

- (10) *Managementul comportamentelor viitoare.* Până acum părinții ar trebui să stăpânească un repertoriu destul de larg de tehnici de management al comportamentului copiilor. Scopul acestui pas este de a-i pune să anticipeze ce ar putea face în viitor dacă vor apărea alte forme indezirabile de comportament.

Limite ale intervenției asupra ADHD în familie

Uneori s-a afirmat despre training-urile pentru părinți că pun la dispoziția acestora un set limitat de oportunități de intervenție comportamentală, ele fiind doar o completare a unei terapii medicamentoase, care de fapt este esențială în tratament (Stein, 1999). Alte critici au fost că stoparea intervenției determină revenirea la tiparele comportamentale existente înaintea acesteia, pe care le dețin părinții care nu au participat la training-uri (Barkley, 2002).

5. Intervenții asupra ADHD în mediul școlar

Școala și sala de clasă sunt medii ideale în care să se desfășoare intervențiile asupra copiilor cu ADHD, pentru că aici sunt solicitate în mod special atenția, capacitățile de planificare, de respectare a regulilor și de interacțiune cu ceilalți.

Intervențiile în mediul școlar au ca scop creșterea complianței la regulile clasei, dezvoltarea interacțiunilor normale între colegii de clasă, reducerea comportamentelor disruptive și respectarea cerințelor sau instrucțiunilor cadrelor didactice. Dacă toate acestea sunt atinse, atunci se asigură premisele și pentru îmbunătățirea performanțelor școlare.

Strategiile de management comportamental implementate la nivelul clasei se bazează, ca și în cadrul familiei, tot pe creșterea frecvenței comportamentelor dorite (prin întăriri pozitive și negative) și reducerea celor neacceptate (prin penalizări și pedepse). Ceea ce diferă este că autoritatea cadrelor didactice este de altă natură și în plus se pot utiliza tehnici specifice contextului școlar (de exemplu fișele zilnice de activitate), dar și unele adaptate din intervențiile individuale (laudele, economia de jetoane, time-out). În cele mai multe cazuri, astfel de programe de intervenție se implementează la nivelul întregii clase, și nu sunt destinate doar copiilor cu ADHD sau cu tulburări comportamentale.

Le ce fel de comportamente ne putem aștepta în sala de clasă de la elevii cu ADHD? În tabelul de mai jos găsiți o listă sugerată de Geng

(2011), împreună cu sugestiile noastre pentru stoparea sau corectarea acestora.

Tabelul nr. 1. Comportamente ale copiilor cu ADHD în clasă (Geng, 2011) și sugestii pentru corectare/stopare

Comportamente	Sugestii pentru corectare sau stopare
Inițiază discuții cu vecinii de bancă în timpul orei	penalizare
Se prefacă că își lovește colegii, fără a exista însă contact	ignorare, dar urmărirea cu atenție a comportamentului (pentru a anticipa un act agresiv)
Începe o bătaie cu colegii	pedeapsă
Intră în contradicție cu colegii și/sau cadrul didactic	ignorare atât timp cât nu face rău celor din jur sau nu face apel la o comunicare agresivă
Vorbește neîntrebat	sisteme de atenționare privind importanța controlării impulsivității (gestul cadrului didactic de „Stop!”, „Stai!” sau „Așteaptă!”)
Ignoră instrucțiunile de lucru	stabilirea contactului vizual dintre cadru didactic și elev, chiar dacă adultul trebuie să se așeze ghemuit pentru a se asigura că intră în câmpul vizual al copilului
Nu realizează sarcinile cerute	secvențierea sarcinii de lucru, fiind adaptată la particularitățile elevului
Întrerupe explicațiile cadrului didactic	sisteme de atenționare din partea cadrului didactic, prin cuvinte cheie sau gesturi
Împinge băncile colegilor	a. dacă este un comportament manifestat în timpul lecțiilor, se va muta banca elevului cu ADHD puțin mai departe de băncile vecine; b. dacă este un comportament agresiv voluntar se va utiliza penalizarea.
Aruncă obiecte prin clasă	penalizare
Lovește cu liniarul	pedeapsă
Se ridică repetat în picioare de la locul său în timpul orei	a. sisteme de atenționare din partea cadrului didactic, prin cuvinte cheie sau gesturi; b. solicitarea elevului de a realiza sarcini organizatorice (de a spăla buretele, de a arunca la coș lucruri date de cadrul didactic etc.);
Refuză medicația	penalizare
Iese din sala de clasă	sisteme de atenționare prin cuvinte, gesturi sau lipirea unor semne/simboluri la nivelul ochilor elevului, care să-i amintească de faptul că acest comportament necesită acord din partea cadrului didactic (de exemplu: o mână în semn de stai, un semn stop etc.)
Se leagănă cu scaunul	atenționare prin gesturi sau atingerea ușoară a elevului în semn de „oprește-te!” (economia de cuvinte este apreciată de elevii cu ADHD)
Mereu se foiește	atenționare prin gesturi sau atingerea ușoară a elevului în semn de „oprește-te!” (economia de cuvinte este apreciată de elevii cu ADHD)
Își găsește de lucru mâzgălind pe cărți și caiete	penalizare

Geng (2011) trecea în revistă câteva strategii de management și motivare a copiilor cu ADHD, implementate în școli în diverse forme:

- monitorizarea din partea colegilor, care vor deveni într-o oarecare măsură responsabili pentru comportamentul copilului cu ADHD;
- intervenții cognitiv comportamentale;
- intervenții comportamentale bazate pe întărirea pozitivă a comportamentelor dorite;
- intervenții combinate;
- programe de training pentru părinți.

De cele mai multe ori intervențiile sunt complexe, încorporând elemente multiple în planul de tratament: medicație, elemente de terapie comportamentală, elemente de terapie cognitiv-comportamentală. De exemplu, Barkley et al. (2000) implementau la două grupe de copii preșcolari cu probleme de comportament o intervenție care a inclus: economia de jetoane, întăriri cu interval variabil, training-ul autocontrolului cognitiv-comportamental, training de dezvoltare a abilităților de interacțiune în grup, training de management al furiei și o fișă de monitorizare zilnică, utilizată acasă pentru continuarea sistemului de întăriri.

Economia de jetoane este una dintre tehnicile care pot fi utilizate cu succes în intervențiile la nivelul școlii, O'Leary și Drabman (1971, apud Daly et al., 2007) sugerând că pentru a maximiza eficiența acestora ar fi nevoie de respectarea următoarelor reguli:

- comportamentele considerate acceptate la nivelul clasei (care urmează să fie întărite), precum și cele neacceptate (care urmează să fie eliminate sau reduse) să fie formulate clar, de obicei în scris, sub forma unor liste unanim acceptate și afișate la loc vizibil;
- întăririle (jetoane, puncte, laude etc.) se acordă imediat după apariția comportamentului acceptat. Regula este valabilă și pentru administrarea pedepselor și a penalizărilor: imediat după comportamentul pe care dorim să-l eliminăm;
- trebuie stabilită o procedură prin care jetoanele acumulate pot fi schimbate cu obiectul dorit.

La clasa de elevi, economia de jetoane este în mod special eficientă pentru că deși copiii nu se află în competiție pentru ele, jetoanele sunt dovezi vizibile ale performanței și funcționează ca întăriri sociale.

Pentru a maximiza efectul intervențiilor comportamentale adaptate nevoilor specifice ale copilului cu ADHD, trebuie să privim dincolo de diagnostic și să identificăm comportamentele specifice la care dorim să