

ΤΟ ΔΟΜΗΜΕΝΟ ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝ ΩΣ ΕΞΩΤΕΡΙΚΟΣ ΜΗΧΑΝΙΣΜΟΣ ΥΠΟΣΤΗΡΙΞΗΣ ΤΗΣ ΑΥΤΟΡΡΥΘΜΙΣΗΣ ΣΤΗ ΔΕΠΥ

Λεουνάκη Ελένη

Εκπαιδευτικός ΠΕ81, Πολιτικός Μηχανικός, MSc, Διευθύντρια ΕΠΑ.Λ. Βρυσών, Χανιά

Εισαγωγή: Η Διαταραχή Ελλειμματικής Προσοχής-Υπερκινητικότητας (ΔΕΠΥ) χαρακτηρίζεται από δυσκολίες αυτορρύθμισης, διαχείρισης αισθητηριακών ερεθισμάτων και εκτελεστικών λειτουργιών. Η επιστημονική έρευνα έχει εστιάσει κυρίως σε φαρμακευτικές, ψυχοθεραπευτικές και εκπαιδευτικές παρεμβάσεις, ενώ η επίδραση του δομημένου περιβάλλοντος στην καθημερινή λειτουργικότητα των ατόμων με ΔΕΠΥ παραμένει λιγότερο διερευνημένη.

Σκοπός: Σκοπός της παρούσας ανασκόπησης είναι η διερεύνηση της συμβολής του δομημένου περιβάλλοντος στην υποστήριξη της αυτορρύθμισης ατόμων με ΔΕΠΥ και η παρουσίαση ενός εννοιολογικού πλαισίου που συνδέει τα χαρακτηριστικά του χώρου με τη νευρογνωστική λειτουργία.

Ανασκόπηση βιβλιογραφίας: Παρουσιάζονται δεδομένα από τη διεθνή βιβλιογραφία στους τομείς της περιβαλλοντικής ψυχολογίας, της νευροαρχιτεκτονικής, της αισθητηριακής επεξεργασίας και της ποιότητας εσωτερικού περιβάλλοντος. Εξετάζονται παράγοντες όπως η ποιότητα αέρα, ο ακουστικός έλεγχος, η θερμική σταθερότητα, ο φωτισμός (προβλεψιμότητα) και η οργάνωση του χώρου. Τα διαθέσιμα ευρήματα υποδεικνύουν ότι η μείωση του αισθητηριακού φορτίου και η ενίσχυση της περιβαλλοντικής προβλεψιμότητας μπορούν να υποστηρίξουν τη συγκέντρωση, τη συναισθηματική ρύθμιση και τη λειτουργικότητα των ατόμων με ΔΕΠΥ. Προτείνεται η θεώρηση του δομημένου περιβάλλοντος ως εξωτερικού μηχανισμού υποστήριξης της αυτορρύθμισης, συμπληρωματικού προς τις καθιερωμένες παρεμβάσεις.

Συμπεράσματα: Το δομημένο περιβάλλον αναδεικνύεται ως σημαντικός παράγοντας που δύναται να επηρεάσει τη λειτουργικότητα και την ποιότητα ζωής των ατόμων με ΔΕΠΥ. Η ενσωμάτωση σχετικών πρότυπων αρχών στον σχεδιασμό κατοικιών, σχολικών μονάδων και χώρων εργασίας μπορεί να αποτελέσει μια συμπληρωματική προσέγγιση υποστήριξης της νευροδιαφορετικότητας.