

Μετάφραση / Επιμέλεια

ikid

# Συχνές Ερωτήσεις για τις Μαθησιακές Δυσκολίες



# Συχνές Ερωτήσεις για τις Μαθησιακές Δυσκολίες

Από την Αλίκη Κασσωτάκη  
Λογοπεδικός /Επιστημονική Συντονίστρια  
Κέντρων ikid

Είναι απόφοιτη του τμήματος Λογοθεραπείας του πανεπιστημίου St. Kliment Ohridski και κάτοχος μεταπτυχιακού διπλώματος στην Ειδική Αγωγή. Είναι ιδρυτικό στέλεχος των κέντρων ikid, με 14 χρόνια εμπειρίας με παιδιά προσχολικής και σχολικής ηλικίας. Είναι υπεύθυνη για τον συντονισμό και την ανάπτυξη του συστήματος ikey Learning και επιστημονική συντονίστρια των κέντρων.

**Μετάφραση:** Τσαπατσάρη Μαρία

**Επιμέλεια:** Κασσωτάκη Αλίκη

Μοιραστείτε Το eBook



## Επικοινωνήστε μαζί μου



[info@ikid.gr](mailto:info@ikid.gr)

## Τι περιέχει αυτό το eBook

Μια σειρά από συχνές ερωτήσεις γονέων και εκπαιδευτικών που αφορούν παιδιά με Μαθησιακές Δυσκολίες. Το περιεχόμενο έχει δημιουργηθεί και ανήκει στο National Center for Learning Disabilities.

- **Αντιμετώπιση της “ετικέτας”**
- **Προειδοποιητικές Ενδείξεις και Αξιολόγηση**
- **Εξατομικευμένα εκπαιδευτικά προγράμματα και Παρακολούθηση Προόδου**
- **Συναισθηματικός αντίκτυπος – στο σχολείο και στο σπίτι**
- **Προετοιμάζοντας τους εφήβους για το πανεπιστήμιο και την επαγγελματική ζωή**
- **Σχετικά Θέματα – ΔΕΠΥ και Χαρισματικότητα**

Μοιραστείτε Το eBook



## Λίγα λόγια για εμάς

Τα iKid λειτουργούν από το 2000 και είναι στελεχωμένα από ειδικούς επιστήμονες με πολυετή εμπειρία στον χώρο. Η διεπιστημονική ομάδα των iKid αποτελείται από λογοθεραπευτές, εργοθεραπευτές, Ψυχολόγους και Ειδικούς παιδαγωγούς.

- **Αξιολογούμε** έγκυρα τις δυσκολίες
- **Σχεδιάζουμε** το ατομικό πρόγραμμα
- **Παρεμβαίνουμε** βάση συγκεκριμένου πλάνου
- **Ολοκληρώνουμε** το πρόγραμμα βήμα-βήμα

ΔΩΡΕΑΝ ΠΡΟΛΗΠΤΙΚΟΣ ΕΛΕΓΧΟΣ

### Αντιμετώπιση της “ετικέτας”

Ένα από τα θέματα που προκαλούν έντονα συναισθήματα – και όχι αδικαιολόγητα- είναι το θέμα της «ετικέτας». Κάποιοι προσπαθούν απλώς να απαλλαγούν από αυτή ενώ άλλοι δουλεύουν σκληρά για να την εξασφαλίσουν για τα παιδιά τους ως ένα πρώτο βήμα προς την εξασφάλιση αναγκαίων υπηρεσιών και υποστήριξης. Κάποιοι άλλοι είναι αναποφάσιστοι ως προς το ποια στάση να υιοθετήσουν και είναι επιλεκτικοί σχετικά με το πότε και σε ποιόν επιλέγουν να αποκαλύψουν την μαθησιακή δυσκολία ή άλλες διαταραχές που επηρεάζουν την μάθηση, την προσοχή ή την συμπεριφορά. Οι ερωτήσεις που έχουν τεθεί στους ειδικούς μας προσφέρουν βαθύτερη γνώση σε αυτά τα ζητήματα καθώς επίσης και σε άλλα σχετικά θέματα όπως το πότε να ζητηθεί αξιολόγηση, πώς να αντιμετωπιστούν ανησυχίες σχετικά με το στίγμα και τη χρήση της λέξης «διαφορά» αντί για «αναπηρία».





**Ε.** Δεν μου αρέσει να χρησιμοποιώ την λέξη «αναπηρία» και θα προτιμούσα να χρησιμοποιώ την λέξη «διαφορά» για να περιγράψω το παιδί μου. Υπάρχει πρόβλημα με αυτό;

**Α.** Καλό είναι να χρησιμοποιείτε οποιονδήποτε όρο σας κάνει να αισθάνεστε άνετα! Η λέξη «αναπηρία» είναι πραγματικά τρομακτική για πολλούς γονείς – θέλετε το παιδί σας να θεωρείται σημαντικό, να είναι προστατευμένο και σε καμία περίπτωση κατώτερο από οποιονδήποτε άλλο. Θυμηθείτε όμως: το να έχει κανείς μαθησιακές δυσκολίες δεν είναι κάτι για το οποίο πρέπει να ντρέπεται. Ο όρος «μαθησιακή αναπηρία» σε σχέση με την «μαθησιακή δυσκολία» υποδηλώνει κάτι περισσότερο από απλή διαφορά ή προτίμηση. Η μαθησιακή αναπηρία δεν είναι παροδική (δεν έρχεται και φεύγει), ούτε είναι το αποτέλεσμα ανεπαρκούς διδασκαλίας, χαμηλής ευφυΐας ή τεμπελιάς. Στην πραγματικότητα ένας αυξανόμενος όγκος ερευνών δείχνει ότι οι ΜΔ είναι αποτέλεσμα συγκεκριμένων τρόπων οργάνωσης και λειτουργίας του εγκεφάλου. Επιπρόσθετα η χρήση του όρου αναπηρία, συνεπάγεται δικαιώματα από τον νόμο σε σχέση με τους όρους «διαφορά» ή «προτίμηση» για τους οποίους δεν ισχύει το ίδιο. Οποιαδήποτε όρο και αν επιλέξετε να χρησιμοποιήσετε, θυμηθείτε: οι ΜΔ προσδιορίζουν τι έχει το παιδί σας και όχι ποιο είναι. Ενώ οι ΜΔ συχνά σημαίνουν ότι το παιδί σας πρέπει να δουλέψει σκληρότερα για να αποδείξει την ευφυΐα και την δημιουργικότητά του, σε καμία περίπτωση δεν μειώνουν την ικανότητα του να είναι επιτυχημένο.

**Ε.** Πόσο σημαντικό είναι το παιδί μου να έχει μια συγκεκριμένη ταμπέλα όπως η δυσλεξία; Η κατάταξη στις ΜΔ είναι αρκετή;

**Α.** Οι ταμπέλες μπορεί να προκαλούν σύγχυση- και όχι μόνο στους γονείς. Ακόμα και στον κόσμο των ειδικών στις ΜΔ, υπάρχουν διαφορετικές απόψεις σχετικά με το πότε ένας όρος όπως η δυσλεξία πρέπει να χρησιμοποιείται. Αυτό που είναι πιο σημαντικό από μια συγκεκριμένη ταμπέλα είναι το να είστε σε θέση να περιγράψετε τις συγκεκριμένες μαθησιακές ανάγκες του παιδιού σας:

- ☀ Ποιες είναι οι περιοχές στις οποίες το παιδί συναντάει την μεγαλύτερη δυσκολία;
- ☀ Σε ποιες περιοχές χρειάζεται στοχευμένη, εντατική καθοδήγηση προκειμένου να είναι επιτυχημένο στο σχολείο;

Δουλέψτε με τους δασκάλους του παιδιού σας καθώς και με άλλους επαγγελματίες για να απαντήσετε αυτές τις ερωτήσεις. Οποιοσδήποτε και αν είναι ο τρόπος παροχής υπηρεσιών ή η στρατηγική παρέμβασης το αποτέλεσμα θα πρέπει να είναι το ίδιο: η «ετικέτα» (η οποία μπορεί να αλλάζει με τον καιρό ) να καταλήγει σε αποφάσεις που οδηγούν σε υψηλής ποιότητας υπηρεσίες και υποστήριξη.

**Ε.** Ο γιος μου πηγαίνει στην Δευτέρα Τάξη και πραγματικά δυσκολεύεται πολύ στο σχολείο, είμαι όμως διστακτική στο να ζητήσω να εξεταστεί για ΜΔ. Δεν θέλω να αντιμετωπίσει το στίγμα που συνεπάγεται η ετικέτα των ΜΔ. Τι να κάνω;

**Α.** Αν ο γιος σας δυσκολευόταν να αναπνεύσει, αν είχε άσθμα ή κάποιο άλλο πρόβλημα υγείας δεν θα διστάζατε να το ερευνήσετε, σωστά; Και αν τα μάτια του αλληθώριζαν καθώς έβλεπε τηλεόραση ή είχε πρόβλημα να πιάσει την μπάλα που του πετούσαν, δεν θα ήσασταν απρόθυμη σχετικά με το να ελεγχθούν τα μάτια του από κάποιον ειδικό, έτσι δεν είναι; Το να χρησιμοποιεί κανείς μια συσκευή για εισπνοές ή να φοράει γυαλιά είναι παρόμοιο με κάποιον που προσπαθεί να βρει τρόπο να πετύχει, να ανταγωνιστεί και να διαπρέψει σε διαφορετικές σχολικές εργασίες.

Δείτε την «εξέταση» ως έναν τρόπο να ανακαλύψετε και όχι να βάλετε «ταμπέλα» στον γιο σας. Η ετικέτα των ΜΔ (αν κριθεί κατάλληλη μετά από εξέταση και προσεκτική συζήτηση) χρησιμοποιείται μόνο για να γνωστοποιήσει επίσημα την ανάγκη για παροχή ειδικών υπηρεσιών και υποστήριξης προς τον γιο σας και δεν είναι κάτι για το οποίο πρέπει να ντρέπεστε! Οποιοδήποτε στίγμα συνοδεύει την ετικέτα είναι αποτέλεσμα κακής πληροφόρησης. Το «στίγμα» μπορεί να ελαχιστοποιηθεί (ή ακόμα και να εξαλειφθεί) μέσα από ανοιχτές και ειλικρινείς συζητήσεις σχετικά με τα πράγματα στα οποία τα πηγαίνει καλά, τις περιοχές στις οποίες χρειάζεται βοήθεια και μια αμοιβαία δέσμευση να εξασφαλίσετε ότι θα έχει πολλές ευκαιρίες για να λάμψει! Φυσικά βεβαιωθείτε ότι θα συμμετέχει και ο γιος σας σε αυτές τις συζητήσεις!

**Ε.** Τρέμω τις οικογενειακές επισκέψεις καθώς κάποιοι συγγενείς δεν καταλαβαίνουν την δυσλεξία και κατηγορούν εμένα για τα προβλήματα της κόρης μου στο σχολείο. Θα ήθελα οι συγγενείς μου να είναι υποστηρικτικοί και αυτό είναι κάτι που το χρειάζεται και η κόρη μου. Τι να κάνω;

**Α.** Μπορεί να είναι περισσότερο από απογοητευτικό το να αντιμετωπίζετε συγγενικά πρόσωπα ή φίλους οι οποίοι κάνουν σχόλια που σας κάνουν να νιώθετε λυπημένη. Τι πρέπει να κάνετε; Πολύ απλά να είστε ο εαυτός σας. Γνωρίζετε ότι τα προβλήματα της κόρης σας είναι υπαρκτά, ότι μια μορφή μαθησιακής δυσκολίας όπως είναι η δυσλεξία δεν εμφανίζεται μόνο στο σχολείο και ότι οι μαθησιακές δυσκολίες δεν πρέπει να είναι αιτία για κατηγορία ή ντροπή.

Μοιραστείτε με αυτά τα συγγενικά σας πρόσωπα το είδος των «μαχών» αλλά και των επιτυχιών της κόρης σας όσον αφορά στον τομέα της μάθησης και με προσεκτικό και υποστηρικτικό τρόπο, βοηθήστε τους να καταλάβουν από πρώτο χέρι τις προκλήσεις που καλείται να αντιμετωπίσει. Για παράδειγμα, βάλτε τους να παίξουν ένα παιχνίδι όπως το Scrabble μαζί της για να δουν την μεγάλη προσπάθεια που καταβάλλει με τους ήχους και τα γράμματα. Παίξτε μαζί της ένα παιχνίδι με χαρτιά και επιτρέψτε της να χρησιμοποιήσει κομπιουτεράκι για να λογαριάσει τα σύνολα έτσι ώστε να αντιληφθούν ότι είναι έξυπνη αλλά χρειάζεται κάποια διευκόλυνση για να επιτύχει τον στόχο της.

# Προειδοποιητικές Ενδείξεις και Αξιολόγηση

Δεν υπάρχει αμφιβολία ότι όσον αφορά στην ανακάλυψη του αν ένα παιδί έχει ΜΔ ισχύει το «όσο νωρίτερα τόσο καλύτερα». Η διαδικασία όμως της αναγνώρισης και διαφοροποίησης ανάμεσα στην «πολύ μεγάλη προσπάθεια», την «καθυστέρηση» και την «διαταραχή» δεν είναι εύκολη και υπάρχουν πολλοί τρόποι να προσεγγίσει κανείς την ερώτηση αν ένα παιδί κινδυνεύει να εμφανίσει ΜΔ σε διαφορετικές ηλικίες και στάδια της σχολικής του διαδρομής. Ζητήσαμε από ειδικούς να απαντήσουν σε ερωτήσεις σχετικά με την εξέταση και την περιεκτική αξιολόγηση, το πώς να παίρνονται αποφάσεις όταν τα παιδιά έχουν αδυναμίες σε κάποιες πολύ συγκεκριμένες περιοχές (και παρουσιάζουν δεξιότητες αντίστοιχες με το επίπεδο της τάξης στην οποία βρίσκονται και εκμάθηση κάποιων άλλων με επιταχυμένους ρυθμούς) και τι να κάνουμε όταν προκύπτουν διαφωνίες ανάμεσα στους γονείς και το προσωπικό του σχολείου σχετικά με την επιλεξιμότητα υπηρεσιών και υποστήριξης.





**E.** Είδα το checklist για ΜΔ και νομίζω ότι το παιδί μου ίσως έχει κάποια μαθησιακή δυσκολία. Ποια είναι τα πιο σημαντικά βήματα που πρέπει να κάνω προκειμένου να δω αν το παιδί μου έχει ΜΔ; Πραγματικά καταβάλλει τεράστια προσπάθεια στο σχολείο.

**A.** Πρώτον, μάθετε για τις ΜΔ και για άλλες δυσκολίες που αφορούν σε μάθηση και συμπεριφορά. Κάντε ερωτήσεις, μιλήστε στο προσωπικό του σχολείου και επισκεφτείτε το LD.org, ιδιαίτερα το κομμάτι για τους γονείς που βρίσκονται στην διαδικασία αναγνώρισης ΜΔ. Το να είστε καλά ενημερωμένοι θα σας δώσει αυτοπεποίθηση όταν συνεργάζεστε με το προσωπικό του σχολείου για να δώσετε στο παιδί σας την βοήθεια που χρειάζεται για να μάθει. Μην διστάσετε να απευθυνθείτε για περαιτέρω βοήθεια και σε άλλους επαγγελματίες ή άλλους γονείς.

Το να αντιμετωπίσετε την πιθανότητα το παιδί σας να έχει ΜΔ και το τι αυτό μπορεί να σημαίνει για την εκπαίδευση και το μέλλον του, μπορεί να είναι αγχωτικό. Μην αφήνετε όμως τα συναισθήματά σας να καθυστερήσουν την διαδικασία αναγνώρισης. Υπάρχει πολύς χρόνος να δουλέψετε τα συναισθήματά σας σχετικά με τις ΜΔ και η αναμονή απλώς καθυστερεί την ευκαιρία να εντοπιστεί η φύση του προβλήματος και να επιλεγούν οι φορείς και οι τρόποι υποστήριξης.

Ίσως πιο σημαντικό από όλα είναι να εμπιστευτείτε το ένστικτό σας! Είναι απίθανο κάποιος άλλος εκτός από εσάς να έχει καλύτερο ένστικτο για την βαθύτερη μάχη που δίνει το παιδί σας. Αν θεωρείτε ότι οι ανησυχίες σας σχετικά με το παιδί σας δεν λαμβάνονται υπ' όψιν ή υποβαθμίζονται από το προσωπικό του σχολείου ή από την παιδίατρό του, ενημερωθείτε για τις ΜΔ και γίνετε αποτελεσματικός συνήγορος του.

**E.** Το παιδί μου πηγαίνει στον παιδικό σταθμό. Περνάει καλά αλλά δεν νομίζω ότι μαθαίνει. Κινδυνεύει να εμφανίσει ΜΔ; Ποιες είναι οι προειδοποιητικές ενδείξεις;

**A.** Η προσχολική ηλικία είναι συναρπαστική περίοδος καθώς τα παιδιά κάνουν τεράστια άλματα όσον αφορά στην μάθηση – κάποια είναι ορατά ενώ κάποια άλλα όχι και τόσο. Ενώ κάθε παιδί αναπτύσσεται με τον δικό του ρυθμό, υπάρχουν κάποιες σημαντικές ενδείξεις τις οποίες θα πρέπει να γνωρίζετε καθώς παρατηρείτε το παιδί σας.

Τα περισσότερα παιδιά εμφανίζουν κατά περιόδους μία ή περισσότερες από αυτές τις «επικίνδυνες» συμπεριφορές. Παρόλα αυτά, αν μερικές από αυτές τις συμπεριφορές επιμένουν στο πέρασμα του χρόνου, καλό θα ήταν να ζητήσετε την συμβουλή κάποιου ειδικού. Η έγκαιρη παρέμβαση παίζει πολύ σημαντικό ρόλο για τους μαθητές που αντιμετωπίζουν μεγάλες δυσκολίες, κατά συνέπεια αν ανησυχείτε για το παιδί σας, μην διστάσετε να δράσετε.



**Ε.** Σύμφωνα με διαφορετικά *checklists* που έχω διαβάσει, νομίζω ότι το προσχολικής ηλικίας παιδί μου είναι αναπτυξιακά λίγο πιο πίσω. Πώς θα ξέρω αν είναι έτοιμος για το νηπιαγωγείο;

**Α.** Η ανάπτυξη του παιδιού δεν είναι απλώς μια εμπειρία σύνδεσης κομματιών για να ολοκληρώσω ένα παζλ. Κατά την διάρκεια των πρώτων χρόνων ζωής, τα περισσότερα παιδιά οδηγούνται σε μια σειρά από μονοπάτια (σε περιοχές όπως τα πρώτα στάδια αλφαριθμητισμού, προφορικός λόγος, ικανότητα κατανόησης της γλώσσας, μαθηματικά, λεπτή και αδρή κινητικότητα, προσοχή) τα οποία συγκλίνουν μόλις είναι έτοιμα να ξεκινήσουν στον παιδικό σταθμό. Οι δεξιότητες που έχουν αποκτήσει έχουν ακολουθήσει μια λιγότερο ή περισσότερο προβλεπόμενη πορεία και οι γονείς καθώς και οι δάσκαλοι είναι αισιόδοξοι σχετικά με την συνεχή και σταθερή τους πρόοδο. Και βέβαια όλοι μας έχουμε συναντήσει νεαρά άτομα που δεν ακολουθούν ακριβώς αυτό το προβλεπόμενο μονοπάτι.

Η «ετοιμότητα για το νηπιαγωγείο» σημαίνει πολλά διαφορετικά πράγματα και η γνώση των συγκεκριμένων περιοχών ενδιαφέροντος, δυνατών σημείων και σχετικής αδυναμίας σε τομείς κλειδιά θα σας βοηθήσει να απαντήσετε σε αυτή την ερώτηση.

**Ε.** Ο γιος μου έχει πρόβλημα με την ανάγνωση επειδή αναπτύσσεται πιο αργά ή επειδή έχει ΜΔ;

**Α.** Το κάθε παιδί αναπτύσσεται με τον δικό του ρυθμό. Ο καλύτερος τρόπος να αντιμετωπιστεί οποιαδήποτε «καθυστέρηση» στην ανάπτυξη είναι λαμβάνοντας υπόψιν συγκεκριμένα κριτήρια. Για παράδειγμα: Ποιες είναι οι σχετιζόμενες με την ανάγνωση εργασίες που φαίνεται να αποτελούν εμπόδιο στην επιτυχία του γιου σας; Μπορεί να αναγνωρίζει πολύ συνηθισμένες λέξεις, να προφέρει νέες λέξεις, να συνδυάζει ήχους γραμμάτων και να καταλαβαίνει το νόημα των λέξεων (με ή χωρίς άντληση στοιχείων από τα συμφραζόμενα);

Ο δάσκαλος του παιδιού σας πιθανόν να μπορεί να σας διαφωτίσει σχετικά με τις ανησυχίες σας με βάση πληροφορίες που έχει συγκεντρώσει από εξέταση. Το σχολείο ίσως προτείνει την εξέταση για ανίχνευση μαθησιακής δυσκολίας που σχετίζεται με την ανάγνωση (γνωστή ως δυσλεξία) αλλά θα πρέπει να γνωρίζετε ότι και εσείς θα μπορούσατε να ζητήσετε την διενέργεια αξιολόγησης οποιαδήποτε στιγμή. Μην βιάζεστε όμως να προχωρήσετε στην εξέταση! Μερικές φορές η αλλαγή διδασκαλίας στην τάξη ή η συζήτηση με εξειδικευμένους επαγγελματίες μπορεί να αρκεί για να οδηγήσει τον γιο σας στο μονοπάτι της επιτυχίας.

**E.** Η κόρη μου τα πήγαινε πάντα καλά με τα μαθηματικά αλλά τώρα που είναι στο γυμνάσιο καταβάλλει πραγματικά πολύ μεγάλη προσπάθεια. Πιστεύετε ότι είναι πιθανό να έχει αναπτύξει κάποια μαθησιακή δυσκολία στα μαθηματικά;


**A.** Αν η κόρη σας έχει μαθησιακή δυσκολία στα μαθηματικά – αυτή ονομάζεται δυσαριθμησία- δεν είναι πιθανό αυτή να εμφανίστηκε όταν πήγε στο γυμνάσιο. Ίσως είχε κενά στην μαθηματική της γνώση και στις διαδικασίες σε όλη την διάρκεια της πορείας της και τώρα τα πιο ανεβασμένα σε επίπεδο μαθήματα έχουν απαιτήσεις από αυτήν υποθέτοντας πως έχει τις δεξιότητες και τον βαθμό κατανόησης που απαιτείται για να επιτύχει.

Γιατί καταβάλλει τώρα τόσο μεγάλη προσπάθεια για πρώτη φορά; Ίσως έχει τις βασικές γνώσεις των μαθηματικών αλλά δεν έχει την ολοκληρωμένη εικόνα του πώς λειτουργούν έτσι ώστε να έχει καλή απόδοση σε πιο προχωρημένες τάξεις. Ίσως δυσκολεύεται πολύ με τις αυξημένες απαιτήσεις των προβλημάτων που αποτελούνται από πολλά βήματα και αντιμετωπίζει δυσκολία στο να επανακτήσει, να επιλέξει και / ή να εφαρμόσει διαδικασίες τις οποίες έχει μάθει. Ίσως χρειάζεται περισσότερες ευκαιρίες για εξάσκηση και στοχευμένη ανατροφοδότηση από τον δάσκαλό της. Επιπλέον, υπάρχει πάντα το θέμα του πώς αντιλαμβάνεται τον εαυτό της ως μαθήτρια στα μαθηματικά και ο αντίκτυπος που έχει στην θέλησή της να αναζητήσει διευκρίνιση, να αφιερώσει περισσότερο χρόνο και να πάρει ρίσκα.

**E.** Η κόρη μου πηγαίνει στο γυμνάσιο. Πάντα διάβαζε αργά αλλά τώρα μένει ακόμα πιο πίσω με τα καθήκοντα του σχολείου. Είναι πιθανό να έχει κάποια μαθησιακή δυσκολία όπως είναι η δυσλεξία;

**A.** Ναι, η κόρη σας θα μπορούσε να έχει δυσλεξία αλλά το να διαβάζει κάποιος με αργό ρυθμό δεν είναι από μόνο του λόγος για να υποπτευτούμε την ύπαρξη μαθησιακής δυσκολίας. Στο γυμνάσιο ο όγκος του υλικού που πρέπει να διαβαστεί αυξάνεται δραματικά. Αν ο ρυθμός ανάγνωσης που έχει είναι χαμηλός, αυτή η αύξηση της ύλης θα της προκαλέσει μεγαλύτερη απογοήτευση. Η αξιολόγηση με σκοπό την ανίχνευση μαθησιακής δυσκολίας είναι σίγουρα μια επιλογή, αλλά πρώτα να λάβετε υπόψιν τα παρακάτω βήματα:

- ☀️ Ρωτήστε την κόρη σας ποιες συγκεκριμένες περιοχές της ανάγνωσης παρουσιάζουν την μεγαλύτερη δυσκολία. Αν το μόνο που χρειάζεται είναι περισσότερος χρόνος για ανάγνωση, προτρέψτε την να ζητήσει από τους καθηγητές της λίστες με το υλικό που πρέπει να διαβάσει πριν την εκπνοή των προθεσμιών μελέτης και βοηθήστε την να οργανώσει τον χρόνο της μελέτης της έτσι ώστε να μην υπερφορτωθεί με πάρα πολύ διάβασμα ξαφνικά.
- ☀️ Ανακαλύψτε ενισχυτικές τεχνολογίες που θα μπορούσαν να την βοηθήσουν να ξεπεράσει τις συγκεκριμένες δυσκολίες που αντιμετωπίζει. Εργαλεία όπως τα λογισμικά οπτικής σάρωσης είναι διαθέσιμα για να μετατρέψουν έντυπα σε λόγο. Αυτή είναι μια εξαιρετική επιλογή για κάποιους μαθητές οι οποίοι απολαμβάνουν (και μπορούν να ωφεληθούν από) το να ακούνε (και να ακολουθούν και να κρατούν σημειώσεις) αντί να χρειάζεται να διαβάζουν οι ίδιοι πολλές σελίδες κειμένων.

 Μια συνεχώς αναπτυσσόμενη βιβλιοθήκη έντυπου υλικού είναι διαθέσιμη σε ψηφιοποιημένη μορφή, το οποίο σημαίνει ότι μπορεί κανείς να την κατεβάσει από το Διαδίκτυο και να ακούσει το υλικό σε υπολογιστή, MP4, κινητό τηλέφωνο κτλ.

Εάν μια μαθησιακή δυσκολία στην ανάγνωση (δυσλεξία) είναι το υποκείμενο πρόβλημα, θα βοηθούσε πραγματικά η κόρη σας να δουλεύει ιδιωτικά με έναν ειδικό στις δυσκολίες μάθησης / ανάγνωσης μετά το σχολείο.

**E.** Δεν συμφωνώ με την αξιολόγηση που έγινε στον γιο μου. Λένε ότι δεν παρουσιάζει ΜΔ, αλλά εγώ ξέρω πως κάτι δεν πάει καλά. Πρέπει να ανησυχώ;

**A.** Αφού το παιδί αξιολογήθηκε, τι ανακαλύφθηκε και πώς οι ειδικοί σκοπεύουν να προχωρήσουν; Το θέμα δεν είναι απαραίτητα αν ο γιος σας πληρεί τις προϋποθέσεις για να έχει τα προνόμια της ειδικής εκπαίδευσης, αλλά κυρίως, τι είναι το σχολείο προετοιμασμένο να κάνει για να εξασφαλίσει ότι το παιδί θα έχει μια επιτυχή σχολική εμπειρία. Θα συναντιούνται συχνά οι δάσκαλοι για να ανασκοπούν την πρόοδό του; Θα του διδάξουν στρατηγικές για να μελετάει για τις εξετάσεις, θα παρέχουν διορθώσεις στα προσχέδια των εργασιών του, θα τον αφήνουν να επιμελείται και να διορθώνει τη δουλειά του και να την παραδίδει ξανά πριν του δοθεί ο τελικός βαθμός;

Αυτά είναι παραδείγματα πράξεων που το σχολείο μπορεί να εφαρμόσει με ή χωρίς την κατάταξη στην ειδική εκπαίδευση. Θα μπορούσατε ανεπίσημα να διαπραγματευτείτε με το προσωπικό του σχολείου τέτοιου είδους διευκολύνσεις και υποστήριξη. Το να δουλέψετε με κάποιον ειδικό για να εντοπίσετε στρατηγικές που να απευθύνονται στις ανάγκες του παιδιού σας είναι μια πολύ καλή προσέγγιση.



## Κεφάλαιο 3

# Εξατομικευμένα προγράμματα παρέμβασης και Παρακολούθηση Προόδου

Σε αυτή την ενότητα οι ειδικοί μας ενισχύουν την σημασία του ρόλου των γονιών στην διαδικασία Εξατομικευμένων Προγραμμάτων Παρέμβασης. Αναγνωρίζουν το πόσο αγχωτικό μπορεί να είναι για τους γονείς («τρομοκρατημένη» είναι η λέξη που χρησιμοποίησε μία μητέρα για να περιγράψει τα συναισθήματά της καθώς μπήκε στην πρώτη για εκείνη την χρονιά συνάντηση που αφορούσε στο πρόγραμμα) και για αυτό προσφέρουν συμβουλές σχετικά με το πως οι γονείς μπορούν να νιώσουν ασφαλείς στον ρόλο τους ως συνεργάτες στον σχεδιασμό με σκοπό την σχολική επιτυχία. Σχολιάζουν επίσης το τι μπορούν οι γονείς να κάνουν αν τα παιδιά δεν βρίσκονται στην αναμενόμενη καμπύλη τροχιάς προς βελτίωση.





**E.** Με ποιους συγκεκριμένους τρόπους μπορεί το σχολείο να εποπτεύει την πρόοδο του παιδιού μου;

**A.** Η παρακολούθηση της προόδου είναι εξαιρετικά σημαντική. Βοηθά να καθοριστεί αν οι παρεμβάσεις που παρέχονται στο παιδί έχουν αποτέλεσμα. Επιτρέπει επίσης σε εσάς και στους δασκάλους του να διαπιστώσετε πολύ συντομότερα εάν το παιδί σας κινδυνεύει να μην ανταποκριθεί στους στόχους που ορίζει το επίπεδο της τάξης που βρίσκεται. Επιτρέπει επίσης στους δασκάλους του να προσαρμόσουν πιο αποτελεσματικά την διδασκαλία και την υποστήριξη στις ανάγκες του παιδιού σας, με βάση την ανταπόκρισή του στις παρεμβάσεις.

Εάν το παιδί σας παρουσιάζει περιορισμένη ή μικρή πρόοδο, τότε το σχολείο πρέπει να διερευνήσει περαιτέρω τι αλλαγές πρέπει να γίνουν στις παρεμβάσεις για να διασφαλιστεί ότι το παιδί σας προοδεύει. Για παράδειγμα, ο δάσκαλος ίσως αλλάξει τον τύπο της παρέμβασης ή μεθόδου που χρησιμοποιείται, τον χρόνο που αφιερώνει στην διδασκαλία, την διαμόρφωση ομάδων (ατομική διδασκαλία σε αντίθεση με την διδασκαλία σε μικρές ομάδες) ή κάποια άλλη πλευρά της διδασκαλίας. Η παρακολούθηση της προόδου επίσης στηρίζει τους ίδιους τους μαθητές με ΜΔ - παρέχει κίνητρο για μάθηση και ενθάρρυνση να επιμείνουν επειδή οι μαθητές μπορούν να δουν οι ίδιοι την πρόοδό τους. Σε περίπτωση που το σχολείο δεν προσφέρει εξατομικευμένη παρέμβαση θα πρέπει να αναζητηθεί συνεργασία με κάποιον ειδικό εκτός σχολικού πλαισίου.

**E.** Πόσο θα πρέπει ένας γονιός να εμπλέκεται στην εφαρμογή του Προγράμματος παρέμβασης του παιδιού του; Δεν είμαι σίγουρη σχετικά με το ποιος είναι ο ρόλος μου.

**A.** Να παίρνετε μέρος όσο το δυνατόν περισσότερο! Επειδή γνωρίζετε το παιδιά σας περισσότερο από όλους, είστε ένα σημαντικό μέλος της ομάδας Εξατομικευμένου Προγράμματος Παρέμβασης. Παίζετε κεντρικό ρόλο σε όλα τα στάδια εκπαιδευτικής διαδικασίας – αξιολόγηση, αναγνώριση, διδασκαλία, παρέμβαση από ειδικό και εποπτεία προόδου.

- Μην φοβάστε την ομαδική διαδικασία του Εξατομικευμένου Προγράμματος Παρέμβασης. Ως γονιός, ξέρετε το παιδί σας καλύτερα από οποιονδήποτε άλλο!
- Να είστε ενεργοί και να εμπλέκεστε στην διαδικασία παρέμβασης από τον ειδικό.
- Βοηθήστε με την οργάνωση και την επίλυση προβλημάτων
- Να είστε οργανωμένοι και να έχετε ένα σύστημα που θα σας βοηθάει να είστε ενημερωμένοι σχετικά με τις παρατηρήσεις σας, με τις αναφορές της δασκάλας και του ειδικού, την αξιολόγηση πληροφοριών, τις ομαδικές συζητήσεις, τις συστάσεις και τα στοιχεία της προόδου. Ζητήστε βοήθεια για να στήσετε ένα σύστημα που θα σας αποδίδει.
- Βεβαιωθείτε ότι διαβάσατε αναλυτικά τη στοχοθεσία πριν την εγκρίνετε.

- ☀️ Κάντε ερωτήσεις. Ο ρόλος σας είναι διαφορετικός από αυτόν του δασκάλου ή του ειδικού αλλά όχι λιγότερο σημαντικός. Βοηθώντας στην ανάπτυξη των στόχων του Εξατομικευμένου Προγράμματος Παρέμβασης του παιδιού σας, θα γνωρίζετε τι είναι αυτό που γίνεται στο σχολείο για να επιταχύνει την πρόοδο του παιδιού σας και μπορεί να αλληλεπιδράσει με το παιδί σας στο σπίτι με τέτοιο τρόπο ώστε να διευρύνει και να βελτιώσει την στοχευμένη υποστήριξη που παρέχεται.
- ☀️ Ανακαλύψτε ενισχυτικές τεχνολογίες που θα μπορούσαν να την βοηθήσουν να ξεπεράσει τις συγκεκριμένες δυσκολίες που αντιμετωπίζει. Εργαλεία όπως τα λογισμικά οπτικής σάρωσης είναι διαθέσιμα για να μετατρέψουν έντυπα σε λόγο. Αυτή είναι μια εξαιρετική επιλογή για κάποιους μαθητές οι οποίοι απολαμβάνουν (και μπορούν να ωφεληθούν από) το να ακούνε (και να ακολουθούν και να κρατούν σημειώσεις) αντί να χρειάζεται να διαβάζουν οι ίδιοι πολλές σελίδες κειμένων.

**E.** Πλησιάζει η πρώτη ενημέρωση Εξατομικευμένου Προγράμματος Παρέμβασης της κόρης μου και είμαι τρομοκρατημένη. Πώς ξέρω ότι θα πάρει ότι χρειάζεται;

**A.** Γιατί να μην αντικαταστήσουμε την λέξη τρομοκρατημένη με ενθουσιασμένη; Προκαλεί πραγματικά ενθουσιασμό το γεγονός ότι εξωτερικεύετε την ανησυχία σας σχετικά με το αν η κόρη σας θα έχει την υποστήριξη και τις υπηρεσίες που χρειάζεται για να ανταποκριθεί με επιτυχία! Το να εκφράζετε τις ανησυχίες σας είναι αυτό ακριβώς που χρειάζεται να κάνετε καθώς ξεκινάτε ένα νέο είδος συνεργασίας με το προσωπικό του σχολείου ή τον ειδικό παιδαγωγό. Μαζί, θα αναγνωρίσετε τους τύπους ειδικής διδασκαλίας, τις διευκολύνσεις και, αν χρειάζεται, τις τροποποιήσεις στο πρόγραμμα που θα δώσουν στην κόρη σας την ικανότητα να συμβαδίσει πάλι με τους συμμαθητές της και να διατηρήσει μια σταθερή και συνεχή πρόοδο. Σκεφτείτε αυτή την συνάντηση σαν μια ευκαιρία να κάνετε έναν σχεδιασμό στρατηγικής με μια ομάδα ανθρώπων που βασίζονται σε σας για να βοηθήσετε με την δουλειά που γίνεται στο σπίτι και οι οποίοι τώρα θα αναλάβουν πιο επίσημα τη ευθύνη να καταπιαστούν με τις ανάγκες της. Είναι πραγματικά σημαντικό να κάνετε ερωτήσεις, να μοιραζόσαστε εντυπώσεις και να επιμένετε να υπάρχουν ξεκάθαροι και μετρήσιμοι στόχοι, αποτελέσματα και χρονοδιαγράμματα που θα συμπεριληφθούν στο πρόγραμμα- έτσι θα εξασφαλιστεί για περισσότερο χρόνο ότι η κόρη σας δεν θα παραμεληθεί ή ξεχαστεί.

**Ε.** Ο γιος μου, ο οποίος τώρα είναι στο γυμνάσιο, παρακολουθεί Εξατομικευμένο Πρόγραμμα Παρέμβασης από την πρώτη Δημοτικού. Τώρα που είναι στο γυμνάσιο δεν φαίνεται πια να βελτιώνεται. Τι πρέπει να κάνω;

**Α.** Η μετάβαση από την μία τάξη στην άλλη μπορεί να είναι δύσκολη για τα παιδιά με ΜΔ, και το Γυμνάσιο μπορεί να αποτελεί πραγματική «πρόκληση» εξαιτίας των αυξανόμενων προσδοκιών για επίτευξη των στόχων και τον κοινωνικό / συναισθηματικό αναβρασμό που είναι συχνά κομμάτι των πρώτων χρόνων της εφηβείας.

Με δεδομένη την πρόσφατη μετάβαση του γιου σας, είναι καλό που αναρωτιέστε αν χρειάζεται να γίνουν προσαρμογές στο πρόγραμμα. Ορίστε μερικές προτάσεις:

- ☀ Ελάτε σε επαφή με τους καθηγητές του γιου σας, μοιραστείτε τις ανησυχίες σας και συλλέξτε πληροφορίες σχετικά με το τι μπορεί να προκαλεί αυτή την επιβράδυνση στην πρόοδό του. Στη συνέχεια μοιραστείτε αυτά που μάθατε με την ομάδα του Προγράμματος.
- ☀ Μιλήστε στον γιο σας και ενθαρρύνετε την συμμετοχή του σε σχετικές συζητήσεις και σχεδιασμό. Η αρχή του Γυμνασίου είναι ο ιδανικός χρόνος για να πάρουν μέρος σε αυτές τις συζητήσεις και οι μαθητές.
- ☀ Ο γιος σας θα καταλάβει καλύτερα τις ΜΔ του όταν μπορεί να ακούσει και στη συνέχεια να συμμετέχει σε συζητήσεις για επίλυση προβλημάτων σχετικά με τις πηγές και τις διευκολύνσεις που χρειάζεται. Αυτό θα τον βοηθήσει να αναπτύξει δεξιότητες υπεράσπισης του εαυτού του τις οποίες θα χρειαστεί ως μαθητής Γυμνασίου αλλά και αργότερα.



# Συναισθηματικός αντίκτυπος στο σχολείο και στο σπίτι

Ας το αντιμετωπίσουμε - το να έχει κανείς ΜΔ δεν έχει πλάκα. Δεν απαιτεί μόνο από τα παιδιά επιπλέον σκληρή δουλειά αλλά έχει και από τις οικογένειες την απαίτηση να παρέχουν πολύ επικεντρωμένη και συνεχή ακαδημαϊκή και συναισθηματική υποστήριξη. Οι ειδικοί μας αναγνωρίζουν την σημασία του να οριστούν οι ΜΔ ως οικογενειακή υπόθεση, με τα ενήλικα μέλη και τα αδέρφια να δουλεύουν από κοινού για να διασφαλίσουν ότι οι μαθητές μπορούν αποτελεσματικά να αντιμετωπίσουν τα συναισθήματα άγχους και απογοήτευσης. Αναφέρονται επίσης στην σημασία των αδερφών και στο πόσο σημαντικό είναι να καλύπτονται οι ανάγκες του κάθε μέλους της οικογένειας με τέτοιο τρόπο ώστε να ενισχύονται η κατανόηση και η εκτίμηση προς την διαδρομή που συνοδεύεται από ΜΔ.





**Ε.** Νομίζω ότι η κόρη μου ίσως αντιμετωπίζει ΜΔ αλλά ο σύζυγός μου θεωρεί ότι απλά χρειάζεται να μελετά πιο σκληρά. Θέλω να την βοηθήσω τώρα αλλά ίσως είναι καλύτερα να περιμένουμε. Τι με συμβουλεύετε να κάνω;

**Α.** Αυτή είναι μια πολύ συνηθισμένη κατάσταση. Μην επιτρέψετε αυτό να είναι θέμα διένεξης στην οικογένεια. Φαίνεται πως εσείς και ο σύζυγός σας συμφωνείτε ότι η κόρη σας δεν τα καταφέρνει και τόσο καλά στο σχολείο και κανείς δεν μπορεί να καταλήξει σχετικά με το γιατί ή το τι πρέπει να γίνει. Το πρώτο βήμα είναι να μιλήσετε για γνωστά εμπόδια που μπορεί να παίζουν το ρόλο τους στην έλλειψη προόδου της κόρης σας. Ένα σύνολο παραγόντων είναι πιθανό να εμπλέκονται: η δασκάλα που συχνά απουσιάζει, βιβλία που ξεχνιούνται ή χάνονται, μια τάξη στην οποία η διδασκαλία προχωρά πολύ γρήγορα ή για την οποία δεν ήταν επαρκώς προετοιμασμένη από την δασκάλα της προηγούμενης τάξης. Αν υποψιάζεστε ότι μπορεί να έχει ΜΔ, συζητήστε το τι αυτό σημαίνει, πώς νιώθετε όλοι σε σχέση με αυτή την πιθανότητα και πάρτε χωρίς καθυστέρηση μια απόφαση για να ανακαλύψετε αν αυτό είναι αλήθεια. Και μια συμβουλή: Μην κατηγορείτε ο ένας τον άλλο! Αντί για αυτό σκεφτείτε λύσεις. Αν πραγματικά έχει ΜΔ, η σκληρή δουλειά από μόνη της δεν θα είναι αρκετή για να οδηγήσει στην επιτυχία. Θα χρειαστεί να δουλέψει πιο έξυπνα και όχι απλά σκληρότερα, ακόμα και με τη καλύτερη βοήθεια, και η μετατροπή της απογοήτευσης σε επιτυχία θα πάρει χρόνο. Η ενεργή συμμετοχή του συζύγου σας στην διαδικασία ανακάλυψης είναι σημαντική: το να είναι ένας έτοιμος και πρόθυμος συνεργάτης, αν και όταν έρθει η ώρα, να προσεγγίσει το προσωπικό του σχολείου ή κάποιον ειδικό και να ζητήσει βοήθεια επίσημα θα βοηθήσει πολύ την κόρη σας στο μέλλον.

**Ε.** Ο σύζυγός μου και εγώ είμαστε τόσο επικεντρωμένοι στο να βοηθάμε τον γιο μας που έχει ΜΔ να τα καταφέρει στο σχολείο ώστε δεν έχουμε πολύ ελεύθερο χρόνο για να περνάμε καλά ως οικογένεια. Πώς μπορούμε να βοηθήσουμε τον γιο μας να είναι επιτυχημένος στο σχολείο και παράλληλα να έχουμε ακόμα χρόνο και ενέργεια για άλλες δραστηριότητες;

**Α.** Είναι σημαντικό η οικογένεια να περνάει χρόνο μαζί μακριά από τις σχολικές εργασίες. Βρεθείτε με τον σύζυγο και τον γιο σας και κάνετε μια ειλικρινή συζήτηση. Μαζί μπορείτε να σκεφτείτε τρόπους να απολαύσετε ιδιαίτερες οικογενειακές στιγμές και παρόλα αυτά να διασφαλίσετε ότι η μελέτη για το σχολείο δεν παραμελείτε. Ερωτήσεις για να σκεφτείτε εσείς και η οικογένειά σας:

- 🌻 Πώς θα μπορούσατε να ανακατανείμετε τον χρόνο κατά τις βραδινές ώρες μέσα στην εβδομάδα για να επιτραπεί και η ύπαρξη οικογενειακών δραστηριοτήτων;
- 🌻 Πώς μπορείτε να δημιουργήσετε χρόνο για την οικογένεια μέσα στο σπίτι; Αυτό μπορεί να σημαίνει ότι δεν μιλάμε στο τηλέφωνο, απομακρυνόμαστε από τους υπολογιστές και συγκεντρωνόμαστε στο τραπέζι της κουζίνας με ένα πακέτο κάρτες για να παίξουμε, μια χειροτεχνία ή περνάμε χρόνο με ένα κοινό ενδιαφέρον (πχ η ιστορία της οικογένειας ή άλμπουμ με φωτογραφίες).
- 🌻 Υπάρχουν υποστηρικτικές τεχνολογίες (λογισμικά που μετατρέπουν το κείμενο σε λόγο) οι οποίες θα μπορούσαν να βοηθήσουν τον γιο σας να είναι πιο ανεξάρτητος με τα σχολικά του καθήκοντα έτσι ώστε να έχετε περισσότερο χρόνο για να περνάτε με τον σύζυγό σας.

Οι δάσκαλοι και οι ειδικοί μπορούν να βοηθήσουν και ιδιαίτερα όταν έχει να κάνει με την ευαισθησία προς τις οικογενειακές ανάγκες. Είμαι σίγουρη πως αν ο γιος σας ρωτούσε τον δάσκαλό ή τον ειδικό παιδαγωγό του σχετικά με τρόπους για να μειώσει τον φόρτο εργασίας με σκοπό να εξοικονομεί χρόνο για την οικογένεια, θα εκπλησσόταν ευχάριστα.

Όσο δύσκολο και αν είναι να διατηρήσετε την ενέργεια σας, σας διαβεβαιώνω ότι το να σκεφτείτε αυτές τις ερωτήσεις τώρα θα ωφελήσει πάρα πολύ τον γιο σας μόλις αποφοιτήσει από το γυμνάσιο και χρειάζεται να διαπραγματεύεται (χωρίς την ίδια ένταση υποστήριξης από τους γονείς) τις απαιτήσεις του πανεπιστημίου ή του εργασιακού του χώρου.

**Ε.** Έχω δύο παιδιά, το ένα είναι 10 χρονών και έχει ΜΔ και το άλλο είναι 12 και δεν έχει. Το παιδί που δεν έχει ΜΔ έχει αρχίσει να συμπεριφέρεται άσχημα και θέλει περισσότερη προσοχή από μένα. Μπορείτε να μου δώσετε κάποιες συμβουλές σχετικά με το πώς μπορώ να ισορροπήσω τις ανάγκες και των δύο;

**Α.** Το άτομο που έχει ΜΔ συνήθως απορροφά το μεγαλύτερο τμήμα της προσοχής μας, αλλά έχετε δίκιο να αναγνωρίζετε και τις ανάγκες των άλλων για κατανόηση, εκτίμηση και για προσοχή που δικαιούνται εξίσου. Λαμβάνοντας υπόψιν την «ιεραρχία αναγκών» του Abraham Maslow, ακολουθούν μερικά παραδείγματα του τι μπορεί να σκέφτεται, να λέει ή να αισθάνεται το παιδί σας που δεν έχει ΜΔ:

«Γιατί τον αγκαλιάζουν περισσότερο από εμένα; Και για λόγους όπως είναι το ότι τελείωσε τα μαθήματά του!»

**Φυσιολογία(έχει να κάνει με την ανακούφιση και το σώμα)**

«Πάντα κάνω πράγματα για αυτήν- πότε ήταν η τελευταία φορά που έκανε κάτι για μένα;»

**Αγάπη και το αίσθημα του να ανήκεις (το να αισθάνεσαι δεμένος με τους άλλους)**

«Και σχετικά με τον έλεγχό μου; Αρκετά καλά ε;»

**Αυτοπεποίθηση (οι σκέψεις και οι πράξεις σου να εκτιμώνται από τους άλλους)**

«Θα είναι ποτέ ικανή να κάνει τα μαθήματά της μόνη της;»

**Γνώση και κατανόηση (αναζήτηση πληροφοριών)**

«Εύχομαι να ήξερα πώς να τον βοηθήσω πραγματικά όταν νιώθει πολύ στενοχωρημένος».

### **Αισθητική (αποκόμιση ευχαρίστησης και πρόκληση συναισθήματος)**

Με την καλύτερη κατανόηση του εύρους των διαφορετικών αναγκών και των ανθρώπινων αισθημάτων που εμπλέκονται όταν κάποια μέλη της οικογένειας έχουν ΜΔ και κάποια άλλα δεν έχουν, θα είστε σε θέση να βοηθήσετε όλα σας τα παιδιά να αντιμετωπίσουν τα συναισθήματα ζήλιας, αμηχανίας, θυμού, ανησυχίας και ενοχής. Ως αδέρφια και μέλη της οικογένειας ατόμου με ΜΔ, δεν υπάρχει τρόπος να αποφύγει κανείς αυτό το προσωπικό «φορτίο». Η ανοιχτή και ειλικρινής επικοινωνία δεν είναι εύκολη, αλλά είναι απαραίτητη για την ευημερία όλης της οικογένειας.

**Ε.** Η κόρη μου είναι δυσλεξική και έχει επίσης πρόβλημα με το να κάνει καινούργιες φιλίες και να τις διατηρεί. Μπορεί οι ΜΔ να επηρεάζουν τις κοινωνικές της δεξιότητες;

**Α.** Είναι πολύ πιθανό πως ναι. Μερικά παιδιά με δυσλεξία δυσκολεύονται πολύ με την κατανόηση υλικού που ακούνε ή διαβάζουν ενώ κάποια έχουν δυσκολία με την εύρεση της σωστής λέξης και φτωχές λεξιλογικές δεξιότητες αναφορικά με την κατανόηση και την έκφραση. Αν η κόρη σας έχει τέτοιου είδους προβλήματα, πιθανόν να έχει βιώσει στιγμές αμηχανίας όταν δεν άκουσε καλά την δασκάλα της, έκανε λάθη ενώ διάβαζε δυνατά στην τάξη ή χρησιμοποίησε μια λέξη λανθασμένα κατά την διάρκεια συζήτησης. Αυτά θα μπορούσαν να έχουν αντίκτυπο στο πως την αντιλαμβάνονται οι συνομήλικοί της και είτε να τους κάνει να αποτραβηχτούν είτε ακόμα χειρότερα να την πειράζουν ή να περιορίσουν τις κοινωνικές τους επαφές μαζί της.

Για μερικά παιδιά με ΜΔ, η κατάσταση γίνεται ακόμα χειρότερη επειδή έχουν δυσκολία στο να διαβάζουν κοινωνικά συνθήματα. Ίσως δεν αντιληφθούν ότι στέκονται πολύ κοντά στον ακροατή κατά την διάρκεια μιας συζήτησης ή ίσως επαναλάβουν ένα αστείο που μόλις ειπώθηκε νομίζοντας πως μπορούν να προκαλέσουν ξανά γέλιο στο ίδιο ακροατήριο. Είναι σημαντικό να προσφέρουμε ευγενική αλλά άμεση ανατροφοδότηση, κατάλληλο παράδειγμα προς μίμηση και πολλές ευκαιρίες για εξάσκηση- αυτό μπορεί να βοηθήσει πάρα πολύ τα παιδιά με ΜΔ να «κολλήσουν» και να αρχίσουν να απολαμβάνουν τις κοινωνικές επαφές με τους συνομηλικούς τους. Θυμηθείτε: οι ΜΔ δεν είναι ένα μόνο πράγμα: είναι μια κατηγορία κάτω από την οποία βρίσκονται πολλοί διαφορετικοί τύποι ειδικών διαταραχών. Τα κοινωνικά και συναισθηματικά προβλήματα συχνά συνυπάρχουν με ελλείμματα στην ακαδημαϊκή μάθηση.

**E.** Ο γιος μου που είναι μαθητής Γυμνασίου έχει ΜΔ και πραγματικά χαμηλή αυτοεκτίμηση. Τι μπορώ να κάνω για να τον βοηθήσω;

**A.** Το διάστημα της προεφηβείας μπορεί να είναι δύσκολο- τα παιδιά έχουν σε πολύ μεγάλο βαθμό επίγνωση του ποιος μιλάει με ποιον, που κάθονται τα παιδιά στην διάρκεια του διαλείμματος, τι βαθμό παίρνουν οι υπόλοιποι μαθητές στα τεστάκια κτλ κτλ. Προσθέστε την ανησυχία σχετικά με το πώς μια ΜΔ τους κάνει να νιώθουν διαφορετικοί και θα έχετε μια επερχόμενη καταστροφή που αφορά στο επίπεδο αυτοπεποίθησης του παιδιού.. Τα συναισθήματα του γιου σας για τον εαυτό του δεν προέκυψαν μέσα σε ένα βράδυ και το να διορθώσετε ή να ενισχύσετε τα συναισθήματα περί αξίας του εαυτού του θα πάρει χρόνο.

Ακολουθούν μερικές συμβουλές:

- Αναγνωρίστε τις συγκεκριμένες περιοχές δύναμης, ικανότητας και ανάγκης. Μην ξεχάσετε να λάβετε υπόψη μη ακαδημαϊκούς τομείς όπως είναι η τέχνη, η μουσική ή τα αθλήματα.
- Διδάξτε τις κοινωνικές δεξιότητες με τον ίδιο τρόπο που θα διδάσκατε τις ακαδημαϊκές: ένα βήμα κάθε φορά, παρουσίαση και παράθεση πολλαπλών παραδειγμάτων, προσφορά δυνατότητας εξάσκησης και ανατροφοδότηση. Βρείτε για αυτόν ευκαιρίες ώστε να μπορεί να εφαρμόσει τις νέες δεξιότητες και συμπεριφορές που έχει μάθει σε διαφορετικά περιβάλλοντα

- Προσπαθήστε να μειώσετε τον ανταγωνισμό και αντί για αυτό επικεντρωθείτε σε συνεργατική μάθηση στο σπίτι και στην τάξη. Δουλέψτε με τον δάσκαλο του γιου σας για να δημιουργήσετε κοινή μάθηση και δραστηριότητες επικεντρωμένες στους συνομηλίκους του. Αυτός είναι ένας υπέροχος τρόπος για να δημιουργηθούν κοινωνικές και συναισθηματικές σχέσεις και να ενισχυθεί η αυτοπεποίθηση.



**E.** Το παιδί μου το οποίο έχει ΜΔ είναι επίσης κοινωνικά αδύναμο και αυτό νομίζω ότι επηρεάζει την σχολική του επιτυχία. Μπορεί το σχολείο να βοηθήσει την κόρη μου σε αυτό το θέμα;

**A.** Τα παιδιά με ΜΔ συχνά αγωνίζονται για να αναπτύξουν δεξιότητες που χρειάζονται ώστε να είναι επαρκή σε κοινωνικές καταστάσεις. Αν το παιδί σας παρακολουθεί ένα Εξατομικευμένο Πρόγραμμα Παρέμβασης, θα μπορούσατε να ζητήσετε να περιλαμβάνει στόχους σχετικούς με την κοινωνική επάρκεια, ιδιαίτερα αν πιστεύετε ότι εμπλέκονται στην επιτυχία του παιδιού στο σχολείο. Αυτοί οι στόχοι θα μπορούσαν να επιτευχθούν μέσα από ειδικά προγράμματα παρέμβασης για κοινωνικές δεξιότητες τα οποία επικεντρώνονται σε role playing και εξάσκηση συγκεκριμένων δεξιοτήτων σε μικρές ομάδες.

Όσον αφορά στο σπίτι, να έχετε υπόψιν ότι οι κανονισμοί συμπεριφοράς είναι απαραίτητο προαπαιτούμενο για την μάθηση. Βεβαιωθείτε ότι το παιδί έχει καλές συνήθειες φαγητού και ύπνου, είναι συνηθισμένο στο να ακολουθεί κανόνες και μπορεί να ολοκληρώσει καθημερινές ρουτίνες. Σε μαθητές στους οποίους συνυπάρχουν διαταραχές προσοχής, συμπεριφοράς και μάθησης αυτές οι ρουτίνες είναι εξαιρετικά σημαντικές. Μόλις αυτές οι δεξιότητες είναι σε ετοιμότητα, το παιδί θα είναι πιο ικανό να επικεντρωθεί στην μάθηση – στο σχολείο και στο σπίτι.

**E.** Το παιδί μου σύντομα θα αξιολογηθεί για ΜΔ. Θα του προκαλέσει αυτό επιπλέον άγχος; Είναι ήδη αγχωμένος λόγω του σχολείου.

**A.** Οποιαδήποτε κατάσταση εξέτασης - συμπεριλαμβανομένης και της αξιολόγησης για ΜΔ- περιλαμβάνει ανησυχία και άγχος. Τα καλά νέα είναι ότι οι επαγγελματίες που κάνουν την εξέταση είναι καλά εκπαιδευμένοι, ευαίσθητοι και έμπειροι στο να δουλεύουν με παιδιά που έχουν ιστορικό πολύ μεγάλου ακαδημαϊκού αγώνα.

Ως γονιός, υπάρχουν αρκετοί τρόποι για να ανακουφίσετε το άγχος του παιδιού:

- Εξηγείστε στο παιδί γιατί αυτή η εξέταση λαμβάνει χώρα. Ενημερώστε το παιδί ότι τα τεστ είναι σχεδιασμένα για να βοηθούν τους ενήλικες να καταλάβουν γιατί το σχολείο είναι για αυτούς τόσο μεγάλος αγώνας ακόμα και αν προσπαθούν πραγματικά σκληρά να πάνε καλά.
- Ενημερώστε το παιδί ότι τα τεστ δεν θα είναι δυσάρεστα αλλά πιθανότατα θα συμπεριλαμβάνουν μια μίξη από πάζλ, ερωτήσεις, παιχνίδια, ιστορίες και ζωγραφιές.
- Πείτε στο παιδί ότι το πιο σημαντικό είναι να κάνει για κάθε τεστ την καλύτερή του προσπάθεια. Τα αποτελέσματα θα βοηθήσουν τους δασκάλους του να γνωρίσουν ποιος είναι ο καλύτερος τρόπος για να το βοηθήσουν να πετύχουν στο σχολείο.

- ☀ Προγραμματίστε τα τεστ για την ώρα μέσα στη διάρκεια της μέρας κατά την οποία ξέρετε ότι το παιδί σας λειτουργεί καλύτερα. Βεβαιωθείτε ότι το παιδί είναι ξεκούραστο και δεν πεινάει.

Όσο πιο πολύ καταλαβαίνετε την διαδικασία αξιολόγησης, τόσο λιγότερο άγχος θα αισθάνεστε και θα δείχνετε και τόσο περισσότερο θα είστε σε θέση να καθησυχάσετε το παιδί σας.

**E.** Έχω δύο παιδιά με ΜΔ-το ένα είναι 8 και το άλλο 14. Ανησυχώ για τον αντίκτυπο που έχει πάνω τους το άγχος σε καθημερινή βάση. Τι θα πρέπει να κάνω;

**A.** Οι μαθητές με ΜΔ βιώνουν πολύ περισσότερο άγχος σε σχέση με τους συνομήλικους τους που δεν έχουν ΜΔ και κατά την διάρκεια της μέρας αλλά και ως αντίδραση σε έντονα στρεσογόνους παράγοντες όπως είναι τα διαγωνίσματα. Αυτό μπορεί να επηρεάσει την ικανότητά τους να σκεφτούν, να μάθουν και να εκφράσουν αυτά που ξέρουν. Με το πέρασμα του χρόνου, όλοι αυτοί οι στρεσογόνοι παράγοντες μπορούν να οδηγήσουν σε αρνητικά συναισθήματα, κακή ψυχολογική κατάσταση, σωματικές ενοχλήσεις (όπως στομαχικές διαταραχές) και άγχος.

Ακολουθούν τρεις τρόποι να βοηθήσετε και τα δύο παιδιά:

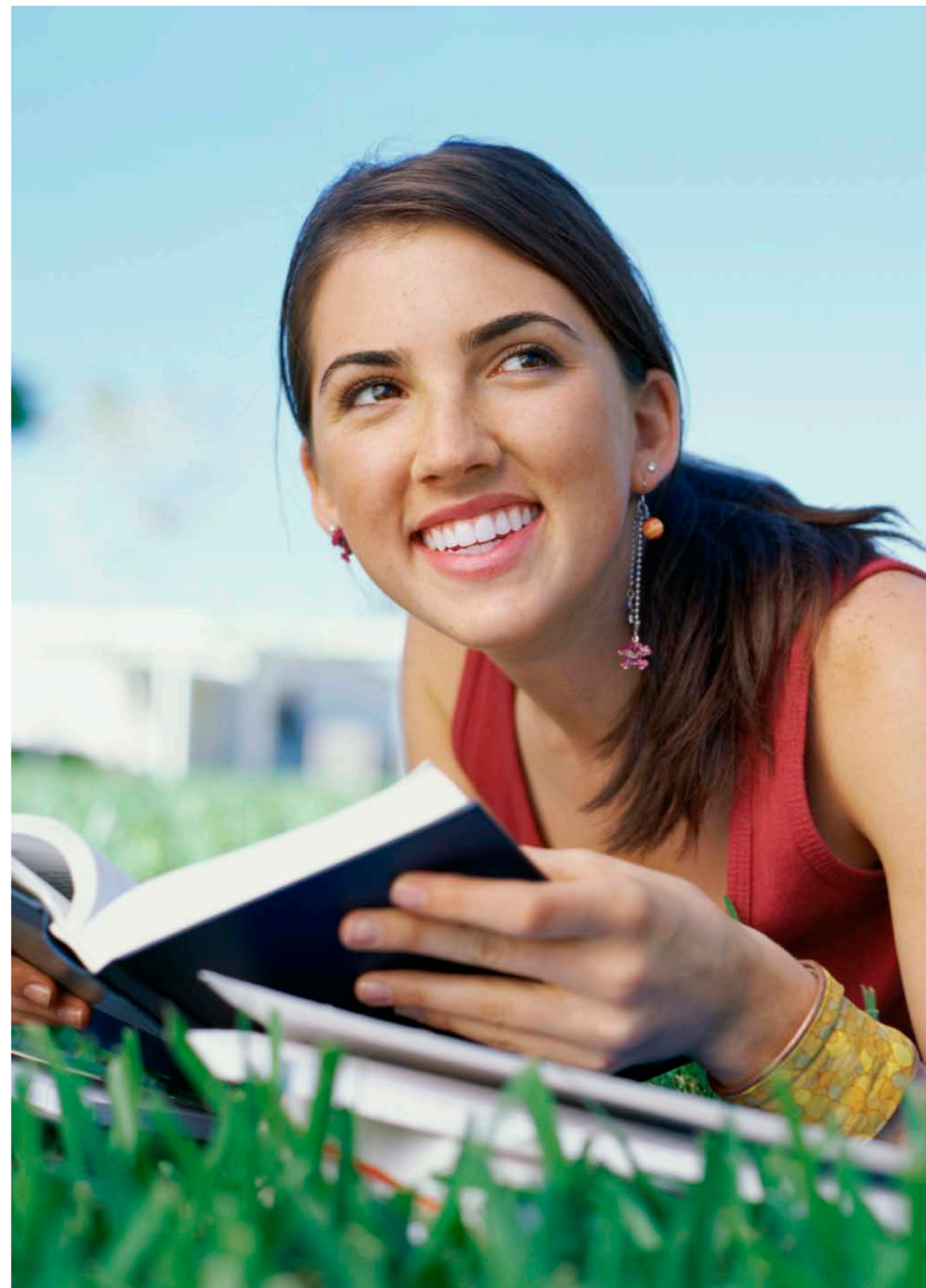
- ☀ Διδάξτε τους δεξιότητες για να ξεπεράσουν το άγχος. Το χτίσιμο αυτών των συγκεκριμένων δεξιοτήτων θα τους βοηθήσει και τώρα αλλά και σε όλη την διάρκεια της ζωής τους.

- ☀ Καθιερώστε ως συνήθεια το να τους ρωτάτε πώς αισθάνονται σε σχέση με καταστάσεις και ιδιαίτερα με αυτές που αντιμετωπίζουν στο σχολείο. Κάντε ερωτήσεις όπως: Γιατί πιστεύεις ότι συνέβη αυτό; Πώς ένιωσες; Τι έκανες όταν συνέβη; Τι νομίζεις ότι πρέπει να κάνεις αν αυτό ξανα συμβεί;
- ☀ Κατά την διάρκεια του βραδινού φαγητού, ζητήστε από τα μέλη της οικογένειας να μιλήσουν ο ένας στον άλλο με τη σειρά σχετικά με την καλύτερη και την δυσκολότερη στιγμή της μέρας. Όταν οι γονείς ως πρότυπα δείχνουν στα παιδιά πώς να μιλούν για τα συναισθήματά τους, αυτό διευκολύνει τα παιδιά και τους εφήβους να μιμηθούν.

Το πιο σημαντικό από όλα είναι να είστε καλός ακροατής. Είναι λιγότερο σημαντικό να προτείνετε λύσεις από το να είστε ένας καλός ακροατής και μια ασφαλής διέξοδος για να εκφράσει το παιδί τα συναισθήματά του.

# Προετοιμάζοντας τους εφήβους για το πανεπιστήμιο και την επαγγελματική ζωή

Κάθε παιδί με ΜΔ αξίζει την ευκαιρία να εξερευνήσει και να σχεδιάσει τη ζωή του μετά την δευτεροβάθμια εκπαίδευση. Οι μαθητές που κατευθύνονται στην Τριτοβάθμια εκπαίδευση χρειάζονται βοήθεια για να καταλάβουν και να προβλέψουν τα νέα είδη προκλήσεων που θα συναντήσουν όταν θα αντιμετωπίσουν τις απαιτήσεις των πανεπιστημιακών μαθημάτων. Εκείνοι που έχουν αρχίσει να στρέφονται στην αγορά εργασίας θα χρειαστούν βοήθεια για να κατανοήσουν τις διάφορες συχνά όχι διατυπωμένες πολυπλοκότητες αναφορικά με την απόδοσή τους κατά την διάρκεια της δουλειάς. Και όσο για αυτούς που επιλέγουν να συνδυάσουν αυτές τις επιλογές ή να αναλάβουν καθήκοντα βοηθού θα χρειαστούν καθοδήγηση για να αξιοποιήσουν στο μέγιστο δυνατό βαθμό αυτές τις ευκαιρίες ως ένα «σκαλοπάτι» προς την ανεξαρτησία. Οι ειδικοί μας απαντούν σε ερωτήσεις σχετικά με αυτά τα θέματα και σχολιάζουν την διαδικασία αποκάλυψης των ΜΔ ενός ατόμου.





**E.** Η κόρη μου η οποία είναι μαθήτρια δευτεροβάθμιας εκπαίδευσης θέλει να ξεκινήσει να δουλεύει σε καθεστώς μερικής απασχόλησης για να κερδίζει το χαρτζιλίκι της. Έχει δυσλεξία και ανησυχώ ότι μια δουλειά θα έχει επιπτώσεις στην μελέτη της για το σχολείο. Δεν θα έπρεπε τώρα να επικεντρωθεί στο σχολείο της;

**A.** Είναι έξυπνο που ανησυχείτε. Παρόλα αυτά θυμηθείτε ότι επιτυχία δεν σημαίνει απλώς να παίρνει καλούς βαθμούς- έχει να κάνει με το πώς η κόρη σας νιώθει για τον εαυτό της και την ικανότητά της να είναι επιτυχής και να νιώθει ότι την εκτιμούν στην ζωή της συμπεριλαμβανομένου και του χώρου εργασίας της. Μια θέση μερικής απασχόλησης μπορεί να της παρέχει την ευκαιρία να κάνει κάτι που της αρέσει, να ανοίξει λίγο τα φτερά της και να μεγαλώσει με διαφορετικούς τρόπους. Ας μην παραβλέπουμε επίσης την ανταμοιβή του να έχει δικό της χαρτζιλίκι και την ευκαιρία να κάνει οικονομία για κάτι που πραγματικά θέλει.

Βοηθήστε την να οργανώσει ένα ημερολόγιο ώστε να μπορεί να ενημερώνεται για τις ευθύνες που έχει απέναντι στο σχολείο, στο σπίτι και στην δουλειά. Με την προϋπόθεση ότι μπορεί να προγραμματίζει την δουλειά που της ανατίθεται από το σχολείο και να κρατάει τους βαθμούς της σε υψηλό επίπεδο, μια δουλειά ακούγεται σαν ένας υπέροχος τρόπος να κερδίσει πολύτιμη εμπειρία η οποία θα την βοηθήσει να έχει ομαλή μετάβαση από την δευτεροβάθμια εκπαίδευση στο πανεπιστήμιο ή στην επαγγελματική ζωή. Η δυσλεξία της κόρης σας δεν θα εξαφανιστεί με την αποφοίτηση και μια μερικής απασχόλησης εργασία θα είναι ένας πολύ ωραίος τρόπος για να μπορέσει να ανακαλύψει τρόπους που θα την βοηθήσουν να είναι επιτυχημένη σε ένα εργασιακό περιβάλλον.

**E.** Ο δεκαεπτάχρονος γιος μου έχει ΜΔ. Έχει προσπαθήσει πάρα πού σκληρά καθ'όλη την διάρκεια της σχολικής του ζωής και ανησυχώ πραγματικά αν μπορεί να χειριστεί το πανεπιστήμιο. Δεν θέλω να τον αποθαρρύνω αλλά παράλληλα θέλω να είναι ρεαλιστής.

**A.** Υπάρχουν πολλές επιλογές τις οποίες ο γιος σας θα μπορούσε να εξερευνήσει όπως για παράδειγμα η τεχνική εκπαίδευση που θα του επέτρεπε να εξειδικευτεί σε έναν τομέα ή δεξιότητα κάτι το οποίο θα τον βοηθούσε να βρει μια δουλειά.

Τα δύο τελευταία χρόνια του Λυκείου είναι πολύ καλή περίοδος για να βοηθήσετε τον γιο σας να αρχίσει να σκέφτεται ποιοι μπορεί να είναι οι μακροπρόθεσμοι στόχοι του – όπως για παράδειγμα τι είδους καριέρα θα ήθελε να ακολουθήσει. Αυτοί οι μακροπρόθεσμοι στόχοι πιθανόν να τον βοηθήσουν να καταλάβει ποιοι χρειάζεται να είναι οι βραχυπρόθεσμοι στόχοι του- αν θα έπρεπε να συνεχίσει σε πανεπιστημιακή σχολή ή σε μια εξειδικευμένη τεχνική σχολή.

**E.** Η έφηβη κόρη μου δεν θέλει να σπουδάσει – θέλει να βρει δουλειά μετά το λύκειο έτσι ώστε να μπορεί να βγάζει τα δικά της χρήματα και να ζήσει μόνη της. Δεν θέλει να μιλήσει στους μελλοντικούς εργοδότες της για τις ΜΔ της, αλλά νομίζω πως θα έπρεπε. Ανησυχώ ότι δεν θα βρει την υποστήριξη που χρειάζεται στον χώρο εργασίας. Ποια είναι η γνώμη σας;

**A.** Η απόφαση της κόρης σας να κάνει ένα διάλειμμα από τις αίθουσες δεν σημαίνει ότι κάποια στιγμή δεν θα επιστρέψει, στο πανεπιστήμιο ή σε κάποιο άλλο είδος τριτοβάθμιας εκπαίδευσης.

Είναι προσωπική της απόφαση το αν θα αποκαλύψει την μαθησιακή της δυσκολία κατά την διάρκεια επαγγελματικής συνέντευξης, αν θα περιμένει μέχρι να νιώσει άνετα στην νέα της δουλειά ή αν δεν θα πει τίποτα για αυτό. Καθεμιά από αυτές τις αποφάσεις θα μπορούσε να έχει σημαντικές συνέπειες. Όσο προφανές και αν μπορεί να φαίνεται, το σημαντικότερο πρώτο βήμα της διαδρομής της από το σχολείο προς την επαγγελματική ζωή είναι να διασφαλίσει ότι έχει πλήρη επίγνωση σχετικά με το πώς η ΜΔ της επηρεάζει την ικανότητά της να εκτελεί συγκεκριμένες εργασίες και πώς μπορεί να αποφεύγει τις ΜΔ της για να επιτύχει τους στόχους της.

Μόλις της προσφερθεί μια (επαγγελματική) θέση, χρειάζεται να σκεφτεί τις συγκεκριμένες απαιτήσεις στις οποίες θα πρέπει να ανταποκριθεί και τι είδους βοήθεια(αν είναι απαραίτητο) θα χρειαστεί για να εκπληρώσει τις επαγγελματικές της υποχρεώσεις.

**E.** Ο γιος μου θέλει να βρει δουλειά κατά την διάρκεια του καλοκαιριού. Σχεδιάζει να πει στους πιθανούς εργοδότες του σχετικά με την ΜΔ του, αλλά δεν είναι σίγουρος για το πώς να το κάνει. Τι προτείνετε;

**A.** Τι υπέροχο παράδειγμα υπεράσπισης του εαυτού του! Καθώς ο γιος σας εξηγεί την ΜΔ του, θα χρειαστεί να χρησιμοποιήσει γλώσσα την οποία ο εργοδότης του να μπορεί να καταλάβει- το καλύτερο είναι να είναι σύντομος και θετικός. Θα χρειαστεί να παραθέσει συγκεκριμένα παραδείγματα σχετικά με το πώς η ΜΔ του μπορεί να επηρεάσει την απόδοσή του στη δουλειά και να περιγράψει τι διευκολύνσεις ή τροποποιήσεις θα χρειαστεί για να είναι επιτυχημένος. Για παράδειγμα, θα μπορούσε να πει: «Έχω μια ΜΔ η οποία επηρεάζει την κατανόηση οδηγιών που αποτελούνται από πολλά βήματα, όταν αυτές δίνονται προφορικά. Θα μπορούσατε να με βοηθήσετε δίνοντάς μου γραπτές οδηγίες, επιτρέποντάς μου να τις γράφω καθώς εσείς μιλάτε ή να τις μαγνητοφωνώ με το κινητό μου; Στα πιο δύσκολα μαθήματα, οι δάσκαλοι μου αναρτούσαν μηνύματα με οδηγίες στην ιστοσελίδα του σχολείου και αυτό λειτούργησε μια χαρά με μένα. Συγκεκριμένα πήρα Άριστα στο δυσκολότερο μάθημα». Ο γιος σας ίσως θεωρήσει σκόπιμο να παρέχει στον εργοδότη του ένα φύλλο πληροφοριών σχετικά με την ΜΔ του. Μόλις ο γιος σας συμφωνήσει με τον εργοδότη του σχετικά με τις συγκεκριμένες σχετιζόμενες με την ΜΔ ανάγκες του, ίσως θελήσει να ζητήσει ένα υπόμνημα ή γράμμα στο οποίο να έχει καταγράψει η συζήτηση και να περιγράψει τις συγκεκριμένες διευκολύνσεις που έχουν κανονιστεί.

**Ε.** *Ανησυχώ για το μέλλον της κόρης μου. Ακόμα χρειάζεται να την βοηθάω κάθε βράδυ με τα μαθήματά της και είναι ακόμα στο Γυμνάσιο. Έχω εξαντληθεί. Θα τα καταφέρει στην Τριτοβάθμια Εκπαίδευση χωρίς την βοήθειά μου;*

**Α.** Είναι φυσιολογικό να ανησυχείτε για το μέλλον του παιδιού σας. Την έχετε παρακολουθήσει να μάχεται σκληρά μέσα στα χρόνια και φαίνεται να κάνετε τα πάντα για να βοηθήσετε την κόρη σας να τελειώσει την Βθμια Εκπαίδευση. Γνωρίζετε επίσης ότι η ΜΔ της δεν θα εξαφανιστεί μόλις της δοθεί το απολυτήριο του Λυκείου.

Η εξάντλησή σας όμως υποδηλώνει ότι θα πρέπει να γίνουν κάποιες προσαρμογές. Αν ξοδεύει πάρα πολλές ώρες κάθε βράδυ μελετώντας τα μαθήματά της, προτείνετε της να μιλήσει στους καθηγητές της και να δει αν είναι πρόθυμοι να μειώσουν τον όγκο της δουλειάς χωρίς να θυσιάσουν την επικεντρωμένη εξάσκηση που θέλουν να κάνει. Είναι επίσης σημαντικό να μην λειτουργείτε ως η προσωπική βοηθός της κόρης σας. Κοιτάξτε τις εργασίες που της έχουν ανατεθεί και δείτε αν υπάρχουν στρατηγικές οργάνωσης τις οποίες μπορεί να μάθει και να εφαρμόσει χωρίς την βοήθειά σας.

Ίσως αυτό που θα βοηθούσε περισσότερο από όλα είναι το να βρείτε εργαλεία υποστηρικτικής τεχνολογίας τα οποία θα αντικαταστήσουν ή θα αυξήσουν την βοήθεια που εσείς της παρέχετε. Πρόκειται να χρειαστεί αυτές τις δεξιότητες και τα εργαλεία όταν αποφοιτήσει από το σχολείο και μπει στην επόμενη φάση της ζωής της. Τώρα είναι η στιγμή να την βάλετε σε ένα μονοπάτι που θα οδηγήσει στην ανεξαρτησία.

**Ε.** *Ποια είναι τα πιο σημαντικά πράγματα να κάνω για να βοηθήσω το παιδί μου που έχει ΜΔ να προετοιμαστεί για την μετάβαση στον χώρο εργασίας;*

**Α.** Ο σχεδιασμός της μετάβασης είναι πάρα πολύ σημαντικός και θα πρέπει να ξεκινά όσο νωρίτερα γίνεται. Διαβάστε το Εξατομικευμένο Εκπαιδευτικό Πρόγραμμα του παιδιού σας προσεκτικά για να βεβαιωθείτε ότι έχουν τεθεί κατάλληλοι στόχοι οι οποίοι απευθύνονται σε θέματα της μετάβασης. Μπορείτε επίσης να βοηθήσετε το έφηβο παιδί σας να καταλάβει πόσο διαφορετική θα είναι η εμπειρία του στον χώρο δουλειάς ή στο πανεπιστήμιο σε σχέση με την Πρωτοβάθμια και Δευτεροβάθμια εκπαίδευση και θα πρέπει επίσης το παιδί να αποφασίσει αν θα αποκαλύψει το θέμα της ΜΔ του στους συναδέλφους του και στους καθηγητές του. Το παιδί σας θα αντιμετωπίσει επίσης νέες προκλήσεις αναφορικά με την ικανοποίηση απαιτήσεων των μαθημάτων, την συμμετοχή και παρακολούθηση μαθημάτων, τις εξετάσεις, την διαχείριση του χρόνου και πολλά άλλα. Οι δεξιότητες ισχυρής υπεράσπισης του εαυτού του γίνονται πιο σημαντικές από ποτέ. Όσο πιο πολλά γνωρίζουν οι νέοι ενήλικες σχετικά με την ΜΔ τους και τα συγκεκριμένα δυνατά ή αδύνατα σημεία τους, τόσο πιο προετοιμασμένοι θα είναι για να υπερασπίσουν τους εαυτούς τους και να πάρουν την βοήθεια που χρειάζεται για να πετύχουν.



# Σχετικά Θέματα – ΔΕΠΥ και Χαρισματικότητα

Οι ΜΔ επηρεάζουν την ζωή των παιδιών και των οικογενειών τους με πολλούς διαφορετικούς τρόπους, και οι γονείς πάντα ψάχνουν τρόπους για να καταλάβουν καλύτερα και να ανταποκριθούν στις ανάγκες των παιδιών τους. Μια σειρά από ερωτήσεις σχετικά με την συνύπαρξη διαταραχών προσοχής, προβλημάτων συμπεριφοράς, εναλλακτικών θεραπειών και την παρουσία ξεχωριστών ταλέντων (συνυπάρχουν με τις ΜΔ και αναφέρονται επίσης ως «χαρισματικότητα και ΜΔ») απαντώνται από τους ειδικούς μας.



**E.** Το παιδί μου προσπαθεί πάρα πολύ σκληρά στο σχολείο αλλά δεν είμαι σίγουρη αν είναι μια διαταραχή μάθησης, προσοχής και / ή συμπεριφοράς. Πώς ξέρω σε ποιο από όλα να στραφώ πρώτα;

**A.** Μιλήστε πρώτα με τον παιδίατρο του παιδιού σας ή με κάποιον ειδικό, ιδιαίτερα αν πιστεύετε ότι υπάρχει κάποιο θέμα στην προσοχή και / ή στην συμπεριφορά του. Τα συμπτώματα της ΔΕΠΥ και των ΜΔ συχνά συμπίπτουν και ο καθορισμός του προβλήματος δεν είναι πάντα εύκολος. Μοιραστείτε τις ανησυχίες σας και παραθέστε συγκεκριμένα παραδείγματα προβληματικών καταστάσεων.

**E.** Αξίζουν τον κόπο οι «εναλλακτικές θεραπείες» για το παιδί μου που έχει ΜΔ και ΔΕΠΥ; Έχω άγχος σχετικά με την δοκιμή κάποιων από αυτές αλλά δεν θέλω και να χάσω κάτι το οποίο μπορεί πραγματικά να βοηθήσει. Τι πρέπει να κάνω;

**A.** Είναι φυσικό να θέλετε να κάνετε το παν για να βοηθήσετε το παιδί σας αλλά οι «εναλλακτικές θεραπείες» δεν βασίζονται συνήθως σε αμιγώς επιστημονικές πληροφορίες (συμπεριλαμβανομένης και της ανεξάρτητης έρευνας). Είναι σημαντικό να είστε ενημερωμένοι πριν πάρετε αποφάσεις, αλλιώς θα σπαταλήσετε τα χρήματά σας (και χωρίς αυτό να είναι απαραίτητο, θα δημιουργήσετε ελπίδες στο παιδί σας). Ωστόσο υπάρχουν πολλά που δεν ξέρουμε σχετικά με τις ΜΔ και δεν υπάρχει κανένας τρόπος να μάθουμε αν ή πως μια συγκεκριμένη θεραπεία λειτουργεί αν δεν την δοκιμάσουμε.

Η συμβουλευτική και η θεραπεία μπορούν να βοηθήσουν στην διαχείριση του άγχους, στην ανάπτυξη βαθιάς γνώσης και στην εκμάθηση δεξιοτήτων απαραίτητων για την διαχείριση της ζωής. Η άσκηση και η κατάλληλη διατροφή μπορούν επίσης να οδηγήσουν σε αλλαγές οι οποίες βελτιώνουν την ποιότητα ζωής. Όσο για τα λογισμικά ενίσχυσης της μνήμης, τους ειδικούς χρωματιστούς φακούς, τον τύπο ασκήσεων για εκπαίδευση του εγκεφάλου και άλλες αμφιλεγόμενες θεραπείες, έχουμε περισσότερες ερωτήσεις από απαντήσεις, με την πιο σημαντική από αυτές να είναι «για ποιους μαθητές είναι πιθανό οι συγκεκριμένες θεραπείες να αποδώσουν ποια συγκεκριμένα οφέλη και σε πόσο χρονικό διάστημα;»

Να έχετε υπ' όψιν ότι οι ΜΔ και η ΔΕΠΥ δεν μπορούν να θεραπευτούν και δεν φεύγουν με την πάροδο του χρόνου. Αν αποφασίσετε να δοκιμάσετε οποιαδήποτε θεραπεία, να βεβαιωθείτε ότι δεν βλάπτει το παιδί. Παρόλα αυτά, το παιδί σας μπορεί να μάθει πώς να μειώνει τον αντίκτυπο των ΜΔ ή της ΔΕΠΥ με παρεμβάσεις βασισμένες σε έρευνα, θεραπείες και διευκολύνσεις. Η επιτυχία είναι δυνατή! Τέλος, αν το παιδί σας έχει ΔΕΠΥ, δουλέψτε με τον γιατρό του παιδιού για να βεβαιωθείτε ότι η φαρμακευτική αγωγή που του χορηγείται είναι αποτελεσματική - μερικές φορές χρειάζεται αλλαγή στην δόση ή στο είδος της θεραπευτικής αγωγής.

**E.** Ο γιος μου έχει καλλιτεχνικό ταλέντο αλλά από την άλλη δυσκολεύεται με τα μαθήματα του σχολείου. Υπάρχει πιθανότητα να είναι χαρισματικός ενώ παράλληλα να έχει ΜΔ;

**A.** Φυσικά! Οι ΜΔ είναι μια «ομπρέλα» που χρησιμοποιείται για να συμπεριλάβει πολλούς διαφορετικούς τύπους ειδικών διαταραχών όπως είναι η δυσλεξία, η δυσαριθμησία και η δυσγραφία. Ενώ κάποιοι άνθρωποι έχουν πρόβλημα σε μία ή περισσότερες περιοχές μάθησης και επίδοσης, είναι πιθανό να είναι επιτυχημένοι και να τα πηγαίνουν εξαιρετικά σε άλλες. Στην πραγματικότητα, οι μαθητές με ΜΔ συχνά παρουσιάζουν ασυνήθιστες ικανότητες να έχουν δημιουργική σκέψη και τα προϊόντα της σκέψης τους, είτε είναι καλλιτεχνική δημιουργία, ποίηση, μουσική ή διαπροσωπικές δεξιότητες, τα οποία έχουν προκύψει από σκληρή δουλειά και αποφασιστικότητα πνεύματος, δεν είναι λιγότερο αξιόλογα και αξιέπαινα από αντίστοιχα των συνομηλίκων τους που δεν αντιμετωπίζουν ανάλογες δυσκολίες.

**E.** Το παιδί μου είναι πραγματικά έξυπνο (χαρισματικό και με ΜΔ) και ακόμα καταβάλλει πολύ μεγάλη προσπάθεια στο σχολείο. Όταν το αναφέρω στη δασκάλα του, δεν φαίνεται να ξέρει τι να κάνει. Ποια είναι η συμβουλή σας;

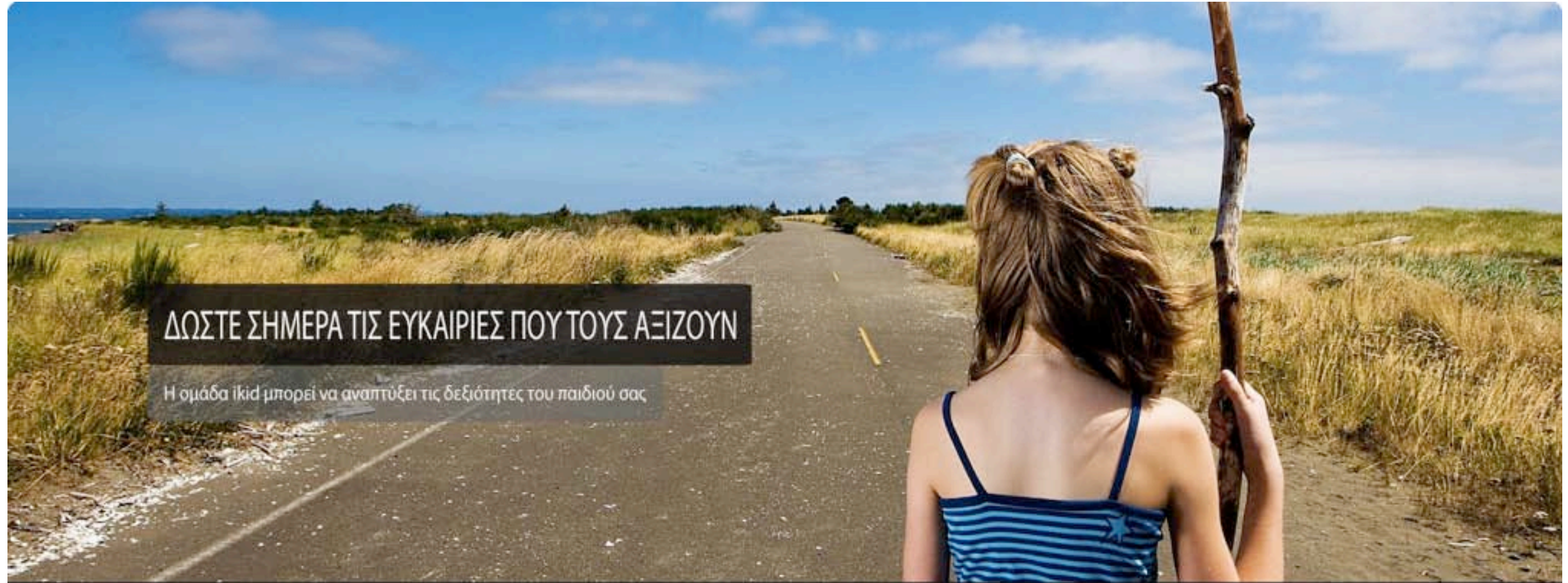
**A.** Οι «διπλά ξεχωριστοί» μαθητές μπορεί να είναι λίγο αινιγματικοί. Πολλοί παραμένουν «κρυμμένοι» μέχρι ακόμα και το Γυμνάσιο όπου ο φόρτος εργασίας και οι απαιτήσεις της διδασκαλίας που χαρακτηρίζεται από διαφορετικά μαθήματα,

διαφορετικούς καθηγητές, διαφορετικά είδη εργασιών και αξιολόγησης είναι πάρα πολλά για να τα αντιμετωπίσουν χωρίς στοχευμένους τύπους διδασκαλίας και προσαρμογές. Οι γονείς συχνά ανακαλύπτουν ότι ούτε οι δάσκαλοι γενικής ούτε ειδικής εκπαίδευσης ξέρουν τι να κάνουν με παιδιά που έχουν ΜΔ και είναι ταυτόχρονα χαρισματικά- είναι λοιπόν σημαντικό να τα υπερασπιστείτε όντας καλά ενημερωμένοι.

Είναι σημαντικό να είστε συγκεκριμένη καθώς αναφέρετε στο προσωπικό του σχολείου τις ανησυχίες σας. Κάποιοι «διπλά ξεχωριστοί» μαθητές αριστεύουν σε κάποιους τομείς και αγωνίζονται πολύ σκληρά σε άλλους. Βεβαιωθείτε ότι ξεκάθαρα επικοινωνείτε το μήνυμα σχετικά με το ποιες περιοχές είναι προβληματικές και παρέχετε στοιχεία (δείγματα δουλειάς, αποτελέσματα τεστ κτλ) όπου είναι δυνατόν.

Αν το παιδί σας παρακολουθεί ένα Εξατομικευμένο Πρόγραμμα Παρέμβασης, σκεφτείτε να ζητήσετε από την ομάδα που το έχει αναλάβει να συνεδριάζει ώστε να μπορεί το πρόγραμμα να ανταποκριθεί στους συνεχείς «αγώνες» του παιδιού. Είναι σημαντικό να αναγνωρίσετε ακριβώς τι προκαλεί τις έντονες δυσκολίες του παιδιού – η επανεξέταση της αξιολόγησης του μπορεί να βοηθήσει εσάς και την ομάδα του να ανακαλύψετε ποιες είναι οι συγκεκριμένες περιοχές αδυναμίας του παιδιού. Στη συνέχεια, η ομάδα μπορεί να σχεδιάσει παρεμβάσεις και διευκολύνσεις οι οποίες θα βοηθήσουν το παιδί να ξεπεράσει τις έντονες δυσκολίες που αντιμετωπίζει.



The logo for 'ikid' is displayed at the top center. The letters are lowercase and colorful: 'i' is yellow, 'k' is blue, 'i' is red, and 'd' is green.A young girl with long brown hair in two buns, wearing a blue and white striped tank top, is seen from behind walking on a paved path. She is holding a long, thin wooden stick. The path is flanked by tall, dry grasses and leads towards a blue sky with light clouds. In the distance, a body of water is visible on the left.

ΔΩΣΤΕ ΣΗΜΕΡΑ ΤΙΣ ΕΥΚΑΙΡΙΕΣ ΠΟΥ ΤΟΥΣ ΑΞΙΖΟΥΝ

Η ομάδα ikid μπορεί να αναπτύξει τις δεξιότητες του παιδιού σας

**ΔΩΡΕΑΝ ΠΡΟΛΗΠΤΙΚΟΣ ΕΛΕΓΧΟΣ**

Με βάση το αίτημα σας, γίνεται ένας έλεγχος διάρκειας 60 λεπτών από τους ειδικούς μας. Μετά τον έλεγχο ακολουθεί μια συνοπτική ανάλυση των αποτελεσμάτων και συμβουλές και προτάσεις για την αντιμετώπιση πιθανών δυσκολιών στο σπίτι και στο σχολικό πλαίσιο.