιρετήστε, σφίξτε το χέρι, αγκαλιάστε, χτυπήστε τη γροθιά σας...) και να τα επιδείξετε
- Παιχνίδι Χαιρετισμού (15 λεπτά)
 - ο Πάρτε μια μαριονέτα με γάντια (ή οποιοδήποτε είδος μαριονέτας) και βάλτε την σε μια σακούλα πριν από την έναρξη της δραστηριότητας. Βάλτε τους μαθητές να καθίσουν σε κύκλο. Φέρτε την τσάντα, ανοίξτε την αρκετά ώστε να βλέπετε μέσα και φωνάξτε μέσα στην τσάντα "Γεια σας!". Στη συνέχεια, μετακινήστε το αυτί σας στο άνοιγμα για να ακούσετε - τίποτα. Βάλτε όλους τους μαθητές μαζί να φωνάξουν ταυτόχρονα "Γεια σας!". Αυτή τη φορά η μαριονέτα ξυπνάει και πηδάει έξω από τη σακούλα! Πείτε: "Όταν έρχεται κάποιος καινούργιος, πείτε "Γεια σας". Στη συνέχεια, μοντελοποιήστε το παιχνίδι ρόλων με τη μαριονέτα: προχωρήστε στον πρώτο μαθητή και πείτε "Γεια σας". Ενθαρρύνετε τον/την να ανταποδώσει το "γεια" με το δικό του/της τρόπο (χαμογελώντας, χαιρετώντας, λέγοντας "Γεια", "Γεια", κ.λπ.). Μετά από αυτό, ο μαθητής που λαμβάνει τον χαιρετισμό θα πρέπει να τον εκτελέσει στο άτομο στα δεξιά του. Ο επόμενος μαθητής στη συνέχεια εκτελεί τον ίδιο χαιρετισμό στο άτομο στα δεξιά του ή μπορεί να επιλέξει διαφορετικό τρόπο χαιρετισμού. Ο κύκλος συνεχίζεται μέχρι κάθε μαθητής να έχει δώσει και να έχει λάβει έναν χαιρετισμό.
- Συγχαίροντας Ομότιμους
 - ο Εισαγωγή (5 λεπτά)

- Ο δάσκαλος απευθύνεται στη μαριονέτα με λόγια: "Παρατήρησα ότι έχεις ένα πολύ ωραίο/ όμορφο.... / Μου αρέσει το.... σου" (κάνει χειρονομία "Μου αρέσει" με τον αντίχειρα προς τα πάνω και δίνει μια οπτική κάρτα- "Μου αρέσει" στην κούκλα). Στη συνέχεια εξηγεί ότι έδωσε στην κούκλα ένα κομπλιμέντο και ότι κομπλιμέντο είναι όταν λέτε κάτι ωραίο σε κάποιον - για τον τρόπο που δείχνει, για κάτι που έχει, για κάτι που έκανε, για κάτι που είπε ή για τον τρόπο που είναι.
- Κοινωνική Ιστορία και Μοντελοποίηση Βίντεο (5 λεπτά)
 - Χρησιμοποιήστε βίντεο μοντελοποίησης σχετικά με την παροχή φιλοφρονήσεων (Sesame Street: Heidi Klum: Compliment)
 - Διαβάστε ένα εικονογραφημένο βιβλίο στην τοπική σας γλώσσα ή μια μετάφραση της σύντομης κοινωνικής ιστορίας για την παροχή φιλοφρονήσεων που μπορείτε να βρείτε εδώ:
<https://ellakids.app/s/6d32ed53-8c87-4417-874a-315b4b97f6b4>
- Δραστηριότητα Παιχνιδιού Ρόλων - Παιχνίδι Συμπλήρωσης (15 λεπτά)
 - Βάλτε τους μαθητές να καθίσουν σε κύκλο, αντικρίζοντας ο ένας τον άλλον. Εξηγήστε ότι σκοπός της δραστηριότητας είναι να εξασκηθούν στο να δίνουν κομπλιμέντα και να συνομιλούν με τους συμμαθητές τους. Ζητήστε από κάθε μαθητή να κάνει ένα κομπλιμέντο στο άτομο που κάθεται στα δεξιά του και να δώσει μια χάρτινη καρδιά. Ενθαρρύνετε τους να είναι συγκεκριμένοι και γνήσιοι στις φιλοφρονήσεις τους. Συνεχίστε τον κύκλο μέχρι όλοι οι μαθητές να δώσουν και να λάβουν ένα κομπλιμέντο.
- Συμπέρασμα (5 λεπτά)
 - Επανεξετάστε με τα παιδιά τι έμαθαν για τον χαιρετισμό και το κομπλιμέντο.
 - Τοποθετήστε τα εποπτικά μέσα στην είσοδο της τάξης.
 - Ενθαρρύνετε τα παιδιά να χρησιμοποιούν τις δεξιότητές τους για χαιρετισμό και φιλοφρονήσεις σε καθημερινές καταστάσεις.

Διαφοροποιημένη Διδασκαλία

Βαθμίδα 1 (παιδιά με προχωρημένες δεξιότητες):

- Ενθαρρύνετε τα παιδιά να εξερευνήσουν διαφορετικούς τύπους χαιρετισμών (στις διάφορες ώρες της ημέρας) και να αυξήσουν την ευαισθητοποίηση για το πώς μπορεί να αισθάνονται οι άλλοι όταν δέχονται κομπλιμέντα.
- Αναθέστε ηγετικούς ρόλους στα παιδιά, όπως το να ηγούνται της ομάδας "παίζοντας τον δάσκαλο"/ υποδεικνύοντας στρατηγικές χαιρετισμού ή/και φιλοφρονήσεων για τους συνομηλίκους τους.

- Ενθαρρύνετε τα παιδιά να δημιουργήσουν το δικό τους τρόπο να χαιρετούν και να συγχαίρουν κάτι στο οποίο ο συνομήλικός τους είναι καλός.

Βαθμίδα 2 (παιδιά με αναπτυξιακά κατάλληλες δεξιότητες):

- Ακολουθήστε το σχέδιο μαθήματος όπως περιγράφεται, διασφαλίζοντας ότι οι δραστηριότητες και οι συζητήσεις είναι κατάλληλες για την ηλικία και ελκυστικές.
- Επιτρέψτε στα παιδιά να επιλέξουν από μια ποικιλία στρατηγικών χαιρετισμού και φιλοφρονήσεων κατά τη διάρκεια των συζητήσεων και ενθαρρύνετέ τα να επιλέξουν αυτές με τις οποίες αισθάνονται πιο άνετα.

Βαθμίδα 3 (παιδιά που χρειάζονται πρόσθετη υποστήριξη):

- Χρησιμοποιήστε απλούστερη γλώσσα και μικρότερες προτάσεις και περισσότερα οπτικά βοηθήματα, όπως κάρτες με εικόνες ή φωτογραφίες από την πραγματική ζωή.
- Προσφέρετε επιπλέον ευκαιρίες εξάσκησης κατά τη διάρκεια δραστηριοτήτων παιχνιδιού ρόλων και παρέχετε διορθώσεις και επαίνους ανάλογα με την περίπτωση ή εργαστείτε ατομικά με το παιδί.
- Βάλτε τα παιδιά σε ζευγάρια με άτομα με διαφορετικά επίπεδα ικανοτήτων κατά τη διάρκεια των δραστηριοτήτων παιχνιδιού ρόλων, επιτρέποντάς τους να δουν πρότυπα συνομηλίκων.
- Δημιουργήστε και προσφέρετε τους συγκεκριμένη και απλή οπτική υποστήριξη με πρακτικά βήματα για την εκτέλεση των ασκήσεων (π.χ. Βήμα 1- Κοιτάξέ με- Βήμα 2- Χαμογέλασε- Βήμα 3- Πες "Γεια").
- Χρησιμοποιήστε, καθημερινά, απλές εικόνες για να κάνετε κομπλιμέντα.

Βαθμίδα 4 (παιδιά που χρειάζονται πολλή βοήθεια και έχουν περιορισμένες επικοινωνιακές δεξιότητες):

- Παρέχετε υποστήριξη από δάσκαλο/βοηθό ή κάντε τα παιδιά ζευγάρια με παιδιά με διαφορετικά επίπεδα ικανοτήτων κατά τη διάρκεια δραστηριοτήτων παιχνιδιού ρόλων, επιτρέποντάς τους να δουν πρότυπα συνομηλίκων.
- Δώστε απλές οδηγίες με μία μόνο λέξη, χειρονομία ή φυσική προτροπή.
- Παρέχετε απλές οπτικές οδηγίες που θα συνοδεύονται από μία γραπτή/προφορική σύντομη λέξη (π.χ. Βήμα 1- Κοιτάξτε- Βήμα 2- Χαμογελάστε- Βήμα 3- Δώστε πέντε/Κάντε χειρονομία "Μου αρέσει»)
- Να είστε υπομονετικοί - αφήστε αρχικά περισσότερο χρόνο για να απαντήσουν στα αιτήματά σας (20 - 30 δευτερόλεπτα).
- Θα πρέπει να ανταποκρίνεστε υπερβολικά σε κάθε επιτυχημένη έναρξη από το παιδί σας (αν κοιτάζει και χαιρετάει, ή ακόμα και αν απλά σας κοιτάζει, πρέπει να του ξεκαθαρίσετε ότι αυτό είναι εξαιρετικά σημαντικό).

- Το να δίνετε κομπλιμέντα είναι μια πολύ σύνθετη διαδικασία για τα παιδιά με περιορισμένες επικοινωνιακές δεξιότητες, γι' αυτό ενθαρρύνετε τα να εκφράζονται με μια μόνο χειρονομία (π.χ. «Μου αρέσει»)
- Χρησιμοποιήστε, καθημερινά, απλές εικόνες για να κάνετε κομπλιμέντα.
- Λάβετε υπόψη σας ότι αυτές οι κοινωνικές δεξιότητες για αυτή την κατηγορία παιδιών πρέπει να αναπτύσσονται σταδιακά - μάθετε πρώτα να χαιρετάτε και μόνο στη συνέχεια μάθετε να κάνετε ένα κομπλιμέντο.

Πρόσθετες Στρατηγικές Συμπεριφοράς

Αναμενόμενες προκλήσεις συμπεριφοράς:

- Ξεσπάσματα (π.χ. κλάμα, πέσιμο στο έδαφος, φωνές) ή αρπαγή ανθρώπων/αντικειμένων
- Αποφυγή οπτικής επαφής και κοινωνικής αλληλεπίδρασης
- Έλλειψη κοινωνικών κινήτρων ή αντίσταση στη συμμετοχή σε ομαδικές δραστηριότητες

Προληπτικές στρατηγικές:

Για να αποτρέψετε την εμφάνιση προκλητικών συμπεριφορών, λάβετε τα ακόλουθα μέτρα πριν από την εκτέλεση του μαθήματος:

- Τροποποιήστε το περιβάλλον με το να έχετε αντικείμενα υψηλής προτίμησης μακριά και να απομακρύνετε τον εαυτό σας/τους άλλους από το παιδί που είναι πιο πιθανό να εμπλακεί στην προκλητική συμπεριφορά.
- Προετοιμάστε το παιδί για την επιτυχία, προτρέποντας το αν χρειαστεί.
- Παρέχετε ενίσχυση (π.χ. προφορικό έπαινο) για τις μικρές επιτυχίες που παρατηρείτε στο παιδί (π.χ. να κάθεται στην ομάδα, να παρακολουθεί το μάθημα).
- Να χρησιμοποιείτε απλά οπτικά βοηθήματα, να παρέχετε μη λεκτική προσέγγιση σε ένα άλλο άτομο
- Καθιέρωση σταθερών ρουτινών και οπτικών χρονοδιαγραμμάτων για την προώθηση της προβλεψιμότητας και τη μείωση του άγχους
- Θέστε σαφείς προσδοκίες και κανόνες συμπεριφοράς και υποδείξτε τις κατάλληλες κοινωνικές δεξιότητες
- Δημιουργήστε ένα απλό σχέδιο για ένα παιδί που να λέει πώς, ποιος, πότε και πού να χαιρετάει ή/και να συγχαίρει τους ανθρώπους.
- Προσφέρετε συχνές ευκαιρίες για κίνηση και ενεργό συμμετοχή για να αποφύγετε την ανησυχία και την πλήξη.

Στρατηγικές παρέμβασης για προκλητικές συμπεριφορές:

Εάν οι προκλητικές συμπεριφορές εμφανίζονται κατά τη διάρκεια του μαθήματος, φροντίστε να διατηρήσετε όλα τα παιδιά ασφαλή. Ελαχιστοποιήστε την προσοχή που δίνετε στις προκλητικές συμπεριφορές. Αντ' αυτού, κάντε σαφείς δηλώσεις επαινώντας τα παιδιά που επιδεικνύουν τις επιθυμητές συμπεριφορές. Εάν η δραστηριότητα πρέπει να τερματιστεί για ένα παιδί, φροντίστε να επανεξετάσετε τη δραστηριότητα ξανά όταν το παιδί εμφανιστεί ήρεμο.

Ο τερματισμός δείχνει ότι ένα παιδί έχει επιδείξει προκλητική συμπεριφορά, αφού του έχουν δοθεί δύο ευκαιρίες να ηρεμήσει. Εάν το παιδί δεν είναι σε θέση να ηρεμήσει, χάνει την πρόσβαση στο επιθυμητό αντικείμενο, τη βοήθεια ή το άτομο.

Στρατηγικές Συνεργασίας

Σχετικοί συνεργάτες:

- Οι γονείς, τα αδέρφια και άλλοι συγγενείς του παιδιού διαδραματίζουν καθοριστικό ρόλο στην υποστήριξη της μάθησης και της ανάπτυξης του παιδιού. Μπορείτε να συνεργαστείτε μαζί τους ζητώντας τους να εξασκηθούν στο χαιρετισμό ή/και στο κομπλιμέντο σε πιο φυσικό περιβάλλον στο σπίτι. Οι υπάλληλοι του σχολείου/άλλοι εκπαιδευτικοί και ο λογοθεραπευτής μπορούν επίσης να συμμετέχουν στην ανάπτυξη των κοινωνικών δεξιοτήτων αυτών των παιδιών.

Δυνατότητες ενσωμάτωσης:

- Εξάσκηση στον χαιρετισμό ή/και το κομπλιμέντο με τους γονείς και τα αδέρφια στο οικείο περιβάλλον του σπιτιού με υλικά και οπτικά μέσα που χρησιμοποιούνται στο μάθημα.

Ενσωμάτωση της Τεχνολογίας

Εφαρμογή, εργαλεία, λογισμικό κ.λπ. που θα χρησιμοποιηθούν.

- Διαδραστικός πίνακας, εφαρμογές και βίντεο
- <https://ellakids.app/s/d62ac681-ea48-4d38-88db-d4ddbe4847f7>
- <https://ellakids.app/s/6d32ed53-8c87-4417-874a-315b4b97f6b4>

Αποτελέσματα

1. Παρατηρήστε το παιδί σε συμπεριφορές χαιρετισμού ή/και φιλοφρονήσεων κατά τη διάρκεια του μαθήματος και καθ' όλη τη διάρκεια της ημέρας.
2. Συλλέξτε δεδομένα σχετικά με τη συμπεριφορά χαιρετισμού ή/και φιλοφρόνησης του παιδιού. Αυτό μπορεί να είναι ως ο αριθμός των φορών που χαιρετούν ή/και συγχαίρουν έναν συνομήλικο ανεξάρτητα ή με τη δική σας πρόσθετη βοήθεια/προτροπές.

Ημερ ομνί α	Στοχευμένος χρόνος για χαιρετισμό ή/και φιλοφρονήσεις	Ακολούθησε ανεξάρτητα	Ακολούθησε τις υποδείξεις	Δεν ακολούθησε μέχρι τέλους	Προκλητική συμπεριφορά ναι/όχι
1.3.	10s			x	NAI
1.3.	10s		x		NAI
1.3.	10s		x		OXI
1.3.	10s	x			OXI

Πρόσθετοι Πόροι Υποστήριξης

Κάντε έναν κύκλο | Τραγούδι προσχολικής ηλικίας | Σούπερ Απλά Τραγούδια

https://youtu.be/ALcL3MuU4xQ?si=R_rkFy20YINXPQo9

Μοντελοποίηση βίντεο κοινωνικών δεξιοτήτων: <https://youtu.be/Ch9nB8mF1XM>

[Χαιρετισμός οπτικών μέσω](#)

<https://www.teacherspayteachers.com/browse/free?search=greeting%20visuals>

https://youtu.be/OOryAGXqXBI?si=qRpzPWIFD5_PdHLq - Sesame Street: Heidi Klum: Klum:

Compliment

<https://littlepuddins.ie/greetings-visuals-autism/>

https://youtu.be/hQ3_AlyxNI0?si=lv15ZvpWM2TN43DK Autism and Greetings:

Κοινωνικές ιστορίες με κινούμενα σχέδια για παιδιά με αυτισμό

<https://arasaac.org/https://arasaac.org/materials/en/124> - Μαθαίνουμε να λέμε γεια και αντίο

<https://autismclassroomresources.com/video-modeling-tips-and-tricks/>

<https://luxai.com/blog/how-to-teach-greeting-to-children-with-autism/>

<https://theautismhelper.com/social-skills-teaching-complimenting/>

<https://paigebessick.com/compliment-circles-creating-kind/>

Εκπαιδευτική Εργαλειοθήκη Μάθημα

6: Αναγνωρίζοντας ότι κάποιος είναι πληγωμένος/εκνευρισμένος (ενσυναίσθηση)

Εύρος ηλικίας: 3-6 ετών

Διάρκεια μαθήματος: 60 λεπτά

Επισκόπηση & Σκοπός

Είναι ζωτικής σημασίας για τους παιδαγωγούς προσχολικής ηλικίας, να ενισχύσουν την ενσυναίσθηση και τη συναισθηματική υποστήριξη των μαθητών με διαταραχή του αυτιστικού φάσματος (ΔΑΦ), να προωθήσουν την κοινωνική και συναισθηματική ανάπτυξη όλων των παιδιών και να καλλιεργήσουν ένα πιο ενσυναίσθητο και χωρίς αποκλεισμούς μαθησιακό περιβάλλον. Αυτό το σχέδιο μαθήματος έχει ως στόχο να εφοδιάσει τους εκπαιδευτικούς με στρατηγικές για την αποτελεσματική αναγνώριση και ανταπόκριση στα συναισθήματα των παιδιών με ΔΑΦ, ιδιαίτερα όταν αυτά είναι πληγωμένα, αναστατωμένα ή λυπημένα.

Η κατανόηση και η έκφραση των συναισθημάτων μπορεί να είναι δύσκολη για τα παιδιά με ΔΑΦ, γεγονός που μπορεί να επηρεάσει τις κοινωνικές τους αλληλεπιδράσεις και τη γενική τους ευεξία. Πρόσφατες έρευνες έχουν δείξει ότι τα άτομα με ΔΑΦ μπορεί να δυσκολεύονται να διαβάσουν τα κοινωνικά συνθήματα και να αναγνωρίσουν τις εκφράσεις του προσώπου, γεγονός που μπορεί να εμποδίζει την ανάπτυξη της ενσυναίσθησης (Baron-Cohen et al., 2001- Pelphrey et al., 2002). Ωστόσο, με την κατάλληλη υποστήριξη και παρέμβαση, τα παιδιά με ΔΑΦ μπορούν να αναπτύξουν τις βασικές κοινωνικές και συναισθηματικές δεξιότητες που απαιτούνται για μακροπρόθεσμη επιτυχία και σχολική ετοιμότητα (Kasari et al., 2015- Wodka et al., 2013).

Στόχοι

1. Ενθάρρυνση της Συναισθηματικής Έκφρασης: Οι εκπαιδευτικοί μπορούν να διδάξουν στους μαθητές με ΔΑΦ πώς να αλληλεπιδρούν παραγωγικά με τους άλλους, δίνοντάς τους τη δυνατότητα να εκφράζονται κατάλληλα και επικυρώνοντας τα συναισθήματά τους.

2. Ανάπτυξη Ενσυναίσθησης και Κατανόησης: Η έρευνα έχει δείξει ότι τα παιδιά με ΔΑΦ μπορούν να αναπτύξουν ενσυναίσθηση με διδασκαλία και μοντελοποίηση συμπεριφορών ενσυναίσθησης (Hobson et al., 2013; Rieffe et al., 2011). Τα παιδιά μαθαίνουν να κατανοούν και να αναγνωρίζουν τα συναισθήματα των συνομηλίκων τους μέσα από δραστηριότητες και συζητήσεις που προάγουν την ενσυναίσθηση. Στην τάξη, οι εκπαιδευτικοί μπορούν να προωθήσουν την ευγένεια, τη συμπόνια και τη συμμετοχικότητα καλλιεργώντας την ενσυναίσθηση.
3. Βελτίωση της Σχολικής Ετοιμότητας: Βοηθάμε τα παιδιά με ΔΑΦ να προετοιμαστούν για τις ακαδημαϊκές και κοινωνικές προκλήσεις του δημοτικού σχολείου.

Απαιτούμενα Υλικά

- Κάρτες συναισθημάτων (που δείχνουν διαφορετικές εκφράσεις προσώπου), Διάγραμμα συναισθημάτων ή τροχός. Μπορείτε να βρείτε εκτυπώσιμες εκδόσεις εδώ: <https://www.twinkl.gr/resource/t-s-150-feelings-and-emotions-cards> και εδώ: <https://www.autistichub.com/free-emotions-flashcards-for-autism-and-speech-therapy/>
- Βιβλία με εικόνες για τα συναισθήματα (π.χ. "The Feelings Book" του Todd Parr). Μπορείτε να το αγοράσετε εδώ: <https://www.amazon.com/Feelings-Book-Todd-Parr/dp/0316012491> ή να χρησιμοποιήσετε το ακόλουθο βίντεο: <https://www.youtube.com/watch?v=sBFbQ70AJjs>
- Tablet ή υπολογιστή για την προβολή του βίντεο ή τη χρήση ψηφιακού εκπαιδευτικού υλικού (οπτικά βοηθήματα) για την ανάπτυξη αυτών των κοινωνικών δεξιοτήτων.
- Μαριονέτες
- Γωνιά ηρεμίας ή χώρος ηρεμίας με αισθητηριακά εργαλεία (π.χ. μπάλες άγχους, παιχνίδια fidget)
- Καλλιτεχνικά υλικά (μπογιές, μαρκαδόροι, χαρτί)
- Συσκευές επαυξητικής και εναλλακτικής επικοινωνίας (AAC) ή οπτικά βοηθήματα επικοινωνίας

Δραστηριότητα Διδασκαλίας

- Εισαγωγή (10 λεπτά):

- ο Συγκεντρώστε τα παιδιά σε έναν κύκλο και παρουσιάστε το θέμα των συναισθημάτων. Συζητήστε πώς μπορούν να απαντήσουν σε ερωτήσεις όπως "Τι συμβαίνει;", "Είσαι καλά;", "Πώς μπορώ να βοηθήσω;" κ.λπ.
- ο Δείξτε κάρτες συναισθημάτων και συζητήστε τις διάφορες εκφράσεις του προσώπου. Τα παιδιά με αυτισμό μπορούν να επωφεληθούν από τη χρήση καρτών συναισθημάτων, όπως η Κλίμακα Αξιολόγησης Συναισθημάτων, για να εκφράσουν τα συναισθήματά τους στους άλλους και να βοηθήσουν τους ενήλικες να ανταποκριθούν σε αυτά με τον πιο υγιή και ενθαρρυντικό τρόπο. Αν παρατηρήσετε μοτίβα, μπορείτε να τα βοηθήσετε να ρυθμιστούν αλλάζοντας το περιβάλλον, τις συνθήκες κ.λπ. Αυτό θα πρέπει να σας πει ότι πρέπει να ανακαλύψετε τι τα απασχολεί αυτή τη στιγμή. Θα μπορούσε να είναι ένα αισθητηριακό ζήτημα, όπως η μυρωδιά του γεύματος που γεμίζει το δωμάτιο, ή θα μπορούσε να είναι η κατανόηση του αδόμητου χρόνου που πλησιάζει και που τα δυσκολεύει.
- ο Παρουσιάστε το Διάγραμμα ή τον Τροχό των Συναισθημάτων και εξηγήστε πώς μπορεί να βοηθήσει στον εντοπισμό των συναισθημάτων. Υπάρχουν διάφορες μορφές, όπως διάφορα πρόσωπα, χρώματα φωτεινών σηματοδοτών ή αριθμοί. Βεβαιωθείτε ότι οι εικόνες που χρησιμοποιείτε έχουν νόημα για το παιδί και ότι μπορεί να τις κατανοήσει δουλεύοντας τις μαζί του. Αν εισάγετε νέο λεξιλόγιο, βεβαιωθείτε ότι το παιδί το κατανοεί και δώστε του πρόσθετες πληροφορίες για να το βοηθήσετε να το θυμάται. Για παράδειγμα, το "θυμωμένος" μπορεί να περιλαμβάνει το "το πρόσωπο είναι καυτό", αν το παιδί βιώνει και αναγνωρίζει έτσι το θυμό.
- ο Συζητήστε γιατί η κατανόηση των συναισθημάτων είναι σημαντική για την επικοινωνία και τις σχέσεις.
- Διαδραστική Δραστηριότητα: (15 λεπτά):
 - ο Χωρίστε τα παιδιά σε μικρές ομάδες και δώστε σε κάθε ομάδα ένα σετ καρτών συναισθημάτων.
 - ο Ένα παιδί από κάθε ομάδα διαλέγει μια κάρτα και υποδύεται το συναίσθημα χωρίς να μιλάει, ενώ τα άλλα παιδιά μαντεύουν το συναίσθημα.
 - ο Αλλάξτε τους ρόλους, ώστε κάθε παιδί να έχει την ευκαιρία να υποδυθεί και να μαντέψει διαφορετικά συναισθήματα.
 - ο Χρησιμοποιήστε αυτή τη δραστηριότητα για να ενισχύσετε την κατανόηση των εκφράσεων του προσώπου και των μη λεκτικών συνθημάτων επικοινωνίας.
- Ομαδική Δραστηριότητα: (20 λεπτά):
 - ο Διαβάστε ένα εικονογραφημένο βιβλίο για τα συναισθήματα, όπως το "The Feelings Book" του Todd Parr. Τα εικονογραφημένα βιβλία, όπως όλα τα μυθιστορήματα, απεικονίζουν τα συναισθήματα φανταστικών χαρακτήρων και τον τρόπο με τον οποίο αντιλαμβάνονται τα συναισθήματα των άλλων. Σε αντίθεση με τα μυθιστορήματα, τα εικονογραφημένα βιβλία προκαλούν τη συναισθηματική μας αντίδραση όχι μόνο μέσω των λέξεων αλλά και μέσω της ενίσχυσης των λέξεων μέσω των εικόνων. Η κύρια λειτουργία των εικονογραφημένων βιβλίων χωρίς λέξεις είναι να προκαλούν έντονα

συναισθήματα στον αναγνώστη. Σε πολλά εικονογραφημένα βιβλία χρησιμοποιούνται διπλές εικόνες χωρίς λόγια για να προκαλέσουν ισχυρά συναισθήματα για τα οποία οι λέξεις θα ήταν ανεπαρκείς.

- Ενθαρρύνετε τα παιδιά να αναγνωρίσουν τα συναισθήματα των χαρακτήρων και να συζητήσουν γιατί μπορεί να αισθάνονται έτσι.
- Χρησιμοποιήστε ένα κουκλοθέατρο για να παίξετε διάφορα σενάρια με διαφορετικά συναισθήματα, επιτρέποντας στα παιδιά να αναλάβουν διαφορετικούς ρόλους.
- Διευκολύνετε συζητήσεις σχετικά με στρατηγικές αντιμετώπισης για τη διαχείριση διαφορετικών συναισθημάτων, όπως η βαθιά αναπνοή ή το διάλειμμα σε μια ήρεμη περιοχή.
- Δραστηριότητα Τέχνης και Έκφρασης (10 λεπτά):
 - Παρέχετε υλικά τέχνης, όπως μπογιές, μαρκαδόρους και χαρτί.
 - Ζητήστε από τα παιδιά να ζωγραφίσουν ή να δημιουργήσουν ένα κολάζ που να αντιπροσωπεύει το πώς αισθάνονται σήμερα. Μέχρι σήμερα, οι δεξιότητες ζωγραφικής των παιδιών με ΔΑΦ έχουν εξεταστεί από αναπτυξιακή άποψη για να διαπιστωθεί αν οι ζωγραφιές τους ακολουθούν παρόμοιο αναπτυξιακό πρότυπο με εκείνο των παιδιών τυπικής ανάπτυξης (ΤΑ) (Charman και Baron-Cohen 1993;). Τα σχέδια των παιδιών με ΔΑΦ έχουν το ίδιο επίπεδο συνολικής εκφραστικότητας με εκείνα των παιδιών με μέτριες μαθησιακές δυσκολίες και των παιδιών της ίδιας νοητικής ηλικίας. Όμως, τα παιδιά με ΔΑΦ τείνουν να παράγουν ποιοτικά διαφορετικές, δηλαδή λιγότερο προηγμένες ή και ελλιπείς αναπαραστάσεις της ανθρώπινης φιγούρας, απεικονίζοντας συχνά μόνο το πρόσωπο και συμπεριλαμβάνοντας λιγότερες κοινωνικές σκηνές στα σχέδιά τους από τα αντίστοιχα παιδιά με τα οποία συγκρίθηκαν.
 - Ενθαρρύνετέ τα να χρησιμοποιούν χρώματα, σχήματα και σύμβολα για να εκφράσουν δημιουργικά τα συναισθήματά τους.
 - Αφού ολοκληρώσουν τα έργα τους, καλέστε τα παιδιά να μοιραστούν τις δημιουργίες τους με την ομάδα και να εξηγήσουν τα συναισθήματα που απεικονίζουν.
- Κλείσιμο και Προβληματισμός (5 λεπτά):
 - Συγκεντρώστε τα παιδιά και αναλογιστείτε τις δραστηριότητες του μαθήματος.
 - Κάντε ερωτήσεις όπως: "Τι μάθαμε για τα συναισθήματα σήμερα; "Πώς αισθάνεσαι τώρα σε σχέση με την αρχή του μαθήματος;", "Πώς μπορείς να ρωτήσεις κάποιον αν είναι καλά;", "Πώς μπορείς να καταλάβεις αν είναι χαρούμενος/η ή λυπημένος/η;".
 - Ενισχύστε τη σημασία της κατανόησης και της έκφρασης των συναισθημάτων για την οικοδόμηση θετικών σχέσεων με τους άλλους.

Διαφοροποιημένη Διδασκαλία

Βαθμίδα 1 (παιδιά με προχωρημένες δεξιότητες):

- Προσφέρετε δραστηριότητες εμπλουτισμού σε παιδιά που δείχνουν υψηλό επίπεδο ικανότητας στην αναγνώριση και έκφραση συναισθημάτων.
- Δώστε πιο δύσκολες εργασίες, όπως η αναγνώριση αποχρώσεων στα συναισθήματα ή η διερεύνηση της ενσυναίσθησης σε σύνθετα κοινωνικά πλαίσια.
- Βοηθώντας τους συνομηλικούς τους να κατανοήσουν και να διαχειριστούν τα συναισθήματά τους, τα παιδιά μπορούν να εμπνευστούν για να αναλάβουν ηγετικούς ρόλους

Βαθμίδα 2 (παιδιά με αναπτυξιακά κατάλληλες δεξιότητες):

- Προσαρμόστε τις δραστηριότητες στο αναπτυξιακό στάδιο του κάθε παιδιού, προσφέροντας βοήθεια και καθοδήγηση ανάλογα με τις ανάγκες.
- Για να βοηθήσετε τα παιδιά να κατανοήσουν και να επικοινωνήσουν τα συναισθήματά τους, χωρίστε τις εργασίες σε μικρότερα βήματα και χρησιμοποιήστε οπτικές ενδείξεις ή υποδείξεις.

Βαθμίδα 3 (παιδιά που χρειάζονται πρόσθετη υποστήριξη):

- Προσφέρετε εξατομικευμένη βοήθεια στα παιδιά που μπορεί να χρειάζονται περισσότερη βοήθεια για να κατανοήσουν και να εκφράσουν τα συναισθήματά τους.
- Παρέχετε στα παιδιά σαφείς εξηγήσεις και πρακτικές δραστηριότητες για να τα βοηθήσετε να κατανοήσουν τις έννοιες.
- Για την ενίσχυση της μάθησης και την παροχή προβλεψιμότητας, χρησιμοποιήστε οπτικά βοηθήματα.

Βαθμίδα 4 (παιδιά που χρειάζονται πολλή βοήθεια και έχουν περιορισμένες επικοινωνιακές δεξιότητες):

- Για να βοηθήσετε τα παιδιά που δεν έχουν επικοινωνιακές δεξιότητες να εκφράσουν τα συναισθήματά τους, δώστε έμφαση στις μη λεκτικές ενδείξεις.
- Για να βελτιώσετε την κατανόηση και την επικοινωνία, χρησιμοποιήστε συστήματα επικοινωνίας με εικόνες ή συσκευές AAC.
- Για να βοηθήσετε τους μαθητές να ρυθμίσουν τα συναισθήματά τους και να αυξήσουν τη συμμετοχή τους, συμπεριλάβετε αισθητηριακά εργαλεία και δραστηριότητες στα μαθήματά σας.

Πρόσθετες Στρατηγικές Συμπεριφοράς

Αναμενόμενες προκλήσεις συμπεριφοράς:

Η αισθητηριακή ευαισθησία, οι διαταραχές στην επικοινωνία και οι δυσκολίες κατανόησης και έκφρασης συναισθημάτων μπορούν να συμβάλουν σε μια ποικιλία προκλήσεων συμπεριφοράς στα παιδιά που έχουν διαγνωστεί με ΔΑΦ. Ακολουθούν μερικά τυπικά προβλήματα συμπεριφοράς:

- Καταρρεύσεις όταν κατακλύζεται από αισθητηριακά ερεθίσματα ή συναισθηματική δυσφορία.
- Δυσκολία εναλλαγής μεταξύ δραστηριοτήτων.
- Δυσκολία στην αλλαγή ρουτίνας.
- Θυμός ή αυτοκαταστροφικές ενέργειες που προκαλούνται από εκνευρισμό ή διακοπή της επικοινωνίας.
- Συμπεριφορά απόσυρσης ή αποφυγής ως αντίδραση στις κοινωνικές αλληλεπιδράσεις ή στην αισθητηριακή υπερφόρτωση.

Προληπτικές στρατηγικές:

Για να αποτρέψετε την εμφάνιση προκλητικών συμπεριφορών, είναι σημαντικό να δημιουργήσετε ένα υποστηρικτικό περιβάλλον και να αντιμετωπίσετε προληπτικά τα ερεθίσματα που μπορεί να οδηγήσουν σε αγωνία ή απογοήτευση. Ορισμένες προληπτικές στρατηγικές περιλαμβάνουν:

- Δημιουργήστε ρουτίνες και οπτικά χρονοδιαγράμματα για να δώσετε δομή και να μειώσετε το άγχος.
- Δημιουργήστε έναν ήρεμο, φιλικό προς τις αισθήσεις χώρο με ήσυχες γωνίες και αισθητηριακά εργαλεία για αυτορρύθμιση.
- Για να προετοιμάσετε τα παιδιά για επερχόμενες προσαρμογές ή μεταβάσεις, χρησιμοποιήστε εύληπτες τεχνικές επικοινωνίας ή οπτικά βοηθήματα.
- Για να ενδυναμώσετε τα παιδιά και να μειώσετε το αίσθημα αδυναμίας ή απογοήτευσης, δώστε τους περισσότερη αυτονομία.
- Καθ' όλη τη διάρκεια της ημέρας, ενσωματώστε ασκήσεις κίνησης ή αισθητηριακά διαλείμματα για να βοηθήσετε στον έλεγχο της διέγερσης και να αποφύγετε την αισθητηριακή υπερφόρτωση.

Στρατηγικές παρέμβασης για προκλητικές συμπεριφορές:

Όταν εμφανίζονται προκλητικές συμπεριφορές, είναι σημαντικό να αντιδράσετε άμεσα και αποτελεσματικά για να αποκλιμακώσετε την κατάσταση και να υποστηρίξετε το παιδί στη διαχείριση των συναισθημάτων του. Ορισμένες στρατηγικές παρέμβασης περιλαμβάνουν:

- Μείνετε ήρεμοι και χαλαροί.
- Δώστε στο παιδί μια αίσθηση ασφάλειας και σιγουριάς.
- Ενθαρρύνετε την επιθυμητή συμπεριφορά με έπαινο και θετική ενίσχυση.

- Χρησιμοποιήστε οπτικά σήματα ή ενδείξεις για να ανακατευθύνετε την προσοχή και να κατευθύνετε τη συμπεριφορά προς πιο προσαρμοστικές αντιδράσεις.
- Παρέχετε επιλογές για να βοηθήσετε το παιδί να ανακτήσει τον έλεγχο και την αυτονομία του.
- Χρησιμοποιήστε τις ήρεμες περιοχές και γωνίες.
- Παρέχετε αισθητηριακά εργαλεία που βοηθούν στον έλεγχο της διέγερσης και προάγουν τη χαλάρωση.
- Χρησιμοποιήστε την προοδευτική μυϊκή χαλάρωση ή τη βαθιά αναπνοή ως τεχνικές αποκλιμάκωσης για να βοηθήσετε το παιδί να ηρεμήσει.
- Συνεργασία με τους γονείς και τους θεραπευτές για την ανάπτυξη εξατομικευμένων στρατηγικών και υποστηρικτικών μέτρων για τη διαχείριση της προκλητικής συμπεριφοράς.

Στρατηγικές Συνεργασίας

- **Συνεργασία με τους γονείς και τους φροντιστές** για την ενίσχυση της μάθησης και την υποστήριξη της συνοχής μεταξύ οικιακού και σχολικού περιβάλλοντος.
- **Συμβουλευτείτε τους θεραπευτές** για την ανάπτυξη εξατομικευμένων στρατηγικών για παιδιά με ειδικές ανάγκες.

Ενσωμάτωση της Τεχνολογίας

- Ενσωματώστε εκπαιδευτικές εφαρμογές που εστιάζουν στην ανάπτυξη κοινωνικών δεξιοτήτων και συναισθηματικής ρύθμισης. Για παράδειγμα, το "Choiceworks" είναι μια εφαρμογή οπτικής υποστήριξης που έχει σχεδιαστεί για να βοηθήσει τα παιδιά με ΔΑΦ να κατανοήσουν και να διαχειριστούν τις καθημερινές ρουτίνες, τα συναισθήματα και τις συμπεριφορές τους. Χρησιμοποιεί οπτικά χρονοδιαγράμματα, πίνακες επιλογών και κοινωνικές ιστορίες για την υποστήριξη της επικοινωνίας και της ανεξαρτησίας. Κατεβάστε το εδώ: <https://apps.apple.com/us/app/choiceworks/id486210964>
- Χρήση τεχνολογίας επαυξητικής και εναλλακτικής επικοινωνίας (AAC) ή οπτικών μέσων για την υποστήριξη της επικοινωνίας και της έκφρασης συναισθημάτων. Για παράδειγμα, η εφαρμογή επικοινωνίας "Proloquo2Go" έχει σχεδιαστεί για άτομα με προβλήματα ομιλίας και λόγου, συμπεριλαμβανομένων των ατόμων με ΔΑΦ. Προσφέρει προσαρμόσιμους πίνακες επικοινωνίας με εικονίδια και δυνατότητες μετατροπής κειμένου σε ομιλία για την υποστήριξη της εκφραστικής επικοινωνίας. Κατεβάστε το εδώ: <https://www.assistiveware.com/products/proloquo2go> και το "Emotionary", ένα

ψηφιακό εργαλείο που βοηθά τα παιδιά να εκφράσουν τα συναισθήματά τους μέσω οπτικών υποστηρικτικών μέσων, όπως emoticons, ζωγραφιές και γραπτές περιγραφές. Παρέχει μια πλατφόρμα στα παιδιά για να μοιραστούν πώς αισθάνονται και να επικοινωνήσουν τις συναισθηματικές τους εμπειρίες. Κατεβάστε το εδώ: <https://appadvice.com/app/emotional-by-funny-feelings/515860459>

Αποτελέσματα

1. Σημειώστε τις εκφράσεις του προσώπου του παιδιού, τη γλώσσα του σώματος και τις λεκτικές αντιδράσεις του για να προσδιορίσετε τη συναισθηματική του κατάσταση.
2. Αναζητήστε σημάδια απογοήτευσης, σύγχυσης, ενθουσιασμού ή εμπλοκής ως αντίδραση στις διάφορες οδηγίες και δραστηριότητες.
3. Παρατηρήστε μοτίβα ή τάσεις.
4. Παρατηρήστε την ικανότητα του παιδιού να επιδεικνύει ενσυναίσθηση προς τους συνομηλίκους και να ανταποκρίνεται στα συναισθήματά τους (λεκτικές και μη λεκτικές εκφράσεις) κατά τη διάρκεια διαφόρων δραστηριοτήτων στην τάξη και συλλέξτε δεδομένα. Για παράδειγμα:

Όνομα παιδιού:	Ημερομηνία:	Αλληλεπίδραση μεταξύ συνομηλίκων	Παρατηρήθηκε ενσυναίσθητική ανταπόκριση	Ποιότητα της απάντησης
Μαρία	08/05/2024	Peer έπεσε και τραυματίστηκε	Ρωτήθηκε αν ήταν εντάξει	Μεσαίο
		Συνομήλικοι που νιώθουν θλίψη	Προσφέρθηκε μια αγκαλιά	Υψηλή
		Συνομήλικοι που δυσκολεύονται με την εργασία	Προσφερόμενη βοήθεια	Υψηλή

Πρόσθετοι Πόροι Υποστήριξης

1. Autism Speaks: <https://www.autismspeaks.org/>
2. Εθνική Ένωση για τον Αυτισμό: <https://nationalautismassociation.org/>

3. Μηδέν έως τρία: <https://www.zerotothree.org/>

4. Κέντρο για τον αυτισμό και τις συναφείς διαταραχές (CARD): <https://www.centerforautism.com/>

5. Εταιρεία Αυτισμού: <https://www.autism-society.org/>

Αυτές οι πηγές προσφέρουν πολύτιμες πληροφορίες, υποστήριξη και καθοδήγηση για εκπαιδευτικούς, γονείς και φροντιστές που εργάζονται με παιδιά με ΔΑΦ. Ενσωματώνοντας πρακτικές που βασίζονται σε αποδείξεις και αξιοποιώντας την υποστήριξη από αξιόπιστους οργανισμούς, μπορούμε να δημιουργήσουμε ένα πιο περιεκτικό και υποστηρικτικό περιβάλλον μάθησης για όλα τα παιδιά.

Εκπαιδευτική Εργαλειοθήκη Μάθημα

7: Ζητώντας την προσοχή των συμμαθητών/πρόσβαση σε κάτι

Εύρος ηλικίας: 3-7 ετών.

Διάρκεια μαθήματος: 60 λεπτά

Επισκόπηση & Σκοπός

Προκειμένου τα παιδιά να αναπτύξουν αποτελεσματικά κοινωνικές δεξιότητες και δεξιότητες αυτορρύθμισης, είναι ζωτικής σημασίας να μάθουν πώς να ζητούν ευγενικά την προσοχή ή την πρόσβαση σε αντικείμενα όπως παιχνίδια, φαγητό ή δραστηριότητες από τους συνομηλίκους τους. Εάν ένα παιδί δεν έχει αυτή την ικανότητα και καταφεύγει αντ' αυτού σε προβληματική συμπεριφορά, η ανάπτυξη των κοινωνικών δεξιοτήτων και των δεξιοτήτων αυτορρύθμισης μπορεί να παρεμποδιστεί, αποτελώντας εμπόδιο στη συνολική ανάπτυξή του. Για τα μη λεκτικά παιδιά, η χρήση νοημάτων ή εικόνων για να επικοινωνήσουν τις επιθυμίες τους μπορεί να είναι ευεργετική. Η κατάκτηση της τέχνης του να ζητά κανείς προσοχή ή αντικείμενα από τους συνομηλίκους του είναι από τις πιο ζωτικές δεξιότητες που μπορεί να αποκτήσει ένα παιδί. Η δεξιότητα αυτή έχει σημασία για διάφορους λόγους. Η ικανότητα να ζητά κανείς από τους συνομηλίκους του προσοχή ή αντικείμενα με ευγενικό τρόπο, χωρίς να καταφεύγει σε ενοχλητική συμπεριφορά, είναι μια θεμελιώδης κοινωνική δεξιότητα. Χωρίς αυτήν, η κοινωνική ανάπτυξη ενός παιδιού μπορεί να εμποδίζεται και να εμποδίζει ενδεχομένως την ικανότητά του να δημιουργήσει νέες φιλίες μεταξύ συνομηλίκων.

Στόχοι

1. Οι μαθητές να μπορούν να ζητούν την προσοχή των συμμαθητών τους.
2. Οι μαθητές να είναι σε θέση να ζητήσουν από τους συμμαθητές τους κάποια δραστηριότητα.
3. Οι μαθητές να είναι σε θέση να ζητήσουν από τους συμμαθητές τους κάτι/παιχνίδι κ.λπ.

Βεβαιωθείτε ότι το παιδί επιθυμεί πραγματικά το αντικείμενο/την προσοχή από κάποιον ή τη δραστηριότητα (το παιδί πρέπει να εκφράσει αυτή την επιθυμία, είτε προφέροντάς την, είτε δείχνοντας, είτε χρησιμοποιώντας κάποια μορφή επικοινωνίας για να δείξει την προτίμησή του).

Απαιτούμενα Υλικά

- Οπτικά βοηθήματα (όπως κάρτες με εικόνες)
- Εικονογραφημένα βιβλία/κοινωνικές ιστορίες σχετικά με την υποβολή αιτήσεων

Δραστηριότητα Διδασκαλίας

- Εισαγωγή (10 λεπτά)
 - Συγκεντρώστε όλα τα παιδιά σε κύκλο και εξηγήστε γιατί τα ευγενικά αιτήματα είναι ζωτικής σημασίας. Περιγράψτε τι πρέπει να περιλαμβάνει ένα ευγενικό αίτημα και σε ποιες καταστάσεις είναι απαραίτητο να το χρησιμοποιήσουν. Δώστε συγκεκριμένα παραδείγματα κατάλληλων καταστάσεων για τη χρήση του.
 - Επίσης, δείξτε πώς πρέπει να ζητούν την προσοχή τους, επιδεικνύοντας διαφορετικές προσεγγίσεις.
 - Ενσωματώστε μια σύντομη κοινωνική ιστορία σχετικά με την υποβολή ευγενικών αιτημάτων προς τους συνομηλίκους ή μια σύντομη αφήγηση σχετικά με την αίτηση προσοχής από τους συνομηλίκους.
 - Βεβαιωθείτε ότι αντιλαμβάνονται τη σημασία του να ζητούν ευγενικά πράγματα από τους συνομηλίκους τους.
- Συζήτηση (10 λεπτά)

- Ζητήστε από τα παιδιά να θυμηθούν αν έχουν βρεθεί σε καταστάσεις όπου χρειάστηκε να ζητήσουν ευγενικά από έναν συνομηλίκιο κάτι ή προσοχή. Συζητήστε τυχόν λάθη που έγιναν και εναλλακτικές προσεγγίσεις.
- Στρατηγικές για την Υποβολή Αιτήσεων (5 λεπτά)
- Χωρίστε τα παιδιά σε ζευγάρια και εξηγήστε τι αναμένεται. Δώστε τους οδηγίες για το πώς να ζητούν αντικείμενα ή προσοχή από τους συνομηλίκους, δίνοντας έμφαση στην κατάλληλη γλώσσα και συμπεριφορά. Επίσης, διερευνήστε διάφορες μεθόδους για την αναζήτηση προσοχής.
- Μοντελοποίηση (5 λεπτά)
- Επιδείξτε τον σωστό και ευγενικό τρόπο υποβολής αιτημάτων, καθώς και παραδείγματα λανθασμένων προσεγγίσεων. Παρουσιάστε διαφορετικές μεθόδους για την αναζήτηση προσοχής.
- Δοκιμή και Ανατροφοδότηση (15 λεπτά)
- Το τμήμα αυτό μπορεί να χωριστεί σε δύο φάσεις. Στην πρώτη φάση, δώστε σαφείς οδηγίες για το τι πρέπει να κάνουν τα παιδιά και βάλτε κάθε ζευγάρι να προσπαθήσει να ζητήσει ευγενικά κάτι. Στη συνέχεια, στη δεύτερη φάση, ενθαρρύνετε τα παιδιά να επινοήσουν τα δικά τους σενάρια και να εξασκηθούν. Στην αρχική φάση, παρουσιάστε δύο καταστάσεις: μία για την αίτηση ενός αντικειμένου και μία για την αναζήτηση προσοχής. Στη δεύτερη φάση, θα πρέπει να δημιουργήσουν τα δικά τους δύο σενάρια. Προσφέρετε ανατροφοδότηση σχετικά με τις προσπάθειές τους.
- Συμπέρασμα (5 λεπτά)
- Φέρτε τα παιδιά πίσω στον κύκλο και επανεξετάστε τι έμαθαν για το αίτημα από τους συνομηλίκους.
- Συζητήστε τυχόν συγκεκριμένες προκλήσεις ή καταστάσεις που αντιμετώπισαν.
- Ενθαρρύνετε τα παιδιά να εφαρμόζουν τις δεξιότητες υποβολής αιτήσεων σε καθημερινές καταστάσεις, τονίζοντας τη σημασία τους.

Διαφοροποιημένη Διδασκαλία

Βαθμίδα 1 (παιδιά με προχωρημένες δεξιότητες):

- Μπορείτε να συζητήσετε μαζί τους, γιατί το να ζητάτε ευγενικά κάτι από τους συμμαθητές σας είναι καλύτερο και πώς θα μπορούσαν να το χρησιμοποιήσουν όχι μόνο στην τάξη αλλά και εκτός αυτής.
- Μπορείτε επίσης να τους ρωτήσετε για τις εμπειρίες τους και να αναλύσετε πώς αντιδρούν και πώς θα μπορούσαν να αντιδράσουν καλύτερα.

Βαθμίδα 2 (παιδιά με αναπτυξιακά κατάλληλες δεξιότητες):

- Διατηρήστε το Πρότυπο Μάθημα: Ακολουθήστε το σχέδιο μαθήματος όπως περιγράφεται, διασφαλίζοντας ότι οι δραστηριότητες και οι συζητήσεις είναι κατάλληλες για την ηλικία και ελκυστικές.

- Προσφέρετε επιλογές για το πώς θα μπορούσαν να ζητήσουν προσοχή.

Βαθμίδα 3 (παιδιά που χρειάζονται πρόσθετη υποστήριξη):

- Απλοποιήστε τη Γλώσσα: Χρησιμοποιήστε απλούστερη γλώσσα και συντομότερες προτάσεις για να εξηγήσετε την έννοια του αιτήματος.
- Παροχή Οπτικής Υποστήριξης: Χρησιμοποιήστε περισσότερα οπτικά βοηθήματα, όπως κάρτες με εικόνες ή φωτογραφίες από την πραγματική ζωή, για να απεικονίσετε τα σενάρια που ζητούνται.
- Προσφέρετε Συγκεκριμένα Παραδείγματα: Χρησιμοποιήστε συγκεκριμένα παραδείγματα για να ζητάτε διαφορετικά πράγματα/δραστηριότητες και προσοχή.
- Για τα παιδιά αυτού του τύπου, ενθαρρύνετε τα να ζητούν αντικείμενα μόνο αν γνωρίζουν το όνομα ή αν έχουν ένα αντίστοιχο σημάδι ή εικόνα. Διαφορετικά, μπορεί να δυσκολευτούν να εκφράσουν τις ανάγκες τους αν δεν έχουν το κατάλληλο λεξιλόγιο. Όταν ζητούν προσοχή, είναι χρήσιμο να τους παρέχετε μια ενιαία φράση ή λέξη για να τη χρησιμοποιούν με συνέπεια. Είναι προτιμότερο να έχουν έναν σταθερό τρόπο να ζητούν παρά να πρέπει να επιλέγουν κάθε φορά. Για παράδειγμα, φράσεις όπως "με συγχωρείτε" ή, αν γνωρίζουν το όνομα του ατόμου, να το χρησιμοποιούν ή να χρησιμοποιούν ένα κοινό κατανοητό σήμα για προσοχή. Παρέχετε πρόσθετη εξάσκηση: Προσφέρετε πρόσθετες ευκαιρίες εξάσκησης κατά τη διάρκεια δραστηριοτήτων παιχνιδιού ρόλων και παρέχετε διορθώσεις και επαίνους ανάλογα με την περίπτωση ή εργαστείτε ατομικά με το παιδί.
- Προσφέρετε Υποστήριξη από Ομότιμους: Βάλτε τα παιδιά σε ζευγάρια με άτομα με διαφορετικά επίπεδα ικανοτήτων κατά τη διάρκεια δραστηριοτήτων παιχνιδιού ρόλων, επιτρέποντάς τους να δουν πρότυπα συνομηλίκων.

Βαθμίδα 4 (παιδιά που χρειάζονται πολλή βοήθεια και έχουν περιορισμένες επικοινωνιακές δεξιότητες):

- Παρέχετε οπτική υποστήριξη.
- Απλοποιήστε τη Γλώσσα: χρησιμοποιήστε μόνο μία λέξη αλληλεπίδρασης με ένα παιδί.
- Μπορείτε να χρησιμοποιήσετε περισσότερη πρόσθετη εξάσκηση και αυτά τα παιδιά θα ήταν καλύτερο να το δοκιμάσουν πρώτα με εσάς και στη συνέχεια να επιλέξετε το παιδί που θα συνεργαστεί και να το δοκιμάσετε μαζί του.
- Εφαρμογή Τεχνικών Διαμόρφωσης: Ξεκινήστε με κάτι ουδέτερο - αυτό που θέλει το παιδί, αλλά συνήθως δεν έχει προβληματική συμπεριφορά γι' αυτό.
- Προσφέρετε Υποστήριξη από Ομότιμους: Βάλτε τα παιδιά σε ζευγάρια με άτομα με διαφορετικά επίπεδα ικανοτήτων κατά τη διάρκεια δραστηριοτήτων παιχνιδιού ρόλων, επιτρέποντάς τους να δουν πρότυπα συνομηλίκων.
- Παροχή Πρόσθετης Εξάσκησης: Συνιστάται να εργάζεστε ένας προς έναν με το παιδί, στοχεύοντας σε επαναλαμβανόμενες ευκαιρίες αναμονής.

Πρόσθετες Στρατηγικές Συμπεριφοράς

Αναμενόμενες προκλήσεις συμπεριφοράς

Οι αναμενόμενες προκλήσεις συμπεριφοράς μπορεί να περιλαμβάνουν ξεσπάσματα θυμού όταν το παιδί δεν μπορεί να αποκτήσει κάτι αμέσως, ή να καταφεύγει στο να αρπάζει ανθρώπους αντί να ζητά την προσοχή τους ή να αρπάζει παιχνίδια χωρίς να το ζητά. Μια άλλη πρόκληση μπορεί να είναι η διαφυγή από εργασίες που απαιτούν υπερβολική προσπάθεια και η αναζήτηση εναλλακτικών δραστηριοτήτων.

Προληπτικές στρατηγικές

Για να αποφύγετε αυτές τις προκλητικές συμπεριφορές, λάβετε τα ακόλουθα μέτρα πριν ξεκινήσετε το μάθημα:

- Τροποποιήστε το περιβάλλον, τοποθετώντας αντικείμενα που προτιμούν ιδιαίτερα μακριά και εξασφαλίζοντας ότι η πρόσβαση στις επιθυμητές δραστηριότητες ή αντικείμενα ελέγχεται.
- Επιλέξτε συστηματικά συγκεκριμένα αντικείμενα για εξάσκηση στην υποβολή αιτημάτων, ξεκινώντας με λιγότερο προτιμώμενα αντικείμενα πριν προχωρήσετε σε πιο προτιμώμενα. Η ίδια προσέγγιση ισχύει και για τις δραστηριότητες.
- Βεβαιωθείτε ότι το παιδί γνωρίζει τα ονόματα των δραστηριοτήτων ή των αντικειμένων που αποτελούν στόχο.
- Επιβεβαιώστε ότι το παιδί γνωρίζει πώς να ζητάει σωστά την προσοχή του.

Στρατηγικές παρέμβασης για προκλητικές συμπεριφορές.

Εάν εμφανιστούν προκλητικές συμπεριφορές κατά τη διάρκεια του μαθήματος, δώστε προτεραιότητα στην ασφάλεια όλων των παιδιών. Μειώστε την προσοχή που δίνεται στις προκλητικές συμπεριφορές. Αντ' αυτού, καθοδηγήστε το παιδί πώς να ρωτήσει σωστά και δώστε του την ευκαιρία να ξαναπροσπαθήσει- μπορείτε να του δώσετε έως και δύο ευκαιρίες. Εάν το παιδί δεν ζητήσει ευγενικά, ακόμη και μετά από βοήθεια, δεν θα έχει πρόσβαση στο αντικείμενο/δραστηριότητα ή την προσοχή.

Ο τερματισμός της πρόσβασης σημαίνει ότι ένα παιδί έχει επιδείξει προκλητική συμπεριφορά, παρόλο που του δόθηκαν δύο ευκαιρίες να ηρεμήσει. Εάν το παιδί δεν είναι σε θέση να ηρεμήσει, χάνει την πρόσβαση στο επιθυμητό αντικείμενο, τη βοήθεια ή την αλληλεπίδραση.

Στρατηγικές Συνεργασίας

Σχετικοί συνεργάτες:

Είναι σημαντικό να συνεργαστείτε στενά με τους γονείς για να συγκεντρώσετε πληροφορίες σχετικά με τις προτιμήσεις και τις δραστηριότητες του παιδιού τους. Ρωτήστε για τα αντικείμενα και τις δραστηριότητες που απολαμβάνει το παιδί τους για να προσαρμόσετε καλύτερα τη διδασκαλία των δεξιοτήτων αίτησης. Επιπλέον, ρωτήστε τους γονείς αν το παιδί γνωρίζει τα ονόματα αυτών των αντικειμένων.

Δυνατότητες ενσωμάτωσης:

Ενθαρρύνετε τους γονείς να συνεχίσουν την εξάσκηση στο σπίτι και δώστε τους αντίγραφα οποιουδήποτε οπτικού βοηθήματος που χρησιμοποιήθηκε στο μάθημα για ενίσχυση.

Αποτελέσματα

1. Παρακολουθήστε τις αλληλεπιδράσεις του παιδιού κατά τη διάρκεια του μαθήματος και κατά τη διάρκεια της ημέρας, παρατηρώντας την ικανότητά του να ζητά ευγενικά την προσοχή, αντικείμενα ή δραστηριότητες από τους συνομηλίκους.
2. Τεκμηριώστε τη συμπεριφορά του παιδιού που ζητάει, καταγράφοντας τη συχνότητα των ευγενικών αιτημάτων για προσοχή ή αντικείμενα/δραστηριότητες. Δείτε το παρακάτω παράδειγμα εντύπου:

Ημερομηνία	Προσοχή (Α)/πράγματα ή δραστηριότητα (ΤΑ)	Προκλητική συμπεριφορά ναι/όχι (ό,τι δεν είναι ευγενικό αίτημα)
		NAI / OXI
		NAI / OXI



		NAI / OXI
		NAI / OXI

Πρόσθετοι Πόροι Υποστήριξης

<https://autismclassroomresources.com/teaching-appropriate-attention-seeking/>

Εκπαιδευτική Εργαλειοθήκη Μάθημα 8: Ζητώντας βοήθεια από έναν ενήλικα ή συνομηλίκους

Εύρος ηλικίας: 4-7 ετών.

Διάρκεια μαθήματος: 60 λεπτά

Επισκόπηση & Σκοπός

Η προσχολική ηλικία ενός παιδιού είναι μια περίοδος διαμόρφωσης της ικανότητας να δημιουργεί και να διατηρεί επαφές με τους γύρω ανθρώπους. Οι μέθοδοι ανατροφής και διδασκαλίας των παιδιών σε μια ομάδα (τάξη) χωρίς αποκλεισμούς θα πρέπει να επικεντρώνονται στη διαμόρφωση δεξιοτήτων επικοινωνίας και στην αλληλεπίδραση μεταξύ ενός παιδιού με ΔΑΦ και άλλων παιδιών.

Το να μάθει να ζητά βοήθεια από συνομηλίκους και ενήλικες είναι σημαντικό για την επιτυχή κοινωνικοποίηση ενός παιδιού με αυτισμό. Ένα παιδί με ΔΑΦ, που γνωρίζει πώς να ζητάει βοήθεια, επιδεικνύει την ικανότητα να έχει εναλλακτική συμπεριφορά σε περίπτωση δύσκολων καταστάσεων και, ως εκ τούτου, μειώνεται ο αριθμός των εκδηλώσεων επιθετικής, ανεπιθύμητης συμπεριφοράς, η οποία, με τη σειρά της, επηρεάζει τις ακαδημαϊκές δεξιότητες του παιδιού. Εξάλλου, η ικανότητα να ζητά βοήθεια από τους άλλους γίνεται μέρος της εμπειρίας ζωής του παιδιού και, επομένως, αργότερα, ένα παιδί με ΔΑΦ είναι σε θέση να χρησιμοποιήσει αυτή τη δεξιότητα σε κατάλληλες καταστάσεις.



Στόχος του μαθήματος είναι να μάθουν τα παιδιά με ΔΑΦ να ζητούν βοήθεια από συνομηλίκους και ενήλικες σε περίπτωση ανάγκης.

Στόχοι

1. Να μάθουν τα παιδιά να χρησιμοποιούν λεκτικούς και μη λεκτικούς τρόπους επικοινωνίας όταν ζητούν βοήθεια.
2. Να μάθουν τα παιδιά να χρησιμοποιούν γλωσσικές κατασκευές " "Θέλω...", "Χρειάζομαι βοήθεια με...", "Παρακαλώ δώστε...", "Παρακαλώ βοηθήστε..." κ.λπ.
3. Να μάθουν τα παιδιά να αναγνωρίζουν τις καταστάσεις στις οποίες χρειάζεται να χρησιμοποιούν ευγενικές μορφές όταν ζητούν βοήθεια.
4. Να παρέχετε στα παιδιά οπτικοποίηση και δομικά διαγράμματα για την οικοδόμηση μιας ευγενικής μορφής προσφώνησης προς τους άλλους όταν ζητούν βοήθεια.

Απαιτούμενα Υλικά

Υλικά για το μάθημα

- κάρτες μοντελοποίησης
- κοινωνικές ιστορίες (βίντεο, κάρτες)
- κάρτα επικοινωνίας "Βοήθεια"
- οπτική προτροπή "Βοήθεια"
- οικιακό αντικείμενο
- υλικά για δημιουργικότητα
- παιχνίδια
- έντυπα συλλογής δεδομένων

Δραστηριότητα Διδασκαλίας

- Εισαγωγή (10 λεπτά):
Ο δάσκαλος στον κύκλο καλεί τα παιδιά να θυμηθούν καταστάσεις κατά τις οποίες βοήθησαν κάποιον σε οποιοδήποτε θέμα ή παρατήρησαν πώς οι ενήλικες βοηθούσαν ο ένας τον άλλον. Ο εκπαιδευτικός ενθαρρύνει τα παιδιά

να μοιραστούν τις δικές τους εμπειρίες. Πώς ζητούσαν βοήθεια οι συγγενείς ή οι φίλοι; Τι λέξεις χρησιμοποιούσαν; *

Ο δάσκαλος φέρνει τα παιδιά στο σημείο να καταλάβουν ότι υπάρχουν πράγματα που κάνουμε εύκολα, και είμαστε σπουδαίοι σε αυτά, μπορούμε ακόμη και να βοηθήσουμε τους άλλους σε αυτά. Κάποια όμως προκαλούν ορισμένες δυσκολίες, τότε μπορούμε να απευθυνθούμε σε άλλους για βοήθεια: γονείς, εκπαιδευτικούς, φίλους κ.λπ. Ακριβώς όπως έκαναν και αυτοί όταν χρειάζονταν βοήθεια και απευθύνονταν σε άλλους.

Ο δάσκαλος καλεί τα παιδιά να θυμηθούν καταστάσεις στις οποίες χρειάζονται βοήθεια και να μιλήσουν γι' αυτές.

** Είναι δυνατόν να προσφέρετε στα παιδιά να παίξουν σε ζευγάρια*

- Επανεξέταση της Κατάστασης όταν τα Παιδιά Χρειάζονται Βοήθεια (10 λεπτά)
Αναθεώρηση των κοινωνικών ιστοριών σχετικά με τη δυνατότητα να ζητάμε βοήθεια από τους άλλους (επανάληψη και εμπέδωση των πληροφοριών που συζητήθηκαν στον κύκλο).

Το περιεχόμενο της ιστορίας

Υπάρχουν πράγματα στη ζωή μας που μπορούμε να τα κάνουμε εύκολα, και κάποια πράγματα για τα οποία χρειαζόμαστε βοήθεια. Όταν δεν μπορούμε να τα βγάλουμε πέρα μόνοι μας, μπορεί να νιώσουμε θλίψη, θυμό, απόγνωση, φόβο, δυσανεξία ή άγχος.

Τέτοιες καταστάσεις μπορεί να είναι, για παράδειγμα:

- κατά τη διάρκεια του παιχνιδιού: δεν μπορείτε να πάρετε το παιχνίδι, να ανοίξετε το κουτί με μολύβια,
- κατά τη διάρκεια του μαθήματος: αποτυγχάνετε να ολοκληρώσετε την εργασία στο μάθημα.

Σε τέτοιες περιπτώσεις, μπορείτε να ζητήσετε βοήθεια. Αυτό κάνουμε πάντα όταν δεν μπορούν να τα βγάλουν πέρα μόνοι μας.

Για να ακούσουν οι ενήλικες ή οι φίλοι το αίτημά σας και να σας βοηθήσουν, χρειάζεται:

1. Να αποφασίσετε αν χρειάζεστε πραγματικά βοήθεια και ποια ακριβώς.
2. Να απευθυνθείτε σε κάποιον που βρίσκεται κοντά σας (π.χ. μητέρα, δάσκαλος, φίλος).
3. Να χρησιμοποιήσετε φράσεις που ζητούν βοήθεια όταν κάνετε το αίτημα: "Χρειάζομαι βοήθεια" ή "Βοήθεια, παρακαλώ". Αν δεν μπορείτε να αντεπεξέλθετε στην εργασία στην τάξη - σηκώστε το χέρι σας ή χρησιμοποιήστε μια κάρτα* ώστε να μπορεί να σας δει ο δάσκαλος. Αν δεν μπορείτε να πείτε, δείξτε με τη χειρονομία "Ελα" και επισημάνετε τι ακριβώς δεν μπορείτε να κάνετε.
4. Να ευχαριστήσετε για τη βοήθεια.
Θα νιώσετε ικανοποίηση και χαρά από το γεγονός ότι καταφέρατε να ολοκληρώσετε το έργο.

Τώρα ξέρετε πώς να ζητάτε βοήθεια από τους άλλους.

Αφού επανεξετάσουν την κοινωνική ιστορία, τα παιδιά, αν χρειαστεί, με τη βοήθεια ενός δασκάλου, ονομάζουν την αλληλουχία των ενεργειών όταν ζητούν βοήθεια από άλλους και φτιάχνουν έναν αλγόριθμο ενεργειών με τη μορφή καρτών.

** Αν υπάρχουν κανόνες αλληλεπίδρασης στην ομάδα, υπενθυμίστε τους στο παιδί.*

- Δραστηριότητα 1. Δημιουργία Αλγορίθμου για να Ζητάτε Βοήθεια (5 λεπτά)

Τα παιδιά καλούνται να βάλουν τις κάρτες (κάρτες μοντελοποίησης) σε μια λογική σειρά: τι πρώτα και τι μετά. Ο δάσκαλος διευκολύνει τη διαδικασία.

- ο **Μια κατάσταση στην οποία χρειαζόμαστε βοήθεια. Αποφασίστε τι βοήθεια χρειαζέστε.**
- ο **Ζητώ βοήθεια. Αποφασίστε ποιος μπορεί να σας βοηθήσει: οι γονείς, ένας δάσκαλος, ένας φίλος. Αν χρειάζεστε βοήθεια κατά τη διάρκεια του μαθήματος, σηκώστε το χέρι σας ή δείξτε μια κάρτα*. Αν δεν μπορείτε να μιλήσετε, τότε χρησιμοποιήστε τη χειρονομία "Ελα" και δείξτε κάτι που δεν λειτουργεί (ή που πρέπει να πάρετε κ.λπ.). Αν θέλετε να κάνετε ένα αίτημα, πείτε: "Παρακαλώ βοηθήστε με" ή "Χρειαζόμαστε βοήθεια".**

Βήμα 1	Βήμα 2	Βήμα 3
Η κατάσταση στην οποία χρειαζόμαστε βοήθεια	Ζητώ βοήθεια	Θα σας είμαι ευγνώμων

- Δραστηριότητα 2. Παίξτε "Είναι εύκολο. Είναι δύσκολο" (10 λεπτά)
Στόχος αυτής της δραστηριότητας είναι να μάθουν τα παιδιά να αναγνωρίζουν καταστάσεις στις οποίες χρειάζεται βοήθεια.
Ο δάσκαλος δείχνει εικόνες ιστορίας (κάρτες μοντελοποίησης) με οικιακές ενέργειες και ζητά από τα παιδιά να αποφασίσουν αν είναι δύσκολο ή εύκολο να τις εκτελέσουν.
Αν το παιδί μπορεί να το κάνει αυτό ανεξάρτητα, βάλτε το να χτυπήσει παλαμάκια. Αν η ενέργεια είναι δύσκολη και χρειάζεται βοήθεια, το παιδί μπορεί να σηκώσει το χέρι του.
Παραδείγματα εικόνων πλοκής:
 - στρώνω το κρεβάτι,
 - τρώω ένα γεύμα,
 - παιχνίδι με μπάλα,
 - δένω κορδόνια παπουτσιών,
 - κοπή με ψαλίδι,
 - ποδηλασία,
 - ντύσιμο,
 - πλύσιμο των χεριών,
 - βούρτσισμα των δοντιών,
 - φτιάχνω παζλ,

- σίτιση ενός κατοικίδιου ζώου,
- πλύσιμο.

- Δραστηριότητα 3. Παιχνίδι "Ποιος μπορεί να με βοηθήσει" (10 λεπτά)
Στόχος της δραστηριότητας είναι να μάθουν να αναγνωρίζουν ποιοι από τους κοντινούς ή οικείους τους ανθρώπους μπορούν να προσφέρουν βοήθεια σε δύσκολες καταστάσεις και να επικαιροποιήσουν τις γνώσεις των παιδιών για τις υπηρεσίες έκτακτης ανάγκης.

Στα παιδιά δίνονται κάρτες με εικόνες ενηλίκων (μητέρα, δάσκαλος και συνομήλικοι). Ο δάσκαλος ζητά από τα παιδιά να αποφασίσουν σε ποιον θα πρέπει να απευθυνθούν σε περίπτωση των προτεινόμενων καταστάσεων.

Ο δάσκαλος περιγράφει την κατάσταση και τα παιδιά πρέπει να διαλέξουν μια κάρτα που μπορεί να βοηθήσει σε αυτή την κατάσταση. Είναι πιθανό να μπορούν να προσφέρουν βοήθεια στην ίδια κατάσταση πολλά άτομα, για παράδειγμα: μια μαμά, ένας δάσκαλος και ένας φίλος μπορούν να βοηθήσουν να κλείσει ένα κουμπί. Σε μια τέτοια κατάσταση, το παιδί παίρνει τρεις κάρτες. Κατά προσέγγιση καταστάσεις:

- Δεν μπορώ να σχεδιάσω έναν ωραίο κύκλο,
- Δεν μπορώ να στρώσω το κρεβάτι,
- Δεν μπορώ να φτιάξω σάντουιτς,
- Δεν μπορώ να κλείσω το κουμπί,
- Δεν μπορώ να συνδέσω τις λεπτομέρειες του σχεδιαστή,
- Δεν κατάλαβα την εργασία που μου έδωσε ο δάσκαλος,

Κατά τη διάρκεια της άσκησης, οι απαντήσεις των παιδιών μπορούν να είναι διαφορετικές. Ο δάσκαλος ενθαρρύνει τη συζήτηση.

- Παιχνίδι Ελεύθερης Επιλογής (20 λεπτά)

Κατά τη διάρκεια του παιχνιδιού ελεύθερης επιλογής, δώστε στα παιδιά τη δυνατότητα να επιλέξουν οποιαδήποτε θέση στο περιβάλλον του παιχνιδιού (για παράδειγμα: ζωγραφική, γλυπτική, κατασκευή, παιχνίδι ρόλων με ιστορίες). Σε μια κοινή δραστηριότητα, τα παιδιά πρέπει να καθορίσουν σε ποια κατάσταση αξίζει να ζητήσουν βοήθεια. Παράδειγμα:

- ο "Βοηθήστε με να κόψω."
- ο "Βοηθήστε με να συνδεθώ."
- ο "Βοηθήστε με να χτίσω" κ.λπ.

Ο δάσκαλος διευκολύνει τις δραστηριότητες παιχνιδιού των παιδιών και κάνει προτάσεις όταν αυτά θέλουν να απευθύνονται σε άλλους για βοήθεια.

- Συμπέρασμα (5 λεπτά):

- ο Συγκεντρώστε τα παιδιά ξανά στον κύκλο και επανεξετάστε τι έμαθαν σχετικά με το να ζητούν βοήθεια σε μια δύσκολη κατάσταση.
- ο Ενθαρρύνετε τα παιδιά να ζητούν βοήθεια σε μια δύσκολη κατάσταση.
- ο Παρακολούθηση του βίντεο "Ζητήστε βοήθεια"
<https://youtu.be/ohkiH4NGopg>

Διαφοροποιημένη Διδασκαλία

Βαθμίδα 1 (παιδιά με προχωρημένες δεξιότητες):

- Καθορίστε την ανάγκη του παιδιού για βοήθεια και το κίνητρο να την εφαρμόσει (για παράδειγμα, όταν κάτι δεν πάει καλά και χρειάζεται τη βοήθεια ενός ενήλικα).
- Αν είναι κατά τη διάρκεια ενός διαλείμματος, ο δάσκαλος πλησιάζει το παιδί και χρησιμοποιεί μια προτροπή, λέγοντας "Πες - βοήθεια, παρακαλώ" (προτροπή). Το παιδί λέει "Βοήθεια, παρακαλώ, (αποκαλεί τον εκπαιδευτικό με το όνομά του)" και ο εκπαιδευτικός βοηθάει.
- Όπως συμβαίνει στην τάξη, ο δάσκαλος δείχνει μια οπτική προτροπή και λέει "Αν χρειάζεσαι βοήθεια, σήκωσε το χέρι σου".
- Το παιδί σηκώνει το χέρι του και ζητά βοήθεια από τον δάσκαλο.
- Ο δάσκαλος απαντά "Ναι, σε ακούω. Πώς μπορώ να σε βοηθήσω;" (θετική ενίσχυση).
- Την επόμενη φορά θα καθυστερήσουμε την προτροπή κατά 2 δευτερόλεπτα. Εάν το παιδί δεν αντιδράσει, ο ενήλικας παραμένει σιωπηλός.
- Το παιδί ρωτά - και ο δάσκαλος απαντά.
- Την τρίτη φορά στην κατάσταση παρακίνησης, η προτροπή δεν παρέχεται. Το παιδί ζητάει βοήθεια - ο δάσκαλος βοηθάει.

Βαθμίδα 2 (παιδιά με αναπτυξιακά κατάλληλες δεξιότητες):

- Καθορίστε την ανάγκη του παιδιού για βοήθεια σε κάτι και το κίνητρο για την έκκληση (για παράδειγμα, όταν κάτι δεν πάει καλά).
- Εάν είναι κατά τη διάρκεια ενός διαλείμματος, ο δάσκαλος πλησιάζει το παιδί και χρησιμοποιεί την οπτική προτροπή "Βοήθεια" και ταυτόχρονα λέει "Πες - βοήθεια, παρακαλώ" (προτροπή). Το παιδί λέει "Βοήθεια, παρακαλώ, (καλεί τον εκπαιδευτικό με το όνομά του)" και ο εκπαιδευτικός βοηθάει.
- Όταν συμβαίνει στην τάξη, ο δάσκαλος μπορεί να έρθει και να δείξει μια οπτική προτροπή «Βοήθεια» και να πει "Αν χρειάζεσαι βοήθεια, σήκωσε το χέρι σου".
- Το παιδί σηκώνει το χέρι του και ζητά βοήθεια από τον δάσκαλο.
- Εισαγωγή της μεταβλητότητας. Στη δραστηριότητα "Ποιος μπορεί να με βοηθήσει".

Βαθμίδα 3 (παιδιά που χρειάζονται πρόσθετη υποστήριξη):

- Καθορίστε την ανάγκη του παιδιού για βοήθεια σε κάτι και το κίνητρο για την αίτηση (για παράδειγμα, όταν το παιδί χρειάζεται πραγματικά κάτι, αλλά δεν μπορεί να το κάνει ή να το αναλάβει μόνο του).
- Αν είναι κατά τη διάρκεια ενός διαλείμματος, ο δάσκαλος πλησιάζει το παιδί, χρησιμοποιεί μια οπτική προτροπή που λέει "Βοήθεια", ενώ ταυτόχρονα λέει "Βοήθεια" (προτροπή). Το παιδί δίνει στον εκπαιδευτικό την κάρτα επικοινωνίας "Βοήθεια" ή χρησιμοποιεί κάποιο άλλο εναλλακτικό σύστημα επικοινωνίας.
- Όταν συμβαίνει στην τάξη, ο δάσκαλος πλησιάζει το παιδί, δείχνει μια οπτική προτροπή «Βοήθεια» και ταυτόχρονα λέει "Σήκωσε το χέρι σου". Μπορεί να χρησιμοποιήσει και μια μερική σωματική προτροπή, αγγίζοντας τον αγκώνα του παιδιού, για να κάνει το παιδί να σηκώσει το χέρι του.
- Το παιδί σηκώνει το χέρι του.
- Ο δάσκαλος ρωτάει "Τι χρειάζεσαι;" (θετική ενίσχυση).
- Το παιδί δίνει στον δάσκαλο την κάρτα επικοινωνίας "Βοήθεια". Ο δάσκαλος λέει "Βοηθήστε με". Αν το παιδί μπορεί να επαναλάβει, τότε επαναλαμβάνει "Βοηθήστε με". Ο δάσκαλος βοηθάει στην τρέχουσα κατάσταση. Κάντε αυτή τη διαδικασία τρεις φορές.
- Την επόμενη φορά θα καθυστερήσετε την προτροπή κατά 2 δευτερόλεπτα. Περιμένετε τις ενέργειες του παιδιού. Αν το παιδί ζητήσει βοήθεια, ο δάσκαλος βοηθάει. Αν το παιδί είναι νευρικό ή γυρίζει αλλά δεν ζητάει βοήθεια – δείχνετε σιωπηλά στο παιδί μια οπτική προτροπή «Βοήθεια» και αγγίζετε τον αγκώνα του παιδιού.
- Το παιδί ζητάει βοήθεια - ο δάσκαλος βοηθάει. Κάντε αυτή τη διαδικασία τρεις φορές.
- Την τρίτη φορά στην κατάσταση παρακίνησης, παρέχετε μόνο μια οπτική προτροπή «Βοήθεια». Το παιδί ζητάει βοήθεια τρεις φορές με βάση μια οπτική προτροπή - ο δάσκαλος βοηθάει.
- Αν το παιδί ζητήσει τρεις φορές στη σειρά βοήθεια ανεξάρτητα, η εκπαίδευση τελειώνει.

Βαθμίδα 4 (παιδιά που χρειάζονται πολλή βοήθεια και έχουν περιορισμένες επικοινωνιακές δεξιότητες):

- Καθορίστε την ανάγκη του παιδιού για βοήθεια σε κάτι και το κίνητρο για την αίτηση (για παράδειγμα, όταν το παιδί χρειάζεται πραγματικά κάτι, αλλά δεν μπορεί να το κάνει ή να το αναλάβει μόνο του).
- Εάν είναι κατά τη διάρκεια ενός διαλείμματος, ο δάσκαλος πλησιάζει το παιδί, χρησιμοποιεί οπτική προτροπή «Βοήθεια», ενώ ταυτόχρονα λέει "Βοηθήστε με" (προτροπή). Το παιδί δίνει στον εκπαιδευτικό την κάρτα επικοινωνίας "Βοήθεια" ή χρησιμοποιεί κάποιο άλλο εναλλακτικό σύστημα επικοινωνίας, ο εκπαιδευτικός βοηθάει στην τρέχουσα κατάσταση.
- Όταν συμβαίνει στην τάξη, ο δάσκαλος πλησιάζει το παιδί, δείχνει μια οπτική προτροπή «Βοήθεια» και ταυτόχρονα λέει "Σήκωσε το χέρι σου". Μπορείτε να

χρησιμοποιήσετε και μια μερική σωματική προτροπή, αγγίζοντας τον αγκώνα του παιδιού, για να κάνετε το παιδί να σηκώσει το χέρι του.

- Το παιδί σηκώνει το χέρι του.
- Ο δάσκαλος ρωτά "Τι χρειάζεσαι;" (θετική ενίσχυση).
- Το παιδί δίνει στον δάσκαλο την κάρτα επικοινωνίας "Βοήθεια". Ο δάσκαλος λέει "Βοηθήστε με". Αν το παιδί μπορεί να επαναλάβει - επαναλαμβάνει «Βοηθήστε με». Ο δάσκαλος βοηθάει στην τρέχουσα κατάσταση. Κάντε αυτή τη διαδικασία τρεις φορές.
- Την επόμενη φορά θα καθυστερήσετε την προτροπή κατά 2 δευτερόλεπτα. Περιμένετε τις ενέργειες του παιδιού. Αν το παιδί ζητήσει βοήθεια, ο δάσκαλος βοηθάει. Αν το παιδί είναι νευρικό ή γυρίζει αλλά δεν ζητάει βοήθεια - δείχνετε σιωπηλά στο παιδί μια οπτική προτροπή και αγγίζετε τον αγκώνα του παιδιού.
- Το παιδί ζητάει βοήθεια - ο δάσκαλος βοηθάει. Κάντε αυτή τη διαδικασία τρεις φορές.
- Μόνο μια οπτική προτροπή παρέχεται την τρίτη φορά στην κατάσταση παρακίνησης. Το παιδί ζητάει βοήθεια τρεις φορές με βάση μια οπτική προτροπή - ο δάσκαλος βοηθάει.
- Αν το παιδί ζητήσει τρεις φορές στη σειρά βοήθεια ανεξάρτητα, η εκπαίδευση τελειώνει.

Πρόσθετες Στρατηγικές Συμπεριφοράς

Αναμενόμενες προκλήσεις συμπεριφοράς:

κλάμα, πέσιμο στο έδαφος, φωνές.

Προληπτικές στρατηγικές:

Για να αποτρέψετε την εμφάνιση προκλητικών συμπεριφορών, λάβετε τα ακόλουθα μέτρα πριν από την εκτέλεση του μαθήματος:

- Κοινές Δραστηριότητες: Συμπεριλάβετε δραστηριότητες όπου τα παιδιά βοηθούν το ένα το άλλο, ενισχύοντας έτσι την αμοιβαία επικοινωνία και την ικανότητα να αναγνωρίζουν πότε και πώς να ζητούν βοήθεια.
- Προσαρμογή της Στήριξης: Προσαρμόστε τις προσεγγίσεις και τις προτροπές ανάλογα με τις αναπτυξιακές δεξιότητες κάθε παιδιού. Ορισμένα παιδιά μπορεί να χρειάζονται μόνο ανεπαίσθητες οπτικές υπενθυμίσεις, ενώ άλλα χρειάζονται σωματική βοήθεια ή μερικές λεκτικές υποδείξεις.
- Πρότυπες Κάρτες και Διαγράμματα: Παρέχετε στα παιδιά οπτικά εργαλεία που απεικονίζουν βήμα προς βήμα πώς να προχωρήσουν - από την αναγνώριση της κατάστασης μέχρι την έκφραση ευγνωμοσύνης.



- Κοινωνικές Ιστορίες και Πρότυπα Σενάρια: Χρησιμοποιήστε τακτικά κοινωνικές ιστορίες, βίντεο ή κάρτες μοντελοποίησης που δείχνουν τη σωστή διαδικασία για να ζητήσετε βοήθεια.

Στρατηγικές παρέμβασης για προκλητικές συμπεριφορές:

Εάν οι προκλητικές συμπεριφορές εμφανίζονται κατά τη διάρκεια του μαθήματος, φροντίστε να διατηρήσετε όλα τα παιδιά ασφαλή. Ελαχιστοποιήστε την προσοχή που δίνετε στις προκλητικές συμπεριφορές. Αντ' αυτού, κάντε σαφείς δηλώσεις επαινώντας τα παιδιά που επιδεικνύουν τις επιθυμητές συμπεριφορές. Εάν η δραστηριότητα αναμονής πρέπει να τερματιστεί για ένα παιδί, φροντίστε να επανεξετάσετε τη δραστηριότητα ξανά όταν το παιδί εμφανιστεί ήρεμο.

Ο τερματισμός δείχνει ότι ένα παιδί έχει επιδείξει προκλητική συμπεριφορά, αφού του έχουν δοθεί δύο ευκαιρίες να ηρεμήσει. Εάν το παιδί δεν είναι σε θέση να ηρεμήσει, χάνει την πρόσβαση στο επιθυμητό αντικείμενο, τη βοήθεια ή το άτομο.

Στρατηγικές Συνεργασίας

Σχετικοί συνεργάτες:

- Εξετάστε το ενδεχόμενο συνεργασίας με τους γονείς ζητώντας τους να στείλουν έναν κατάλογο με αντικείμενα/καταστάσεις όπου το παιδί τους χρειάζεται βοήθεια.

Δυνατότητες ενσωμάτωσης:

- Στείλτε στο σπίτι αντίγραφα των οπτικών οδηγιών που χρησιμοποιήθηκαν στο μάθημα.

Ενσωμάτωση της Τεχνολογίας

Δημιουργία κοινωνικών ιστοριών για την εμπέδωση δεξιοτήτων και οπτική υποστήριξη με τη χρήση καρτών Dyvogra

<https://www.dyvogra.com/produksiia/symvolj>

Δεδομένα	Ο αριθμός των κλήσεων για βοήθεια ανά ώρα	Επίπεδο προτροπής	Ανεπιθύμητη συμπεριφορά
----------	---	-------------------	-------------------------

		(φυσικό/λεκτικό, πλήρες/μερικό)	

Αποτελέσματα

1. Παρατηρήστε τη συμπεριφορά του παιδιού για να ζητήσετε βοήθεια κατά τη διάρκεια του μαθήματος και καθ' όλη τη διάρκεια της ημέρας.
2. Συλλέξτε δεδομένα σχετικά με τη συμπεριφορά του παιδιού όταν ζητάει βοήθεια. Αυτό μπορεί να είναι ο αριθμός των φορές που ζητάει αυτόνομα ή με τη δική σας πρόσθετη βοήθεια. Επιπλέον, συλλέξτε δεδομένα σχετικά με τη συμπεριφορά ώστε να μπορείτε να εξασκήσετε συστηματικά τμήματα της διδακτικής δραστηριότητας ξανά για εκτεταμένες περιόδους αναμονής.
Παράδειγμα του εντύπου παρακάτω:

Ημερομηνία		
1.3.		
1.3.		
1.3.		
1.3.		

Πρόσθετοι Πόροι Υποστήριξης

<https://autismclassroomresources.com/teach-waiting/>

Εκπαιδευτική Εργαλειοθήκη Μάθημα 9: Ζητώντας την προσοχή των ενηλίκων

Εύρος ηλικίας: 3-6 ετών.

Διάρκεια μαθήματος: 60 λεπτά

Επισκόπηση & Σκοπός

Η κοινωνική ανάπτυξη των παιδιών προσχολικής ηλικίας περιλαμβάνει τη διαδικασία αφομοίωσης του συστήματος κανόνων και προτύπων συμπεριφοράς της κοινωνίας. Κατά τη διαδικασία της κοινωνικής προσαρμογής, τα παιδιά μαθαίνουν να ζουν σύμφωνα με ορισμένους κανόνες και αναπτύσσουν κανόνες συμπεριφοράς.

Η δεξιότητα της χρήσης ευγενικών μορφών προσέλευσης της προσοχής ενός ενήλικα, ενώ αυτός είναι απασχολημένος, είναι σημαντική για ένα παιδί που μαθαίνει τους κανόνες και τις νόρμες συμπεριφοράς στην κοινωνία και ταυτόχρονα είναι μία από τις χρήσιμες δεξιότητες κοινωνικής αλληλεπίδρασης με τους άλλους.

Για ένα παιδί με διαταραχές του φάσματος του αυτισμού, προκειμένου να αισθάνεται αυτοπεποίθηση στην κοινωνία, είναι πολύ σημαντικό να έχει στο οπλοστάσιό του έτοιμα εργαλεία για κοινωνική αλληλεπίδραση.

Στόχος του μαθήματος είναι να μάθουν τα παιδιά με ΔΑΦ να προσελκύουν ευγενικά την προσοχή ενός ενήλικα, να δημιουργούν οπτική επαφή για περαιτέρω αλληλεπίδραση.

Στόχοι

1. Να μάθουν τα παιδιά να αναγνωρίζουν την κατάσταση κατά την οποία είναι απαραίτητο να προσελκύσουν την προσοχή του ενήλικα όταν αυτός/αυτή είναι απασχολημένος/η.
2. Να διδαχθούν να χρησιμοποιούν την ευγενική γλωσσική μορφή της έκκλησης/προσφώνησης "Με συγχωρείτε" για να δημιουργήσουν μια αλληλεπίδραση με τους ενήλικες.
3. Να διδαχθούν τα παιδιά με ΔΑΦ να κάνουν οπτική επαφή όταν απευθύνονται σε κάποιον/α.

Απαιτούμενα Υλικά

- Κάρτες για μοντελοποίηση
- Κοινωνικές ιστορίες (βίντεο, κάρτες)
- Κάρτες για μη λεκτικά παιδιά

- Οπτικό σύνθημα (δύο φύλλα με διαδοχικά βήματα σε διαφορετικές καταστάσεις: στο διάλειμμα, στην τάξη)
- Οπτικό σύνθημα "Σηκώστε το χέρι"
- Παιχνίδια για αλληλεπίδραση
- Οικιακό αντικείμενο
- Έντυπα για τη συλλογή δεδομένων

Δραστηριότητα Διδασκαλίας

- Εισαγωγή (5 λεπτά):

Ο δάσκαλος καλεί τα παιδιά να συζητήσουν την κατάσταση, τι κάνουν όταν θέλουν να απευθυνθούν σε έναν ενήλικα, όταν αυτός/αυτή είναι απασχολημένος/η, επικοινωνεί με κάποιο άλλο άτομο ή είναι απασχολημένος/η με τις δουλειές του/της. Κατά τη διάρκεια της συζήτησης, ο δάσκαλος τονίζει ότι μπορεί να γίνει με αποδεκτό τρόπο και προσφέρει την επανάληψη μιας κοινωνικής ιστορίας για το θέμα αυτό.

- Επανεξέταση της Κατάστασης όταν τα Παιδιά Χρειάζονται Βοήθεια (10 λεπτά)

Παρακολουθήστε την κοινωνική ιστορία.

<https://youtu.be/VaruOweSbSI?t=172>

Περιεχόμενο της ιστορίας.

Αν χρειαστεί να προσεγγίσω έναν άλλο ενήλικα σε μια στιγμή που είναι απασχολημένος, κατά τη διάρκεια του ελεύθερου χρόνου του, θα το κάνω ως εξής:

- Θα έρθω πιο κοντά.
- Θα πω: "Με συγχωρείτε" και θα τους φωνάξω με το όνομά τους.
- Ή θα αγγίξω το χέρι του ενήλικα.
- Θα περιμένω τον ενήλικα να στραφεί προς το μέρος μου και να μου απαντήσει.
- Θα τους πω τι χρειάζομαι.

Αφού παρακολουθήσουν το βίντεο, ο δάσκαλος και τα παιδιά επαναλαμβάνουν την ακολουθία των ενεργειών, μιμούμενοι τις κινήσεις:

- Θα έρθω (βήμα μπροστά).
- Θα πω (τα παιδιά λένε χορωδιακά "Με συγχωρείτε").
- Ή θα αγγίξω το χέρι τους.
- Θα περιμένω (θέση αναμονής).
- Θα σας πω τι χρειάζομαι (τα χέρια με ανοιχτές παλάμες προς τα εμπρός).

Επαναλάβετε τη δραστηριότητα αρκετές φορές.

Αν πρέπει να τραβήξω την προσοχή ενός καθηγητή ή δασκάλου στην τάξη, θα το κάνω ως εξής:

- Θα σηκώσω το χέρι μου.
- Θα περιμένω τον καθηγητή/καθηγητή να έρθει σε μένα.
- Θα του πω τι χρειάζομαι.

Τα παιδιά και ο δάσκαλος υπενθυμίζουν τους κανόνες της τάξης (κανόνας "Σηκώστε το χέρι *"). Οπτικό σύνθημα "Σηκώστε το χέρι".

* Ο κανόνας του υψωμένου χεριού: Κατά τη διάρκεια του μαθήματος, αν ένα παιδί θέλει να πει κάτι ή χρειάζεται βοήθεια, πρέπει να σηκώσει το χέρι του για να τραβήξει την προσοχή του δασκάλου.

- Δραστηριότητα 1. Μοντελοποίηση της Κατάστασης "Στο διάλειμμα" (10 λεπτά)
Ο δάσκαλος και τα παιδιά μοντελοποιούν την κατάσταση: ο δάσκαλος προσποιείται ότι είναι απασχολημένος (π.χ. ξεφυλλίζει ένα βιβλίο, γράφει κάτι). Ένα παιδί πλησιάζει τον εκπαιδευτικό και του λέει: "Με συγχωρείτε, (όνομα του εκπαιδευτικού). Ο παιδαγωγός ανταποκρίνεται αμέσως και στρέφεται προς το παιδί. Λέει: "Σε ακούω".

Επαναλάβετε 3 φορές.

* Για παιδιά ηλικίας 3-6 ετών.

- Δραστηριότητα 2. Μοντελοποίηση της Κατάστασης "Κατά τη Διάρκεια των Μαθημάτων" (20 λεπτά)

Ο δάσκαλος καλεί τα παιδιά να εκτελέσουν μια δημιουργική δραστηριότητα (origami). Το παιδί μπορεί να έχει δυσκολίες με αυτή την εργασία (το παιδί δεν ξέρει να κρατάει ψαλίδι, δεν ξέρει να κολλάει κ.λπ.), η εργασία δίνεται στο παιδί λίγο πιο δύσκολη από το επίπεδο των δεξιοτήτων του. Όταν το παιδί έχει δυσκολίες, το παιδί σηκώνει το χέρι του, ο εκπαιδευτικός πλησιάζει το παιδί και ρωτάει "Πώς μπορώ να σε βοηθήσω;". Το παιδί απαντά "Βοήθησέ με να κάνω...". Επαναλάβετε 3 φορές. Κάθε φορά μπορείτε να προσφέρετε διαφορετικά θέματα για το μάθημα.

* Για παιδιά ηλικίας 3-6 ετών.

- Δραστηριότητα 3. Γενίκευση. Παιχνίδι Ρόλων "Κατάστημα" (20 λεπτά)

Στο παιχνίδι ρόλων "Κατάστημα" ή "Σούπερ Μάρκετ", τα παιδιά, με τη βοήθεια του δασκάλου, επιλέγουν ρόλους: πωλητής, αγοραστής, ταμίας*. Κατά τη διάρκεια του παιχνιδιού, τα παιδιά θα πρέπει να χρησιμοποιήσουν τις τεχνικές που έμαθαν στην τάξη για να τραβήξουν την προσοχή. Ο δάσκαλος διευκολύνει τα παιδιά στο παιχνίδι τους. Κατά τη διάρκεια της αλληλεπίδρασης μπορούν να ρωτήσουν "Είστε ο τελευταίος στην ουρά;", στον ταμιά "Με συγχωρείτε, θέλω να αγοράσω...".

* Για παιδιά ηλικίας 5-6 ετών.* Ο αριθμός των ρόλων εξαρτάται από την ηλικιακή ομάδα των παιδιών.

- Συμπέρασμα (10 λεπτά):

- Τα παιδιά επιστρέφουν στον κύκλο και συζητούν τι έμαθαν για τους τρόπους με τους οποίους μπορούν να τραβήξουν την προσοχή ενός ενήλικα.
- Τα παιδιά αναφέρουν ενέργειες που μπορούν να χρησιμοποιήσουν όταν απευθύνονται σε έναν ενήλικα και ενέργειες που μπορούν να χρησιμοποιήσουν όταν απευθύνονται στους συμμαθητές τους.
- Εάν υπάρχουν παιδιά στην ομάδα που είναι ευαίσθητα στο άγγιγμα, επαναλάβετε τις λεπτομέρειες της αντιμετώπισής τους.

Διαφοροποιημένη Διδασκαλία

Βαθμίδα 1 (παιδιά με προχωρημένες δεξιότητες):

- Προσδιορίστε την ανάγκη του παιδιού (π.χ. βοήθεια σε κάτι) και το κίνητρο προσέγγισης (π.χ. όταν κάτι πήγε καλά και το παιδί θέλει να μοιραστεί τα συναισθήματά του).
- Πλησιάστε το παιδί.
- Εάν είναι κατά τη διάρκεια ενός διαλείμματος, ο δάσκαλος πλησιάζει το παιδί και χρησιμοποιεί ένα οπτικό προτροπή και λέει "Γύρνα σε μένα". Το παιδί λέει "Με συγχωρείτε (ονομα δασκάλου)" και ο εκπαιδευτικός απαντά.
- Αν είναι στην τάξη, ο δάσκαλος μπορεί να έρθει και να δείξει ένα οπτικό σήμα και να πει: "Αν χρειάζεσαι κάτι, σήκωσέ το χέρι σου".
- Το παιδί σηκώνει το χέρι του και απευθύνεται στο δάσκαλο.
- Ο δάσκαλος απαντά: "Ναι, σε ακούω. Πώς μπορώ να σε βοηθήσω;" (θετική ενίσχυση της δεξιότητας).
- Την επόμενη φορά καθυστερείτε την προτροπή για 2 δευτερόλεπτα. Εάν το παιδί δεν ανταποκριθεί, ο ενήλικας δείχνει ένα οπτικό σύνθημα και παραμένει σιωπηλός.
- Αν το παιδί μιλήσει, ο δάσκαλος απαντά.
- Την τρίτη φορά σε μια κατάσταση παρακίνησης, η προτροπή δεν δίνεται. Το παιδί μιλάει - ο δάσκαλος απαντά.

Βαθμίδα 2 (παιδιά με αναπτυξιακά κατάλληλες δεξιότητες):

- Προσδιορίστε την ανάγκη του παιδιού (π.χ. βοήθεια σε κάτι), το κίνητρο προσέγγισης (π.χ. όταν κάτι πήγε καλά και το παιδί θέλει να μοιραστεί τα συναισθήματά του).
- Πλησιάστε το παιδί.
- Εάν είναι κατά τη διάρκεια διαλείμματος, ο εκπαιδευτικός πλησιάζει το παιδί και χρησιμοποιεί οπτικό σύνθημα και λέει "Γύρνα προς εμένα" (αμέσως μετά από οπτικό σύνθημα). Το παιδί λέει: "Με συγχωρείτε, λέει το όνομά του δασκάλου" και ο δάσκαλος απαντά.
- Αν είναι στην τάξη, ο δάσκαλος μπορεί να έρθει και να δείξει ένα οπτικό σήμα και να πει: "Αν χρειάζεσαι κάτι, σήκωσε το χέρι σου".
- Το παιδί σηκώνει το χέρι του και απευθύνεται στο δάσκαλο.
- Ο δάσκαλος απαντά: "Ναι, σε ακούω. Πώς μπορώ να σε βοηθήσω;" (θετική ενίσχυση της δεξιότητας). Εκτελέστε αυτή τη διαδικασία τρεις φορές.
- Κάθε φορά καθυστερείτε την προτροπή κατά 2 δευτερόλεπτα. Περιμένετε τις ενέργειες του παιδιού. Αν το παιδί μιλήσει, ο δάσκαλος απαντά. Εάν το παιδί δεν μιλήσει, δείχνετε σιωπηλά στο παιδί ένα οπτικό στοιχείο.

- Αν το παιδί μιλήσει, ο δάσκαλος απαντά. Εκτελέστε αυτή τη διαδικασία τρεις φορές.
- Την τρίτη φορά, σε μια κατάσταση παρακίνησης, η προτροπή δεν δίνεται. Το παιδί μιλάει τρεις φορές - ο δάσκαλος απαντά.
- Εάν ένα παιδί εφαρμόσει τρεις φορές στη σειρά μόνο του, η εκπαίδευση τελειώνει.

Βαθμίδα 3 (παιδιά που χρειάζονται πρόσθετη υποστήριξη):

- Προσδιορίστε την ανάγκη του παιδιού (π.χ. βοήθεια σε κάτι), το κίνητρο προσέγγισης (π.χ. όταν κάτι πήγε καλά και το παιδί θέλει να μοιραστεί τα συναισθήματά του).

Πλησιάστε το παιδί.

- Αν αυτό γίνεται στην τάξη, ο δάσκαλος μπορεί να έρθει και να δείξει ένα οπτικό σύνθημα και ταυτόχρονα να πει "Αν χρειάζεσαι κάτι, σήκωσ το χέρι σου". Μπορείτε να χρησιμοποιήσετε ένα μερικό σωματικό σύνθημα, αγγίζοντας τον αγκώνα του παιδιού, για να κάνετε το παιδί να σηκώσει το χέρι του.

Το παιδί σηκώνει το χέρι του και ο δάσκαλος απαντά.

Ο δάσκαλος απαντά: "Ναι, ακούω. Πώς μπορώ να σε βοηθήσω;" (θετική ενίσχυση της δεξιότητας). Εκτελέστε αυτή τη διαδικασία τρεις φορές.

Την επόμενη φορά, θα καθυστερήσετε την προτροπή κατά 2 δευτερόλεπτα. Περιμένετε τις ενέργειες του παιδιού. Αν το παιδί μιλήσει, ο δάσκαλος απαντά. Αν το παιδί δεν απαντήσει, δείχνετε σιωπηλά στο παιδί ένα οπτικό σύνθημα και αγγίζετε τον αγκώνα του παιδιού.

Αν το παιδί σηκώσει το χέρι του, ο δάσκαλος απαντά. Εκτελέστε αυτή τη διαδικασία τρεις φορές.

Την τρίτη φορά σε μια κατάσταση παρακίνησης, δίνετε μόνο ένα οπτικό σύνθημα. Εάν το παιδί ανταποκριθεί τρεις φορές με οπτικό σύνθημα, ο δάσκαλος ανταποκρίνεται.

- Εάν το παιδί γυρίσει ανεξάρτητα τρεις φορές στη σειρά, η εκπαίδευση τελειώνει.

Βαθμίδα 4 (παιδιά που χρειάζονται πολλή βοήθεια και έχουν περιορισμένες επικοινωνιακές δεξιότητες):

- Καθορίστε την ανάγκη του παιδιού (π.χ. βοήθεια σε κάτι) και το κίνητρο για την επαφή (π.χ. όταν κάτι πήγε καλά και το παιδί θέλει να μοιραστεί τα συναισθήματά του). Χρησιμοποιήστε ένα εναλλακτικό σύστημα επικοινωνίας, χειρονομίες ή PEXs.
- Πλησιάστε το παιδί.
- Για να διδάξει στο παιδί πώς να ζητά την προσοχή του, ο δάσκαλος ξεκινά με την επίδειξη της επιθυμητής συμπεριφοράς στην τάξη. Αρχικά, ο δάσκαλος πλησιάζει το παιδί και σηκώνει σωματικά το χέρι του παιδιού λέγοντας: "Θα σε βοηθήσω". Αυτή η επίδειξη επαναλαμβάνεται τρεις φορές για να δημιουργηθεί ένα σαφές μοντέλο. Στη συνέχεια, ο δάσκαλος εισάγει μια καθυστέρηση 2 δευτερολέπτων πριν δώσει οποιαδήποτε περαιτέρω προτροπή, δίνοντας στο παιδί την ευκαιρία να ενεργήσει ανεξάρτητα. Εάν το παιδί δεν ανταποκριθεί

μέσα σε αυτό το χρονικό διάστημα, ο δάσκαλος προσφέρει ένα φυσικό σύνθημα και λέει: "Θα σε βοηθήσω" ή, ανάλογα με την κατάσταση, "Ουάου, ωραία", επαναλαμβάνοντας αυτή τη διαδικασία τρεις φορές.

- Στην τρίτη προσπάθεια παρακίνησης, ο δάσκαλος τοποθετείται έτσι ώστε το παιδί να μπορεί ανεξάρτητα να απλώσει το χέρι του και να αγγίξει το χέρι του δασκάλου. Εάν το παιδί αγγίξει το χέρι του δασκάλου ή σηκώσει το χέρι του μόνο του, ο δάσκαλος απαντά με την κατάλληλη φράση - είτε "Θα σε βοηθήσω" είτε "Ουάου, ωραία", ανάλογα με την κατάσταση. Η εκπαίδευση θεωρείται ολοκληρωμένη όταν το παιδί σηκώσει ανεξάρτητα το χέρι του τρεις φορές στη σειρά.

Πρόσθετες Στρατηγικές Συμπεριφοράς

Αναμενόμενες προκλήσεις συμπεριφοράς

- Απογοήτευση και Ανυπομονησία: Αυτό οδηγεί σε συμπεριφορές όπως κλάμα, φωνές ή ξέσπασμα θυμού.
- Αποφυγή Αιτήματος Βοήθειας: Αρνητικές εμπειρίες του παρελθόντος μπορεί να κάνουν ορισμένα παιδιά να αποφεύγουν να έρθουν σε επαφή όταν χρειάζονται βοήθεια.
- Διαταρακτική Συμπεριφορά: Σε καταστάσεις όπου ο ενήλικας είναι απασχολημένος, ένα παιδί μπορεί να γίνει υπερβολικά επίμονο ή να διακόψει τρέχουσες δραστηριότητες σε μια προσπάθεια να κερδίσει την προσοχή.

Προληπτικές στρατηγικές

- Δομημένες Συνεδρίες Πρακτικής Εξάσκησης:
 - Χρησιμοποιήστε τακτικές δραστηριότητες παιχνιδιού ρόλων και προσομοίωσης για να μοντελοποιήσετε τις αναμενόμενες συμπεριφορές (π.χ., προσέγγιση ενός ενήλικα, λέγοντας "Με συγχωρείτε"), έτσι ώστε τα παιδιά να εξοικειωθούν με τα βήματα.
- Οπτικές Υποστηρίξεις και Ενδείξεις:
 - Παρουσιάστε σαφή, βήμα προς βήμα οπτικά βοηθήματα (αφίσες ή κάρτες οδηγίων) που περιγράφουν τον σωστό τρόπο για να ζητήσετε την προσοχή των ενηλίκων.
- Διαβαθμισμένο Σύστημα Προτροπών:
 - Ξεκινήστε με πιο άμεσες υποδείξεις (φυσικές προτροπές ή ρητές λεκτικές υπενθυμίσεις) και μειώστε σταδιακά την υποστήριξη καθώς το παιδί αποκτά μεγαλύτερη αυτοπεποίθηση στη χρήση της δεξιότητας ανεξάρτητα.
- Άμεση Θετική Ενίσχυση:



- ο Αναγνωρίστε και επαινέστε κάθε σωστή χρήση των δεξιοτήτων (σηκώνει το χέρι, κάνει οπτική επαφή, χρησιμοποιεί ευγενική γλώσσα) για να ενισχύσετε την επιθυμητή συμπεριφορά.
- Τεχνικές Ηρεμίας:
 - ο Διδάξτε απλές στρατηγικές (βαθιές αναπνοές, μέτρηση ή χρήση μιας καθορισμένης "γωνιάς ηρεμίας") για να βοηθήσετε τα παιδιά να διαχειριστούν την απογοήτευσή τους κατά τη διάρκεια περιόδων αναμονής.

Στρατηγικές παρέμβασης για προκλητικές συμπεριφορές:

Εάν οι προκλητικές συμπεριφορές εμφανίζονται κατά τη διάρκεια του μαθήματος, φροντίστε να διατηρήσετε όλα τα παιδιά ασφαλή. Ελαχιστοποιήστε την προσοχή που δίνετε στις προκλητικές συμπεριφορές. Αντ' αυτού, κάντε σαφείς δηλώσεις επαινώντας τα παιδιά που επιδεικνύουν τις επιθυμητές συμπεριφορές. Εάν η δραστηριότητα αναμονής πρέπει να τερματιστεί για ένα παιδί, φροντίστε να επανεξετάσετε τη δραστηριότητα ξανά όταν το παιδί εμφανιστεί ήρεμο.

Ο τερματισμός δείχνει ότι ένα παιδί έχει επιδείξει προκλητική συμπεριφορά, αφού του έχουν δοθεί δύο ευκαιρίες να ηρεμήσει. Εάν το παιδί δεν είναι σε θέση να ηρεμήσει, χάνει την πρόσβαση στο επιθυμητό αντικείμενο, τη βοήθεια ή το άτομο

Στρατηγικές Συνεργασίας

Σχετικοί συνεργάτες:

- Μοιραστείτε τις στρατηγικές και τα οπτικά εργαλεία του μαθήματος με τους γονείς, ενθαρρύνοντας την εξάσκηση στο σπίτι για να διασφαλιστεί η συνοχή μεταξύ σχολικού και οικιακού περιβάλλοντος.

Ενσωμάτωση της Τεχνολογίας

1. Παρατήρηση του παιδιού κατά τη διάρκεια της αλληλεπίδρασης στην ομάδα, σημειώνοντας τον αριθμό των φορών που το παιδί σήκωσε το χέρι του ή απευθύνθηκε στη δασκάλα, αναλύοντας αν η ποιότητα της δράσης αυξήθηκε κατά τη διάρκεια της ημέρας στο νηπιαγωγείο.

Ημερομηνία	Ζητώντας προσοχή	Προκλητική συμπεριφορά ναι/όχι



	+/-	NAI / OXI
	+/-	NAI / OXI
	+/-	NAI / OXI
	+/-	NAI / OXI

Αποτελέσματα

Πρόσθετοι Πόροι Υποστήριξης

<https://best-practice.middletownautism.com/teachingcoreskills/waiting/>

<https://youtu.be/WYgZb3B87pw?si=6--65KH2zL5uo3ZR>

<https://autismclassroomresources.com/teach-waiting/>

Εκπαιδευτική Εργαλειοθήκη Μάθημα 10: Διαχείριση χρόνου

Εύρος ηλικίας: 3-6 ετών

Διάρκεια μαθήματος: 60 λεπτά

Επισκόπηση & Σκοπός

Σκοπός αυτού του σχεδίου μαθήματος για τη διαχείριση του χρόνου και τον ημερήσιο προγραμματισμό για παιδιά με διαταραχή του αυτιστικού φάσματος (ΔΑΦ) είναι να παρέχει στους εκπαιδευτικούς τεκμηριωμένες στρατηγικές για να υποστηρίξουν τα παιδιά με ΔΑΦ στην ανάπτυξη βασικών δεξιοτήτων ζωής, όπως η διαχείριση του χρόνου τους, ο καθορισμός και η τήρηση ενός ημερήσιου προγράμματος.

Τα παιδιά με ΔΑΦ συχνά επωφελούνται από τη ρουτίνα και την προβλεψιμότητα στο περιβάλλον τους. Έρευνες έχουν δείξει ότι τα δομημένα χρονοδιαγράμματα μπορούν να βοηθήσουν στη μείωση του άγχους και να προωθήσουν την αίσθηση ασφάλειας για τα παιδιά με ΔΑΦ (Boyd et al., 2011- Evans et al., 2013). Επιπλέον, η διδασκαλία δεξιοτήτων διαχείρισης του χρόνου στα παιδιά με ΔΑΦ μπορεί να βελτιώσει τις



δεξιότητες εκτελεστικής λειτουργίας τους, οι οποίες συχνά είναι μειωμένες σε αυτόν τον πληθυσμό (Kenworthy et al., 2013- Demetriou et al., 2018).

Στόχοι

1. Προώθηση της Ανεξαρτησίας: Διδάσκοντας στα παιδιά πώς να διαχειρίζονται το χρόνο τους και να ακολουθούν ένα καθημερινό πρόγραμμα, τους δίνουμε τη δυνατότητα να αναλάβουν την ευθύνη για τις καθημερινές τους ρουτίνες και δραστηριότητες. Τα παιδιά αποκτούν αυτοπεποίθηση και ανεξαρτησία καθώς μαθαίνουν να διαχειρίζονται τις μέρες τους με μεγαλύτερη αυτονομία.
2. Υποστήριξη Εκτελεστικών Δεξιοτήτων: Περιλαμβάνουν τη διαχείριση του χρόνου και τον καθημερινό προγραμματισμό. Η δομημένη υποστήριξη και η καθοδήγησή μας βοηθούν στην ανάπτυξη των δεξιοτήτων οργάνωσης, προγραμματισμού και έναρξης εργασιών των παιδιών.
3. Αύξηση της Προβλεψιμότητας και Μείωση του Άγχους: Τα παιδιά με ΔΑΦ συχνά επωφελούνται από τη ρουτίνα και την προβλεψιμότητα στο περιβάλλον τους. Μπορούμε να μειώσουμε το άγχος και να ενισχύσουμε την αίσθηση ασφάλειας στην τάξη δημιουργώντας ένα σταθερό ημερήσιο πρόγραμμα που είναι προβλέψιμο και σταθερό.

Απαιτούμενα Υλικά

- Οπτικός πίνακας ή διάγραμμα χρονοδιαγράμματος. Παρακολουθήστε το σεμινάριο εδώ: <https://youtu.be/1yE8SPYxnEs?si=fe8exQnsQN3OEEA7>
- Κάρτες με εικόνες που αναπαριστούν καθημερινές δραστηριότητες (π.χ. παιχνίδι, κολατσιό). Βρείτε εκτυπώσιμα παραδείγματα εδώ: <https://adayinourshoes.com/free-printable-visual-schedules-for-home-and-daily-routines/>
- Χρονοδιακόπτης ή ρολόι
- Πίνακας ή χαρτί διαγράμματος
- Μαρκαδόροι ή μπιγιές
- Οπτικά βοηθήματα, όπως κοινωνικές ιστορίες ή οπτικά χρονοδιαγράμματα
- Συσκευές υποστηρικτικής και εναλλακτικής επικοινωνίας (AAC) ή οπτικά βοηθήματα επικοινωνίας

- Ταμπλ ή υπολογιστής με εκπαιδευτικές εφαρμογές ή προγράμματα για τη διαχείριση του χρόνου, όπως το <https://www.kazutime.com/> ή το <https://happykidstimer.com/>

Δραστηριότητα Διδασκαλίας

- Εισαγωγή (15 λεπτά):
 - ο Συζητήστε τη σημασία της διαχείρισης του χρόνου και της καθημερινής ρουτίνας για τους στόχους τους. Δεν θα αποτελούσε έκπληξη αν η αντίληψη του χρόνου είναι όντως ασθενέστερη στα παιδιά με ΔΑΦ από ό,τι στα παιδιά χωρίς ΔΑΦ, καθώς η άτυπη αίσθηση και αντίληψη είναι κοινά χαρακτηριστικά της διαταραχής. Επιπλέον, καθώς πολλά άτομα με ΔΑΦ παλεύουν με αδυναμίες στη μνήμη εργασίας και την προσοχή, μπορεί να τους είναι ακόμη πιο δύσκολο να ανακατασκευάζουν με συνέπεια τα χρονικά διαστήματα και να επεξεργάζονται τον χρόνο (Jurek et al., 2019). Ωστόσο, η διαχείριση του χρόνου είναι μια σημαντική δεξιότητα ζωής που τα παιδιά με ΔΑΦ πρέπει να αναπτύξουν για το μέλλον τους, καθώς είναι απαραίτητη για να είναι επιτυχημένα στο σχολείο, στο παιχνίδι ή ακόμη και για να βεβαιωθούν ότι υπάρχει αρκετός χρόνος για να φάνε. Θα πρέπει να επικεντρωθείτε στις ακόλουθες έξι συμπληρωματικές δεξιότητες: αναγνώριση της ώρας, προγραμματισμός, διαχείριση του χρόνου, αποτελεσματική χρήση του χρόνου, ιεράρχηση προτεραιοτήτων και συνειδητοποίηση της πάροδο του χρόνου.
 - ο Δείξτε ένα οπτικό χρονόμετρο ή ρολόι και εξηγήστε πώς μας βοηθά να κατανοήσουμε το πέρασμα του χρόνου.
 - ο Για να βοηθήσετε τα παιδιά να κατανοήσουν το οπτικό χρονόμετρο ή το ρολόι, μπορείτε να τα εμπλέξετε σε μια απλή δραστηριότητα όπου θα εκτιμούν πόσο χρόνο χρειάζονται για να κάνουν διάφορες εργασίες (π.χ. να ετοιμάσουν το σακίδιό τους, να φάνε ένα σνακ κ.λπ.).
- Δημιουργία Οπτικού Χρονοδιαγράμματος (15 λεπτά):
 - ο Ένα εργαλείο βασισμένο σε εικόνες που βοηθά τα παιδιά με ΔΑΦ είναι ο οπτικός πίνακας ή χάρτης προγραμματισμού. Ένας οπτικός προγραμματισμός απεικονίζει την ακολουθία των γεγονότων που θα συμβούν κατά τη διάρκεια μιας συγκεκριμένης εργασίας, δραστηριότητας ή καθ' όλη τη διάρκεια της ημέρας. Μπορεί να αποτελείται από μια σειρά εικόνων, βίντεο, σχεδίων ή άλλων οπτικών στοιχείων που διευκολύνουν τα παιδιά να κατανοήσουν τι αναμένεται από αυτά. Επομένως, δείξτε τους πώς να δημιουργήσουν έναν οπτικό

πίνακα προγραμματισμού χρησιμοποιώντας κάρτες με εικόνες που αντιπροσωπεύουν καθημερινές δραστηριότητες, όπως: χαιρετήστε τον δάσκαλό σας, καθίστε στο θρανίο σας, διαβάστε, βγείτε έξω για διάλειμμα, φάτε μεσημεριανό κ.λπ. Βρείτε ένα βίντεο με οδηγίες εδώ: <https://youtu.be/1yE8SPYxnEs?si=fe8exQnsQN3OEEA7> και εκτυπώσιμες κάρτες εδώ: <https://adayinourshoes.com/free-printable-visual-schedules-for-home-and-daily-routines/>

- ο Συζητήστε τα οφέλη των οπτικών χρονοδιαγραμμάτων για την προώθηση της προβλεψιμότητας και τη μείωση του άγχους
- Διαδραστική Δραστηριότητα: (20 λεπτά):
 - ο Χρησιμοποιήστε το οπτικό χρονοδιάγραμμα που δημιουργήθηκε για να καθοδηγήσετε τα παιδιά στη σειρά των δραστηριοτήτων της ημέρας.
 - ο Δημιουργήστε ένα οπτικό ρολόι ή χρονόμετρο που να δείχνει τις ώρες έναρξης και λήξης κάθε δραστηριότητας.
 - ο Ενθαρρύνετε τα παιδιά να συμβουλευονται ανεξάρτητα το οπτικό χρονοδιάγραμμα και να μετακινούνται μεταξύ των δραστηριοτήτων σύμφωνα με αυτό.
 - ο Παρέχετε προτροπές και θετική ενίσχυση όταν κάποιος ακολουθεί το πρόγραμμα με επιτυχία.
- Αναστοχαστική Συζήτηση και Προσαρμογή (10 λεπτά):
 - ο Συγκεντρώστε τα παιδιά και αναλογιστείτε πόσο καλά ακολούθησαν το οπτικό χρονοδιάγραμμα.
 - ο Μιλήστε για τυχόν δυσκολίες ή επιτυχίες που είχαν κατά τη διάρκεια της άσκησης.
 - ο Ζητήστε από τα παιδιά να προτείνουν τυχόν αλλαγές ή προσθήκες που θα ήθελαν να δουν στο πρόγραμμα της επόμενης ημέρας.
 - ο Να επαινείτε και να ενθαρρύνετε τα παιδιά για τη συμμετοχή και τη σκληρή δουλειά τους.
 - ο Υπενθυμίστε στα παιδιά ότι θα έχουν άλλη μια ευκαιρία να εξασκηθούν στον προγραμματισμό και τη διαχείριση του χρόνου σε μελλοντικά μαθήματα.

Διαφοροποιημένη Διδασκαλία

Βαθμίδα 1 (παιδιά με προχωρημένες δεξιότητες):

- Δώστε στα παιδιά που δείχνουν προχωρημένες δεξιότητες στην κατανόηση και τη διαχείριση του χρόνου πιο σύνθετες εργασίες, όπως ένα εβδομαδιαίο πρόγραμμα που περιλαμβάνει επιπλέον εκδηλώσεις και δραστηριότητες ή τη χρήση μιας εκπαιδευτικής εφαρμογής διαχείρισης χρόνου όπως το <https://www.kazutime.com/> ή το <https://happykidstimer.com/>

- Ενθαρρύνετε αυτά τα παιδιά να αναλάβουν ηγετικό ρόλο βοηθώντας τους φίλους τους να κατανοήσουν και να τηρήσουν το πρόγραμμα.

Βαθμίδα 2 (παιδιά με αναπτυξιακά κατάλληλες δεξιότητες):

- Για να βοηθήσετε τα παιδιά με αναπτυξιακές δεξιότητες να κατανοήσουν και να χρησιμοποιήσουν το οπτικό χρονοδιάγραμμα, χωρίστε τις εργασίες σε μικρότερα βήματα (π.χ. ακολουθήστε ένα μικρότερο χρονοδιάγραμμα) και καθοδηγήστε τα με οπτικές ενδείξεις ή υποδείξεις.
- Παρέχετε ευκαιρίες για πρακτική εμπειρία με τη χρήση του οπτικού χρονοδιαγράμματος, ενισχύοντας σταδιακά την ανεξαρτησία με την πάροδο του χρόνου.

Βαθμίδα 3 (παιδιά που χρειάζονται πρόσθετη υποστήριξη):

- Παρέχετε εξατομικευμένη υποστήριξη σε παιδιά που μπορεί να χρειάζονται επιπλέον βοήθεια για την κατανόηση και τη χρήση του οπτικού χρονοδιαγράμματος.
- Χρησιμοποιήστε οπτικά μέσα όπως κοινωνικές ιστορίες ή βίντεο μοντελοποίησης για την ενίσχυση της μάθησης και την παροχή προβλεψιμότητας.

Βαθμίδα 4 (παιδιά που χρειάζονται πολλή βοήθεια και έχουν περιορισμένες επικοινωνιακές δεξιότητες):

- Επικεντρωθείτε στη μη λεκτική επικοινωνία και στις στρατηγικές αισθητηριακής επικοινωνίας για να τα βοηθήσετε να χρησιμοποιούν το οπτικό χρονοδιάγραμμα.
- Τα οπτικά χρονοδιαγράμματα που χρησιμοποιείτε με αυτά τα παιδιά θα πρέπει να συνδυάζουν σαφείς οπτικές ενδείξεις για την αναπαράσταση κάθε δραστηριότητας με απλή, κατανοητή γλώσσα ή σύμβολα.
- Χρήση συσκευών επαυξητικής και εναλλακτικής επικοινωνίας ή συστημάτων επικοινωνίας με εικόνες για την υποστήριξη της κατανόησης και της έκφρασης των προτιμήσεων για τις καθημερινές δραστηριότητες.
- Ενσωματώστε αισθητηριακά εργαλεία και δραστηριότητες στα μαθήματα για να βοηθήσετε στη ρύθμιση των συναισθημάτων και να προωθήσετε την εμπλοκή με το οπτικό πρόγραμμα.

Πρόσθετες Στρατηγικές Συμπεριφοράς

Αναμενόμενες προκλήσεις συμπεριφοράς:

- Εμπόδια Μετάβασης: Αυτό μπορεί να οδηγήσει σε αντίσταση, απογοήτευση ή κατάρρευση.

- Άκαμπτη Συμπεριφορά: Οι εκπαιδευτικοί μπορεί να δυσκολεύονται να κάνουν προσαρμογές ή διακοπές.
- Άγχος: (π.χ. μπορεί να μην είναι βέβαια για το ποια υλικά θα χρησιμοποιηθούν ή πόσο θα διαρκέσει η δραστηριότητα), οδηγώντας σε αυξημένα επίπεδα άγχους.
- Προσοχή και Δέσμευση: Κάποια παιδιά μπορεί να δυσκολεύονται να παραμείνουν συγκεντρωμένα και αφοσιωμένα κατά τη διάρκεια των δραστηριοτήτων, γεγονός που μπορεί να οδηγήσει σε προκλητική συμπεριφορά ή αδιαφορία.

Προληπτικές στρατηγικές:

- Ελκυστικοί Οπτικοί Πίνακες ή Διαγράμματα Χρονοδιαγράμματος: Για να δώσετε στα παιδιά συνέπεια και δομή και να τα βοηθήσετε να προβλέπουν και να προετοιμάζονται για αλλαγές, χρησιμοποιήστε οπτικά ελκυστικούς και σαφείς πίνακες ή διαγράμματα προγράμματος, συμπεριλαμβανομένων των μεταβάσεων μεταξύ των εργασιών.
- Οπτική Αντίστροφη Μέτρηση: Για να βοηθήσετε τα παιδιά να αισθάνονται λιγότερο αγχώμενα και αβέβαια, χρησιμοποιήστε οπτικά χρονόμετρα ή αντίστροφες μετρήσεις για να δείξετε το τέλος μιας δραστηριότητας ή τον εναπομείναντα χρόνο για κάθε δραστηριότητα και να τα προετοιμάσετε για τις επερχόμενες μεταβάσεις.
- Δηλώσεις Πρώτα-Μετά: Για να βοηθήσετε τα παιδιά να καταλάβουν τι πρόκειται να ακολουθήσει στο πρόγραμμα, χρησιμοποιήστε σύντομες δηλώσεις "πρώτα-μετά" για να περιγράψετε τη σειρά των δραστηριοτήτων και να θέσετε τις προσδοκίες. Για παράδειγμα: "Πρώτα καθαρίζουμε, μετά πάμε για το σνακ". Υπάρχει μια χρήσιμη εφαρμογή για να την κατεβάσετε εδώ <https://apps.apple.com/us/app/first-then-visual-schedule/id355527801>
- Λήψη Αποφάσεων: Προσφέρετε διαφορετικές επιλογές (π.χ. δύο προτιμώμενες δραστηριότητες για το ελεύθερο παιχνίδι) στο πλαίσιο του προγράμματος για να δώσετε στα παιδιά περισσότερη εξουσία και έλεγχο στην εκπαίδευσή τους, γεγονός που θα αυξήσει την αίσθηση ελέγχου, θα μειώσει την αντίσταση και θα ενθαρρύνει τη συνεργασία.
- Συνεπής Ρουτίνα: Για να μειώσετε το στρες και το άγχος που προκαλούν οι αλλαγές στο πρόγραμμα, καθιερώστε και διατηρήστε μια σταθερή καθημερινή ρουτίνα που παρέχει σταθερότητα και προβλεψιμότητα.

Στρατηγικές παρέμβασης για προκλητικές συμπεριφορές:

- Οπτικές Ενδείξεις και Υπενθυμίσεις: Χρησιμοποιήστε οπτικές ενδείξεις, όπως η εικόνα ενός ρολογιού που δείχνει την ώρα του σνακ, για να υπενθυμίζετε στους μαθητές τις επερχόμενες δραστηριότητες ή τις μεταβάσεις. Τοποθετήστε αυτές τις υπενθυμίσεις σε όλη την τάξη.

- Υποστήριξη της Μετάβασης: Για να κάνετε τις μεταβάσεις ευκολότερες και πιο άνετες για τα παιδιά, παρέχετε ένα αντικείμενο μετάβασης, όπως ένα οπτικό χρονόμετρο ή ένα αγαπημένο παιχνίδι.
- Ανταμοιβές και Ενίσχυση: Ορίστε ένα σύστημα επιβράβευσης, όπου τα παιδιά μπορούν να συμμετέχουν σε δραστηριότητες και να κερδίζουν αυτοκόλλητα ή πόντους για την τήρηση της ώρας. Αυτά μπορούν να ανταλλάσσονται με τις ανταμοιβές της προτίμησής τους.
- Κοινωνικές Ιστορίες: Για να μειώσετε το άγχος και να δημιουργήσετε ενθουσιασμό, γράψτε μια κοινωνική ιστορία για ένα έργο τέχνης. Αυτή μπορεί να περιλαμβάνει πληροφορίες σχετικά με τα υλικά που χρειάζονται, πόσο χρόνο θα πάρει και τι να περιμένετε. Μια διασκεδαστική εφαρμογή για κατέβασμα θα βρείτε εδώ: <https://apps.apple.com/us/app/scene-speak/id420492342>
- Προσαρμοσμένη Βοήθεια: Παροχή εξατομικευμένης βοήθειας και τροποποιήσεων σύμφωνα με τις απαιτήσεις κάθε παιδιού. Για παράδειγμα, δώστε επιπλέον οπτικά βοηθήματα ή αισθητηριακά διαλείμματα στα παιδιά που δυσκολεύονται να συγκεντρωθούν και να συμμετάσχουν.

Στρατηγικές Συνεργασίας

- **Συνεργαστείτε με τους γονείς και τους φροντιστές** για τη δημιουργία σταθερών ρουτινών και προγραμμάτων ή χρησιμοποιήστε τα ίδια εργαλεία (πίνακες ή διαγράμματα προγράμματος) στο σπίτι που ευθυγραμμίζονται με αυτά της τάξης.
- **Να επικοινωνείτε τακτικά με επαγγελματίες υποστήριξης**, όπως θεραπευτές ή ειδικούς συμπεριφοράς, για να μοιράζεστε στρατηγικές και να συντονίζετε τις παρεμβάσεις για τα παιδιά με ΔΑΦ.

Ενσωμάτωση της Τεχνολογίας

- Ενσωματώστε εκπαιδευτικές εφαρμογές που εστιάζουν στη διαχείριση του χρόνου και τον καθημερινό προγραμματισμό, όπως εφαρμογές οπτικού χρονοδιακόπτη. Με τη βοήθεια των εφαρμογών οπτικού χρονοδιακόπτη, οι οποίες εμφανίζουν οπτικά ένα χρονόμετρο αντίστροφης μέτρησης και μερικές φορές περιλαμβάνουν μια γραφική απεικόνιση του χρόνου που περνά, τα παιδιά με ΔΑΦ μπορούν να διαχειριστούν αποτελεσματικότερα τις μεταβάσεις και να κατανοήσουν την έννοια του χρόνου. Για παράδειγμα, η εφαρμογή "Time Timer" βοηθά τα παιδιά να μετρήσουν εύκολα πόσος χρόνος απομένει για μια

δραστηριότητα ή μια μετάβαση, προσφέροντας μια απλή οπτική αναπαράσταση του χρόνου που περνάει. Βρείτε το εδώ:

<https://www.timetimer.com/collections/applications>

- Χρήση της τεχνολογίας για την υποστήριξη της επικοινωνίας και της έκφρασης προτιμήσεων σχετικά με τις καθημερινές δραστηριότητες και ρουτίνες. Η τεχνολογία αυτή διευκολύνει την επικοινωνία παρέχοντας εναλλακτικά μέσα έκφρασης, όπως σύμβολα, εικόνες, κείμενο ή παραγωγή ομιλίας. Μπορεί να χρησιμοποιηθεί προκειμένου να υποστηρίξει τα παιδιά να επικοινωνήσουν τις ανάγκες, τις προτιμήσεις ή τα συναισθήματά τους, υποστηρίζοντας τη μη λεκτική επικοινωνία και έκφραση. Για παράδειγμα, το "Boardmaker" <https://goboardmaker.com/> είναι ένα δημοφιλές πρόγραμμα λογισμικού συμβόλων που προσφέρει μια τεράστια βιβλιοθήκη συμβόλων και προτύπων για τη δημιουργία πινάκων επικοινωνίας, οπτικών χρονοδιαγραμμάτων και εκπαιδευτικού υλικού.

Αποτελέσματα

1. Παρατηρήστε την ικανότητα του παιδιού να διαχειρίζεται αποτελεσματικά το χρόνο του κατά τη διάρκεια των προγραμματισμένων δραστηριοτήτων κατά τη διάρκεια της ημέρας και συλλέξτε δεδομένα σχετικά με την τήρηση του οπτικού χρονοδιαγράμματος από το παιδί, συμπεριλαμβανομένης της ικανότητάς του να μεταβαίνει εγκαίρως μεταξύ των δραστηριοτήτων.
2. Παρακολουθήστε την τήρηση του οπτικού χρονοδιαγράμματος από το παιδί, καταγράφοντας το χρόνο που αφιερώνεται σε κάθε προγραμματισμένη δραστηριότητα και το χρόνο που απαιτείται για τη μετάβαση μεταξύ των δραστηριοτήτων. Για παράδειγμα:

Όνομα παιδιού:	Ημερομηνία:	Προγραμματισμένη δραστηριότητα	Χρόνος που δαπανήθηκε (λεπτά)	Χρόνος μετάβασης (λεπτά)
Ελένη	05/01/2024	Ώρα κύκλου	15	2
		Ώρα για σνακ	10	3
		Ώρα για παραμύθι	20	1
		Δραστηριότητα τέχνης	25	4
		Εξωτερικό παιχνίδι	30	2

Πρόσθετοι Πόροι Υποστήριξης

1. Οργανισμός Έρευνας για τον Αυτισμό (OAR): <https://researchautism.org/>
2. Στρατηγικές διδασκαλίας: <https://teachingstrategies.com/>
3. Διαδικτυακές ενότητες για τον αυτισμό (AIM): <https://www.autisminternetmodules.org/>
4. Πόροι και ενότητες παρέμβασης με επίκεντρο τον αυτισμό (AFIRM): <https://afirm.fpg.unc.edu/>
5. Εκπαιδευτικός αυτισμού: <https://www.autismeducator.com/>
6. Πόροι για την τάξη με αυτισμό: <https://www.autismclassroomresources.com/>

Εκπαιδευτική Εργαλειοθήκη Μάθημα 11: Αποδοχή της αλλαγής

Εύρος ηλικίας: 3-6

Διάρκεια μαθήματος: 60min

Επισκόπηση & Σκοπός

Η δημιουργία ενός σταθερού περιβάλλοντος και ρουτίνας είναι μια κρίσιμη πτυχή για τους μαθητές που έχουν διαγνωστεί με διαταραχή του αυτιστικού φάσματος (ΔΑΦ) (Iovannone, Dunlap, Huber, & Kincaid, 2003). Χωρίς συνεπή προγραμματισμό, οι μαθητές στο φάσμα μπορεί να παρουσιάσουν άκαμπτες συμπεριφορές. Ωστόσο, είναι αναπόφευκτο οι καθημερινές δραστηριότητες να υφίστανται αλλαγές λόγω παραγόντων όπως το σχολικό πρόγραμμα, οι απουσίες του προσωπικού, οι καιρικές διακυμάνσεις ή το ανθρώπινο λάθος. Εκτός από αυτές τις απρόβλεπτες αλλαγές, οι εκπαιδευτικοί μπορεί εκθέτουν τους μαθητές σε νέα περιβάλλοντα, υλικά, συνομηλίκους και δραστηριότητες καθ' όλη τη διάρκεια του σχολικού έτους, ώστε να διευρύνουν τις εμπειρίες τους. Ωστόσο, όταν έρχονται αντιμέτωποι με αλλαγές στο περιβάλλον ή τη ρουτίνα, οι μαθητές με ΔΑΦ μπορεί να αντιστέκονται σε νέες εργασίες ή τοποθεσίες, βιώνοντας συναισθήματα άγχους, ανησυχίας ή σύγχυσης (Kluth, 2003). Έρευνες έχουν δείξει ότι κατά τη διάρκεια περιόδων μετάβασης ή αλλαγής, οι μαθητές είναι επιρρεπείς σε ξεσπάσματα, επιθετικότητα και άρνηση (Schreibman & Whalen, 2000- Flannery & Horner, 1994). Αυτή η αποστροφή προς την αλλαγή μπορεί να εμποδίσει την απόκτηση νέων δεξιοτήτων, την ικανότητα να σκέφτεσαι πώς κάνεις ή λες κάτι με έναν νέο ή διαφορετικό τρόπο.

Η ευέλικτη σκέψη είναι μια γνωστική δεξιότητα που αποτελεί μέρος των εκτελεστικών λειτουργιών, οι οποίες μπορεί να είναι δύσκολες για τα άτομα με

αυτισμό. Τύποι ευέλικτης σκέψης περιλαμβάνουν τη γνώση ότι τα πράγματα μπορεί να πρέπει να συμβούν με διαφορετικό τρόπο ή σειρά από ό,τι έχουμε συνηθίσει. Τα άτομα με τυπική ανάπτυξη μαθαίνουν πώς να είναι ευέλικτα εμμέσως, παρακολουθώντας και μαθαίνοντας από άλλους ανθρώπους. Πρέπει να προσφέρουμε ευκαιρίες για να διδάξουμε την ευέλικτη σκέψη στα αυτιστικά παιδιά και τους νέους, καθώς συχνά δεν την μαθαίνουν από τους συνομηλίκους τους.

Στόχοι

1. Να διδάξουν στους μαθητές στρατηγικές αντιμετώπισης για την αποδοχή και την προσαρμογή στις αλλαγές στο περιβάλλον και τις συνήθειές τους.
2. Να παρέχουν στους μαθητές οπτική υποστήριξη και δομημένες ρουτίνες για να βοηθήσει στην επιτυχή μετάβαση.
3. Να ενισχύσει την ευελιξία και την ανθεκτικότητα των μαθητών με ΔΑΦ όταν έρχονται αντιμέτωποι με αλλαγές.

Απαιτούμενα Υλικά

- Εύκαμπτα αντικείμενα όπως ζύμη, βουρτσάκια πίπας, λαστιχάκια
- Άκαμπτα αντικείμενα όπως γλειφιτζούρια, οδοντογλυφίδες, αποξηραμένα ζυμαρικά
- Χαρτί
- Κάρτες ευρετηρίου
- Χρωματιστά μολύβια/ μαρκαδόροι

Δραστηριότητα Διδασκαλίας

- Εισαγωγή: (15 λεπτά)
Εισάγετε τις έννοιες και το λεξιλόγιο "εύκαμπτο" ή "ελαστικό" και "άκαμπτο" ή "σκληρό" (ανάλογα με τις γλωσσικές ικανότητες του παιδιού σας). Ξεκινήστε με συγκεκριμένα παραδείγματα αντικειμένων που είναι εύκαμπτα - όπως βουρτσάκια πίπας, λαστιχάκια, μπάλες στρες και ζύμη - και άκαμπτα - όπως ξυλάκια γλειφιτζουριού, οδοντογλυφίδες και αποξηραμένα μακαρόνια. Βάλτε το παιδί σας να τα ταξινομήσει αυτά σε κάθε κατηγορία.

Στη συνέχεια, βάλτε τα να φτιάξουν ένα σχήμα κύκλου σε ένα κομμάτι χαρτί με τα βουρτσάκια πίπας ή την ζύμη και στη συνέχεια με οδοντογλυφίδες ή ζυμαρικά. Συζητήστε ποιο ήταν καλύτερο και γιατί; Επισημάνετε ότι είναι ευκολότερο να εργάζεστε με εύκαμπτα – ευέλικτα υλικά.

Σε αυτό το σημείο, μπορείτε να αναφέρετε ότι και ο εγκέφαλός μας μπορεί να είναι ευέλικτος. Οι ευέλικτοι εγκέφαλοι κάνουν ευέλικτες σκέψεις. Συζητήστε με την ομάδα για τους διαφορετικούς τρόπους με τους οποίους μπορείτε να κάνετε μια δραστηριότητα (να φτιάξετε ένα σάντουιτς, να φορέσετε τα παπούτσια και τις κάλτσες σας, να περπατήσετε σε ένα συγκεκριμένο, οικείο μέρος). Επισημάνετε ότι μπορεί να υπάρχει διαφορετική σειρά στα βήματα, διαφορετικά υλικά που χρησιμοποιούνται, διαφορετικές διαδρομές- και όλοι να επιτυγχάνουν το ίδιο τελικό αποτέλεσμα.

- Δραστηριότητα Επίλυσης Προβλημάτων (45 λεπτά)

Προετοιμάστε τις κάρτες ευρετηρίου. Γράψτε διάφορες καταστάσεις που αφορούν αλλαγές ή απροσδόκητα γεγονότα σε ξεχωριστές καρτέλες (π.χ. "Το αγαπημένο σας παιχνίδι σπάει", "Πρέπει να περιμένετε περισσότερο από το αναμενόμενο για τη σειρά σας", "Ο φίλος σας μετακομίζει"). Γράψτε σε πρόσθετες κάρτες ευρετηρίου διάφορα συναισθήματα που μπορεί να νιώθουν τα παιδιά ως απάντηση σε αυτές τις καταστάσεις (π.χ. χαρούμενα, λυπημένα, απογοητευμένα, αγχωμένα). Βεβαιωθείτε ότι υπάρχουν περισσότερες από μία κάρτες για κάθε συναίσθημα. Γράψτε σε περισσότερες κάρτες ευρετηρίου στρατηγικές αντιμετώπισης και λύσεις (π.χ. πάρτε βαθιές αναπνοές, μιλήστε σε έναν φίλο, ζητήστε βοήθεια, βρείτε μια νέα δραστηριότητα για να κάνετε).

- Εισαγωγή:

Συγκεντρώστε τα παιδιά σε κύκλο και εξηγήστε ότι θα παίξουν ένα παιχνίδι για να εξασκηθούν στην αντιμετώπιση διαφόρων καταστάσεων και στην επίλυση προβλημάτων. Δείξτε τους τα διαφορετικά σύνολα καρτών (καταστάσεις, συναισθήματα, στρατηγικές αντιμετώπισης) και εξηγήστε τους πώς θα λειτουργήσει το παιχνίδι.

- Κάρτες:

Βάλτε κάθε παιδί να επιλέξει μία κάρτα από τη στοίβα "καταστάσεις" και "συναισθήματα". Δώστε τους άδειες κάρτες και ζητήστε τους να ζωγραφίσουν την "κατάσταση" και το "συναίσθημα" που επέλεξαν. Αφού ζωγραφίσουν τις κάρτες τους, ζητήστε από κάθε παιδί να μοιραστεί την κατάσταση που ζωγράφισε, το συναίσθημα που νιώθει ως απάντηση σε αυτήν. Εξηγήστε ότι είναι εντάξει να νιώθουν αυτά τα συναισθήματα.

- Στρατηγικές Αντιμετώπισης - Συζήτηση:

Εξηγήστε στην ομάδα τι είναι η "στρατηγική αντιμετώπισης" και δώστε τους διάφορα παραδείγματα (να μετράτε μέχρι το δέκα, να χρησιμοποιείτε μια μπάλα άγχους, να παίρνετε βαθιές αναπνοές, να μιλάτε σε έναν ενήλικα κ.λπ.). Για κάθε κατάσταση που ζωγράφισε ο μαθητής, κάντε συζήτηση με την ομάδα για το ποια στρατηγική αντιμετώπισης θα μπορούσαν να χρησιμοποιήσουν για να την αντιμετωπίσουν. Βάλτε

τους όλους να σχεδιάσουν τις στρατηγικές αντιμετώπισης σε ξεχωριστές κάρτες ευρετηρίου.

- Παιχνίδι Ρόλων

Χωρίστε τα παιδιά σε ζευγάρια και βάλτε τα να παίξουν ρόλους σε κάθε κατάσταση. Αυτό θα τους δώσει την ευκαιρία να εξασκηθούν στις στρατηγικές αντιμετώπισης που μόλις έμαθαν.

Διαφοροποιημένη Διδασκαλία

Βαθμίδα 1 (παιδιά με προχωρημένες δεξιότητες):

- Ενθαρρύνετε την κριτική σκέψη και τη δημιουργικότητα προκαλώντας τους μαθητές να αναπτύξουν τις δικές τους στρατηγικές αντιμετώπισης ή λύσεις σε καταστάσεις.
- Προσφέρετε ηγετικούς ρόλους στο πλαίσιο της δραστηριότητας, όπως η καθοδήγηση των συνομηλίκων μέσα από διαδικασίες επίλυσης προβλημάτων.
- Εάν το παιδί είναι σε θέση να χρησιμοποιεί ημερολόγιο, σημειώστε σημαντικά επερχόμενα γεγονότα ή χρησιμοποιήστε ένα ημερολόγιο με αντίστροφη μέτρηση μέχρι το γεγονός.

Βαθμίδα 2 (παιδιά με αναπτυξιακά κατάλληλες δεξιότητες):

- Αν είναι δυνατόν, δώστε επιπλέον χρόνο για να προσαρμοστούν στην αλλαγή.
- Όταν εισάγετε για πρώτη φορά μια νέα στρατηγική, προσπαθήστε να βρίσκεστε σε ένα ήρεμο, ήσυχο περιβάλλον. Για παράδειγμα, κατά την εισαγωγή της κάρτας αλλαγής, περιμένετε να φύγουν τα άλλα παιδιά από την τάξη, ώστε να μην υπάρχουν τόσοι πολλοί περισπασμοί ή θόρυβοι.

Βαθμίδα 3 (παιδιά που χρειάζονται πρόσθετη υποστήριξη):

- Προσφέρετε πρόσθετη οπτική υποστήριξη και υποδείξεις για να βοηθήσετε τους μαθητές να κατανοήσουν και να ακολουθήσουν. Ενώ πολλά από τα παραδείγματα οπτικής υποστήριξης χρησιμοποιούν σχέδια με μαύρες γραμμές (π.χ. εικόνες από το Boardmaker της Mayer-Johnson), αυτό μπορεί να μην είναι το καταλληλότερο για όλους τους μαθητές. Αξιολογήστε την κατανόηση των μαθητών σας πριν από την ανάπτυξη υποστηρικτικών μέσων, καθώς ορισμένοι μαθητές μπορεί να χρειάζονται τη χρήση αντικειμένων ή φωτογραφιών.

Βαθμίδα 4 (παιδιά που χρειάζονται πολλή βοήθεια και έχουν περιορισμένες επικοινωνιακές δεξιότητες):

- Προσφέρετε πρόσθετη οπτική υποστήριξη και υποδείξεις για να βοηθήσετε τους μαθητές να κατανοήσουν και να ακολουθήσουν. Ενώ πολλά από τα παραδείγματα οπτικής υποστήριξης χρησιμοποιούν σχέδια με μαύρες γραμμές (εικονίδια από το Boardmaker της Mayer-Johnson), αυτό μπορεί να μην είναι το

καταλληλότερο για όλους τους μαθητές. Αξιολογήστε την κατανόηση των μαθητών σας πριν από την ανάπτυξη υποστηρικτικών μέσων, καθώς ορισμένοι μαθητές μπορεί να χρειάζονται τη χρήση αντικειμένων ή φωτογραφιών

- Διαχωρίστε τις εργασίες σε πολύ μικρά, απλά βήματα και παρέχετε πρακτική καθοδήγηση ανάλογα με τις ανάγκες.
- Για τη δραστηριότητα ζωγραφικής, αν το παιδί δεν μπορεί να κρατήσει μολύβι/να ζωγραφίσει, χρησιμοποιήστε έτοιμες κάρτες εικονιδίων.
- Κατά την πρώτη εισαγωγή μιας στρατηγικής ή δραστηριότητας, χρησιμοποιήστε φυσική καθοδήγηση (ή αλλιώς φυσικές προτροπές) για να βοηθήσετε το παιδί.

Πρόσθετες Στρατηγικές Συμπεριφοράς

Αναμενόμενες προκλήσεις συμπεριφοράς:

Τα ξεσπάσματα (π.χ. κλάμα, πέσιμο στο έδαφος, φωνές) ή η επιθετική συμπεριφορά (π.χ. ρίψη αντικειμένων) μπορεί να εμφανιστούν ως αποτέλεσμα απροσδόκητης αλλαγής στη ρουτίνα.

Προληπτικές στρατηγικές:

- **Οπτικά Χρονοδιαγράμματα:** Παρέχετε στο παιδί καθημερινά οπτικά χρονοδιαγράμματα και χρονόμετρα, ώστε να μπορεί να βλέπει ξεκάθαρα τι συμβαίνει και πότε. Αυτά τα οπτικά βοηθήματα μπορούν να βοηθήσουν το παιδί να κατανοήσει τη σειρά των καθημερινών γεγονότων, τα βήματα που εμπλέκονται στις δεξιότητες καθημερινής ζωής και το καθημερινό πρόγραμμα στο σχολείο, συμπεριλαμβανομένων τυχόν αλλαγών στη ρουτίνα που μπορεί να προκύψουν.
- **Η κάρτα Αλλαγής:** Μόλις ο μαθητής σας κατανοήσει πώς να χρησιμοποιεί το οπτικό χρονοδιάγραμμα, είναι σημαντικό να αρχίσετε να εισάγετε αλλαγές στο περιεχόμενο του χρονοδιαγράμματος (Mesibov, Shea, & Schopler, 2005). Βεβαιωθείτε ότι το πρόγραμμα ποικίλλει κάθε μέρα και αλλάξτε σκόπιμα κάποιες προσχεδιασμένες δραστηριότητες. Αυτό θα βοηθήσει το παιδί να αντέχει την αλλαγή. Όταν οι δραστηριότητες αλλάζουν, ωστόσο, θα πρέπει να υπάρχει μια στρατηγική για την υποστήριξη του μαθητή. Πρώτα απ' όλα, επιλέξτε ένα ουσιαστικό οπτικό σύνθημα για να το χρησιμοποιήσετε με τους μαθητές κατά την εισαγωγή της έννοιας της αλλαγής. Αυτό μπορεί να είναι ένα εικονίδιο "θαυμαστικό", ένα "ερωτηματικό", μια συγκεκριμένη φωτογραφία ή μια γραπτή λέξη ανάλογα με τις ανάγκες και τις ικανότητες του μαθητή. Τοποθετήστε το επιλεγμένο σύνθημα αλλαγής πάνω

από την προγραμματισμένη δραστηριότητα που δεν θα πραγματοποιηθεί (π.χ. διάλειμμα στην παιδική χαρά) και τη νέα δραστηριότητα που ακολουθεί στη σειρά των γεγονότων της ημέρας (π.χ. παρακολούθηση μιας ταινίας στην τάξη). Κατά τη διδασκαλία της έννοιας της αλλαγής, είναι χρήσιμο να πηγαίνετε στο οπτικό πρόγραμμα με τον μαθητή, να κοιτάτε μαζί την κάρτα αλλαγής και να βοηθάτε στη μετάβαση στη νέα δραστηριότητα.

Θα μπορούσατε επίσης να δημιουργήσετε έναν "φάκελο αλλαγής" όπου οι μαθητές μπορούν να τοποθετήσουν το οπτικό σύνθημα αλλαγής και την κάρτα προγράμματος της δραστηριότητας που δεν θα πραγματοποιηθεί.

Είναι χρήσιμο να εισαγάγετε την αλλαγή σταδιακά και με θετικό τρόπο. Ξεκινήστε με την αλλαγή δραστηριοτήτων που συνήθως θεωρούνται ως μη προτιμώμενες από τον μαθητή σε δραστηριότητες που προτιμώνται (π.χ., αλλάζοντας το πρόγραμμα ενός μαθητή από μαθηματικά σε επιπλέον χρόνο για υπολογιστή). Μόλις ο μαθητής ανεχθεί τις αλλαγές από μια μη προτιμώμενη σε μια προτιμώμενη δραστηριότητα, εισαγάγετε την αλλαγή ενός ουδέτερου γεγονότος (π.χ. αλλαγή των μαθηματικών σε γλωσσικές τέχνες) και, τέλος, εισαγάγετε την αλλαγή από μια προτιμώμενη δραστηριότητα σε μια ουδέτερη ή/και μη προτιμώμενη.

- **Προετοιμασία:** Η προετοιμασία είναι μια μέθοδος προεπισκόπησης πληροφοριών ή δραστηριοτήτων με τις οποίες ένας μαθητής είναι πιθανό να έχει δυσκολίες, πριν ο μαθητής εμπλακεί σε μια δύσκολη κατάσταση. Ένας μαθητής προβάλλει μελλοντικά γεγονότα, όπως μια άσκηση πυρόσβεσης, έναν αναπληρωτή καθηγητή, μια εκδρομή ή ένα πρόγραμμα βροχερής ημέρας, ώστε να γίνουν πιο προβλέψιμα (Schreibman & Whalen, 2000). Η προετοιμασία έχει χρησιμοποιηθεί αποτελεσματικά στην ακαδημαϊκή διδασκαλία και την κοινωνική αλληλεπίδραση (Harrower & Dunlap, 2001), ενώ πρόσφατα χρησιμοποιήθηκε στην προετοιμασία των μαθητών για νέες συνθήκες ή αλλαγές στη ρουτίνα.

- **Κοινωνικές ιστορίες:** Οι κοινωνικές ιστορίες μπορούν επίσης να αποτελέσουν μια εξαιρετική πηγή για την προετοιμασία για μια αλλαγή ή ένα γεγονός που προκαλεί άγχος. Αποτελούν μια μέθοδο για την εξήγηση του τι συμβαίνει και τι αναμένεται σε διάφορα πλαίσια. Συνήθως, οι κοινωνικές ιστορίες είναι γραμμένες σε πρώτο πρόσωπο, περιλαμβάνουν εικονογραφήσεις, παρέχουν την οπτική γωνία ενός ατόμου με ΔΑΦ και πρέπει να είναι στο επίπεδο κατανόησης του μαθητή. Συχνά οι κοινωνικές ιστορίες παρέχουν απαντήσεις σε ερωτήσεις που οι μαθητές στο φάσμα μπορεί να μην ξέρουν να θέσουν. Η Carol Gray, η εμπνεύστρια των κοινωνικών ιστοριών, περιγράφει τη συνιστώμενη δομή της ιστορίας και τους τύπους προτάσεων στον ιστότοπό της, <http://www.thegraycenter.org/>. Αν και η ακριβής δομή της ιστορίας είναι ιδανική, όταν αντιμετωπίζουμε μια απροσδόκητη αλλαγή ή ένα νέο γεγονός, οι τροποποιημένες κοινωνικές ιστορίες που μπορούν να γραφτούν γρήγορα από τα μέλη του προσωπικού (οι οποίες δεν

περιέχουν ακριβή αναλογία προτάσεων) είναι βιώσιμες στρατηγικές προετοιμασίας. Αφού προσδιορίσετε το νέο γεγονός και αξιολογήσετε τις ικανότητες κατανόησης των μαθητών, γράψτε μια ιστορία σύμφωνα με τις οδηγίες της Gray. Τα μέλη του προσωπικού θα πρέπει να διαβάζουν την ιστορία στον μαθητή ή/και με τον μαθητή με συνέπεια για μια περίοδο ημερών. Η παροχή ενός αντιγράφου για χρήση στο σπίτι είναι επίσης χρήσιμη. Ειδικά, όταν οι νέες δραστηριότητες σχεδιάζονται αρκετά νωρίτερα, συνιστάται η προετοιμασία μιας κοινωνικής ιστορίας σύμφωνα με τις κατευθυντήριες γραμμές του Gray.

- Προετοιμασία Βίντεο: Οι βιντεοσκοπημένες οδηγίες έχουν αποδειχθεί αποτελεσματικές στη διδασκαλία νέων δεξιοτήτων σε μαθητές με αυτισμό (Schreibman & Whalen, 2000) και πρόσφατα έχουν χρησιμοποιηθεί για την προετοιμασία των μαθητών για επερχόμενα γεγονότα. Για παράδειγμα, πηγαίνετε στον τόπο με μια βιντεοκάμερα και περπατήστε κατά τη μαγνητοσκόπηση τη διαδρομή που θα απαιτηθεί και παρέχετε μια απλή αφήγηση διάρκειας ενός έως τεσσάρων λεπτών σχετικά με τη διαδικασία και τις απαιτήσεις. Για παράδειγμα, αν σχεδιάζετε μια εκδρομή στον ζωολογικό κήπο, επισκεφθείτε τον ζωολογικό κήπο και, ενώ βιντεοσκοπείτε, εξηγήστε πτυχές του τι θα συμβεί εκεί, όπως η βόλτα με το τρένο, η χρήση των νέων τουαλετών και το φαγητό στο σνακ μπαρ. Αφού γυρίσετε το βίντεο, δείξτε το στο παιδί σας αρκετές φορές για να το βοηθήσετε να προετοιμαστεί για το γεγονός. Έρευνες έχουν δείξει ότι όταν χρησιμοποιούνται βίντεο με αυτόν τον τρόπο, σε παιδιά με ΔΑΦ, η διασπαστική συμπεριφορά μειώθηκε σημαντικά, καθώς οι ρουτίνες έγιναν πιο προβλέψιμες.
- Διδάξτε στους μαθητές εναλλακτικούς τρόπους έκφρασης των συναισθημάτων, όπως η χρήση οπτικών καρτών συναισθημάτων ή ενός διαγράμματος συναισθημάτων.
- Ενθαρρύνετε τη χρήση στρατηγικών ηρεμίας, όπως η βαθιά αναπνοή ή το διάλειμμα, όταν αισθάνονται συγκλονισμένοι.

Στρατηγικές παρέμβασης για προκλητικές συμπεριφορές:

- Προσπαθήστε να ανακατευθύνετε το παιδί σας σε μια δραστηριότητα ηρεμίας ή ενθαρρύνετε τη χρήση δεξιοτήτων αντιμετώπισης, όπως η βαθιά αναπνοή ή φράσεις αυτο-ομιλίας (για παράδειγμα, "Έχω περάσει την αλλαγή και στο παρελθόν και μπορώ να το ξανακάνω"). Επιβραβεύστε το παιδί σας ή χρησιμοποιήστε άλλες ανταμοιβές για την αντιμετώπιση της αλλαγής.
- Εάν οι προκλητικές συμπεριφορές εκδηλωθούν κατά τη διάρκεια του μαθήματος, φροντίστε να διατηρήσετε την ασφάλεια όλων των παιδιών. Ελαχιστοποιήστε την προσοχή που δίνετε στις προκλητικές συμπεριφορές. Αντ' αυτού, κάντε σαφείς δηλώσεις επαινώντας τα παιδιά που επιδεικνύουν τις επιθυμητές συμπεριφορές.

- Χρησιμοποιήστε το οπτικό χρονοδιάγραμμα ή έναν πίνακα "Τώρα και μετά" για να βεβαιωθείτε ότι το παιδί καταλαβαίνει τι θα συμβεί στη συνέχεια.
- Εάν η προκλητική συμπεριφορά εμφανιστεί κατά τη μετάβαση από τη μία δραστηριότητα στην άλλη, βεβαιωθείτε ότι ακολουθείτε τη μετάβαση στη νέα δραστηριότητα. Μην επιτρέπετε στο παιδί να συνεχίσει την τρέχουσα δραστηριότητα εάν επιδεικνύει προκλητική συμπεριφορά.

Στρατηγικές Συνεργασίας

- **Σχετικοί συνεργάτες:**

Οι γονείς διαδραματίζουν καθοριστικό ρόλο στην υποστήριξη της μάθησης και της ανάπτυξης του παιδιού τους. Άλλοι εκπαιδευτικοί και θεραπευτές μπορούν επίσης να συνεργαστούν.

- **Δυνατότητες ενσωμάτωσης:**

Αυτές οι στρατηγικές (οπτικά χρονοδιαγράμματα, χρονόμετρα, προετοιμασία) μπορούν εύκολα να ενσωματωθούν και στο οικιακό περιβάλλον (π.χ. προετοιμασία για μια νέα μπίμπι σίτερ, εξήγηση ότι το αγαπημένο DVD είναι χαλασμένο, επίσκεψη σε ένα διαφορετικό εστιατόριο). Οι επαγγελματίες μπορούν να βοηθήσουν τους γονείς να εντοπίσουν νέες και δύσκολες καταστάσεις, να δημιουργήσουν υλικό και να δείξουν πώς να το εφαρμόσουν.

Προκειμένου να ενθαρρύνουν την ευελιξία, οι γονείς μπορεί να θέλουν να συμπεριλάβουν στο οπτικό τους χρονοδιάγραμμα μια νέα καθημερινή δραστηριότητα που αποτελεί θετικό γεγονός. Με αυτόν τον τρόπο, το παιδί μπορεί να μάθει ότι η αλλαγή μπορεί να φέρει και διασκεδαστικά και συναρπαστικά πράγματα!

Ενσωμάτωση της Τεχνολογίας

Παιχνίδια που βοηθούν στην αντιμετώπιση της αλλαγής: <https://idealvr.eu/vr-game/>
<http://www.whizkidgames.com/?game=rufusgoestoschool>

Οπτικά μέσα μπορούν να χρησιμοποιηθούν για να βοηθήσουν στη μετάβαση σε νέες δραστηριότητες, όπως ένα χρονόμετρο και μια εφαρμογή οπτικού χρονοδιαγράμματος: <https://www.timetimer.com/collections/applications>.

<https://www.pictogramagenda.es/en/pictogramagenda-en/>

Εφαρμογές που θα σας βοηθήσουν να δημιουργήσετε τα δικά σας οπτικά χρονοδιαγράμματα:

Boardmaker: <https://goboardmaker.com/><https://arasaac.org/index.html>

Αποτελέσματα

1. Παρατήρηση της μετάβασης από μια προτιμώμενη δραστηριότητα σε μια μη προτιμώμενη δραστηριότητα χωρίς να εκδηλώνεται προκλητική συμπεριφορά
2. Παρατήρηση του παιδιού που ανέχεται μια απροσδόκητη αλλαγή στην καθημερινή ρουτίνα χωρίς να επιδεικνύει προκλητική συμπεριφορά/χρησιμοποιεί τις στρατηγικές αντιμετώπισής του.
3. Συλλογή δεδομένων σχετικά με τον αριθμό των περιπτώσεων που το παιδί πέρασε στην επόμενη δραστηριότητα/ανέχθηκε την αλλαγή χωρίς προκλητική συμπεριφορά και χωρίς να χρησιμοποιήσει τις στρατηγικές αντιμετώπισης, σε αντίθεση με τον αριθμό των περιπτώσεων που δεν το έκανε.

Ημερομηνία	Μετάβαση από τη μία δραστηριότητα στην άλλη/Ανέχτηκε απρόσμενες αλλαγές	Δραστηριότητες/τι άλλαξε;	Χρησιμοποίησε στρατηγικές αντιμετώπισης με προτροπές	Χρησιμοποίησε στρατηγικές αντιμετώπισης ανεξάρτητα	Προκλητική συμπεριφορά ναι/όχι
1.3.	Όχι	Διάλειμμα στα Μαθηματικά	x		NAI
1.3.	Όχι	Αναπληρωτής δάσκαλος	x		NAI
1.3.	Ναι	Διάλειμμα στα Μαθηματικά	x		OXI
1.3.	Ναι	Σχολική εκδρομή ακυρώθηκε		x	OXI

Πρόσθετοι Πόροι Υποστήριξης

Χρήση οπτικών χρονοδιαγραμμάτων:

<https://reachoutasc.com/the-right-way-to-use-visual-timetables/>

https://ed-psych.utah.edu/school-psych/_resources/documents/grants/autism-training-grant/Visual-Schedules-Practical-Guide-for-Families.pdf

Αλλαγή στην κάρτα ρουτίνας:

<https://www.autism360.com/using-change-in-routine-card-as-a-visual-tool-for-autism/>

Διδασκαλία της συναισθηματικής ρύθμισης:

<https://www.healisautism.com/post/coping-strategies-teach-children-autism>

Ευέλικτες vs άκαμπτες κάρτες:

<https://autismteachingstrategies.com/autism-strategies/flexibility-in-kids-with-asd-card-activity-to-teach-this-social-skill-to-children-on-the-autism-spectrum/>

Εκπαιδευτική Εργαλειοθήκη Μάθημα

12: Χρήση στρατηγικών αντιμετώπισης σε δύσκολες αισθητηριακές καταστάσεις

Εύρος ηλικίας: 3-6 ετών

Διάρκεια μαθήματος: 60 λεπτά

Επισκόπηση & Σκοπός

Σκοπός αυτού του μαθήματος είναι να διδάξει στους μικρούς μαθητές πώς να χρησιμοποιούν στρατηγικές αντιμετώπισης για να διαχειρίζονται δύσκολες αισθητηριακές καταστάσεις. Οι μαθητές θα μάθουν πώς να αναγνωρίζουν πότε βιώνουν αισθητηριακή υπερφόρτωση και πώς να χρησιμοποιούν διάφορες στρατηγικές αντιμετώπισης για να τους βοηθήσουν να αισθάνονται πιο άνετα. Αυτό το μάθημα θα βοηθήσει τους μαθητές να αναπτύξουν δεξιότητες αυτογνωσίας και αυτορρύθμισης που θα τους χρησιμεύσουν σε όλη τους τη ζωή.

Στόχοι

1. Οι μαθητές να είναι σε θέση να αναγνωρίζουν καταστάσεις που μπορεί να προκαλέσουν αισθητηριακή υπερφόρτωση.

2. Οι μαθητές να είναι σε θέση να εξηγήσουν τουλάχιστον δύο στρατηγικές αντιμετώπισης της αισθητηριακής υπερφόρτωσης.
3. Οι μαθητές να είναι σε θέση να επιδείξουν πώς να χρησιμοποιούν τουλάχιστον μία στρατηγική αντιμετώπισης σε μια προσομοιωμένη κατάσταση αισθητηριακής υπερφόρτωσης.

Απαιτούμενα Υλικά

- Αισθητηριακά παιχνίδια (π.χ. σβούρες, μπάλες άγχους κ.λπ.)
- Ακουστικά ακύρωσης θορύβου
- Χώρος ηρεμίας ή χώρος φιλικός προς τις αισθήσεις
- Χαρτί διαγράμματος και μαρκαδόροι
- Παραμύθι για την αισθητηριακή επεξεργασία
 - "The Good Egg Presents: Jory John
 - "Το δέντρο που αγκαλιάζει: Neimark: Μια ιστορία για την ανθεκτικότητα" της Jill Neimark
 - "Too Loud, Too Bright, Too Fast, Too Tight: What to Do If You Are Sensory Defensive in an Overstimulating World" (Τι να κάνετε αν είστε αισθητηριακά αμυντικοί σε έναν υπερδιεγερτικό κόσμο) της Sharon Heller.
 - "Ο Άρνι και τα σχολικά του εργαλεία: Απλές αισθητηριακές λύσεις που χτίζουν την επιτυχία" της Jennifer Veenendall
 - "Ο λόγος που πηδάω: Η εσωτερική φωνή ενός δεκατριάχρονου αγοριού με αυτισμό" του Ναόκι Χιγκασίντα

Δραστηριότητα Διδασκαλίας

- Εισαγωγή (5 λεπτά):
 - Ξεκινήστε διαβάζοντας στην τάξη ένα παραμύθι για την αισθητηριακή επεξεργασία.
 - Ρωτήστε τους μαθητές αν έχουν βιώσει ποτέ μια κατάσταση στην οποία ένιωσαν να κατακλύζονται από τις αισθήσεις τους (π.χ. δυνατοί θόρυβοι, έντονα φώτα κ.λπ.).
 - Εξηγήστε ότι μερικές φορές οι αισθήσεις μας μπορεί να αισθάνονται πολύ δυνατές ή υπερβολικές και ότι είναι σημαντικό να γνωρίζουμε τι πρέπει να κάνουμε όταν συμβαίνει αυτό.
- Συζήτηση (10 λεπτά):

- Ζητήστε από τους μαθητές και ζητήστε τους να μοιραστούν καταστάσεις που τους προκαλούν αισθητηριακή υπερφόρτωση.
- Καταγράψτε τις απαντήσεις τους σε χαρτί διαγράμματος.
- Συζητήστε με τους μαθητές διάφορες στρατηγικές αντιμετώπισης που μπορούν να χρησιμοποιήσουν σε αυτές τις καταστάσεις (π.χ. να κάνουν διάλειμμα σε έναν ήσυχο χώρο, να χρησιμοποιούν αισθητηριακά παιχνίδια, να φορούν ακουστικά που ακυρώνουν τον θόρυβο κ.λπ.).
- Καταγράψτε τις στρατηγικές αντιμετώπισης σε χαρτί διαγράμματος.
- Δραστηριότητα (30 λεπτά):
 - Χωρίστε τους μαθητές σε μικρές ομάδες.
 - Σε κάθε ομάδα θα δοθεί ένα αισθητηριακό παιχνίδι και θα της ζητηθεί να προσομοιώσει μια κατάσταση όπου αισθάνεται αισθητηριακή υπερφόρτωση (π.χ. μια ομάδα μαθητών που κάνει δυνατούς θορύβους).
 - Ενθαρρύνετε τους μαθητές να χρησιμοποιήσουν τις στρατηγικές αντιμετώπισης που έμαθαν στη συζήτηση για να διαχειριστούν την αισθητηριακή τους υπερφόρτωση.
 - Μετά την προσομοίωση, ζητήστε από τους μαθητές να μοιραστούν ποιες στρατηγικές αντιμετώπισης χρησιμοποίησαν και πώς ένιωσαν μετά.
- Ανακεφαλαίωση (10 λεπτά):
 - Συγκεντρώστε ξανά την τάξη και ζητήστε από κάθε μαθητή να μοιραστεί μια στρατηγική αντιμετώπισης που έμαθε σήμερα.
 - Ενθαρρύνετε τους μαθητές να εξασκούνται στη χρήση αυτών των στρατηγικών αντιμετώπισης κάθε φορά που αισθάνονται αισθητηριακή υπερφόρτωση.

Διαφοροποιημένη Διδασκαλία

Βαθμίδα 1 (παιδιά με προχωρημένες δεξιότητες):

- Ξυπνήστε την Περιέργεια: Αντί για μια παραδοσιακή διάλεξη, αναζωπυρώστε το ενδιαφέρον των μαθητών παρουσιάζοντας το θέμα ως εφελτήριο για εξερεύνηση. Επιτρέψτε στους μαθητές να επιλέξουν τομείς που κεντρίζουν την περιέργειά τους στο πλαίσιο του θέματος (π.χ., να ερευνήσουν πώς λειτουργεί το ανθρώπινο αυτί και να δημιουργήσουν ένα μοντέλο, να εμβαθύνουν στον συναρπαστικό κόσμο των γευστικών κάλυκων και να σχεδιάσουν ένα πείραμα δοκιμής γεύσης ή να διερευνήσουν τις διαφορετικές υφές και τις εφαρμογές τους στην καθημερινή ζωή). Αυτό ενισχύει την ιδιοκτησία και τη δέσμευση των μαθητών στη μάθησή τους.
- Διαβαθμισμένες Δραστηριότητες: Προσαρμόστε διαφορετικά μαθησιακά στυλ και επίπεδα κατανόησης προσφέροντας μια ποικιλία δραστηριοτήτων μέσα στο

μάθημα. Οι προχωρημένοι μαθητές μπορούν να εμβαθύνουν σε σύνθετα θέματα (π.χ. έρευνα για συγκεκριμένες διαταραχές αισθητηριακής επεξεργασίας και τα χαρακτηριστικά τους), να δημιουργήσουν περίτεχνους μηχανισμούς αντιμετώπισης (π.χ. σχεδιασμός ακουστικών που εξουδετερώνουν τον θόρυβο) ή να ερευνήσουν συγκεκριμένες διαταραχές. Για μαθητές που χρειάζονται πρόσθετη υποστήριξη, παρέχετε κλιμακωτές δραστηριότητες που αναλύουν σύνθετες έννοιες σε μικρότερα, πιο εύχρηστα βήματα (π.χ. αντιστοίχιση εικόνων των αισθήσεων με τις λειτουργίες τους ή δημιουργία ενός απλού αισθητηριακού κολάζ).

- **Αισθητηριακοί Ντετέκτιβ:** Προκαλέστε τους μαθητές να γίνουν ανιχνευτές αισθήσεων! Πραγματοποιήστε έναν "αισθητηριακό έλεγχο" του περιβάλλοντός τους (τάξη, καφετέρια, παιδική χαρά). Μπορούν να εντοπίσουν πιθανούς παράγοντες που προκαλούν τις αισθήσεις τους και των άλλων (π.χ. έντονα φώτα φθορισμού, δυνατούς θορύβους, έντονες μυρωδιές) και να προτείνουν λύσεις για τη δημιουργία ενός χώρου πιο φιλικού προς τις αισθήσεις (π.χ. σβήσιμο των φώτων, προσθήκη υλικών που απορροφούν τον ήχο, ενσωμάτωση ηρεμιστικών αρωμάτων). Αυτή η δραστηριότητα ενθαρρύνει την κριτική σκέψη, τη συνεργασία και τις δεξιότητες επίλυσης προβλημάτων.
- **Ζωντανεύοντας τη Θεωρία:** Παρουσιάστε μελέτες περιπτώσεων ατόμων με διαφορετικές διαταραχές αισθητηριακής επεξεργασίας (π.χ. δυσλεξία, διαταραχή του φάσματος του αυτισμού). Οι μαθητές μπορούν να αναλύσουν τις προκλήσεις που αντιμετωπίζουν (π.χ. δυσκολία στην επεξεργασία των ήχων, αίσθημα υπερφόρτωσης σε χώρους με πολύ κόσμο) και να κάνουν συζήτηση για τις αποτελεσματικές στρατηγικές αντιμετώπισης και πως προσαρμόζονται σε κάθε περίπτωση (π.χ. χρήση ακουστικών που εξουδετερώνουν τον θόρυβο, εργαλείων fidget ή σύντομων διαλειμμάτων). Αυτό προάγει την ενσυναίσθηση και την κατανόηση για τις ποικίλες αισθητηριακές εμπειρίες.
- **Πρόκληση Σχεδιαστικής Σκέψης:** Δημιουργήστε μια αισθητηριακή εργαλειοθήκη για ένα συγκεκριμένο περιβάλλον (π.χ. αίθουσα διδασκαλίας, βιβλιοθήκη, αίθουσα αναμονής) λαμβάνοντας υπόψη τις ανάγκες διαφορετικών μαθητών. Οι μαθητές μπορούν να χρησιμοποιήσουν υλικά τέχνης ή ψηφιακά εργαλεία για να σχεδιάσουν την εργαλειοθήκη τους (π.χ., να συμπεριλάβουν εργαλεία fidget, ακουστικά ακύρωσης θορύβου, ηρεμιστικά αρώματα, μαξιλάρια). Αυτή η δραστηριότητα ενσωματώνει τις αρχές της σχεδιαστικής σκέψης και επιτρέπει στους μαθητές να εφαρμόσουν τις γνώσεις τους με πρακτικό τρόπο.
- **Παρουσίαση Στρατηγικής Αντιμετώπισης:** Ενθαρρύνετε τους μαθητές να αναπτύξουν τις δικές τους μοναδικές στρατηγικές αντιμετώπισης πέραν των βασικών τεχνικών (π.χ. βαθιά αναπνοή, μέτρηση). Οι μαθητές μπορούν να δημιουργήσουν σύντομες παρουσιάσεις ή infographics που να παρουσιάζουν τις στρατηγικές τους (π.χ., σχεδιάζοντας ένα κόμικ που απεικονίζει μια ρουτίνα ηρεμίας ή δημιουργώντας ένα βίντεο που επιδεικνύει μια τεχνική μασάζ σε

σημεία πίεσης) και να τις μοιραστούν με την τάξη. Αυτό ενισχύει την αίσθηση της κοινότητας, επιτρέπει στους μαθητές να μάθουν ο ένας από τον άλλο (π.χ. ανακαλύπτοντας νέες τεχνικές ηρεμίας) και εξυμνεί την ποικιλομορφία των μηχανισμών αντιμετώπισης.

Βαθμίδα 2 (παιδιά με αναπτυξιακά κατάλληλες δεξιότητες):

- Σαφής Επικοινωνία: Χρησιμοποιήστε απλή και περιεκτική γλώσσα καθ' όλη τη διάρκεια του μαθήματος. Διαχωρίστε τις πολύπλοκες οδηγίες σε μικρότερα βήματα (π.χ. "Πρώτα συγκέντρωσε τα υλικά σου. Στη συνέχεια, άκουσε προσεκτικά τις οδηγίες.").
- Οπτικά Βοηθήματα και Επιδείξεις: Ενσωματώστε οπτικά βοηθήματα (π.χ. πίνακες, διαγράμματα, εικόνες) και επιδείξεις, όποτε είναι δυνατόν, για να ενισχύσετε την κατανόηση και τη συγκράτηση.
- Χρόνος Αναμονής και Θετική Ενίσχυση: Δώστε στους μαθητές επιπλέον χρόνο για να επεξεργαστούν τις πληροφορίες και να απαντήσουν. Προσφέρετε θετική ενίσχυση και επαινέστε τους μαθητές για τη συμμετοχή τους (π.χ. "Μπράβο που άκουσες!" ή "Βλέπω ότι προσέχεις πολύ.") για να ενισχύσετε την αυτοπεποίθησή τους.
- Σωματικές Προτροπές και Ενθάρρυνση: Χρησιμοποιήστε θετική γλώσσα του σώματος (π.χ. χαμόγελα, νεύματα) και κάντε υπομονή. Γιορτάστε τις μικρές επιτυχίες (π.χ. "Ολοκλήρωσες αυτό το βήμα τέλεια!") και προσφέρετε ενθάρρυνση καθ' όλη τη διάρκεια του μαθήματος. Συνεργαστείτε με τους γονείς ή τους θεραπευτές για να προσδιορίσετε τυχόν συγκεκριμένες σωματικές υποδείξεις που μπορεί να είναι χρήσιμες για μεμονωμένους μαθητές (π.χ. ένα απαλό άγγιγμα στον ώμο ή ένα σφίξιμο του χεριού).
- Εξατομικευμένες Στρατηγικές Αντιμετώπισης: Προτείνετε συγκεκριμένες στρατηγικές αντιμετώπισης με βάση τις αισθητηριακές τους ανάγκες (π.χ., ακουστικά που εξουδετερώνουν τον θόρυβο για μαθητές που είναι ευαίσθητοι στους ήχους). Συνεργαστείτε με τους γονείς ή τους εργοθεραπευτές για την εξατομίκευση των προτάσεων καθ' όλη τη διάρκεια του μαθήματος. Δημιουργήστε μια αισθητηριακή γωνιά στην τάξη ως έναν ασφαλή χώρο για τους μαθητές που αισθάνονται ανήσυχοι (π.χ. εφοδιασμένη με δραστηριότητες ηρεμίας και με αισθητηριακά εργαλεία άμεσα διαθέσιμα).
- Εργαλεία Fidget: Επιτρέψτε στους μαθητές να έχουν πρόσβαση σε επιλεγμένα εργαλεία fidget.

Βαθμίδα 3 (παιδιά που χρειάζονται πρόσθετη υποστήριξη):

- Οπτικοί Χάρτες Πορείας: Ανάπτυξη εξατομικευμένων οπτικών χρονοδιαγραμμάτων χρησιμοποιώντας εικόνες, σύμβολα ή ακόμη και πραγματικά αντικείμενα για την αναπαράσταση καθημερινών δραστηριοτήτων

και πιθανών αισθητηριακών ερεθισμάτων. Συμπεριλάβετε οπτικές εικόνες για στρατηγικές αντιμετώπισης που μπορούν να χρησιμοποιήσουν οι μαθητές κατά τη διάρκεια μεταβάσεων ή δύσκολων καταστάσεων (π.χ. εικόνα ακουστικών με προστασία από θόρυβο για δυνατές δραστηριότητες, εικόνα μπάλας που πιέζεται για μαθητές που αναζητούν κάτι με την αφή τους). Αυτό παρέχει μια προβλέψιμη δομή και ένα σαφές σημείο αναφοράς για τους μαθητές καθ' όλη τη διάρκεια της ημέρας, βοηθώντας τους να περιηγηθούν αποτελεσματικότερα στο σχολικό περιβάλλον.

- Πίνακες Πρώτα/Μετά με Εικόνες Δράσης: Χρησιμοποιήστε πίνακες με εικόνες για να επικοινωνήσετε τις προσδοκίες. Για παράδειγμα, ένας πίνακας "πρώτα/μετά" μπορεί να απεικονίζει μια εικόνα ενός μαθητή που κάθεται ήσυχα και ακολουθείται από μια εικόνα μιας επιθυμητής δραστηριότητας (παιχνίδι με τουβλάκια). Αυτό βοηθά τους μαθητές να κατανοήσουν την προσδοκία της χρήσης μιας στρατηγικής αντιμετώπισης (να κάθονται ήσυχα) πριν από την ενασχόληση με μια προτιμώμενη δραστηριότητα (να παίζουν).
- Διαλείμματα Κίνησης με Επιλογή: Ενσωματώστε σύντομα διαλείμματα κίνησης με δραστηριότητες ηρεμίας προσαρμοσμένες στις προτιμήσεις των μαθητών. Προσφέρετε ποικιλία επιλογών για να καλύψετε διαφορετικές αισθητηριακές ανάγκες. Ορισμένοι μαθητές μπορεί να ωφεληθούν από ενεργητικές δραστηριότητες όπως τα πηδηματάκια, ενώ άλλοι μπορεί να προτιμούν πιο ήρεμες επιλογές όπως μασάζ βαθιάς πίεσης ή διατάσεις γιόγκα. Αυτό επιτρέπει στους μαθητές να απελευθερώσουν την ενέργεια με τρόπο που τους ηρεμεί και τους επαναπροσανατολίζει για τη συνέχιση της μάθησης.
- Πρακτική Εξερεύνηση των Αισθητηριακών Εργαλείων: Δημιουργήστε έναν αισθητηριακό κάδο γεμάτο με διάφορα αντικείμενα υφής, ηρεμιστικά αρώματα και ακουστικά ακύρωσης θορύβου. Αφήστε τους μαθητές να εξερευνήσουν τον κάδο κατά τη διάρκεια της ημέρας και να πειραματιστούν με ό,τι τους φαίνεται ηρεμιστικό και χρήσιμο. Αυτή η αυτοκατευθυνόμενη εξερεύνηση δίνει τη δυνατότητα στους μαθητές να ανακαλύψουν τις δικές τους αισθητηριακές προτιμήσεις και να εντοπίσουν εργαλεία που μπορούν να υποστηρίξουν τη αυτορύθμισή τους.
- Καθοδήγηση της Αυτορρύθμισης: Παρέχετε σαφείς και συνοπτικές προφορικές οδηγίες για να καθοδηγήσετε τους μαθητές στον εντοπισμό προκλητικών παραγόντων και στην επιλογή στρατηγικών αντιμετώπισης. Για παράδειγμα, αν ένας μαθητής φαίνεται να συγκλονίζεται από το θόρυβο, θα μπορούσατε να ρωτήσετε: "Αισθάνεσαι συγκλονισμένος από το θόρυβο; Θα ήθελες να δοκιμάσεις να χρησιμοποιήσεις τα ακουστικά σου με προστασία από τον θόρυβο;". Αυτό βοηθά τους μαθητές να αναπτύξουν αυτογνωσία και τις δεξιότητες να διαχειρίζονται τις αισθητηριακές τους ανάγκες ανεξάρτητα.
- Εναλλακτικές Μέθοδοι Επικοινωνίας: Για μαθητές με περιορισμένη λεκτική επικοινωνία, χρησιμοποιήστε το Σύστημα Επικοινωνίας Ανταλλαγής Εικόνων (PECS) ή άλλες εναλλακτικές μεθόδους επικοινωνίας για να τους επιτρέψετε να εκφράσουν τις αισθητηριακές τους ανάγκες και να ζητήσουν συγκεκριμένες

στρατηγικές αντιμετώπισης. Για παράδειγμα, ένας μαθητής θα μπορούσε να χρησιμοποιήσει μια κάρτα PECS με μια εικόνα ακουστικών για να δηλώσει ότι χρειάζεται διάλειμμα από το θόρυβο. Με τον τρόπο αυτό διασφαλίζεται ότι όλοι οι μαθητές έχουν φωνή στην επικοινωνία των αισθητηριακών τους εμπειριών και στην αίτηση της υποστήριξης που χρειάζονται.

- **Διδασκαλία Τεχνικών Αυτορρύθμισης:** Διδάξτε στους μαθητές απλές τεχνικές αυτορρύθμισης, όπως ασκήσεις βαθιάς αναπνοής, αρίθμηση (π.χ. αργή μέτρηση μέχρι το 10) και μυϊκή χαλάρωση. Εξασκείστε αυτές τις τεχνικές τακτικά, ώστε οι μαθητές να μπορούν να τις χρησιμοποιούν ανεξάρτητα για να διαχειρίζονται τις αισθητηριακές εισροές και τα συναισθήματά τους.
- **Κοινωνικές Ιστορίες με Εξατομικευμένα Σενάρια:** Δημιουργήστε κοινωνικές ιστορίες με εικόνες ή οπτικό υλικό που απεικονίζουν τους μαθητές να εντοπίζουν τα ερεθίσματά τους, να επικοινωνούν τις ανάγκες τους χρησιμοποιώντας το PECS ή τη μέθοδο επικοινωνίας που έχουν επιλέξει και να εξασκούνται σε στρατηγικές αντιμετώπισης. Εξατομικεύστε τα σενάρια ώστε να αντικατοπτρίζουν καταστάσεις της πραγματικής ζωής που μπορεί να αντιμετωπίσουν οι μαθητές (π.χ. να πηγαίνουν στην καφετέρια, να συμμετέχουν σε ομαδικές δραστηριότητες). Αυτό βοηθά τους μαθητές να αναπτύξουν κοινωνικές-συναισθηματικές δεξιότητες και να εξασκηθούν στην αυτοσυνήγηση σε διαφορετικά περιβάλλοντα.

Βαθμίδα 4 (παιδιά που χρειάζονται πολλή βοήθεια και έχουν περιορισμένες επικοινωνιακές δεξιότητες):

- **Αποκωδικοποίηση μη Λεκτικών Ενδείξεων:** Εκπαιδεύστε τον εαυτό σας να εστιάζει στη μη λεκτική επικοινωνία. Παρατηρήστε και ανταποκριθείτε στις εκφράσεις του προσώπου, τη γλώσσα του σώματος και τις φωνές των μαθητών (π.χ. νευρικότητα, κλαψούρισμα) για να εντοπίσετε πιθανά αισθητηριακά ερεθίσματα και σημάδια άγχους πριν αυτά κλιμακωθούν. Αυτή η προληπτική προσέγγιση σας επιτρέπει να παρεμβαίνετε έγκαιρα και να παρέχετε την κατάλληλη υποστήριξη.
- **Εξατομικευμένη Αισθητηριακή Εξερεύνηση:** Παρέχετε ευκαιρίες για ατομική εξερεύνηση των αισθητηριακών κάδων, ανάλογα με το επίπεδο άνεσης και τις προτιμήσεις του κάθε μαθητή. Ορισμένοι μαθητές μπορεί να ανέχονται αρχικά μόνο ορισμένες υφές ή ήχους. Σεβαστείτε τα όριά τους και εισαγάγετε σταδιακά νέες αισθητηριακές εμπειρίες, καθώς νιώθουν πιο άνετα.
- **Φυσικές Υποδείξεις και Βοήθεια:** Προσφέρετε φυσικές υποδείξεις και βοήθεια, ανάλογα με τις ανάγκες, για να καθοδηγήσετε τους μαθητές προς δραστηριότητες ηρεμίας ή προτιμώμενες στρατηγικές αντιμετώπισης. Για παράδειγμα, μπορείτε να καθοδηγήσετε απαλά έναν μαθητή που αισθάνεται συγκλονισμένος στη γωνιά των αισθήσεων ή να τον βοηθήσετε να φορέσει τα ακουστικά του με προστασία από τον θόρυβο. Είναι σημαντικό να χρησιμοποιείτε θετική ενίσχυση και να εξηγείτε τις ενέργειές σας καθ' όλη τη διάρκεια της διαδικασίας.

- **Αισθητηριακή Χαρτογράφηση:** Σε συνεργασία με τους θεραπευτές, δημιουργήστε έναν αισθητηριακό χάρτη για κάθε μαθητή. Αυτός ο χάρτης εντοπίζει οπτικά τα αισθητηριακά ερεθίσματα (π.χ. έντονα φώτα, δυνατούς θορύβους) σε διαφορετικά περιβάλλοντα (τάξη, καφετέρια, παιδική χαρά) και προτείνει μηχανισμούς αντιμετώπισης για κάθε ερέθισμα. Αυτό δίνει τη δυνατότητα στους μαθητές να περιηγηθούν προληπτικά στο περιβάλλον τους.
- **Προβλέψιμες Ρουτίνες:** Καθιέρωση προβλέψιμων ρουτινών και χρονοδιαγραμμάτων καθ' όλη τη διάρκεια της ημέρας. Παρέχετε οπτικές ενδείξεις (π.χ. κάρτες με εικόνες, χρονόμετρα) για να σηματοδοτείτε τις μεταβάσεις μεταξύ των δραστηριοτήτων, οι οποίες μπορεί να είναι ιδιαίτερα δύσκολες για τους μαθητές με δυσκολίες αισθητηριακής επεξεργασίας.
- **Τεχνικές Απευαισθητοποίησης:** Για ορισμένους μαθητές, η σταδιακή έκθεση σε ανεκτά επίπεδα αισθητηριακών ερεθισμάτων μπορεί να είναι χρήσιμη. Αυτό θα πρέπει να γίνεται υπό την καθοδήγηση εργοθεραπευτή, ώστε να διασφαλίζεται ένα ασφαλές και ελεγχόμενο περιβάλλον.
- **Σταθμισμένα Εργαλεία:** Προσφέρετε μαξιλαράκια ή κουβέρτες για μαθητές που επωφελούνται από την εισαγωγή βαθιάς πίεσης. Ακόμη, η ήπια πίεση μπορεί να έχει ηρεμιστικό αποτέλεσμα και να βελτιώσει την εστίαση.
- **Διαλείμματα Κίνησης:** Ενσωματώστε μικρά διαλείμματα κίνησης κατά τη διάρκεια της ημέρας, ειδικά σχεδιασμένα για τις ανάγκες του μαθητή. Ορισμένοι μαθητές μπορεί να ωφεληθούν από δραστηριότητες σε έναν καθορισμένο χώρο κίνησης, ενώ άλλοι μπορεί να χρειάζονται πιο ήσυχες επιλογές κίνησης, όπως διατάσεις σε καρέκλα ή στάσεις γιόγκα.
- **Επιλογή και Έλεγχος:** Όποτε είναι δυνατόν, προσφέρετε στους μαθητές επιλογές που σχετίζονται με τις αισθητηριακές τους ανάγκες. Αυτό θα μπορούσε να περιλαμβάνει την επιλογή ενός προτιμώμενου εργαλείου, την επιλογή μιας ηρεμιστικής δραστηριότητας κατά τη διάρκεια ενός διαλείμματος ή την επιλογή ενός διαφορετικού στυλ ακουστικών με προστασία από τον θόρυβο. Η παροχή επιλογών στους μαθητές ενισχύει την αίσθηση ελέγχου και αυτορρύθμισης.
- **Κοινωνικο-συναισθηματική Μάθηση:** Ενσωματώστε δραστηριότητες κοινωνικο-συναισθηματικής μάθησης (SEL) για να βοηθήσετε τους μαθητές να αναγνωρίζουν τα συναισθήματά τους, να επικοινωνούν αποτελεσματικά τις αισθητηριακές τους ανάγκες και να αναπτύσσουν μηχανισμούς αντιμετώπισης. Τα σενάρια παιχνιδιού ρόλων μπορούν να αποτελέσουν χρήσιμο εργαλείο για την εξάσκηση δεξιοτήτων αυτοσυνηγορίας.

Πρόσθετες Στρατηγικές Συμπεριφοράς

Αναμενόμενες προκλήσεις συμπεριφοράς:

- Ορισμένοι μαθητές μπορεί να δυσκολεύονται να εντοπίσουν πότε βιώνουν αισθητηριακή υπερφόρτωση.
- Ορισμένοι μαθητές μπορεί να δυσκολεύονται να χρησιμοποιήσουν στρατηγικές αντιμετώπισης ανεξάρτητα.

Προληπτικές στρατηγικές:

- Χρησιμοποιήστε οπτικά βοηθήματα για να βοηθήσετε τους μαθητές να αναγνωρίσουν πότε βιώνουν αισθητηριακή υπερφόρτωση.
- Παρέχετε ευκαιρίες στους μαθητές να εξασκηθούν στη χρήση στρατηγικών αντιμετώπισης σε ένα ασφαλές και υποστηρικτικό περιβάλλον.

Στρατηγικές παρέμβασης για προκλητικές συμπεριφορές:

- Παροχή ατομικής υποστήριξης σε μαθητές που χρειάζονται πιο εντατική υποστήριξη στην αυτορρύθμιση.
- Χρησιμοποιήστε θετική ενίσχυση για να ενθαρρύνετε τους μαθητές να χρησιμοποιούν ανεξάρτητα τις στρατηγικές αντιμετώπισης.

Στρατηγικές Συνεργασίας

Σχετικοί συνεργάτες:

- Εργοθεραπευτής
- Λογοθεραπευτής
- Ειδικός αισθητηριακής ολοκλήρωσης
- Σχολικός σύμβουλος

Δυνατότητες ενσωμάτωσης:

- Προσκαλέστε τους σχετικούς συνεργάτες να παρατηρήσουν το μάθημα και να παράσχουν ανατροφοδότηση.
- Συνεργαστείτε με εργοθεραπευτές, λογοθεραπευτές και ειδικούς αισθητηριακής ολοκλήρωσης για την ανάπτυξη εξατομικευμένων στρατηγικών αντιμετώπισης για μαθητές με διαταραχές αισθητηριακής επεξεργασίας.

Ενσωμάτωση της Τεχνολογίας

Υπάρχουν μερικοί τρόποι με τους οποίους μπορείτε να ενσωματώσετε την τεχνολογία στη διδασκαλία στρατηγικών αντιμετώπισης δύσκολων αισθητηριακών καταστάσεων:

- **χρήση εκπαιδευτικών εφαρμογών** που βοηθούν τους μαθητές να εντοπίζουν και να διαχειρίζονται την αισθητηριακή υπερφόρτωση:
 - Αισθητηριακή Ομιλία: Αυτή η εφαρμογή βοηθά τους μαθητές με προβλήματα αισθητηριακής επεξεργασίας να αναγνωρίζουν και να επικοινωνούν τις αισθητηριακές τους ανάγκες, παρέχοντάς τους μια οπτική προτροπή για να εκφράσουν το πώς αισθάνονται.
 - Calm Counter: Αυτή η εφαρμογή έχει σχεδιαστεί για να βοηθήσει τους μαθητές να διαχειριστούν τα συναισθήματά τους, συμπεριλαμβανομένης της αισθητηριακής υπερφόρτωσης, παρέχοντάς τους μια οπτική αναπαράσταση της συναισθηματικής τους κατάστασης.
 - Breathe, Think, Do with Sesame: Αυτή η εφαρμογή χρησιμοποιεί χαρακτήρες της Sesame Street για να διδάξει στους μικρούς μαθητές στρατηγικές αντιμετώπισης δύσκολων καταστάσεων, συμπεριλαμβανομένης της αισθητηριακής υπερφόρτωσης.
- εμπειρίες **εικονικής πραγματικότητας** για την προσομοίωση καταστάσεων αισθητηριακής υπερφόρτωσης.
 - Η εικονική πραγματικότητα μπορεί να προσφέρει στους μαθητές ένα ασφαλές και ελεγχόμενο περιβάλλον για να εξασκηθούν στη χρήση στρατηγικών αντιμετώπισης και να αναπτύξουν δεξιότητες αυτορρύθμισης.
 - Για παράδειγμα, οι μαθητές θα μπορούσαν να χρησιμοποιήσουν ένα σετ ακουστικών εικονικής πραγματικότητας για να προσομοιώσουν ένα θορυβώδες ή γεμάτο κόσμο περιβάλλον και να εξασκηθούν στη χρήση ακουστικών με προστασία από το θόρυβο ή άλλων στρατηγικών αντιμετώπισης.
- **βίντεο και διαδικτυακοί πόροι**
 - Υπάρχουν διάφορα βίντεο διαθέσιμα στο διαδίκτυο που βοηθούν τους μαθητές να κατανοήσουν τα θέματα αισθητηριακής επεξεργασίας και παρέχουν στρατηγικές αντιμετώπισης για τη διαχείριση της αισθητηριακής υπερφόρτωσης.
 - - "Διαταραχή αισθητηριακής επεξεργασίας: Understood.org (<https://www.understood.org/en/learning-attention-issues/child-learning-disabilities/sensory-processing-issues/sensory-processing-disorder-what-it-is-and-how-to-help>)
 - - "Sensory Overload Explained" από το The Asperger/Autism Network (https://www.youtube.com/watch?v=Lr4_d0orQUc)
 - - "Διαταραχή αισθητηριακής επεξεργασίας: από το Εθνικό Κέντρο Μαθησιακών Δυσκολιών (<https://www.youtube.com/watch?v=3Mg5hPTnKuY>).
 - - "Διαταραχή αισθητηριακής επεξεργασίας: STAR Institute for Sensory Processing Disorder: Information and Strategies for School" από το Ινστιτούτο STAR για τη Διαταραχή Αισθητηριακής

Επεξεργασία

(<https://www.youtube.com/watch?v=9mBtHIPvLAM>)

- - "Διαταραχή αισθητηριακής επεξεργασίας: Understood.org (<https://www.understood.org/en/school-learning/partnering-with-childs-school/instructional-strategies/sensory-processing-disorder-strategies-for-teachers>)
- Θα μπορούσατε επίσης να χρησιμοποιήσετε διαδικτυακούς πόρους για να δημιουργήσετε διαδραστικές δραστηριότητες ή κουίζ για να ενισχύσετε τη μάθηση και την κατανόηση των μαθητών.
 - Kahoot: <https://kahoot.com/>
 - Quizlet: <https://quizlet.com/>
 - Quizizz: <https://quizizz.com/>
 - Φόρμες Google: <https://www.google.com/forms/about/>
 - Edpuzzle: <https://edpuzzle.com/>
 - Nearpod: <https://nearpod.com/>
 - BrainPOP: <https://www.brainpop.com/>
 - CommonLit: <https://www.commonlit.org/>
 - Newsela: <https://newsela.com/>

Αποτελέσματα

1. Παρατηρήστε τους μαθητές κατά τη διάρκεια της δραστηριότητας για να βεβαιωθείτε ότι χρησιμοποιούν κατάλληλα τις στρατηγικές αντιμετώπισης.
2. Ζητήστε από τους μαθητές να εξηγήσουν μια στρατηγική αντιμετώπισης που έμαθαν στο τέλος του μαθήματος.

Πρόσθετοι Πόροι Υποστήριξης

- The Out-of-Sync Child: Recognizing and Coping with Sensory Processing Disorder
- by Carol Stock Kranowitz
- Sensory Processing 101 by Dayna Abraham, Claire Heffron, and Pamela Braley
- <https://www.understood.org/en/learning-thinking-differences/child-learning-disabilities/sensory-processing-issues/10-sensory-processing-red-flags-to-watch-for-in-young-kids>
- <https://www.thesensoryspectrum.com/>
- <https://www.sensorysmarts.com/>
- <https://www.spdstar.org/>
- <https://www.spdclinic.com/>
- <https://theinspiredtreehouse.com/>
- <https://www.yourkidsot.com/>
- <https://www.theotttoolbox.com/>



-
- <https://www.nspt4kids.com/>
 - <https://childmind.org/>