

ADHD

Awanturnik? Dyzio - marzyciel? Hultaj? Dzikus?

To tylko część epitetów, jakie codziennie słyszą na swój temat dzieci nadpobudliwe. Nieobce są też ich rodzicom, często zabarwione dodatkowo irytacją, gniewem, a niekiedy ironią. Ich cierpliwość nie zna granic, ponieważ uwagi na temat zachowania swojego dziecka słyszą niemalże od jego narodzin. To ich dzieci nie spały w nocy, reagowały częstym krzykiem, rozdrażnieniem. Kiedy zaczęły chodzić, wszystkie - nawet te niedostępne miejsca - były dla nich wyzwaniem. Pierwsze kontakty z rówieśnikami kończyły się po paru sekundach płaczem, biciem, wyrywaniem zabawek. Nie inaczej wyglądały wizyty u znajomych, rodziny.

Wcześnie i we wszystkich sytuacjach dziecko przejawiało dokładnie takie samo zachowanie. Próby wpojenia mu obowiązujących norm i pożądaných zachowań, a potem prośby i groźby nie przynosiły efektów. Ustawiczne negatywne informacje z różnych środowisk, jakie słyszeli rodzice dotykały coraz mocniej ich samych. Początkowe niedowierzanie w dochodzące ze strony otoczenia uwagi stopniowo zamieniało się w dojmujące poczucie klęski wychowawczej. Rodzące się wątpliwości: “dlaczego nie mogę trafić do mojego dziecka? co z nim jest nie tak?”, zmusiło rodziców do szukania odpowiedzi na te i wiele innych pytań. Do szukania pomocy.

Pomoc taką rodzice mogą uzyskać w Publicznej Poradni Psychologiczno-Pedagogicznej nr 3 w Częstochowie, gdzie od 4 lat prowadzone są grupowe zajęcia dla dzieci nadpobudliwych. Regularne, 1 raz w tygodniu spotkania z dziećmi przeplatane są szkoleniami dla rodziców - po trzech kolejnych zajęciach z dziećmi odbywa się spotkanie z ich rodzicami.

Celem zajęć z dziećmi jest głównie modyfikacja zachowań, ale ważną rolę odgrywa też wszechstronna stymulacja rozwoju w zakresie sfery emocjonalnej, społecznej i intelektualnej.

Ponieważ objawy ADHD koncentrują się wokół **nadmiernej impulsywności, nadruchliwości i nasilonych zaburzeń koncentracji uwagi** sukcesem w pracy terapeutycznej jest to, że dziecko:

- wykonuje polecenia
- przestrzega ustalonych norm i zasad

- nie przerywa rozpoczętej czynności
- umie sprawdzać i dokonywać samokontroli
- podporządkowuje się ustalonemu porządkowi zajęć
- zgodnie współpracuje z rówieśnikami

Początkowe doświadczenia w pracy pokazały, że decydujący wpływ na zmianę zachowania dzieci ma system wychowawczy stosowany w domu rodzinnym, gdzie rodzice kontynuują wprowadzane na zajęciach metody.

Szczególnie ważną rolę w postępowaniu z dziećmi nadpobudliwymi ma stawianie granic i konsekwencja.

Rodzice pracują nad:

- tworzeniem zasad obowiązujących w domu, stałych planów i harmonogramów dnia
- sposobem wydawania poleceń oraz radzeniem sobie z zachowaniami niepożądanymi.
- uczą się dostrzegania, a następnie chwaleń i nagradzania nawet drobnych zmian w zachowaniach dzieci.
- nabywają umiejętności komunikowania się z otoczeniem na temat swoich dzieci, pozbawionego wstydu, poczucia winy i bezsilności.

Nie bez znaczenia jest też możliwość porozmawiania z rodzicami mającymi ten sam problem. Wymiana doświadczeń, sposobów radzenia sobie w różnych trudnych sytuacjach ma walor silnie wspierający.

Rosnące z roku na rok zainteresowanie zajęciami świadczy o dużej liczbie dzieci z problemem nadpobudliwości, a z drugiej strony o coraz większej świadomości rodziców dotyczącej problemu i potrzeby szukania pomocy.

Dokonywana corocznie ewaluacja przekonuje o słuszności wprowadzonych metod i form terapii, a poprawa funkcjonowania dzieci pozwala wierzyć w sens wykonywanej pracy.

mgr Dorota Węglewska – psycholog

mgr Agnieszka Jurga – pedagog