

## DZIECKO Z ADHD W PRZEDSZKOLU

### 1. Definicja ADHD

ADHD – Obecnie w piśmiennictwie używa się dwóch nazw ADHD; pochodzący z Amerykańskiego Towarzystwa Psychiatrycznego – ADHD - czyli „Zespół Nadpobudliwości Psychoruchowej z Zburzeniami Koncentracji Uwagi” oraz wymiennie nazwy „Zespół Hiperkinetyczny” lub „Zaburzenia Hiperkinetyczne”, proponowanej przez Światową Organizację Zdrowia w Międzynarodowej Klasyfikacji Chorób. O ADHD mówimy wtedy, gdy objawy nadruchliwości, zaburzeń koncentracji uwagi oraz impulsywności utrudniają dziecku prawidłowe funkcjonowanie; są widoczne w kilku środowiskach oraz wystąpiły przed 6 rokiem życia i utrzymują się dłużej niż 6 miesięcy.

ADHD nie jest chorobą ani upośledzeniem umysłowym. Nie wynika z błędów wychowawczych oraz patologicznych rodziny, a także nie jest efektem mikrouszkodzeń mózgu. ADHD jest zaburzeniem rozwojowym wynikającym z odmiennej pracy mózgu i całego układu nerwowego, objawiającym się w zachowaniu dziecka i diagnozowanym na podstawie opisu zachowania przedstawionym przez osoby stale przebywające z dzieckiem. Za ADHD są odpowiedzialne zaburzenia w pracy neuroprzekaźników: dopaminy, noradrenaliny i serotoniny. ADHD leczy się przez odpowiednio skonstruowany układ wychowawczych oddziaływań, pewne dostosowanie środowiska zewnętrznego i tylko niekiedy wspomaga się podaniem leków ułatwiających dziecku dostosowanie się do oczekiwań otoczenia. To zaburzenie rozwojowe najprawdopodobniej uwarunkowane jest genetycznie.

ADHD w dużym uproszczeniu można sprowadzić do odmiennej pracy mózgu. Takiej, która uniemożliwia dziecku skuteczne kontrolowanie swoich zachowań, a więc także kontrolowanie uwagi, ruchów i emocji. Dziecko nadpobudliwe nie ma czegoś za dużo, wręcz przeciwnie – ma za mało zdolności do wewnętrznej kontroli i hamowania swego zachowania. Reaguje szybko, bezmyślnie i często nieodpowiednio do sytuacji; nie potrafi powstrzymać swoich odruchów i tym samym wpędza się w tarapaty. Uważa się obecnie, że zespół nadpobudliwości psychoruchowej jest zbiorem cech dziecka. U takich osób występuje pewien wzór zachowania. Jeśli natomiast objawy nadpobudliwości występują tylko w pewnych okolicznościach, na przykład w domu, zapewne nie jest to ADHD. Dzieci z ADHD są „normalne”, odbierają świat prawidłowo, choć szybciej i bardziej chaotycznie, często pomijają istotne dla innych szczegóły. Wolniej i wybiórczo uczą się obowiązujących norm, ale odpowiadają za swoje czyny, tak samo jak wszystkie dzieci. Mają jedynie kłopoty z koncentracją, nadmierną ruchliwością i nadmierną impulsywnością.

### 2. Cechy charakterystyczne dziecka z ADHD

- Zaburzenia koncentracji uwagi
- Nadmierna impulsywność
- Nadruchliwość

### ❖ Zaburzenia koncentracji uwagi u dzieci z ADHD:

- bardzo szybkie rozpraszanie się (problem z utrzymaniem uwagi na jednym wybranym bodźcu, problem z wyborem najważniejszego bodźca),
- brak koncentracji uwagi na szczegółach, duża przerzutność uwagi,
- trudności ze skupieniem uwagi przez dłuższy czas (dziecko potrafi skupić się na tym, co go interesuje, nie może się skoncentrować na zadaniach, które uważa za nudne, trudne, które trzeba powtarzać i z wykonania których nie ma satysfakcji),
- niezdolność do dłuższego słuchania (sprawia wrażenie jakby nie słuchało przekazywanych mu komunikatów),
- trudności z dostosowaniem się do następujących po sobie instrukcji (lecz nie z powodu nierozumienia instrukcji),
- trudności ze zorganizowaniem sobie pracy, nauki, zabawy,
- unikanie aktywności wymagającej utrzymania uwagi (niechętnie podejmuje zadania wymagające dłuższego wysiłku intelektualnego),
- szybkie przerywanie rozpoczętej pracy, trudności z zakończeniem rozpoczętych prac,
- przechodzenie do wykonywania kolejnej czynności nie kończąc poprzedniej,
- skłonność do gubienia rzeczy osobistych (gubi przybory szkolne, rzeczy potrzebne do pracy i nauki),
- wyraźna rozpraszalność (łatwo ulega rozproszeniu pod wpływem nawet słabych bodźców wzrokowych, dźwiękowych i zapachowych),
- zapominanie (zapominanie poleceń, zapominanie o codziennych obowiązkach i zadaniach).

### ❖ Nadmierna impulsywność u dzieci z ADHD:

- dziecko działa na zasadzie natychmiastowej realizacji celów, działanie pod wpływem impulsu,
- wyrwanie się z odpowiedzią, zanim pytanie zostanie zadane w całości (działa szybciej niż myśli nie licząc się z konsekwencjami),
- trudności z zaczekaniem na swoją kolej, np. podczas gier zespołowych,
- trudności z powtarzaniem ćwiczeń,
- przerywanie innym (częste wtrącanie się i przerywanie rozmowy lub zajęć innych osób),
- nadmierna gadatliwość, niecierpliwość (nie potrafi czekać na swoją kolej, na nagrodę),
- brak umiejętności planowania działań, częsta zmiana zajęć.

### ❖ Nadmierna ruchliwość u dzieci z ADHD:

- częsta potrzeba ruchu,
- nadaktywność ruchowa podczas siedzenia - wiercenie się, kręcenie, machanie rękami, nogami,
- trudność w utrzymaniu pozycji siedzącej – częste wstawanie z miejsca, chodzenie po klasie, bieganie, (nie jest w stanie trwać dłużej w jednej pozycji, niemożność usiedzenia w miejscu, gdy jest to wymagane),
- manipulowanie różnymi przedmiotami, np. długopisem, ołówkiem, zeszytem, linijką,

- poziom aktywności nadmierny w stosunku do poziomu rozwoju (wskazuje nadmierną, chaotyczną, bezcelową aktywność),
- nadmierna gadatliwość i hałaśliwość podczas zabawy.

Pójście dziecka do przedszkola jest często pierwszym momentem gdy dziecko musi nauczyć się przestrzegania pewnych reguł. Pojawiają się wówczas pierwsze problemy, nadpobudliwość psychoruchowa przejawia się w całej działalności dziecka i powoduje dalsze trudności wychowawcze. Praca w przedszkolu z takimi dziećmi wymaga od nauczyciela nie tylko cierpliwości ale również pomysłowości i umiejętności wprowadzenia dziecka do pracy z całą grupą. Zanim zostanie przyjęte do grupy dziecko z ADHD należy upewnić się, czy nie będzie ono drugim, lub trzecim dzieckiem z ADHD w jednej grupie.

W przedszkolu warto zacząć od rzeczy najprostszych, czyli np. ustawienia stolika, ławki dziecka nadpobudliwego bliżej biurka nauczyciela. Takie usytuowanie dziecka ogranicza ilość wzmocnień otrzymywanych od kolegów, będących reakcją na zachowanie dziecka, ułatwia też nauczycielowi stałe monitorowanie zachowania dziecka. Pozwala częściej przekazywać dziecku informacje dotyczące jego pracy i zachowania.

W przypadku dzieci w wieku przedszkolnym należy zwrócić baczną uwagę na aranżację przestrzeni, w której dzieci siedzą na podłodze w trakcie zajęć lub zabawy.

Obszar, w którym znajduje się dziecko z ADHD powinien mieć wyraźnie oznaczone granice. Dziecko z ADHD powinno mieć przygotowany kącik relaksacyjny, w którym może odpocząć od nadmiaru bodźców, swobodnie obserwować zabawy dzieci. Nigdy ten kącik nie powinien być traktowany jako miejsce kary. Dziecko wraca do zabawy z dziećmi, kiedy samo zdecyduje, że już chce to zrobić.

#### **Bibliografia:**

- Chrzanowska B. Świącicka J. (2006). *Oswoić ADHD- Przewodnik dla rodziców i nauczycieli dzieci nadpobudliwych psychoruchowo*. Warszawa: Difin.
- Bryńska A. Kołakowski A. Pisula A. Skotnicka M. Wolańczyk T. (2007). *ADHD – zespół nadpobudliwości psychoruchowej – Przewodnik dla rodziców i wychowawców*. Gdańsk: GWP.

<https://przedszkole-zolynia.edupage.org/a/pedagogizacja-rodzicow>