

Elevi cu tulburări de sănătate mintală

Tulburarea obsesiv-compulsivă



Recomandări generale pentru tulburările de sănătate mintală



Tipuri de recomandări la nivel de clasă (accent pe metodele instructionale)

1. **Încurajați susținerea în cadrul clasei.** Verificarea cu regularitate a elevilor vă ajută în a-i asigura că unei persoane chiar îi pasă de ei, aceștia nefiind singuri în lupta contra problemelor de sănătate mintală. Verificările pot avea loc după școală, în timpul prânzului sau pe mail – în orice mediu în care elevul se simte confortabil să răspundă. Cel mai important lucru este dezvoltarea unei relații prin care să exprimăm susținerea necondiționată, evitând generalizările și critica, să fim atenți în a oferi și primi feedback și să păstrăm un ton și o atitudine pozitivă.
2. **Încurajați curiozitatea, implicarea în învățare și rezolvarea de probleme.** Îndepărtarea învățării de cea bazată pe evaluare este o sarcină mai dificilă decât ceea ce un profesor poate face de unul singur. Totuși, în orice măsură se poate, este important să acordăm mai mult timp stârnirii curiozității, creativității și în a promova învățarea bazată pe implicare, fie prin intermediul proiectelor independente, a temelor alese de unul singur, fie încurajând elevii să participe la activități extracurriculare din pur interes și pasiune. Predarea strategiilor generale de rezolvare a problemelor poate fi eficientă.
3. **O bună cultură a clasei.** O clasă bine structurată, cu așteptări clare, tranziții line și mediu calm și pașnic le este de mare ajutor elevilor. Oferiți și creați un mediu bazat pe susținere, unde este în regulă să greșești, să îți exprimi emoțiile în mod pozitiv și să ceri ajutor atunci când ai nevoie.
4. **Realizați un cadru de reguli pozitive.** Asigurați-vă că regulile sunt formulate într-o manieră pozitivă, ajutând la încurajarea unei stări bune de spirit.

Tulburarea obsesiv-compulsivă



Tipuri de recomandări la nivel de clasă (accent pe metodele instructionale)

1. **Repartizați un loc optim elevului care suferă de tulburare obsesiv-compulsivă.** De exemplu, dacă sala de clasă se află într-o zonă aglomerată a școlii, nu este de dorit ca un elev cu tulburare obsesiv-compulsivă să stea lângă ușă. Trebuie să stea în față, unde este mai puțin probabil să audă zgomote, astfel încât se pot concentra asupra a ce au de făcut. Pe de altă parte, în cazul elevilor ce au simptome evidente și nu își doresc să fie văzuți de colegi agitându-se, este de preferat ca ei să fie așezați aproape de ușă, chiar spre spatele clasei. (ocdeducationstation.org)
2. **Organizați clasa corespunzător, stabiliți așteptări realiste, un mediu calm cu tranziții ușoare.** Acest lucru este de mare ajutor pentru majoritatea copiilor, în special pentru cei care suferă de tulburare obsesiv-compulsivă. Asigurați un mediu bazat de susținere, unde greșelile sunt acceptate, elevii își pot exprima liber emoțiile și pot cere ajutor în caz de nevoie. (Chaturvedi, A., Murdick, N., Gartin, B., 2014)
3. **Mențineți clasa organizată și curată pentru a-i ajuta pe elevii care sunt obsedați de ordine și simetrie.** Asigurați-vă că există un loc potrivit pentru depozitarea resurselor sau diferitelor obiecte, pentru a menține ordinea la clasă. Adoptați o cultură a curățeniei.
4. **Primiți elevii care suferă de tulburare obsesiv-compulsivă și care întârzie.** Întârzierile pot fi cauzate de rutină sau de convulsiile din timpul dimineții. Aveți grijă să nu atrageți atenția, întrucât acest lucru îi poate face pe elevi să se simtă rușinați. (Chaturvedi, A., Murdick, N., Gartin, B., 2014)
5. **Realizați un cadru de reguli pozitive la nivelul clasei.** Elevii care suferă de tulburare obsesiv-compulsivă sunt deseori negativisti și repetă obsesiv propriile așteptări. Asigurați-vă că regulile sunt formulate într-un mod pozitiv care poate susține o gândire constructivă și sănătoasă. Asigurați un mediu bazat pe susținere, unde greșelile sunt acceptate, elevii își pot exprima liber emoțiile și pot cere ajutor în caz de nevoie. (Rogers Memorial Hospital)
6. **Stabiliți o rutină previzibilă la nivel de clasă.** Dacă apar schimbări, anunțați acest lucru pe cât se poate de devreme. Acordați timp suplimentar pentru a face trecerea dintre diferite sarcini; elevii care suferă de tulburare obsesiv-compulsivă nu pot începe o nouă sarcină până când nu o finalizează pe cea curentă. (Chaturvedi, A., Murdick, N., Gartin, B., 2014)
7. **Stabiliți o persoană sigură și un loc sigur în cadrul școlii, pentru momentele în care elevii se simt copleșiți.** Acest spațiu trebuie să fie unul privat, departe de ochii celorlalți elevi sau ai personalului școlii. Asigurați-vă dinainte că nu atrage privirile indiscrete ale celorlalți elevi. Utilizați un semnal cunoscut de elevul care suferă de tulburare obsesiv-compulsivă pentru a-l avertiza că este nevoie să meargă în acest loc predefinit (în cazul în care elevul are un atac

de panică sau devine agitat). Acest lucru va permite ca elevul să beneficieze de spațiul necesar evitării unor episoade potențial jenante în fața celorlalți colegi.

(Adams, G., 2004)

8. **Liniștiți elevul cu privire la propriile eforturi pentru a evita sentimentele de îndoială și critica asupra propriei persoane.** Elevii care suferă de tulburare obsesiv-compulsivă au nevoie de o clasă unde să se simtă bine-veniți, în siguranță, acceptați și înțeleși.
(Chaturvedi, A., Murdick, N., Gartin, B., 2014)
9. **Oferiți instrucțiuni sau sarcini ușor de gestionat, cu pași simpli de urmat.** Elevii care suferă de tulburare obsesiv-compulsivă se simt copleșiți când se confruntă cu un volum mare de lucru. În funcție de nevoile individuale ale fiecăruia, este de mare ajutor ca sarcinile să fie împărțite corespunzător, astfel încât elevul să se poată concentra asupra lor.
(Chaturvedi, A., Murdick, N., Gartin, B., 2014)
10. **Acordați mai mult timp pentru evaluări întrucât elevul poate avea nevoie să scrie și să rescrie pasaje ale textului, în încercarea de a găsi modalitatea perfectă de exprimare.** Tipurile de teste utilizate trebuie și ele analizate. În funcție de nevoile individuale ale fiecărui elev, dificultatea sau chiar ușurința întrebărilor închise/ deschise pot reprezenta o sursă de stres. Întrebările cu răspuns scurt sau cu alegere multiplă pot fi o alegere mai potrivită.
(Chaturvedi, A., Murdick, N., Gartin, B., 2014)
11. **Oferiți elevului posibilitatea de a scrie la calculator, dacă este posibil.** Dacă întâmpinați probleme legate de scris/șters/rescrierea textului, luați în considerare utilizarea laptopurilor pentru a lua notițe, pentru a tehnoredacta diferitele sarcini atribuite în loc să scrie de mână.
(Chaturvedi, A., Murdick, N., Gartin, B., 2014)
12. **Ajutați elevii care suferă de tulburare obsesiv-compulsivă cu dificultăți de citire.** Pot manifesta o obsesie pentru a citi din nou propoziții sau paragrafe întregi în mod repetat pentru a se asigura că au citit corect. Cititul devine o sarcină foarte solicitantă, iar cititul în fața clasei poate deveni cu atât mai stresant. Sprijinul acordat constă în atribuirea unor texte mai scurte, evidențiind pasajele importante; este posibil și ca o altă persoană să le poată citi textul în cauză.
(Adams, G., 2004)
13. **Fiți atenți la evenimentele sau lucrurile care pot provoca simptome ale tulburării obsesiv-compulsive.** Este foarte important ca profesorii să cunoască ce lucruri pot provoca astfel de simptome. Oboseala sau medicamentația pot avea un impact ridicat asupra elevului. Este important să vorbiți cu părinții despre aceste lucruri. Păstrarea unei evidențe stricte a schimbărilor de comportament poate ajuta, părinții și părțile interesate luând la cunoștință aceste fapte.
(Adams, G., 2004)
14. **În colaborare cu psihologul școlii și cu echipa de suport pentru elevi, ajutați colegii elevilor cu tulburare obsesiv-compulsivă să aibă o mai bună înțelegere asupra bolii și încurajați-i să își susțină colegii.**
(Chaturvedi, A., Murdick, N., Gartin, B., 2014)(Adams, G., 2004)



Tipuri de recomandări la nivel de școală (accent pe metodele instructionale)

Anunțuri / Panouri de avertizare la școală

1. **Acordați atenție deosebită examenelor, excursiilor sau evenimentelor și activităților speciale.** Trebuie acordată atenție deosebită schimbărilor de rutină.
(Chaturvedi, A., Murdick, N., Gartin, B., 2014)
2. **Includeți informații cu privire la sănătatea mintală în cadrul orelor și campanii educative care să devină o rutină în viața școlară, utilizând campanii naționale și expertiza unor agenții din exterior.** Asigurați formarea colegilor și a staff-ului cu privire la problemele de sănătate mintală, pentru a elimina părerile preconcepute și a încuraja înțelegerea bolii, facilitând în același timp abordarea nevoilor elevilor în cauză.

Comunitate

1. **Includeți informații cu privire la sănătatea mintală în cadrul orelor și campanii educative care să devină o rutină în viața școlară, utilizând campanii naționale și expertiza unor agenții din exterior.** Asigurați formarea colegilor și a staff-ului cu privire la problemele de sănătate mintală, pentru a elimina părerile preconcepute și a încuraja înțelegerea bolii, facilitând în același timp abordarea nevoilor elevilor în cauză.
2. **Înființați o echipă de suport pentru elevi care să contribuie la asigurarea accesului la educația completă a elevilor ce au nevoie de sprijin și care să susțină membrii staff-ului să lucreze în mod eficient cu acești elevi.**
Echipele de suport pentru elevi sunt responsabile de asigurarea existenței sistemelor, politicilor și procedurilor de ajutor al elevilor cu nevoie de susținere. Asigurați-vă că echipa conține membri din managementul școlii, consilierul școlar, coordonatorii pentru nevoi speciale, diriginți, personal care asigură legătura între casă și școală, profesori specialiști. Invitați experți din agenții externe și părinți, de câte ori este necesar. (Chaturvedi, A., Murdick, N., Gartin, B., 2014)

Adaptări curriculare

Examinările pot fi o perioadă foarte stresantă pentru elevii care suferă de tulburare obsesiv-compulsivă. Oferiți o atenție deosebită elevilor cu privire la examinare, înainte ca aceasta să aibă loc. În funcție de nevoile elevului, ar fi de dorit existența unei camere separate pentru susținerea examenului scris sau practic.
(Adams, G., 2004)

Disciplină

1. **Dezvoltați o strategie de gestionare a comportamentului individual al elevului care să fie aprobată de toate părțile interesate din școală.** Această strategie trebuie să cuprindă acțiuni și activități de susținere a elevilor cu nevoi speciale. Asigurați-vă că strategia este

revizuită periodic pentru a fi adaptată în funcție de nevoile elevilor cu tulburare obsesiv-compulsivă sau de noile provocări apărute.

2. **Înființați o echipă de suport pentru elevi care să contribuie la asigurarea accesului la educația completă a elevilor ce au nevoie de sprijin și care să susțină membrii staff-ului să lucreze în mod eficient cu acești elevi.**

Echipele de suport pentru elevi sunt responsabile de asigurarea existenței sistemelor, politicilor și procedurilor de ajutor al elevilor cu nevoie de susținere. Asigurați-vă că echipa conține membri din managementul școlii, consilierul școlar, coordonatorii pentru nevoi speciale, diriginți, personal care asigură legătura între casă și școală, profesori specialiști. Invitați experți din agenții externe și părinți, de câte ori este necesar. (Chaturvedi, A., Murdick, N., Gartin, B., 2014)

Vizite educaționale / Excursii pe teren / Tabere / Schimburi școlare / Excursii în străinătate

1. **Acordați atenție deosebită examenelor, excursiilor sau evenimentelor și activităților speciale.** Trebuie acordată atenție deosebită schimbărilor de rutină. (Chaturvedi, A., Murdick, N., Gartin, B., 2014)
2. **Includeți informații cu privire la sănătatea mintală în cadrul orelor și campanii educative care să devină o rutină în viața școlară, utilizând campanii naționale și expertiza unor agenții din exterior.** Asigurați formarea colegilor și a staff-ului cu privire la problemele de sănătate mintală, pentru a elimina părerile preconcepute și a încuraja înțelegerea bolii, facilitând în același timp abordarea nevoilor elevilor în cauză.

Părinți / Asociații de părinți

1. **Stabiliți o comunicare eficientă cu părinții sau tutorii.** Este important să colaborați îndeaproape cu familia elevului pentru a înțelege simptomele și cursul bolii. Profesorii și personalul școlii trebuie de asemenea să cunoască schimbările apărute acasă sau în cadrul tratamentului, pentru a lucra cum se cuvine cu elevul în cadrul școlii. (Adams, G., 2004) (Paige, L., 2007)
2. **Dezvoltați o strategie de gestionare a comportamentului individual al elevului care să fie aprobată de toate părțile interesate din școală.** Această strategie trebuie să cuprindă acțiuni și activități de susținere a elevilor cu nevoi speciale. Asigurați-vă că strategia este revizuită periodic pentru a fi adaptată în funcție de nevoile elevilor cu tulburare obsesiv-compulsivă sau de noile provocări apărute.
3. **Înființați o echipă de suport pentru elevi care să contribuie la asigurarea accesului la educația completă a elevilor ce au nevoie de sprijin și care să susțină membrii staff-ului să lucreze în mod eficient cu acești elevi.**
 Echipele de suport pentru elevi sunt responsabile de asigurarea existenței sistemelor, politicilor și procedurilor de ajutor al elevilor cu nevoie de susținere. Asigurați-vă că echipa conține membri din managementul școlii, consilierul școlar, coordonatorii pentru nevoi speciale, diriginți, personal care asigură legătura între casă și școală, profesori specialiști.

Invitați experți din agenții externe și părinți, de câte ori este necesar. (Chaturvedi, A., Murdick, N., Gartin, B., 2014)

Siguranță

1. **Stabiliți o persoană sigură și un loc sigur în cadrul școlii pentru momentele în care elevii se simt copleșiți.** Ar fi ideal ca această persoană să fie consilierul școlar sau o altă persoană cu calificări în domeniu. Alegeți o locație care asigură intimitatea, departe de indiscreția celorlați membri ai personalului și elevi.
Elaborați politici și proceduri pentru utilizarea acestui spațiu și înștiințați părțile interesate cu privire la acest fapt.
(Adams, G., 2004)
2. **Stabiliți o comunicare eficientă cu părinții sau tutorii.** Este important să colaborați îndeaproape cu familia elevului pentru a înțelege simptomele și cursul bolii. Profesorii și personalul școlii trebuie de asemenea să cunoască schimbările apărute acasă sau în cadrul tratamentului, pentru a lucra cum se cuvine cu elevul în cadrul școlii.
(Adams, G., 2004) (Paige, L., 2007)
3. **Dezvoltați o strategie de gestionare a comportamentului individual al elevului care să fie aprobată de toate părțile interesate din școală.** Această strategie trebuie să cuprindă acțiuni și activități de susținere a elevilor cu nevoi speciale. Asigurați-vă că strategia este revizuită periodic pentru a fi adaptată în funcție de nevoile elevilor cu tulburare obsesiv-compulsivă sau de noile provocări apărute.
4. **Asigurați disponibilitatea politicilor și procedurilor privind protecția copilului pentru toți profesorii și întreg personalul, astfel încât acestea să fie permanent urmate.**
5. **Înființați o echipă de suport pentru elevi care să contribuie la asigurarea accesului la educația completă a elevilor ce au nevoie de sprijin și care să susțină membrii staff-ului să lucreze în mod eficient cu acești elevi.**
Echipele de suport pentru elevi sunt responsabile de asigurarea existenței sistemelor, politicilor și procedurilor de ajutor al elevilor cu nevoie de susținere. Asigurați-vă că echipa conține membri din managementul școlii, consilierul școlar, coordonatorii pentru nevoi speciale, diriginți, personal care asigură legătura între casă și școală, profesori specialiști. Invitați experți din agenții externe și părinți, de câte ori este necesar. (Chaturvedi, A., Murdick, N., Gartin, B., 2014)

Programare evenimente

1. **Examinările pot fi o perioadă foarte stresantă pentru elevii care suferă de tulburare obsesiv-compulsivă.** Oferiți o atenție deosebită elevilor cu privire la examinare, înainte ca aceasta să aibă loc. În funcție de nevoile elevului, ar fi de dorit existența unei camere separate pentru susținerea examenului scris sau practice.
(Adams, G., 2004)
2. **Acordați atenție deosebită examenelor, excursiilor sau evenimentelor și activităților speciale.** Trebuie acordată atenție deosebită schimbărilor de rutină.

(Chaturvedi, A., Murdick, N., Gartin, B., 2014)

3. **Includeți informații cu privire la sănătatea mintală în cadrul orelor și campanii educative care să devină o rutină în viața școlară, utilizând campanii naționale și expertiza unor agenții din exterior.** Asigurați formarea colegilor și a staff-ului cu privire la problemele de sănătate mintală, pentru a elimina părerile preconcepute și a încuraja înțelegerea bolii, facilitând în același timp abordarea nevoilor elevilor în cauză.

Festivități / Evenimente / Activități școlare

1. **Acordați atenție deosebită examenelor, excursiilor sau evenimentelor și activităților speciale.** Trebuie acordată atenție deosebită schimbărilor de rutină.
(Chaturvedi, A., Murdick, N., Gartin, B., 2014)
2. **Includeți informații cu privire la sănătatea mintală în cadrul orelor și campanii educative care să devină o rutină în viața școlară, utilizând campanii naționale și expertiza unor agenții din exterior.** Asigurați formarea colegilor și a staff-ului cu privire la problemele de sănătate mintală, pentru a elimina părerile preconcepute și a încuraja înțelegerea bolii, facilitând în același timp abordarea nevoilor elevilor în cauză.

Proiecte ale școlii

Includeți informații cu privire la sănătatea mintală în cadrul orelor și campanii educative care să devină o rutină în viața școlară, utilizând campanii naționale și expertiza unor agenții din exterior. Asigurați formarea colegilor și a staff-ului cu privire la problemele de sănătate mintală, pentru a elimina părerile preconcepute și a încuraja înțelegerea bolii, facilitând în același timp abordarea nevoilor elevilor în cauză.

Suport elevi

1. **Stabiliți o persoană sigură și un loc sigur în cadrul școlii pentru momentele în care elevii se simt copleșiți.** Ar fi ideal ca această persoană să fie consilierul școlar sau o altă persoană cu calificări în domeniu. Alegeți o locație care asigură intimitatea, departe de indiscreția celorlalți.
Elaborați politici și proceduri pentru utilizarea acestui spațiu și înștiințați părțile interesate cu privire la acest fapt.
(Adams, G., 2004)
2. **Examinările pot fi o perioadă foarte stresantă pentru elevii care suferă de tulburare obsesiv-compulsivă.** Oferiți o atenție deosebită elevilor cu privire la examinare, înainte ca aceasta să aibă loc. În funcție de nevoile elevului, ar fi de dorit existența unei camere separate pentru susținerea examenului scris sau practic.
(Adams, G., 2004)
3. **Stabiliți o comunicare eficientă cu părinții sau tutorii.** Este important să colaborați îndeaproape cu familia elevului pentru a înțelege simptomele și cursul bolii. Profesorii și personalul școlii trebuie de asemenea să cunoască schimbările apărute acasă sau în cazul tratamentului, pentru a lucra cum se cuvine cu elevul în cadrul școlii.

(Adams, G., 2004) (Paige, L., 2007)

4. **Dezvoltați o strategie de gestionare a comportamentului individual al elevului care să fie aprobată de toate părțile interesate din școală.** Această strategie trebuie să cuprindă acțiuni și activități de susținere a elevilor cu nevoi speciale. Asigurați-vă că strategia este revizuită periodic pentru a fi adaptată în funcție de nevoile elevilor cu tulburare obsesiv-compulsivă sau de noile provocări apărute.
5. **Asigurați disponibilitatea politicilor și procedurilor privind protecția copilului pentru toți profesorii și întreg personalul, astfel încât acestea să fie permanent urmate.**
6. **Includeți informații cu privire la sănătatea mintală în cadrul orelor și campanii educative care să devină o rutină în viața școlară, utilizând campanii naționale și expertiza unor agenții din exterior.** Asigurați formarea colegilor și a staff-ului cu privire la problemele de sănătate mintală, pentru a elimina părerile preconcepute și a încuraja înțelegerea bolii, facilitând în același timp abordarea nevoilor elevilor în cauză.
7. **Înființați o echipă de suport pentru elevi care să contribuie la asigurarea accesului la educația completă a elevilor ce au nevoie de sprijin și care să susțină membrii staff-ului să lucreze în mod eficient cu acești elevi.**
Echipele de suport pentru elevi sunt responsabile de asigurarea existenței sistemelor, politicilor și procedurilor de ajutor al elevilor cu nevoie de susținere. Asigurați-vă că echipa conține membri din managementul școlii, consilierul școlar, coordonatorii pentru nevoi speciale, diriginți, personal care asigură legătura între casă și școală, profesori specialiști. Invitați experți din agenții externe și părinți, de câte ori este necesar.
(Chaturvedi, A., Murdick, N., Gartin, B., 2014)

Dezvoltarea profesională a cadrelor didactice

1. **Asigurați formare pentru profesori, astfel încât să poată gestiona problemele apărute în cazul elevilor cu probleme de sănătate și să colaboreze îndeaproape cu aceștia în mod constructiv și pozitiv.** Formarea trebuie să includă informații referitoare la prevenția crizelor, axându-se pe tehnici verbale aplicate în vederea evitării crizelor și pe nevoile educaționale special. Consultați psihologul școlii și echipa de suport pentru elevi cu privire la conținut.
(McIntosh, D. and Trotter, J., 2006)
2. **Includeți informații cu privire la sănătatea mintală în cadrul orelor și campanii educative care să devină o rutină în viața școlară, utilizând campanii naționale și expertiza unor agenții din exterior.** Asigurați formarea colegilor și a staff-ului cu privire la problemele de sănătate mintală, pentru a elimina părerile preconcepute și a încuraja înțelegerea bolii, facilitând în același timp abordarea nevoilor elevilor în cauză.

Întocmire orar

1. **Examinările pot fi o perioadă foarte stresantă pentru elevii care suferă de tulburare obsesiv-compulsivă.** Oferiți o atenție deosebită elevilor cu privire la examinare, înainte ca

aceasta să aibă loc. În funcție de nevoile elevului, ar fi de dorit existența unei camere separate pentru susținerea lui.

(Adams, G., 2004)

2. **Acordați atenție deosebită examenelor, excursiilor sau evenimentelor și activităților speciale.** Trebuie acordată atenție deosebită schimbărilor de rutină.
(Chaturvedi, A., Murdick, N., Gartin, B., 2014)

3. **Realizați adaptările necesare ale orarului pentru a asigura o tranziție ușoară între activități și discipline.** Acestea sunt momente foarte stresante pentru elev. De exemplu, permiteți elevilor care suferă de tulburare obsesiv-compulsivă să plece mai devreme de la oră pentru a evita aglomerația din pauză și stresul inutil.
(Chaturvedi, A., Murdick, N., Gartin, B., 2014)

Literatură de specialitate

Tulburarea obsesiv-compulsivă reprezintă o dereglare a sănătății mintale care afectează persoane de toate vârstele și apare atunci când o persoană este prinsă în cercul vicios al obsesiilor și constrângerilor. Obsesiile sunt gânduri supărătoare, nedorite, imagini sau impulsuri care provoacă suferință/stres. Constrângerile sunt comportamente în care individul se implică în încercarea de a scăpa de obsesii și de a reduce nivelul de stres [Referință: International OCD Foundation]

Gânduri obsesive

Persoana care suferă de anxietate poate avea gânduri nedorite, repetitive, sentimente, idei și senzații cunoscute drept obsesii.

Obsesiile obișnuite în cazul elevilor care suferă de tulburare obsesiv-compulsivă includ:

- teama de a se autorăni sau de a-i răni pe ceilalți în mod intenționat
- teama de a se autorăni sau de a-i răni pe ceilalți din greșeală sau accidental
- teama de a se îmbolnăvi, de a se infecta sau de a consuma o substanță nedorită
- nevoia de ordine și simetrie.

Comportamentul compulsiv

Comportamentele repetitive reprezintă o cale de reducere sau prevenție a gândurilor obsesive sau a posibilelor vătămări. Totuși, acest comportament este fie excesiv, fie nerealist. Majoritatea celor care suferă de tulburare obsesiv-compulsivă realizează că un astfel de comportament este irațional și fără logică, dar nu îi pot pune capăt.

Printre tipurile de comportament compulsiv care afectează persoanele care suferă de tulburare obsesiv-compulsivă se numără:

- spălarea mâinilor în mod excesiv
- verificări constante
- realizarea de calcule
- obsesia pentru ordine
- strângerea și depozitarea lucrurilor
- adresarea unor întrebări pentru a se asigura în legătură cu diferite lucruri
- repetarea unor cuvinte în liniște
- evitarea locurilor și a situațiilor care pot provoca gânduri obsesive

Simptome ale copiilor și adolescenților care suferă de tulburare obsesiv-compulsivă

Simptomele pot varia de la copil la copil. Printre acestea se numără:

- dușuri, băi și spălatul mâinilor în mod repetat
- comportamente ce au devenit un ritual prin care copiii simt nevoia să își atingă părți ale corpului sau să se miște într-un anume fel, simetric
- ritualuri specifice înainte de somn care se opun somnului obișnuit
- repetarea unor cuvinte specifice, rugăciuni pentru a se asigura că nu se va întâmpla nimic rău
- caută să fie permanent asigurați de părinți și profesori că nu fac rău
- evită situații în care cred că se poate întâmpla ceva rău

Exemple de simptome care pot afecta un elev de la clasă:

- elevul caută asigurări din partea profesorului din cauza autocriticii și a îndoielilor pe care le are cu privire la propriile eforturi
- pare neatent deoarece se focalizează asupra gândurilor obsesive pe care le are
- pare agitat deoarece are un comportament compulsiv, dorindu-și în același timp să se conformeze regulilor clasei și să stea așezat
- nu termină ce are de făcut deoarece simte nevoia să taie, să rescrie și să verifice ceea ce a lucrat
- are probleme în a ajunge la timp deoarece are nevoie să se pregătească pentru școală într-un anume fel
- cere să părăsească clasa pentru a evita anumite activități, locuri, obiecte sau persoane.

[Referință: <http://ocdla.com/> and rogershospital.org]

Site-uri web și rapoarte UE

ReachOut.com is an online youth mental health service.

<http://ie.reachout.com/inform-yourself/anxiety-panic-and-shyness/obsessive-compulsive-disorder/>

The Child Mind Institute advice for teachers of children with OCD

<http://childmind.org/article/how-teachers-can-help-kids-with-ocd/>

National Health Service of the UK

<http://www.nhs.uk/Conditions/Obsessive-compulsive-disorder>

The Health Service Executive of Ireland

<http://www.hse.ie/eng/health/az/O/Obsessive-compulsive-disorder>

US National Institute of Mental Health information on OCD

<https://www.nimh.nih.gov/health/topics/obsessive-compulsive-disorder-ocd/index.shtml>

Referințe

Roger's Memorial Hospital, Managing OCD Symptoms in School: Strategies for Parents and Educators

Paige, L., (2007). Obsessive-Compulsive Disorder, Principal Leadership (High School Ed.) 8(1), 12-15

Adams, G., (2004). Identifying, Assessing, and Treating Obsessive Compulsive Disorder in School-Aged Children: The Role of School Personnel, Teaching Exceptional Children, 37(2), 46-53.

Chaturvedi, A., Murdick, N., Gartin, B., (2014). Obsessive Compulsive Disorder: What An Educator Needs To Know, Physical Disabilities: Education and Related Services, 33(2), 71-83.