

## Nadpobudliwość psychoruchowa

Nadpobudliwość psychoruchowa dotyczy dzieci z niepełnowartościowym centralnym systemem nerwowym. 10-15 % populacji to dzieci nadpobudliwe.

Według specjalistów zajmujących się badaniem tego tematu jedne dzieci są nadaktywne, a inne mają po prostu taki temperament. Dlatego też, trzeba być bardzo ostrożnym w stwierdzaniu nadpobudliwości dziecka.

Nadpobudliwość psychoruchowa może być o podłożu:

- ruchowym,
- emocjonalnym,
- poznawczym.

## Symptomy nadpobudliwości obserwowane u:

niemowląt - brak rytmu snu i czuwania.

dzieci 3-4 letnich - małe zainteresowanie zabawkami, chaotyczność, zaburzenia snu, zaburzenia łaknienia, brak koncentracji, nadmierna gadatliwość, płaczliwość.

**Przyczyny:** brak równowagi między procesem pobudzenia, a hamowania.

### Przyczyny

#### Biologiczne:

- uszkodzenia w okresie płodowym, urazy mechaniczne, niewłaściwe odżywianie się matki w czasie ciąży, przedłużający się poród np. Kleszczowy,
- urazy i choroby we wczesnym dzieciństwie, wstrząsy i uderzenia mózgu, zapalenie opon mózgowych.

#### Środowiskowe:

- struktura rodzinna,
- atmosfera w domu rodzinnym,
  - złe warunki materialne i mieszkaniowe,
- niewłaściwy system wychowawczy stosowany wobec dziecka,
  - postawy rodzicielskie.

Podjęwając próby właściwego kierowania aktywnością dziecka nadpobudliwego, należy pamiętać o pewnych ogólnie znanych zasadach pedagogicznych - nie zawsze jednak respektowanych - które są szczególnie ważne:

- Cel do którego na prowadzić działanie dziecka, może być zbyt odległy. Czym bliższy jest postawiony cel lub termin, w tym większa pewność, że polecenie zostanie wykonane.
- Istotnym warunkiem jest konsekwentne przyzwyczajanie i wdrażanie dziecka do finalizowania każdego przedsięwzięcia. Rodzice powinni przestrzegać tej zasady już wtedy, gdy u małego dziecka zaobserwują tendencje do jakiejś nowej działalności.
- Dziecko powinno nauczyć się kontrolować i opanowywać swoje reakcje emocjonalne. Skłaniajmy je więc do refleksji, do zrozumienia sytuacji i do krytycznej oceny swego postępowania, bez wywołania poczucia winy, lęku lub niepewności.

- Dziecku nadpobudliwemu trzeba zaoszczędzić niepotrzebnych bodźców, lecz nie chronić przed wszystkimi bodźcami.
- w sytuacjach trudnych działalność dziecka nadpobudliwego staje się zdezorganizowana, stan pobudzenia wzmacnia się. Wymaga ono wtedy poparcia, a nawet pomocy w przewyciężaniu trudności tak, aby zadanie zostało doprowadzone do końca, przy zachowaniu względnej równowagi emocjonalnej.
- Należy stopniować zarówno trudności, jak i zakres działania, które mogą przekreślić to, co dotychczas zostało uzyskane właściwym postępowaniem.

### **Cechy dziecka nadpobudliwego:**

- problemy z koncentracją i uwagą,
- problemy z zapamiętywaniem dowolnym,
- zachowaniu dziecka towarzyszy niepokój rucho wy (obgryzanie paznokci, postukiwanie ołówkiem, machanie nogami, gryzienie rękawów swetra, kręcenie i wiercenie się połączone ze zmianą pozycji ciała itp.)

### **Zaburzenia towarzyszące nadpobudliwości:**

- emocjonalna zmienność nastrojów (łatwo przechodzą od płaczu do śmiechu), reakcje gwałtowne nie proporcjonalne do bodźców
- moczenie nocne i dzienne u małego dziecka (przy separacji z rodzicami), bóle brzucha, lęk, wymioty, jękanie,
- lęk po wysłuchaniu lub oglądnięciu filmu
- tiki, mimowolne ruchy mięśniowe, na które nie zwracamy żadnej uwagi,
- onanizm, brak zainteresowania ze strony rodziców, dziecko odkrywa nową formę przyjemności i ją powiela,
- bóle głowy spowodowane dużym napięciem w okolicy karku,
- agresja fizyczna u 3-4 latków: tupanie, złość, krzyk, dziecko działa instynktownie bo nie ma bodźca i hamulca moralnego,
- agresja fizyczna i słowna u 5-6 latków: wulgaryzmy, TV, pojawienie się młodszego rodzeństwa, patologie społeczne,
- w sferze poznawczej trudność w koncentracji uwagi, przeszkadzanie w prowadzeniu zajęć, rozpraszanie innych dzieci, trudności w percepcji wzrokowej i słuchowej oraz pochopność i pobieżność myślenia

### **Zalecenia wychowawcze:**

- nie należy nagle przerywać dziecku zabawy (trzeba uprzedzić 5-10 min. wcześniej, że będzie musiało skończyć zajęcie),
- określone czynności tj: spacer, posiłki, zabawy, powinny powtarzać się codziennie o tej samej porze,
- starajmy się nie krytykować, nie piętnować dziecka za jego problemy.
- zauważamy dokonania dziecka i chwalmy je.

Objawy jakie występują u dzieci nadpobudliwych psychoruchowe nie są przejawem ich złej woli. Zachowania te utrudniają życie nie tylko rodzicom i nauczycielom, ale przede wszystkim dzieciom.

Dzieci nadpobudliwe silniej niż inne, odbierają bodźce płynące do nich z zewnątrz, mają kłopoty z koncentracją uwagi i ponoszą związane z tym negatywne konsekwencje. Wyrozumiała postawa dorosłych w stosunku do takiego dziecka i rozumienie jego trudności, pozwalają na pozytywną zmianę jego zachowania.

Aby prawidłowo zdiagnozować nadpobudliwość u dziecka, powinno być ono przebadane przez lekarzy specjalistów tj. neurologa, pediatrę, psychologa, w celu wykluczenia choroby. Dopiero ok. 7 roku życia dziecka, po zbadaniu oraz wnikliwym zapoznaniu się z jego środowiskiem rodzinnym, specjalista może stwierdzić, że dziecko jest nadpobudliwe psychoruchowe.

Anna Sroka