

Piotr Kowolik

Nadpobudliwość psychoruchowa dzieci w młodszym wieku szkolnym : wprowadzenie do tematu

Nauczyciel i Szkoła 1-2 (26-27), 9-24

2005

Artykuł został zdigitalizowany i 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, gromadzącej zawartość polskich czasopism humanistycznych i społecznych.

Tekst jest udostępniony do wykorzystania w ramach dozwolonego użytku.

Piotr Kowolik

Nadpobudliwość psychoruchowa dzieci w młodszym wieku szkolnym (wprowadzenie do tematu)

Wprowadzenie

Wychowanie jest długotrwałym i skomplikowanym procesem, na którego przebieg wpływa szereg czynników wzajemnie warunkujących się, działających w różnych powiązaniach i współzależnościach. Osobami wiodącymi, kierującymi procesem są rodzice, wychowawcy i nauczyciele przedmiotów. Od ich aktywności, postawy, stosunku do wychowanka, a również od ich wzajemnych stosunków zależy prawidłowy przebieg procesu wychowawczego. Należy jednak pamiętać, że takie czynniki jak warunki bytowe, stosunki między dorosłymi w otoczeniu rodzinnym dziecka, grono towarzyszy zabaw i dalszych kolegów, jak i wiele innych elementów, kształtują osobowość dziecka oraz jego sposoby zachowania i reagowania. Ponadto rozwój uwarunkowany jest w pewnym stopniu zespołem wrodzonych cech indywidualnych dziecka, które ulegają zmianom w trakcie wychowania, lecz jednocześnie wpływają na postawy rodziców i wychowawców, kształtują ich oczekiwania i oceny, a czasem przysparzają trudności w realizacji określonego celu wychowawczego.

Wśród dzieci sprawiających kłopoty wychowawcze, i to często od wczesnego dzieciństwa, jest grupa charakteryzująca się określonymi zachowaniami. Są to dzieci niespokojne, nadmiernie ruchliwe i aktywne, o zmiennych nastrojach, impulsywne i roztrzepane - nazywamy je dziećmi nadpobudliwymi psychoruchowo. Problem dziecka nadpobudliwego jest ważny, gdyż zjawisko nadpobudliwości jest bardzo częste. W zależności od nasilenia objawów nadpobudliwości oraz od procesu wychowawczego, jakiemu dziecko podlega, może się ono stać wychowankiem wybitnie trudnym lub tylko kłopotliwym.

Specyfika nadpobudliwości

Literatura dotycząca zaburzeń nerwicowych u dzieci w młodszym wieku szkolnym, w tym terminologia, jak i poglądy na etiologię tych zaburzeń stanowią przedmiot wielu sporów i kontrowersji. Obok terminu: *zaburzenia nerwicowe*

używane są takie terminy jak: *nerwowość, reakcje nerwicowe, neurotyczność czy psychonerwica*. Oto kilka definicji.

Nerwowość według W. Sterlinga¹ jest stanem, „w którym spotykamy się z dysproporcją między bodźcem a oddziaływaniem na ten bodziec, przy czym nie można stwierdzić uszkodzeń w układzie nerwowym.” Analogicznie rozumie nerwowość A. Combe, jako „stan chorobowy, przy którym ma miejsce nierównowaga pomiędzy pobudzeniem a reakcją, bez możliwości wykazania widocznych zmian w układzie nerwowym.”

M. Chłopkiewicz² nerwice uważa za rodzaj zaburzenia funkcji układu nerwowego, przejawiającego się w różnych stanach życia psychicznego dziecka: w sferze emocjonalno-uczuciowej, w sferze poznawczej i sferze ruchowej. Zaburzenia w sferze uczuciowej uważa się za typowe u dzieci nerwicowych. Reagują one nieproporcjonalnie silnie w stosunku do obiektywnych przyczyn w postaci nadmiernej wrażliwości i wybuchowości. Zaburzenia w sferze poznawczej - trudności w koncentracji uwagi, zaburzenia w sferze ruchowej, wzmoczony niepokój ruchowy. Niektórzy autorzy, tak jak np. A. Homburger, pojęcie nerwowości dziecięcej używa na określenie „niespecyficznego obrazu zaburzeń zachowania u dzieci młodszych, których reakcje wyrażają się przede wszystkim w sferze ruchowej i wegetatywnej, bez stwierdzalnych zmian osobowościowych.”³

L. Pisariewa wyodrębnia dwie podstawowe grupy dzieci nerwicowych:

- Dzieci zaliczone do grupy pierwszej wykazują przewagę procesu pobudzenia. Pod tą postacią przejawia się męczliwość.
- Do drugiej autorka zalicza dzieci z obniżoną pobudliwością.⁴

Podobnie dwa rodzaje dzieci opisuje G. Suchariewa jako różne typy, tzw. nerwowości wrodzonej. Dzieci te odznaczają się odmiennymi zaburzeniami dynamiki procesów nerwowych, manifestującymi się w różnych postaciach od najwcześniejszych lat życia.⁵

Spśród wszystkich dzieci wyróżnia się pewna grupa, którą określa się jako dzieci **nadpobudliwe psychoruchowo**. Co to jest nadpobudliwość psychoruchowa?

Terminem nadpobudliwości posługuje się wielu autorów, którzy zajmują się problematyką nerwic dziecięcych. Termin ten jest używany w różnych znaczeniach.

H. Spionek⁶ jako nadpobudliwe określa dzieci z przewagą procesów pobudzania, przy czym jako szczególną postać nadpobudliwości psychoruchowej wyróżnia niestałość psychoruchową.

¹ W. Sterling, *Dziecko nerwowe*, Warszawa 1903, s. 14.

² M. Chłopkiewicz, *Zaburzenia nerwicowe uczniów szkoły podstawowej*, „Nowa Szkoła” 1971, nr 1.

³ I. Obuchowska (red.), *Dynamika nerwic*, Warszawa 1976, s. 48.

⁴ L. Pisariewa, *Dzieci nerwowe i ich wychowanie*, Warszawa 1979, s. 27.

⁵ G. Suchariewa, *Stany reaktywne i psychopatie w klinice dziecięcej*, Warszawa 1965, s. 139.

⁶ H. Spionek, *Zaburzenia rozwoju uczniów a niepowodzenia szkolne*, Warszawa 1985, s. 234.

Z. Włodarski⁷ podkreśla, że u dzieci nerwowych najczęściej spotykamy przejawy nadpobudliwości, a więc przewagę procesów pobudzania przy słabym hamowaniu wewnętrznym.

Natomiast K. Dąbrowski za podłoże nadpobudliwości uważa zwiększenie wrażliwości tkanki nerwowej. „Nerwowość to zespół różnorodnych i dość płynnych zaburzeń funkcjonalnych, które charakteryzują się nadpobudliwością psychiczną, przy nietkniętych władzach poznawczych”⁸.

J. Dobson⁹ określa nadpobudliwość (nazywaną także hiperkinezą, dysfunkcją mózgu, zaburzeniem impulsów) jako nadmierną, niepohamowaną nerwowość. Jest ona zwykle związana z nieuważą, niecierpliwością i brakiem koncentracji. J. Dobson podkreśla słowo „niekontrolowana”, ponieważ dziecko silnie nadpobudliwe jest całkowicie niezdolne do usiedzenia spokojnie na krześle lub zwolnienia tempa wykonywanych przez siebie czynności.

„Nadpobudliwość psychoruchowa to zaburzenie dynamiki procesów nerwowych, które charakteryzuje znaczna przewaga procesu pobudzania nad procesem hamowania, co znajduje swój wyraz - w sferze ruchowej - w postaci wzmózonej ekspansji ruchowej lub niepokoju ruchowego; w sferze poznawczej - w postaci zaburzeń koncentracji uwagi, pochopności i pobieżności myślenia; w sferze emocjonalno-uczuciowej- w postaci nadmiernej wrażliwości emocjonalnej.”¹⁰

Cechy te mogą występować również w pewnych układach obejmujących tylko wybrane sfery funkcjonalne, np. poznawczą i ruchową.

Nadpobudliwość psychoruchowa dotyczy zarówno sfery fizycznej jak i psychicznej. „Przejawia się w postaci wzmózonego pobudzenia ruchowego w nadmiernej reaktywności emocjonalnej oraz w specyficznych zaburzeniach funkcji poznawczych, głównie w postaci zaburzeń uwagi”¹¹, co nadaje działalności dziecka charakterystyczne cechy wyróżniające je wśród rówieśników, z których najbardziej widocznym i podstawowym objawem jest nadruchliwość, wyrażająca się w zwiększonej niż u przeciętnego dziecka ilości ruchów (ustawiczne kręcenie się, wychodzenie z ławki, bieganie, skakanie, w zwiększonej szybkości i częstej liczbie ruchów (częste zmiany pozycji, zmiany postępowania, wrażenie ciągłego pośpiechu), oraz w wykonywaniu przez dziecko szeregu ruchów drobnych w obrębie własnego ciała, nawet w momentach pozornego spokoju i beczynności (ruchy mimowolne, dłubanie w nosie, ssanie palca, manipulacje przedmiotami).

⁷ Z. Włodarski, Zaburzenia równowagi procesów nerwowych u dzieci, Warszawa 1969, s. 65.

⁸ K. Dąbrowski, Nerwowość dzieci i młodzieży, Warszawa 1959, s. 93.

⁹ J. Dobson, Dzieci i wychowanie. Pytania i odpowiedzi, Warszawa 1995, s. 252.

¹⁰ W. Szewczuk, Słownik psychologiczny, Warszawa 1979, s. 156.

¹¹ H. Nartowska, Wychowanie dziecka nadpobudliwego, Warszawa 1982, s. 14.

W psychopatologii zjawisko nadpobudliwości zostało sklasyfikowane jako zespół nadpobudliwości psychoruchowej z deficytem uwagi¹² i tłumaczone jako nieuzasadniona rozwojowo nieumiejętność skupienia uwagi, impulsywność i nadpobudliwość ruchowa i emocjonalna. Natomiast obecnie zamienną nazwą nadpobudliwości psychoruchowej jest zaburzenie koncentracji uwagi, który to termin odnosi się zarówno do zaburzeń uwagi jak i zaburzeń koncentracji jako pojęć niejednoznacznych.¹³

Nadpobudliwość psychoruchowa jest zjawiskiem złożonym i trudnym, przede wszystkim ze względu na częstotliwość występowania - około 15% populacji ogólnej dzieci w wieku wczesnoszkolnym.¹⁴ Natomiast w badaniach szczegółowych, które przeprowadziła M. Tyszkowa okazuje się, że 20% repetytów klas III i IV szkół podstawowych stanowią dzieci o nasilonych cechach nadpobudliwości, a w badaniach własnych H. Nartowska wyróżniła 30% grupę uczniów nadpobudliwych mających trudności w zakresie nauki języka polskiego i matematyki. Natomiast G. Serfontein zauważył, iż 90% dzieci borykających się z problemem nadpobudliwości to chłopcy. Psychologowie i pedagodzy sygnalizują rosnącą z roku na rok liczbę dzieci z dysfunkcjami procesów nerwowych. Niepokojący jest bardzo fakt, iż dzieci z objawami nadpobudliwości w późniejszym okresie swego życia przejawiają często (około 25%)¹⁵ osobowości o cechach antyspołecznych, stając się nierzadko młodocianymi przestępcami lub nieletnimi kryminalistami.

Badacze problemu nadpobudliwości są zgodni co do dwóch stwierdzeń dotyczących problemu mianowicie:

- dzieci nadpobudliwe wyróżniają się pewnym określonym zespołem cech zachowania;
- zachowanie to jest przyczyną nieprawidłowego przystosowania do wymagań otoczenia (domu, szkoły) i powoduje trudności wychowawcze.¹⁶

Dzieci nadpobudliwe swym zachowaniem stwarzają wiele kłopotów i trudności wychowawczych, są inne już od pierwszych tygodni swego życia, ale tak naprawdę momentem wyraźnego ujawnienia się zjawiska jest rozpoczęcie nauki szkolnej dzieci. Dzieci takie wymagają z jednej strony specjalnego i umiejętnego postępowania, a z drugiej odpowiedniej troski i postawy ze strony rodziców i wychowanków, oraz zwiększonego wkładu sił niż dzieci zrównoważone, gdyż mają one specyficzne trudności w uczeniu się, często niezrozumiane lub

¹² D. Trela, Trudne zachowania, „Remedium” 1996, nr 9.

¹³ G. Serfontein, Twoje nadpobudliwe dziecko, Warszawa 1999, s. 25.

¹⁴ M.B. Pecyna, Jak leczyć i wychowywać dziecko ze wzmożoną aktywnością psychoruchową, Cz. I. „Szkoła Specjalna” 1997, nr 5.

¹⁵ E. Potemska, T. Opolka, Program korekcji nadpobudliwości psychoruchowej u dzieci w młodszym wieku szkolnym. „Opieka, Wychowanie, Terapia” 1998, nr 2.

¹⁶ H. Nartowska, Wychowanie dziecka nadpobudliwego, Warszawa 1982, s. 9.

bagatelizowane przez dorosłych, co prowadzi do utrwalenia się i pogłębienia nieprawidłowych nawyków i zachowań. Dlatego bardzo ważne jest wczesne wykrywanie, diagnozowanie niewłaściwych form zachowania i zapobieganie im.

I tak nieprawidłowość funkcjonowania procesów nerwowych u dziecka można sprawdzić między innymi za pomocą dwóch eksperymentów.¹⁷

Pierwszy z nich to, tzw. „*próba czekania*”.

W badaniu, badający przerywa je w pewnym momencie, wydając dziecku polecenie aby poczekało, gdyż badający musi sobie coś zapisać. Okres czekania trwa 60 sekund i w tym czasie obserwowano dziecko dyskretnie pozorując zajęcie czymś innym, notując zarazem zachowanie dziecka.

Okazało się, że 85% dzieci z grupy kontrolnej zachowało w czasie czekania spokój, natomiast w grupie dzieci nadpobudliwych tylko 25% zachowało się pozytywnie. Reszta dzieci kręciła się, wstawiała, chodziła po pokoju, wyglądała przez okno, usiłowała rozmawiać z badającym pomimo braku zainteresowania z jego strony, zmieniała wielokrotnie swoją pozycję i wykonywane czynności, niektóre nawet dziesięć razy w ciągu trwania eksperymentu.

Drugi eksperyment nazwany „*próbą bezruchu*” dał rezultaty podobne do pierwszego. Wymagano od dziecka siedzącego na krześle całkowitego bezruchu w ciągu minuty. U dzieci mających problemy z nadpobudliwością zaobserwowano drgania grup mięśniowych, ruchy mimowolne, ruchy ukierunkowane lub ogólne, poruszanie się, rozmawianie, śmiech.

Aktywność ruchowa jest znamieną tak dla dzieci nadpobudliwych, jak i zrównoważonych, zwłaszcza dzieci w wieku wczesnoszkolnym. Jednak dla tych ostatnich jest ona dostosowana do potrzeb środowiska i wymagań otoczenia. Dziecko, które nie jest nadpobudliwe, potrafi przez dłuższy czas usiedzieć spokojnie w jednym miejscu. Dopiero gdy czas ten będzie się przeciągał, można zaobserwować pewien niepokój. U dzieci nadpobudliwych, natomiast, niemal od początku można zauważyć nadruchliwość, która w miarę upływu czasu bardzo wzrasta.

Objawy nadpobudliwości

Nadpobudliwości psychoruchowej nie można sprowadzić jednak tylko do wzmózonej ruchliwości, tak więc H. Spionek¹⁸ podzieliła zaburzenie na trzy sfery, mianowicie:

- sferę ruchową,
- sferę poznawczą,
- sferę emocjonalno-uczuciową.

¹⁷ Tamże, s. 14 i dalsze.

¹⁸ H. Spionek, Psychologiczna analiza trudności i niepowodzeń szkolnych, Warszawa 1970, s. 102 i dalsze.

Przejawy nadpobudliwości w sferze ruchowej to:

- wzmożona ekspansja ruchowa,
- niepokój ruchowy.

Wzmożona ekspansja ruchowa charakteryzuje się ogromną ruchliwością, szukaniem bez przerwy okazji do ruchowego wyżycia się. Dzieci takie na przerwach ciągle biegają, gonią się, na lekcjach wychodzą z ławek, spacerują po klasie, wyrwują się do odpowiedzi machając rękami, podskakując. Potrzeba ruchu jest ciągle niezaspokojona i dzieci te korzystają z wszelkich okazji do jej zrealizowania.

Cechuje je pełnia energii i chęć natychmiastowego działania, dlatego bardzo chętnie wypełniają wszelkie polecenia wymagające ruchu, natomiast opornie przychodzi im zrealizować zadania ograniczające ruchową aktywność. Określane są więc jako dzieci niekarne i nieposłuszne, gdyż po zwróceniu uwagi potrafią się uspokoić tylko na krótko. Nadmierna aktywność dzieci nadpobudliwych wzrasta znacznie w gromadzie, przy czym nie są one zdolne do kontrolowania swego zachowania, a wszelkie poczynania kończą się zazwyczaj efektem negatywnym, choć nie zawsze zamierzonym.

Ruchy tych dzieci są szybkie, ale nieskoordynowane, mało ekonomiczne i niezręczne, a ich zakres jest zbyt duży w stosunku do wykonywanego działania, dlatego też większość nawet prostych prac wykonują albo niestarannie, albo bardzo wolno-ruchy niecelowe są szybkie, ruchy docelowe wolne.

Niepokój ruchowy nie ujawnia się w postaci rozległej aktywności i nie wyróżnia tych dzieci na pierwszy rzut oka od rówieśników w gromadzie. Ujawnia się jednak w momentach, gdy sytuacja społeczna wymaga ograniczenia swobody ruchów, nieruchomego stania lub siedzenia. Wówczas dzieci wykonują wiele ruchów wokół własnego ciała jak przemieszczanie kończyny, gryzanie paznokci, ssanie palca, dłubanie w nosie lub szereg czynności zbędnych w danej sytuacji, jak przekładanie zeszytów, piórnika, skubanie ławki, bazgranie w zeszytcie lub po pulpicy. Czynności te szybko przechodzą jedne w drugie, a upomniane dzieci uspokajają się na krótko, zmieniając rodzaj wykonywanego zajęcia. Często powtarzane ruchy u dzieci z niepokojem ruchowym nabierają charakteru natręctw lub ruchów przymusowych.

Niepokój ruchowy objawia się w postaci tików, które występują najczęściej u dzieci szkolnych, ale mogą pojawiać się już u dzieci w wieku przedszkolnym. Tiki są to szybkie, krótkotrwałe skurcze poszczególnych części lub całych grup mięśniowych, mogących obejmować mięśnie twarzy, szyi, barków, kończyn i tułowia, a także występować w postaci napadowych wdechów, pochrząkiwań, pociągań nosem, a nawet wymawiania poszczególnych słów lub sylab. Tiki pojawiają się najczęściej u dzieci nadpobudliwych, wychowywanych w atmosferze dyscypliny i zmuszanych do bezustannej kontroli swego zachowania, a wzmagają się szczególnie w sytuacjach napiętych emocjonalnie i stresujących, gdy dziecko stara się opanować od działań ruchowych.

Obok tików charakterystyczne są tzw. hiperkinezy występujące w formie mniej lub bardziej rytmicznych ruchów tułowia w tył albo w przód w pozycji siedzącej, bądź rytmiczne ruchy głowy czy kończyn, a także, tzw. „zrywania mięśniowe” pojawiające się w czasie snu dziecka nadpobudliwego, a szczególnie w momentach zasypiania, a objawiające się w postaci drgań całego ciała lub jego części.

Objawy wzmożonej ekspansji ruchowej i niepokoju ruchowego bardzo często współwystępują ze sobą. Wówczas takie dzieci są bardzo ruchliwe, a w momentach dyscyplinujących, ich ruchliwość przyjmuje charakter niepokoju ruchowego, przy czym najtrudniejszym i najbardziej męczącym zadaniem do wykonania dla nich jest pozostawanie w nieruchomej bezczynności.

Przejawy nadpobudliwości w sferze poznawczej to:

- zaburzenia uwagi,
- pochopność i pobieżność myślenia.

Dzieci z **zaburzeniami uwagi** przejawiają nadmiernie żywy odruch orientacyjny, polegający na niemożności wybiórczego i selektywnego kierowania uwagi na konkretny cel.

Dziecko nie potrafi się skupić, odbiera zbyt wiele bodźców z otoczenia, nie koncentrując się na jednym i każdym najmniejszy bodziec potrafi je zdekoncentrować. Dlatego też dzieci takie wyrwane nagle do odpowiedzi nie wiedzą o co chodzi, nie wiedzą co było zadane, nie potrafią samodzielnie pracować, gdyż uwagę może rozproszyć każdy szmer.

W zeszytach pojawia się bardzo wiele błędów, niedokończonych zdań, słów, chaotyeczność i brak logiki. Zaburzenia koncentracji uwagi pojawiają się nie zawsze z jednakowym nasileniem. Mogą wzmacniać się na przykład w sytuacjach emocjonalnych, lękowych i stresujących. Dzieci z zaburzeniami uwagi mają poważne trudności w wykonywaniu zadań wymagających planowania, syntetyzowania, uzyskują zmienne wyniki pracy przy nierównomiernym jej tempie. Raz wykonują to samo zadanie dobrze, raz źle. Ich zainteresowania są bardzo nietrwałe, ale najczęściej intensywne, określane mianem „*słomianego zapachu*”.

Pochopność i pobieżność myślenia może wystąpić przy stosunkowo dobrej koncentracji uwagi, a przejawiać się w pochopnym wnioskowaniu i szybkim formułowaniu nieprzemyślanych odpowiedzi. Jednak przy zastosowaniu bodźców mobilizujących dziecko potrafi się poprawić i skontrolować wypowiedź, zmieniając ją na poprawną.

Nadpobudliwość sfery poznawczej może przejawiać się także w zakresie wyobraźni, gdy pewne przeżycia utrwalają się bardzo silnie i mały bodziec potrafi je na nowo przywołać w wyobraźni dziecka. Czasem nawet świat wyobrażeń zaczyna panować nad światem rzeczywistym i dziecko często jest zamyślane i „*nieobecne duchem*”.

Przejawy nadpobudliwości w sferze emocjonalno-uczuciowej:

Nadpobudliwość w tej sferze to wzmózona wrażliwość w powstawaniu reakcji na bodziec, który z reguły nie wywołuje tego typu reakcji lub wywołuje ją, ale w znacznie mniejszym nasileniu. Uczucia są niedostosowane do zaistniałej sytuacji, nie istnieje równowaga pomiędzy reakcjami emocjonalnymi a ich przyczyną.

Nadmierna pobudliwość emocjonalna przejawia się w postaci wzmózonych wybuchów złości i impulsywnego działania, łatwego obrażania się, płaczliwości, wzmózonej lękliwości. U dzieci tych można zauważyć nadmierną wybuchowość, skłonność do bijatyk, dokuczliwość, niezdiscyplinowanie. Charakterystyczna jest zmienność (labilność) nastrojów i niespodziewane przejścia od radosnego podniecenia do smutku, płaczliwości, gniewu. Reakcje uczuciowe wskazują w tym wypadku na niedojrzałość uczuciową tzw. *infantylnizm uczuciowy*. Dzieci te nie są również wytrwałe w zabawie, nudzi je ona bardzo szybko, przerzucają się więc łatwo z jednego na drugi sposób zabawy. Nie mają swojego zdania, ulegają więc różnym wpływom. Są mało odporne na sytuacje wymagające stanowczości, łatwo tracą zapał, działają w sposób chaotyczny, niezorganizowany.

Dzieci nadpobudliwe emocjonalnie mogą być długo spokojne, wystarczy jednak drobna sytuacja emocjonująca i cała ich działalność ulega zmianie. W związku z tym łatwo popadają w konflikty z innymi dziećmi. Bardzo szybko zostaje u nich zachwiana równowaga emocjonalna, a przyczyną może być upomnienie ze strony nauczyciela, niepowodzenie w wykonywaniu jakiejś pracy, trudniejsze zadanie. Dzieci te łatwo obrażają się, płaczą ze złości, są zapalczywe i wybuchowe. Reakcje z ich strony bywają nieraz tak silne, że przybierają formę agresji słownej bądź fizycznej. Pobudliwość ich wzrasta, gdy przebywają w gromadzie ponieważ wówczas jest więcej możliwości do powstawania późniejszego rodzaju sytuacji konfliktowych. Także częstsze są zatargi z nauczycielami, gdyż dzieci nadpobudliwe emocjonalnie czują się bardziej niż inne dotknięte uwagami, buntują się, obrażają, nie są zdolne do przyjęcia uwag, trudno jest się więc z nimi porozumieć. Nadpobudliwość emocjonalna powoduje, że uczciwość niektórych dzieci przypomina gejzer. Ich reakcje emocjonalne są żywiołowe, nieobliczalne, gwałtowne, wykraczające siłą, częstotliwością i zmiennością w czasie poza wzór reagowania uznawany za prawidłowy.

Zjawisko nadpobudliwości emocjonalnej może być jednak znacznie bardziej złożone, zwłaszcza u dzieci z wysoką reaktywnością, przejawiać się jako skłonność do długotrwałego, emocjonalnego przeżywania zdarzeń, sytuacji, myśli, przy czym przeżycia mają najczęściej charakter negatywny i lękowy. Wskutek nadmiernego rozbudowania życia emocjonalnego (przy stosunkowo słabszym rozwoju pozostałych cech osobowości), powstaje szczególna trudność w funkcjonowaniu psychicznym dziecka, którego życie staje się w jakiś sposób niedostosowane do rzeczywistości. I gdy na przykład inni troszczą się by zdążyć

do szkoły, dziecko nadpobudliwe przeżywa właśnie wczorajszą przyjemność. Gdy trzeba sprawnie zająć się codziennymi obowiązkami, dziecko właśnie zamartwia się przełożoną na jutro przykrością. W ten sposób życie uczuciowe staje się niedostosowane do biegu zdarzeń, albo je goni, albo je wyprzedza. To ustawiczne mijanie się emocji z rzeczywistością jest w literaturze określane jako *głupota emocjonalna* i może występować nawet u dzieci dobrze rozwiniętych umysłowo.

Istnieje grupa dzieci, u których nadpobudliwość występuje we wszystkich trzech sferach. Te dzieci są najbardziej uciążliwe, sprawiają największe trudności wychowawcze. Na przerwach ustawicznie krzyczą, biegają, na lekcjach chodzą po klasie, rozmawiają z kolegami, zaczepiają i przeszkadzają innym dzieciom. Przywołane do porządku uspokajają się tylko pozornie, a w rzeczywistości manipulują pod ławką przedmiotami, rysują, zajmują się wieloma czynnościami jednocześnie. Drobnym zatarg potrafi wytrącać je z równowagi, popadają wtedy w złość, stają się agresywne, zaczepne.

Najczęściej jednak nadpobudliwość psychoruchowa jest zespołem objawów występujących ze sobą na przemian. Raz jedna grupa jest dominująca, raz druga. Dominacja ta uzależniona jest od sytuacji zewnętrznej oraz od okresu rozwojowego, w którym aktualnie znajduje się dziecko.

Objawy współwystępujące z nadpobudliwością psychoruchową

Do zaburzeń odgrywających istotną rolę w przystosowaniu się dziecka nadpobudliwego do otaczającego go środowiska należą dwie grupy.¹⁹ Do pierwszej z nich należą lęki nocne i dzienne, zaburzenia snu, moczenie, zacinalanie, jąkanie, tiki, natręctwa. Są one podobnie jak nadpobudliwość psychoruchowa wynikiem zaburzonej równowagi procesów nerwowych. Uważa się powszechnie, że nadpobudliwość jest wstępnym etapem zaburzeń nerwicowych, tym bardziej, że występują one najczęściej na podłożu ogólnej nadpobudliwości dziecka pod wpływem ujemnych czynników zewnętrznych, nagłych i krótkotrwałych, jak i długotrwałych niekorzystnych warunków środowiskowych. Czynniki te mogą wywołać zaburzenia nerwicowe również u dzieci, które przedtem nie wykazały cech nadpobudliwości, a także mogą spontanicznie pojawiać się w wieku dziecięcym. Dopiero nasilenie tych objawów, utrwalenie i narastanie może wskazywać charakter nerwicowy.

Druga grupa zaburzeń to nieharmonijność rozwoju psychoruchowego, która polega na opóźnionym rozwoju niektórych funkcji psychicznych, przy równoczesnym prawidłowym rozwoju innych. Opóźnienia te nazywane są fragmentarycznymi deficytami rozwojowymi.

¹⁹ H. Nartowska, *Wychowanie dziecka nadpobudliwego*, Warszawa 1982, s. 26.

Fragmentaryczne deficyty rozwojowe objawiają się specyficznymi trudnościami dotyczącymi funkcji poznawczych, np. w zakresie spostrzegania wzrokowego, słuchowego, orientacji przestrzennej lub też obniżoną sprawnością ruchową dziecka, głównie dotyczącą niezręczności manualnej, zaburzeń lateralizacji.

Związek tych zaburzeń z nadpobudliwością psychoruchową dziecka polega na wspólnej przyczynie, którą może być nawet niewielkie uszkodzenie, tzw. mikrouszkodzenie ośrodkowego układu nerwowego.

Fragmentaryczny deficyt percepcji powoduje trudności w wypowiedaniu się, rysowaniu, pisaniu, czytaniu, rozumieniu czytanej treści.²⁰ Dziecko ma problem w różnicowaniu kształtów, układów przestrzennych, odwzorowywaniu nawet prostych figur geometrycznych. Często trudności te są niezauważane przez rodziców przed pójściem dziecka do szkoły, a tam objawiają się myleniem liter o podobnych kształtach np. m-n, u-w, b-d, p-g, ś-ć, s-z. Dzieci zapominają o drobnych elementach graficznych liter, często opuszczają litery, części wyrazowe. Słaba pamięć wzrokowa nie pozwala na opanowanie ortografii. Trudności w rozpoznawaniu liter przyczyniają się do wolnego tempa czytania, utrzymującego się literowania i utrudniają rozumienie treści. Deficyt słuchowy objawia się nieprawidłowym rozwojem mowy, jej opóźnieniem, ubogim słownikiem, zniekształceniem słów, brakiem płynności w wypowiedaniu się. Te dzieci mają trudności w analizie i syntezie dźwięków, nie mają poczucia rytmu, nie potrafią prawidłowo pisać ze słuchu, wadliwie wyodrębniają wyrazy ze zdań, opuszczają końcówki wyrazów, mylą kolejność liter, bardzo wolno piszą.

Zaburzenia orientacji przestrzennej powodują trudności z rozumieniem pojęć w zakresie stosunków przestrzennych, proporcji elementów czy planowaniem.

Z kolei zaburzenia rozwoju ruchowego przejawiają się w małej percepcji palców i dłoni, co rzutuje na pismo, które jest niekształtne, brzydkie, a prace techniczne wykonane są niestarannie i nieprecyzyjnie. Zaburzenia procesu lateralizacji prowadzą do pisma lustrzanego, zmian kolejności liter, opuszczania wierszy w czytanych tekstach.

Niska sprawność ruchowa rzutuje na problemy z wykonywaniem ćwiczeń fizycznych.

Wszystkie zaburzenia współwystępujące z nadpobudliwością psychoruchową tworzą powiązania, które w sumie są bardzo trudne do opanowania, a w miarę narastania trudności wychowawczych i kłopotów związanych z dzieckiem nadpobudliwym zaobserwować można nieprawidłowe kształtowanie się jego osobowości.

²⁰ B. Marzęda-Przybysz, Zaburzenia psychoruchowego rozwoju dziecka, a powstawanie niepowodzeń szkolnych, „Życie Szkoły” 1999, nr 7.

Przyczyny nadpobudliwości

- Podłoże neurofizjologiczne

Neurofizjologicznym podłożem psychiki jest układ nerwowy, który pełni rolę regulatora pomiędzy organizmem człowieka, a środowiskiem zewnętrznym. Podstawowe procesy charakteryzujące pracę układu nerwowego to proces pobudzenia, proces hamowania, które z kolei odznaczają się pewnymi właściwościami. Są to: siła, równowaga i ruchliwość.

Siła procesów nerwowych to zdolność do napięcia procesu hamowania lub pobudzenia, dająca w efekcie odpowiednią reakcję hamulcową lub pobudzeniową, a więc w praktyce jest to zdolność do wyczerpanego wysiłku umysłowego, szybkość regeneracji sił po wysiłku, zdolność do trwałej koncentracji uwagi itp., bądź też zdolność do przerywania wykonywanej czynności, umiejętność powstrzymywania się od określonych działań, zdolność do opanowania reakcji emocjonalnych.

Równowaga procesów nerwowych to określony stosunek siły procesów pobudzenia do siły procesów hamowania. Przy zachowanej równowadze napięcie procesu hamowania i pobudzenia jest takie samo, przy braku równowagi istnieje różnica napięcia na niekorzyść jednego z procesów.

Ruchliwość procesów nerwowych to zdolność przechodzenia od stanu pobudzenia do hamowania i odwrotnie oraz szybkość tych procesów. W prawidłowo funkcjonującym układzie nerwowym procesy pobudzenia mają dużą siłę, obydwa procesy są średnio ruchliwe, a pomiędzy nimi istnieje równowaga. Odchylenie od tego modelu wykraczające poza ramy typologii nazywamy zaburzeniem dynamiki procesów nerwowych. Bardzo często zaburzenia te spotyka się u dzieci w młodszym wieku szkolnym.

Małe dziecko ma układ nerwowy niedojrzały anatomicznie, funkcjonalnie, procesy nerwowe są słabe, bardzo ruchliwe i mało zrównoważone, dlatego też jest on bardzo podatny na wszelkie wpływy, a im dziecko młodsze, tym wpływ większy.

Czynnikami warunkującymi wpływ na układ nerwowy są przede wszystkim: stan zdrowia, warunki środowiskowe i wychowawcze. Jeżeli są one niekorzystne, mogą wydatnie wpłynąć na zmniejszenie siły procesów nerwowych oraz zachwianie równowagi i zaburzenie ruchliwości.

Najczęstszym spotykanym objawem zaburzenia dynamiki procesów nerwowych jest nadpobudliwość psychoruchowa dziecka czyli zespół cech zachowania dotyczących czynności motorycznych i psychicznych. Nadpobudliwość psychoruchowa wywołana jest zachwianiem równowagi procesów nerwowych w ten sposób, że proces pobudzenia przeważa nad procesem hamowania.

Istnieje pogląd, że nadpobudliwość psychoruchowa związana jest z określonym typem układu nerwowego, tak więc jest cechą typologiczną. Takim typem układu

nerwowego byłyby typ silny, niepohamowany, o zwiększonej pobudliwości²¹, lub też odwrotnie - słaby i labilny.

Jednak większość psychologów uważa, że ten sam człowiek w różnych sytuacjach i przy wykonywaniu różnych czynności może wykazywać odmienne cechy temperamentu²², więc jednoznaczna ocena typu układu nerwowego i temperamentu jest bardzo trudna, dlatego też nadpobudliwość psychoruchową należałoby uznać raczej za zjawisko patologiczne, a nie właściwość typologiczną.

Istnieje jeszcze jeden pogląd na powstawanie nadpobudliwości psychoruchowej, mianowicie dziedziczenie,²³ czyli zaburzenie o podłożu genetycznym, dotyczące głównie chłopców, gdyż kobiety są jedynie nosicielkami materiału genetycznego odpowiedzialnego za powstawanie zaburzeń koncentracji uwagi –uspołecznionej nazwy nadpobudliwości psychoruchowej. Zgodnie z tą teorią, w okresie dojrzewania (około 14 roku życia) objawy nadpobudliwości mogą ustępować, dziecko niejako „wyrasta z choroby”, choć pozostaje pewien procent ludzi, którzy z problemem zaburzenia koncentracji uwagi wchodzą w wiek ludzi dorosłych.

- Czynniki uszkadzające funkcje ośrodkowego układu nerwowego²⁴
- Czynniki uszkadzające komórkę rozrodczą, a więc, np. alkoholizm rodziców, choroby weneryczne, powodujące nieprawidłowe kształtowanie się płodu i jego wady rozwojowe;
- Czynniki działające na płód - zakażenie wirusowe płodu, a więc przebycie przez matkę w ciąży takich chorób jak grypa, różyczka, świnka, zatrucie lekowe lub pokarmowe, alkoholizm, palenie przez ciężarną papierosów, niewłaściwe odżywianie się przez matkę, urazy mechaniczne w brzuch;
- Czynniki działające w czasie porodu - nieprawidłowa akcja porodowa, urazy mechaniczne, niedotlenienie, urazy śródczaszkowe;
- Czynniki działające po porodzie - zapalenie mózgu lub opon mózgowych, ciężki przebieg chorób zakaźnych, urazy mechaniczne czaszki.

Wszelkie uszkodzenia ośrodkowego układu nerwowego często nie dają natychmiastowych objawów zaburzeń, które mogą pojawić się dopiero po kilku latach i nie są związane przyczynowo z faktycznymi czynnikami, które je spowodowały. Początkowo także nie są one zbyt nasilone, nie wywołują niepokoju rodziców, dlatego proces przeciwdziałania nierzadko jest powzięty zbyt późno i często błędnie.

- *Czynniki społeczno - wychowawcze:*

Dziecko od momentu urodzenia podlega wpływom środowiska, którym

²¹ H. Nartowska, *Dzicci nadpobudliwi psychoruchowo*, Warszawa 1972, s. 21.

²² H. Nartowska, *Wychowanie dziecka nadpobudliwego*, Warszawa 1982, s. 36.

²³ G. Serfontein, *Twoje nadpobudliwe dziecko*, Warszawa 1999, s. 20.

²⁴ H. Nartowska, *Wychowanie dziecka nadpobudliwego*, Warszawa 1982, s. 37.

początkowo jest mała, zamknięta grupa stanowiąca rodzinę później zaś coraz szersze kręgi społeczeństwa. Prawidłowy rozwój dziecka zależy od następujących wpływów jakie stanowią:

- wrodzone zadatki anatomiczno-fizjologiczne;
- aktywność własna dziecka;
- środowisko;
- wychowanie rodzinne i szkolne.

Czynniki te są ze sobą bardzo ściśle powiązane i działają wspólnie. Niewłaściwy proces wychowawczy, złe środowisko czy niezaspokojenie potrzeb dziecka mogą spowodować poważne zaburzenia nawet u jednostki pierwotnie zrównoważonej i prawidłowo rozwijającej się.

I tak na przykład częste awanturki w domu, kłótnie rodziców, alkoholizm, czyli jednym słowem niespokojna atmosfera prowadząca do poczucia zagrożenia dziecka, napięcia, stanów lękowych, powodująca ciągły stan pobudzenia, a w konsekwencji nadpobudliwość psychoruchową. Ogromny wpływ na kształtowanie się układu nerwowego dziecka mają określone postawy rodzicielskie.

Szczególnie negatywny wpływ wywierają postawy charakteryzujące się niekonsekwencją w wychowaniu, nadmiernymi rygorami i wymaganiami, stawianymi przed dzieckiem, bądź też nadopiekuńczością. Wychowanie niekonsekwentne to brak wymagań stawianych przed dzieckiem oraz udzielanie mu praw. W działaniu rodziców nie ma równego stosunku do dziecka, brak jest jednolitości. Wymagania są późne, często zmienne, podobnie jak uczucia. Brak jest proporcji w karaniu i nagradzaniu. W konsekwencji dziecko miewa stany lękowe staje się nadpobudliwe.

Wychowanie rygorystyczne to nadmierne wymagania, brak uczuć przyjaźni, miłości, które są nieokazywane. Często rodzice pokładają w dziecku swe własne niezaspokojone potrzeby i pragnienia, a gdy dziecko nie może ich spełniać, jest odrzucane.

Nadopiekuńczość natomiast, to nadmierne ochranianie dziecka przed wszelkimi bodźcami w obawie jego utraty, połączone również z brakiem konsekwentnego działania. Dziecko nie może czuć się pod ciągłą presją lub ze wszech miar ochraniane gdyż wcześniej czy później doprowadzić to może do poważnych konsekwencji. nierówny stosunek uczuciowy, nierównowaga w karaniu i nagradzaniu, niezgodność poglądów matki i ojca, powodują podleganie dziecka coraz to nowym bodźcom, zbyt silnym jak na słabą jeszcze i nicodpoma jego psychikę.

Środowiskiem zaburzającym dynamikę procesów nerwowych może być jednakże nie tylko dom rodzinny, ale także przedszkole, szkoła lub inne instytucje wychowujące. Dziecko niezależnie od środowiska, w jakim się do tej pory wychowywało wstępując do szkoły napotyka na różne trudności i staje przed

„wielkim sprawdzianem sprostania wymaganiom stawianym mu przez świat dorosłych”.²⁵ Trudności te można podzielić na:

- zależne od ucznia (nieumiejętne uczenie się, braki, nieumiejętność przeprowadzania procesów myślowych takich jak: obserwowanie, wnioskowanie, porównywanie);
- zależne od nauczyciela (stosowanie nieodpowiednich metod pracy, brak zaangażowania, obojętność wobec indywidualnych potrzeb ucznia);
- zależne od programu kształcenia (nieodpowiedni wybór programu, niedostosowany do potrzeb ucznia);
- zależne od stosowanych form, metod i środków realizacji programu (nieodpowiednie podręczniki, brak odpowiednich pomocy dydaktycznych).

Napotykać na te trudności dziecko oczekuje stworzenia mu przez środowisko szkolne i domowe odpowiedniego klimatu, który sprzyjałby nauce bez niepotrzebnych stresów i lęków, jak również postrzegania jego problemów w sposób jednostkowy i podmiotowy.

Nie udzielenie mu w tym czasie pomocy, może doprowadzić do stopniowych zmian w zachowaniu, jego stosunku do nauki i pogłębiania się niepowodzeń. Także bardzo ważna jest współpraca rodziny ze szkołą bądź przedszkolem, oparta na wzajemnym porozumieniu i szczerzej chęci autentycznej pomocy dziecku, która to współpraca często odbiega od wzorowych zachowań z powodu zmniejszania się zainteresowań wychowawczych wobec dzieci lub też niezaradności rodziców.

Dziecko nadpobudliwe w klasie

Dzieci nadpobudliwe są dziećmi trudnymi, wymagającymi większego wkładu pracy, większej cierpliwości, bardziej przemyślanego, konsekwentnego działania dla osiągnięcia pozytywnych rezultatów wychowawczych. Będąc uciążliwe, kłopotliwe, wprowadzają dorosłych w stan zdenerwowania, czasami nawet wyczerpania, wtedy zawodzi samokontrola, a zaczyna się samoobrona przed aktywnością dziecka. Nadpobudliwość powoduje różnorakie trudności w podporządkowaniu się regulaminowi szkolnemu i dostosowaniu się do wymagań nauczycieli, co w pierwszej chwili pobytu dziecka w szkole może niekorzystnie wpłynąć na stosunki uczeń - nauczyciel. Również stosunki z kolegami są zagrożone na skutek nadmiernej emocjonalności i aktywności. Jeżeli z nadpobudliwością współwystępuje dysharmonia rozwoju umysłowego, mogą pojawić się trudności w nauce, które dodatkowo komplikują sytuację dziecka nadpobudliwego.

²⁵ P. Kowolik, Niektóre zabiegi profilaktyczno-terapeutyczne szkoły w stosunku do uczniów mających trudności w nauce, W: J. Łysk. (red), Niepowodzenia szkolne, Kraków 1988.

W początkach nauki nadmierna ruchliwość, trudności w skupieniu uwagi, brak podporządkowania się rygorom szkolnym są słusznie traktowane dość tolerancyjnie, gdyż uważa się, że jest to okres adaptacji dziecka do nowych warunków i nowych wymagań. Jednocześnie w tym właśnie okresie należy wyłowić spośród uczniów tych, u których trudności przystosowania są szczególnie nasilone. Nierzadko już w przedszkolu można zdobyć wstępną orientację, która powinna być skonfrontowana z informacjami rodziców na temat zachowania dziecka poza szkołą. Rodzice ze swej strony powinni traktować rozmowę z nauczycielem nie jako objaw niechętnego stosunku, nadmiernych wymagań czy „czepiania” się ich dziecka, lecz jako wstęp do pełnej współpracy z nauczycielem.

Jak już wspomniano wyżej, część dzieci nadpobudliwych wykazuje wzmoczoną pobudliwość w jednym zakresie przy mniej nasilonych innych objawach. Stwierdzenie dominacji pewnego rodzaju objawów stwarza konieczność specyficznego postępowania wychowawczego. Właściwe pokierowanie ich aktywnością, wykorzystanie jej dla celów społecznie użytecznych, może dać dobre wyniki wychowawcze. Wciągnięcie dzieci do współpracy z nauczycielem, umożliwienie im działania, pozwoli zaspokoić ich potrzeby. Dzieci te sprawdzają się w zadaniach typu: organizowanie wycieczki, wykonanie gazetki itp. Powinno im się powierzać funkcje, nawet kierownicze na terenie klasy. Nie należy jednak w jednej grupie gromadzić kilkorga dzieci nadpobudliwych, gdyż może to grozić dezorganizacją a także konfliktami wewnątrz grupy. Należy raczej włączyć je do grupy dzieci spokojniejszych i bardziej zrównoważonych. Na ogół funkcje w klasie powierzane są uczniom dobrym i odpowiedzialnym. Znany jest fakt, że w każdej klasie jest kilkoro dzieci, na których opiera się cała działalność społeczna klasy. Dzieci nadpobudliwe są dobrymi kandydatami do takiej grupy. Muszą jednak być wcześniej stopniowo włączane do pracy zespołowej, przyzwyczajane do wywiązywania się z obowiązków.

Najczęściej jednak dzieci nadpobudliwe ze względu na zachowanie, chaotyczność, brak odpowiedzialności nie są zapraszane do współpracy lub spełniają role marginesowe. Bodźcami negatywnymi dla tych dzieci są wszelkie trudne sytuacje, jak np. zadania przerastające możliwości dziecka. W sytuacjach trudnych działalność dziecka nadpobudliwego staje się zdeorganizowana, stan pobudzenia wzmaga się. Wymaga ono wtedy otwarcia, a nawet pomocy. Należy więc stopniować trudności i zakres działania.

Dzieci nadpobudliwe są wrażliwe na stosunek do nich. Nadmierna krytyka, pokpiwanie, żartowanie, często stają się przyczynami zaburzeń równowagi. Współpraca z tymi dziećmi nie jest łatwa. Należy jednak pamiętać, że przy odpowiedniej współpracy, możemy uzyskać bardzo dobre rezultaty, zarówno w pracy indywidualnej jak i grupowej.

Bibliografia:

- Borkowska A., Pozycja dziecka nadpobudliwego psychoruchowo w klasie szkolnej, „Życie Szkoły” 1991, nr 8.
- Dąbrowska M., Rozesłaniec M., Korygowanie zaburzeń zachowania dzieci nadpobudliwych psychoruchowo i agresywnych w grupie socjoterapeutycznej, Toruń 2003.
- Dąbrowski K., Nerwowość dzieci i młodzieży, Warszawa 1959.
- Dobson J., Dzieci i wychowanie. Pytania i odpowiedzi, Warszawa 1995.
- Nartowska H., Wychowanie dziecka nadpobudliwego, Warszawa 1976.
- Spionek H., Zaburzenia rozwoju uczniów a niepowodzenia szkolne, Warszawa 1985.
- Sterling W., Dziecko nerwowe, Warszawa 1903.

Summary

Psychomoto hyperactivity in younger school children is becoming a more and more serious social problem not only in Poland. The author of the article analyses the reasons for this phenomenon which are very complex and have various sources such as, for example, neurophysiological or those connected with the social environment in which the child is raised.