



ΔΕΠΥ με υπεροχή Διαταραχής Ελλειμματικής Προσοχής

Η ΔΕΠΥ με κυρίαρχη την ελλειμματική προσοχή χαρακτηρίζεται κυρίως από δυσκολίες στη διατήρηση της προσοχής, στην παρακολούθηση των εργασιών και στην οργάνωση των δραστηριοτήτων. Σε αντίθεση με τον υπερκινητικό-παρορμητικό τύπο, τα άτομα με ΔΕΠΥ-Απρόσεκτος τύπος είναι λιγότερο πιθανό να είναι ενοχλητικά ή υπερδραστήρια. Τα συμπτώματα περιλαμβάνουν συχνές ονειροπολήσεις, αφηρημάδα και λήθη. Η έγκαιρη διάγνωση και οι προσαρμοσμένες παρεμβάσεις είναι ζωτικής σημασίας για την αποτελεσματική διαχείριση.

ΔΕΝ ΜΠΟΡΕΙ ΝΑ ΑΚΟΛΟΥΘΗΣΕΙ ΟΔΗΓΙΕΣ

- Δώστε τους σαφείς και συνοπτικές οδηγίες αναλύοντας τις οδηγίες σε μικρά, απλά βήματα, χρησιμοποιώντας σαφή και άμεση γλώσσα.
- Χρησιμοποιήστε οπτικά βοηθήματα όπως λίστες ελέγχου, διαγράμματα, ή εικόνες για να συνοδεύουν τις προφορικές οδηγίες.
- Δημιουργήστε ρουτίνες οργάνωσης στην τάξη για να βοηθήσετε τους μαθητές να προβλέψουν και να καταλάβουν τι αναμένεται από αυτούς.

ΔΥΣΚΟΛΙΑ ΟΡΓΑΝΩΣΗΣ ΚΑΘΗΚΟΝΤΩΝ ΚΑΙ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΩΝ

- Δημιουργήστε μίνι μαθήματα για να εξασκήσετε στην τάξη οργανωτικές δεξιότητες, όπως η ιεράρχηση δραστηριοτήτων ή η διαχείριση του χρόνου.
- Δημιουργήστε ένα υποστηρικτικό μαθησιακό περιβάλλον που να ενθαρρύνει την υποστήριξη και τη συνεργασία μεταξύ συμμαθητών και να προάγει τις συνέργειες.
- Να είστε υπομονετικοί και ενσυναισθητικοί απέναντι στις προκλήσεις που αντιμετωπίζουν οι μαθητές με ΔΕΠΥ.

ΔΕΝ ΟΛΟΚΛΗΡΩΝΕΙ ΤΙΣ ΕΡΓΑΣΙΕΣ

- Δημιουργήστε έναν ήσυχο, οργανωμένο και χωρίς περισπασμούς χώρο για να εργάζονται οι μαθητές.
- Ελαχιστοποιήστε το θόρυβο και τους οπτικούς περισπασμούς για να τους βοηθήσετε να συγκεντρωθούν.
- Συνδυάστε τους μαθητές με συμμαθητές που μπορούν να τους βοηθήσουν να παραμείνουν συγκεντρωμένοι και οργανωμένοι.
- Πραγματοποιήστε συχνούς ελέγχους για να παρακολουθείτε την πρόοδο και να παρέχετε καθοδήγηση αναλύοντας τα μακροπρόθεσμα έργα σε σημεία ελέγχου και γιορτάζοντας τις μικρές επιτυχίες στην πορεία.
- Επιτρέψτε τακτικά διαλείμματα για να βοηθήσετε τους μαθητές να επαναφορτιστούν και να διατηρήσουν τη συγκέντρωσή τους.



ΔΕΠΥ με υπεροχή Διαταραχής Ελλειμματικής Προσοχής

ΟΙ ΜΑΘΗΤΕΣ ΑΠΟΦΕΥΓΟΥΝ ΤΗΝ ΕΚΤΕΛΕΣΗ ΕΡΓΑΣΙΩΝ ΠΟΥ ΑΠΑΙΤΟΥΝ ΣΥΝΕΧΗ ΠΝΕΥΜΑΤΙΚΗ ΠΡΟΣΠΑΘΕΙΑ

- Εναλλαγή σύντομων ασκήσεων ή εργασιών με μεγαλύτερες που απαιτούν συνεχή πνευματική προσπάθεια.
- Χρήση ποικιλίας υλικών και μεθόδων διδασκαλίας για να διατηρείται το ενδιαφέρον των μαθητών.
- Διδασκαλία στρατηγικών αυτορρύθμισης, όπως ο προγραμματισμός και η οργάνωση του χρόνου, ο καθορισμός προτεραιοτήτων και η χρήση υπενθυμίσεων ή ειδοποιήσεων.

ΚΑΝΟΥΝ ΑΠΡΟΣΕΞΙΕΣ ΣΤΟ ΣΧΟΛΕΙΟ Ή ΣΤΙΣ ΕΡΓΑΣΙΕΣ

- Δημιουργία σταθερών καθημερινών ρουτινών για την εργασία στο σπίτι και τη μελέτη.
- Εφαρμογή συνηθειών μέσα στην τάξη, οι οποίες μπορούν να βοηθήσουν τους μαθητές να προσεγγίσουν τις εργασίες με πιο συστηματικό και λιγότερο κουραστικό τρόπο.
- Διδασκαλία στρατηγικών αυτορρύθμισης, όπως ο προγραμματισμός και η οργάνωση του χρόνου, ο καθορισμός προτεραιοτήτων και η χρήση υπενθυμίσεων ή ειδοποιήσεων.

ΔΥΣΚΟΛΙΑ ΔΙΑΤΗΡΗΣΗΣ ΤΗΣ ΠΡΟΣΟΧΗΣ ΣΤΙΣ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ

- Η ενσωμάτωση πολυμέσων, οι πρακτικές δραστηριότητες και η διαδραστική μάθηση μπορούν να κάνουν τις εργασίες πιο ελκυστικές.
- Στο μέτρο του δυνατού, παρουσιάστε την ύλη με έντονα χρώματα, χρησιμοποιώντας διαφορετικά μέσα όπως βιβλία, υπολογιστή, πίνακα, ακουστικά, ταινίες.



ΔΕΠΥ με υπεροχή Διαταραχής Ελλειμματικής Προσοχής

ΠΡΟΣΟΧΗ

ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΕΣ

Δυσκολία στην ολοκλήρωση εργασιών και στη διατήρηση της προσοχής

ΥΠΕΡΚΙΝΗΤΙΚΟΤΗΤΑ

ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΕΣ

Υπερβολικές κινήσεις
Τριγμοί
Δυσκολία να παραμείνουν καθιστά
Ανησυχία

ΣΥΚΕΝΤΡΩΣΗ

ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΕΣ

Ευαισθησία στο θόρυβο και τις αλλαγές
Ενεργός αποφυγή ορισμένων εργασιών

ΟΡΓΑΝΩΣΗ

ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΕΣ

Απώλεια ή εσφαλμένη τοποθέτηση αντικειμένων
Ξεχνούν εργασίες ρουτίνας
Δυσκολία οργάνωσης σκέψεων

ΑΛΛΟ

ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΕΣ

Δυσκολία να παραμείνουν σιωπηλά
Δυσκολία ελέγχου παρορμήσεων