

Czy to już nadruchliwość psychoruchowa, a  
może tylko norma w rozwoju dziecka?-jak  
Rodzic może sobie radzić, czy coś poradzić  
może Nauczyciel?

Małgorzata Moszyńska-Dumara  
WSSD  
OLSZTYN

# OBJAWY KLINICZNE

Brak uwagi:

- nie zwracanie bliższej uwagi na szczegóły, beztroskie błędy w pracach szkolnych i domowych,
  - niemożność utrzymania uwagi na zadaniach lub czynnościach,
  - „Zaburzenia słyszenia”,
- upośledzona zdolność organizacji czasu, planu pracy,  
częste gubienie rzeczy,  
brak hierarchii bodźca,  
zapominanie o rzeczach, czynnościach,

# OBJAWY KLINICZNE

Nadmierna aktywność:

- niepokój ruchowy,
- częste niekontrolowane wtrącanie,
- stały poziom niepokoju,
- początek zaburzeń nie później niż w wieku 7 lat,
- całościowość, tzn. kryteria są spełniane więcej niż w jednym środowisku.

# Występowalność

Nadpobudliwość psychoruchowa występuje u ok. 3-5% dzieci w wieku wczesnoszkolnym w stosunku chłopcy do dziewczynek 2:1.

Nadpobudliwość utrzymuje się u ok. 30-50% nastolatków oraz 30% dorosłych.

# Diagnoza różnicowa

Przejściowe zaburzenia uwagi mogą wynikać z:

- choroby gorączkowej ( zapalenie ucha, grypa, angina),
- zespołu bólowego ( migreny, zatoki, przewlekłe zespoły bólowe).
- Alergie

Przewlekłe stany zdrowotne:

- niedosłuch,
- wada wzroku,
- przerost trzeciego migdałka,
- niedożywienie.

# Diagnostyka różnicowa nadruchliwości wymaga wzięcia pod uwagę:

- nadczynności tarczycy,
- zatrucia ołowiem,
- znacznego przerostu trzeciego migdałka,
- chorób genetycznych i metabolicznych,
- FAS,
- Padaczki,
- zaburzeń lękowych,
- Zespołu Aspergera.

# Funkcjonowanie

OSOBA SPOKOJNA → POMYSŁ →  
STOP → DECYZJA →  
REALIZACJA

OSOBA

POBUDLIWA → POMYSŁ →

BRAK HAMOWANIA → REALIZACJA

# Diagnoza u dzieci i młodzieży

W tym okresie w trakcie diagnozy należy szczególnie zwrócić uwagę na diagnostykę różnicową, okresy krytyczne w rozwoju dziecka oraz środowisko, w którym funkcjonuje.

W trakcie diagnostyki u młodzieży należy pamiętać, że w tym okresie u tej grupy wiekowej zmniejsza się ilość objawów nadruchliwości na rzecz zaburzeń koncentracji uwagi.



# Metody pracy z dzieckiem nadpobudliwym

**Zasada 1.** Nie ma winy dziecka, rodzica, nauczyciela.

Wnioski:

- dziecko wymaga pomocy w zaburzonych nadruchliwością, impulsywnością oraz utrudnioną koncentracją sferach życia.

**Zasada 2.** Objawy trwają latami, nie można doprowadzić do ich zniknięcia, należy jednak polepszać funkcjonowanie dziecka pomimo trudności.

Wnioski:

nie możemy pracować na zapas, pracujemy tylko tu i teraz,

to, że poradziłyśmy sobie z objawami dziś, nie znaczy, że nie wystąpią jutro.

# Metody pracy z dzieckiem nadpobudliwym

**Zasada 3.** Nadruchliwość nie jest brakiem umiejętności czy wiedzy, problemem są trudności w utrzymaniu uwagi, motywacji oraz powstrzymanie reakcji pobudzenia.

**Zasada 4.** Dziecku nadpobudliwemu trudniej sprostać wymaganiom szkolnym i społecznym.

Jego efektywność jest o 30% niższa od przeciętnej w grupie rówieśniczej.

# Trudności w pracy

Praca z dzieckiem pobudliwym jest czasochłonna i obciążająca.

Można z nim pracować tylko, jeśli pracujemy bezpośrednio.

Indywidualizacja pracy z uczniem, to nie tylko mniejsze klasy, to także zmiana podejścia do ucznia.

## Pracując z dzieckiem nadpobudliwym warto:

- wzmacniać przejawy pożądanego zachowania,
- stosować zrozumiałe dla dziecka reguły,
- być konsekwentnym,
- przekazywane treści powinny być jasne, krótkie, a wszelkie konsekwencje (pozytywne, negatywne) natychmiastowe,
- pomóc dziecku zorganizować świat wokół siebie,
- stosować zrozumiałe dla dziecka system pochwał i kar.

Przypatrzmy się nadpobudliwcowi.

Ogromną ilość informacji o dziecku możemy uzyskać od rodziców.

Przydatny może być dodatkowy zeszyt, który zawiera informacje o dziecku od rodziców, nauczycieli, specjalistów, zalecenia, program terapeutyczny, farmakoterapię.

## Uczeń nadpobudliwy powinien:

- siedzieć blisko nauczyciela, jeśli jest to niemożliwe, nauczyciel powinien mieć z nim kontakt co 5 min (za T.Wolańczyk),
- plecami do reszty kolegów,
- daleko od elementów rozpraszających, jak np. drzwi, okno itp.

# Okulary na nadpobudliwość.

Zmiany sposobu nauczania:

- poprawianie umiejętności organizacyjnych,
- ustalanie jasnych reguł pracy w klasie (można je zapisać dzieciom lub tylko nadpobudliwcowi),
- ustanowienie rutynowych czynności,
- sporządzenie jasnego planu godziny lekcyjnej,

## Okulary na nadpobudliwość cd.

- sprawdzanie pod koniec lekcji, czy uczeń zanotował to, co powinien,
- zapisanie pracy domowej na tablicy i sprawdzenie, czy uczeń zapisał,
- rozkładanie nowych zadań po jednej, zawsze tej samej stronie ławki, a starych, dokończonych, po przeciwnej.



## Okulary na nadpobudliwość cd.

Poprawianie zdolności słuchania-” nie widzi, to nie słyszy”:

- kontakt wzrokowy przed komunikatem,
- krótkie, jasne, proste, zamknięte komunikaty,
- nakłanianie do powtórzenia instrukcji.
- informowanie o istotności komunikatu.

# Metody pracy

Wizualizacja.

Konkret.

Sekwencje czasowe:

- czas pracy- kontrolowana przerwa.

Koordinacja wzrokowo-ruchowa(realistyczne wymagania co do przepisywania oraz prowadzenia zeszytu)

# Okulary na impulsywność

Przypominanie zasady.

Gesty.

Kod porozumiewania się z uczniem  
(dzieckiem).

Umiejętność obserwacji dziecka i szybkość  
reagowania na jego impulsywność.

## 6 etapów skutecznego wydawania polecenia.

1. Wybierz polecenie, na którym Ci zależy i które jesteś w stanie wyegzekwować.
2. Podejdź do dziecka.
3. Zdobądź jego uwagę.
4. Wydaj jednoznaczne 2-3 słowne polecenie.
5. Powtórz polecenie tyle razy ile założyłeś, poproś by dziecko je powtórzyło.
6. Dopilnuj jego wykonania (nie odchodź od dziecka, dopóki nie skończy).

# Okulary na zaburzenia uwagi:

- instrukcje odrabiania lekcji,
- instrukcje pakowania teczki
- instrukcje pracy na lekcji,
- instrukcje wyglądu miejsca pracy,
- pobudzanie uwagi dziecka,
- skracanie zadania przez np. dzielenie go na mniejsze części,
- zmniejszenie liczby długich ćwiczeń na rzecz zwiększenia liczby ćwiczeń krótkich,
- korzystanie z materiałów angażujących zmysły.

## Strategie radzenia sobie z wybuchem.

### PRZED:

- uważne obserwowanie dziecka,
- znajomość sytuacji, w której zazwyczaj dochodzi do wybuchu,

rozminowywanie wybuchu poprzez przesunięcie uwagi

### W TRAKCIE:

- 1.Czy ja tu rządę ?
- 2.Czy ja jestem bezpieczny?
- 3.Czy inni są bezpieczni?
- 4.Czy sprawca jest bezpieczny?

Cztery odpowiedzi na tak powodują zabranie uwagi

Strategie radzenia sobie z wybuchem.

PO:

- odesłanie,
- posprzążanie,
- przeproszenie,
- konsekwencja regulaminowa.

# Kodeks złości

1. KAŻDY MA PRAWO SIĘ ZŁOŚCIĆ.

2. WOLNO=OK.

- narysować złość,
- powiedzieć co „boli”,
- podrzeć gazetę, papier z „pudełka złości”
- przerwać pracę na 5 min.
- inne pomysły Państwa.....



## Kodeks złości cd.

### 3. NIE WOLNO=UMÓWIONA KONSEKWENCJA

- nikogo bić, również siebie,
- niszczyć rzeczy wspólnych i innych osób,
- wszystkie inne sposoby wyrażania złości przez dziecko, których nie akceptujesz.

# Modyfikacja zachowań - ważne rady

1. Zwróć uwagę i nazwij zachowanie, które jest dla Ciebie ważne.
2. Ignoruj przejawy niepożądanego zachowania i w sposób pozbawiony emocji nazwij je.
3. Systemy nagradzania

**Dzieci, zwłaszcza te pobudliwe, lubią uporządkowaną rzeczywistość.**

**Sympatią i szacunkiem darzą nauczycieli zachowujących się w sposób przewidywalny, konsekwentny, pogodny.**

**Czują się przy nich bezpiecznie i mogą rozwijać swoje możliwości.**

Dziękuję Państwu za uwagę