

# ՄԱՍ 2 ԴԻՍԼԵՔՍԻԱ & ՈՒՇԱԴՐՈՒԹՅԱՆ ԿՈՐՄՏԻ ԽԱՆԳԱՐՈՒՄ (ADHD)

## Մեթոդներ և աջակցություն ճնողների համար

---

*Ներկայացնում է.*

*Կարին Տոմերը, մագիստրոսի կրթական աստիճան*

*Կրթական խորհրդատու, կրթության և  
ընթերցանության մասնագետ*



# 1-ին ժողովի ամփոփում

- 1. Դիսլեքսիայի պատմություն և SLD-ի «հովանոց»
- 2. Սահմանումներ (պարզ ու թարմացված) և ուղեղի տարբերություններ
- 3. Դիսլեքսիա ունեցող երեխաների և մեծահասակների ուժեղ կողմերն արժանի են գովանասանքի
- 4. Դժվարություններ աշակերտների համար (վերձանում, տեսողական բառեր, սահունություն)
- 5. Տեսողական բառերը տարնը – օգտակար խորհուրդներ
- 6. Օգնություն տանը ընթերցանության հետ կապված (Բարձրաձայն ընթերցելու կարևորությունը)
- 7. Ընթերցանության դժվարությունների հետ կապված սոցիալական ու հուզական դժվարությունները
- 8. Ինչպես են կարդալու հետ կապված դժվարությունները բացասականորեն ազդում են գրավոր աշխատանքի և մաթեմատիկայի հմտությունների վրա
- 9. Անհանգստություն և սովորելու դժվարություններ

Աշխատանքային  
հիշողության թույլ  
կողմերը դիսլեքսիայի  
հիմնական  
առանձնահատկու-  
թյուններից են  
(25-50%)

## Աշխատանքային հիշողությունը գործում

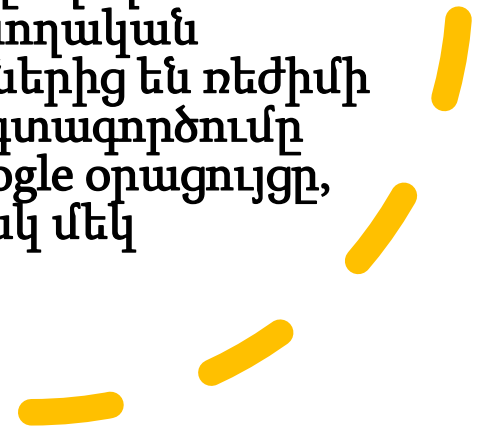
- Հիշել նախադասության սկիզբը վերջը հասկանալու համար:
- Հիշել մի թիվ, երբ լուծում ես մաթեմատիկական բազմաքայլ խնդիր:
- Հիշել բաղադրատոմսի կամ առաջադրանքի հրահանգները:
- Հիշել նոր վայր տանող ուղղությունները:
- Կազմակերպել առաջադրանքները:
- Հիշել գնումների ցուցակը կամ հեռախոսի համարը:
- Նոր կարդացած կամ լսած տեղեկատվության պահպանում:

Օգնել երեխային  
տանն  
աշխատանքային  
հիշողությունը  
հետ կապված  
խնդիրների  
դեպքում

Դիսլեքսիան հաճախ է ներառում աշխատանքային հիշողության թուլություններ, մասնավորապես կապված գործադիր գործառույթների հետ (օրինակ պլանավորում, կազմակերպում, ժամանակի կառավարում, կենտրոնացում, հուզական կառավարում, առաջադրանքի սկսում, ինքնակառավարում): Սա ազդում է շեղումները կառավարելու և առաջադրանքի վրա կենտրոնանալու կարողության վրա:

Այս խոչընդոտները հաղթահարելու համար գոյություն ունեն մեթոդներ, որոնցից են արտաքին օգնությունը (ցուցակ, օրագիր) և շեղումների նվազեցումը:

Այլ մեթոդներից են ուղեղի մարզման վարժությունները (հիշողության խաղեր, գլուխկոտրուկներ, պար, նոր հմտության ձեռք բերում), ֆիզիկակապես ակտիվ մնալը, բավականաչափ քունը և հիշողությունը բարելավող մեթոդները, որոնցից են խմբավորումն ու տեսողական պատկերացումը: Օգտակար ուրիշ խորհուրդներից են ռեժիմի մշակումը, կազմակերպչական գործիքների օգտագործումը (թվային հավելվածներ, որոնցից են Asana, Google օրացույցը, օրագրերը, նշումների տետրը) և միաժամանակ մեկ առաջադրանք կատարելը:



# Խմբավորում և տեսողական պատկերացում

- **Խմբավորումը (մասնատումը)** բարդ տեղեկատվության մեծ քանակը փոքր, ավելի կառավարելի և իմաստալից միավորների կամ «մասերի» բաժանելու գործընթացն է: Այս մեթոդն օգնում է հաղթահարել մարդու աշխատանքային հիշողության սահմանափակ կարողությունը (որը սովորաբար կարող է միաժամանակ մի քանի կարճ տեղեկատվություններ պարունակել) թույլ տալով ուղեղին փոխկապակցված տարրերի խմբեր մշակել որպես առանձին միավորներ (օրինակ՝ հեռախոսի համարներ):
- **Տեսողական պատկերացումը (ֆիզուալիզացիա)** գրաֆիկական պակերների (օրինակ՝ դիագրամներ, գրաֆիկներ, աղյուսակներ, մտապատկերներ) օգտագործումն է, որը թույլ է տալիս կազմակերպել տեղեկատվությունը, փոխանցել տվյալները կամ բավարարել հիշողությունը: Մա օգնում է ուղեղի բնական կարողությանն ավելի արդյունավետորեն մշակել տեսողական տեղեկատվությունը և այն ավելի երկար ժամանակ պահել հիշողության մեջ քան միայն տեքստային տեղեկատվությունը:

# Հարմարություններն ընդդեմ փոփոխությունների



**Հարմարությունները** թույլ են տալիս աշակերտներին ցուցադրել իրենց գիտելիքներն առանց փոխելու թիրախային հմտությունը կամ դասարանի մակարդակի չափանիշը:

**Փոփոխությունները** թույլ են տալիս աշակերտին ցուցադրել այն ինչը գիտեն կամ կարող են անել, որոշ չափով նվազեցնելով դասարանի մակարդակի չափանիշն ու նպատակային հմտությունը: Սովորաբար, փոփոխությունները նվազեցվում են կատարողականության ակնկալիքները:

Հարմարությունները **ՉԵՆ** փոփոխում  
ուսուցման բովանդակությունը, աշակերտին  
անարդար առավելություն չեն տալիս և չեն  
փոփոխում քննության կողմից չափվող  
հմտությունները կամ գիտելիքները:


Ուսուցման հատուկ խանգարում (SLD)  
ունեցող աշակերտներն անելանելի վիճակում  
են գտնվում: Հարմարեցումները նրանց  
ԱՐԴԱՐ հնարավորություն են տալիս:

---

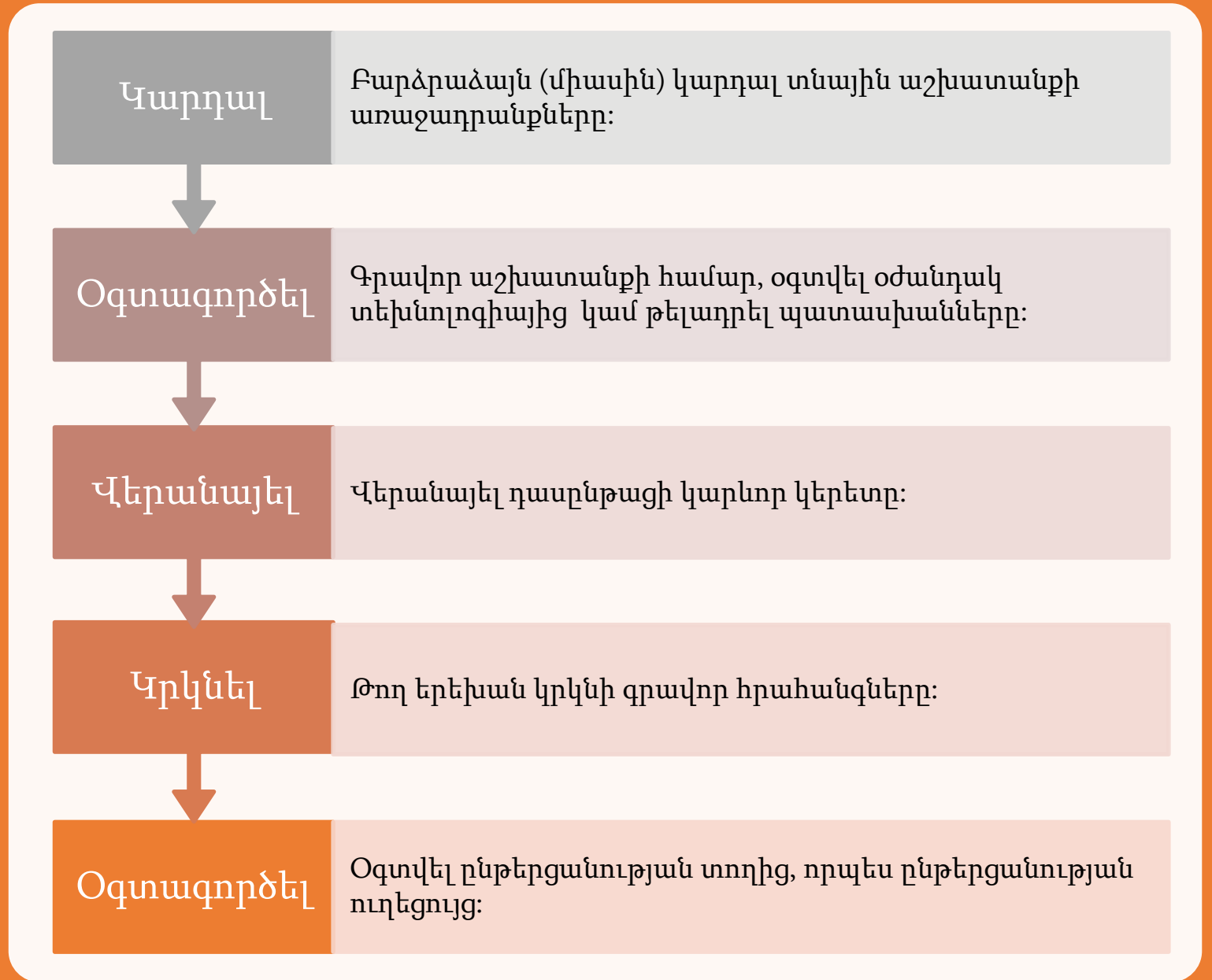


# ՏՆԱՅԻՆ ԱՇԽԱՏԱՆՔԻ ՀԱՐՄԱՐԵՑՈՒՄՆԵՐ

- Աշխատանքը կատարելու համար ստեղծել շեղումներից զերծ և լավ լուսավորված հատուկ տարածք:
- Օգտվել ժամանակաչափից աշխատանքը/ընդմիջումը կազմակերպելու համար:
- Կազմակերպչական գործիքներ կիրառել, որոնցից են ստուգաթերթերը կամ ավարտված աշխատանքի համար թղթապանակները:
- Բաժանել առաջադրանքներն ավելի փոքր մասերի, կառավարելի քայլերի:
- Ժամանակ հատկացնել շարժումներ կատարելու համար (օրինակ՝ կանգնել, թռչկոտել կամ քայլել):
- Անհրաժեշտության դեպքում, զգայական օժանդակ միջոցներ հատկացնել, որոնցից են շարժվող բարձիկները կամ սթրեսային գնդակները:



Ավելի շատ  
օգնություն տնային  
հարմարությունների  
վերաբերյալ



# Կազմակերպված ու- թյան հարցում երեխային օգնելը հաջողության գրավական է

Նախակրթարանից մինչև 1-ին դասարանի աշակերտները պետք է գրպանով թղթապանակ ունենա թղթերը դասավորելու համար: Դուք կարող եք տարբեր գույնի թղթապանակ հատկանցել տնային աշխատանքի և մեկ հատ էլ տուն ուղարկվող նամակների համար:

Մինչև տարրական դպրոցի բարձր դասարանը (2-ից կամ 3-ից և ըստ ուսուցչի), երեխան պետք է սովոր թղթապանակ ունենա՝ գրպաններով, գրելու թղթով և տարբեր գույնի միջնորմներով: Կրթական առարկաների համար հատկացնել տարբեր գույնի թղթապանակ, և մեկ այլ գույնի դպրոցի նամակների համար: Սովոր թղթապանակի օղակներին ամրացնել տարբեր գույնի թղթապանակներ: Սա կկանխարգելի, որ տնային աշխատանքը կամ նամակները չկորեն: Այսպես կարելի շարունակել մինչև միջանակարգ դպրոց:

Ըստ երեխայի IEP ծրագրի հարմարությունների, դուք կարող եք ուղղագրական բառարան, հաճախակի օգտագործվող բառերի ցուցակ, բազմապատկման աղյուսակ, հաշվիչ մեքենա, ընթերցանության ուղեցույց և այլ օգտակար նյութեր դնել նրա պայուսակում:

# Ուղղագրություն և դիպլոմատիա

- Դիպլոմատիայով տառապող գրեթե բոլոր երեխաները և մեծահասակներն ուղղագրության հետ կապված դժվարություններ ունեն և խոչընդոտների են բախվում իրենց ուսմանն աջակցելու համար: Դիպլոմատիայով տառապող երեխաներն ու մեծահասակները էական դժվարություններ ունեն ուղղագրության և գրավորի հետ կապված: Դիպլոմատիայով տառապող երեխաներից շատերը սովորում են կարդալ, բայց ուղղագրության (ձեռագիր գրելիս) հրտ կապված դժվարությունները շարունակվում են ողջ կյանքի ընթացքում:

Ինչու՞ չեն  
աշխատում  
ուղղագրության  
ստուգիչները  
դիպլոմատիայով  
տառապող  
աշակերտների  
համար:

- Ուղղագրության ստուգիչները հաճախ են ձախողում դիպլոմատիա ունեցող երեխաների աշխատանքը, քանի որ դրանք հնչյունական ընկալման սկզբնական մակարդակ են պահանջում: Դիպլոմատիան ազդում է հնչյուններն ու տառերը մշակելու ուղեղի կարողության վրա, որի հետևանքով չափազանց դժվար է սովորական ինքնուրույն ուղղման ծրագրին ուղղել սխալները: Ուղղագրություն ստուգող ծրագիրը հաճախ է բաց թողնում իրար շատ մոտ գրված բառերը, սխալ է օգտագործում համահունչ բառերը (օրինակ՝ desert/dessert կամ new/knew) կամ առաջարկում տարբերակներ, որը երեխան չի կարող տարբերել իր սկզբնական սխալի պատճառով:

Կիրառական և  
օժանդակ ծրագրեր,  
որոնք տանն օգնում  
են երեխային (սկսած  
տարրական դպրոցից  
մինչև միջնակարգ  
դպրոցն ու ավելի)

- **Հեշտ ուղղագրության օգնություն.**  
Օգտագործում է ձայնի ճանաչում, որպեսզի երեխաները բառեր արտասանեն և տեսնեն ճիշտ ուղղագրությունը՝ դիսլեքսիայի համար հարմար տառատեսակներով/ գույներով:
- **Ghotit Real Writer ծրագիր.** Հատուկ մշակված է սխալ գրված բառերը, հնչյունական սխալները և համահունչ բառերն ուղղելու համար:
- **Squeebles ուղղագրական ծրագիր.** Ինտերակտիվ է և կարող է անհատականացվել:





## Բարձրաձայն կարդալու կարևորությունն ու առավելությունները

- Բարձրաձայն կարդալն օգնում է սահունություն ձեռք բերել
- Բարձրաձայն կարդալն օգնում է գիտելիքներ ձեռք բերել
- Բարձրաձայն կարդալն օգնում է բառապաշար ձեռք բերել
- Բարձրաձայն կարդալն օգնում է հասկանալ իմաստը
- Բարձրաձայն կարդալն օգնում է հետաքրքրվել տարբեր առարկաներով

IDALA

(Լոս Անջելեսի  
դիսլեքսիայի  
միջազգային  
ասոցիացիա)

- Ընտանեկան ուղեցույց բարձրաձայն կարդալու միջոցով ձեռք բերել լեզու
- Դիսլեքսիայով տառապող դեռահասներ և մեծահասակներ
- Դիմեթ քոլեջի ընդունելության քննությունների համար հարմարություններ ստանալու համար
- Դիմել ավարտական դպրոցի ընդունելության քննությունների համար հարմարություններ ստանալու համար
- Ռիսկի տակ գտնվող անգլերեն սովորողներ
- Դիսլեքսիայով տառապող շնորհալի երեխա
- Անգլերեն սովորողն ու դիսլեքսիան



## 2 խանգարում (հիվանդություն)

Ըստ հիվանդությունների վերահսկման և կանխարգելման կենտրոնի (CDC), ուշադրության շեղման և գերակտիվությամբ տատապող երեխաների մոտավորապես 50% -ը աշխտորոշված են նաև դիսլեքսիայով:



# ADHD-ի սահմանումը (Ուշադրության պակասի և գերակտիվության խանգարում)

ADHD-ն նյարդակենսաբանական  
խանգարում է, որը բնութագրվում է  
անուշադրության, իմպուլսիվության և որոշ  
դեպքերում էլ գերակտիվության խրոնիկ և  
զարգացման անհամապատասխ  
աստիճանով և այնքան տարածված ու կայուն  
է, որ խանգարում է մարդու կամ երեխայի  
առօրյա կյանքին, թե՛ տանը, թե՛ դպրոցում,  
թե՛ աշխատանքում կամ այլ միջավայրերում:



*ADHD –ն և դիալեքսիան տարբեր ձևերով են ազդում ուղեղի վրա:*

*ADHD-ն ազդում է կենտրոնացման, կազմակերպվածության և իմպուլսները կառավարելու վրա:*

*Դիալեքսիան հիմնված է լեզվի վրա՝ ազդելով ընթերցանության, ուղղագրության, գրավորի, հնչյունաբանության և վերձանման վրա:*

*Չնայած այս տարբերություններին, ADHD-ով և դիալեքսիայով տառապող երեխաները կարող են նմանատիպ դժվարություններ ունենալ և տանը, և դասասենյակում:*

*Աշխատանքային հիշողության խնդիրները գերակշռում են ADHD և դիալեքսի ունեցողների մոտ:*

# ADHD-ի տեսակներ

- **Գերակշռող անուշադրություն.** Գերակտիվության ախտանշաններն առկա չեն:
- **Գերակշռող գերակտիվ-իմպուլսիվ.** ADHD-ի այս դրսևորումով անհատները գերակտիվ-իմպուլսիվ ախտանշանների զգալի քանակ ունեն (իմպուլսիվ վարքագիծը տերմին է, որն օգտագործվում է իմպուլսիվ գործողությունները նկարագրելու համար առանց մտածելու հետևանքների մասին):
- **Անուշադիր և գերակտիվ-իմպուլսիվ համակցում.** 2 ախտանիշներն էլ առկա են:

# ADHD. Դրական և ուժեղ կողմերը

- Ստեղծագործ, երևակայող, մեծ սիրտ ունեցող, ընդունող և ներողամիտ, արկածախնդիր, դիմացկուն, ռիսկի դիմող, ձեռներեց, դիտողունակ, գաղափարներով լի և համարձակ, խելացի, ոգևորված, շփվող և հումորի լավ զգացում:



# ADHD-ի տարբեր տեսակի միջամտություն

- Դեղորայքային թերապիա (դեղագործական միջամտություն) – Խթանիչ դեղամիջոցներն ապացուցել են իրենց արդյունավետությունը ADHD-ով տառապող երեխաների 70-90%-ի բուժման գործում: Համապատասխան բժշկական բուժումը լավ կառավարվող և ուշադիր վերահսկում է պահանջում:
- Հատուկ վարքագծային մեթոդները շատ կարևոր միջամտություններ են ADHD-ի կառավարման համար: Վարքագծային միջամտությունները կիրառվում են ծնողների վերապատրաստման միջոցով և իրականացվում տանը:
- Կրթական միջամտություններ (ուսուցիչները տարբեր մոտեցումներ, հրամարություններ և կրթական օժանդակություն են օգտագործում ուսումնական ծրագիրը IEP կամ 504 պլանի միջոցով դասավանդելու համար:
- Խորհրդատվություն (ընտանեկան և/կամ անհատական)
- Սոցիալական շփման վերապատրաստում (կարող է կատարվել ապահովագրության միջոցով)

# Ազդեցությունն ընտանիքի վրա

- Ընդհանուր առմամբ, լուրջ խնդիրներ կան տնային աշխատանքի, ինչպես նաև առավոտյան ու երեկոյան ռեժիմի (պատրաստվել դպրոց գնալ և քուն մտնել) հետ կապված:
- Սովորական է ծնողների համար անհամաձայնության գալ բուժման, կարգապահության, կառավարման, կառուցվածքի և այլ խնդիրների շուրջ:
- Ծնողների կարող են բախվել հարազատների, ընկերների և ծանոթների քննադատության և խորհրդի հետ այն մասին, թե ինչպես օգնել տնային աշխատանք կատարել և դաստիարակել: Սա կարող է ծնողների մոտ ինքնավստահության պակաս առաջացնել և անհանգստությունն ավելացնել:
- Ընտանիքը կարող է ստիպված լինել զբաղվել սոցիալական խնդիրներով, որոնցից են հասակակիցների հետ բախումն ու մեկուսացումը:
- Երբ երեխային վերահսկում կամ տնային աշխատանքի օգնություն է հարկավոր, այն լինում է ժամանակատար և խանգարում է պլանավորել գործերը (օրինակ տնային գործերը):

# Դրական կարգապահություն և արդյունավետ վարքի կառավարում տանը

- Դրական կառուցվածք, ռեժիմ և կանխատեսելիություն:
- Սահմանափակեք և թույլ տվեք երեխային հակասանալ, որ լուրջ էք վերաբերվում դրան:
- Սահմանել մի քանի, կարևոր կանոններ և սպասելիքներ, որոնք հստակորեն կհասկանան ընտանիքի բոլոր անդամները:
- Ձեր երեխայի ցուցադրած լավ և վատ վարքագծի հանդեպ ձեր տված պատասխանը պետք է կանխատեսելի լինի:
- Նախապես, սահմանեք հստակ հետևանքներ, որոնք տրամաբանական, ողջամիտ և արդար կլինեն ձեր երեխայի հանդեպ: Դրանց հետևողականորեն պետք է հետևել:

# Շարունակություն. Դրական կարգապահություն և արդյունավետ վարքի կառավարում տանը

- Սահմաններ հիմնադրելիս օգտվեք պատահականություններից: Սա հիմնականում ներառում է «տատիկի կանոն» հին սովորույթը. «Սկզբից կեր բանջարեղենդ, հետո կարող ես աղանդեր ուտել» (օրինակ «Հենց որ հավաքես քո սեյանկը, կարող ես համակարգչով խաղալ»): «Երբ ավարտես տնային աշխատանքդ, հետո ֆիլմ կնայես»: «Դու մաքրեցիր սեղանը, հիմա կարող ես խաղալ դրսում»:
- Հատուկ կարիքներ ունեցող երեխաներն ու դեռահասները, ծնողներից միջինից ավելի շատ բացասական ուշադրություն են ստանում, քանի որ վատ վարքագիծը գրավում է մեր ուշադրությունը: ՆԿԱՏԵՔ և ուշադրություն դարձրեք ձեր երեխայի վրա, երբ նա լավ վարքագիծ է ցուցադրում:
- Ձեր առջև նպատակ դրեք, որ «կնկատեք» երեխային իրեն լավ պահելիս: Առնվազն 4 անգամ ավելի հաճախ, քան այն ժամանակ, երբ անհրաժեշտ է արձագանքել վատ վարքին:
- Կոնկրետ եղեք ընդունելու և գովաբանելու հարցում. «Ես շատ եմ գնահատում, թե դու ինչպես ես մաքրում առանց հիշեցման»: «Ես նկատում եմ, թե դու ինչպես էիր կիսվում և սպասում քո հերթին, Ջոնի հետ խաղալիս»:

# Կանխարգելող մեթոդներ

- Հիշեցրեք մեղմ նախազգուշացումների միջոցով. «Կանոնն այն է...»: «Հաջորդ անգամ ...»: «Խնդրում եմ հիշել ...»:
- Օգտագործեք «անել» բառը «չանել» բառի փոխարեն (օրինակ՝ «Խնդրում եմ, որ տան մեջ քայլես» և ոչ թե՝ «Մի վազիր տան մեջ»):
- Զրուցել, ընդունել և պիտակավորել զգացմունքները (և՛ ձերը, և՛ ձեր երեխայինը):
- Լինել դիտողունակ: Նկատեք, երբ ձեր երեխան/դեռահասը դառնում է անհանգիստ, չափազանց գրգռված, շփոթված կամ զայրացած և անմիջապես միջամտեք: Փորձեք վերաուղղորդել նրանց ուշադրությունը և կենտրոնանալ ինչ-որ այլ բանի վրա:
- Երեխաներին հանձնարարել միայն տնային այն գործերը և պարտականությունները, որոնք նրանք կարող են կատարել ըստ իրենց զարգացվածության, այլ ոչ թե պարտադիր այն, ինչ կարող են անել նույն տարիքի մյուս երեխաները կամ նրա քույրն ու եղբայրը:

# Եվս մի քանի կանխարգելող մեթոդներ

- Օգնեք ձեր երեխային, որպեսզի նա կարողանալ կատարել տնային գործերն ու պարտականությունները: Հիշեցեք, որ մոռացկոտությունը, հետաձգումը, իմպուլսիվությունը և անկարգապահությունը կարող են ուսման հատուկ խանգարման և/կամ ուշադրության պակասի և գերակտիվության (ADHD) մասը կազմել: Ձեր երեխան կարող է հիշեցումների և որոշակի օգնության կարիք ունենալ սկսելու համար:
- Ֆիզիկական ելք ապահովել: Ձեր երեխային հարկավոր է, որ ազատվի ավելորդ էներգիայից և ակտիվորեն մասնակցի խաղերին և ֆիզիկական գործունեությանը (շատ կարևոր է օգնել աշխատանքային հիշողության համար):
- Պատրաստեք ձեր երեխային տանը կատարվող փոփոխությունների մասին, որոնցից են ձևափոխումը, այցելուները և ծնողների աշխատանքային ժամերը: Խոսեք փոփոխությունների մասին և խուսափեք անակնկալներից:
- Դիսլեքսիայով/ADHD-ով տառապող երեխաները/դեռահասները հաճախ էական թուլություն են ունենում կազմակերպչական հմտությունների զարգացման ոլորտում: Այս երեխաներին ու դեռահասներին հարկավոր է ծնողի/պահապանի կողմից ավելի շատ աջակցություն և կազմակերպչական օգնություն, քան հարկավոր է իրենց տարիքի մյուս երեխաներին/դեռահասներին:

# Խորհուրդներ, թե ինչպես տալ հրահանգները

- Նախ, գրավել երեխայի ուշադրությունը մինչև հրահանգելը: Մանջանակում է դեմ առ դեմ նայել աչքերի մեջ և ոչ թե միայն ասել և սպասել, որ երեխան այն կատարի:
- Եթե անհրաժեշտ է, ֆիզիկապես ցույց տալ երեխային հրահանգը: Օրինակ՝ նրբորեն թեթևակի հպվել երեխայի ուսին, որպեսզի նա նայի ձեզ:
- Մի փորձեք հրահանգել երեխային կամ դեռահասին, եթե մրցում եք հեռուստացույցի, տեսախաղերի շեղող գործոնների հետ կամ երբ նրանք օգտագործում են որևէ էլեկտրոնային սարք կամ խոսում են բջջային հեռախոսով: Դադար տվեք կամ անջատեք այդ սարքերը:

# Հաղորդակցվել պարզ և արդյունավետ ձևով

- Բանավոր հրահանգները պահել հստակ, կարճ և կոնկրետ: Կրճատել ավելորդ խոսակցությունները և մանրամասները: Հնարավորինս չափ մի քանի բառով ներկայացնել այն, ինչ ցանկանում եք ասել, օրինակ՝ «Խնդրում եմ հիմա մոտենալ սեղանին»:
- Միշտ համոզվեք, որ նա հասկացել է հրահանգը: Թող երեխան կամ դեռահասը կրկնի կամ վերաձևակերպի այն, ինչ դուք ասացիք իրեն:
- Ցույց տվեք ձեր երեխային, թե ինչ եք ուզում, որ նրանք անեն: Օրինակ ծառայեք և քայլ առ քայլ հետևեք նրանց:
- Եթե հնարավոր է, օգտվեք տնային գործերի համար հատկացված տեսողական աղյուսակից (աշխատանքային հիշողություն):
- Խուսափեք բազմաքայլ հրահանգներից: Աշխատանքային հիշողությունը թուլանում է և ADHD և/կամ դիսլեքսիա ունեցող երեխան կամ դեռահասը չի կարողանում հիշել տեղեկատվությունը, երբ այլ աշխատանք է կատարում: Միաժամանակ տալով 1 հրահանգ ավելի օգտակար կլինի:
- Հրահանգները հարցի ձևով մի տվեք, օրինակ՝ «Խնդրում եմ, կհագնե՞ս քո գիշերանոցը», «Պատրաստ ե՞ս լույսն անջատել»: Էրա փոխարեն ուղղակիորեն հրահանգել. «10 րոպեից լույսն անջատիր», «Խնդրում եմ, հիմա հանգնես քո գիշերանոցը»:

# Կազմակերպում. Եվս մի քանի խորհուրդ ավագ աշակերտների համար

- Տնային առաջադրանքների և տարբեր նախագծերի համար օգտագործել անցքերով ծրարներ, որոնք կտեղավորվեն ստվար թղթապանակի մեջ:
- Ակորդեոնատիպ թղթապանակը կարող է փոխարինել եռօղակ թղթապանակին, եթե աշակերտը գտնում է, որ այն ավելի հեշտ է օգտագործել դպրոցում կամ քոլեջում: Կարելի է պիտակավորել ակորդեոնատիպ թղթապանակի միջնորմները տնային աշխատանքը, ավարտված աշխատանքը և տարբեր առարկաներն իրարից տարբերելու համար: Դպրոցական օրվա ընթացքում, թղթերը կարող են արագորեն տեղադրվել յուրաքանչյուր միջնորմի հետևում: Այն թղթերը, որոնք հարկավոր չեն դպրոց տանել, կարող են տանը երեկոյան դնել եռօղակ թղթապանակի մեջ:
- Ձեր դեռահասի օրագիրը, ամսական օրացույցը կամ առաջադրանքների ցուցակը պետք է անքեր ունենան և տեղադրվեն տետրի առջևի մասում (կամ ակորդեոնատիպ թղթապանակի վերջում կամ առջևում, եթե այն դպրոցում օգտագործվում է եռօղակ թղթապանակի փոխարեն):
- Դպրոցի պահարանը կազմակերպելու համար հատկացնել անհրաժեշտ նյութեր (դարակներ, մազնիսական կախիչներ և այլ պարագաներ):

# ADHD-ն ընդդեմ ԴԻՍԼԵՔՍԻԱՅԻ

*Չնայած կապ կա ADHD-ի և  
դիսլեքսիայի միջև, ոչ բոլորն են,  
որ ունենալով մեկ խանգարում  
պետք է նաև ունենա մյուսը,  
բայց տոկոսները չափազանց  
բարձր են:*

*Երբ 2 խանգարումներն առկա  
են, դրանք կարող են լրացուցիչ  
դժվարություններ կերտել:*

Քանի՞ նպատակ պետք է ընդգրկել IEP ծրագրում?

Հետևյալը վերցված է «Հատուկ կարիքներ ունեցող երեխաների ֆեդերացիա» կազմակերպությունից:

- IDEA-ը չի սահմանում IEP ծրագրի մեջ ներառվող նպատակների որոշակի քանակ:
- Հաճախ IEP ծրագիրը չափազանց շատ նպատակներ է ներառում: Սա կարող է շփոթեցնել ծնողներին և ուսուցիչներին և անհրապակն սպասելիքներ սահմանել երեխաների համար: Թիվը կառավարելի պահելու համար, մտածեք յուրաքանչյուր «մեծ» ոլորտի համար սահմանել 1 նպատակ, օրինակ ընթերցանության հմտություններ (վերձանում և տեսողական բառեր), ընթերցանության ըմբռնում, մաթեմատիկական հաշվարկ և ուսումնական հմտություններ/վարքագիծ:
- Թիմն է որոշում, թե քանի նպատակ է հարկավոր մշակել երեխայի կարիքներն ապահովելու համար:
- Առաջնահերթություն տալ այն նպատակներին, որոնք ամենամեծ ազդեցությունը կունենան:
- **Եթե նպատակները շատ են, ապա երեխան չի կարող արդյունավետորեն առաջադիմել յուրաքանչյուր ոլորտում:**

# Հարցեր ունե՞ք

Չնայած, որ ուսման հատուկ խանգարումը (SLD) կամ ADHD –ն կարող են գոյություն ունենալ մանուկ հասակից մինչև չափահաս դառնալը, այն չի փոխանցվում սպազան: Կան անթիվ մեծահասակներ, որոնք մեծ հաջողությունների են հասնում յուրաքանչյուր մասնագիտության և կյանքի ոլորտում:

