

## DIAGNOZA I TERAPIA

### Dzieci z zespołem zaburzeń hiperkinetycznym, ang. ADHD

---

*Mój 4 rok pracy w Szkole Podstawowej im. Jana Pawła II w Łochowie. Miałam przyjemność poznać wiele interesujących rodziców, nauczycieli i uczniów... Ostatnio zaczęłam skupiać się nad trudnościami klasy w których występują dzieci bardzo ruchliwe, pobudzone, łamiące reguły i zasady panujące w klasie na korytarzach szkolnych.*

*Postanowiłam podzielić się wiedzą i zdobytym doświadczeniem ze wszystkimi zainteresowanymi tematem. Dlatego.....*

Poświęcę parę chwil na przybliżenie Państwu kryteriów diagnostycznych dotyczących diagnozowania dzieci pod kątem zaburzeń hiperkinetycznych według ICD-10. To Międzynarodowa Klasyfikacja Chorób, pod którym ADHD ukrywa się POD KODEM F.90

#### **Brak uwagi (co najmniej 6 objawów przez 6 miesięcy):**

- niezwracanie uwagi na błędy popełniane w szkole czy pracy,
- niepowodzenia w utrzymaniu uwagi podczas zabawy,
- dziecko wydaje się nie słyszeć, co zostało do niego powiedziane,
- problemy w postępowaniu według instrukcji,
- trudności w organizacji zadań oraz aktywności,
- gubienie rzeczy,
- unikanie lub niechęć do wykonywania zadań,
- trudności w koncentracji uwagi przez zewnętrzne bodźce,
- zapominanie.

#### **Nadmierna aktywność (co najmniej 3 objawy przez 6 miesięcy):**

- niespokojne ruchy rąk i stóp,
- opuszczanie miejsca siedzenia w klasie,
- wtrącanie się w rozmowy oraz sytuacje,
- hałaśliwość w zabawie,
- posiadanie utrwalonego wzorca nadmiernej aktywności ruchowej.

#### **Impulsywność (co najmniej 1 objaw przez 6 miesięcy):**

- udzielanie odpowiedzi przed skończeniem pytania,
- brak umiejętności czekania na swoją kolej,
- przerywanie innym oraz przeszkadzanie,
- gadatliwość.

Kto ją diagnozuję, do kogo się udać? Jedyne zespoł chorobowy może stwierdzić psychiatra, ale warto udać się również do neurologa który wykluczy różnego rodzaju guzy, torbiele na mózgu które mogą zakłócić jego pracę. Psycholog który wykluczy upośledzenie umysłowe i trudności w opanowywaniu umiejętności szkolnych, problemów adaptacyjnych wywołanych stresującymi wydarzeniami lub nowymi sytuacjami w życiu dziecka, zaburzeń zachowania, zaburzeń lękowych, choroby afektywnej

dwubiegunowej czy zaburzenia obsesyjno-kompulsywnego (tzw. nerwicy natręctw). Grono specjalistów pracując nad dokładną diagnozą dlatego ważna jest również opinia, którą wydaje szkoła!!:  
☺

Co dalej, kiedy padnie diagnoza, że moje dziecko ma zespół nadpobudliwości psychoruchowej.

Należy podjąć terapię, równolegle przyjmować leki które zapisze lekarz specjalista i czekać na efekty  
☺

Otóż to.... Każdego interesują efekty, ale w zasadzie terapia to proces, który może trwać kilka miesięcy a nawet lata. Czy warto? Oczywiście...!! Nielezione objawy ADHD zmieniają się w poważniejszą konsekwencję dla dziecka i jego otoczenia, jak i również często je towarzyszą przy zespole np. zaburzenia opozycyjno-buntownicze, zaburzenia zachowania, zaburzenia lękowe, depresję, dysleksja, stosowanie różnych substancji psychoaktywnych (w późniejszym wieku).

Dlatego istotnym elementem w obserwacji dziecka jest dostrzeganie jego trudności w okresie przedszkolnym a nawet żłobkowym. Już wtedy widać w jaki sposób u młodego człowieka kształtuje się układ nerwowy. Niektóre dzieci są bardzo pobudzone i nie mają „hamulca” podczas rezolutnej zabawy. Znaczący to, że układ nerwowy wykazuje większe pobudzenie niż hamowanie konkretnych czynności. Dzieci przy okazji zabawy wpadają na inną osobą całkiem „niechcący” – i faktycznie tak jest. Niestety dzieci bawiące się obok, odbierają to całkowicie inaczej. Dziecko przyjmuje etykietę, niegrzecznego i fala hejtu się rozprzestrzenia w szybkim tempie.

Ważna jest interwencja nauczyciela, wytłumaczyć dzieciom, że nie zawsze ktoś ma wpływ na swoje zachowanie, ale stara się to kontrolować, niestety nie jest to jeszcze w sposób wystarczająco doskonały jaki każdy by chciał.

Ważnym elementem terapeutycznym jest podjęcie terapii docelowej, która pozwoli na uzyskanie jak największej ilości efektów terapeutycznych. Docelowe terapie to: trening umiejętności społecznych oraz terapia poznawczo-behawioralna.

Trening umiejętności społecznych zazwyczaj się organizowany na terenie placówki do której uczęszczają dzieci, dlatego jest to wygodna forma wsparcia ucznia dla rodziców. Nie trzeba nigdzie dojeżdżać a dziecko uczy się umiejętności w znanym mu środowisku. Jest mu łatwiej odnaleźć się i podjąć współpracę z terapeutą, którego widzi chociażby na korytarzu szkolnym.

Kolejną terapią jest terapia poznawczo-behawioralna, która odbywa się w warunkach gabinetowych specjalistów. Dlatego też w procesie **psychoterapii poznawczo-behawioralnej** terapeuta stara się wpłynąć na procesy poznawcze i ucznia tak, by uzyskać rezultaty pod postacią zmiany jego funkcjonowania i zachowania, czyli w sferze behawioralnej.

**Metody które są dodatkowe i uzupełniają się pod kontem celów terapeutycznych to również:**

- Metoda Biofeedback
- integracja sensoryczna
- terapia indywidualna

- terapia rodzinna

Podczas wychowywania dziecka z ADHD, rodzic musi być stanowczy i bardzo jasno opisujący to co chce dziecku przekazać. Czyli stosuj proste zdania, upewnij się czy dziecko zrozumiało-niech powtórzy. Dopilnuj aby ponosiło konsekwencję za swoje zachowanie. Młody człowiek musi wiedzieć co się wydarzy, kiedy np. popsuje zabawkę-jaka będzie wyciągnięta konsekwencja naturalna w jego stronę. W ten sposób nauczysz go przewidywać co się wydarzy, kiedy.....

Następnym ważnym czynnikiem jest współpraca między rodziną a szkołą. W takim przypadku należy się trzymać wspólnie ustalonych zasad postępowania z uczniem w obrębie jego zachowania jak i ustalić formy oddziaływania na dziecko podczas trudnych dla niego chwil. Oddziaływania powinny być takie same i stosowane przez wszystkie osoby które mają bezpośredni wpływ na wychowanie młodego człowieka. Mówię tu o nauczycielach, rodzicach, dziadkach oraz o autorytetach tych dzieci, które mają ogromny wpływ na ich zachowanie.

#### **Na zakończenie Moi Drodzy:**

Oddziaływania na dziecko często bierze się przez swoje indywidualne podejście do sprawy. Rodzina i życie w niej niesie ze sobą poświęcenie i dawanie dobrego przykładu dla młodszych ludzi. Musi być w tych wszystkich działaniach jakiś sens ☺

#### **Polecana literatura:**

1. Pozytywna dyscyplina – Jane Nelsen
2. Oswoić ADHD - Beata Chrzanowska, Justyna Świąćicka
3. Jak mówić żeby dzieci nas słuchały, jak słuchać żeby dzieci do nas mówiły - Faber Adele, Mazlish Elaine.

*Opracowała:*

*Natalia Kielczyńska*  
*pedagog szkolny*