

Dziecko nadpobudliwe



Zespół nadpobudliwości psychoruchowej z deficytem uwagi nazywany w skrócie ADHD (ang. attention deficit hyperactivity disorder) absolutnie nie jest synonimem: dziecka niespokojnego, żywego temperamentu, zaburzeń zachowania, agresji czy celowego łamania norm. Żeby rozpoznać ADHD konieczne jest stwierdzenie dostatecznej liczby objawów- zaburzeń koncentracji uwagi, nadruchliwości, nadmiernej impulsywności. Najogólniej rzecz biorąc, mózg dziecka z ADHD pracuje trochę inaczej. Błędem jest stwierdzenie, że dziecko nadpobudliwe ma za dużo energii czy emocji. Zupełnie odwrotnie, ma za mało zdolności do kontroli i hamowania zachowań. Reaguje za szybko; robi, zanim pomyśli, często nieadekwatnie do sytuacji; nie jest w stanie zatrzymać swoich odruchów, przez to **często ma kłopoty**.

O małych nadpobudliwcach mówi się dzieci-motyły. Rzeczywiście ruchliwy, nieustannie biegający i wymachujący wszystkimi kończynami małe, przypomina rozedrganego motylka. Dzieci- motylki najbardziej nie radzą sobie z przymusem nieruchomego siedzenia w jednym miejscu. Złe znoszą bezustanne zwracanie im uwagi. Są niezwykle gadatliwe, odpowiadają niepytane. Nie słuchają tego, co się do nich mówi. Trudność sprawia im podporządkowanie się regułom. Są chaotyczne i roztargnione, bez przerwy coś gubią i o wszystkim zapominają. Trudno im się skoncentrować, zwłaszcza kiedy przebywają w dużej grupie.

Na przestrzeni lat stawiano różne hipotezy na temat przyczyn ADHD. Najbardziej uznana jest teoria amerykańskiego neurologa i psychiatry Russela Barkleya, który twierdzi, że przyczyną objawów ADHD jest deficyt funkcji hamujących i kontrolujących ośrodkowego układu nerwowego. Deficyt hamowania jest zwykle uwarunkowany biologicznie jako cecha temperamentu lub następstwo uszkodzenia struktur mózgu odpowiedzialnych za kontrolę zachowania.

Postępowanie z dzieckiem nadpobudliwym psychoruchowo powinno być skoncentrowane zarówno na samym dziecku, ale też, a może przede wszystkim, na otoczeniu, w którym przebywa.

Ważne jest, abyście Wy Państwo, absolutnie nie czuli się winni, że los obdarzył Was dzieckiem- motylkiem.

- zanim więc rozpoczniecie wędrówkę od lekarza do lekarza, uzyskajcie na własną rękę jak najwięcej informacji na temat tej choroby;
- jeśli specjalista postawi diagnozę, musicie stać się orędownikami dziecka w szkole czy przedszkolu. Pamiętajcie, odpowiednie postępowanie z nadpobudliwym dzieckiem to połowa sukcesu;
- małemu motylkowi warto ułatwiać życie, a nie utrudniać. Na przykład bardzo ważne jest dostosowanie zakresu i czasu trwania obowiązków dziecka do jego możliwości, tzn.: dawanie konkretnych poleceń; dzielenie długich zadań na kilka krótszych; przypominanie dziecku o tym, co ma do zrobienia; sprawdzanie, czy już zrobiło; zmniejszanie ilości rozpraszających bodźców- tak urządzić mu pokój, żeby na wierzchu nie leżało za dużo zabawek i żeby każda miała swoje miejsce. Nie włączamy telewizora, kiedy dziecko je, nie włączamy radia, gdy odrabia lekcje.

- niezwykle ważne jest chwalenie dziecka za najdrobniejszy sukces- dziecko zaczyna robić różne rzeczy, ale ich nie kończy, bo zewsząd dopływają nowe bodźce, które zaprzatają jego uwagę - wszystko je interesuje i wszystko bardzo szybko nuży. Te dzieci nie znają satysfakcji z dobrze wykonanych zadań, bo nie doprowadzają ich do końca. Dlatego powinni Państwo zacząć od pochwalenia pierwszego kroku, choćby to było dołożenie jednego kawałka układanki. W ten sposób zachęca Państwo dziecko do uczynienia następnego. I tak dalej - może wtedy uda się skończyć. Kiedy dziecko nauczy się kończyć zadania, to będzie przeżywać satysfakcje, które wynagrodzą mu wszystkie trudy, i wtedy nie trzeba go już będzie za wszystko chwalić.
- pamiętajcie również, że leki farmakologiczne nie zastąpią miłości i akceptacji;
- nie zapominajcie, że Wasz motylek wcale nie robi Wam na złość. Jemu również nie jest lekko. **Dlatego najbardziej na świecie potrzebuje Waszego wsparcia i Waszej miłości.**

Opracowała

Beata Byczyńska-Gruca