

## **Praca z dzieckiem nadpobudliwym**

Problem nadpobudliwości uczniów spędza sen z oczu niejednemu pedagogowi we wszystkich szkołach świata. Także i my mamy w każdym zespole klasowym jednego lub więcej takich uczniów. Są to dzieci wymagające szczególnej uwagi ze strony nauczycieli i rodziców, ale także specjalnego traktowania. Szkoła jest miejscem nie zawsze przyjaznym dla dzieci nadpobudliwych. Panujący w niej hałas, konieczność przemieszczania się z klasy do klasy, zmiany nauczycieli na każdej lekcji, zaburzają pracę i tak słabego systemu nerwowego ucznia nadpobudliwego. A w systemie tym przeważają procesy pobudzania nad procesami hamowania. Objawy nadpobudliwości psychoruchowej (nazywanej też zespołem ADHD) mogą występować w postaci:

- zaburzeń koncentracji uwagi,
- nadruchliwości,
- impulsywności.

Dziecko z zaburzeniami koncentracji uwagi nie może się skupić na tym, co do niego mówimy, nie pamięta poleceń, ma trudności ze zorganizowaniem sobie nauki, wszystko je rozprasza, dlatego w czasie odrabiania lekcji zajmuje się wieloma innymi sprawami nie związanymi ze szkołą.

Dziecko nadruchliwe wciąż wierci się i kręci, wstaje z miejsca i chodzi po klasie w czasie lekcji, na przerwach biega jak szalone, nie potrafi odpoczywać, dużo mówi nie czekając na udzielenie głosu.

Dziecko impulsywne przejawia zarówno objawy niepokoju ruchowego jak i brak koncentracji uwagi. Nie panuje nad impulsami, jego reakcje na bodźce są natychmiastowe i zwykle nie poprzedza ich żadna analiza.

By pracować z dzieckiem nadpobudliwym trzeba je zaakceptować i zdać sobie sprawę z tego, że jego zachowania nie wynikają z chęci zrobienia

nam na złość, lecz są wynikiem innego niż zwykle funkcjonowania pewnych struktur mózgowych. Ponieważ w umyśle dziecka nadpobudliwego panuje zwykle chaos, konieczne jest uporządkowanie otoczenia. Dlatego musi ono mieć szczegółowy rozkład dnia, który nie może być zakłócany żadnymi niespodziewanymi sytuacjami. Musi wiedzieć, że kończy lekcje o określonej godzinie, potem ma czas na odpoczynek, obiad, zabawę i odrabianie lekcji. Jeśli rodzice zaplanują coś szczególnego, powinni z wyprzedzeniem powiedzieć o swoich planach.

Porządek powinien też panować w miejscu pracy dziecka. Każda niepotrzebna rzecz, która znajdzie się w zasięgu wzroku dziecka nadpobudliwego stanie się przedmiotem zabawy i oderwie je od pracy, którą z takim trudem rozpoczęło.

Zadane lekcje dziecko powinno odrabiać w ustalonej kolejności od zadań trudniejszych do łatwiejszych.

Konieczne też jest ustalenie i ciągłe przypominanie reguł zachowania wobec bliskich, nauczycieli i kolegów.

Nauczyciel, by zainteresować i zmotywować ucznia nadpobudliwego do pracy w czasie lekcji powinien:

- jasno i zrozumiale określić cel każdej lekcji,
- wielokrotnie przypominać kolejne polecenia,
- polecenia ustne przekazywać także w formie pisemnej,
- zachęcać do ukończenia zadania,
- wytłumaczyć zadanie domowe na konkretnym przykładzie, sprawdzić czy zapis znalazł się w zeszycie,
- wyznaczać czas wykonywania poszczególnych zadań,

- jasno określić wymagania w zakresie porządku w otoczeniu ucznia,
- często sprawdzać zeszyty ucznia,
- wyznaczyć termin i miejsce, gdzie będzie składał swoje prace.

W pracy z dzieckiem rodzic powinien:

- stworzyć atmosferę akceptacji i spokoju,
- pilnować ustalonego porządku dnia,
- przypominać o obowiązkach przypisanych dziecku,
- ukierunkować nadmierną ruchliwość dziecka na wykonywanie pożytecznych zadań,
- unikać kar cielesnych i opartych na krzyku,
- rozmowy wychowawcze przeprowadzać w momencie wyciszenia dziecka,
- czuwać nad czasem spędzonym przed telewizorem i doborem programów (eliminować możliwość oglądania programów pełnych przemocy),
- zadbać o stałe miejsce i ciszę w czasie odrabiania lekcji,
- dużo rozmawiać z dzieckiem i spędzać z nim jak najwięcej czasu,
- być wyrozumiałym i cierpliwym,
- mieć nadzieję, że dziecko wyrośnie z nadpobudliwości.