

Anna Stocka

JAK ZROZUMIEĆ DZIECKO NADPOBUDLIWE PSYCHORUCHOWO ?

PRZYCZYNY I PRZEJAWY ZABURZENIA

"Dominik ciągle biega, macha rękami i podskakuje bez powodu. Podczas zabawy jest bardzo hałaśliwy i przeszkadza innym dzieciom, burzy budowle i zabiera samochody. Na zajęciach nie może się skoncentrować nawet na wysłuchaniu krótkiej bajki, natarczywie domaga się "głosu" i często mówi nie na temat. Jego rysunki są niedokończone. Gdy coś dzieje się nie po jego myśli złości się, obraża lub dokucza kolegom. Często śmieje się bez powodu. Podczas posiłków rozrzuca jedzenie lub biega między stolikami."

Przedstawiona sylwetka sześciolatniego Dominika obrazuje typowe zachowanie dziecka nadpobudliwego psychoruchowo. Dzieci nadpobudliwe określane są przez nauczycieli jako wiercipięty, które ciągle się kręcą, mówią, dużo gestykują, robią miny. Ich bezcelowa krzątanina i wiercenie się przeszkadza nie tylko w domu, ale i w przedszkolu. Są gadatliwe, skłonne do burzliwych przejawów gniewu, agresywne, niezdolne do dłuższego wysiłku zarówno motorycznego, jak i umysłowego. Niemożność utrzymania określonej postawy ciała oraz liczne tzw. ruchy dodatkowe, od których trudno się powstrzymać, decydują o tym, że już w pierwszych dniach pobytu w przedszkolu dzieci takie zwracają na siebie uwagę nauczycieli

Nadpobudliwość psychoruchową jako zaburzenie emocjonalne, zdaniem psychologów, można zdiagnozować dopiero około szóstego, a nawet siódmego roku życia. Wcześniej stykamy się z normalną ruchliwością rozwojową, z której dziecko wyrasta. Jednak predyspozycje do nadpobudliwości psychoruchowej w późniejszym życiu, można zaobserwować już u trzylatka.

Niestety wzrasta liczba dzieci posiadających tego rodzaju zaburzenia emocjonalne. Dlatego nauczyciele i rodzice coraz częściej zastanawiają się: "Jak zrozumieć i pomóc dziecku nadpobudliwemu ? Jak zapobiegać konsekwencjom tego zaburzenia ?"

Aby zrozumieć problem Dominika i innych, podobnych do niego dzieci należy najpierw poznać przyczyny i przejawy takiego zachowania

Przyczyny nadpobudliwości psychoruchowej

Istnieją dwa źródła nadpobudliwości psychoruchowej czynniki biologiczne i społeczne. Do **biologicznych** zaliczone zostały:

- choroby matki w czasie ciąży (zakaźne lub inne),
- urazy mechaniczne w czasie ciąży,
- urazy okołoporodowe (urazy mechaniczne lub niedotlenienie podczas porodu),
- zatrucia ciąży (leki, alkohol, papierosy),
- niewłaściwe odżywianie się matki w czasie ciąży,
- poważne choroby lub urazy mechaniczne w wieku dziecięcym (np. zapalenie opon mózgowych, wypadki połączone ze wstrząsem mózgu itp.)

Wymienione nieprawidłowości prowadzą do parcjalnego uszkodzenia ośrodkowego układu nerwowego tzw. mikrodeficytów rozwojowych. Istnieją korelacje między funkcjonowaniem ośrodkowego układu nerwowego a zaburzeniami zdrowia psychicznego dzieci .

Dzieci, u których istnieje zespół minimalnego uszkodzenia mózgu, charakteryzują się niskim progiem pobudzenia, zmniejszona odpornością na frustrację, nietolerancją na zmiany w otoczeniu, często są to tzw. dzieci trudne, płaczliwe w okresie niemowlęcym, nadmiernie wrażliwe na hałas, z trudem przystosowujące się do nowych, zmieniających się warunków.

Wszyscy badacze zgodnie podkreślają, iż stwierdzenie wystąpienia podczas rozwoju dziecka czynników mogących uszkodzić układ nerwowy nie przesądza jeszcze o wystąpieniu zaburzeń emocjonalnych czy zaburzeń zachowania. Istotną rolę w powstawaniu tych zaburzeń odgrywają czynniki społeczne, choć warunki te mogą mieć różne znaczenie dla dzieci różniących się parametrami układu nerwowego. Dziecko o słabym systemie nerwowym szybciej i mocniej reaguje na nieprawidłowe sytuacje środowiskowe, łatwiej też u niego dochodzi do rozwoju zaburzeń zdrowia psychicznego.

Przyczyny **społeczno – wychowawcze** mające wpływ na zaburzenia emocjonalne u dziecka, w tym na nadpobudliwość psychoruchową, to przede wszystkim:

- struktura rodziny (pełna, rozbita, wielopokoleniowa, jednopokoleniowa, wielodzietna, jednodzietna),
- atmosfera w rodzinie,
- złe warunki materialne i mieszkaniowe (brak pracy, małe mieszkanie),
- niewłaściwy system wychowawczy stosowany wobec dziecka (szkodliwe efekty przynosi system nadmiernie karzący, nadmiernie liberalny lub niekonsekwentny),
- postawy rodzicielskie.

Podstawową rolę w rozwoju dziecka pełni rodzina, w której występują najsilniejsze powiązania emocjonalne. Zaspokaja ona wszystkie potrzeby biologiczne i psychiczne dziecka. Niestety, w wielu rodzinach mamy do

czynienia z fatalnymi błędami wychowawczymi i postawami nie sprzyjającymi prawidłowemu rozwojowi dziecka. Podstawowymi wymiarami tych postaw – zgodnie z typologią M. Ziemskiej są: akceptacja – odrzucenie; uznanie praw – nadmierne wymagania; rozumna swoboda – nadmierna ochrona; współdziałanie – unikanie.

Dziecko nie jest w stanie niczego zmienić ani niczemu zaradzić. Na skutek rozdzwień w rodzinie w jego psychice powstają bolesne ślady. Niezgodne życie rodziców, przejawiające się w częstych konfliktach, wprowadzających w życie rodziny atmosferę niepokoju, napięcia, stałego zagrożenia, przyczynia się do zachwiania równowagi emocjonalnej zarówno rodziców, jak i dzieci. Dzieci z tych rodzin tracą poczucie stabilizacji, stają się niezrównoważone

Zauważalny jest duży wpływ rozkładu współżycia małżeńskiego na kształtowanie się nerwicowych reakcji u dzieci. Atmosfera domu, w którym mieszka rodzina rozbita, wywołuje w dziecku stany lękowe, niekorzystnie wpływa na ogólne samopoczucie oraz sprawność intelektualną.

Innym źródłem powstawania zaburzeń w sferze emocjonalnej dziecka jest atmosfera panująca w środowisku pozarodzinnym. Źródłem frustracji i nadmiernej ekspresji ruchowej dziecka mogą być: niewłaściwe wymagania przedszkola lub szkoły, zły system wychowawczy stosowany wobec dziecka nadpobudliwego psychoruchowo, relacje jakie zachodzą między dzieckiem a nauczycielem przedszkola, odrzucenie przez rówieśników.

Objawy nadpobudliwości dziecięcej występują na skutek interakcji czynników biologicznych ze społecznymi. Zrozumienie przyczyn zachowania dziecka pozwala na spokojną reakcję osoby dorosłej i stworzenie sytuacji sprzyjającej zachowaniom akceptowanym społecznie. Na dowód zasadności tego stwierdzenia warto przytoczyć badania H. Nartowskiej, która badając dzieci nadpobudliwe psychoruchowo jako grupę kontrolną wybrała dzieci nie przejawiające cech nadpobudliwości. Okazało się, że w grupie dzieci obecnie nie zdradzających objawów nadpobudliwości (obiektem badań były dzieci w wieku szkoły podstawowej) znalazły się także dzieci, których zachowania w okresie przedszkolnym cechowała nadpobudliwość. Dobry, spokojny dom, zrównoważone reakcje osób dorosłych z najbliższego otoczenia dziecka, pozwoliły na pozytywne zmiany w zachowaniu dzieci.

Przejawy nadpobudliwości psychoruchowej

Mianem nadpobudliwości psychoruchowej określa się zazwyczaj zespół objawów występujących w jednej, dwóch lub wszystkich sferach funkcjonowania dziecka:

- ruchowej,
- uczuciowej,
- poznawczej.

Zaburzenia w sferze ruchowej u dzieci nadpobudliwych są najbardziej zauważalne. Ich potrzeba aktywności ujawnia się w każdym niemal miejscu. Wewnątrz pomieszczenia, w pokoju zabaw, na spacerach, podczas pracy wymagającej skupienia wychodzą na środek sali, biegają, potrącają innych.

Zachowaniom typu ekspansywnego może towarzyszyć tak zwany niepokój ruchowy. Polega on na tym, że dziecko nawet wtedy, gdy siedzi w jednym miejscu, wykonuje stałe ruchy dookoła własnego ciała:

- obgryza paznokcie,
- skubie skórki,
- obgryza rękawy koszulki,
- postukuje ołówkiem,
- macha nogami (potrąca inne dzieci),
- kręci się i wierci zmieniając pozycje ciała itp.

Dzieci nadpobudliwe psychoruchowo nie mogą zapanować nad swoją ekspresją, potrzebują stałego rozładowania ruchowego. Niewielka precyzja ruchów powoduje, że dzieci te piszą i rysują niekształtnie, zamazują swoje wytwory, kreślą i poprawiają je, czyniąc to niestarannie. Nadmierna ruchliwość tych dzieci znacznie wzrasta gdy przebywają w grupie.

Zaburzenia w sferze emocjonalnej dziecka nadpobudliwego wyraża się przede wszystkim bardzo silnych reakcjach emocjonalnych, wzmożonej ekspresji uczuć oraz zwiększonej wrażliwości emocjonalnej na wszystkie bodźce dochodzące z otoczenia .

O dzieciach nadpobudliwych mówi się, że:

- cechuje je zmienność nastrojów – łatwo przechodzą od płaczu do śmiechu,
- są gwałtowne, nie opanowane w swoich reakcjach,
- ich reakcje są nieproporcjonalne do bodźców.

Próg wrażliwości dziecka nadpobudliwego znajduje się niżej niż próg dziecka o przeciętnej wrażliwości. Dziecko nadpobudliwe psychoruchowo odbiera więcej bodźców niż przeciętne dziecko, odbiera je z określoną siłą i adekwatnie do tej siły odpowiada: wybuchem płaczu, złością agresją słowną a nierzadko również fizyczną. Dzieci takie w związku z tym są bardziej konfliktowe i mają trudności z przystosowaniem się do otoczenia.

Nieprawidłowe reakcje otoczenia na objawy nadpobudliwości u dzieci, silne sankcje karne za opisywane zachowania, zmuszają dzieci do pozostawania w bezruchu a piętnowanie ich zachowań, prowadzą jedynie do nasilenia zaburzonych zachowań.

Zaburzenia w sferze poznawczej wyrażają się przede wszystkim trudnościami w skupieniu uwagi, wzmożonym odruchem orientacyjnym oraz pochoptnością i pobieżnością myślenia. Dziecko ma problemy z koncentracją uwagi, z percepcją wzrokową, słuchową, z poprawnym udzielaniem

odpowiedzi. Często wyłącza się, myśli o czymś innym, jego uwaga jest rozproszona, na bodźce zewnętrzne reaguje nie adekwatnie do ich znaczenia.

Dziecko nadpobudliwe nie jest w stanie skupić się dłużej nad wykonywaną czynnością, najmniejszy szmer, stuknięcie odrywa je od zadania. Dzieci te przerzucają swoją uwagę z obiektu na obiekt, robią wrażenie, jakby interesowało je kilka lub kilkanaście rzeczy naraz.

Czasami nadpobudliwość objawia się również w zakresie wyobraźni. Są zamysłone, przywołują w pamięci obrazy z dawno przeżytych przygód, odtwarzają różne zdarzenia, błądzą w świecie wyobraźni. Dzieci z zaburzeniami uwagi przeszkadzają na zajęciach, co chwile odrywając się od ich toku i próbując pociągnąć za sobą kolegów, wypowiadają głośno swoje uwagi, nie wiedzą o co chodzi, gdy są wyrywane do odpowiedzi. Wypowiedzi ich są chaotyczne, nieuporządkowane. Dość często spotkać się można ze specyficznymi zaburzeniami przebiegu procesu myślenia. Dzieciom tym brak jest ciągu myślowego, wnioski ich są natychmiastowe, nieprzemyślane.

U dzieci nadpobudliwych psychoruchowo mogą występować bądź objawy typowe dla wymienionych powyżej trzech sfer nadpobudliwości, a więc sfery ruchowej, emocjonalnej oraz poznawczej, bądź też może przeważać jedna grupa objawów, a pozostałe mogą być mniej nasilone. Są dzieci, które podczas zajęć nie kręcą się, nie wychodzą, lecz bawią się przyniesionymi z domu drobnymi przedmiotami, oglądają obrazki, rysują.

Objawami nadpobudliwości są również: łatwa przełączalność przeżyć psychicznych na układ wegetatywny (bicie serca, czerwienienie się, zaburzenia snu, potliwość, bóle głowy itp.). Pewną grupę dzieci nadpobudliwych cechuje również brak dostatecznie rozwiniętych uczuć wyższych, tj. moralnych, społecznych, i patriotycznych; przeważają u nich przeżycia uczuciowe, związane z zaspokojeniem potrzeb własnych. Dzieci te cechuje tzw. egocentryzm uczuciowy.

Rodzaj objawów przeważających przy nadpobudliwości uwarunkowany jest w pewnym stopniu okresem rozwojowym dziecka i jego sytuacją życiową.

Podsumowując, warto zaznaczyć, iż objawy, jakie występują u dzieci nadpobudliwych psychoruchowo nie są przejawem ich złej woli, odmowy bycia posłusznym. Objawy te utrudniają życie nie tylko rodzicom czy nauczycielom, ale przede wszystkim samym dzieciom. Dzieci te silniej niż inne przeżywają bodźce płynące z zewnątrz, one też mają kłopoty w koncentracji uwagi i ponoszą związane z tym negatywne konsekwencje. Wyrozumiała postawa dorosłych w stosunku do dziecka nadpobudliwego i zrozumienie jego trudności pozwalają na pozytywną zmianę zachowania dziecka.

BIBLIOGRAFIA

1. Konopnicki J. Niedostosowanie społeczne, Warszawa 1971, PWN
2. Kozłowska A., Zaburzenia emocjonalne u dzieci w wieku przedszkolnym, Warszawa 1984, WsiP
3. Kozłowska A. Jak pomagać dziecku z zaburzeniami życia uczuciowego, Warszawa 1996, Wydawnictwo Żak
4. Nartowska H. Dzieci nadpobudliwe psychoruchowo, Warszawa 1972, PZWS
5. Nartowska H. Wychowanie dziecka nadpobudliwego, Warszawa 1982, Nasza Księgarnia
6. Opolska T. ,Potempska E. Dziecko nadpobudliwe. Program korelacji zachowań, Warszawa 1999, CMPPP
7. Prekop J. Mały tyran, Warszawa 1993, Jacek Santorski & co Agencja Wydawnicza