

عنوان اقدام پژوهی:

چگونه می‌توانم مشکل بیش‌فعالی (...) را حل کنم؟

مجری: شهلا غلامی

شهرستان: کامیاران

دوره‌ی تحصیلی: ابتدایی

مقدمه:

مطالعه رفتار دانش‌آموزان، از اصول مهم تعلیم و تربیت است؛ چون نه تنها خود دانش‌آموزانی که رفتار غیر عادی در کلاس دارند از اثرات آن متأثر می‌شوند، بلکه هم کلاسی‌ها و معلمان نیز از تبعات آن رنج می‌برند و این امر به آموزش و فراگیری، لطمه می‌زند. ما به عنوان معلم، یا والدین باید توجه داشته باشیم که کودک در حال رشد، نگرش خاصی نسبت به خود، محیط اطراف و اطرافیانش دارد و این امر تأثیر بسزایی در نوع واکنش او و چگونگی بر آوردن نیازهایش دارد. متأسفانه، ما اغلب، فرزندان خود را به دلیل خطاها، اختلال‌ها و ناسازگاریهایشان محکوم می‌کنیم یا به باد تنبیه و ناسزا می‌گیریم. هنگامی که فردی مریض می‌شود هیچ گاه او را مقصر نمی‌شناسیم؛ بلکه بر بالینش می‌نشینیم، از او پرستاری می‌کنیم، داروهایش را می‌دهیم و کمک می‌کنیم تا به سلامتی باز گردد؛ اما همان فرد وقتی عصبی شود، پرخاشگری کند، افسرده شود یا..... براو فشار آوریم، آزارش می‌دهیم و.....

در این تحقیق، به مشکل بیش‌فعالی که بین دانش‌آموزان شایع و قابل کنترل است

پرداخته شده و راهکارهایی جهت بهبود مشکل ارائه شده است. البته در آغاز مشکل رفتاری، به بررسی خصوصیات شخصیتی و علل احتمالی مشکل پرداخته شده است. کودکی که مشکل رفتاری مورد نظر را دارد لزوماً نباید تمام خصوصیات ذکر شده را داشته باشد و ممکن است چند مورد از علتهای احتمالی در رفتار کودک تأثیر داشته باشد. به امید این که راهکارهای ارائه شده، راهگشای مناسبی برای مشکلات رفتاری کودکان باشد.

۱۲ سال است که در مقطع ابتدایی مشغول به خدمت می‌باشم. در این مدت هر سال با شاگردان جدیدی با خصوصیات و تفاوت‌های فردی منحصر به فرد در طول ۹ ماه مواجه بوده‌ام. در سالتحصیلی ۸۷/۸۸ دانش‌آموزی به نام «سنا» بیشتر از همه جلب توجه می‌کند با این خصوصیات: دختری ۷ ساله، فربه اندام و سفید با ظاهری آراسته و مرتب، هیجان زده به نظر می‌آید که در کار همه دخالت می‌کند، دارای انرژی زیادی می‌باشد، دائم در حال حرکت و صحبت کردن با اطرافیان می‌باشد، با دانش‌آموزان درگیریهایی پیدا می‌کند به طوری که اکثر دانش‌آموزان از دست او گلایه و شکایت دارند. دچار افت تحصیلی است. فعالیت‌هایی که به او محول می‌شود کامل انجام نمی‌دهد. به دلیل نوع خاص رفتارش دوستان خود را از دست داده است. نمی‌تواند کارهای خود را سر و سامان دهد. به جزئیات توجه زیادی ندارد. بدون فکر و تمرکز به انجام کار اقدام می‌کند.

خصوصیات منحصر به فرد سنا توجه من را بیش از هر کس دیگری به خود جلب کرده بود. این وضعیت چندان برای خانواده سنا و من و مدرسه خوشایند نبود. تصمیم گرفتم تا آنجایی که می‌توانم در این وضعیت نا مطلوب سنا تغییر و تحولی ایجاد کنم.

توصیف وضعیت موجود و تشخیص مسئله

مدرسه دخترانه شهید سمیه دارای ۱۶ همکار، (۱۴ نفر زن و ۲ نفر مرد)، سنوات خدمت همکاران ۸ سال به بالا می‌باشد، این مدرسه دارای ۸ کلاس درس با ۱۹۸ دانش‌آموز (۲ کلاس پایه اول ۴۴ نفر، ۱ کلاس پایه دوم ۳۷ نفر، ۱ کلاس پایه سوم ۲۷ نفر، ۲ کلاس پایه چهارم ۴۵ نفر و ۲ کلاس پایه پنجم ۵۰ نفر، ۲ کلاس آمادگی که ضمیمه مدرسه می‌باشد با

۵۰ نو آموز که به صورت دو شیفت دو ساعته اداره می‌شود. شیفت مخالف ما دبستان پسرانه شهید شبلی می‌باشد. ساختمان مدرسه خیلی قدیمی می‌باشد که دارای دو ساختمان جداگانه بوده، یک قسمت آن قبلاً پژوهشگاه معلم بوده به علت وضعیت نامناسب و ترک خوردگی سقف و دیوارهای آن غیر قابل استفاده می‌باشد. قسمت دیگر ساختمان فضای آموزشی می‌باشد با ۱۰ اتاق که ۹ اتاق آن کلاس درس بوده و اتاق دیگر آن دفتر آموزشگاه می‌باشد. این مدرسه چون که در قسمت انتهایی شهر واقع است از لحاظ فرهنگی و معیشتی با توجه به شناخت آموزشگاه نسبت به سایر مدارس در حد متوسط می‌باشد.

میزان تحصیلات	تعداد پدران	تعداد مادران	تعداد دیگر سرپرستان	جمع
فوق لیسانس و بالاتر	۱			۱
لیسانس	۱۴			۱۴
فوق دیپلم	۳	۴		۷
دیپلم	۲۱	۲۳		۴۴
زیر دیپلم	۱۴۹	۱۵۹	۱۰	۳۱۸
جمع کل	۱۸۸	۱۸۶	۱۰	۳۸۴

گردآوری اطلاعات (شواهد ۱)

برای این که بتوانم درباره پرسشی که مطرح کرده بودم اطلاعات دقیقتر و جامعی به دست آورم تصمیم گرفتم افزون بر مطالعه کتابهای روان شناسی و مجلات موضوع را با همکارانم در میان بگذارم. در یک زنگ تفریح موضوع را بیان کردم. برخی از همکاران به این مسئله علاقه نشان داده و سعی می‌کردند تجربیات خود را به منصفه ظهور بگذارند و به بحث و گفتگو مشغول بودند، برخی هم بی تفاوت بودند. در جلسه شورای معلمان آذر ماه موضوع سنا و مشکل او را مطرح کردم. بحث طولانی شد هر یک از همکاران نظر خودشان را بیان می‌کردند. تلاش کردم نکات عمده صحبت‌های همکاران را یادداشت کنم. مطالب بسیاری مطرح شده از جمله مطالبی که دلایل علمی داشتند و مطالبی که بر اساس تجربیات خود همکاران بود، یادداشتهای قابل توجهی از این مطالب تهیه کردم.

برخی از مطالب یادداشت شده خیلی ساده بود و برخی دیگر پخته تر و علمی تر. روی هم رفته اندیشه‌ها و نظرات در یک سو و جهت و کار شناسانه بود. به پیشنهاد من قرار شد یک جلسه مشترک با اولیای سنا و یکی از مشاوران داشته باشیم. مدیر مدرسه پیشنهاد را پذیرفت، با تعیین وقت قبلی و هماهنگی‌های لازم جلسه‌ای در دفتر آموزشگاه با حضور (مدیر، معاون، مربی پرورشی، اولیای سنا و مشاور) تشکیل شد. موضوع مطرح شد مشاور و اولیای سنا از فکر و کار گروه استقبال کردند. ضمن تشویق ما به ادامه کار و انجام تحقیقات و مطالعات بیشتر، پیشنهاد شد که رفتارهای سنا چه در منزل، کلاس و مدرسه یادداشت شود. آقای مشاور هم منابعی را جهت استفاده و مطالعه به ما معرفی کردند.

قرار شد که مادر سنا خانم ابراهیمی و خانم قربانی معاون و خانم قبادی مربی پرورشی هر یک مشاهدات خود را طی مدت مشخصی یادداشت کرده و آنها را در جلسه بعد جمع بندی کرده تا به نتایج مشخصی برسیم.

سابقه مشکل (چکیده‌ای از صحبت‌های مادر سنا در جلسه اول)

سنا از ۲ سالگی از روی پشت بام به حیاط خانه افتاده است که همین مورد مشکلاتی را برای او بوجود آورده است از جمله یکی از مشکلاتی که بیشتر از همه به چشم می‌خورد مشکل حرف زدن سنا بود که باعث شده به گفتار درمانی هم مراجعه کنند و پس از جلسات زیادی حرف زدن را فرا گرفته اما تا الان نیز کلمات را به خوبی بیان نمی‌کند، موقع سنجش تحصیلی هم متوجه شدیم که دیر آموز است.

سنا از لحاظ درسی هم ضعیف است و در خانه هم نمی‌تواند به تنهایی تکالیفش را انجام دهد، زبان تندی دارد و بدون توجه به شخص مقابل حرفهایش را می‌زند، همیشه در حال جنب و جوش است و سر یک کار نمی‌نشیند، خیلی دست و پا چلفتی است، ما هر کاری انجام می‌دهیم تا بهتر شود؛ گاهی هم او را تنبیه بدنی و گاهی هم در اتاقش زندانی می‌کنیم؛ اما همه این کارها بی‌فایده است.

مشاهده عینی توسط خودم در چند جلسه

طی جلساتی که سنا را زیر نظر داشتم از رفتارهای او مشاهداتی داشتم از جمله: سنا هنگام انجام یک فعالیت در تمرکز روی آن موفق نیست و بعد از چند دقیقه خسته می‌شود، وقتی کاری را به او می‌دهم بیشتر وقتها از نیمه‌های راه، کار اصلی را فراموش می‌کند و ذهنش به چیزهای دیگری منحرف می‌شود، او به ندرت فعالیتی را به پایان می‌رساند، اشتباه کردن برای او امری عادی شده است، دائم صحبت می‌کند و سر و صدا راه می‌اندازد، نشستن برای او سخت است و هر گاه می‌نشیند پاهایش را تکان می‌دهد، گاهی هم با مداد و یا دست روی میز می‌کوبد، هرگاه سؤالی از او می‌پرسم بدون توجه به درستی جواب بی‌درنگ پاسخ می‌دهد و گاهی هم پرخاشگری می‌کند، خویشتن دار نیست و نمی‌تواند مسئولیتی را بپذیرد.

مشاهدات عینی معاون و مربی پرورشی

او نمی‌تواند خشم خود را کنترل کند و خیلی کارها را بدون فکر انجام می‌دهد. هنگام خرید از تعاونی یا آب خوردن و هنگام بازی در حیاط مدرسه، نوبت دیگران را رعایت نمی‌کند، وقتی چیزی را از کسی می‌خواهد سعی می‌کند آن را با چنگ زدن یا قاپیدن به دست آورد، بدون توجه به سؤال، جواب اشتباه می‌دهد. خیلی اوقات فراموش می‌کند وسایل شخصی مانند لیوان، حوله و..... را بیاورد. مسئولیتهایی را که به او واگذار می‌کنیم نیمه‌کاره رها می‌کند و از عهده آن به خوبی بر نمی‌آید. دائم وسط حرف دیگران می‌پرد. خیلی نا مرتب است و وسایلش را گم می‌کند و روز بعد مراجعه می‌کند که فلان چیز را گم کرده‌ام.

نتیجه‌گیری از اطلاعات

نخستین کاری که می‌توانستم انجام دهم جمع‌آوری اطلاعات به صورت حضوری و تلفنی بود. گزارشها و مشاهدات تهیه شده توسط خودم و مادر سنا و معاون و مربی پرورشی مدرسه، مشاهده عینی رفتارها، بررسی محیط خانه و کلاس از لحاظ تنش‌زا بودن و استفاده از نتایج

تحقیقات دیگران انجام گرفت و عوامل دیگری چون مشکلات هیجانی، بینایی و شنوایی با توجه به مشاهدات و دفترچه آمادگی تحصیلی او مورد بررسی قرار گرفت. از طرف دیگر، رفتارهای سنا با دانش‌آموزان هم سن خود، مطالعه کتابهای روان‌شناسی و مشاوره‌ای و مجلات پیوند، معلم و آموزش ابتدایی و مشورت با همکاران، افراد با تجربه، اینترنت و مشاوران مقایسه شد. اطلاعات بدست آمده حاکی از بیش‌فعالی دانش‌آموز بود. در صحبت‌هایی که با دو نفر از همکاران و مشاور داشتم به این نتیجه رسیدیم که جلساتی برای مشاوره و رفتار درمانی او لازم است.

بیش‌فعالی چیست؟

یکی از رایج‌ترین اختلالات دوران کودکی، اختلال کمبود توجه - بیش‌فعالی است که در اغلب موارد، تا دوران بزرگسالی نیز ادامه پیدا می‌کند. کودکان مبتلا به این اختلال بدون این که فکر کنند مدام به اطراف حرکت می‌کنند. آنها ممکن است خواسته‌ها و نظرات اطرافیان‌شان را درک کنند، ولی به دلیل این که قادر به توجه کافی نیستند و نمی‌توانند مدتی آرام بنشینند و تمرکز کنند، توانایی پیروی کردن از دستورهای آنان را ندارند.

اختلال نارسایی توجه، شرایطی را برای فرد ایجاد می‌کند که نمی‌تواند آرام و بدون حرکت بنشیند، رفتارش را کنترل کند و توجه خود را به یک موضوع خاص متمرکز سازد، این مشکل به طور معمول از هفت سالگی آغاز می‌شود. پژوهشگران معتقدند افراد دارای اختلال، از انتقال دهنده‌های عصبی کافی در مغز برخوردار نیستند. این مواد شیمیایی در کنترل کردن رفتار به مغز کمک می‌کند. از نظر میزان شیوع از هر ۱۰۰ نفر دانش‌آموز ۵ نفر ممکن است دارای این اختلال باشند.

این اختلال سه علامت عمده یا نشانه مرضی دارد:

- مشکل در توجه
- فعالیت بیش از اندازه (بیش‌فعالی)
- انجام عمل قبل از فکر کردن (رفتار تکانشی)

تجزیه و تحلیل اطلاعات و تفسیر داده‌ها

پس از مطالعه مشاهدات و شواهد یادداشت و مطرح شده در جلسه و بحثهایی که انجام گرفت، اطلاعات حاصل از این فرایند مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت. اشکالات رفتاری و مشکلات، تا اندازه‌ای مشخص و راههایی که باید مورد نظر باشد تعیین شد. راههای متعدد و مناسب برخورد با مشکل و حل آن کم و بیش فهرست شد.

نتایج شواهد ۱

در تجزیه و تحلیل و تفسیر داده‌ها سعی بر این بوده است که داده‌هایی جمع‌آوری شود که طی این ۶ پرسش عرضه شود تا براین اساس نتیجه‌گیری از داده‌ها به عمل آید.

چرا؟

بوجود آمدن مشکلات و علت‌هایی از جمله ضعیف بودن درس، انجام ندادن تکلیف به تنهایی، توجه نکردن به دیگران و محیط اطراف، جنب و جوش زیاد، نیمه کاره انجام دادن امور و به پایان نرساندن کارها و فعالیت‌ها، اشتباه کردن زیاد، صحبت کردن، دست و پا را تکان دادن، خستگی نا پذیر بودن، بدون توجه به سؤال جواب دادن، پرخاشگری کردن، رعایت نکردن نوبت دیگران، مسئولیت پذیر نبودن، گم کردن مدام اشیاء و وسایل مدرسه، حواس پرتی، عدم توانایی در تمرکز و توجه کافی هنگام انجام کارها و فعالیت‌ها باعث شد که این مشکل شناخته شود و راه‌هایی جهت بهبود آن پیدا شود.

چگونه؟

- در مقابل رفتارهای آنی و تکانشی او چگونه باید رفتار کرد؟
- چگونه او را در یادگیری و کنترل رفتارهایش کمک کرد؟
- چگونه می‌توان در او توانایی انجام کار ایجاد کرد؟
- چگونه با او صحبت کرد؟

- چگونه او را درگیر فعالیت‌های یادگیری کرد؟
- چگونه در مقابل رفتار مشکل آفرین او واکنش مناسب نشان داد؟
- چگونه رفتارهایش را مدیریت کرد؟
- چگونه در کلاس، مدرسه و خانه با او رابطه برقرار کنیم؟

چه کسی؟

کسانی که درگیر این مسئله هستند روابط روزانه و مستمری با دانش‌آموز دارند از جمله اولیاءدر خانه، دوستان در مدرسه، معلم در کلاس، معاون و مربی در زنگهای تفریح، چند نفر از دانش‌آموزان محبوب کلاس بیش از بقیه دانش‌آموزان با سنا رفتار دوستانه دارند، رفتارهای نادرست سنا را به خوبی و آرامی متذکر می‌شوند، در خانه هم پدر و بیشتر مادرش با ارائه مطالب و شیوه‌هایی که به او آموزش داده شده است رفتار مناسب با او دارند، در کلاس هم خودم با مطالعه روزانه و مستمر کتابهای روان‌شناسی و مشاوره از این نوع مشکل، شناخت آن، راههای برخورد با آن، روشهای درمان آن تقریباً اطلاعات خوبی کسب کرده‌ام و می‌توانم بیشتر از هر کس دیگری روی رفتار و اصلاح رفتارها نفوذ داشته باشم.

چه چیزی؟

مسائل عمده در این مشکل، علت‌های این مشکل و عوامل مؤثری که در این بیماری بوجود آمده و آن را تشدید می‌کند، علایق مورد در طرح این مسئله این است که این مشکل به خوبی شناخته شده است؟ راههایی برای حل این مشکل پیدا شده است؟ عوامل مؤثر در بروز این مشکل آیا فقط آنهایی هستند که طبق مطالعه کتاب و سؤال از مشاورین و روان‌شناسها پیدا شده است؟ نگرانی که در این مورد وجود دارد آیا با انجام راه‌های مختلف و پیشنهاد شده به اولیای دانش‌آموز، خود دانش‌آموز، معاون و مربی مدرسه می‌توان به نتیجه رسید؟

چه موقع؟

در خانه و مدرسه هنگامی که فعالیتی به او داده می‌شد تا انجام دهد، هنگامی که بی حوصله بود و صبر و تحمل نداشت، هنگامی که کاری را باید به صورت نشسته انجام می‌داد احساس خستگی زیادی می‌کرد. هنگام آموزش به صورت شفاهی، هنگامی که اضطراب برای انجام کار داشت و هنگام انجام فعالیت‌ها به صورت گروهی موفق نبود و رفتارهای نامناسبی را از خود نشان می‌داد.

کجا؟

در کلاس، در مدرسه و در خانه می‌توان به او یاد داد چگونه کارهایش را سر و سامان دهد؟ چگونه رفتارهای مطلوب و مهارت‌های جدید را یاد بگیرد؟

انتخاب راه جدید به صورت موقت

نقش معلم به عنوان مشاور در روند بهبود دانش آموز بیش فعال

باید به سنا کمک شود تا خودش را با وجود داشتن اختلال بپذیرد. در این فرایند، پدر و مادر در مورد افکار و احساسات آشفته خود با معلم می‌خواهند تغییراتی را در خود ایجاد کنند، به دانش آموز هم باید یاد داد چگونه کارها و امورش را سر و سامان دهد و باید به او کمک شود رفتارهای مطلوب و مهارت‌های جدید را یاد بگیرد و نیز در مورد مدل‌های مناسب رفتاری مثل: انتظار برای نوبت، شراکت در وسایل، تقاضای کمک و دیگر کارها با او گفتگو شود و به او فرصت عمل داد.

چگونه وارد عمل شدم؟

شروع کار من، مشاوره با پدر و مادر سنا بود. در طی جلسات مشاوره، اطلاعاتی در مورد بیش فعالی به آنها دادم و در کنار آن، پیشنهاد کردم کتابها و مجلاتی را که قبلاً تهیه شده بود مطالعه کنند. در این جلسات به آنها توضیح داده شد که مشکلات خانوادگی، تنش،

خشونت و اختلاف‌های زنا شویی می‌تواند باعث زیاد شدن مشکل فرزندشان شود.

چکیده‌ای از راهکارهای ارائه شده به پدر و مادر سنا در جلسات مشاوره‌ای

- صبور و بردبار باشید. (در مقابل رفتارهای نامناسب زوداز کوره در نروید.)
- همواره واضح و روشن با فرزند خود صحبت کنید و در مقابل کودک، استوار و مثبت باشید.
- سعی کنید فرزند خود را در یادگیری و کنترل رفتارهایش کمک کنید.
- وقتی فرزند شما کارش را به خوبی انجام می‌دهد به او پاداش بدهید.
- با او در مورد استعدادهایش و بکارگیری آنها صحبت کنید.
- در او توانایی ایجاد کنید تا او کم کم احساس کند توانایی‌های زیادی دارد و می‌تواند آنها را بکار گیرد.
- خواسته‌های خود را با جملات ساده و کوتاه برای فرزندتان بیان کنید.
- کارهایی را که باید انجام دهد به او بگویید و فقط آنچه را نباید انجام دهد به او گوشزد نکنید.
- شیوه‌هایی را برای کنترل رفتار به او بیاموزید.
- توجه کردن به بهداشت روانی خانواده بسیار مهم است. شما باید پذیرای خدمات مشاوره‌ای باشید.
- مرتب با مدرسه او در تماس باشید و عوامل مدرسه از جمله معلم را مورد حمایت قرار دهید.
- سعی کنید برای شایسته بودن به او فرصت بدهید
- فرزندتان را در یک فعالیت مطلوب یا آرام بخش شرکت دهید (مطالعه یک کتاب داستان دلخواه)

راهکارهای پیشنهادی به کادر مدرسه (معلم، مدیر، معاون و مربی پرورشی)

در طی جلسات مشاوره‌ای با سنا و خانواده اش لازم شد تا این ارتباط با عوامل مدرسه (مدیر، معاون و مربی پرورشی) هم داشته باشم. که این ارتباط بیشتر به صورت حضوری و رو در رو بود. خلاصه پیشنهادات و راهکارهای ارائه شده در طول ارتباط با کادر مدرسه به شرح زیر است:

- سعی شود سنا در محلی بنشیند که عوامل حواس پرتی پیرامون او اندک باشد. همچنین بتواند این طرف و آن طرف حرکت کرده و انرژی اضافی خود را تخلیه کند.
- چون یادگیری شفاهی برای او مشکل است، تا جایی که امکان دارد سعی شود در آموزشها از روشهای عملی و کارتهای تصویری بیشتری استفاده شود.
- آموزش مهارتهای اجتماعی (انتظار برای نوبت، شراکت در وسایل، بحث و گفتگو) به او کمک می‌کند تا رفتارهای جدید را بیاموزد و فرصت عمل داشته باشد.
- به دلیل مشکل خاص، او را در فعالیتهای بدنی کمک کنیم.
- صبور بوده و شانس او را برای کسب موفقیت بالا ببریم (برای انجام یک تکلیف، زمان بیشتری به او بدهیم)
- سعی کنیم او را زود به زود نگاه کنیم، همیشه در معرض دید باشد.
- در جاهای مهم با حالتها و حرکات خود به او بفهمانیم که این کار مهم است.
- هنگام درس دادن مراقب بود که او نیمکت خود را شلوغ نکند و وسایل غیر ضروری را کنار بگذارد.
- گاهی به او اجازه داد به حیاط برود و برگردد.
- سعی شود عبارتهای اضطراب زا را کم‌تر بکار ببریم زیرا مرتکب اشتباهات بیشتری می‌شود.
- طبقه بندی، سازماندهی و تنظیم کارها و فعالیتهای او به او یاد بدهیم.
- با اولیای سنا ارتباط بیشتری داشته باشیم.
- او را در گروههای کوچک آموزشی، پرورشی و بهداشتی عضو کنیم و کار گروهی

را به او بیاموزیم.

- مسئولیتهای کوچکی در حد توان به او بدهیم.
- برای هر رفتار مطلوب او را تشویق کنیم.

موانع و محدودیتها:

- احساس مسئولیت نکردن سنا در روزهای اول باعث دردسر و پیش نرفتن کار می‌شد.
- بعضی تغییرات برای او ناخوشایند بود و او همکاری نمی‌کرد.
- گاهی رفتار تکانشی و بی‌توجهی او، نظم گروه را در مدرسه به هم می‌زد.
- بعضی از عوامل مدرسه، همکاری لازم را انجام نمی‌دادند.
- روند درمان از نظر خانواده طولانی و کم بازده بود.
- به دست نیاوردن موفقیت در بعضی فعالیتها باعث اضطراب او می‌شد.
- آموزش انفرادی مقدور نبود (آموزش انفرادی در بعضی قسمتهای خاص درسها مثل بنویسیم و بخوانیم)
- آموزش سازماندهی و برنامه ریزی، بسیار کند پیش می‌رفت و گاهی برنامه تنظیم شده توسط سنا خیلی نا مرتب انجام می‌شد.
- سنا اکثرا به تمرینات پدر و مادر خود پاسخ کافی نمی‌داد.
- پدر خانواده به دلیل مشکلات شغلی نمی‌توانست روند درمان را پی گیرانه، مؤثر و منظم دنبال کند.

اجرای طرح جدید و نظارت بر آن

مسئولیت پی گیری مستمر و مستقیم و غیر مستقیم (ارتباط تلفنی) گزارشهای مشاهدات روزانه و هفتگی دانش آموز، توسط اولیاءدر خانه، معاون و مربی پرورشی در مدرسه را خودم بر عهده گرفتم.

گزارشهایی در مورد راهکارهای پیشنهادی توسط عوامل مجری

اولیای دانش آموز:

- صبور و بردبار بودن آنها
- نظارت بر انجام تکالیف محول شده به سنا
- یادداشت کردن کارهای خوبی که انجام می‌داد بر روی برگه‌ای در خانه و دادن کارت آفرین به او
- ثبت نام در کلاس ورزشی (کاراته) در باشگاه
- تهیه کتابهای داستان و بازیهای متنوع و فکری برای سنا

معاون و مربی پرورشی:

- نظارت مستقیم و غیر مستقیم بر رفتار و کارهای او
- ارتباط مستمر و نزدیک با اولیای سنا و گزارش کارهایش
- محول کردن مسؤلیتهایی در حد توانایی او
- به کار واداشتن سنا
- تشویق او به ازای رفتارهای قابل قبول و مطلوب

معلم:

- تغییر محل نشستن سنا با توجه به گروهبندی در اکثر کارها و فعالیت‌ها تغییر در روشهای تدریس و آموزش به صورتی که افراد فعالیت‌های بیشتری نسبت به قبل داشته باشند.
- تهیه کارتهای تصویری، داستانهای مصور، کارتهای الفبا (سمباده ای، کاغذهای رنگی، مغناطیسی و.....)
- شرکت فعال در بحث‌های گروهی و انتخاب به عنوان نماینده گروه برای بیان کارهای انجام شده در گروه

- تهیه پازل‌های ساده برای چیدن، فعالیتی برای تقویت « ربع c » از مغز
- نصب اسم و عکس او در تابلوی تشویق هفتگی در قبال کارها و فعالیت‌های مثبت

گردآوری اطلاعات (شواهد ۲)

گرچه از رفتارها و اظهار نظرهای دانش‌آموزان، اولیاء، همکاران در کلاس و خانه و مدرسه پیدا بود که تغییراتی در رفتار سنا بوجود آمده است، برای این که دقیقاً مشخص شود که روشهای بکار گرفته شده مؤثر بوده است یا نه، تصمیم گرفتیم درباره آنچه انجام داده ایم، اطلاعات عینی و موثق جمع‌آوری کنیم. با حضور اعضای تیم راه‌هایی را برای مطلع شدن از نتایج کار پیش بینی کردیم از آن جمله بود:

فرایند اجرای بعضی راهکارها در کلاس (ارتباط با دانش‌آموز)

علائم ویژه رفتاری سنا عبارت بود از: بی‌توجهی، بیش‌فعالی و رفتارهای آنی و تکانشی که این علائم از بارزترین نشانه‌های اختلال نا‌رسایی توجه – بیش‌فعالی است

بی‌توجهی: وقتی فعالیتی را به سنا می‌دادم تا انجام دهد، پس از چند دقیقه خسته می‌شد. او انجام این فعالیت‌ها را بیهوده می‌دانست و به ندرت فعالیت‌ها را به پایان می‌رساند. نخستین قرارداد بین من و سنا این بود که برای انجام هر تمرین بدون اشتباه یک کارت بگیرد. وقتی کارتهای او به ۱۰ رسید می‌تواند یک جایزه ۱۰ کارتی از کمد جایزه مدرسه بر دارد، زمانی که امتیازات او بیشتر می‌شدند و تقریباً می‌توانست لذت داشتن جوایز را احساس کند، انجام تمرین بدون اشتباه در زمان تعیین شده به عنوان رفتار، هدف تعیین شد.

فعالیت‌های دیگر در طی جلسات مختلف عبارت بودند از:

- توضیح دقیق یک فعالیت یا رفتار (تو باید این تیرها را به دارت مقابل بزنی)
- توضیح قسمتهای مهم فعالیت هدف هر چه قدر تیر به وسط دارت نزدیکتر باشد، امتیاز بیشتری می‌گیری)
- تجزیه هر رفتار یا فعالیت به اجزای کوچکتر (در تمرین دارت ابتدا او باید آماده شود، بعد نشانه‌گیری کند و سپس پرتاب کند.)

- استفاده از تمرین‌های تازه و جذاب (دارت مغناطیسی، پرتاب حلقه و... به عنوان آموزش‌های توجه و تمرکز)
- به کار گرفتن حس لامسه و حرکت (چیدن پازل‌های مختلف درسی و غیر درسی) که به مرور زمان بر پیچیدگی اهداف افزوده می‌شد. بیش فعالی سنا سنا جنب و جوش زیادی داشت، از نشستن بیزار بود و احساس خستگی نا پذیر فرآوانی داشت. بنابراین فعالیت‌هایی را به او می‌سپردم که حالت نشسته داشته باشد (هنگامی که سنا کاری را در حال نشسته به خوبی انجام می‌داد گاهی بعنوان پاداش می‌توانست فعالیت دلخواه خود را به صورت ایستاده و با مدت زمان مشخص انجام دهد و به مرور زمان انجام فعالیت‌های آرام و نشسته‌ی او زیاد می‌شدند.

رفتارهای آنی و تکانشی

سنا گاهی بسیار خشمگین می‌شد و احساسات نامناسب خود را به بدترین شکل ممکن بروز می‌داد. بی حوصله بود و صبر و تحمل نداشت. رفتارهای تکانشی او می‌بایست اصلاح می‌شدند، برای همین در اولین مرحله رفتار نا مطلوب و پیامد آن را تشریح کردم سپس از طریق نمایش عروسکی با همکاری خودش رفتارهای مطلوب را الگو سازی کردم و سنا به مرور مسئولیت بیشتری را قبول می‌کرد از طرف همه‌ی اعضای تیم مورد حمایت قرار می‌گرفت و کم کم باور کرد که این خود او است که تغییرات را ایجاد کرده نه فردی دیگر؛ بنابراین برای آموزش مهارت‌های جدید آماده بود.

ارزش‌یابی تأثیر اقدام جدید و تعیین اعتبار آن

پس از این که اطلاعات لازم درباره چگونگی اجرا و نتایج آن جمع‌آوری شد. با توجه به نظرهای اظهار شده در این طرح، تلاش کردیم راهکارهای ارائه شده را تا جایی که می‌توانیم دقیق انجام دهیم تا مشکل مورد نظر حل شود. شواهد نشان می‌داد که راهکارها و روش‌های انجام شده مؤثر واقع شده است. نظارت مشاور بر کارها و شواهد مطرح شده از طرف اولیاءدر

خانه و مدرسه، نتایج مشخص کننده رفتار دانش آموز بود.

سرانجام درمان نتایج

اکنون چند ماه که از انجام این کار می‌گذرد اوضاع تا حدودی بهتر شده و همکاری پدر و مادر با اولیای مدرسه و معلم نزدیکتر شده و با همکاری اعضای تیم روشهایی را برای کمک به سنا در خانه و مدرسه اجرا کرده ایم.

مطالب بعضی از درسهای او به قسمتهای کوچک تقسیم شده و برای انجام هر قسمت، زمانبندی صورت گرفته است که این کار به تمرکز او روی قسمتهای مختلف کمک می‌کند. تابلوی تشویق در خانه و مدرسه هنگامی که فعالیتی را به خوبی انجام می‌دهد یا رفتار مطلوب دارد بسیار مؤثر بوده است. شرکت در گروههای کوچک باعث شده است که او خود کنترلی را کم کم بیاموزد. اکنون سنا می‌تواند در کلاس به خوبی بنشیند و در صورت نیاز داشتن به وسیله‌ای، آن را بخواهد نه این که چنگ بزند و یا به زور بگیرد.

فعالیت‌های نیمه کاره سنا به حداقل رسیده است. شرکت در کلاسهای ورزشی و زنگهای ورزش تا حد زیادی رفتارهای تکانشی او را کاهش داده و او به علت هیجان و تحریک پذیری، توانسته است در این ساعتها، موفقیت‌های خوبی را بدست آورد. امیدوارم او با پی گیری خانواده و مدرسه بتواند مهارت‌های سازمان یافته اش را افزایش دهد و زندگی آرام تری داشته باشد.