

Jak pracować z dzieckiem nadpobudliwym?

Zespół nadpobudliwości psychoruchowej, określany w piśmiennictwie jako „zespół nadpobudliwości psychoruchowej z deficytem uwagi” lub „zaburzenia hiperkinetyczne”, to grupa zaburzeń charakteryzujących się „wczesnym początkiem brakiem wytrwałości w realizacji zadań wymagających zaangażowania poznawczego, tendencją do przechodzenia od jednej aktywności do drugiej bez ukończenia żadnej z nich oraz zdeorganizowaną, słabo kontrolowaną nadmierną aktywnością”¹

Dzieci nadpobudliwe psychoruchowo to dzieci sprawiające otoczeniu największą trudność wychowawczych ze względu na gwałtowne, często niepohamowane reakcje emocjonalne (płacz, krzyk, złość), ruchowe (bójki, niszczenie przedmiotów, pośpiech i chaotyczność w zachowaniu, znaczna ruchliwość i żywiołowość) i poznawcze (brak koncentracji na zadaniu, chaos myślowy, gonitwa myśli itp.) Bezpośrednią przyczyną takich zachowań dzieci nadpobudliwych jest od strony fizjologicznej wyraźna przewaga w układzie nerwowym procesów pobudzania nad hamowaniem.

Mianem nadpobudliwości psychoruchowej określa się zazwyczaj zespół objawów występujących w jednej, dwóch lub wszystkich sferach funkcjonowania dziecka: ruchowej, poznawczej, emocjonalnej.

W sferze ruchowej: wyraźny niepokój ruchowy w zakresie dużej i małej motoryki. Obserwujemy u dzieci niemożność pozostawania w bezruchu nawet przez krótki okres czasu, podrywanie się z miejsca, chodzenie po klasie, bieganie, wymachiwanie rękami, podskakiwanie lub wzmożone drobne ruchy kończyn (machanie nogami, poruszanie palcami rąk, ciągłe zajmowanie się rzeczami, które leżą w zasięgu ich rąk lub nóg, kiwanie się na krześle itp.)

W sferze poznawczej: trudność w skupieniu uwagi, wzmożonym odruchem orientacyjnym oraz pochoptnością i pobieżnością myślenia. Dzieci te nie są w stanie skupić się dłużej nad wykonywaną czynnością, najmniejszy bodziec odrywa je od zadania. Przerzucają swoją uwagę z obiektu na obiekt, robią wrażenie jakby interesowało je kilka rzeczy jednocześnie co prowadzi do udzielania nieprawidłowych odpowiedzi, bo odpowiedzi nieprzemyślanych.

W sferze emocjonalnej: niepohamowane, nieraz bardzo silne reakcje emocjonalne, wzmożona ekspresja uczuć oraz zwiększona wrażliwość emocjonalna na bodźce z otoczenia.

Metody pracy z dzieckiem nadpobudliwym

Objawy ADHD nie są winą dziecka, nie są też winą rodziców, ani nauczycieli ADHD nie jest wymówką na życie – dziecko z ADHD ma osiągnąć te same cele, co jego rówieśnicy, ale przy większym nakładzie swojej pracy i ważnych dorosłych (rodziców, nauczycieli) ADHD ma swoje uwarunkowania biologiczne.

Pracując z dzieckiem nadpobudliwym w szkole warto:

- poświęcać mu dużo uwagi
- wzmacniać wszystkie przejawy pożądanego zachowania

¹ (Międzynarodowa Klasyfikacja Chorób, Urazów i Przyczyn Zgonów 1944)

- stosować zrozumiałe dla dziecka reguły
- być konsekwentnym
- przekazywane treści powinny być jasne, proste, krótkie a wszystkie konsekwencje (pozytywne i negatywne) natychmiastowe
- pomóc nadpobudliwemu dziecku zorganizować świat wokół siebie
- stosować zrozumiałe dla dziecka system kar i nagród
- miejsce pracy dziecka nadpobudliwe powinno być tak zorganizowane, aby nie znajdowały się tam elementy łatwo rozpraszające je

OKULARY NA NADPOBUDLIWOŚĆ

- zmiany sposobu nauczania
- ustalenie jasnych reguł pracy

Pobudzanie uwagi dziecka

- skracanie zadania poprzez dzielenie go na mniejsze zadania cząstkowe
- zadawanie mniej materiału na raz
- korzystanie z materiałów których można dotknąć, manipulować
- proponowanie aktywności ucznia, które wymagają zaangażowania
- korzystne jest ilustrowanie materiału schematami, podawanie różnych metod mnemotechnicznych, wierszyków, powiedzonek
- zachęcanie do pracy z rodzicami

Poprawianie zdolności słuchania

- przygotowanie krótkich instrukcji
- powtarzanie instrukcji tak często jak jest to potrzebne
- nakłanianie dziecka do powtórzenia instrukcji po jej usłyszeniu, a później do powtórzenia jej sobie jeszcze raz (rozwijamy umiejętność zapamiętywania i słuchania)

Inne metody dostosowania programu szkolnego

- korzystne byłoby przeprowadzenie treningu i zapoznanie ucznia ze sposobami efektywnego uczenia się, robienia notatek itp.
- pomoc w radzeniu sobie z właściwym rozporządzeniem czasem

Nieprawidłowe reakcje otoczenia na objawy nadpobudliwości u dzieci: silne sankcje karne za zachowanie, zmuszanie dzieci do pozostawania w bezruchu, piętnowanie ich zachowania na forum grupy (klasy), prowadzą jedynie do nasilenia zaburzonych zachowań.