

# Lidia Zaręba

---

## Dziecko z nadpobudliwością psychoruchową w przedszkolu i klasach I – III

---

Edukacja Elementarna w Teorii i Praktyce : kwartalnik dla nauczycieli nr 2,  
27-31

---

2007

Artykuł został opracowany do udostępnienia w internecie przez Muzeum Historii Polski w ramach prac podejmowanych na rzecz zapewnienia otwartego, powszechnego i trwałego dostępu do polskiego dorobku naukowego i kulturalnego. Artykuł jest umieszczony w kolekcji cyfrowej [bazhum.muzhp.pl](http://bazhum.muzhp.pl), gromadzącej zawartość polskich czasopism humanistycznych i społecznych.

Tekst jest udostępniony do wykorzystania w ramach  
dozwolonego użytku.



Lidia Zaręba

Studentka III roku Nauczania Początkowego i Wychowania Przedszkolnego  
Akademia im. J. Długosza w Częstochowie

## DZIECKO Z NADPOBUDLIWOŚCIĄ PSYCHORUCHOWĄ W PRZEDSZKOLU I KLASACH I–III

„Zapewniając dziecku opiekę i wychowanie nie czynimy mu laski, każde dziecko ma do tego święte prawo, tak jak każdemu człowiekowi ludzkość powinna zagwarantować podstawowe prawa i warunki ludzkiej egzystencji”<sup>1</sup>.

J. Korczak

**M**ożna zauważyć dzieci sprawiające kłopoty wychowawcze zarówno w domu, przedszkolu jak i w szkole, mające problemy z koncentracją uwagi, charakteryzujące się zbytnią żywiołowością i drażliwością. „Są to dzieci niespokojne, nadmiernie ruchliwe i aktywne, o zmiennych nastrojach, impulsywne i „roztrzępane”. Nazywamy je nadpobudliwymi psychoruchowo. Problem wydaje się ważny, gdyż zjawisko nadpobudliwości jest bardzo częste. W zależności od procesu wychowawczego, jakiemu dziecko podlega, może ono stać się wychowankiem wybitnie trudnym lub tylko kłopotliwym”<sup>2</sup>.

Zespół nadpobudliwości psychoruchowej, zwany także ADHD (z j. angielskiego – Attention Deficit Hyperactivity Disorder), to zaburzenie występujące u około 3–5% dzieci w wieku wczesnoszkolnym (6–9 lat), przy czym nadpobudliwość ta, częściej dotyka chłopców, u dziewcząt natomiast jest rzadziej rozpoznawalna.

Dziewczynki z ADHD mają przeważnie kłopoty z koncentracją uwagi, z kolei u chłopców dominuje nadruchliwość<sup>3</sup>.

Nadpobudliwość psychoruchowa u dzieci w wieku przedszkolnym (3–5 lat) przejawia się w całej działalności dziecka i często jest konsekwencją niewłaściwego wychowania lub złej atmosfery domowej. Dziecko, które było wychowywane przez pierwsze 3–4 lata swojego życia w niewłaściwej, stresogennej atmosferze staje się nadpobudliwe, nerwowe i zaczyna sprawiać trudności wychowawcze w przedszkolu. Z chwilą, gdy zaczyna uczęszczać do przedszkola i ma obowiązek podporządkowywania się określonym regulom i obowiązkom, często nie może im podolać, ponieważ nie potrafi sobie poradzić z regulowaniem własnego działania. Przedszkolak nie może sprostać wymaganiom rodziców czy nauczycieli, ponieważ nie umie panować nad własną ekspresją. Sprawy pogarszają narzekania i strofowania otoczenia oraz nazywanie go dzieckiem „trudnym”, „upartym” czy „złośliwym”. Takie negatywne oceny połączone z chłodem, brakiem empatii, niezrozumieniem i niechętną postawą środowiska społecznego powodują napięcia emocjonalne, wybuchy złości, agresji i płaczu.

<sup>1</sup> S. Wołoszyn, *Korczak*, Warszawa 1978, s. 61.

<sup>2</sup> H. Nartowska, *Wychowanie dziecka nadpobudliwego*, Warszawa 1976, s. 7.

<sup>3</sup> A. Kolakowski i in., *ADHD – zespół nadpobudliwości psychoruchowej*, Gdańsk 2007, s. 32.



Dziecko nadpobudliwe w wieku przedszkolnym „przedkłada ponad wszystko zabawy ruchowe, w które angażuje się emocjonalnie z taką siłą, że często wtórnie pobudzają je jeszcze bardziej. W zabawach grupowych z tych samych powodów dochodzi często do konfliktów, a ingerencja dorosłych spotyka się z gwałtownymi reakcjami oporu. W zabawach konstrukcyjnych lub w czasie wykonywania codziennych czynności, jak ubieranie, jedzenie, mycie się, dziecko jest niecierpliwe, niedokładne i przy pozornym pośpiechu rozwleka lub nie kończy zaczętej działalności.

U dzieci, u których nadmierna ruchliwość jest cechą dominującą, musimy dbać o to, aby z jednej strony nie hamować jej nadmiernie i pozwolić na zaspokojenie potrzeby ruchu w odpowiedniej formie, z drugiej strony należy „trenować” je w zajęciach i czynnościach wymagających spokoju i skupienia”<sup>4</sup>.

H. Nartowska mówi, że pobyt w przedszkolu dzieci z ADHD ma na nie dobry wpływ, obserwuje się u nich z biegiem czasu nabywanie zdolności do opanowywania nadmiernej ruchliwości w określonych sytuacjach. „W dobrze prowadzonym przedszkolu zajęcia ruchowe zorganizowane, czy to w formie gier i zabaw ruchowych, czy to zajęć rytmicznych przeplatane są zajęciami „cichymi” – jak rysowanie, lepienie, słuchanie opowiadań. Przy tak pomyślanym programie dziecko ma możliwość zaspokojenia potrzeby ruchu, a jednocześnie „ćwiczy” umiejętność hamowania nadmiernej ruchliwości”<sup>5</sup>. Przedszkole uczy więc dzieci nadpobudliwe współdziałania w grupie, stosowania się do pewnych zasad i norm i przygotowuje je do właściwych zachowań w szkole.

W szkole uczeń powinien wykazać się spokojem, umiejętnością koncentracji na wytyczonych zadaniach, posłuszeństwem i sumiennym wykonywaniem poleceń nauczyciela. Te oczekiwania są dla dzieci z ADHD niezmiernie trudne do zrealizowania.

Dzieci nadpobudliwe bywają często rozkojarzone, mają kłopoty z wykonaniem kolejno podawanych instrukcji, nie kończą zadań szkolnych, nie wywiązują się z codziennych obowiązków. Mają trudności z organizacją pracy, unikają zadań wymagających dłuższego wysiłku umysłowego, zapominają o codziennych sprawach, a ich żywiołowy temperament nie pozwala im usiedzieć w miejscu – chodzą po klasie, skaczą po ławkach, są w ciągłym ruchu. Nadmiernie ruchliwe w każdej sytuacji, hałaśliwe w zabawie, mają trudności ze spokojnym bawieniem się, wyrrywają się do odpowiedzi zanim usłyszą całe pytanie, mają kłopoty z czekaniem na swoją kolej, przeszkadzają innym nadmierną gadatliwością<sup>6</sup>.

A. Munden i J. Arcelus pokazują, że dzieci z ADHD mają następujące trudności w nauce:

- 90% dzieci z ADHD nie radzi sobie z nauką,
- 90% dzieci nadpobudliwych osiąga wyniki w nauce poniżej swoich możliwości,
- 20% dzieci ma specyficzne zaburzenia czytania,
- 60% dzieci ma trudności w pisaniu,
- 30% dzieci porzuca szkołę (w USA)
- 5% ludzi z ADHD kończy 4-letnie studia dyplomowe na uniwersytecie lub innej wyższej uczelni w USA<sup>7</sup>.

<sup>4</sup> H. Nartowska, op. cit., s. 83.

<sup>5</sup> Tamże, s. 83.

<sup>6</sup> T. Turbiarz, *Dziecko nadpobudliwe w szkole*, „Remedium”2004, nr 9, s. 22–23.

<sup>7</sup> A. Munden, J. Arcelus, *ADHD nadpobudliwość ruchowa. Poradnik dla rodziców, nauczycieli, lekarzy i terapeutów*, Warszawa 2006, s. 117.



Dziecko z deficytem uwagi długo, mozolnie i z olbrzymią trudnością uczy się odpowiedzialności za siebie. Jak twierdzi C. Neuhaus „Ani rodzice, ani nikt inny nie może „ustawić je” tak, aby od razu odpowiednio zachowywało się w klasie. (...) w szkole potrzebuje kogoś, kto nim „pokieruje i kto będzie mu towarzyszył”. Jest to rola nauczyciela”<sup>8</sup>.

Nauczyciel w szkole powinien traktować każde dziecko indywidualnie, poznawać i rozumieć jego potrzeby i możliwości, zapewniać właściwą opiekę, stosownie do jego możliwości – sprawiedliwie oceniać. Pedagog, który ma w klasie trzydziestu uczniów, może każdemu z nich poświęcić tylko 3% swojej uwagi. Tymczasem dziecko nadpobudliwe potrzebuje co najmniej 10–15% zainteresowania ze strony nauczyciela<sup>9</sup>.

Znany niemiecki pedagog i psycholog, specjalizujący się w terapii behawioralnej C. Neuhaus twierdzi, że nauczyciel dzięki życzliwemu stosunkowi i konsekwentnemu sterowaniu uwagą dziecka pomaga mu nawiązać właściwe relacje w sferze komunikacji. Aby tak mogło być, nauczyciel musi być pozytywnie zaangażowany. Dziecko nie może być obojętne, nie może widzieć wrogiego czy też niechętnego nastawienia, musi czuć się potrzebne i nie mieć poczucia, że „wszystkim przeszkadza”. Poczucie skrzywdzenia, niesprawiedliwości, odrzucenia, poważnie utrudnia współpracę ucznia z nauczycielem. Ten bowiem musi być akceptowany przez ucznia. C. Neuhaus pisze: „Akceptując nauczyciela, dziecko akceptuje także jego polecenia, które stają się dla niego ważnymi podmiotami, silnie motywującymi do działania. Nauczyciel staje się «superbodźcem»”<sup>10</sup>. Dziecko z ADHD potrzebuje intensywnego sterowania z zewnątrz. Im mniej nauczyciel będzie zwracał uwagę na niepowodzenia dziecka, im bardziej będzie wzmacniał, nagradzał sukcesy – tym większe prawdopodobieństwo, że dziecko zachowa gotowość do podjęcia wysiłku uczenia się<sup>11</sup>. Autorka podaje cenne wskazówki praktyczne dla nauczycieli:

- lekkie dotknięcie, krótkie, zachęcające spojrzenie ułatwia dziecku skupienie się na nauczycielu, kiedy ten zwraca się do niego,
- wszelkie wskazówki i wyjaśnienia należy formułować jasno, zwięźle, prostymi słowami, ponieważ skomplikowane słownictwo robi dziecku mętlik w głowie,
- nauczyciel powinien jasno określać to, czego będzie wymagał i musi się zawsze upewnić czy informacja dotarła do dziecka,
- dziecko powtarza polecenia własnymi słowami,
- podczas gdy pracuje ono na zajęciach, na stole nic nie powinno rozpraszać jego uwagi,
- na każde zadanie ma być określony czas,
- podczas pracy indywidualnej w klasie ma być cisza,
- nauczyciel sprawdza, czy dziecko wykonuje określoną pracę i czy dobrze realizuje kolejne etapy swojego zadania,
- w czasie zajęć nie można dziecku pozwalać na wstawanie z miejsca,

<sup>8</sup> C. Neuhaus, *Dziecko nadaktywne*, KDC, Warszawa 2003, s. 205.

<sup>9</sup> A. Kolakowski, op. cit., s. 55.

<sup>10</sup> C. Neuhaus, op. cit., s. 208–209.

<sup>11</sup> Tamże, s. 214.



- nauczyciel – na wykonywane zadanie – często za pomocą sygnałów niewerbalnych kieruje uwagę dziecka: ma bez słowa wyjąć mu z ręki przedmiot, którym się właśnie bawi, odwrócić jego głowę we właściwym kierunku, wskazać ręką na miejsce w zeszyty, gdzie powinno pisać<sup>12</sup>.

H. Nartowska przedstawia ważne zasady pedagogiczne pomocne w kierowaniu aktywnością dzieci nadpobudliwych.

1. Cel, do którego ma prowadzić działanie nie może być zbyt odległy. Im bliżej zostanie określony termin, to istnieje większa pewność, że polecenie zostanie wykonane a praca zakończona.
2. Należy konsekwentnie przyzwyczajać i wdrażać dziecko do kończenia każdego zajęcia.
3. Nauczyciel, czy rodzic muszą stale kontrolować dziecko i przypominać mu o jego obowiązkach. Należy jednak pamiętać o utrzymaniu atmosfery pozbawionej napięć emocjonalnych, nie wywoływać w dziecku lęku i poczucia winy i nie stwarzać sytuacji konfliktowych.
4. Zarówno odległość celów działania, jak i zakres powierzonych obowiązków oraz system kontroli muszą zmieniać się z wiekiem i być dostosowane do możliwości i poziomu rozwoju dziecka.
5. Należy stopniować trudności i zakres działań, tak by w miarę możliwości nie dopuszczano do niepowodzeń<sup>13</sup>.

Według A. Munden i J. Arcelusa nauczyciele mogą pomagać dzieciom z ADHD w różny sposób:

- nauczyciele powinni dostrzegać właściwy problem, któremu można zaradzić, a nie winę dziecka;
- umożliwić dziecku „rozpoczęcie od nowa”, gdy przyczyny trudności zostaną rozpoznane;
- zachęcać i pomagać dziecku, otoczyć troskliwością, bowiem pozytywnie nastawiona osoba dorosła jest źródłem ogromnej siły dla dziecka z ADHD;
- szukać właściwych technik pomocnych w uczeniu i skoncentrowaniu się dziecka;
- współpracować z dzieckiem i z jego rodzicami, zwracać uwagę na trudności, gdyż umożliwi to opanowanie ich, zanim wymkną się spod kontroli;
- zachęcać dziecko do udziału w zajęciach, które rozwijają wiarę w siebie i uczą funkcjonować w grupie;
- zapobiegać usunięciu dziecka ze szkoły, ponieważ może to spowodować nieodwracalne katastrofalne skutki<sup>14</sup>.

<sup>12</sup> Tamże, s. 209–210.

<sup>13</sup> H. Nartowska, op. cit., s. 98–99.

<sup>14</sup> A. Munden, J. Arcelus, op. cit., s. 120.



Reasumując: „W wieku przedszkolnym musimy z dzieckiem współpracować – pomagać, a nie tylko kontrolować, w wieku wczesnoszkolnym – obserwować przebieg działania i czasem pospieszyć z pomocą”<sup>15</sup>.

„W klasie”

Ryczą w klasie dokazują  
 najgrzeczniejszych kotem szczują  
 ryczą biją się po łapie  
 chcą położyć się na mapie  
 na przyrodzie lepszą draka  
 wypchanego szczypią ptaka  
 nogi skaczą skrzypią ławki  
 kogoś biorą za nogawki  
 piszczą wyją głośno chrapią  
 książkę do religii drapią  
 Nagle sfrunął anioł biały  
 Mówi – lubię te kawały

ks. Jan Twardowski

Lidia Zaręba

#### Bibliografia:

- Kolakowski A. i in., *ADHD – Zespół nadpobudliwości psychoruchowej*, Gdańsk 2007.
- Munden A., Arcelus J., *ADHD nadpobudliwość ruchowa. Poradnik dla rodziców, nauczycieli, lekarzy i terapeutów*, Warszawa 2006.
- Nartowska H., *Wychowanie dziecka nadpobudliwego*, Warszawa 1976.
- Neuhaus C., *Dziecko nadaktywne*, Warszawa 2003.
- Turbiarz T., *Dziecko nadpobudliwe w szkole*, „Remedium” 2004 nr 9.
- Twardowski J., *Wierzę jak dziecko*, Częstochowa 2006.
- Woloszyn S., *Korczak*, Warszawa 1978.



<sup>15</sup> H. Nartowska, op. cit., s. 99–100.