



Co-funded by
the European Union



Εκπαιδευτικό Πρόγραμμα «GBL για την ανάπτυξη κοινωνικών δεξιοτήτων» για δασκάλους πρωτοβάθμιας εκπαίδευσης

**GAMES: Παιχνίδια για μαθητές με αυτισμό ως αποτελεσματική μεθοδολογία
στην εκπαίδευση για την ανάπτυξη κοινωνικών δεξιοτήτων**

Erasmus+. 2021 – 1 – DK01 – KA220 – SCH – 000034350

0



Χρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση. Ωστόσο, οι απόψεις που εκφράζονται είναι αυτές του συγγραφέα ή των συγγραφέων και δεν αντικατοπτρίζουν απαραίτητα εκείνες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού για την Εκπαίδευση και τον Πολιτισμό (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για αυτά. Έργο αρ. 2021 – 1 – DK01 – KA220 – SCH – 000034350



1. Περιεχόμενα

1. ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΚΟΙΝΩΝΙΚΩΝ ΔΕΞΙΟΤΗΤΩΝ (ΙΟ1)	1
1.1. Εισαγωγή.....	1
2. ΚΑΤΑΝΟΗΣΗ ΤΟΥ ΑΥΤΙΣΜΟΥ	3
2.1. ΣΦΑΙΡΙΚΗ ΕΙΚΟΝΑ	3
2.2. Αυτισμός.....	3
3. ΘΕΜΑΤΑ ΚΑΙ ΔΥΣΚΟΛΙΕΣ ΠΟΥ ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΖΟΥΝ ΤΑ ΑΥΤΙΣΤΙΚΑ ΠΑΙΔΙΑ ΣΤΗΝ ΤΑΞΗ ΣΧΕΤΙΚΑ ΜΕ ΤΙΣ ΚΟΙΝΩΝΙΚΕΣ ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ	12
3.1. Επίδραση του αυτισμού στην κοινωνική αλληλεπίδραση ή Ποιες κοινωνικές δεξιότητες επηρεάζονται από τον αυτισμό;	13
3.2. Ποιες κοινωνικές δεξιότητες χρειάζεται ένα αυτιστικό παιδί;	15
4. ΔΙΔΑΚΤΙΚΕΣ ΣΤΡΑΤΗΓΙΚΕΣ.....	18
4.1. Σημαντικές προσεγγίσεις για την εκπαίδευση κοινωνικών δεξιοτήτων.....	22
4.2. Πώς οι δάσκαλοι μπορούν να δουλέψουν πάνω στις κοινωνικές δεξιότητες ..	25
4.3. Οι ενότητες του προγράμματος σπουδών	32
4.4. Παραδείγματα δραστηριοτήτων ανά ενότητες	37
5. ΑΝΑΦΟΡΕΣ:	65



1. ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΚΟΙΝΩΝΙΚΩΝ ΔΕΞΙΟΤΗΤΩΝ (IO1)

1.1. Εισαγωγή

Η αποστολή του έργου είναι να αναπτύξει ένα πακέτο GBL για Κοινωνικές Δεξιότητες, ειδικά σχεδιασμένο για αυτιστικούς μαθητές. Είναι μια ολοκληρωμένη προσέγγιση που χρησιμοποιείται για την ολοκλήρωση αυτού του στόχου και ξεκινά με τη δημιουργία του Προγράμματος Κοινωνικών Δεξιοτήτων και προορίζεται για δασκάλους πρωτοβάθμιας εκπαίδευσης, ενώ συμπληρώνεται από δύο τύπους παιχνιδιών – **Παιχνίδι Εικονικής Πραγματικότητας (VR- Virtual Reality) και Ομαδικά παιχνίδια στην τάξη**, ως εκπαιδευτικό πακέτο που θα δημιουργήσει το μονοπάτι για τους δασκάλους, να διδάσκουν αποτελεσματικά σημαντικές κοινωνικές δεξιότητες σε αυτιστικούς μαθητές. Το Πρόγραμμα Σπουδών έχει ως στόχο να αυξήσει τις δεξιότητες και τις ικανότητες των εκπαιδευτικών λαμβάνοντας υπόψη:

- α) Τις προκλήσεις που αντιμετωπίζουν τα παιδιά με αυτισμό σε μια τυπική τάξη και στο σχολικό περιβάλλον γενικότερα
- β) Τις προκλήσεις που τα παιδιά με αυτισμό συνήθως έχουν με τις κοινωνικές δεξιότητες
- γ) Την απουσία ολοκληρωμένων προγραμμάτων σπουδών κατάρτισης που εστιάζουν στην επαγγελματική ανάπτυξη των εκπαιδευτικών σχετικά με τις κοινωνικές δεξιότητες αυτών των παιδιών.

Οι ενότητες του Προγράμματος Σπουδών Κοινωνικών Δεξιοτήτων θα είναι η κύρια βάση πάνω στην οποία θα αναπτυχθούν τα παιχνίδια. Αυτό το εκπαιδευτικό πρόγραμμα θα μπορούσε να γεφυρώσει το χάσμα μεταξύ θεωρίας και πράξης αφού πρακτικά εξοικειώνει τους δασκάλους με το πακέτο GAMES (VR Game & Group games Booklet/ Παιχνίδι Εικονικής Πραγματικότητας (VR- Virtual Reality) και Ομαδικά παιχνίδια στην τάξη) και είναι μια ανεκτίμητη πηγή γνώσεων που θα στηρίξει τους δασκάλους όταν διδάσκουν κοινωνικές δεξιότητες στους αυτιστικούς μαθητές τους και έχει ως αποτέλεσμα την βελτίωση της σχολικής ζωής και την ένταξη αυτών των μαθητών στην ευρύτερη κοινωνία.



Καινοτόμα στοιχεία του προγράμματος σπουδών:

*Διευρωπαϊκή διάσταση (το πρόγραμμα σπουδών θα εκπονηθεί και θα σχεδιαστεί από τη διεθνή ομάδα, η οποία αποτελείται από ερευνητές και ειδικούς στον τομέα που εκπροσωπούν κάθε εμπλεκόμενο ίδρυμα και χώρα)

*Το εκπαιδευτικό πρόγραμμα θεωρείται ότι είναι μια πραγματική απάντηση στην ανάγκη των εκπαιδευτικών στην επιμόρφωσή τους σχετικά με τις κοινωνικές δεξιότητες για τα παιδιά με αυτισμό.

*Εκτός από την απόκτηση θεωρητικών γνώσεων, οι δάσκαλοι θα βελτιώσουν και θα εξασκήσουν νέες κοινωνικές δεξιότητες, θα έρθουν σε επαφή με επαγγελματίες του χώρου (ειδικούς) από άλλες χώρες, θα εξασκηθούν και θα βελτιώσουν τις ψηφιακές καθώς και τις δεξιότητες τους στην αγγλική γλώσσα.

ΠΕΡΙΧΟΜΕΝΟ ΤΟΥ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΟΣ:

- Κατανόηση του Αυτισμού
- Ζητήματα και δυσκολίες που αντιμετωπίζουν τα αυτιστικά παιδιά στην τάξη που σχετίζονται με κοινωνικές δεξιότητες
- Στρατηγικές διδασκαλίας



2. ΚΑΤΑΝΟΗΣΗ ΤΟΥ ΑΥΤΙΣΜΟΥ

2.1. ΣΦΑΙΡΙΚΗ ΕΙΚΟΝΑ

Διαφορετικές ερευνητικές μελέτες (Courtenay y Perera, 2020; Amaral, de Vries, 2020; Apeis et al., 2020) δείχνουν τις αρνητικές επιπτώσεις που προκαλεί ο COVID19 για τα αυτιστικά άτομα (σε τομείς όπως η σωματική και συναισθηματική υγεία, η απασχόληση, το οικογενειακό πλαίσιο) και τον κίνδυνο απώλειας κοινωνικών δεξιοτήτων και καθυστερήσεων στην ανάπτυξη.

Ως εκ τούτου, είναι απαραίτητο να αντιμετωπιστεί η ανάγκη σχεδιασμού/επανεξέτασης της παροχής εκπαιδευτικών υπηρεσιών με χρήση διαδικτυακών/εικονικών εργαλείων. Οι πρώτες παρατηρήσεις (Narzisi, 2020) σχετικά με τις ήδη ανεπτυγμένες διαδικτυακές πρωτοβουλίες, έδειξαν ότι οι επικοινωνιακές και γνωστικές δυσκολίες ατόμων με μεγαλύτερες ανάγκες υποστήριξης, αποτελούν ένα ακόμη εμπόδιο για την αποτελεσματική εφαρμογή διαδικτυακής υποστήριξης.

Αυτά τα εμπόδια στην πρόσβαση στις ψηφιακές τεχνολογίες προκαλούνται κυρίως από την έλλειψη προσβάσιμων εργαλείων, την έλλειψη ικανοτήτων (δάσκαλοι, άτομα με αναπηρία και οι οικογένειές τους), τις κακώς προσαρμοσμένες εκπαιδευτικές μεθοδολογίες και τους λίγους τεχνολογικούς πόρους. Πιο συγκεκριμένα, τα ψηφιακά εργαλεία συχνά σχεδιάζονται για τον γενικό πληθυσμό χωρίς να λαμβάνονται υπόψη οι ανάγκες των αυτιστικών ατόμων με χαμηλότερα γνωστικά επίπεδα (επίπεδα 1 και 2, σύμφωνα με την Αμερικανική Ψυχιατρική Εταιρεία, 2013).

3

2.2. Αυτισμός

Ο αυτισμός είναι μια δια βίου αναπηρία και τα συμπτώματα είναι συνήθως εμφανή από την πρώιμη παιδική ηλικία. Ο αυτισμός μπορεί να διαγνωστεί από κατάλληλα καταρτισμένους επαγγελματίες σύμφωνα με διεθνή κριτήρια διάγνωσης (DSM-5 Autism Diagnostic Criteria από το 2013, Grzadzinski, et al., 2013).

Τα κύρια συμπτώματα του αυτισμού είναι:

- Έλλειψη κοινωνικής επικοινωνίας και κοινωνικής αλληλεπίδρασης,
- Περιορισμένα, επαναλαμβανόμενα μοτίβα συμπεριφοράς, ενδιαφερόντων ή δραστηριοτήτων.

Οι άνθρωποι με αυτισμό συχνά αντιμετωπίζουν επίσης αισθητηριακές δυσκολίες, όπως αυξημένη ή μειωμένη ευαισθησία στο φως, τον ήχο, το χρώμα, τη μυρωδιά, τη γεύση ή την αφή.



Ο αυτισμός περιέχει ένα φάσμα συμπτωμάτων που ποικίλλουν μεταξύ των ατόμων, από ήπια έως σοβαρά. Εξαιτίας αυτού, οι δάσκαλοι πρέπει να είναι σε θέση να διδάξουν και να στηρίξουν παιδιά και νέους σε ένα ευρύ φάσμα αναγκών, διαφορών, δυσκολιών και δυνατοτήτων. Είναι σημαντικό να αντιμετωπίζουμε κάθε παιδί και νέο άτομο ως μοναδικό και να περιορίσουμε τις προσδοκίες που βασίζονται σε υπάρχοντα στερεότυπα. Τα παιδιά και οι νέοι αυτιστικοί άνθρωποι θα είναι όλοι διαφορετικοί στον τρόπο με τον οποίο αλληλεπιδρούν και επικοινωνούν και όλοι θα παρουσιάζουν ασυνήθιστα πρότυπα συμπεριφοράς και σκέψης. Είναι όμως όλα ξεχωριστά άτομα και όχι μόνο το άθροισμα των ιδιαίτερων χαρακτηριστικών του αυτισμού (Howley και Preece, 2013).

Οι ίδιοι μελετητές λένε ότι οι διαφορές στην κοινωνική αλληλεπίδραση βρίσκονται στην καρδιά του φάσματος του αυτισμού. Το εύρος των δυσκολιών με την κοινωνική αλληλεπίδραση ποικίλει και κάθε άτομο παρουσιάζεται διαφορετικά στον τρόπο με τον οποίο αλληλεπιδρά με τους άλλους: ορισμένα παιδιά και νέοι είναι απομονωμένοι και «κοινωνικά απόμακροι», θεωρώντας ότι η αλληλεπίδραση είναι αγχωτική. Μερικοί είναι κοινωνικά παθητικοί με τρόπο που αντιδρούν, εάν οι άλλοι τους προσεγγίζουν, αλλά μπορεί να μην κάνουν το πρώτο βήμα. Άλλοι θα συμμετέχουν ενεργά, αλλά θα κάνουν «κοινωνικά λάθη» και κάποιοι θα μπορούσαν να περιγραφούν ως υπερβολικά τυπικοί και δύστροποι στις αλληλεπιδράσεις τους.

Τα παιδιά και τα νεαρά αυτιστικά άτομα έχουν προβλήματα στην κατανόηση τόσο της λεκτικής όσο και της μη λεκτικής επικοινωνίας. Και ενώ μερικοί έχουν καλή, μερικές φορές προχωρημένη, εκφραστική γλώσσα, αυτό συχνά κρύβει τις δυσκολίες που έχουν με την κατανόηση.

Αυτό μπορεί να είναι παραπλανητικό και μπορεί να έχει ως αποτέλεσμα οι άλλοι να υποθέτουν ότι καταλαβαίνουν όταν στην πραγματικότητα αυτό δεν ισχύει.

Συχνά μερικά από τα πρώτα ορατά σημάδια του αυτισμού είναι οι επαναλαμβανόμενες κινητικά συμπεριφορές, όπως και οι άκαμπτες κινήσεις:

- Επαναλαμβανόμενες συμπεριφορές: ακαθόριστες κινήσεις (χτύπημα των χεριών, κούνημα, περιστροφή), ανεπαίσθητες κινήσεις (τίναγμα των δακτύλων, τικ και γκριμάτσες στο πρόσωπο, τίναγμα των ώμων, επαναλαμβανόμενο τίναγμα των χεριών).
- Σταθερή εξάρτηση από τις συμπεριφορές ρουτίνας: επαναλαμβανόμενο άγγιγμα επιφανειών πριν αρχίσουν να ασχολούνται με μια εργασία, παράταξη παιχνιδιών στο παιχνίδι, τακτοποίηση του εξοπλισμού στο τραπέζι και ταραχή



αν μετακινηθούν αντικείμενα, επιμονή στην ολοκλήρωση όλων των δραστηριοτήτων μέσα σε ένα μάθημα, παρόλο που μια εργασία θα έπρεπε να διεξαχθεί σε μια σειρά μαθημάτων

- Αδυναμία προσαρμογής των συμπεριφορών σε διαφορετικά πλαίσια, ιδιαίτερα των κοινωνικών (Howley and Preece, 2013).

Οι επαναλαμβανόμενες συμπεριφορές και οι κινητικές ιδιομορφίες μπορεί να φαίνονται μη λειτουργικές, αλλά, αν δούμε αυτές τις συμπεριφορές από την οπτική γωνία του αυτισμού, μπορεί να εξυπηρετούν έναν σημαντικό σκοπό. Ορισμένες επαναλαμβανόμενες συμπεριφορές αποτελούν στρατηγικές αυτοδιαχείρισης ή αυτοκατανόησης (Howley and Preece, 2013).

Τα αυτιστικά παιδιά και άτομα έχουν συχνά αγαπημένες δραστηριότητες και ειδικά ενδιαφέροντα που συχνά κυριαρχούν στη σκέψη τους και δημιουργούν εμπόδια μεταξύ του ατόμου και του δασκάλου ή των συνομηλίκων τους.

Για την καλύτερη κατανόηση των αυτιστικών παιδιών και ατόμων, πρέπει να γνωρίζουμε τις γνωστικές θεωρίες. Οι γνωστικές θεωρίες μπορούν να βοηθήσουν στην ανάπτυξη μιας βαθύτερης κατανόησης του πώς ένα άτομο μπορεί να βιώσει τον κόσμο και να ανταποκριθεί με τον τρόπο που βιώνει όταν έχει αυτισμό ή σχετικές ανάγκες υποστήριξης. Μπορούν να μας βοηθήσουν να σκεφτούμε «γιατί» μπορεί να προκύψουν προκλήσεις και πώς μπορούμε να κάνουμε τις καλύτερες προσαρμογές για τα αυτιστικά άτομα, προκειμένου να μειώσουμε το άγχος και να υποστηρίξουμε τη συμμετοχή και τη μάθηση. Όλες οι «συμπεριφορές» στα διαγνωστικά κριτήρια μπορούν επίσης να εμφανιστούν σε άτομα χωρίς αυτισμό. Οι θεωρίες αλληλεπικαλύπτονται και δεν αλληλοαποκλείονται, αλλά καθεμία από αυτές έχει μια χρήσιμη συμβολή στην κατανόηση των ατόμων με αυτισμό (Silberman, 2015).



Πίνακας 1. Γνωστικές Θεωρίες Διαταραχών Αυτιστικού Φάσματος (Rutherford & Johnston, 2019):

Θεωρία του Νου	<p>Αναπτύσσεται από την από κοινού προσοχή.</p> <p>Κατανόηση των σκέψεων, συναισθημάτων, πεποιθήσεων και εμπειριών των άλλων ανθρώπων</p> <p>Λαμβάνουμε υπόψη αυτή την κατανόηση στις δικές μας ενέργειες.</p>
Εκτελεστική Λειτουργία	<p>Η ικανότητα προγραμματισμού, οργάνωσης και αλληλουχίας σκέψεων και ενεργειών.</p> <p>Η ικανότητα ελέγχου των παρορμήσεων.</p>
Αδύναμη κεντρική συνοχή	<p>Η τάση του ατόμου να εστιάζεται στις λεπτομέρειες, αντί στη «μεγάλη εικόνα» επηρεάζει την ικανότητα του να εξετάζει το πλαίσιο.</p>
Αγνόηση πλαισίου	<p>Υπάρχει πρόκληση στην επεξεργασία ή τη χρήση όλων των πληροφοριών από οπτικά, ακουστικά, ιστορικά και κοινωνικά πλαίσια για την κατανόηση των εμπειριών αυτή τη στιγμή.</p> <p>Λείπει το «προφανές».</p>
Πρόβλημα διπλής ενσυναίσθησης	<p>Μια αμοιβαία πρόκληση παρεξήγησης προθέσεων, κινήτρων ή επικοινωνίας μεταξύ νευρωτικών ατόμων και ατόμων με αυτισμό.</p>
Μονοτροπισμός	<p>Τάση εστίασης της προσοχής σε ένα πράγμα τη φορά, με δυσκολία στη μετατόπιση της προσοχής και στην επεξεργασία πολλαπλών ερεθισμάτων που μπορεί να υποστηρίξουν την κατανόηση.</p>



Θεωρία του Νου

Η Θεωρία του Νου (ΘΤΝ) βασίζεται στη θεωρία των γνωστικών διαδικασιών που χρησιμοποιούνται για την κατανόηση των σκέψεων, των συναισθημάτων, των πεποιθήσεων και των εμπειριών άλλων ανθρώπων. Περιγράφηκε για πρώτη φορά από την Uta Frith το 1989. και από τότε, η κατανόησή του έχει αναπτυχθεί αρκετά. Αυτή η ικανότητα υποστηρίζεται από την πρώιμη κοινή προσοχή (δύο άτομα που εστιάζουν στο ίδιο πράγμα για να επικοινωνήσουν μεταξύ τους). Η ΘΤΝ συνεχίζει να εξελίσσεται στην ενήλικη ζωή, καθώς συνεχίζουμε να προσπαθούμε να κατανοήσουμε τις προοπτικές και τις ενέργειες άλλων ανθρώπων σε κοινωνικά περιβάλλοντα. Τα φυσιολογικά αναπτυσσόμενα παιδιά αναπτύσσουν επίγνωση της ΘΤΝ γύρω στην ηλικία των 5 ετών και μπορούν να κατανοήσουν και να χρησιμοποιήσουν λέξεις που δείχνουν ότι αναγνωρίζουν ότι οι άλλοι άνθρωποι έχουν σκέψεις, συναισθήματα, πεποιθήσεις, προοπτικές και εμπειρίες που είναι διαφορετικές από τις δικές τους.

Καθώς τα παιδιά μεγαλώνουν, συνειδητοποιούν ότι οι άνθρωποι μπορούν να σκέφτονται ένα πράγμα αλλά να λένε κάτι άλλο και ότι υπάρχουν μη κυριολεκτικές ερμηνείες των πραγμάτων που λένε οι άνθρωποι. Αυτό μπορεί να μεταφερθεί προφορικά και μη λεκτικά, αλλά και μέσω προσωδίας (ή τονισμού, στον τόνο και το άγχος στη φωνή), τον σαρκασμό, τα μικρά ψέματα και τα αστεία. Στα άτομα με αυτισμό, η ΘΤΝ μπορεί να μην αναπτυχθεί με τον ίδιο τρόπο, γεγονός που μπορεί να οδηγήσει σε δυσκολίες στη χρήση και κατανόηση της κοινωνικής επικοινωνίας, στην υπερβολική κυριολεξία, σε παρερμηνείες του τι σκέφτονται και λένε οι άλλοι, να φαίνονται αγενείς ή να λένε και να κάνουν πράγματα απρόσμενα σε άλλους και να δυσκολεύονται να φανταστούν πώς αλλιώς θα μπορούσαν να κάνουν πράγματα στο μέλλον (Fletcher-Watson et al., 2014). Αντί να εστιάσουμε στη διδασκαλία της θεωρίας του νου – η τρέχουσα έρευνα (Holt et al., 2021) προτείνει ότι αυτό είναι κάτι που πρέπει να λάβουμε υπόψη στην κατανόηση ατόμων με αυτισμό και στο σχεδιασμό σχετικών στρατηγικών υποστήριξης.

Εκτελεστική Λειτουργία

Η εκτελεστική λειτουργία είναι η γνωστική θεωρία πίσω από την ικανότητά μας να σχεδιάζουμε, να οργανώνουμε, να ακολουθούμε σκέψεις και ενέργειες και να ελέγχουμε τις παρορμήσεις μας. Μπορεί να επηρεάσει την ικανότητά μας να γνωρίζουμε και να κατανοούμε το πέρασμα του χρόνου. Η μνήμη εργασίας είναι μια σημαντική πτυχή της εκτελεστικής λειτουργίας. Αυτό μας επιτρέπει να κρατάμε μια



πληροφορία στο μυαλό μας καθώς σκεφτόμαστε μια άλλη. Αυτό που μπορεί να δούμε στους αυτιστικούς μαθητές που σχετίζονται με προκλήσεις με την εκτελεστική λειτουργία είναι: ασυνέπεια στη μάθηση – μπορούν να το κάνουν τη μια μέρα αλλά όχι την επόμενη, αδεξιότητα – να πατάνε πάνω σε πράγματα ή φαινομενικά να μην προσέχουν τους ανθρώπους και πράγματα γύρω τους ή να είσαι «σε βιασύνη», να έχουν δυσκολία μετάβασης από τη μια δραστηριότητα στην άλλη, απροθυμία να δοκιμάσουν νέα πράγματα, ιδιαίτερες δυσκολίες στην αλληλουχία εργασιών (π.χ. ντύσιμο, οργάνωση της σχολικής τσάντας), και παρορμητική συμπεριφορά για την οποία μπορεί αργότερα να μετανιώσουν (Meltzer, 2018).

Αδύναμη κεντρική συνοχή

Η κεντρική συνοχή είναι η γνωστική θεωρία πίσω από την ικανότητά μας να βλέπουμε τη "μεγάλη εικόνα", να κατανοούμε το πλαίσιο και να το χρησιμοποιούμε για να καταλαβαίνουμε το νόημα. Τα αυτιστικά άτομα μπορεί να έχουν την τάση να εστιάζουν στις λεπτομέρειες και όχι στη συνολική εικόνα. Οι προκλήσεις σε αυτόν τον τομέα μπορεί να εκδηλωθούν ως εξής: αποφυγή επιλογών, φαινόμενο να παρεξηγούν ό,τι λέτε, ή να χάνουν το νόημα, εστίαση σε "άσχετες" λεπτομέρειες, ανάγνωση με ευχέρεια αλλά χωρίς κατανόηση και αποστήθιση μαθηματικών, με αποτέλεσμα να δυσκολεύονται όλο και πιο πολύ καθώς αυτά γίνονται πιο περίπλοκα (Harré & Frith, 2006).

Αγνόηση Πλαισίου

Η αγνόηση πλαισίου που περιγράφεται από τον Peter Vermeulen είναι η γνωστική θεωρία όπου υπάρχει μια πρόκληση στη χρήση του οπτικού, ακουστικού, ιστορικού και κοινωνικού πλαισίου για την κατανόηση των εμπειριών της στιγμής. Θεωρείται ότι τα άτομα με αυτή τη δυσκολία δεν μπορούν να ανταποκριθούν σε περισσότερα από ένα ερεθίσματα ταυτόχρονα, επομένως μερικές φορές χάνουν "το προφανές". Οι προκλήσεις σε αυτόν τον τομέα μπορεί να εκδηλώνονται ως: καλή απόδοση σε τεστ (π.χ. κοινωνικών δεξιοτήτων ή αναγνώρισης συναισθημάτων) αλλά όχι στην πραγματική ζωή, μη χρήση φαινομενικά προφανών πληροφοριών σχετικά με το πλαίσιο (π.χ., γνωρίζοντας ότι οι τουαλέτες σε έναν εκθεσιακό χώρο μπάνιου δεν είναι πραγματικές τουαλέτες και δεν πρέπει να χρησιμοποιούνται!), επίδειξη "υπερβολικά κυριολεκτικής" ή "συγκεκριμένης" σκέψης, υπερβολική επισημότητα ή υπερβολική εξοικείωση, υπερβολική δυσκολία από νέα πρόσωπα ή χώρους, υπερβολική κοινοποίηση προσωπικών πληροφοριών, δυσκολία στην επεξεργασία της ασάφειας



(π.χ., όταν κάποιος λέει ένα πράγμα αλλά εννοεί κάτι άλλο), δυσκολεύονται να δουν τα πράγματα από την οπτική γωνία των άλλων ανθρώπων και να προσαρμοστούν σε κανόνες και μεταβαλλόμενα κοινωνικά πλαίσια, μπορεί να "αστυνομεύουν" τους άλλους ή απλώς να ενεργούν απροσδόκητα (Vermeulen, 2015).

Πρόβλημα διπλής ενσυναίσθησης

Η γνωστική θεωρία του προβλήματος της διπλής ενσυναίσθησης, που περιγράφεται από τον Damian Milton, προτείνει ότι όταν άνθρωποι με πολύ διαφορετικές εμπειρίες αλληλεπιδρούν μεταξύ τους, θα δυσκολευτούν στη μεταξύ τους κατανόηση. Μέσω αυτής της θεωρίας, αναγνωρίζουμε ότι εκτός από τα αυτιστικά άτομα που αντιμετωπίζουν προκλήσεις κοινωνικής επικοινωνίας, τα νευρωτικά άτομα μπορεί να έχουν εξίσου δυσκολίες στην κατανόηση των προθέσεων και της επικοινωνίας του αυτιστικού ατόμου και ότι το πρόβλημα είναι δυναμικό, δηλαδή δεν ανήκει αποκλειστικά στο αυτιστικό άτομο. Αυτό που μπορεί να δούμε είναι η κακή επικοινωνία μεταξύ των δύο τύπων ατόμων (Milton, 2017).

Μονοτροπισμός

Ο μονοτροπισμός είναι η γνωστική θεωρία που περιγράφει την πρόκληση του "να βρίσκεσαι σε ένα τούνελ προσοχής". Πρόκειται για την τάση να εστιάζουμε σε ένα πράγμα κάθε φορά και επομένως να χάνουμε πληροφορίες που σχετίζονται με το πλαίσιο. Για να εκτελέσει ένα έργο, κάθε άτομο πρέπει: Να βλέπει το νόημα της εργασίας, να κατανοεί τον στόχο, να εκτιμά το νόημα της εργασίας, να παρακινείται από αυτήν, να βλέπει πώς να εκτελέσει την εργασία αυτή, να κατανοεί ακριβώς ποια είναι η εργασία, να γνωρίζει ποια βήματα πρέπει να γίνουν για την εκτέλεσή της και να γνωρίζει πώς να κάνει τα προσδιορισμένα βήματα. Τα μονοτροπικά άτομα είναι πιθανό να έχουν προβλήματα με το καθένα από αυτά. Προκλήσεις σε αυτόν τον τομέα που μπορεί να δούμε σε αυτιστικά παιδιά είναι: προτίμηση στην ομοιομορφία, περιορισμένες, επαναλαμβανόμενες και στερεοτυπικές συμπεριφορές (π.χ, επανειλημμένη περιστροφή των τροχών ενός αυτοκινήτου, ομιλία για το ίδιο θέμα κατ' επανάληψη, συγκεκριμένο ενδιαφέρον για τα πλυντήρια ρούχων ή κατανάλωση μόνο μπεζ τροφίμων), δυσκολία μετατόπισης της προσοχής από το ένα πράγμα στο άλλο, έντονη εστίαση της προσοχής σε ορισμένα πράγματα και όχι σε άλλα, έλλειψη ετοιμότητας για αλλαγές, αίσθηση ότι τα πράγματα που συμβαίνουν είναι απροσδόκητα επειδή δεν έχουν εστιάσει την προσοχή τους στα σημάδια που χρησιμοποιούν οι άλλοι για προβλεψιμότητα, εστίαση στη λεπτομέρεια αντί για τη συνολική εικόνα, ανομοιόμορφο προφίλ δεξιοτήτων που σχετίζεται με τομείς εστίασης



της προσοχής ή με τομείς στους οποίους δεν εστιάζουν, "αδυναμία να προχωρήσουν" ή να κολλήσουν, και εξάρτηση από την προτροπή (π.χ. βάζουν το σακάκι τους μόνο όταν τους το λέει ο ενήλικας), μειωμένη πρωτοβουλία, ανάγκη για τάξη, εξοικείωση και επιβεβαίωση, μειωμένη επίγνωση της δυσκολίας των άλλων όταν οι άνθρωποι αλλάζουν γνώμη (ακαμψία) και αν κάτι δεν πάει όπως το ανέμεναν, δεν βλέπουν εναλλακτικές λύσεις (Murray et al., 2005).

Τα αυτιστικά άτομα περιλαμβάνουν όσους έχουν σημαντικές διανοητικές αναπηρίες και χρειάζονται υψηλό επίπεδο υποστήριξης στην καθημερινή τους ζωή, καθώς και εκείνους που έχουν μέση έως υψηλή νοημοσύνη και χρειάζονται χαμηλότερο επίπεδο υποστήριξης.

Στην τελευταία διαγνωστική ταξινόμηση του αυτισμού (DSM-5), λαμβάνεται υπόψη το επίπεδο σοβαρότητας στην κοινωνική επικοινωνία και η περιοριστική και επαναλαμβανόμενη συμπεριφορά, ανάλογα με το που ανήκει το παιδί:

Επίπεδο 3 - "Απαιτείται πολύ ουσιαστική υποστήριξη"

Κοινωνική επικοινωνία: Σοβαρές ελλείψεις στις δεξιότητες λεκτικής και μη λεκτικής κοινωνικής επικοινωνίας οι οποίες προκαλούν σοβαρές βλάβες στη λειτουργία, πολύ περιορισμένη έναρξη κοινωνικών αλληλεπιδράσεων και ελάχιστη ανταπόκριση σε κοινωνικές προτροπές από άλλους. Για παράδειγμα, ένα άτομο με λίγες λέξεις κατανοητής ομιλίας που σπάνια παίρνει την πρωτοβουλία για επικοινωνία και, όταν το κάνει, κάνει ασυνήθιστες προσεγγίσεις για να καλύψει μόνο ανάγκες και ανταποκρίνεται μόνο σε πολύ άμεσες κοινωνικές προσεγγίσεις.

Έχει περιορισμένες, επαναλαμβανόμενες συμπεριφορές: ακαμψία στη συμπεριφορά, εξαιρετική δυσκολία αντιμετώπισης της αλλαγής ή άλλες περιορισμένες/επαναλαμβανόμενες συμπεριφορές παρεμβαίνουν σημαντικά στη λειτουργία σε όλους τους τομείς. Μεγάλη αγωνία/δυσκολία αλλαγής εστίασης ή δράσης (APA, 2013).

Επίπεδο 2 - "Απαιτείται ουσιαστική υποστήριξη"

Κοινωνική επικοινωνία: Σημαντικές ελλείψεις στις δεξιότητες λεκτικής και μη λεκτικής κοινωνικής επικοινωνίας, εμφανείς κοινωνικές δυσκολίες ακόμη και με υποστήριξη, περιορισμένη έναρξη κοινωνικών αλληλεπιδράσεων και μειωμένες ή μη φυσιολογικές απαντήσεις σε κοινωνικές προτροπές από άλλους. Για παράδειγμα, ένα άτομο που λέει απλές προτάσεις, του οποίου η αλληλεπίδραση περιορίζεται σε στενά ειδικά ενδιαφέροντα και που έχει έντονα ασυνήθιστη μη λεκτική επικοινωνία.



Περιορισμένη, επαναλαμβανόμενη συμπεριφορά: Η ακαμψία της συμπεριφοράς, η δυσκολία αντιμετώπισης της αλλαγής ή άλλες περιορισμένες/επαναλαμβανόμενες συμπεριφορές εμφανίζονται αρκετά συχνά ώστε να είναι εμφανείς στον περιστασιακό παρατηρητή και να παρεμβαίνουν στη λειτουργία σε διάφορα πλαίσια. Δυσκολία αλλαγής εστίασης ή δράσης (APA, 2013).

Επίπεδο 1 - "Απαιτείται υποστήριξη"

Κοινωνική επικοινωνία: χωρίς υποστήριξη, οι αδυναμίες στην κοινωνική επικοινωνία προκαλούν αισθητά προβλήματα: δυσκολίες στην έναρξη κοινωνικών αλληλεπιδράσεων και ξεκάθαρα παραδείγματα άτυπων ή αποτυχημένων απαντήσεων στα κοινωνικά ανοίγματα των άλλων. Μπορεί να φαίνονται ότι έχουν μειωμένο ενδιαφέρον για κοινωνικές αλληλεπιδράσεις. Για παράδειγμα, ένα άτομο που μπορεί να μιλήσει με ολόκληρες προτάσεις και να συμμετέχει σε επικοινωνία, αλλά του οποίου η αμοιβαία συνομιλία με άλλους αποτυγχάνει, και του οποίου οι προσπάθειες να κάνει φίλους είναι περιέργες και τυπικά ανεπιτυχείς.

Υπάρχει περιορισμένη, επαναλαμβανόμενη συμπεριφορά: η ανελαστικότητα συμπεριφοράς προκαλεί σημαντική παρέμβαση στην κοινωνική ένταξη, σε ένα ή περισσότερα πλαίσια, δυσκολία εναλλαγής μεταξύ δραστηριοτήτων και προβλήματα οργάνωσης και σχεδιασμού που εμποδίζουν την αυτονομία (APA, 2013).



3. ΘΕΜΑΤΑ ΚΑΙ ΔΥΣΚΟΛΙΕΣ ΠΟΥ ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΖΟΥΝ ΤΑ ΑΥΤΙΣΤΙΚΑ ΠΑΙΔΙΑ ΣΤΗΝ ΤΑΞΗ ΣΧΕΤΙΚΑ ΜΕ ΤΙΣ ΚΟΙΝΩΝΙΚΕΣ ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ

Οι κοινωνικές δεξιότητες είναι οι δεξιότητες που χρησιμοποιούν οι άνθρωποι για να επικοινωνούν και να αλληλεπιδρούν μεταξύ τους, τόσο λεκτικά όσο και μη, χρησιμοποιώντας χειρονομίες, τη γλώσσα του σώματος και προσωπική εμφάνιση. Πολλοί συγγραφείς αναγνωρίζουν ότι οι κοινωνικές δεξιότητες εμφανίζονται ως κατάλληλη συμπεριφορά σύμφωνα με τη συγκεκριμένη κατάσταση - την ικανότητα αλληλεπίδρασης, επικοινωνίας και αποτελεσματικής συνεργασίας με άλλους. Αυτές οι δεξιότητες περιλαμβάνουν επικοινωνία, ευελιξία, ενσυναίσθηση, ενεργητική ακρόαση, ανάγνωση και διαχείριση συναισθημάτων, συνεργασία με άλλους και επίδειξη ευθύνης για τους άλλους και το κοινωνικό περιβάλλον. Οι άνθρωποι είναι κοινωνικά όντα που χρειάζονται ένταξη και αποδοχή του περιβάλλοντος τους, από το οποίο εξαρτώνται, στο οποίο ταυτόχρονα μαθαίνουν, αναπτύσσονται και διαμορφώνονται. Οι κοινωνικές δεξιότητες επιδεικνύονται σε μια μεγάλη ποικιλία διαπροσωπικών σχέσεων και μας βοηθούν να ξεκινήσουμε, να χτίσουμε και να διατηρήσουμε σχέσεις, δηλαδή μας βοηθούν να ενταχθούμε σε κοινωνικά περιβάλλοντα.

12

Οι κοινές δεξιότητες κοινωνικής αλληλεπίδρασης περιλαμβάνουν:

- Δεξιότητες παιχνιδιού – όπως η εναλλαγή, η κοινή χρήση και η συνεργασία
- Δεξιότητες συνομιλίας – συμπεριλαμβανομένης της γλώσσας του σώματος και της γνώσης του τι να πω
- Συναισθηματικές δεξιότητες – όπως η διαχείριση των συναισθημάτων κάποιου και η κατανόηση του πώς νιώθουν οι άλλοι
- Δεξιότητες επίλυσης προβλημάτων – όπως η κατανόηση του πλαισίου, η αντιμετώπιση διαφωνιών ή η λήψη αποφάσεων σε μια κοινωνική κατάσταση.

Οι Canney και Byrne (2006, σύμφωνα με τους Jurevičienė, Kaffemanienė, και Ruškus, 2012) ταξινομούν τις κοινωνικές δεξιότητες ανάλογα με την πηγή έκφρασής τους και κάθε τομέας αντιπροσωπεύεται από ορισμένες ικανότητες:

- ◆ **Δεξιότητες θεμελίωσης** - εκδήλωση στις κοινωνικές αλληλεπιδράσεις ως βασικές ικανότητες (οπτική επαφή, διατήρηση επαρκούς προσωπικού χώρου, χειρονομίες, μίμηση).



- ♣ **Δεξιότητες αλληλεπίδρασης** - αποτελούνται από τις ακόλουθες ικανότητες: επίλυση συγκρούσεων, αναμονή της σειράς, έναρξη και κλείσιμο της συνομιλίας, αλληλεπίδραση με τις αρχές μιας χώρας.
- ♣ **Συναισθηματικές δεξιότητες** - απαραίτητες για την προσωπική επίγνωση και την επίγνωση των άλλων, εκδηλώνονται ως ικανότητες αναγνώρισης των συναισθημάτων των άλλων, ικανότητα ενσυναίσθησης, κατανόησης της γλώσσας του σώματος και μίμησης, ικανότητα προσδιορισμού του κατά πόσον ένα άλλο άτομο μπορεί να είναι έμπιστο.
- ♣ **Γνωστικές δεξιότητες** - απαραίτητες για πιο σύνθετες καταστάσεις κοινωνικής αλληλεπίδρασης (κοινωνική αντίληψη, αυτοπαρατήρηση, κατανόηση κοινωνικών κανόνων και επιλογή κατάλληλης συμπεριφοράς σε διαφορετικές καταστάσεις).

Κοινωνικά ικανό άτομο είναι εκείνο που έχει επαρκείς κοινωνικές δεξιότητες και τις χρησιμοποιεί για να πετύχει προσωπικούς στόχους (Markuš, 2009). Σε παιδιά με φυσιολογική ανάπτυξη, οι κοινωνικές δεξιότητες συνήθως αναπτύσσονται με την πάροδο του χρόνου κατά τη διαδικασία της κοινωνικοποίησης – τα παιδιά μαθαίνουν από μοντέλα στο περιβάλλον τους και σε αλληλεπίδραση μαζί τους. Ωστόσο, για τα άτομα στο φάσμα του αυτισμού, η ανάπτυξη δεξιοτήτων παιχνιδιού ή άλλων δεξιοτήτων που χρησιμοποιούνται στην κοινωνική αλληλεπίδραση, συχνά αναπτύσσεται διαφορετικά.

13

3.1. Επίδραση του αυτισμού στην κοινωνική αλληλεπίδραση ή ποιες κοινωνικές δεξιότητες επηρεάζονται από τον αυτισμό;

Ένα από τα χαρακτηριστικά των παιδιών με ΔΑΦ, ΔΕΠΥ, μαθησιακές δυσκολίες και άλλες νευροαναπτυξιακές διαταραχές είναι οι προκλήσεις που έχουν με τις κοινωνικές τους δεξιότητες και οι οποίες εκδηλώνονται ως έλλειψη ή καθυστέρηση στις κοινωνικές και επικοινωνιακές δεξιότητες τους. Για τα αυτιστικά άτομα, ένα κοινό θέμα είναι οι δυσκολίες στην κοινωνική αλληλεπίδραση και την ερμηνεία της συμπεριφοράς των άλλων ανθρώπων, καθώς και να γνωρίζουν τι να πουν ή πώς να συμπεριφέρονται στους άλλους.

Τα βασικά συμπτώματα της διαταραχής του φάσματος του αυτισμού που επηρεάζουν τις κοινωνικές δεξιότητες ενός παιδιού είναι:

- Καθυστερήσεις στην ανάπτυξη του λόγου
- Δυσκολία στην ανάγνωση μη λεκτικών ενδείξεων



- Δυσκολίες στην κατανόηση των συναισθημάτων του ατόμου ή των άλλων
- Δυσκολία στην κατανόηση αστείων, σαρκασμού ή πειράγματος
- Οι άσχετες απαντήσεις σε ερωτήσεις ή δυσκολία να συνεχίσουν μια συνομιλία
- Επανάληψη λέξεων και φράσεων ξανά και ξανά (ηχολαλία) ή ενασχόληση με ορισμένα θέματα μόνο

Εξετάζοντας αυτά τα συμπτώματα, είναι κατανοητό πώς ένα αυτιστικό παιδί μπορεί να δυσκολεύεται να αλληλεπιδράσει με άλλους, να παίξει με τα αδέρφια του στο σπίτι ή να κάνει φίλους στην παιδική χαρά.

Όλες αυτές οι δυσκολίες έρχονται στο προσκήνιο στο σχολικό περιβάλλον. Οι αυτιστικοί μαθητές θα έχουν ποικίλες δεξιότητες και επιθυμίες όσον αφορά την κοινωνική αλληλεπίδραση μέσα στην τάξη και έξω από αυτήν. Παρόλο που οι αυτιστικοί μαθητές έχουν συχνά την επιθυμία να έρθουν σ'επαφή με τους συνομηλίκους τους και τους ανθρώπους γύρω τους (μερικές φορές μόνο για να καλύψουν τις ανάγκες τους, όπως ένα αντικείμενο που είναι απρόσιτο), συχνά δεν έχουν τις δεξιότητες για να εμπλακούν κατάλληλα ή μπορεί να υπερφορτωθούν από τη διαδικασία. Η κοινωνική αλληλεπίδραση τους προκαλεί υψηλά επίπεδα άγχους, επομένως τα αυτιστικά παιδιά μπορεί να αποφύγουν την αλληλεπίδραση παρόλο που θέλουν πραγματικά να συνδεθούν με άλλους. Μερικοί αυτιστικοί μαθητές που γνωρίζουν τα κοινωνικά τους θέματα, μπορεί να επιδίδονται σε συμπεριφορές αναζήτησης προσοχής που έχουν ως αποτέλεσμα κοινωνικό αποκλεισμό και μοναξιά.

14

Καθώς οι αυτιστικοί μαθητές βρίσκουν την κοινωνική αλληλεπίδραση δύσκολη, μπορεί να επηρεάσει την ικανότητά τους (ή τα κίνητρά τους) να:

- Ξεκινήσουν ή να κρατήσουν μια αμοιβαία συνομιλία
- Κατανοήσουν και να χρησιμοποιήσουν κώδικες μη λεκτικής επικοινωνίας, συμπεριλαμβανομένης της γλώσσας του σώματος και των εκφράσεων του προσώπου που δίνουν πλαίσιο σε αυτό που πρόκειται να ειπωθεί
- Κάνουν και να διατηρήσουν την οπτική επαφή
- Μιλήσουν για κάτι που είναι έξω από τα ενδιαφέροντά τους
- Ακολουθήσουν τις οδηγίες του δασκάλου και το διδακτικό περιεχόμενο
- Κατανοήσουν μη κυριολεκτικές γλώσσες όπως σαρκασμό, ιδιωτισμούς και μεταφορές
- Κατανοήσουν πότε οι άνθρωποι χρησιμοποιούν τη γλώσσα για να κρύψουν τα συναισθήματα ή τις λέξεις τους με τρόπο που δεν κάνει ξεκάθαρο το νόημά τους



- Αποδεχτούν το άγγιγμα, επομένως μπορεί να βρουν τη χειραψία ή μεγάλες ομάδες και πλήθη δύσκολα στην αντιμετώπιση
- Φιλτράρουν λιγότερο σημαντικές πληροφορίες όπως ο θόρυβος του περιβάλλοντος, π.χ. μερικοί άνθρωποι στο φάσμα υπερ-εστιάζουν σε μικρές λεπτομέρειες, ακούνε κάθε φύλλο να θροΐζει στον άνεμο ή κάνουν συνδέσεις που άλλοι δεν κάνουν
- Δουν τις απόψεις των άλλων
- Αλλάζουν τις αλληλεπιδράσεις ώστε να ταιριάζουν σε περιβαλλοντικά ή κοινωνικά πλαίσια, π.χ. αλλαγή συμπεριφοράς κατά την αλληλεπίδραση με δασκάλους, σε σύγκριση με συνομηλίκους ή μέλη της οικογένειας.

(Στρατηγικές κοινωνικής αλληλεπίδρασης για τον αυτισμό, <https://thespectrum.org.au/autism-strategy/social-interaction/>).

Για ορισμένα αυτιστικά άτομα, οι προκλήσεις μέσα στην κοινωνική αλληλεπίδραση μπορεί να οδηγήσουν σε άγχος ή αίσθημα απομόνωσης. Δυστυχώς, σύμφωνα με ορισμένες μελέτες, τα άτομα στο φάσμα του αυτισμού είναι πιο πιθανό να βιώσουν εκφοβισμό σε σχέση με οποιοδήποτε άλλο είδος αναπηρίας. Για άλλους, ενώ οι κοινωνικές αλληλεπιδράσεις είναι σημαντικές, μπορεί να προτιμούν να απολαμβάνουν τη δική τους παρέα και να μην ενδιαφέρονται τόσο πολύ για τους άλλους.

15

3.2. Ποιες κοινωνικές δεξιότητες χρειάζεται ένα αυτιστικό παιδί;

Ως κοινωνικά όντα, οι άνθρωποι χρειάζονται άλλους ανθρώπους γύρω τους και στη ζωή τους, να τους βοηθήσουν να αναπτυχθούν, να είναι υγιείς και ευτυχημένοι. Τα αυτιστικά παιδιά χρειάζονται συχνά το ίδιο επίπεδο ή είδος κοινωνικών δεξιοτήτων με τους νευροτυπικούς συνομηλίκους τους. Οι κοινωνικές δεξιότητες είναι απαραίτητες για να αναπτύξει ένα παιδί αυτοπεποίθηση, να δημιουργήσει φιλίες, να συν-ρυθμίσει και να τα πάει καλά με τους ανθρώπους γύρω του.

Η απόκτηση καλών κοινωνικών δεξιοτήτων βελτιώνει τη θετική συμπεριφορά των μαθητών και μειώνει την αρνητική. Ενώ αποτρέπει αποτελεσματικά ένα εύρος προβλημάτων όπως την απομόνωση, τη κατάχρηση ουσιών, τη βία, την απουσία από το σχολείο, τον εκφοβισμό, ενώ οι καλές κοινωνικές δεξιότητες βελτιώνουν:

- Τις κοινωνικές-συναισθηματικές Δεξιότητες
- Τις κοινωνικές συναναστροφές
- Τη στάση προς τον εαυτό και τους άλλους



- Τη συμπεριφορά στο σχολείο, στο σπίτι και στην κοινότητα
- Τα ακαδημαϊκά επιτεύγματα

Ταυτόχρονα, μειώνει τα επίπεδα συναισθηματικής δυσφορίας και βελτιώνει την ποιότητα ζωής τους, επειδή οι βελτιωμένες σχέσεις αυξάνουν την κοινωνική αποδοχή και την επιθυμία συμμετοχής στις κοινωνικές αλληλεπιδράσεις και κατά συνέπεια μειώνουν το άγχος, το στρες, την κατάθλιψη και γενικά τα προβλήματα ψυχικής υγείας.

Ο συγγραφέας και υπέρμαχος του αυτισμού Temple Grandin, ο οποίος διαγνώστηκε με αυτισμό ως μικρό παιδί, πιστεύει ακράδαντα ότι τα παιδιά πρέπει να διδάσκονται κοινωνικές δεξιότητες για να τα βοηθήσουν να γίνουν πιο ανεξάρτητα. Σε μια συνέντευξη στο περιοδικό Autism Parenting, ο Grandin εξηγεί ότι οι κοινωνικές δεξιότητες είναι σημαντικές για την οικοδόμηση σχέσεων και την ανάπτυξη δεξιοτήτων ζωής που χρειάζονται τα παιδιά ως ενήλικες.

(Μια αποκλειστική ομιλία με τον Temple Grandin για τα οφέλη των διασκέψεων ΔΑΦ: <https://www.autismparentingmagazine.com/autism-social-skills/>).

Η εκμάθηση κοινωνικών δεξιοτήτων βελτιώνει την επικοινωνία των μαθητών με συνομηλίκους και ενήλικες, βελτιώνει τη ομαδική εργασία και τους βοηθά να γίνουν αποτελεσματικά, στοργικά και ευαίσθητοποιημένα μέλη των κοινοτήτων τους. Ταυτόχρονα, τους μαθαίνει πώς να θέτουν και να επιτυγχάνουν ατομικούς στόχους και να έχουν επιμονή, δεξιότητες που είναι σημαντικές για την επιτυχή εξέλιξή τους στην ενηλικίωση, την εργασία και τη ζωή.

Δεδομένων των ιδιοσυγκρασιακών δυσκολιών στην κοινωνική και συναισθηματική κατανόηση των αυτιστικών μαθητών, οι δάσκαλοι μπορεί να αντιμετωπίσουν σημαντικές δυσκολίες στη διαχείριση των αναγκών τους, επηρεάζοντας έτσι την ποιότητα της σχέσης των δασκάλων με αυτούς τους μαθητές (Emam and Farrell, 2009). Σε αυτό το πλαίσιο, και λαμβάνοντας υπόψη πόσο σημαντική είναι η εκμάθηση κοινωνικών δεξιοτήτων από μικρή ηλικία και τις προκλήσεις που μπορούν να αντιμετωπίσουν οι εκπαιδευτικοί, η διδασκαλία των κοινωνικών δεξιοτήτων στο σχολείο σήμερα θεωρείται εξίσου σημαντική με τη διδασκαλία των ακαδημαϊκών δεξιοτήτων, καθώς το σχολικό περιβάλλον παρέχει τη δυνατότητα αλληλεπίδρασης με τον κατάλληλο τρόπο.

Οι καλές κοινωνικές δεξιότητες δεν είναι μόνο σημαντικές για να γίνουν αποδεκτά τα άτομα στο σχολικό περιβάλλον, αλλά και καθώς προχωρούν στη ζωή. Η έρευνα έχει



δείξει ότι οι ελλείψεις κοινωνικών δεξιοτήτων επιμένουν μέχρι την ενηλικίωση, όπου συνεχίζουν να επηρεάζουν αρνητικά την κοινωνική και επαγγελματική λειτουργία (Rao, Beidel και Murray, 2008). Είναι πολύ σημαντικό η εκπαίδευση κοινωνικών δεξιοτήτων να ξεκινά όσο το δυνατόν νωρίτερα στη ζωή. Οι Newschaffer και Curran (2003) λένε ότι «οι παρεμβάσεις που ξεκινούν νωρίς στη ζωή μπορούν να περιορίσουν την προβληματική συμπεριφορά και να ενισχύσουν την επικοινωνία και την ανάπτυξη κοινωνικών δεξιοτήτων» (Fuller and Kaiser, 2020,σελ 394). Ο Gresham (1982) προσθέτει σε αυτήν την έννοια και υποστηρίζει ότι οι κοινωνικές δεξιότητες μπορούν να θεωρηθούν ως μέρος μιας ευρύτερης δομής γνωστής ως κοινωνική ικανότητα.

Ένα σημαντικό μέρος της κοινωνικής ικανότητας ενός ατόμου καθορίζεται από την ποιότητα των κοινωνικών δεξιοτήτων του. Κατά συνέπεια, η ποιότητα των κοινωνικών δεξιοτήτων είναι σημαντική σε όλους τους τομείς της ανθρώπινης δραστηριότητας και έτσι οι κοινωνικές δεξιότητες μπορούν να θεωρηθούν ένα από τα κύρια μέτρα κοινωνικής ικανότητας.

Οι κοινωνικές δεξιότητες μπορούν να διδαχθούν, να εξασκηθούν και να αποκτηθούν όπως και οι δεξιότητες ανάγνωσης, μαθηματικών και γραφής. Μερικοί άνθρωποι μπορούν να μάθουν δεξιότητες κοινωνικής αλληλεπίδρασης απλώς παρακολουθώντας τι κάνουν οι άλλοι και πώς αλληλεπιδρούν. Πολλοί άλλοι άνθρωποι μαθαίνουν εστιάζοντας σε μία δεξιότητα τη φορά, εξασκώντας την και χρησιμοποιώντας την σε διαφορετικές καταστάσεις. Τα παιδιά στο φάσμα του αυτισμού χρειάζονται τις ίδιες κοινωνικές δεξιότητες κατά την ανάπτυξή τους με τους νευροτυπικούς συνομηλικούς τους και η κύρια διαφορά είναι στον τρόπο με τον οποίο μαθαίνουν και αποκτούν νέες δεξιότητες. Τα αυτιστικά άτομα χρειάζονται συχνά σαφείς οδηγίες για να μάθουν τις κατάλληλες κοινωνικές δεξιότητες και να διαχειριστούν με επιτυχία τις αλληλεπιδράσεις. Αυτός είναι ο λόγος που τα αυτιστικά παιδιά χρειάζονται πρόσθετη υποστήριξη από τους ενήλικες και δασκάλους στην ανάπτυξη κοινωνικών δεξιοτήτων, σε σύγκριση με τους νευροτυπικούς συνομηλικούς τους.

Οι μαθητές φαίνεται να μαθαίνουν καλύτερα τις κοινωνικές δεξιότητες όταν διδάσκονται μέσα σε αυθεντικές καταστάσεις χρησιμοποιώντας μια ποικιλία μέσων. «Τα παιδιά δεν μαθαίνουν κοινωνικές δεξιότητες σε μια φούσκα», λέει η συμπεριφορική θεραπεύτρια Colleen Muhvic, (<https://consultqd.clevelandclinic.org/coaching-parents-on-the-importance-of-practicing-social-skills-in-nontherapeutic-situations/>). Υπάρχουν πολλές κοινωνικές δεξιότητες που μπορούν να αποκτηθούν σε διαφορετικά περιβάλλοντα και με διαφορετικούς ανθρώπους, επομένως η άμεση και ρητή



εκμάθηση πρέπει να συνδυαστεί με ευκαιρίες εξάσκησης και γενίκευσης αυτών των δεξιοτήτων σε πιο φυσικά περιβάλλοντα. Αυτό σημαίνει πρακτική εξάσκηση με συνομηλίκους και σε καθημερινές καταστάσεις. Η εξάσκηση σε φυσικά περιβάλλοντα (π.χ. στην παιδική χαρά) θα βοηθήσει τον μαθητή να χρησιμοποιήσει τις κοινωνικές δεξιότητες στο σωστό μέρος και χρόνο. Ένας τρόπος για να διασφαλιστεί η γενίκευση των δεξιοτήτων είναι μέσω της προγραμματισμένης πρακτικής σε φυσικά περιβάλλοντα, επιτρέποντας την εξάσκηση με άγνωστους ενήλικες και παιδιά (Krasny et al., 2003). Σε γενικές γραμμές, είναι σημαντικό να συνεχιστεί η εκπαίδευση κοινωνικών δεξιοτήτων σε μια σειρά διαφορετικών πλαισίων για την υποστήριξη των μαθητών στη χρήση των δεξιοτήτων τους.

Επίσης, είναι σημαντικό οι κοινωνικές δεξιότητες και η κοινωνική κατανόηση να διδάσκονται μαζί, παρέχοντας πληροφορίες σχετικά με το πότε πρέπει να χρησιμοποιούνται και πότε όχι, με ποιους, πότε να μην γίνεται χρήση μιας συγκεκριμένης δεξιότητας και ούτω καθεξής. Η διδασκαλία κοινωνικών δεξιοτήτων και η απουσία κοινωνικής κατανόησης αφήνει ένα άτομο ευάλωτο – για παράδειγμα, το παρατεταμένο βλέμμα μπορεί να ερμηνευτεί ως απειλή σε ορισμένα πλαίσια (Howley and Preece, 2013).

18

Η διδασκαλία κοινωνικών δεξιοτήτων σε ένα αυτιστικό παιδί μπορεί να είναι μια πρόκληση μερικές φορές. Αυτός είναι ο λόγος για τον οποίο είναι σημαντικό να ενισχυθούν οι γενικές διδακτικές δεξιότητες και οι βασικές ικανότητες των δασκάλων και να τους δοθεί η δυνατότητα να εργαστούν στην ανάπτυξη κοινωνικών δεξιοτήτων των αυτιστικών παιδιών μέσα σε μια τυπική τάξη, η οποία σύμφωνα με την έρευνα θα πρέπει να ξεκινήσει νωρίς στη ζωή, ως μέρος μιας ευρύτερης δομής γνωστής ως κοινωνική κατάρτιση, βελτιώνοντας ταυτόχρονα το κοινωνικό περιβάλλον αυτής της τάξης για όλους.

4. ΔΙΔΑΚΤΙΚΕΣ ΣΤΡΑΤΗΓΙΚΕΣ

Τα σχολεία συχνά επωμίζονται την ευθύνη παροχής κοινωνικών δεξιοτήτων σε παιδιά με ελλείψεις κοινωνικών δεξιοτήτων, επειδή οι ελλείψεις αυτές παρεμβαίνουν σημαντικά στις κοινωνικές σχέσεις και έχουν καταστροφικό αντίκτυπο στην ακαδημαϊκή επίδοση τους (Welsh et al., 2001). Το σχολικό περιβάλλον παρέχει ένα γόνιμο έδαφος για την παροχή αποτελεσματικού προγραμματισμού κοινωνικών δεξιοτήτων, αλλά παρουσιάζει επίσης τρομερά εμπόδια. Η σχολική μέρα είναι γεμάτη με άφθονες ευκαιρίες αλληλεπίδρασης με συνομηλίκους σε ένα φυσικό κοινωνικό



περιβάλλον. Επίσης, τα σχολεία είναι εξοπλισμένα με εκπαιδευμένους επαγγελματίες που είναι ικανοί να διδάξουν κοινωνικές δεξιότητες. Ωστόσο, η εφαρμογή προγραμματισμού κοινωνικών δεξιοτήτων στα σχολεία μπορεί να είναι πρόκληση για το σχολικό προσωπικό, το οποίο συχνά αντιμετωπίζει περιορισμένο χρόνο, πόρους και εκπαίδευση (Bellini et al., 2007). Επίσης, για τους αυτιστικούς μαθητές, η ίδια η φοίτηση στο σχολείο είναι μια πρόκληση που αντιμετωπίζουν καθημερινά. Εκτός από τις ακαδημαϊκές δυσκολίες, έχουν να αντιμετωπίσουν και τα άλλα παιδιά στην τάξη τους και έχουν αισθητηριακά θέματα.

Η ένταξη των μαθητών με ειδικές εκπαιδευτικές ανάγκες στα γενικά σχολεία και η συνεκπαίδευση γενικότερα, αποτελεί μέρος της ατζέντας της ΕΕ στον τομέα της ισότητας στην εκπαίδευση εδώ και αρκετό καιρό, αλλά είναι επίσης και μια παγκόσμια τάση.

Ποικίλες παρεμβάσεις, στρατηγικές και προγράμματα κοινωνικών δεξιοτήτων αναπτύσσονται για να βοηθήσουν τα σχολεία να διδάξουν στα παιδιά και τους εφήβους κοινωνικές και διαπροσωπικές ικανότητες. Οι παρεμβάσεις κοινωνικών δεξιοτήτων που ενσωματώνουν δεξιότητες κοινωνικής και συναισθηματικής μάθησης έχουν αποδειχθεί ιδιαίτερα αποτελεσματικές βοηθώντας τους μαθητές να γνωρίσουν και να διαχειριστούν τον εαυτό τους, να κατανοήσουν τις προοπτικές των άλλων, να συσχετιστούν αποτελεσματικά μαζί τους και να κάνουν ορθές επιλογές για προσωπικές και κοινωνικές αποφάσεις. Επομένως, όλοι οι μαθητές που συμμετέχουν σε προγράμματα εκμάθησης κοινωνικών δεξιοτήτων μπορούν να επωφεληθούν από αυτά.

Ο Baker (2003) αναφέρει ότι τα βασικά συστατικά της αποτελεσματικής εκπαίδευσης κοινωνικών δεξιοτήτων περιλαμβάνουν:

1. Αξιολόγηση: Δώστε προτεραιότητα στους σχετικούς στόχους δεξιοτήτων με βάση τη συμβολή των βασικών ενδιαφερομένων (π.χ. μαθητής, γονείς και δάσκαλοι).
2. Κίνητρο: Δημιουργήστε κίνητρα για μάθηση και χρήση δεξιοτήτων σε όλες τις ρυθμίσεις.
3. Απόκτηση δεξιοτήτων: Διδάξτε δεξιότητες χρησιμοποιώντας στρατηγικές που ταιριάζουν με τις γλωσσικές, γνωστικές και ικανότητες προσοχής του μαθητή.
4. Γενίκευση: Εκπαιδεύστε τους μαθητές να χρησιμοποιήσουν τις δεξιότητες τους σε φυσικά περιβάλλοντα και να εμπλέξουν εκείνους που περιβάλλουν τον μαθητή.



5. Ενσυναίσθηση στους συνομηλίκους: Εκπαιδεύστε τους τυπικούς συνομηλίκους κατάλληλα έτσι ώστε να αυξήσετε τις γενικές ικανότητες με τους συνομηλίκους τους, να μειώσετε την απομόνωση, να αυξήσετε τις ευκαιρίες για ανάπτυξη σχέσεων και να μειώσετε τον εκφοβισμό.

Επιπλέον, ορισμένες γενικές συστάσεις κατά την επιλογή και την εφαρμογή ενός προγράμματος κοινωνικών δεξιοτήτων στα σχολεία είναι:

- Επιτρέψτε την ευελιξία όταν επιλέγετε να διδάξετε μέσω ενός συνδυασμού οδηγιών μεγάλων και μικρών ομάδων δεξιοτήτων και ατομικής διδασκαλίας κοινωνικών δεξιοτήτων,
- Συμπεριλάβετε άμεση διδασκαλία, υπόδειξη, δεξιότητες παιχνιδιού και εξάσκησης σε διαφορετικά περιβάλλοντα και ανατροφοδότηση απόδοσης,
- Προσδιορίστε τις αδυναμίες απόδοσης, δεξιοτήτων και τα κενά ευχέρειας και προσφέρετε στρατηγικές για την αντιμετώπιση του καθενός,
- Προώθηση της ανεξαρτησίας χωρίς καθόλου ή ελάχιστα στοιχεία και προτροπές ως τελικό στόχο της διδασκαλίας κοινωνικών δεξιοτήτων.

Λαμβάνοντας υπόψη τις ιδιαιτερότητες της μάθησης και την υιοθέτηση των κανόνων των κοινωνικών αλληλεπιδράσεων σε αυτιστικά άτομα, η ανάπτυξη ενός προγράμματος εκμάθησης κοινωνικών δεξιοτήτων για αυτιστικά άτομα θα πρέπει να περιλαμβάνει:

- Διεύρυνση της κατανόησης της γλώσσας
- Να αναγνωρίζουν και να κατανοούν τα δικά τους συναισθήματα, τις εκφράσεις του προσώπου και τη γλώσσα του σώματος
- Καλύτερη κατανόηση των άγραφων κοινωνικών κανόνων
- Προσαρμογή σε νέες κοινωνικές καταστάσεις
- Εκμάθηση δεξιοτήτων επίλυσης προβλημάτων
- Κοινή χρήση ενδιαφερόντων με άλλους
- Εκμάθηση αυτο-συνηγορίας

Τα άτομα με αυτισμό μπορούν να μάθουν κοινωνικές δεξιότητες και να βελτιωθούν σε αυτές τις δεξιότητες με εξάσκηση. Ορισμένες πρόσθετες συστάσεις για την υποστήριξη της ανάπτυξης κοινωνικών δεξιοτήτων σε αυτιστικούς μαθητές παρατίθενται στον ιστότοπο: Autism Speaks (<https://www.autismspeaks.org/tool-kit-excerpt/autism-and-social-skills-development>):



- Ενισχύστε αυτό που ο μαθητής κάνει καλά κοινωνικά - χρησιμοποιήστε επαίνους που σχετίζονται με τη συμπεριφορά (και συγκεκριμένη ενίσχυση εάν χρειάζεται) για να διαμορφώσετε μια κοινωνική συμπεριφορά.
- Υποδείξτε την κοινωνική συναναστροφή, το σεβασμό και την αμοιβαιότητα.
- Διδάξτε τη κινητική καθώς και λεκτική μίμηση.
- Διδάξτε ενδείξεις πλαισίου και αναφορά στους γύρω σας (για παράδειγμα, «αν όλοι οι άλλοι στέκονται, θα πρέπει και εσείς!»).
- Σπάστε τις κοινωνικές δεξιότητες σε μικρά συστατικά μέρη και διδάξτε αυτές τις δεξιότητες μέσω υποστηριζόμενων αλληλεπιδράσεων. Χρησιμοποιήστε οπτικά μέσα, όπως αρμόζει.
- Ενισχύστε τα δυνατά σημεία και χρησιμοποιήστε τα προς όφελός σας. Πολλοί αυτιστικοί μαθητές έχουν καλή αίσθηση του χιούμορ, πάθος για μουσική, ισχυρές δεξιότητες απομνημόνευσης ή αυξημένη αίσθηση του χρώματος ή της οπτικής προοπτικής. Χρησιμοποιήστε τα για να κινήσετε το ενδιαφέρον τους στις κοινωνικές αλληλεπιδράσεις ή δώστε σε έναν μαθητή την ευκαιρία να ξεχωρίσει και να θεωρηθεί ικανός και ενδιαφέρων.
- Βρέστε συνομήλικους που επιδεικνύουν ισχυρές κοινωνικές δεξιότητες και συνδυάστε το μαθητή μαζί τους. Παρέχετε στα άτομα αυτά στρατηγικές για την έναρξη επικοινωνίας ή άλλους στοχευμένους στόχους, αλλά προσέξτε να μην τους μετατρέψετε σε δάσκαλο και προσπαθήστε να διατηρήσετε τις αλληλεπιδράσεις με τα άλλα παιδιά όσο το δυνατόν πιο φυσικές.
- Δημιουργήστε μικρές ομαδες μεσημεριανού γεύματος, ίσως με δομημένες δραστηριότητες ή πλαίσια θεμάτων. (Η ομάδα βγάζει ένα θέμα από ένα κουτί και συζητά πράγματα που σχετίζονται με αυτό το θέμα, όπως «η πιο πρόσφατη ταινία που είδα ήταν...» Αυτό μπορεί να είναι χρήσιμο για μαθητές που τείνουν να μιλούν για τα ίδια πράγματα όλη την ώρα, καθώς παρέχει υποστήριξη και κίνητρο και το όφελος μιας οπτικής υπενθύμισης του θέματος.)
- Εστιάστε στις κοινωνικές δεξιότητες κατά τη διάρκεια δραστηριοτήτων που κατά τα άλλα δεν είναι δύσκολες για το παιδί (για παράδειγμα, η στροφή στη συνομιλία μπορεί να μην συμβεί εάν ζητηθεί από ένα παιδί με αδυναμία στις κινητικές δεξιότητες να συνομιλήσει ενώ κόβει κάτι.)
- Υποστηρίξτε τους συνομήλικους και τους μαθητές με δομημένα κοινωνικά πλαίσια. Καθορίστε τις προσδοκίες συμπεριφοράς εκ των προτέρων. (Για παράδειγμα, πρώτα διδάξτε την απαραίτητη δεξιότητα, όπως πώς να παίζετε



- UNO, μεμονωμένα, και μετά εισάγετέ την σε ένα κοινωνικό περιβάλλον με άλλους συνομηλίκους.)
- Διδάξτε την ενσυναίσθηση και την αμοιβαιότητα. Για να συμμετάσχει στην κοινωνική αλληλεπίδραση, ένα άτομο πρέπει να είναι σε θέση να μπει στην θέση του άλλου και να προσαρμόσει την αλληλεπίδραση ανάλογα. Ενώ οι δυσκολίες τους μπορεί να διαστρεβλώνουν τις εκφράσεις της ενσυναίσθησής τους, οι αυτιστικοί άνθρωποι έχουν συχνά την ικανότητα αυτή. Αυτό μπορεί να διδαχθεί με την ευαισθητοποίηση ενός μαθητή και την παροχή κατάλληλου λεξιλογίου μέσω σχολιασμού και επίγνωσης των συναισθημάτων, των συναισθηματικών καταστάσεων, της αναγνώρισης των εκφράσεων του προσώπου των άλλων και των μη λεκτικών ενδείξεων.

4.1. Σημαντικές προσεγγίσεις για την καλλιέργεια κοινωνικών δεξιοτήτων

Ορισμένες από τις σημαντικότερες προσεγγίσεις για την εκμάθηση δεξιοτήτων μπορούν να κατηγοριοποιηθούν με βάση θεμελιώδεις εκτιμήσεις σχετικά με το τι οδηγεί σε αλλαγή συμπεριφοράς (Baker, 2013).

- Οι συμπεριφορικές προσεγγίσεις (προσεγγίσεις ABBA, Video Modelling και Video Selfmodelling και Augmentative Communication and Visual Supports που χρησιμοποιούνται στο πλαίσιο της ABA) επικεντρώνονται στην αλλαγή των εμφανών γεγονότων στο περιβάλλον ("προγενέστερα γεγονότα" και συνέπειες") προκειμένου να ενισχυθούν ορισμένες συμπεριφορές και να μειωθούν οι ανεπιθύμητες (για παράδειγμα, ένας εκπαιδευτής μπορεί να υποδειγματίσει και να προτρέψει έναν μαθητή να χαιρετήσει τους συνομηλίκους του και στη συνέχεια να επιβραβεύσει τον μαθητή που το κάνει).
- Οι γνωστικές συμπεριφορικές προσεγγίσεις (μοντέλο κοινωνικής σκέψης, κοινωνικές ιστορίες, δομημένη μάθηση και οπτικές ενισχύσεις για την επέκταση της κατανόησης γεγονότων και ασκήσεων, όπως το μοντέλο TEACCH) έχουν κοινές κάποιες από αυτές τις υποθέσεις σχετικά με τον χειρισμό του περιβάλλοντος για την αλλαγή της συμπεριφοράς, αλλά επεκτείνουν την έννοια ώστε να εξετάσουν τον τρόπο με τον οποίο ένα άτομο ερμηνεύει ή αντιλαμβάνεται τι συμβαίνει στο περιβάλλον. Για το σκοπό αυτό, οι σκέψεις και οι αντιλήψεις των ατόμων γίνονται κύριο μέλημα στην κατανόηση του τρόπου με τον οποίο θα συμπεριφερθεί κάποιος



(για παράδειγμα, ένας εκπαιδευτής μπορεί να εξηγήσει σε έναν μαθητή πώς θα σκέφτονταν και θα ένιωθαν οι άλλοι αν δεν χαιρετούσε τους συμμαθητές του). Η προσπάθεια αλλαγής των αντιλήψεων ή των ερμηνειών του παιδιού για τα γεγονότα μπορεί να επιτευχθεί με λεκτικές εξηγήσεις για τους νέους με αυξημένες αντιληπτικές ικανότητες ή μέσω ορισμένων οπτικών υποστηρικτικών μέσων που κάνουν το αφηρημένο πιο συγκεκριμένο για τους νέους με περισσότερες γλωσσικές δυσκολίες (Baker, 2013).

- Οι προσεγγίσεις που βασίζονται στη σχέση (π.χ. Floortime και Son-Rise) θεωρούν ότι η ανάπτυξη μιας σχέσης εμπιστοσύνης αποτελεί πρωταρχικό παράγοντα που επηρεάζει την ανάπτυξη νέων δεξιοτήτων. Μέσω της καθοδήγησης του παιδιού, του σεβασμού των προτιμήσεών του και του καταμερισμού του ελέγχου των δραστηριοτήτων με το παιδί, αναπτύσσονται η εμπιστοσύνη και το κίνητρο, ώστε να μπορεί να επέλθει η μάθηση. Ορισμένες από τις προσεγγίσεις συνδυάζουν ιδέες από διάφορες κατηγορίες. Ορισμένες από τις πιο συνηθισμένες προσεγγίσεις για τη διδασκαλία κοινωνικών δεξιοτήτων σε αυτιστικούς μαθητές είναι οι εξής:
- Οι κοινωνικές αναφορές, όπως οι κοινωνικές ιστορίες και οι συνομιλίες σε κόμικς, περιγράφουν κοινωνικές καταστάσεις με κάποια λεπτομέρεια, επισημαίνοντας τις σχετικές ενδείξεις και προσφέροντας παραδείγματα κατάλληλων αντιδράσεων. Οι κοινωνικές αφηγήσεις εξατομικεύονται ανάλογα με τις ανάγκες του ατόμου και συνήθως είναι αρκετά σύντομες, περιλαμβάνοντας ίσως εικόνες ή άλλα οπτικά βοηθήματα. Λειτουργούν αναλύοντας τις πληροφορίες με κυριολεκτικό, απλό τρόπο. Μπορούν να είναι χρήσιμες για την εξήγηση της "αλληλουχίας" (τι ακολουθεί σε μια σειρά δραστηριοτήτων ή βημάτων) και της "εκτελεστικής λειτουργίας" (σχεδιασμός και οργάνωση).
- Βιντεοσκόπηση - το υλικό της δεξιότητας που αναπαρίσταται καταγράφεται σε βίντεο, έτσι ώστε ο μαθητής να μπορεί να ανατρέξει στο βίντεο σε χρόνο που τον βολεύει, και επαναλαμβανόμενα για να αναπτύξει ευχέρεια στην εκμάθηση της δεξιότητας.
- Κρυμμένο πρόγραμμα σπουδών - οι στρατηγικές αυτές περιλαμβάνουν την άμεση διδασκαλία "άδηλων" κοινωνικών κανόνων που οι περισσότεροι άνθρωποι κατανοούν διαισθητικά. Ένα παιδί που δεν διαισθάνεται ή δεν γνωρίζει αυτούς τους κανόνες κινδυνεύει από κοινωνική απομόνωση. Στο βιβλίο "The Hidden Curriculum", οι συγγραφείς περιγράφουν πιθανές στρατηγικές διδασκαλίας και απαριθμούν πολυάριθμους άγραφους κοινωνικούς κανόνες που κυμαίνονται από τους κάπως απλούς, όπως ότι μόνο το κορίτσι ή το αγόρι που έχει γενέθλια ανοίγει



τα δώρα, μέχρι τους πιο λεπτούς, όπως ότι επειδή ένα άτομο είναι καλό μαζί σας μια φορά δεν σημαίνει ότι είναι ο "καλύτερός σας φίλος" (Foden and Anderson, 2011).

- Ομάδες κοινωνικών δεξιοτήτων και στρατηγικές με τη διαμεσολάβηση συνομηλίκων - οι ομάδες αυτές προσφέρουν στους αυτιστικούς μαθητές την ευκαιρία να εξασκούν τις κοινωνικές δεξιότητες μεταξύ τους ή/και με τυπικούς συνομηλίκους σε τακτική βάση. Ορισμένες ομάδες κοινωνικών δεξιοτήτων αποτελούνται αποκλειστικά από αυτιστικούς μαθητές, ενώ άλλες περιλαμβάνουν ένα μείγμα συμμετεχόντων, αυτιστικών μαθητών μαζί με παιδιά τυπικής ανάπτυξης. Συχνά αυτές οι ομάδες χρησιμοποιούν μια ποικιλία τεχνικών και εργαλείων.
- Τα εικονικά παιχνίδια και άλλες τεχνολογίες πολυμέσων περιλαμβάνουν τη χρήση βίντεο, λογισμικού ή προγραμμάτων εικονικής πραγματικότητας για τη διδασκαλία σύνθετων κοινωνικών δεξιοτήτων. Πολλοί τύποι τεχνολογιών πολυμέσων μπορούν να ταιριάξουν άριστα με τα συγκεκριμένα μαθησιακά στυλ και τις προτιμήσεις των μαθητών που είναι οπτικοί μαθητές (εικονικά περιβάλλοντα, προσομοιώσεις, βίντεο κ.λπ.). Επιπλέον, πολλές από τις στρατηγικές διδασκαλίας και γενίκευσης συμπλέκονται όμορφα με μια ποικιλία εργαλείων πολυμέσων. Οι εκπαιδευόμενοι μαθαίνουν τις κοινωνικές δεξιότητες καλύτερα όταν διδάσκονται μέσα σε αυθεντικές καταστάσεις με τη χρήση ποικίλων μέσων. Δραστηριότητες όπως το παιχνίδι ρόλων, η ακρόαση κοινωνικών ιστοριών και η παρατήρηση της συμπεριφοράς των συνομηλίκων μπορούν να ενισχυθούν με τη χρήση εργαλείων πολυμέσων. Υπάρχουν στο εμπόριο διαθέσιμα προγράμματα λογισμικού για τη διδασκαλία κοινωνικών δεξιοτήτων και, με κάποια βασικά τεχνολογικά εργαλεία, είναι επίσης δυνατό να δημιουργήσετε τα δικά σας εργαλεία κοινωνικών δεξιοτήτων- κατόπιν, τα εργαλεία αυτά μπορούν να προσαρμοστούν στις ειδικές ανάγκες των μαθητών σας. Για παράδειγμα, οι μαθητές βιντεοσκοπούν άλλους μαθητές στην τάξη ή στο σχολείο και στη συνέχεια χρησιμοποιούν το βίντεο για να διεξάγουν μια συζήτηση σχετικά με τις κοινωνικές συναναστροφές.
- Είναι σημαντικό να επιλέγετε προσεκτικά τα προγράμματα μαθημάτων και τις μεθόδους διδασκαλίας που είναι επιτυχημένες και οι οποίες βασίζονται σε έρευνες, όποτε αυτό είναι δυνατόν. Ακολουθούν ορισμένα παραδείγματα αναλυτικών προγραμμάτων και μαθημάτων που μπορούν να χρησιμοποιηθούν για τη διδασκαλία κοινωνικών δεξιοτήτων σε άτομα στο φάσμα του αυτισμού:



- Το Πρόγραμμα Σπουδών PATHS <https://pathsprogram.com/>
- PEERS® Πρόγραμμα Εκπαίδευσης και Εμπλουτισμού Σχεσιακών Δεξιοτήτων <https://www.routledge.com/>
- Εκπαίδευση Κοινωνικών Δεξιοτήτων <https://fhautism.com>
- Κοινωνικές δεξιότητες, Εικονογραφημένο βιβλίο e Horizons, Inc. <https://fhautism.com>
- Προγράμματα Σπουδών Κοινωνικής Ικανότητας (SCI) <https://education.missouri.edu/sci/>
- Σούπερ δεξιότητες <https://aapcautismbooks.com/>
- Το Πρόγραμμα ACCEPTS (Ένα Πρόγραμμα Σπουδών για Αποτελεσματικές Δεξιότητες Συνομήλικων και Δασκάλων των Παιδιών),
- Πρόγραμμα Quest Για μαθήματα Κοινωνικών Δεξιοτήτων <https://fhautism.com>
- Κοινωνική Σκέψη @ <https://www.socialthinking.com>
- Είστε κοινωνικός ντετέκτιβ <https://www.socialthinking.com>
- Γιατί δεν το είπαν απλά αυτό; PEERspective – Ένα πλήρες πρόγραμμα <https://aapcautismbooks.com/>
- Πρόγραμμα Σταμάτα και σκέψου, πρόγραμμα κοινωνικών δεξιοτήτων - «Επίτευξη προγράμματος» <http://projectachieve.us/home.html>
- Ζώνες Ρύθμισης@ <https://www.socialthinking.com>
- Η τέλεια κλίμακα 5 σημείων <https://www.amazon.com>

4.2. Πώς οι δάσκαλοι μπορούν να βελτιώσουν τις κοινωνικές δεξιότητες

Ο αυτισμός καλύπτει ένα ευρύ φάσμα που σημαίνει ότι κάθε αυτιστικό άτομο είναι μοναδικό και έχει διαφορετικές ικανότητες και ενδιαφέροντα. Όταν διδάσκονται οι κοινωνικές δεξιότητες σε αυτιστικούς μαθητές, είναι σημαντικό να λαμβάνεται υπόψη το μοναδικό σύνολο δυνατοτήτων και δυσκολιών κάθε μαθητή, προκειμένου να επιτευχθούν τα βέλτιστα αποτελέσματα. Η διδασκαλία θα πρέπει να προσαρμόζεται στις ιδιαίτερες απαιτήσεις του κάθε μαθητή ξεχωριστά. Επίσης, πριν αρχίσετε να διδάσκετε κοινωνικές δεξιότητες, είναι σημαντικό να κάνετε μια αξιολόγηση για να εντοπίσετε συγκεκριμένες δεξιότητες που πρέπει να βελτιώσετε. Οι δάσκαλοι μπορούν να παρατηρούν τους μαθητές στην τάξη και στο σχολείο για να εντοπίσουν τυχόν προσπάθειες αλληλεπίδρασης, προβλήματα με τις αλληλεπιδράσεις τους και συνέπειες των προσπαθειών αλληλεπίδρασής τους. Για να κατανοήσετε τις κοινωνικές διαφορές ενός ατόμου στο φάσμα, αναζητήστε σημάδια που περιλαμβάνουν μαθητές:



- Κοινωνικά αποτραβηγμένους και απομονωμένους
- Που μένουν εκτός των δραστηριοτήτων και την παιδική χαρά
- Δείχνουν αδυναμία κοινής χρήσης χώρου με άλλους/ έχουν χαμηλή επίγνωση του προσωπικού χώρου
- Δείχνουν αδυναμία μοιράσματος, εναλλαγής σειράς και συνεργασίας με συνομηλίκους
- Που δεν μπορούν να περιμένουν τη σειρά τους, φωνάζουν, θέλουν να είναι πρώτοι και να κερδίζουν πάντα
- Που ανταποκρίνονται με ακατάλληλες κοινωνικές απαντήσεις σε συνομηλίκους και ενήλικες
- Που κάνουν «αγενή» σχόλια – δηλώνοντας γεγονότα χωρίς επίγνωση του αντίκτυπου σε άλλα άτομα
- Που δεν έχουν φιλίες ή έχουν περιορισμένη κατανόηση αυτών
- Που δεν γνωρίζουν τους κοινωνικούς κώδικες συμπεριφοράς σε διαφορετικά κοινωνικά πλαίσια (Howley και Preece, 2013).

Οι παρατηρήσεις αυτές θα πρέπει να εντοπίζουν δυνατά και αδύνατα σημεία σε σχέση με τις κοινωνικές δεξιότητες τους καθώς και συνειδητοποίηση της ιεράρχησης των κοινωνικών δεξιοτήτων (Εικόνα 1.).

26

Εικόνα 1. Ιεράρχηση κοινωνικών δεξιοτήτων





Εκτός από τα προβλήματα σχετικά με την ανάπτυξη κοινωνικών δεξιοτήτων, οι αυτιστικοί μαθητές μπορεί να έχουν θέματα και με την κοινωνική κατανόηση που μπορεί να ευθύνεται για ορισμένες από τις ανάρμοστες κοινωνικές αντιδράσεις και τα κοινωνικά λάθη που παρατηρούνται τακτικά σε παιδιά και νέους στο φάσμα του αυτισμού (Howley and Preece, 2013). Όπως αναφέρθηκε προηγουμένως, είναι σημαντικό οι κοινωνικές δεξιότητες και η κοινωνική κατανόηση να διδάσκονται μαζί, καθώς και οι δύο ενδυναμώνουν τις κοινωνικές δεξιότητες και η διδασκαλία των κοινωνικών δεξιοτήτων είναι περιορισμένη χωρίς επαρκή κατανόηση. Οι ατομικοί στόχοι θα πρέπει να στοχεύουν στη βελτίωση των κοινωνικών δεξιοτήτων και της κοινωνικής κατανόησης και κάθε ευκαιρία να χρησιμοποιείται για την καλλιέργεια αυτής της σημαντικής πτυχής.

Οι δάσκαλοι μπορούν να βοηθήσουν τους αυτιστικούς μαθητές με τις κοινωνικές τους δεξιότητες κάνοντας την τάξη άνετη (χωρίς δυνατό θόρυβο ή έντονα φώτα), ενθαρρύνοντας τους μαθητές να συμμετέχουν στις δραστηριότητες και επιλέγοντας θέματα τα οποία μπορεί να τους ενδιαφέρουν πολύ.

Για τους αυτιστικούς μαθητές, είναι ζωτικής σημασίας η προσαρμογή του περιβάλλοντος και η δημιουργία ενός κλίματος που σέβεται τις αισθητηριακές τους ευαισθησίες και την ανάγκη τους για σαφή δομή του χώρου, των δραστηριοτήτων και του χρόνου, για προγραμματισμό και αναγγελία των μεταβάσεων, προετοιμασία αναπτυξιακά κατάλληλων εργασιών, δυνατότητα ηρεμίας και δικής τους θέσης και ευκαιρίες συμμετοχής στη λήψη αποφάσεων. Τα οπτικά βοηθήματα μπορούν να υποστηρίξουν τους αυτιστικούς μαθητές στην ανάπτυξη δεξιοτήτων, στην επικοινωνία και στην αύξηση της ανεξαρτησίας τους. Όταν οι εκπαιδευτικοί διαμορφώνουν ένα πετυχημένο περιβάλλον, αυτό δίνει ευκαιρίες στους μαθητές να ενισχύσουν μια θετική συμπεριφορά, να εξασκήσουν την επιθυμητή συμπεριφορά και να αναδείξουν τις ατομικές τους ικανότητες.

Οι πιο κάτω ιδέες και στρατηγικές μπορούν να βοηθήσουν τους δασκάλους στην ανάπτυξη των κοινωνικών δεξιοτήτων του αυτιστικού παιδιού:

- Επαινέστε, ενισχύστε τη θετική συμπεριφορά και ενθαρρύνετε τις ατομικές ικανότητες.
- Αναδείξτε και εξασκήστε επιθυμητές συμπεριφορές - επίδειξη μιας επιθυμητής συμπεριφοράς είτε από δάσκαλο είτε από συνομηλίκους που μπορεί να οδηγήσει στη μίμηση αυτής της συμπεριφοράς από τον εκπαιδευόμενο. Αυτό έχει τη δυνατότητα να οδηγήσει στην ανάπτυξη νέων δεξιοτήτων.



- Παρέχετε δομημένες κοινωνικές αλληλεπιδράσεις – τα αυτιστικά άτομα προτιμούν τη δομή και τη σταθερότητα. Οι ρουτίνες είναι σημαντικές για αυτούς και οι αλλαγές μπορεί να είναι δύσκολες. Ως αποτέλεσμα, μπορεί να είναι ευκολότερο να διδάξετε νέες δεξιότητες και να ενισχύσετε τις κοινωνικές δεξιότητες τους όταν εργάζεστε σε ένα γνώριμο για αυτούς πλαίσιο.
- Συζητήστε πιθανά κοινωνικά περιστατικά από καταστάσεις της καθημερινής ζωής και παίξτε ρόλους με πραγματικά ή φανταστικά σενάρια. Μπορείτε να συζητήσετε τον αντίκτυπο των επιλογών κάποιου στο περιβάλλον του, καθώς και πιθανές εναλλακτικές λύσεις.
- Διαμορφώστε το περιβάλλον για επιτυχή δράση - κατά τη διάρκεια στιγμών διδασκαλίας, περιορίστε στο ελάχιστο τους εξωγενείς περισπασμούς. Επιλέξτε ώρες κατά τις οποίες οι μαθητές σας είναι πιο χαλαροί και πρόθυμοι να δουλέψουν.

Οι εκπαιδευτικοί με καλές κοινωνικο-συναισθηματικές ικανότητες μπορούν να συμβάλουν στην κοινωνική ανάπτυξη των μαθητών όχι μόνο μέσω άμεσων οδηγιών, αλλά και με τη διαμόρφωση της συμπεριφοράς και την επιρροή του γενικού κλίματος στην τάξη και στο σχολείο. Οι εκπαιδευτικοί αποτελούν βασικά πρότυπα, τα οποία μπορούν να επηρεάσουν τις στάσεις, τις αξίες και τις συμπεριφορές των μαθητών τους (Early Career Framework, 2021). Ακόμη, μπορούν να χρησιμοποιήσουν πραγματικές καταστάσεις για την εξάσκηση κοινωνικών δεξιοτήτων ή να ενσωματώσουν την εξάσκηση κοινωνικών δεξιοτήτων στο σχολικό πρόγραμμα δίνοντας στους μαθητές περισσότερες ευκαιρίες να εξασκήσουν τις επιθυμητές συμπεριφορές και να λάβουν ανατροφοδότηση.

Το παιχνίδι είναι ένας από τους καλύτερους τρόπους για να βοηθήσετε τα παιδιά να μάθουν και να αναπτύξουν δεξιότητες, συμπεριλαμβανομένων των κοινωνικών δεξιοτήτων. Όταν τα παιδιά παίζουν μαζί, τους δίνει την ευκαιρία να εξασκηθούν στο να τηρούν τη σειρά τους, τη συλλογική προσοχή και να μοιράζονται τα ενδιαφέροντα τους, τη συνεργασία, την αντιμετώπιση της νίκης αλλά και της ήττας, την τήρηση κανόνων και πολλά άλλα. Η εξάσκηση μιας δεξιότητας σε διαφορετικές καταστάσεις παιχνιδιού θα βοηθήσει τα παιδιά να μάθουν να χρησιμοποιούν τη δεξιότητα ευρύτερα. Για παράδειγμα, μπορούν να εξασκηθούν να εναλλάσσονται ενώ πετούν μια μπάλα ο ένας στον άλλο, να ενώνουν κομμάτια ενός παζλ ή να παίζουν ένα παιχνίδι όπως το Jenga ή διάφορα παιχνίδια με χαρτιά.



Οι δάσκαλοι μπορούν επίσης να χρησιμοποιήσουν αποτελεσματική υποστήριξη συνομηλίκων για να υποστηρίξουν αυτιστικούς μαθητές, επειδή έχει μια σειρά από οφέλη: οι συνομηλικοί είναι εύκολα διαθέσιμοι και μπορούν να αποτελέσουν πολύ ισχυρά πρότυπα. Οι άνθρωποι είναι πιο πιθανό να μιμηθούν τη συμπεριφορά που επιδεικνύεται από άτομα που τους μοιάζουν (π.χ. ηλικία και φύλο), και αυτό είναι ιδιαίτερα αισθητό στα παιδιά. Οι συνομηλικοί ενισχύουν την κοινωνική μάθηση και μπορούν να βελτιώσουν τα επίπεδα αυτοπεποίθησης και αυτοεκτίμησης. Παρέχουν επίσης ευκαιρίες να μάθουν πώς νιώθουν οι άλλοι άνθρωποι και πώς εκφράζουν τα συναισθήματά τους.

Οι συνομηλικοί είναι απαραίτητοι στην εξάσκηση του παιχνιδιού και οι δάσκαλοι μπορούν να εξασκηθούν στο παιχνίδι χρησιμοποιώντας παιχνίδια που είναι κατάλληλα για την ηλικία και το ενδιαφέρον των μαθητών. Τα ομαδικά παιχνίδια μπορούν να παιχτούν χρησιμοποιώντας συνεργατικό ή κοινωνικό παιχνίδι ή δομημένες ομάδες κοινωνικών δεξιοτήτων. Το ομαδικό ή Κοινωνικό Παιχνίδι είναι όταν τα παιδιά παίζουν μαζί με άλλους και έχουν ενδιαφέρον τόσο για τη δραστηριότητα όσο και για άλλα παιδιά που συμμετέχουν. Οι στρατηγικές για ομαδικό και κοινωνικό παιχνίδι περιλαμβάνουν:

- Ενθάρρυνση της συμμετοχής με δική του επιλογή, με σεβασμό στις ατομικές διαφορές και ανάγκες.
- Επεξήγηση ασκήσεων έτσι ώστε να έχουν ξεκάθαρο σημείο έναρξης και λήξης.
- Παροχή πλαισίου όπως οπτική υποστήριξη αλλά και αύξηση της συμμετοχής σε ομαδικές δραστηριότητες όπως π.χ. χρόνος για μουσική και σιωπηλό χρόνο εργασίας.
- Ενθάρρυνση των δεξιοτήτων για επιλογές στον «ελεύθερο χρόνο».
- Οι δάσκαλοι και οι γονείς μπορούν να υποδείξουν τι πρέπει να λένε στα άλλα παιδιά κατά τη διάρκεια του παιχνιδιού, π.χ. "Μπορώ να παίξω;", "Θα παίξεις μαζί μου;", "Μπορώ να έχω την επόμενη σειρά;".
- Ενθάρρυνση και υπόδειξη των δεξιοτήτων λήψης σειράς "η σειρά του Γιάννη" και "η σειρά σου".
- Ενθάρρυνση της από κοινού προσοχής "τι κάνουν;"
- Ανάπτυξη δεξιοτήτων για την αντιμετώπιση αλλαγών και μεταβάσεων.
- Σταδιακή αύξηση του μεγέθους των κοινωνικών ομάδων.
- Σταδιακή αύξηση της διάρκειας της κοινωνικής συναναστροφής



- Συμπερίληψη ενός προγράμματος δομημένων και μη δομημένων χρόνων παιχνιδιού, ώστε να μπορούν να εξασκηθούν στη λήψη αποφάσεων.

(Στρατηγικές κοινωνικής αλληλεπίδρασης για τον αυτισμό)

<https://thespectrum.org.au/autism-strategy/social-interaction/>

Οι ομάδες δομημένων κοινωνικών δεξιοτήτων συχνά υλοποιούνται σε μικρές ομάδες με έναν επαγγελματία εκπαιδευμένο στην ανάπτυξη δεξιοτήτων κοινωνικής αλληλεπίδρασης που ηγείται της ομάδας. Μπορούν να προσφέρονται σε σχολεία, σε νηπιαγωγεία ή στην ευρύτερη κοινότητα. Συνήθως είναι δομημένες και χρησιμοποιούν προτροπές ή διευκολύνσεις ανάλογα με τις ανάγκες για να υποστηρίξουν τις επιδόσεις των μαθητών σε σχέση με τους στόχους της δραστηριότητας. Κάποιες επικεντρώνονται στα ενδιαφέροντα, όπως τα Lego, ενώ άλλες στην ανάπτυξη δεξιοτήτων.

Είναι επίσης σημαντικό να σέβεστε τα ατομικά στυλ μάθησης. Οι μαρτυρίες (π.χ. Temple Grandin) μας λένε ότι πολλά άτομα στο φάσμα του αυτισμού συχνά «σκέφτονται με εικόνες» και τα αποτελέσματα της έρευνας δείχνουν ότι τα αυτιστικά άτομα επεξεργάζονται τις οπτικές πληροφορίες πιο εύκολα από τις λεκτικές. Η χρήση οπτικών βοηθημάτων υποστηρίζει το μαθησιακό τους στυλ, προάγοντας την ανεξαρτησία και χρησιμοποιώντας τις ατομικές δυνατότητες (Howley και Preece, 2013). Υπάρχουν πολλοί τύποι οπτικής υποστήριξης, τα οπτικά βοηθήματα περιλαμβάνουν κάρτες με εικόνες, κάρτες αφής, φωτογραφίες, σύντομα βίντεο, έγχρωμες κάρτες ή αυτοκόλλητα, κλίμακες και επιδείξεις. Οι κάρτες με εικόνες μπορούν επίσης να χρησιμοποιηθούν ως προτροπές, όπως η διδασκαλία σε κάποιον πώς να συνομιλεί ή να μάθει μια νέα δεξιότητα. Η χρήση οπτικών μορφών διδασκαλίας αποτελείται από:

- Χρήση οπτικών βοηθημάτων και μηνυμάτων
- Χρήση γραπτών οδηγιών
- Χρήση φωσφορούχων στυλό– για να επισημάνετε σημαντικές πληροφορίες, π.χ. σε ένα φύλλο εργασίας
- Χρήση ετικετών σε διαγράμματα/διαγράμματα ροής/νοητικούς χάρτες
- Χρήση οπτικών καρτών υπόδειξης
- Χρήση πλαισίων γραφής για τη δομή των απαντήσεων
- Οπτικά δομημένες εργασίες (Howley and Preece, 2013).

Οι στρατηγικές οπτικής διδασκαλίας περιλαμβάνουν: διαδραστικό πίνακα, προβολή αντικειμένων και φωτογραφιών, προβολή πληροφοριών σε διαγραμματική μορφή,



mind-maps (χάρτες μυαλού), διαγράμματα ροής, παροχή κειμένου αντί της απλής ανάγνωσής του, οπτικές κάρτες για την επισήμανση και αποσαφήνιση εννοιών, γραπτό/συμβολικό/εικονικό λεξιλόγιο, οπτική μοντελοποίηση και επιδείξεις (Howley and Preece, 2013).

Συμπεράσματα

Η υποστήριξη της κοινωνικής αλληλεπίδρασης στα σχολεία είναι ένα σημαντικό κομμάτι του εκπαιδευτικού σχεδίου του μαθητή. Μετά την οικογένεια, το σχολείο έχει τη μεγαλύτερη επιρροή στην κοινωνική και συναισθηματική ανάπτυξη ενός παιδιού, επομένως, δεν αποτελεί έκπληξη το γεγονός ότι πρόσφατα υπήρξε αυξανόμενο ενδιαφέρον για στρατηγικές στις οποίες το σχολείο θα μπορούσε να υποστηρίξει την ανάπτυξη κοινωνικών δεξιοτήτων στους μαθητές και έτσι να αποτρέπονται πιθανές δυσκολίες (Vranjican et al., 2019). Το σχολικό περιβάλλον προσφέρει πολλές ευκαιρίες για να κάνουν φίλους, να αναπτύξουν ενσυναίσθηση, κοινωνική συμπεριφορά και αυτοπεποίθηση, να ενθαρρύνουν το παιχνίδι, τη συνεργασία και την περιέργεια, αλλά και να αποκτήσουν αίσθημα ευθύνης, να υιοθετήσουν κανόνες συμπεριφοράς και να αντιδρούν κατάλληλα σε διαφορετικές δύσκολες καταστάσεις. Επίσης, το εκπαιδευτικό περιβάλλον του σχολείου προσφέρει μοναδικές ευκαιρίες για να διδάξει τυπικούς συνομηλίκους να γίνουν ευαίσθητοι και βοηθητικοί απέναντι στους νευροαποκλίνοντες συνομηλίκους, όπως οι αυτιστικοί μαθητές (Kasari et al., 2012). Αυτά τα αποτελέσματα υποστηρίζουν την άποψη ότι η εργασία με συνομηλίκους μπορεί να είναι η πιο αποτελεσματική και οικολογικά έγκυρη προσέγγιση για τη βελτίωση των κοινωνικών αποτελεσμάτων των αυτιστικών παιδιών. Συνολικά, τα αποτελέσματα δείχνουν ότι οι θεραπείες με τη διαμεσολάβηση ομότιμων είναι ανώτερες από τις θεραπείες χωρίς τη διαμεσολάβηση ομότιμων σε διάφορα αποτελέσματα και αυτά τα οφέλη της θεραπείας διατηρήθηκαν στην παρακολούθηση (Kasari, et al., 2012). Έτσι, με αυτόν τον τρόπο, οι άλλοι εμπλεκόμενοι μαθητές μπορούν επίσης να επωφεληθούν από τη συμμετοχή σε προγράμματα εκμάθησης κοινωνικών δεξιοτήτων βελτιώνοντας τις κοινωνικές τους ικανότητες συμπεριλαμβανομένων των νευροτυπικών και νευροαποκλίνων συμμαθητών τους και αυξάνοντας την ευαισθητοποίηση για τη σημασία της αποδοχής της διαφορετικότητας. Η κοινωνική ικανότητα αφορά επίσης τον ρόλο των κοινωνικών εταίρων. Η κοινωνική ικανότητα συνδέεται με την αποδοχή από τους συνομηλίκους, την αποδοχή του δασκάλου, την επιτυχία της ένταξης και την επιτυχία εκτός σχολείου, και αν το μόνο που κάνουμε είναι να επικεντρωθούμε στην αλλαγή του αυτιστικού ατόμου, είναι απίθανο να πετύχουμε (Howley and Preece, 2013).



Καθώς η μετα-ανάλυση των παρεμβάσεων κοινωνικών δεξιοτήτων με βάση το σχολείο για παιδιά με ΔΑΦ (Bellini et al., 2007) υποδηλώνει ότι οι παρεμβάσεις κοινωνικών δεξιοτήτων ήταν ελάχιστα αποτελεσματικές για αυτιστικά παιδιά, οι ερευνητές κατέληξαν στο συμπέρασμα ότι τα προγράμματα κοινωνικών δεξιοτήτων πρέπει να σχεδιάζονται για να ταιριάζουν στο άτομο ανάγκες του παιδιού, σε αντίθεση με το να αναγκάζουν το παιδί να «ταιριάζει» στην επιλεγμένη στρατηγική ή στρατηγικές κοινωνικών δεξιοτήτων.

Τα αποτελέσματα υποστηρίζουν τις συστάσεις που προσφέρονται από τους Gresham et al., (2001), οι οποίες περιλαμβάνουν την αύξηση της δόσης των παρεμβάσεων κοινωνικών δεξιοτήτων, την παροχή εκπαίδευσης στο φυσικό περιβάλλον του παιδιού, την αντιστοίχιση της στρατηγικής παρέμβασης με τον τύπο του ελλείμματος δεξιοτήτων και τη διασφάλιση της πιστότητας της παρέμβασης (Bellini et al., 2007).

Ο στόχος της εκμάθησης κοινωνικών δεξιοτήτων και των παρεμβάσεων δεν πρέπει να είναι το μήνυμα ότι είναι λάθος να είναι κανείς διαφορετικός ή ότι τα αυτιστικά άτομα πρέπει να καλύπτονται ή να καμουφλάρονται ή να συμπεριφέρονται με τρόπο αφύσικο για αυτούς. Ο στόχος είναι να βοηθηθούν οι αυτιστικοί μαθητές να περιηγηθούν πιο εύκολα στο κοινωνικό τους περιβάλλον, επομένως η εστίαση θα πρέπει να είναι στις μαθησιακές δεξιότητες που βοηθούν τους αυτιστικούς μαθητές να επικοινωνήσουν τις επιθυμίες και τις ανάγκες τους με τρόπο που να τους εξυπηρετεί, να τους διδάξει τις δεξιότητες αυτο-συνηγορίας, να διευρύνουν την κατανόηση της γλώσσας, να αναγνωρίζουν και να κατανοούν τα δικά τους συναισθήματα και να αναπτύσσουν στρατηγικές αυτορρύθμισης και δεξιότητες επίλυσης προβλημάτων.

Τα αυτιστικά παιδιά μπορούν να παρουσιάσουν σημαντική βελτίωση των κοινωνικών δεξιοτήτων τους, αλλά δεν συμβαίνει αμέσως. Να είστε συνεπείς με τη θεραπεία και τα μαθήματα που ενισχύετε στο σπίτι!!!

4.3. Οι ενότητες του προγράμματος σπουδών

Οι ενότητες του προγράμματος σπουδών Κοινωνικές δεξιότητες καθορίζονται από τα αποτελέσματα της αξιολόγησης των αναγκών μέσω μιας μικρής έρευνας που περιλάμβανε εκπαιδευτικούς από όλες τις χώρες εταίρους (Δανία, Φινλανδία, Κροατία, Ισπανία, Κύπρος). Οι ενότητες είναι η κύρια πηγή στην οποία θα αναπτυχθούν τα παιχνίδια.



ΘΕΜΕΛΙΩΤΙΚΕΣ ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ
ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΑΛΛΗΛΕΠΙΔΡΑΣΗΣ
ΣΥΝΟΗΜΑΤΙΚΕΣ ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ
ΓΝΩΣΤΙΚΕΣ ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ

Θεμελιώδεις Δεξιότητες - Βασική κοινωνική αλληλεπίδραση (μη λεκτικές δεξιότητες)

Οι *θεμελιώδεις* δεξιότητες αναφέρονται στους τρόπους με τους οποίους επικοινωνούμε χωρίς να χρησιμοποιούμε λέξεις και αφορούν τον τρόπο με τον οποίο παρουσιάζουμε τον εαυτό μας στους άλλους. Εκδηλώνονται στις κοινωνικές αλληλεπιδράσεις ως βασικές ικανότητες: κίνηση του σώματος και στάση του σώματος (εκφράσεις του προσώπου και οπτική επαφή, στάση του σώματος, χειρονομίες, μίμηση, διατήρηση επαρκούς προσωπικού χώρου), μίμηση και κοινή προσοχή. Περίπου το 93% της επικοινωνίας είναι μη λεκτική (ο τόνος της φωνής αποτελεί το 38% της επικοινωνίας και η γλώσσα του σώματος και οι εκφράσεις του προσώπου αποτελούν το 55%).

- κατάλληλη χρήση της γλώσσας του σώματος (βλεμματική επαφή, εκφράσεις προσώπου, στάση, χειρονομίες, μίμηση) και ποιότητα φωνής (τόνος και ύψος φωνής, ρυθμός ομιλίας, καθαρότητα)
- σεβαστείτε και διατηρήστε τον κατάλληλο προσωπικό χώρο, το κατάλληλο άγγιγμα
- κατανοήστε τα μη λεκτικά σημάδια

Δεξιότητες αλληλεπίδρασης - Δεξιότητες που απαιτούνται για την αλληλεπίδραση με άλλους (λεκτικές δεξιότητες)

Οι *Δεξιότητες αλληλεπίδρασης* αποτελούνται από τις ικανότητες διαχείρισης και ελέγχου των αμοιβαίων αλληλεπιδράσεων που περιλαμβάνουν τη διαχείριση της δικής του συμπεριφοράς και τις ικανότητες διαχείρισης και ελέγχου της αλληλεπίδρασης του άλλου μαζί του/της (Jureviceneetal., 2012). Συχνά είναι αδύνατο να διαχωριστούν από τις επικοινωνιακές δεξιότητες με τις οποίες συνδέονται στενά. Οι *Δεξιότητες επικοινωνίας* σχετίζονται πρώτα με τις ικανότητες έναρξης και διατήρησης λεκτικής και μη λεκτικής επαφής, αλλά και σε πιο σύνθετες ικανότητες διατήρησης διαπροσωπικών



σχέσεων. Απαιτείται επίσης κοινωνική εκφραστικότητα κατά την επικοινωνία, καθώς και ικανότητες ευελιξίας και προσαρμοστικότητας και ικανότητες επίλυσης συγκρούσεων.

- τελετουργίες έναρξης, ανάπτυξης και κλεισίματος της συνομιλίας, καθορισμός κατάλληλων θεμάτων για συνομιλία, ακρόαση/απάντηση σε ερωτήσεις, αλλαγή σειράς κ.λπ.
- συνεργασία - εργασία ή παιχνίδι με συνεργάτες ή σε ομάδες - συμμετοχή, εναλλαγή, ακολουθώντας τους κανόνες
- κοινή χρήση (ενδιαφερόντων ή αντικειμένων)
- ακολουθώντας τους κανόνες των κοινωνικών αλληλεπιδράσεων σε διαφορετικά περιβάλλοντα / ευγένεια (σεβασμός και τρόποι)
- αλληλεπίδραση με πρόσωπα εξουσίας
- επίλυση (διαπραγμάτευση) συγκρούσεων

Συναισθηματικές Δεξιότητες - Δεξιότητες που απαιτούνται για την αναγνώριση και τη διαχείριση συναισθημάτων

Οι Συναισθηματικές δεξιότητες εκδηλώνονται με δύο τρόπους - αφενός, βοηθούν το άτομο να κατανοήσει τον εαυτό του και να αντιμετωπίσει τα συναισθήματά του, επίσης να ελέγξει τον εαυτό του ενώ επικοινωνεί και συμμετέχει σε μια κοινή δραστηριότητα με άλλους. Συστατικά των συναισθηματικών δεξιοτήτων είναι οι ικανότητες αυτογνωσίας και αυτοαξιολόγησης - αυτές οι ικανότητες βοηθούν το άτομο να κατανοήσει τον εαυτό του σε καταστάσεις κοινωνικής αλληλεπίδρασης και συναισθηματικής εκφραστικότητας ή ικανότητες αυτο-αποκάλυψης - βοηθούν να αποκαλυφθεί θετικά ο εαυτός τους στους άλλους. Είναι σημαντικό να κατανοούμε τους άλλους σε καταστάσεις επικοινωνίας και είναι απαραίτητες οι ικανότητες συναισθηματικής ευαισθησίας για να γίνει αυτό. Οι ικανότητες αυτορρύθμισης, αυτοδιαχείρισης ή αυτοελέγχου βοηθούν στην κατάλληλη συμπεριφορά (Jureviciene et al., 2012).

Η συναισθηματική εκφραστικότητα και η συναισθηματική ευαισθησία είναι αυτές που συνδυάζονται με τις επικοινωνιακές ικανότητες. Σύμφωνα με τον R. Malinauskas (2004), οι συναισθηματικές δεξιότητες εμπλουτίζουν και ζωντανεύουν τη λεκτική και μη λεκτική επικοινωνία. Ο συγγραφέας δηλώνει ότι η συναισθηματική εκφραστικότητα ανήκει στον τομέα της μη λεκτικής μεταφοράς πληροφοριών και περιλαμβάνει όχι μόνο την ικανότητα έκφρασης της ανάγκης για επικοινωνία, αλλά δείχνει επίσης την ικανότητα του ατόμου να εκφράζει τα συναισθήματα με τρόπο κατανοητό και αποδεκτό



από τους άλλους. Συναισθηματική ευαισθησία σημαίνει αναγνώριση των συναισθημάτων του άλλου και συναισθηματικό έλεγχο - ικανότητα ελέγχου και ρύθμισης των συναισθηματικών καταστάσεων και της μη λεκτικής έκφρασης, καθώς και κάλυψης της συναισθηματικής τους κατάστασης και αποφυγής αυθόρμητης έκρηξης συναισθημάτων (Malinauskas, 2004).

- ταυτοποίηση των συναισθημάτων κάποιου
- αναγνωρίζοντας τα συναισθήματα των άλλων
- αποκωδικοποίηση της γλώσσας του σώματος και των εκφράσεων του προσώπου
- δείχνοντας ενδιαφέρον για τους άλλους, επιδεικνύοντας ενσυναίσθηση και φιλοκοινωνικές συμπεριφορές, σεβασμό στον εαυτό μας και στους άλλους
- αποδοχή ατομικών και ομαδικών διαφορών (ανεκτικότητα και διαφορετικότητα)
- παραμένοντας σε μια εργασία και έχοντας υπομονή
- επίδειξη συναισθηματικών αντιδράσεων κατάλληλων για την κατάσταση (αντίστοιχη «ενέργεια» ή επίπεδο συναισθήματος με την κοινωνική κατάσταση), έκφραση σκέψεων και συναισθημάτων με λεκτικό και μη λεκτικό τρόπο
- ικανότητα ευελιξίας και προσαρμοστικότητας
- διαχείριση άγχους – ικανότητες αντίστασης στο στρες και ελέγχου της παρορμητικότητας
- χειρισμός πίεσης από ομοτίμους ή πειράγματος από ομοτίμους

Γνωστικές Δεξιότητες - Δεξιότητες που απαιτούνται για τη διατήρηση πιο σύνθετων κοινωνικών αλληλεπιδράσεων

Η βάση των γνωστικών δεξιοτήτων είναι κοινωνικοί κανόνες που ρυθμίζουν τη συμπεριφορά και τη γνώση (γνωστικό επίπεδο). Το πρακτικό επίπεδο των κοινωνικών γνωστικών δεξιοτήτων είναι η κοινωνική ευαισθησία που βοηθά στην αποκωδικοποίηση των κοινωνικών σημάτων, στην αξιολόγηση της κατάστασης συγκρίνοντάς την με τη γνώση σχετικά με τους κοινωνικούς κανόνες, καθώς και στη λήψη αποφάσεων για μια συμπεριφορά που θα ήταν κατάλληλη για την κατάσταση και όταν χρειάζεται, για την επίλυση προβλημάτων (Jureviciene et al., 2012). Οι δεξιότητες κοινωνικής γνώσης σχετίζονται με τις συναισθηματικές δεξιότητες (αυτορύθμιση και ικανότητες αυτοελέγχου). Τόσο η γνώση των κοινωνικών κανόνων όσο και ο πρακτικός προσανατολισμός στα κοινωνικά πρότυπα σε διάφορες κοινωνικές καταστάσεις



απαιτούν υψηλό επίπεδο κοινωνικής και συναισθηματικής διάνοιας. Οι δεξιότητες κοινωνικής γνώσης αντικατοπτρίζουν τον προσανατολισμό του ατόμου στην κοινωνική ζωή, την κατανόηση της λογικής των διαπροσωπικών σχέσεων, τις προσδοκίες από την άποψη των γύρω ανθρώπων και τον έλεγχο της συμπεριφοράς που αντιστοιχεί στις προσδοκίες (Jureviciene et al., 2012).

- αυτο-παρακολούθηση
- κοινωνική αντίληψη – η ικανότητα κατανόησης του περιβάλλοντος παρατηρώντας τους άλλους
- κατανόηση της οπτικής γωνίας του άλλου
- ικανότητα ανάλυσης πληροφοριών, εναλλακτικών λύσεων και των αποτελεσμάτων τους και λήψης αποφάσεων (επιλογών)
- κατανόηση των κοινοτικών κανόνων, ακολουθώντας τους κανόνες
- τον καθορισμό της κατάλληλης συμπεριφοράς για διαφορετικές κοινωνικές καταστάσεις
- κατανόηση του σαρκασμού, της ειρωνείας, των μεταφορών και της μη κυριολεκτικής σημασίας
- διαχείριση ιογενούς επικοινωνίας

36

Συνοπτικά, μπορεί να ειπωθεί ότι οι δεξιότητες επικοινωνίας είναι απαραίτητες στη δομή των κοινωνικών δεξιοτήτων. Ωστόσο, οι δεξιότητες επικοινωνίας συνδέονται στενά με τις συναισθηματικές και κοινωνικές γνωστικές δεξιότητες. Έτσι, η επικοινωνία προκαλεί την ανάπτυξη όλων των άλλων κοινωνικών δεξιοτήτων: βοηθά στην εκμάθηση τρόπων έκφρασης κοινωνικά αποδεκτής συμπεριφοράς και συναισθημάτων, ελέγχου της έκφρασης συμπεριφορών και συναισθημάτων, επίλυση εποικοδομητικών συγκρούσεων και ενίσχυση των αλληλεπιδράσεων. Από την άλλη πλευρά, η επικοινωνία είναι και ο παράγοντας και το τεκμήριο του σχηματισμού κοινωνικών δεξιοτήτων. Η επικοινωνία και άλλες κοινωνικές δεξιότητες είναι αποτέλεσμα κοινωνικών και εκπαιδευτικών αλληλεπιδράσεων (Jureviciene et al., 2012).

Υπάρχουν Ακολουθίες Δεξιοτήτων;

Μια λειτουργική προσέγγιση, στην οποία αναζητούμε τις δεξιότητες που είναι απαραίτητες για να λειτουργήσει ο μαθητής σε ένα επιθυμητό περιβάλλον, μπορεί να μας βοηθήσει να αποφασίσουμε σε ποιες δεξιότητες θα στοχεύσουμε. Τι κάνει αυτό το άτομο πάρα πολύ ή τι δεν κάνει αρκετά σε αυτό το περιβάλλον που μπορεί να επηρεάσει την ικανότητα λειτουργίας; Υπάρχουν δύο κατηγορίες δεξιοτήτων που



αποτελούν προϋποθέσεις για πολλές άλλες δεξιότητες: η κοινή προσοχή και οι δεξιότητες συμβολικής επικοινωνίας. Η κοινή προσοχή αναφέρεται στην ικανότητα του παιδιού να παρακολουθεί αυτό που προσέχει ο δάσκαλος (Baker, 2013). Η συμβολική επικοινωνία αναφέρεται στην ικανότητα επικοινωνίας για γεγονότα, αντικείμενα ή ανθρώπους όταν αυτά τα γεγονότα, τα αντικείμενα ή οι άνθρωποι δεν είναι συγκεκριμένα παρόντα στο παιδί. Αυτό το είδος ικανότητας είναι προϋπόθεση για μια συζήτηση σχετικά με το παρελθόν, το μέλλον ή υποθετικές καταστάσεις. Εάν ένα παιδί δεν είναι σε θέση να το κάνει αυτό, δεν θα μπορεί να συζητήσει εύκολα καταστάσεις ή να μάθει μόνο από λεκτικές εξηγήσεις, κάτι που είναι ο πρωταρχικός τρόπος με τον οποίο πολλά παιδιά εισάγονται σε νέα θέματα στο σχολείο. Χωρίς καλές συμβολικές γλωσσικές δεξιότητες, οι μαθητές θα πρέπει να δουν φωτογραφίες ή βίντεο από εκδηλώσεις ή να συμμετέχουν στην εκδήλωση για να μάθουν γι' αυτό.

4.4. Παραδείγματα δραστηριοτήτων ανά ενότητα

Όλες οι εικόνες είναι ιδιοκτησία της ARASAAC. Μερικές από τις δραστηριότητες είναι προσαρμοσμένες από το «101 WAYS TO TEACH CHILDREN SOCIAL SKILLS» του Lawrence E. Shapiro, Ph.D. (2004).

37

Οι παρακάτω δραστηριότητες είναι παραδείγματα στα οποία μπορείτε να βασιστείτε και να τα κάνετε πιο κατάλληλα για τους μαθητές σας. Κάθε δραστηριότητα μπορεί να προσαρμοστεί στην ηλικία, τις ικανότητες, τις προτιμήσεις και τις ανάγκες των μαθητών, καθώς και στις απαιτήσεις μιας δεδομένης κατάστασης. Οι δάσκαλοι έχουν την ελευθερία να καθοδηγούν τη δραστηριότητα με τον τρόπο που θεωρούν πιο χρήσιμο, και με το να είναι ευέλικτοι, μπορούν να αποτελέσουν πρότυπα για τους μαθητές τους και να τους διδάξουν ευελιξία και ανεκτικότητα στις αλλαγές.

Το καθήκον του δασκάλου είναι να δημιουργήσει ένα περιβάλλον που να επιτρέπει την εκμάθηση κοινωνικών δεξιοτήτων σε κάθε μαθητή και να ενθαρρύνει τους μαθητές να συμμετέχουν επιτρέποντας σε όλους να συμμετέχουν στο βαθμό και με τον τρόπο που τους ταιριάζει καλύτερα. Αυτό ισχύει ιδιαίτερα για τους αυτιστικούς μαθητές στους οποίους δεν θέλουμε να στείλουμε το μήνυμα ότι είναι λάθος να είναι διαφορετικοί ή ότι πρέπει να συγκαλύπτονται ή να καμουφλάρονται ή να συμπεριφέρονται με τρόπο που τους είναι αφύσικος. Ο στόχος είναι να βοηθηθούν οι αυτιστικοί μαθητές να περιηγηθούν στο κοινωνικό τους περιβάλλον πιο εύκολα, επομένως η εστίαση είναι στις δεξιότητες μάθησης που βοηθούν τα αυτιστικά άτομα να επικοινωνήσουν τις επιθυμίες και τις ανάγκες τους με τρόπο που τους εξυπηρετεί, να τους διδάξει δεξιότητες αυτο-συνηγορίας, να διευρύνει την κατανόησή τους στη γλώσσα, να



αναγνωρίζουν και να κατανοούν τα δικά τους συναισθήματα και να αναπτύσσουν στρατηγικές αυτορρύθμισης και δεξιοτήτες επίλυσης προβλημάτων.

Η έμφαση των δραστηριοτήτων για όλους τους μαθητές είναι στη διδασκαλία ότι όλοι είμαστε διαφορετικοί, ότι όλοι επικοινωνούμε με διαφορετικούς τρόπους και όλοι μπορούμε να επικοινωνήσουμε καλύτερα εάν αποδεχόμαστε ο ένας τις επικοινωνιακές ανάγκες του άλλου.

Καθώς τα παιχνίδια προορίζονται για την εκμάθηση κοινωνικών δεξιοτήτων σε μαθητές με αυτισμό, είναι καλό να ακολουθούνται γενικοί κανόνες που έχουν αποδειχθεί αποτελεσματικοί:

- Λάβετε υπόψη το μοναδικό σύνολο δυνατοτήτων και δυσκολιών κάθε μαθητή, προκειμένου να επιτύχετε τα βέλτιστα αποτελέσματα.
- Θέστε σαφείς κανόνες για το σχολείο και την τάξη, μαζί με τους μαθητές σας, εάν είναι δυνατόν, και βεβαιωθείτε ότι όλοι τους κατανοούν και τους αποδέχονται.
- Γίνετε πρότυπο για τους μαθητές σας και δώστε τους θετικό παράδειγμα με υπομονή, ήρεμο και ειρηνικό τόνο φωνής και φιλική στάση προς τους άλλους.
- Εκτιμήστε την ατομικότητα των άλλων.
- Ενθαρρύνετε όλους να συμμετέχουν σε ένα παιχνίδι όσο θέλουν, να σταματήσουν και να εγκαταλείψουν το παιχνίδι εάν αισθάνονται άβολα - τα συναισθήματα και οι αισθήσεις όλων πρέπει να ληφθούν υπόψη.
- Χρησιμοποιήστε σαφείς και ξεκάθαρες οδηγίες.
- Πείτε τους τι να κάνουν, αντί τι να ΜΗΝ κάνουν.
- Χρησιμοποιήστε οπτικά στηρίγματα όποτε είναι δυνατόν. Για τους αυτιστικούς μαθητές, μια εικόνα αξίζει όσο χίλιες λέξεις ή περισσότερες!
- Να προσέχετε τις απαιτήσεις των αισθήσεων και να αποφύγετε περιστάσεις που μπορεί να οδηγήσουν σε αισθητηριακή υπερφόρτωση λόγω της επικράτησης των αισθητηριακών ευαισθησιών μεταξύ των αυτιστικών ατόμων.
- Δώστε ευκαιρίες να εξασκηθούν και να επαναλάβουν αυτά που έχουν μάθει, σε διαφορετικά περιβάλλοντα, αν είναι δυνατόν. Μην υποθέσετε ότι οι αυτιστικοί μαθητές θα γενικεύσουν.

4.4.1. Θεμελιώδεις Δεξιότητες - Βασική κοινωνική αλληλεπίδραση (μη λεκτικές δεξιότητες)

1. ΚΑΤΑΛΛΗΛΗ ΧΡΗΣΗ ΤΗΣ ΓΛΩΣΣΑΣ ΤΟΥ ΣΩΜΑΤΟΣ – ΚΑΝΟΝΤΑΣ ΕΠΑΦΗ ΜΕ ΤΑ ΜΑΤΙΑ



Στόχος της μάθησης: Να διδάξει στους μαθητές την έννοια της οπτικής επαφής στις καθημερινές αλληλεπιδράσεις

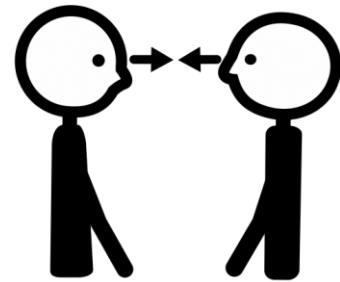
Ρωτήστε τους μαθητές στην τάξη τι σημαίνει για αυτούς οπτική επαφή. Είναι σημαντική για αυτούς; Ποιες διαφορές μεταξύ των ανθρώπων έχουν παρατηρήσει σχετικά με τη διαφορετική επιθυμία τους να κάνουν μια οπτική επαφή. Σε ποιες περιπτώσεις προσπαθούν να αποφύγουν την οπτική επαφή; Τι πληροφορίες μπορούν να λάβουν από την οπτική επαφή με άλλους; Για να δείτε πώς αισθάνονται οι μαθητές για την οπτική επαφή, μπορείτε να κάνετε τρεις ασκήσεις:

Ένας μαθητής θα είναι ο ομιλητής και ένας ο ακροατής και στις τρεις ασκήσεις και στη συνέχεια θα αλλάξουν ρόλους. Φύλλο δραστηριοτήτων:

ΟΠΤΙΚΗ ΕΠΑΦΗ

Όνομα _____

Ημερομηνία _____



1. Πείτε στο διπλανό σας όλα όσα κάνατε χθες το βράδυ. Ενώ μιλάτε, ο διπλανός σας δεν πρέπει ποτέ να παίρνει τα μάτια του από το πρόσωπό σας - θα πρέπει να σας κοιτάζει συνέχεια. Ενώ μιλούσατε, πώς αισθανόσασταν για την οπτική επαφή που κρατούσε ο διπλανός σας μαζί σας;

2. Πείτε στο διπλανό σας όλα όσα σκοπεύετε να κάνετε απόψε. Όσο μιλάτε, ο διπλανός σας δεν πρέπει ποτέ να κοιτάζει το πρόσωπό σας. Ενώ μιλούσατε, πώς αισθανθήκατε για την οπτική επαφή που δεν κρατούσε ο διπλανός σας μαζί σας;

3. Πείτε στο διπλανό σας όλα όσα σκοπεύετε να κάνετε αυτό το σ/κ. Όσο μιλάτε, ο διπλανός σας δεν πρέπει ποτέ να κοιτάζει το πρόσωπό σας. Ενώ μιλούσατε, πώς αισθανθήκατε για την οπτική επαφή που δεν κρατούσε ο διπλανός σας μαζί σας;



Αφού τελειώσουν, θα μοιραστούν τα συναισθήματά τους για τους τρεις τύπους οπτικής επαφής. Μπορείτε να κάνετε μια συζήτηση στην τάξη για όσα έμαθαν. Πείτε τους ότι οι άνθρωποι μιλούν με τα μάτια τους αλλά και με τα λόγια τους. Όταν οι άνθρωποι κάνουν οπτική επαφή, κοιτάζουν το άτομο στο οποίο μιλάνε ή ακούνε. Το να κάνεις οπτική επαφή δεν σημαίνει να κοιτάς στα μάτια του άλλου όλη την ώρα. Σημαίνει να την κοιτάς κάθε τόσο, ώστε αυτό το άτομο να καταλάβει ότι καταλαβαίνεις και νοιάζεσαι για αυτό που λέει.

Τα άτομα, ιδιαίτερα οι αυτιστικοί μαθητές διαφέρουν ως προς την ικανότητά τους να δημιουργούν και να διατηρούν οπτική επαφή και οι δάσκαλοι θα πρέπει να χρησιμοποιούν σωστή ορολογία, ώστε να μην κάνουν τα παιδιά να αισθάνονται άβολα ή να προωθούν τις συμπεριφορές συγκάλυψης. Όλες οι διαφορές μεταξύ των παιδιών είναι έγκυρες και πρέπει να λαμβάνονται υπόψη κατά τη διδασκαλία της έννοιας της οπτικής επαφής.

2. ΚΑΤΑΛΛΗΛΗ ΧΡΗΣΗ ΠΟΙΟΤΗΤΑΣ ΦΩΝΗΣ – ΤΟΝΟΣ ΦΩΝΗΣ

Στόχος της μάθησης: Το να βοηθήσετε τους μαθητές να αναγνωρίσουν 'πώς λέγονται' τα πράγματα μπορεί να είναι εξίσου σημαντικό με αυτό που λέγεται.

40

Ρωτήστε τους μαθητές στην τάξη τι πιστεύουν ότι σημαίνει ο «τόνος της φωνής» και ζητήστε τους να δώσουν παραδείγματα διαφορετικών τόνων φωνής. Στη συνέχεια, μπορείτε να κάνετε ασκήσεις. Οι μαθητές θα κάθονται σε έναν κύκλο και περιστρέφοντας τον κύκλο θα δώσουν παραδείγματα για το πώς οι φωνητικοί τόνοι μπορούν να αλλάξουν το νόημα αυτού που λέγεται ή να μεταδώσουν το λάθος συναίσθημα.

Παράδειγμα 1: Ο πρώτος μαθητής στον κύκλο λέει, «Λατρεύω τη σοκολάτα» με βαριεστημένη φωνή. Ο επόμενος μαθητής λέει, «Λατρεύω τη σοκολάτα» σαν να την αγαπά πραγματικά.

Παράδειγμα 2: Το επόμενο παιδί λέει: "Νομίζω ότι τα μαλλιά σου είναι ωραία" με απωθητική φωνή. Ο επόμενος μαθητής λέει την ίδια πρόταση με έναν τόνο που θεωρεί κατάλληλο, όπως κολακευτικό ή φιλικό.

Παράδειγμα 3: Ο επόμενος μαθητής λέει: «Έχω τόσες εργασίες για το σπίτι!» με χαρούμενη φωνή. Το επόμενο παιδί λέει την ίδια πρόταση με τόνο που θεωρεί κατάλληλο, όπως λυπημένος ή θυμωμένος.

Αυτή η δραστηριότητα μπορεί να συνεχιστεί γύρω από τον κύκλο, με τους μαθητές να κάνουν τις δικές τους δηλώσεις.



Αφού τελειώσουν, συνεχίστε με μια συζήτηση για το πώς ο τόνος της φωνής επηρεάζει το νόημα αυτού που λέγεται. Ο τόνος της φωνής είναι ένα ουσιαστικό στοιχείο επικοινωνίας που συχνά «μιλάει» πιο δυνατά από τα πραγματικά μας λόγια. Δεν είναι μόνο οι λέξεις που χρησιμοποιείτε αλλά και ο τρόπος που μεταφέρετε το μήνυμα. Μερικές φορές, όπως λες κάτι μπορεί να αλλάξει το νόημα αυτού που θέλεις να πεις. Μπορεί ακόμη και να δώσει το μήνυμα ότι δεν εννοείς αυτό που λες.

3. ΚΑΤΑΛΛΗΛΗ ΧΡΗΣΗ ΠΟΙΟΤΗΤΑΣ ΦΩΝΗΣ – ΕΝΤΑΣΗ ΦΩΝΗΣ

Στόχος της μάθησης: Να διδάξει στους μαθητές τη σημασία της χρήσης της κατάλληλης έντασης φωνής.

Ρωτήστε τους μαθητές αν μπορούν να θυμηθούν μια κατάσταση όπου κάποιος μίλησε πολύ σιγά ή πολύ δυνατά. Θυμούνται τι σκέφτονταν σε αυτή την κατάσταση ή πώς ένιωσαν;

Ζητήστε τους να δώσουν παραδείγματα καταστάσεων στις οποίες είναι σκόπιμο να μιλούν πιο σιγά ή πιο δυνατά. Ρωτήστε την ομάδα γιατί είναι σημαντικό να χρησιμοποιείτε την κατάλληλη ένταση σε διάφορες καταστάσεις. Ζητήστε τους να σκεφτούν άλλες καταστάσεις στις οποίες η διαφορετική ένταση είναι κατάλληλη και γιατί.

Επιλέξτε την ένταση της φωνής που είναι κατάλληλη για κάθε περίπτωση			
	ΨΥΘΙΡΙΣΤΗ	ΚΑΝΟΝΙΚΗ	ΦΩΝΑΚΤΗ
Διάβασμα στη βιβλιοθήκη	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Πανηγυρίζοντας σε έναν αγώνα ποδοσφαίρου	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ψώνια σε ένα κατάστημα	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Παίζοντας στην ύπαιθρο	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Παίζοντας σε εσωτερικούς χώρους	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Όταν κάποιος παίρνει έναν υπνάκο	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Όταν κάποιος μιλάει στο τηλέφωνο	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>



Όταν μιλάτε στο τηλέφωνο	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Στο σχολικό λεωφορείο	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Μιλώντας στην αίθουσα εστίασης	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Βλέποντας μια ταινία	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

ΒΙΒΛΙΟΘΗΚΗ, ΠΙΣΙΝΑ, ΔΡΟΜΟΣ, ΝΟΣΟΚΟΜΕΙΟ

Επιλέξτε δύο από τις παραπάνω περιστάσεις και πείτε γιατί θα χρησιμοποιούσατε σιγανή, κανονική ή δυνατή φωνή

4. ΣΕΒΑΣΤΕ ΚΑΙ ΔΙΑΤΗΡΗΣΤΕ ΚΑΤΑΛΛΗΛΟ ΠΡΟΣΩΠΙΚΟ ΧΩΡΟ

Στόχος της μάθησης: Να διδάξει και να βοηθήσει τους μαθητές την έννοια του προσωπικού χώρου

Ζητήστε από τους μαθητές να μιλήσουν για τον προσωπικό χώρο και τι σημαίνει αυτή η έννοια για αυτούς. Μπορείτε να εξηγήσετε ότι ο προσωπικός χώρος αναφέρεται στην απόσταση μεταξύ δύο ανθρώπων. Ο προσωπικός σας χώρος είναι ο χώρος γύρω από το σώμα μας που μας βοηθά να αισθανόμαστε άνετα με άλλους ανθρώπους και τους βοηθά να αισθάνονται άνετα κοντά μας. Είναι σαν μια αόρατη φούσκα που κουβαλάμε μαζί μας.

Συνηθέστερα διαφοροποιούμε τέσσερις ζώνες προσωπικού χώρου:

- **ΟΙΚΕΙΟΣ** ζώνη, η οποία ξεκινά από εκεί που κάποιος μπορεί σχεδόν να σας αγγίξει. Αυτή η ζώνη είναι όπου η οικογένεια και οι στενότεροι φίλοι σας θα σταθούν για να μιλήσουν μαζί σας για κάτι προσωπικό ή να είναι κοντά σας. Αν κάποιος που δεν νιώθετε κοντινό σας πρόσωπο σταθεί σε αυτή τη ζώνη, πιθανότατα θα νιώσετε άβολα.
- **ΠΡΟΣΩΠΙΚΗ** ζώνη, η οποία πηγαίνει από 45 έως 120 cm απόσταση από άλλο άτομο. Οι άνθρωποι που γνωρίζετε καλά στέκονται σε αυτή τη ζώνη για καθημερινές συζητήσεις.



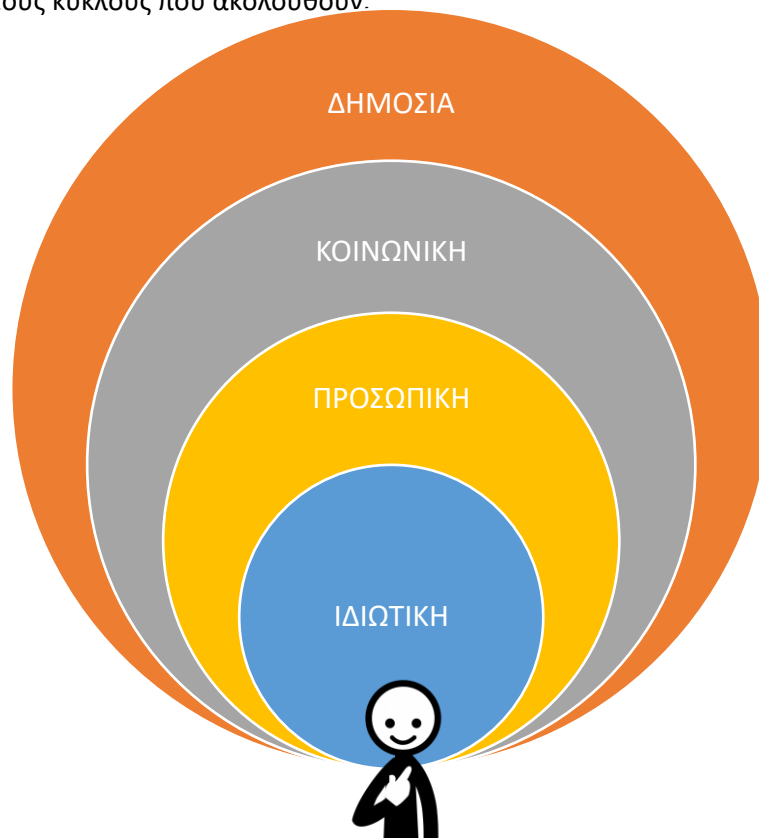
- **ΚΟΙΝΩΝΙΚΗ** ζώνη, η οποία κυμαίνεται από περίπου 1,2 έως 3,5 μέτρα από το σώμα σας. Οι γνωστοί στέκονται στην κοινωνική ζώνη για να σας μιλήσουν.
- **ΔΗΜΟΣΙΑ** ζώνη ξεκινά στα 3,5 μέτρα και φτάνει όσο πιο μακριά μπορείτε να δείτε. Οι άνθρωποι στέκονται σε αυτή τη ζώνη για να μιλήσουν δημόσια.

Στο φύλλο δραστηριοτήτων, μπορούν να δώσουν παραδείγματα με ποιον θα ένιωθαν άνετα να μιλήσουν σε κάθε ζώνη.

Όνομα _____

Ημερομηνία _____

Κάθε φορά που βρίσκεστε με ένα άλλο άτομο, θα πρέπει να αναρωτιέστε: "Η απόστασή μου είναι σωστή;". Μπορείτε να γράψετε με ποιον θα αισθανόσασταν άνετα να μιλήσετε σε κάθε ζώνη στους κύκλους που ακολουθούν.





Οι μαθητές μπορούν επίσης να εξασκήσουν βιωματικά την αίσθηση του προσωπικού χώρου μέσα από την επόμενη δραστηριότητα. Σχεδιάστε έναν κύκλο σε ένα μεγάλο φύλλο χαρτιού. Ο εσωτερικός κύκλος θα είναι ο οικείος χώρος (ακτίνα 45 cm), που περιβάλλεται από προσωπικό χώρο (ακτίνα 120 cm), και ο εξωτερικός χώρος είναι ο κοινωνικός χώρος. Βάλτε αυτό το χαρτί στο πάτωμα. Εναλλάξτε σε συνομιλίες με παιχνίδια ρόλων όπου τα παιδιά μιλούν μεταξύ τους χωρίς να παραβιάζουν τους προσωπικούς τους χώρους. (Μπορείτε επίσης να χρησιμοποιήσετε μια συμβολοσειρά για να δημιουργήσετε τον κύκλο ή ένα χούλα χουπ).

5. ΚΑΤΑΛΛΗΛΗ ΚΑΤΑΝΟΗΣΗ ΤΩΝ ΜΗ ΛΕΚΤΙΚΩΝ ΣΗΜΕΙΩΝ – ΧΕΙΡΟΝΟΜΙΩΝ

Στόχος της μάθησης: Να διδάξει στους μαθητές την έννοια των χειρονομιών στη μη λεκτική επικοινωνία.

Ρωτήστε τους μαθητές τι σημαίνει «χειρονομία» και επιλέξτε εθελοντές για να δείξουν χειρονομίες με τα χέρια τους. Ζητήστε από άλλους να πουν τι πιστεύουν ότι σημαίνουν αυτές οι χειρονομίες.

Συζητήστε με τους μαθητές για το πώς οι χειρονομίες παίζουν σημαντικό ρόλο στην επικοινωνία. Πολλοί άνθρωποι χρησιμοποιούν τα χέρια τους για να τονίσουν αυτό που λένε. Για παράδειγμα, το να χτυπάτε παλαμάκια ή να λέτε ένα «μπράβο» δείχνει την έγκρισή σας. Οι άνθρωποι που δαγκώνουν τα νύχια τους ή κοιτάζουν επίμονα στο έδαφος αποκαλύπτουν την έλλειψη αυτοπεποίθησης καθώς και τη νευρικότητα τους. Είναι σημαντικό να αναγνωρίσουμε τι σημαίνουν τα σήματα και οι χειρονομίες, ώστε να μπορούμε να επικοινωνούμε αποτελεσματικά. Ζητήστε από τους μαθητές να συμπληρώσουν το φύλλο δραστηριοτήτων σχετικά με τη σημασία των χειρονομιών.



Όνομα _____

Ημερομηνία _____

 <p>Τι σημαίνει η χειρονομία;</p> <p>_____</p> <p>Πότε μπορεί να χρησιμοποιηθεί;</p> <p>_____</p> <p>_____</p> <p>_____</p>	 <p>Τι σημαίνει η χειρονομία;</p> <p>_____</p> <p>Πότε μπορεί να χρησιμοποιηθεί;</p> <p>_____</p> <p>_____</p> <p>_____</p>
 <p>Τι σημαίνει η χειρονομία;</p> <p>_____</p> <p>Πότε μπορεί να χρησιμοποιηθεί;</p> <p>_____</p> <p>_____</p> <p>_____</p>	 <p>Τι σημαίνει η χειρονομία;</p> <p>_____</p> <p>Πότε μπορεί να χρησιμοποιείται;</p> <p>_____</p> <p>_____</p> <p>_____</p>

Μπορείτε επίσης να εξασκηθείτε με τους μαθητές: ΧΡΗΣΗ ΑΦΗΣ, ΣΤΑΣΗ, ΕΡΜΗΝΕΙΑ ΓΛΩΣΣΑΣ ΤΟΥ ΣΩΜΑΤΟΣ...

4.4.2. Δεξιότητες αλληλεπίδρασης - Δεξιότητες που απαιτούνται για την αλληλεπίδραση με άλλους (λεκτικές δεξιότητες)

1. ΧΡΗΣΙΜΟΠΟΙΗΣΤΕ ΤΕΛΕΤΟΥΡΓΙΕΣ ΜΥΘΗΣΗΣ – ΕΙΣΑΓΩΓΗ ΤΟΥ ΕΑΥΤΟΥ ΣΑΣ

Στόχος της μάθησης: Να διδάξουν στους μαθητές τον κατάλληλο τρόπο να συστηθούν και να κάνουν φίλους.



Εξηγήστε στους μαθητές σας ότι υπάρχουν συγκεκριμένα βήματα που συνήθως ακολουθούν οι άνθρωποι όταν συστήνονται σε άλλους. Όταν οι άνθρωποι συναντιούνται για πρώτη φορά, είναι ευγενικό να λένε ο ένας στον άλλο τα ονόματά τους. Προσπαθούν να δείχνουν φιλικοί και να ενδιαφέρονται για το άτομο που συναντούν. Μπορούμε και εμείς να σφίξουμε τα χέρια. Οι πρώτες εντυπώσεις κάνουν τη διαφορά, οπότε όταν συναντάτε κάποιον νέο:

- Σηκωθείτε πάνω
- Κοιτάξτε τον άλλον απέναντί σας
- Χαμογελάστε
- Πείτε γεια. Είμαι

_____."

- Μπορείτε να προσθέσετε κάτι ενδιαφέρον για τον εαυτό σας ως αρχή συζήτησης, για παράδειγμα, μπορείτε να πείτε: Μου αρέσουν τα αθλήματα ή με ενδιαφέρει η μουσική.

Επιλέξτε δύο μαθητές που θα παίξουν ρόλους παρουσιάζοντας ο ένας τον άλλον. Στη συνέχεια, ζητήστε από κάθε παιδί να επιλέξει ένα άλλο άτομο και να συστήσει το ένα στο άλλο, μέχρι να συστηθεί ολόκληρη η ομάδα.

46

2. ΠΡΟΣΔΙΟΡΙΣΜΟΣ ΚΑΤΑΛΛΗΛΩΝ ΘΕΜΑΤΩΝ ΓΙΑ ΣΥΖΗΤΗΣΗ – ΚΑΝΟΝΤΑΣ ΦΙΛΟΥΣ

Στόχος της μάθησης: Να βοηθήσει τους μαθητές να βρουν τα κατάλληλα θέματα συζήτησης και να αναγνωρίσουν παρόμοια ενδιαφέροντα.



























Εξηγήστε στους μαθητές τι σημαίνει «έχω κάτι κοινό». Δύο άνθρωποι απολαμβάνουν να κάνουν το ίδιο πράγμα, έχουν κάτι παρόμοιο ή έχουν παρόμοιες ικανότητες...

Μοιράστε ένα φύλλο δραστηριοτήτων και ζητήστε από τα παιδιά να κυκλώσουν τα ενδιαφέροντά τους. Όταν τελειώσουν, ζητήστε από τα παιδιά να επιλέξουν συνεργάτες ή χωρίστε την ομάδα σε ζευγάρια. Οι σύντροφοι κοιτάζουν μαζί τα φύλλα τους, βρίσκουν παρόμοια ενδιαφέροντα και μιλούν ο ένας στον άλλο για αυτά. Τέλος, μοιράζονται τα διαφορετικά ενδιαφέροντά τους και λένε ο ένας στον άλλο για αυτά.

Όνομα _____

Ημερομηνία _____



Μ'αρέσει να παίζω...	Η αγαπημένη μου ασχολία είναι...	Μ'αρέσει να τρώω...
Μπάσκετ 	Διάβασμα 	Μακαρόνια 
Ποδόσφαιρο 	Γράψιμο 	Πίτσα 
Ράγκμπι 	Να ακούω μουσική 	Σούπα 
Επιτραπέζιο τένις 	Να περνώ χρόνο με φίλους 	Χάμπουργκερ 
Τένις 	Να παίζω video games 	Σαλάτα 
Άλλο _____	Άλλο _____	Άλλο _____
Το αγαπημένο μου μάθημα είναι...	Όταν μεγαλώσω θέλω να γίνω...	Έχω κατοικίδιο...
Μαθηματικά 	Πιλότος 	Σκύλο 
Ιστορία 	Γιατρός 	Παπαγάλο 
Μουσική 	Αστυνομικός 	Κουνέλι 
Τέχνη 	Δάσκαλος 	Χάμστερ 
Επιστήμη 	Πυροσβέστης 	Γάτα 
Άλλο _____	Άλλο _____	Άλλο _____



3. ΕΝΕΡΓΗΤΙΚΗ ΑΚΡΟΑΣΗ

Στόχος της μάθησης: Να διδάξει στους μαθητές το νόημα και τα οφέλη της ενεργητικής ακρόασης

Πείτε στους μαθητές ότι η ενεργητική ακρόαση περιλαμβάνει το κοίταγμα του ατόμου που έχετε απέναντί σας, την κατάλληλη θέση του σώματος, τις πράξεις του να κάνετε ερωτήσεις, να μην διακόπτετε και να αναστοχάζεστε (επαναλαμβάνοντας αυτό που λέγεται με δικά σας λόγια). Η ενεργητική ακρόαση είναι μια βασική δεξιότητα για την απόκτηση νέων φίλων, την κατανόηση πληροφοριών και την αποτελεσματική επικοινωνία.

Ζητήστε από τους μαθητές να φτιάξουν ένα διάγραμμα καλών ακουστικών συμπεριφορών, όπως τα μάτια στον ομιλητή, το σώμα στραμμένο προς τον ομιλητή, την ακρόαση και την κατανόηση, τη μη διακοπή, την υποβολή ερωτήσεων για να καταλάβουν περισσότερα, τα σχόλια σχετικά με το θέμα, τη σύνοψη κ.λπ.

Στη συνέχεια, ζητήστε από δύο εθελοντές να κάνουν ασκήσεις, η μία στην οποία παρουσιάζουν κακές δεξιότητες συνομιλίας (ο ένας μαθητής θα ξεκινήσει μια συζήτηση λέγοντας κάτι για τον εαυτό του, και ο άλλος μαθητής θα απομακρυνθεί, δείχνοντας κακή γλώσσα του σώματος και κοιτάζοντας αλλού, και διακόπτοντας τον μαθητή στη μέση της φράσης με σχόλια άσχετα με το θέμα), και η άλλη στην οποία παρουσιάζουν καλές δεξιότητες συνομιλίας (ο ακροατής θα διατηρήσει συμπεριφορές ενεργητικής ακρόασης, συμπεριλαμβανομένης της οπτικής επαφής, της γλώσσας του σώματος, της υποβολής συμπληρωματικών ερωτήσεων, της σύνοψης και της αναγνώρισης (νεύμα)).

Μετά από αυτό, όλοι οι μαθητές μπορούν να κάνουν και τις δύο ασκήσεις σε ζευγάρια, εναλλάξ και στους δύο ρόλους και να σχολιάσουν πώς ένιωσαν όταν αναγνώρισαν ότι τους άκουγαν και πώς ένιωσαν όταν η κατάσταση ήταν αντίθετη.

4. ΟΜΑΔΙΚΗ ΑΦΗΓΗΣΗ

Στόχος της μάθησης: Να διδάξει στους μαθητές να μιλούν και να ακούν εκ περιτροπής κατά τη διάρκεια μιας συνομιλίας.

Ζητήστε από τους μαθητές να δημιουργήσουν μαζί μια ιστορία. Ζητήστε από έναν μαθητή να ξεκινήσει μια ιστορία με μια πρόταση, για παράδειγμα, λέγοντας: «Ένα αγόρι ξύπνησε ένα καλοκαιρινό πρωινό...» Με τη σειρά του, κάθε μαθητής προσθέτει



μια άλλη πρόταση μέχρι να τελειώσει η ιστορία. Οι μαθητές πρέπει να ακούσουν ολόκληρη την ιστορία καθώς προχωρά και οι συνεισφορές τους πρέπει να είναι σχετικές με τις πληροφορίες που προηγήθηκαν. Τα παιδιά μπορούν στη συνέχεια να γράψουν ή να απαγγείλουν μια σύντομη περίληψη του τι συνέβη στην ιστορία.

Στη δεύτερη δραστηριότητα, κάθε μαθητής γράφει μια πρόταση της ιστορίας σε ένα φύλλο χαρτιού που είναι διπλωμένο με τέτοιο τρόπο ώστε κάθε μαθητής να βλέπει μόνο την πρόταση που έγραψε ο προκάτοχός του.

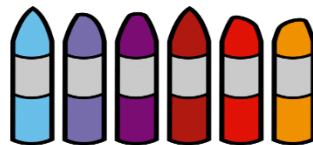
Αφού ολοκληρώσουν και τις δύο ασκήσεις, οι μαθητές μπορούν να συγκρίνουν και τις δύο ιστορίες και πόσο συνδεδεμένες και σημαντικές είναι.

5. ΚΛΗΡΩΣΗ ΣΕ ΖΕΥΓΟΙ ή ΟΜΑΔΙΚΗ ΚΛΗΡΩΣΗ

Στόχος της μάθησης: Να διδάξουν τους μαθητές να συνεργάζονται με άλλους, να εναλλάσσονται σε δραστηριότητες ή να περιμένουν τη σειρά τους.

Ζητήστε από τους μαθητές σας να ζωγραφίσουν μια ζωγραφιά δουλεύοντας σε ζευγάρια ή ομαδικά. Πριν ξεκινήσουν, μπορείτε να συμφωνήσετε σχετικά με τους κανόνες, για παράδειγμα, το χρωματισμό με αριθμούς, όπου ο καθένας έχει ένα κραγιόνι με έναν συγκεκριμένο αριθμό ή ο καθένας έχει συγκεκριμένο χρόνο για να ζωγραφίσει, μετά από τον οποίο περνούν τα κραγιόνια σε έναν άλλο μαθητή. Με αυτόν τον τρόπο οι μαθητές μαθαίνουν να συνεργάζονται και να περιμένουν τη σειρά τους, καθώς και να εναλλάσσουν δραστηριότητες.

49



6. ΠΩΣ ΝΑ ΕΠΙΛΥΝΕΤΕ ΤΗ ΣΥΓΚΡΟΥΣΗ – ΖΗΤΑΜΕ ΣΥΓΓΝΩΜΗ

Στόχος της μάθησης: Για να διδάξετε στους μαθητές ότι ορισμένες συγκρούσεις απαιτούν συγγνώμη.

Ρωτήστε τους μαθητές: «Τι είναι κάτι που κάνατε και απαιτούσε συγγνώμη;» Γράψτε τις απαντήσεις στον μαυροπίνακα ή σε ένα μεγάλο φύλλο χαρτιού. Η συγγνώμη είναι συχνά δύσκολο να ειπωθεί. Όταν έχετε μια σύγκρουση με κάποιον ή πληγώνετε τα συναισθήματα κάποιου, συχνά δεν είναι σκόπιμη. Όταν σας κατηγορούν ότι κάνατε κάτι λάθος, μπορεί να πάρετε αμυντική στάση, ειδικά αν δεν πιστεύετε ότι η κατηγορία είναι δίκαιη. Το τελευταίο πράγμα που θα θελήσετε να κάνατε είναι να ζητήσετε συγγνώμη.



Αλλά το να ζητάς συγγνώμη — το να συνειδητοποιείς ότι έκανες κάτι λάθος, να λες ότι λυπάσαι και να το εννοείς πραγματικά — δείχνει ότι νοιάζεσαι.

Υπάρχουν πολλά πράγματα που πρέπει να θυμάστε σχετικά με τη συγγνώμη:

- Προσπαθήστε να κατανοήσετε πλήρως πώς οι πράξεις σας πληγώνουν το άλλο άτομο.
- Ποτέ μην κατηγορείτε τις πράξεις σας σε κάποιον ή κάτι άλλο.
- Επικυρώστε τα συναισθήματα του ατόμου λέγοντας: «Αν ήμουν στη θέση σου, πιθανότατα θα ένιωθα το ίδιο».
- Ξεκαθαρίστε γιατί λυπάστε.
- Μην περιμένετε ότι η κατάσταση θα είναι αμέσως καλύτερη. Μπορεί να πάρει λίγο χρόνο.
- Αφού ζητήσετε συγγνώμη, αφήστε τον άλλον να μιλήσει.

Στη συνέχεια, εξασκηθείτε με τους μαθητές σε ζευγάρια, κάθε μαθητής στο ζευγάρι θα πρέπει να έχει την ευκαιρία να δώσει και να λάβει μια συγγνώμη.

- Είπες ότι θα τηλεφωνήσεις στον φίλο σου, αλλά το ξέχασες.
- Δανείστηκες ένα βιβλίο από τον φίλο σου και μετά το έχασες.
- Μιλούσες με κάποιον άλλο και όταν ήρθε ο φίλος σου, δεν τον συμπεριέλαβες στη συζήτηση.
- Είχες μια κακή μέρα και ήσουν πολύ σαρκαστικός με τον φίλο σου.

Στη συνέχεια, κάντε μια ομαδική συζήτηση σχετικά με το γιατί ορισμένες συγγνώμες τερματίζουν τη σύγκρουση και άλλες όχι.

4.4.3. Συναισθηματικές Δεξιότητες - Δεξιότητες που απαιτούνται για την αναγνώριση και τη διαχείριση συναισθημάτων

1. ΠΡΟΣΔΙΟΡΙΣΜΟΣ ΤΩΝ ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΩΝ

Στόχος της μάθησης: Για να ορίσετε συναισθήματα που μπορεί να βιώσει ένα άτομο σε διαφορετικές χρονικές στιγμές, για να αυξηθεί η αναγνώριση αυτών των συναισθημάτων.

Ρωτήστε τον μαθητή ή μια ομάδα: «Ποια είναι μερικά συναισθήματα που μπορεί να έχετε κατά τη διάρκεια μιας κανονικής ημέρας; Μπορείτε να περιγράψετε καταστάσεις στις οποίες αισθάνεστε έτσι;»

"Μπορείτε να σχεδιάσετε στο φύλλο εργασίας το πρόσωπο ενός ατόμου που αισθάνεται ένα από τα αναφερόμενα συναισθήματα - επιλέξτε ένα συναίσθημα που θέλετε να σχεδιάσετε."



Όταν η ομάδα ολοκληρώσει τη ζωγραφική, ζητήστε από τους μαθητές να δουν τις ζωγραφιές άλλων παιδιών και να προσπαθήσουν να εντοπίσουν τα συναισθήματα στις ζωγραφιές. Μετά από αυτό, μπορούν να επιδεικνύουν εναλλάξ μερικά από τα συναισθήματα χρησιμοποιώντας τις εκφράσεις του σώματος και του προσώπου τους, ενώ οι άλλοι μαντεύουν τι κάνουν.

2. ΕΚΦΡΑΣΕΙΣ ΠΡΟΣΩΠΟΥ

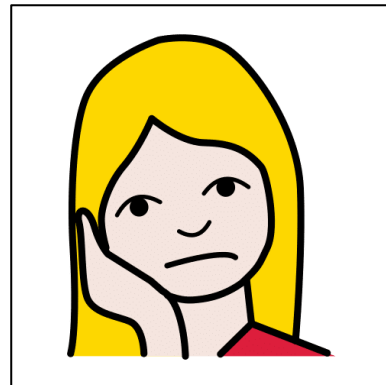
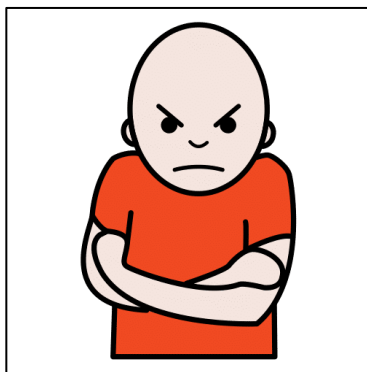
Στόχος της μάθησης: Να βοηθήσει τους μαθητές να αναγνωρίσουν τα συναισθήματά τους με βάση τις εκφράσεις του προσώπου και τη γλώσσα του σώματός τους.

Δείξτε τους τα σχέδια με διαφορετικές εκφράσεις και ζητήστε τους να προσδιορίσουν ποια αίσθηση αφορά η εικόνα.

Τι σας λέει η γλώσσα του σώματος του ατόμου στην εικόνα για το πώς αισθάνεται;

Αυτό το άτομο αισθάνεται _____

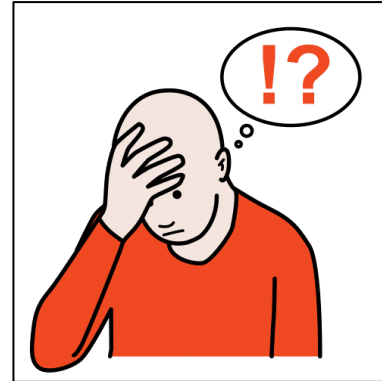
Αυτό το άτομο αισθάνεται _____





Αυτό το άτομο αισθάνεται _____

Αυτό το άτομο αισθάνεται _____



Στη συνέχεια, οι μαθητές μπορούν να φανταστούν ένα συναίσθημα και να προσπαθήσουν να παίξουν το φανταστικό συναίσθημα χρησιμοποιώντας εκφράσεις του προσώπου, τη γλώσσα του σώματος και τον τόνο της φωνής. Άλλοι μαθητές μπορούν να μαντέψουν ποιο συναίσθημα εκδηλώνεται.

3. ΕΡΜΗΝΕΙΑ ΓΛΩΣΣΑΣ ΤΟΥ ΣΩΜΑΤΟΣ

52

Στόχος της μάθησης: Για να βοηθήσουμε τα παιδιά να μάθουν για τα μηνύματα που δίνει το σώμα μας στους άλλους και να αναγνωρίσουν μη λεκτικά σημάδια που μεταδίδουν τι αισθάνονται οι άλλοι άνθρωποι.

Ζητήστε από τους μαθητές να επιλέξουν ένα συναίσθημα από τη λίστα (ευτυχισμένος, μπερδεμένος, απογοητευμένος, θυμωμένος, σοκαρισμένος, φοβισμένος, έκπληκτος, περήφανος) και απαντήστε σε μερικές από αυτές τις ερωτήσεις:

- Αν ένα άτομο ένιωθε έτσι, πώς θα έμοιαζε το πρόσωπο;
- Τι τόνο φωνής θα χρησιμοποιούσε ένα άτομο όταν μιλάει;
- Τι ένταση φωνής θα χρησιμοποιούσε αυτό το άτομο;
- Ποια θα ήταν η στάση του ατόμου;
- Τι χειρονομίες θα χρησιμοποιούσε το άτομο;

4. ΕΚΦΡΑΣΕΙΣ ΠΡΟΣΩΠΟΥ ΚΑΙ ΓΛΩΣΣΑ ΣΩΜΑΤΟΣ

Στόχος της μάθησης: Να αυξήσει την ευαισθητοποίηση σχετικά με τον ρόλο των εκφράσεων του προσώπου και της γλώσσας του σώματος στο συναίσθημα και την έκφραση συναισθημάτων.

«Ζητήστε από τους μαθητές να γελάσουν και να πηδήξουν και να χτυπήσουν τα χέρια τους στην πορεία καθώς προσπαθούν να νιώσουν τη θλίψη». Μπορείτε να



επαναλάβετε την ίδια άσκηση με άλλα συναισθήματα - θυμό, ευτυχία, φόβο, κ.λπ. Στη συνέχεια, μπορούν να συζητήσουν τις εμπειρίες τους ενώ κάνουν αυτή την άσκηση.

5. ΕΝΣΥΝΑΙΣΘΗΣΗ

Στόχος της μάθησης: Να διδάξει στους μαθητές πώς να ταυτίζονται και να κατανοούν τα συναισθήματα ενός άλλου ατόμου.

Ρωτήστε τους μαθητές τι είναι ενσυναίσθηση και τι σημαίνει «να βάζετε τον εαυτό σας στη θέση κάποιου άλλου». Ενθαρρύνετε τους να συζητήσουν παραδείγματα από το φύλλο εργασίας και να μοιραστούν παραδείγματα από τη δική τους εμπειρία στη συνέχεια.

<p>OLIVER</p>	<p>DEAN</p>	<p>MARC</p>
<p>Ο Sean χτυπάει συχνά τον Oliver. Πώς νομίζετε ότι αισθάνεται ο Oliver;</p>	<p>Ο Ίαν κοροϊδεύει τον Ντιν μπροστά στους άλλους μαθητές. Πώς νομίζεις ότι αισθάνεται ο Ντιν;</p>	<p>Ο Marc ήταν ο μόνος που δεν καλέστηκε στα γενέθλια του John. Πώς νομίζετε ότι αισθάνεται ο Marc;</p>
<p>Μπορείτε να κατανοήσετε τον Όλιβερ;</p>	<p>Μπορείτε να συμπάσχετε με τον Ντιν;</p>	<p>Μπορείς να κατανοήσεις τον Μαρκ;</p>
<p>Σας έχει συμβεί ποτέ κάτι παρόμοιο;</p>	<p>Σας έχει συμβεί ποτέ κάτι παρόμοιο;</p>	<p>Σας έχει συμβεί ποτέ κάτι παρόμοιο;</p>
<p>JULIET</p>	<p>MARRY</p>	<p>TIMMY</p>
<p>Η Ιουλιέτα κατέκτησε την πρώτη θέση σε διαγωνισμό άθλησης. Πώς νομίζετε ότι αισθάνεται η Τζούλιετ;</p>	<p>Η Marry βρίσκεται στη μέση ενός καυγά μεταξύ του Tony και του Dan. Πώς νομίζετε ότι αισθάνεται η Marry;</p>	<p>Η γάτα του γείτονα ξαφνικά πήδηξε πάνω στο Timmy και τον γρατζούνισε. Πώς νομίζετε ότι αισθάνεται ο Τίμμου;</p>



Μπορείτε να κατανοήσετε πως νιώθει η Ιουλιέτα;	Μπορείτε να συμπάσχετε με τη Μαργγ;	Μπορείς να συμπάσχεις με τον Τίμμου;
Σας έχει συμβεί ποτέ κάτι παρόμοιο;	Σας έχει συμβεί ποτέ κάτι παρόμοιο;	Σας έχει συμβεί ποτέ κάτι παρόμοιο;

6. ΠΡΟΣΩΠΙΚΕΣ ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΕΣ

Στόχος της μάθησης: Να διδάξει στους μαθητές τη σημασία της βοήθειας των άλλων.

Ζητήστε από την ομάδα να δώσει παραδείγματα περιπτώσεων που βοήθησαν κάποιον ή ήταν ευνοϊκοί απέναντι σε ένα άλλο άτομο. Βεβαιωθείτε ότι μοιράζονται πώς ένιωσαν μετά από μια τέτοια συμπεριφορά.

7. ΑΠΟΔΟΧΗ ΑΤΟΜΙΚΩΝ ΚΑΙ ΟΜΑΔΙΚΩΝ ΔΙΑΦΟΡΩΝ

Στόχος της μάθησης: Να διδάξει στους μαθητές τη σημασία της ανεκτικότητας και της αποδοχής των άλλων

Ζητήστε από τους μαθητές να αναφέρουν πώς διαφέρουν μεταξύ τους, ξεκινώντας από την εμφάνιση, τη συμπεριφορά και την ομιλία τους και συνεχίζοντας με τα ενδιαφέροντα ή τις αξίες τους. Ζητήστε από τους μαθητές να συζητήσουν γιατί είναι σημαντικό να είσαι ανεκτικός και ποια είναι τα οφέλη της αποδοχής των άλλων μαζί με τις ιδιαιτερότητές τους.

8. ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗ ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΩΝ

Στόχος της μάθησης: Να διδάξει στους μαθητές στρατηγικές ηρεμίας κάτω από στρες και τη σημασία του ελέγχου της παρορμητικής συμπεριφοράς.

Ρωτήστε τους μαθητές ποιες είναι οι διαφορές μεταξύ της παρορμητικής αντίδρασης και της σκέψης μεταξύ της αντίδρασης.

Ζητήστε από την ομάδα να σκεφτεί πρόσφατες καταστάσεις στις οποίες ήταν αναστατωμένοι ή θυμωμένοι. Ζητήστε τους να μιλήσουν για το τι έκαναν και αν άσκησαν αυτοέλεγχο ή αντέδρασαν παρορμητικά. Ζητήστε τους να συμπληρώσουν το φύλλο εργασίας μεμονωμένα ή σε ζευγάρια.

«Ονομάστε μια κατάσταση όταν νιώσατε αναστατωμένος/θυμωμένος/εκτός ελέγχου. Στη συνέχεια, σκεφτείτε τις πιθανές συνέπειες της σκέψης και της επιλογής των πράξεών σας σε αντίθεση με το να ενεργείτε παρορμητικά».



Μία κατάσταση που με αναστάτωσε:.....

Συνέπιες

σκέψη πριν την δράση

αυθόρμητη δράση

9. ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗ ΣΤΡΕΣ

Στόχος της μάθησης: Για να διδάξουν στους μαθητές διαφορετικές επιλογές που μπορούν να κάνουν για να μειώσουν τα επίπεδα άγχους τους.

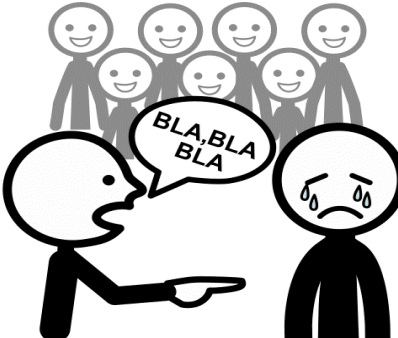
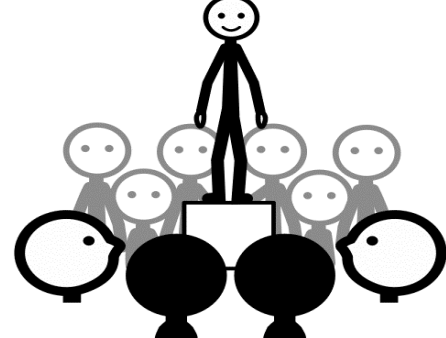
Ρωτήστε τους μαθητές: «Τι κάνετε όταν νιώθετε αναστατωμένοι; Ποιες δραστηριότητες σας κάνουν ήρεμους, χαρούμενους, θετικούς, χαλαρούς, ασφαλείς...;» Μπορούν να γράψουν τις ιδέες τους σε έναν μαυροπίνακα ή σε ένα μεγάλο φύλλο χαρτιού και να διακοσμήσουν τον πίνακα με χαρούμενα κίνητρα.

10. ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗ ΠΕΙΡΑΓΜΑΤΩΝ Ή ΠΙΕΣΗΣ ΑΠΟ ΣΥΝΟΜΗΛΙΚΟΥΣ

Στόχος της μάθησης: Να διδάξουν στους μαθητές πώς να χειρίζονται τα πειράγματα συνομηλίκων. Να διδάξει στους μαθητές πώς να αναγνωρίζουν την πίεση να συμμορφωθούν με μια ομάδα και πώς να πουν ΟΧΙ όταν πιέζονται από συνομηλίκους να κάνουν κάτι που δεν θέλουν να κάνουν. Ζητήστε τους να συμπληρώσουν το φύλλο εργασίας μεμονωμένα.





Έχετε βρεθεί ποτέ σε μια κατάσταση όπου κάποιος σας πείραξε ή σας κορόιδεψε;	Έχετε βρεθεί ποτέ σε μια κατάσταση όπου νιώσατε να σας πιέζουν οι άλλοι να συμπεριφερθείτε με έναν τρόπο που δεν θέλατε;
	
Τι κάνατε ή τι είπατε σε αυτή την περίπτωση;	Τι κάνατε ή τι είπατε σε αυτή την περίπτωση;
Τι θα μπορούσατε να κάνετε ή να πείτε διαφορετικά;	Τι θα μπορούσατε να κάνετε ή να πείτε διαφορετικά;

Μπορούν να εξασκηθούν να λένε όχι σε διαφορετικές καταστάσεις σε ζευγάρια. Ένας μαθητής μπορεί να προσπαθήσει να πείσει τον άλλο μαθητή να κάνει κάτι ασκώντας πίεση με οποιονδήποτε τρόπο, εκτός από τη χρήση κακής γλώσσας ή αγγίζοντας το άλλο άτομο. Μετά τον πρώτο γύρο, μπορούν να αλλάξουν τους ρόλους και στη συνέχεια, μπορούν να συζητήσουν τι ένιωθαν για αυτούς να είναι σε κάθε ρόλο.

Ακολουθούν μερικά παραδείγματα διαφόρων καταστάσεων:

- «Ας χάσουμε μάθημα. Κανείς δεν θα μάθει.»
- «Θέλω να κάνεις κλοπές μαζί μου».
- «Ας πειράξουμε τον Τζέικ και να δούμε αν μπορούμε να τον κάνουμε να κλάψει».
- «Ας μην μοιραζόμαστε αυτά τα γλυκά με τους φίλους μας και ας τα κρατάμε όλα για εμάς».



11. ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗ ΤΟΥ ΘΥΜΟΥ

Στόχος της μάθησης: Να διδάξει στους μαθητές τον συναισθηματικό έλεγχο και να αντιμετωπίζουν τον θυμό με ειρηνικούς, ήρεμους και μη σωματικούς τρόπους.

Ρωτήστε τους μαθητές ποιες είναι οι πιο συνηθισμένες αντιδράσεις τους στον θυμό. Μπορούν να ονομάσουν κάποια από τα "ερεθίσματα" ή πράγματα που τους θυμώνουν; Ποιες στρατηγικές χρησιμοποιούν για να παραμείνουν ήρεμοι σε αυτές τις καταστάσεις;

Ζητήστε από τους μαθητές να συμπληρώσουν ένα φύλλο δραστηριοτήτων και να μοιραστούν τις εμπειρίες τους και τις επιλογές τους για επικοινωνητικούς τρόπους διαχείρισης του θυμού τους.

Θυμηθείτε μια πρόσφατη κατάσταση στην οποία ήσασταν θυμωμένοι και δεν διαχειριστήκατε το θυμό σας σωστά. Τι συνέβη; Πώς αντιδράσατε; Γράψτε την εδώ:

Τώρα επιλέξτε ένα σήμα που θα σας βοηθούσε να διαχειριστείτε το θυμό σας καλύτερα, και συμπληρώστε τα κενά:

ΔΕΝ ΕΙΝΑΙ ΚΑΤΙ ΤΟ ΣΟΒΑΡΟ ΕΠΕΙΔΗ...

ΘΑ ΠΑΡΩ ΜΙΑ ΒΑΘΙΑ ΑΝΑΣΑ ΚΑΙ ΘΑ ΝΙΩΣΩ...

ΜΠΟΡΩ ΝΑ ΗΡΕΜΗΣΩ ΜΕ ΤΟΝ ΕΞΗΣ ΤΡΟΠΟ...

ΜΠΟΡΩ ΝΑ ΜΙΛΗΣΩ ΓΙΑ ΤΟ ΘΥΜΟ ΜΟΥ ΜΕ ΤΟΝ/ΤΗΝ...

ΘΑ ΜΠΟΡΟΥΣΑ ΝΑ ΣΚΕΦΤΩ ΚΑΤΙ ΑΛΛΟ ΟΠΩΣ...

ΑΠΟΜΑΚΡΥΝΟΜΑΙ ΚΑΙ ΑΥΤΟ ΜΕ ΚΑΝΕΙ ΝΑ ΑΙΣΘΑΝΘΩ...



12. Ι-ΜΗΝΥΜΑΤΑ

Στόχος της μάθησης: Να διδάξει στους μαθητές τη χρήση των Μηνυμάτων-Ι (I-Messages) για να εκφραστούν χωρίς να κατηγορούν.

Εξηγήστε στους μαθητές πώς λειτουργεί το I-Message.

1. Πες αυτό που νιώθεις (ΝΙΩΘΩ...)
2. Πες τι έκανε ο άλλος που σε στεναχώρησε (ΟΤΑΝ ΕΣΥ...)
3. Περιγράψτε πώς επηρεαστήκατε (ΕΠΕΙΔΗ...)
4. Δηλώστε τι θα έκανε την κατάσταση καλύτερη για εσάς (ΚΑΙ ΘΕΛΩ...)

Τώρα μπορούν να εξασκήσουν τα I-Messages σε ζευγάρια βασισμένα σε φανταστικές ή πραγματικές καταστάσεις. Μπορούν να πουν I-Messages ο ένας στον άλλο ή να τα γράψουν στα φύλλα εργασίας.

«I-MESSAGES» (ΕΓΩ-ΜΗΝΥΜΑΤΑ)

ΝΙΩΘΩ _____

ΟΤΑΝ ΕΣΥ _____

ΕΠΕΙΔΗ _____

ΚΑΙ ΘΕΛΩ _____

13. ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΙΚΟΣ ΚΑΘΡΕΦΤΗΣ

Στόχος της μάθησης: Να διδάξει στους μαθητές τις δεξιότητες της αναγνώρισης και του αντικατοπτρισμού των καταστάσεων και των συναισθημάτων των άλλων ανθρώπων.

Η άσκηση μπορεί να γίνει σε ζευγάρια. Ένας μαθητής βγάζει ένα συναίσθημα γραμμένο σε ένα κομμάτι χαρτί και προσπαθεί να το εκφράσει όσο το δυνατόν πιο πειστικά χωρίς να ονομάσει το συναίσθημα. Ένας άλλος μαθητής αντικατοπτρίζει τη συμπεριφορά του προσπαθώντας να ταιριάξει με τις χειρονομίες, τους ήχους και το



επίπεδο ενέργειας και, με βάση τις πράξεις του, προσπαθεί να μαντέψει ποιο συναίσθημα ενεργεί.

4.4.4. Γνωστικές Δεξιότητες - Δεξιότητες που απαιτούνται για τη διατήρηση πιο σύνθετων κοινωνικών αλληλεπιδράσεων

1. ΠΩΣ ΜΕ ΒΛΕΠΟΥΝ ΟΙ ΑΛΛΟΙ ΚΑΙ ΜΕ ΠΕΡΙΓΡΑΦΟΥΝ

Στόχος της μάθησης: Να βοηθήσουν τους μαθητές να αποκτήσουν μεγαλύτερη επίγνωση του εαυτού τους και του πώς τους βλέπουν και τους βιώνουν οι άλλοι.

Ζητήστε από τους μαθητές να περιγράψουν τον εαυτό τους με τρόπο που θα τους περιέγραφε ένας καλός φίλος ή μέλος της οικογένειας. Μπορούν να κάνουν την άσκηση σε ζευγάρια λέγοντας τις απαντήσεις σε έναν άλλο μαθητή και σχολιάζοντάς τις μαζί και στη συνέχεια εναλλάσσοντας ρόλους, ή μπορούν να γράψουν τις απαντήσεις σε ένα λευκό φύλλο χαρτιού το οποίο θα εισάγουν στο κενό κουτί όταν τελειώσουν. Στη συνέχεια, όλοι οι μαθητές της ομάδας βγάζουν τις απαντήσεις χωρίς να γνωρίζουν ποιος είναι ο συγγραφέας και μαντεύουν για ποιον πρόκειται.

2. ΑΥΤΟ-ΟΜΙΛΙΑ

Στόχος της μάθησης: Να διδάξει στους μαθητές να χρησιμοποιούν θετική αυτό-ομιλία για να κατευθύνουν τις σκέψεις και τη συμπεριφορά τους.

Συζητήστε με τους μαθητές τι πιστεύουν ότι είναι η «αυτό-ομιλία». Πείτε τους Ομιλία με τον εαυτό σας ή «εσωτερική ομιλία»: είναι αυτό που λέτε στον εαυτό σας κάθε λεπτό της ημέρας. Πιθανότατα δεν το γνωρίζετε, αλλά λέτε συνεχώς στον εαυτό σας πράγματα που επηρεάζουν αυτό που σκέφτεστε, λέτε και κάνετε. Για παράδειγμα, μπορείτε να βοηθήσετε τον εαυτό σας να συγκεντρωθεί λέγοντας κάτι όπως: «Συντονίστε όλα τα άλλα και επικεντρωθείτε σε αυτό που κάνετε».

Αν σκέφτεσαι θετικά, μάλλον θα τα καταφέρεις. Εάν σκέφτεσαι με αρνητικούς όρους, μάλλον δεν θα το κάνεις. Όταν αναγνωρίζετε τις σκέψεις που σας κάνουν να νιώθετε καλά, μπορείτε να τις κάνετε να συμβαίνουν πιο συχνά. Μερικοί άνθρωποι επαναλαμβάνουν τις θετικές σκέψεις σε διαφορετικές ώρες κατά τη διάρκεια της ημέρας, έως ότου οι σκέψεις αυτές γίνονται συνήθεια. Μπορείτε να μάθετε να παρηγορείτε τον εαυτό σας όταν τα πράγματα πάνε στραβά ή να ηρεμείτε χρησιμοποιώντας μια ακολουθία ηρεμίας όπως αυτή:



Σφίξτε τα χέρια σας μεταξύ τους και μετρήστε μέχρι το πέντε. Κλείσε τα μάτια σου και τρίψε το κεφάλι σου και μέτρησε μέχρι το πέντε, στη συνέχεια τρίψε τα πόδια σας και μετρήστε μέχρι το πέντε. Επαναλάβετε τη σειρά πέντε φορές

Αφού τα παιδιά συμπληρώσουν το φύλλο δραστηριοτήτων, ζητήστε τους να συζητήσουν πώς η θετική αυτό-ομιλία κάνει τους ανθρώπους να αισθάνονται καλύτερα για τον εαυτό τους.

ΟΝΟΜΑ: _____

ΗΜΕΡΟΜΗΝΙΑ: _____

Διαβάστε τις παρακάτω δηλώσεις. Για κάθε μία, δώστε ένα παράδειγμα αρνητικού εσωτερικού μονολόγου. Στη συνέχεια, αντικαταστήστε το με ένα θετικό.

Την Παρασκευή έχουμε διαγώνισμα στα μαθηματικά. Θα αποτύχω, σίγουρα.

Την Παρασκευή έχουμε διαγώνισμα στα μαθηματικά. Αν διαβάσω σκληρά, θα τα πάω καλά.



ΑΡΝΗΤΙΚΟΣ ΕΣΩΤΕΡΙΚΟΣ ΛΟΓΟΣ

ΘΕΤΙΚΟΣ ΕΣΩΤΕΡΙΚΟΣ ΛΟΓΟΣ

Θέλω πολύ ένα κουτάβι.

Αρνητικός εσωτερικός λόγος:

Θετικός εσωτερικός λόγος:

Μακάρι να ήμουν ψηλότερος.

Αρνητικός εσωτερικός λόγος:

Θετικός εσωτερικός λόγος:



Τα ρούχα της Μάρθας είναι τόσο ωραία.

Αρνητικός εσωτερικός λόγος:

Θετικός εσωτερικός λόγος:

3. ΕΓΩ ΣΕ ΣΧΕΣΗ ΜΕ ΤΟΥΣ ΑΛΛΟΥΣ

Στόχος της μάθησης: Να βοηθήσει τους μαθητές να αποκτήσουν μεγαλύτερη επίγνωση των αντιδράσεων και των συμπεριφορών τους σε διαφορετικές καταστάσεις καθώς και των αντιδράσεων των άλλων στις συμπεριφορές τους.

Ζητήστε από τους μαθητές σας να αφιερώσουν λίγα λεπτά για να σκεφτούν τις καταστάσεις στις οποίες έδειξαν καλοσύνη και σεβασμό για άλλους ανθρώπους και καταστάσεις όπου έχουν ενεργήσει διαφορετικά. Πώς αντέδρασαν οι άλλοι άνθρωποι σε αυτά; Τους άρεσε; Τι έμαθαν;

4. ΚΑΤΑΝΟΗΣΗ ΤΗΣ ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΑΣ ΤΩΝ ΑΛΛΩΝ

Στόχος της μάθησης: Να βοηθήσει τους μαθητές να κατανοήσουν καλύτερα γιατί οι άνθρωποι συμπεριφέρονται όπως συμπεριφέρονται.

Ρωτήστε τους μαθητές αν έχουν ποτέ αναρωτηθεί γιατί οι άνθρωποι συμπεριφέρονται όπως συμπεριφέρονται. Έχουν εκπλαγεί ποτέ από τις αντιδράσεις των άλλων; Πώς αντιμετώπισαν αυτές τις καταστάσεις;

Εξηγήστε τους ότι δεν υπάρχουν δύο άνθρωποι που να είναι ακριβώς ίδιοι. Ο καθένας βλέπει τα πράγματα διαφορετικά, και κανείς δεν μπορεί να ξέρει πραγματικά τι υπάρχει στο κεφάλι του άλλου. Για να κατανοήσετε τη συμπεριφορά των άλλων, είναι καλύτερο να παρατηρήσετε το άτομο:

- Παρακολουθώντας τι κάνει ο άλλος.
- Ακούγοντας τι λέει.
- Σκεφτείτε τους λόγους για τους οποίους λέει ή κάνει αυτά τα πράγματα. Εάν δεν είστε σίγουροι, ρωτήστε τους.
- Αποφασίστε ποιος λόγος εξηγεί καλύτερα τη συμπεριφορά τους.

Έπειτα, αποφασίστε εάν θέλετε να πείτε ή να κάνετε κάτι ως απάντηση.



Στη συνέχεια οι μαθητές μπορούν να παίξουν ένα ομαδικό παιχνίδι ενώ κάθονται σε κύκλο. Οι εθελοντές περιγράφουν μερικές από τις πρόσφατες συμπεριφορές τους και τα άλλα μέλη προσπαθούν να μαντέψουν τα κίνητρά τους για μια τέτοια συμπεριφορά.

5. ΤΙ ΘΑ ΕΚΑΝΕΣ ΑΝ...;

Στόχος της μάθησης: Να βοηθήσει τους μαθητές να σκεφτούν και να σχεδιάσουν τις ενέργειές τους σε διαφορετικές προκλητικές καταστάσεις.

Ο προβληματισμός σχετικά με τις αντιδράσεις μας σε καθημερινές καταστάσεις είναι ο καλύτερος τρόπος για να κατανοήσουμε το περιβάλλον μας, να παρατηρήσουμε τους άλλους και να σχεδιάσουμε τις ενέργειές μας. Οι μαθητές μπορούν να δουν πώς διαδραματίζουν σημαντικό ρόλο στην κοινωνία και πώς οι κοινωνικές τους δεξιότητες μπορούν να επηρεάσουν όλους τους γύρω τους.

Ποιες θα ήταν οι απαντήσεις σας σε διαφορετικές καταστάσεις που συμβαίνουν στην πραγματική ζωή;

Γράψτε διαφορετικές καταστάσεις που μπορεί να συμβούν σε οποιονδήποτε και βάλτε στους μαθητές σας να γράψουν στο ημερολόγιο πώς θα μπορούσαν να ανταποκριθούν με κοινωνικά κατάλληλο τρόπο. Μερικές καταστάσεις για τις οποίες θα μπορούσατε να γράψετε είναι:

- Ο πωλητής στο κατάστημα σας έδωσε πίσω λιγότερα χρήματα από τα αναμενόμενα.
- Δανείζεις το στυλό σου στον συμμαθητή σου και ξεχνούν να το επιστρέψουν.
- Δεν καλείστε να συμμετάσχετε σε μια ομαδική δραστηριότητα στο αγαπημένο σας άθλημα.
- Οι συμμαθητές σου ψιθυρίζουν μπροστά σου και δεν σε καλούν να συζητήσεις.

Οι μαθητές μπορούν να προσθέσουν μερικά παραδείγματα μόνοι τους. Στη συνέχεια, μπορούν να σχολιάσουν και να συζητήσουν τις απαντήσεις μαζί ή ακόμη και να κάνουν διαφορετικά σενάρια με σεβασμό ή ασέβεια. Μέσω αυτής της άσκησης, οι μαθητές μπορούν να δουν πώς η συμπεριφορά τους μπορεί να δημιουργήσει θετικά αποτελέσματα ή αρνητικές συνέπειες.

6. ΑΥΤΟΕΛΕΓΧΟΣ

Στόχος της μάθησης: Να διδάξουν στους μαθητές τη σημασία του να παραμένουν ήρεμοι υπό πίεση και να ελέγχουν την παρορμητική συμπεριφορά.

Ρωτήστε τους μαθητές τι είναι ο αυτοέλεγχος και ζητήστε τους να σας δώσουν μερικά παραδείγματα. Μπορείτε να γράψετε τις απαντήσεις τους σε ένα μεγάλο φύλλο



χαρτιού. Πείτε τους όταν έχουν αυτοέλεγχο, αποφασίζουν τον καλύτερο τρόπο να ενεργήσουν αντί να ενεργούν χωρίς να σκέφτονται. Μπορεί να χρειαστούν μόνο ένα ή δύο δευτερόλεπτα, αλλά ένα άτομο με αυτοέλεγχο σταματά, σκέφτεται και παραμένει ήρεμο - ακόμα κι αν είναι πολύ αναστατωμένο ή θυμωμένο. Πριν ενεργήσει, σκέφτεται την κατάσταση και τι μπορεί να συμβεί αν αντιδράσει παρορμητικά.

Ζητήστε από την ομάδα να σκεφτεί πρόσφατες καταστάσεις στις οποίες ήταν αναστατωμένοι ή θυμωμένοι. Ζητήστε τους να μιλήσουν για το τι έκαναν και αν άσκησαν αυτοέλεγχο ή αντέδρασαν παρορμητικά.

Ζητήστε από τους εθελοντές να σκεφτούν τις ακόλουθες καταστάσεις και τι θα έκαναν για να ασκήσουν αυτοέλεγχο.

- Κάποιος σε χτυπάει στο διάδρομο.
- Πέφτει παγωτό σε όλο το νέο σου πουκάμισο.
- Η αδερφή σου ξεχνά να κλείσει την πόρτα και η γάτα σου τρέχει μακριά.
- Πήρες χαμηλότερο βαθμό σε ένα τεστ από αυτόν που πίστευες ότι άξιζες.
- Οι γονείς σας ακυρώνουν τις διακοπές που περιμένατε.
- Δεν έχετε ιδέα πώς να κάνετε την επιστημονική σας εργασία.

63

7. ΕΝΘΑΡΡΥΝΣΗ ΘΕΤΙΚΩΝ/ΑΛΤΡΟΥΙΣΤΙΚΩΝ ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΩΝ - ΒΡΑΧΟΙ ΕΥΓΕΝΕΙΑΣ

Στόχος της μάθησης: Ενίσχυση ευγενικών συμπεριφορών και σεβασμού στους μαθητές.

Έχετε ένα βάζο στην τάξη σας που είναι κυρίως για την ενθάρρυνση της θετικής συμπεριφοράς. Κάθε φορά που βλέπετε έναν από τους μαθητές σας να κάνει κάτι θετικό, να είναι ευγενικός ή να σέβεται, προσθέστε ένα μικρό βράχο στο βάζο. Μόλις γεμίσει το βάζο, ζητήστε από την τάξη σας να λάβει μια ανταμοιβή, όπως ένα σακουλάκι με καραμέλες κατά τη διάρκεια του διαλείμματος.

8. ΔΗΜΙΟΥΡΓΙΑ ΤΟΙΧΟΓΡΑΦΙΑΣ ΤΗΣ ΤΑΞΗΣ ΣΧΕΤΙΚΑ ΜΕ ΤΗΝ ΑΠΟΔΟΧΗ ΔΙΑΦΟΡΩΝ ΚΑΙ ΣΥΝΕΡΓΑΣΙΑΣ ΔΙΚΑΙΩΜΑΤΩΝ ΚΑΙ ΕΥΘΥΝΩΝ

Στόχος της μάθησης: Να ενισχύσει την αίσθηση του ανήκειν στην κοινότητα των μαθητών.

Χρησιμοποιώντας έναν πίνακα ανακοινώσεων, ζητήστε από τους μαθητές σας να συνεργαστούν για να δημιουργήσουν ένα όμορφο έργο τέχνης που θα το απολαύσει



όλο το σχολείο. Αυτή η άσκηση στοχεύει να διερευνήσει το νόημα των θετικών συμπεριφορών όπως η ευγένεια, η βοήθεια προς τους άλλους, η αποδοχή των άλλων, η επίδειξη σεβασμού και η δημιουργία ενός αισθήματος κοινότητας δουλεύοντας σκληρά για να φτιάξουμε μαζί μια τοιχογραφία. Μπορούν να σχεδιάσουν ή να γράψουν κάποιους κανόνες και μηνύματα με θετικό τόνο. Μόλις δημιουργηθεί μια κοινότητα, τότε το να δείχνεις σεβασμό είναι πολύ πιο εύκολο στην τάξη.

9. ΚΑΘΟΡΙΣΤΕ ΚΑΝΟΝΕΣ ΤΗΣ ΤΑΞΗΣ Ή ΚΑΝΟΝΕΣ ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΔΕΣΜΕΥΣΗΣ

Στόχος της μάθησης: Να εξοικειώσει τους μαθητές και να προωθήσει τους κανόνες συμπεριφοράς μέσα στην κοινότητα.

Οι μαθητές θα είναι πιο πιθανό να εκδηλώσουν θετικές συμπεριφορές ο ένας προς τον άλλον μόλις καταλάβουν τι επιτρέπεται και τι δεν επιτρέπεται.

Μαζί με τους μαθητές, δημιουργήστε μια αφίσα στην οποία θα αναφέρετε όλους τους σημαντικούς κανόνες της τάξης και τις προσδοκίες από κάθε μέλος. Χρησιμοποιήστε θετικό τόνο και θετικά μηνύματα για να το κάνετε αυτό. Για παράδειγμα:

Σε αυτή την τάξη, χρησιμοποιούμε ευγενικά λόγια. Βοηθάμε και υποστηρίζουμε ο ένας τον άλλον. Φροντίζουμε την ταξική μας περιουσία και την περιουσία των άλλων, νοιαζόμαστε ο ένας για τον άλλον.

64

10. ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗ ΙΟΙΚΗΣ ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑΣ

Στόχος της μάθησης: Να εξοικειώσει τους μαθητές και να προωθήσει την υπεύθυνη και ασφαλή ιογενή επικοινωνία.

Συζητήστε με τους μαθητές τις ομοιότητες και τις διαφορές μεταξύ της ζωντανής επικοινωνίας και της επικοινωνίας μέσω των μέσων κοινωνικής δικτύωσης. Ζητήστε τους να προσπαθήσουν να σκεφτούν παραδείγματα όταν είδαν ακατάλληλη επικοινωνία στα κοινωνικά δίκτυα. Εξηγήστε τους τους κινδύνους της παροχής προσωπικών πληροφοριών στο διαδίκτυο.

Μαζί μπορούν να φτιάξουν μια αφίσα με τους σημαντικούς κανόνες της viral επικοινωνίας.



5. ΑΝΑΦΟΡΕΣ:

- Amaral, DG and de Vries, PJ (2020), COVID-19 and Autism Research: Perspectives from Around the Globe. *Autism Research*, 13: 844-869. <https://doi.org/10.1002/aur.2329>
- Ameis, SH, Lai, MC., Mulsant, BH et al. (2020), Αντιμετώπιση, ενίσχυση της ανθεκτικότητας και προώθηση της καινοτομίας στη φροντίδα για αυτιστικά άτομα και τις οικογένειές τους κατά τη διάρκεια της πανδημίας COVID-19 και πέραν αυτής. *Molecular Autism* 11, 61. <https://doi.org/10.1186/s13229-020-00365-y>
- Αμερικανική Ψυχιατρική Εταιρεία. (2013). Διαγνωστικό και στατιστικό εγχειρίδιο ψυχικών διαταραχών (5η έκδ.). Arlington, VA: American Psychiatric Publishing.
- Μια αποκλειστική ομιλία με τον Temple Grandin για τα οφέλη των διασκέψεων ASD. <https://www.autismparentingmagazine.com/exclusive-talk-with-temple-grandin/>
- Αυτισμός και Ανάπτυξη Κοινωνικών Δεξιοτήτων - Εργαλειοθήκη Σχολικής Κοινότητας. <https://www.autismspeaks.org/tool-kit-excerpt/autism-and-social-skills-development>
- Στρατηγικές κοινωνικής αλληλεπίδρασης για τον αυτισμό. <https://thespectrum.org.au/autism-strategy/social-interaction/>
- Κοινωνικές Δεξιότητες Αυτισμού. <https://aisdubai.com/autism-social-skills/>
- Κοινωνικές δεξιότητες αυτισμού: Πώς να ενισχύσετε την κοινωνική αλληλεπίδραση. <https://www.autismparentingmagazine.com/autism-social-skills/>
- Baker, JE (2003). Εκπαίδευση κοινωνικών δεξιοτήτων για μαθητές με σύνδρομο Aspergers και συναφείς διαταραχές κοινωνικής επικοινωνίας. Shawnee Mission, Κάνσας: Autism Aspergers Publishing Company. Baker, JE (2001).
- Baker, JE (2013). Βασικά συστατικά της Εκπαίδευσης Κοινωνικών Δεξιοτήτων. Στο Bondy, A. and Weiss, MJ (Επιμ.) Διδασκαλία κοινωνικών δεξιοτήτων σε άτομα με αυτισμό: Βέλτιστες πρακτικές στην εξατομίκευση παρεμβάσεων (σελ. 135-157). Woodbine House.
- Bellini, S., Peters, JK, Benner, L. and Hopf, A. (2007). A Meta-Analysis of School-Based Social Skills Skills Interventions for Children with Autism Disorders. *Remedial and Special Education*, 28(3), 153–162. <https://doi.org/10.1177/07419325070280030401>
- Canney, C. and Byrne, A. (2006). Αξιολόγηση του χρόνου κύκλου ως υποστήριξη για την ανάπτυξη κοινωνικών δεξιοτήτων – Αναστοχασμοί σε ένα ταξίδι σε σχολική έρευνα. *British Journal of Special Education*, 33(1), 19–24.
- Καθοδήγηση γονέων σχετικά με τη σημασία της εξάσκησης κοινωνικών δεξιοτήτων σε μη θεραπευτικές καταστάσεις. <https://consultqd.clevelandclinic.org/coaching-parents-on-the-importance-of-practicing-social-skills-in-nontherapeutic-situations/>
- Courtenay, K. and Perera, B. (2020). COVID-19 και άτομα με διανοητική αναπηρία: επιπτώσεις μιας πανδημίας. *Ιρλανδικό περιοδικό ψυχολογικής ιατρικής*, 37(3), 231–236. <https://doi.org/10.1017/ipm.2020.45>
- Πλαίσιο πρώιμης σταδιοδρομίας. (2021). https://assets.publishing.service.gov.uk/government/uploads/system/uploads/attachment_data/file/978358/Early-Career_Framework_April_2021.pdf



- Emam, M. and Farrell, P. (2009). Οι εντάσεις που βιώνουν οι εκπαιδευτικοί και οι απόψεις τους για την υποστήριξη των μαθητών με διαταραχές του φάσματος του αυτισμού στα γενικά σχολεία. *European Journal of Special Needs Education*. 24. 407-422. 10.1080/08856250903223070.
- Fletcher-Watson, S., McConnell, F., Manola, E. and McConachie, H. (2014). Παρεμβάσεις βασισμένες στο γνωσιακό μοντέλο της θεωρίας του νου για τη διαταραχή του φάσματος του αυτισμού (ASD). *Cochrane Database of Systematic Reviews* (3).
- Foden, TJ and Anderson, C. (2011). Παρεμβάσεις κοινωνικών δεξιοτήτων: Φτάνοντας στον πυρήνα του αυτισμού. Διαδραστικό Δίκτυο Αυτισμού. https://iancommunity.org/cs/what_do_we_know/social_skills_interventions
- Fuller, EA and Kaiser, AP (2020). Οι Επιδράσεις της Πρώιμης Παρέμβασης στα Αποτελέσματα Κοινωνικής Επικοινωνίας για Παιδιά με Διαταραχή Αυτιστικού Φάσματος: Μια Μετα-ανάλυση. *Journal of autism and developmental disorders*, 50(5), 1683-1700. <https://doi.org/10.1007/s10803-019-03927-z>
- Grzadzinski, R., Huerta, M. and Lord, C. (2013), DSM-5 και διαταραχές του φάσματος του αυτισμού (ASDs): μια ευκαιρία για τον εντοπισμό υποτύπων ASD. *Μοριακός Αυτισμός* 4, 12. <https://doi.org/10.1186/2040-2392-4-12>
- Gresham, FM (1982). Οδηγίες Κοινωνικών Δεξιοτήτων για εξαιρετικά παιδιά. *Theory Into Practice*, 21(2), 129–133. <http://www.jstor.org/stable/1476686>
- Happé, F. and Frith, U. (2006). Ο απολογισμός ασθενούς συνοχής: γνωστικό στυλ εστιασμένο στη λεπτομέρεια στις διαταραχές του φάσματος του αυτισμού. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 36(1), 5-25.
- Holt, A., Bounekhla, K., Welch, C. and Polatajko, H. (2021). «Μιαλά που δεν ακούστηκαν, ξανά και ξανά»: αυτιστικές προοπτικές και θεωρία του νου. *Αναπηρία και Αποκατάσταση*, 1-11.
- Howley, M. and Preece, D. (2013). Υποστήριξη μαθητών στο φάσμα του αυτισμού - εκπαιδευτικό υλικό και πόροι για ολόκληρο το σχολείο για το Sencos. *Optimus*.
- Jureviciene, M., Kaffemaniene, I. and Ruskus, J. (2012). Έννοια και δομικές συνιστώσες των κοινωνικών δεξιοτήτων. *Socialiniai Mokslai*, Vol. 3, No. 86, 42-52.
- Kasari, C., Rotheram-Fuller, E., Locke, J. and Gulsrud, A. (2012). Κάνοντας τη σύνδεση: τυχαίοποιημένη ελεγχόμενη δοκιμή κοινωνικών δεξιοτήτων στο σχολείο για παιδιά με διαταραχές του φάσματος του αυτισμού. *Εφημερίδα της παιδικής ψυχολογίας και ψυχιατρικής, και συναφείς κλάδοι*, 53(4), 431-439. <https://doi.org/10.1111/j.1469-7610.2011.02493.x>
- Krasny, L., Williams, BJ, Provencal, S. and Ozonoff, S. (2003). Παρεμβάσεις κοινωνικών δεξιοτήτων για το φάσμα του αυτισμού: Βασικά συστατικά και ένα πρότυπο πρόγραμμα σπουδών. *Child and Adolescent Psychiatric Clinics of North America*, 12(1), 107-122.
- Malinauskas, R. (μετ.) (2004), The Influence of Social Training on the Social Skills of Sport Pedagogues, *Acta Paedagogica Vilnensia*, 12, σελ. 61–68. doi:10.15388/ActPaed.2004.12.9616.
- Markuš, M. (2009). Socijalna kompetentnost – jedna od ključnih kompetencija. *Napredak*, 151(3-4): 432 – 444. <https://hrcak.srce.hr/file/123077>
- Meltzer, L. (Επιμ.). (2018). Εκτελεστική λειτουργία στην εκπαίδευση: Από τη θεωρία στην πράξη. Νέα Υόρκη: Εκδόσεις Guilford.
- Milton, D. (2017) Το πρόβλημα της διπλής ενσυναίσθησης: από τη θεωρία στην πράξη. Στο: ASSERT AGM, 22 Μαρτίου 2017, Brighton, UK.



- Murray, D., Lesser, M. and Lawson, W. (2005). Προσοχή, μονοτροπισμός και τα διαγνωστικά κριτήρια για τον αυτισμό. *Autism*, 9(2), 139-156.
- Narzisi, A. (2020). Κατάσταση φάσματος αυτισμού και COVID-19: Ζητήματα και πιθανότητες. *The Humanistic Psychologist*, 48(4), 378–381. <https://doi.org/10.1037/hum0000221>
- Εξάσκηση κοινωνικών δεξιοτήτων: Πώς να διδάξετε τις κοινωνικές αλληλεπιδράσεις των μαθητών σας. <https://www.idonline.org/ld-topics/behavior-social-skills/practicing-social-skills-how-teach-your-student-social>
- Μαθητές με Μαθησιακές Δυσκολίες – Ελλείμματα Κοινωνικών Δεξιοτήτων. <https://www.idecide-project.eu/translations/en/Social-Skills-Deficits-en.pdf>
- Rao, P., Beidel, D. and Murray, M. (2008). Παρεμβάσεις Κοινωνικών Δεξιοτήτων για Παιδιά με Σύνδρομο Άσπεργκερ ή Αυτισμό Υψηλής Λειτουργίας: Ανασκόπηση και Συστάσεις. *Περιοδικό για τον αυτισμό και τις αναπτυξιακές διαταραχές*. 38. 353-61. 10.1007/s10803-007-0402-4.
- Rutherford, M. and Johnston, L. (2019) *Autism Toolbox: Cognitive Theories in Autism*, National Autism Implementation Team. <http://www.autismtoolbox.co.uk/>
- Shapiro, LE (2004). 101 τρόποι για να διδάξετε στα παιδιά κοινωνικές δεξιότητες: Ένα έτοιμο προς χρήση, αναπαραγωγίμο βιβλίο δραστηριοτήτων. Γραφείο για νέους σε κίνδυνο. https://www.22q11ireland.org/wp-content/uploads/2020/08/101_Ways_Teach_Children_Social_Skills.pdf
- Silberman, S. (2015). Νευροφυλές: Η κληρονομιά του αυτισμού και το μέλλον της νευροποικιλομορφίας. Πιγκουίνος.
- Εκπαίδευση κοινωνικών δεξιοτήτων. <https://autismhub.education.qld.gov.au/resources/functional-behaviour-assessment-tool/help/social-skills-training>
- Vermeulen, P. (2015). Τύφλωση πλαισίου στη διαταραχή του φάσματος του αυτισμού: Δεν χρησιμοποιείται το δάσος για να δει τα δέντρα ως δέντρα. *Εστίαση στον Αυτισμό και Άλλες Αναπτυξιακές Αναπηρίες*, 30(3), 182-192.
- Vranjican, D.; Prijatelj, K. and Kuculo, I. 2019. Čimbenici koji utječu na pozitivnan socio-emocionalni razvoj djece. *Napredak*, 160 (3-4), 319-338. <https://hrcak.srce.hr/231177>
- Welsh, M., Park, RD, Widaman, K. and O'Neil, R. (2001). Σχέσεις μεταξύ των κοινωνικών και ακαδημαϊκών ικανοτήτων των παιδιών: Μια διαχρονική ανάλυση. *Journal of School Psychology*, 39, 463–481.