

## Jak pomóc w nauce dziecku nadpobudliwemu?

**Nadpobudliwość psychoruchowa jest zjawiskiem spotykanym u dzieci w różnych okresach ich rozwoju i stanowi istotny problem teoretyczny oraz praktyczny. Dzieci nadpobudliwe psychoruchowo skupiają na sobie uwagę nie tylko psychologów i lekarzy, lecz również nauczycieli i rodziców głównie z powodu licznych trudności, jakie sprawiają w domu i w szkole.**

Najbardziej widocznym, a często bardzo uciążliwym dla otoczenia objawem nadpobudliwości jest **nadmierna ruchliwość**. Wyraża się ona w stałym niepokoju ruchowym dziecka-w ciągłym kręceniu się, bieganiu, podskakiwaniu. W zmianach pozycji, w niemożności zachowania spokoju itp. W zabawach dzieci nadpobudliwych przeważa element ruchowy. Dzieci te wolą gonitwy, zawody, siłowanie się niż zabawy wymagające spokoju lub ograniczające ruch dziecka poprzez zasady i reguły. Ich nadpobudliwość przejawia się również w całym szeregu drobnych ruchów, jak manipulowanie przedmiotami, szarpanie włosów.

Wzmoczone reakcje ruchowe dziecka nadpobudliwego są często następstwem jego nadmiernej pobudliwości emocjonalnej. **Wzmoczona pobudliwość emocjonalna** przejawia się w postaci wybuchów złości, impulsywnego działania, łatwego obrażania się, a czasem płaczliwości. Dzieci te są niewytrwałe w zabawie i w pracy, wykazują skłonność do zniecierpliwienia, nie znoszą oczekiwania. Jednocześnie obserwuje się zmienność (labilność) nastrojów przechodzących od radosnego podniecenia do smutku i gniewliwości. Reakcje uczuciowe tych dzieci wskazują na pewną niedojrzałość emocjonalną. Nie zrównoważenie emocjonalne i niedojrzałość uczuciowa powodują, że dzieci nadpobudliwe są mało odporne na sytuacje trudne, łatwo zniechęcają się, tracą zapał, zaczynają działać w sposób nie zorganizowany, porzucają rozpoczęte zadania.

**Nadpobudliwość przejawia się również w działalności umysłowej dziecka.** W tym zakresie obserwuje się u dziecka kierowanie uwagi na każdy niemal bodziec płynący z otoczenia. Następstwem tego rodzaju zaburzeń uwagi są często: zapominanie, roztargnienie, chaotyczność itp. Skupienie się na zadaniu i wytrwaniu przy nim aż do końca wymaga tak dużego wysiłku, że bardzo szybko dochodzi u dzieci nadpobudliwych do zmęczenia. Należy podkreślić, że możliwości intelektualne, poziom myślenia, rozumowania, pamięć nie odbiegają u większości dzieci nadpobudliwych od poziomu uznanego za normę dla danego wieku.

**Wśród uczniów mających trudności w nauce jest poważny procent dzieci przejawiających wzmoczoną pobudliwość psychoruchową.** Niepowodzenia w nauce spowodowane są przez wiele czynników współwystępujących ze sobą i warunkujących się wzajemnie. Pojawienie się trudności w nauce może mieć dwie zasadnicze przyczyny.

- fragmentaryczne zaburzenie rozwojowe współwystępujące z nadpobudliwością;
- dezorganizujący wpływ nadpobudliwości na przebieg czynności przejawiający się w zaburzeniach uwagi, w chaotyczności i znacznej męczliwości;

Ostateczne powodzenie lub niepowodzenie dziecka nadpobudliwego w nauce uzależnione jest od tego, jak ustosunkujemy się do stwierdzonych trudności i ich przyczyn i jak szybko udzielimy mu właściwej pomocy.

W I i II klasie stwierdzamy **obniżony poziom czytania i pisania**. Szczególnie zaburzona jest czynność graficzna. Tak więc nauka czytania i pisania dzieci nadpobudliwych wymaga szczególnej uwagi i kontroli od klasy pierwszej. Najczęstszym zaleceniem dla udoskonalenia czytania jest skłanianie dzieci do głośnego czytania co powoduje ogólne

zniechęcenie do czytania w ogóle. Trudności mobilizacji, koncentracji uwagi, przy braku opanowania techniki czytania, powodują szybkie zmęczenie. **Korzystniejsze dla dziecka jest przyzwyczajanie i wdrażanie go do czytania dla przyjemności, które odbywa się cicho.** Sprawdzianem, czy dziecko zrozumiało to, co przeczytało, może być krótka rozmowa na ten temat.

Bywa jednak, że przy zbyt długich opowiadaniach dziecko nie może doczekać się zakończenia, niecierpliwi je własne wolne tempo czytania i odrzuca książkę. Warto wtedy przeczytać mu jakiś fragment, aby znów w ciekawym momencie zachęcić do czytania samodzielnego.

Zabiegiem terapeutycznym są również zajęcia ręczne. **Dla poprawienia sprawności ruchowej rąk pożądane są: malowanie, majsterkowanie, rysowanie, wycinanie itp.**

W zadaniach wymagających pewnej systematyczności, koncentracji i dokładności połączonej z szybkością działania u dzieci nadpobudliwych obserwuje się dodatkowe ruchy, wzmożenie gadatliwości i ogólnego niepokoju.

Dzieci nadpobudliwe, na skutek zaburzeń uwagi, znacznie mniej korzystają z lekcji niż ich rówieśnicy.

**Odrabianie lekcji w domu jest koniecznym dopełnieniem nauki w szkole.** Lekcje powinny być odrabiane o tej samej porze, kiedy w domu jest najmniejszy ruch. Dziecko po powrocie ze szkoły powinno odpocząć. Należy dopilnować, aby przy odrabianiu lekcji na stole było to, co służy pracy. Uczeń powinien pracować samodzielnie, a rodzic powinien od czasu do czasu sprawdzić, czy dziecko pracuje i pomóc, gdy ma trudności. Dzieci nadpobudliwe, wychowywane w domu, kontrolowane, a jednocześnie wdrażane do samodzielnej pracy, w szkole nie powinny mieć poważniejszych kłopotów.

**Dzieci nadpobudliwe powinny siedzieć w pierwszych ławkach.** Dobór kolegi w ławce też powinien być przemyślany tak, aby uczeń nadpobudliwy nie wpływał ujemnie na sąsiada. Nie należy dziecka nadpobudliwego nagle wrywać do odpowiedzi, bo jest to dodatkowy bodziec pobudzający i dezorganizujący zarówno działanie, jak i myślenie. **Uczeń nadpobudliwy powinien być często angażowany w tok lekcji,** aby pobudzić jego zainteresowanie i ukierunkować właściwie jego aktywność.

Dziecko nadpobudliwe wychowane przez szkołę i dom w sposób właściwy, może być nie tylko dobrym uczniem czyniącym postępy w nauce, ale również aktywnym członkiem grupy społecznej, jaką jest klasa i ma wszelkie szanse prawidłowego funkcjonowania w społeczeństwie.

Opracowała: *Olga Nicpoń*