

Dzieci nadpobudliwe psychoruchowo

Zespół nadpobudliwości psychoruchowej, to grupa zaburzeń charakteryzujących się „wczesnym (do 6-7 roku życia), brakiem wytrwałości w realizacji zdań wymagających zaangażowania poznawczego, tendencją do przechodzenia z jednej aktywności w drugą bez ukończenia żadnej z nich oraz zdezorganizowania, słabo kontrolowaną nadmierną aktywnością”.

Dzieci nadpobudliwe psychoruchowo to dzieci sprawiające otoczeniu najwięcej trudności i problemów wychowawczych ze względu na gwałtowne reakcje emocjonalne, ruchowe i poznawcze. Bezpośrednią przyczyną takich zachowań jest przewaga, w układzie nerwowym, procesów pobudzania nad procesami hamowania.

Nadpobudliwość jest pewną stałą cechą dziecka zmieniającą się w miarę jak ono dorasta.

Dla nadpobudliwości charakterystyczne są trzy grupy objawów:

A. ZABURZENIA KONCENTRACJI UWAGI

- nie jest w stanie skoncentrować się na szczegółach podczas zajęć szkolnych, pracy lub w czasie wykonywania innych czynności, popełnia błędy wynikające z niedbałości,
- często ma trudności z utrzymaniem uwagi na zadaniach i grach,
- często wydaje się nie słuchać tego, co się do niego mówi,
- często nie stosuje się do podawanych kolejno instrukcji i ma kłopoty z dokończeniem zadań szkolnych i wypełnieniem codziennych obowiązków, jednak nie z powodu przeciwstawienia się lub niezrozumienia instrukcji,
- często ma trudności z zorganizowaniem sobie pracy lub innych zajęć, nie lubi, ociąga się lub unika rozpoczęcia zajęć wymagających dłuższego wysiłku umysłowego- jak nauka szkolna lub odrabianie prac domowych,
- często gubi rzeczy niezbędne do pracy lub innych zajęć,
- łatwo rozprasza się pod wpływem zewnętrznych bodźców,
- Często zapomina o różnych codziennych sprawach.

B. NADRUCHLIWOŚĆ

- ma często nerwowe ruchy rąk lub stóp bądź nie jest w stanie usiedzieć na miejscu,
- wstaje z miejsca w czasie lekcji lub w innych sytuacjach wymagających spokojnego siedzenia,

- często chodzi po pomieszczeniu lub wspina się na meble, w sytuacjach gdy jest to zachowanie niewłaściwe- w szkole, w pracy, w domu,
- często ma trudności ze spokojnym bawieniem się, odpoczywaniem,
- często jest w ruchu, biega „jak nakręcone”,
- często jest nadmiernie gadatliwe.

C. IMPULSYWNOŚĆ

- często wyrывa się z odpowiedzią zanim pytanie zostanie sformułowane w całości,
- często ma kłopoty z zaczekaniem na swoją kolej.

Wskazówki do pracy indywidualnej z dzieckiem nadpobudliwym przedstawiła H. Nartowska w książce „Wychowanie dziecka nadpobudliwego”.

Niezależnie od wieku dziecka wskazane jest :

- izolacja od wielobodźcowego środowiska, szczególnie przy odrabianiu zadań domowych lub wykonywaniu prac wymagających skupienia,
- spokojna, nacechowana życzliwością, ciepłem i zrozumieniem atmosfera emocjonalna w rodzinie,
- jasny i konsekwentnie przestrzegany system reguł i zasad rządzących życiem dziecka, począwszy od rozkładu dnia, po system praw i obowiązków dla każdego członka rodziny,
- stałe, powtarzające się rytuały, dotyczące krótkich jak i dłuższych okresów czasu,
- pomoc w porządkowaniu świata fizycznego, w którym dziecko przebywa – porządkowanie, segregowanie, układanie,
- pomoc w kończeniu czynności przez dziecko zanim przejdzie do następnej,
- organizacja ukierunkowanej czynności ruchowej, która ma na celu umożliwienie odreagowania napięć oraz wdrażanie zajęcia się czymś w sposób uporządkowany,
- stała kontrola działalności dziecka oraz przypominanie o zobowiązaniach,
- załatwianie problemów związanych z dzieckiem momentach jego wyciszenia, bez stosowania agresji i kar fizycznych.

Jak rozmawiać z dzieckiem nadpobudliwym?

1. Upewnij się, że dziecko słucha,
2. nie atakuj, reakcją na każdy atak jest obrona,

3. powiedz jasno, czego oczekujesz,
4. używaj jak najmniej słów.
5. słowa na piśmie mają większą wagę.

Nieprawidłowe reakcje otoczenia na objawy nadpobudliwości psychoruchowej u dzieci - silne sankcje karne, zmuszanie dzieci do pozostawania w bezruchu, piętnowanie ich zachowania na forum klasy, rodziny, czy grupy rówieśniczej- prowadzą jedynie do nasilenia zaburzonych zachowań i kształtowania osobowości aspołecznej.