

# R E C E N Z J E

**Agnieszka Wentrych, *Jak postępować z dzieckiem wykazującym nadpobudliwość?*, „Blżej Przedszkola”, 2019, nr 9, s. 10–13**

Nadpobudliwość psychoruchowa jest zjawiskiem najczęściej występującym u dzieci w wieku przedszkolnym. W zależności od stosowanych kryteriów diagnostycznych oraz badanej populacji rozpowszechnienie ADHD u dzieci w wieku szkolnym wynosi od 1–2% (według ICD10) do 3–5% (według DSM-IV), ze średnim światowym rozpowszechnieniem wśród dzieci i młodzieży wynoszącym 5,3% (Słopeń, 2001). W *Słowniku psychologicznym* czytamy, że „[...] nadpobudliwość psychoruchowa to zaburzenie dynamiki procesów nerwowych, które charakteryzuje znaczna przewaga procesu pobudzenia nad procesem hamowania [...]” (Szewczuk (red.), 1985, s. 156).

W numerze 9 miesięcznika „Blżej Przedszkola” z 2019 r. został zamieszczony artykuł Agnieszki Wentrych dotyczący dzieci z nadpobudliwością, zawierający ich charakterystykę oraz porady, w jaki sposób postępować z takim dzieckiem. Wszystko to zawarte jest w trzech krokach, przedstawionych chronologicznie.

Autorka publikacji jest psychologiem diagnostą, konsultantem terapeutą oraz terapeutą EEG Biofeedback w Poradni Psychologiczno-Pedagogicznej. Zajmuje się m.in. zagadnieniami dotyczącymi rozwoju i wychowania dzieci w wieku przedszkolnym i wczesnoszkolnym. A. Wentrych napisała także książkę *Zanim wkroczy specjalista*, w której poruszyła takie problemy, jak: uzależnienie od telewizji i urządzeń multimedialnych, onanizm wczesnodziecięcy, izolowanie się dziecka.

Na wstępie artykułu autorka stara się scharakteryzować dziecko nadpobudliwe. Znajdziemy tutaj szczegółowe opisy zachowań, które powinny wzbudzić zainteresowanie nauczyciela czy rodzica — a więc krok pierwszy: „Czy znamy dzieci funkcjonujące w podobny sposób?”. Zostały tu wymienione przez autorkę takie zachowania: problemy ze skupieniem uwagi przez dziecko, z zapamiętaniem poszczególnych czynności do wykonania bądź np. nazw dni tygodnia, pór roku. Dziecko może także wykazywać nadmierną ruchliwość: zgłaszać się do odpowiedzi, nawet jeśli nie zostało zadane żadne pytanie, wiercić się na krześle, chodzić tam i z powrotem. Charakterystyczną cechą nadpobudliwości są

także zmienne emocje: od płaczu do śmiechu i odwrotnie. Autorka bardzo dokładnie stara się opisać zachowania, które powinny wzbudzić zainteresowanie dorosłych. Wspomina także, że trudności te obserwowane są u dziecka w więcej niż jednym środowisku, to znaczy zarówno w domu, jak i przedszkolu czy na placu zabaw.

Krokiem drugim, jaki powinni podjąć nauczyciele czy rodzice, jest poznanie konkretnego dziecka, nie sposób bowiem zdiagnozować nadpobudliwości, opierając się wyłącznie na zachowaniu dziecka, należy także przeprowadzić wywiad środowiskowy czy skonsultować się ze specjalistą. A. Wentrych wskazuje tutaj przykładowo na zakłócenia neurologiczne, mogące być powodem nadmiernej ruchliwości dzieci, ale także na zaburzenia integracji sensomotorycznej czy słuchu. Potrzebna jest tutaj wnikliwa analiza i diagnoza dziecka, która potwierdzi możliwe powiązania lub im zaprzeczy. Jeśli na tym etapie nie zostaną zdiagnozowane zaburzenia, należy zwrócić uwagę na środowisko dziecka: czy dziecko często korzysta z urządzeń multimedialnych? w jaki sposób się odżywia? jaka jest jego sytuacja rodzinna? Autorka zwraca tutaj uwagę na delikatność i zachowanie szacunku, są to bowiem tematy często dotyczące rodziców. Radzi spokojną rozmowę z rodzicami, nawiązanie współpracy, wzajemną pomoc.

Z artykułu dowiadujemy się także, że jeśli zachowanie dziecka wiąże się ze specyfiką funkcjonowania temperamentalnego, to pewne jego zachowania nie znikną. Autorka poleca zwrócić większą uwagę na mocne strony dziecka, jego zainteresowania. Należy je pielęgnować, poszerzać, rozwijać, aby następnie skupić się na słabszych stronach, modyfikować zachowania trudne. Dodaje też, że rozpoznanie tych stron u dziecka, będzie pomocne w zrozumieniu, w jakim zakresie dane dziecko potrzebuje ono pomocy oraz jak najlepiej jej udzielić.

Krok trzeci dotyczy tego, w jaki sposób postępować z dzieckiem, jeśli stwierdzimy u niego nadpobudliwość. Autorka proponuje tutaj wiele rozwiązań, m.in. u dzieci mających problemy z organizacją poszczególnych zadań do wykonania. W takiej sytuacji należałoby sporządzić dokładny plan, np. przy użyciu obrazków, by krok po kroku wskazać mu drogę postępowania. Radzi także wykorzystać nadmiar energii u dziecka w działaniu konstruktywnym. Jeśli dziecko czuje się za coś odpowiedzialne, to jest do dla niego dodatkowy bodziec do działania, pragnie bowiem wykonać zadanie jak najlepiej. Dziecko jest dociekliwe, uwielbia być w centrum uwagi, co także możemy wykorzystać, pozwalając mu zostać liderem w grupie, przewodzić nią. Ważne jest, by zwracać się do dziecka, pozytywnie formułując zadania czy polecenia. Pomocną radą jest także propozycja, by do każdego zadania dołączyć element ruchu lub jeśli nie ma takiej możliwości, pozwolić, by dziecko poruszało choćby ołówkiem w czasie zajęć.

Autorka proponuje rodzicom różne formy pomocy, np. konsultacje z psychologiem, zajęcia dodatkowe, trening kompetencji społeczno-emocjonalnych.

Główna zasada, przytoczona przez A. Wentrych, brzmi: „Polub dziecko i okazuj mu szacunek poprzez docenianie jego mocnych stron i wspieranie go w słabszych obszarach” (s. 13). Jest ona uniwersalna i zawiera w pigułce wszystko to, co dorośli powinni wiedzieć i do czego powinni się zawsze stosować. Wentrych omawia także „Projekt Tygrysek”, a w nim przykładowe zasady, którymi powinni się kierować zarówno rodzice, jak i nauczyciele, m.in.: „Co pomaga Tygryskowi? Racjonalna dieta żywnościowa” oraz „Co przeszkadza Tygryskowi? Brak jednoznaczności. Brak jasnych zasad” (s. 12).

Artykuł A. Wentrych jest napisany szczegółowo, a zarazem prosto i przystępnie dla czytelnika. Zawiera wiele wskazówek dotyczących tego, w jaki sposób pracować z dzieckiem, jak mu pomóc. Przejrzysta forma pozwala czytelnikowi lepiej zrozumieć treść tekstu oraz wydobyć z niego jak najwięcej potrzebnych informacji. Wskazówki podane przez autorkę nie są one ograniczone tylko do środowiska przedszkolnego, możemy je zastosować wszędzie. Jedyną uwagą jest brak kwestionariusza zawierającego opisy i polecenia.

## Bibliografia

- Słopeń, A. (2011). *Badania asocjacyjne genów kandydujących w zespole nadpobudliwości psychoruchowej i deficytu uwagi (ADHD) z wybranymi funkcjami poznawczymi*. Poznań: Wyd. Naukowe Uniwersytetu Medycznego im. K. Marcinkowskiego.
- Szewczuk, W. (red.). (1985). *Słownik psychologiczny*. Wyd. 2. Warszawa: Wiedza Powszechna.

*Karolina Bogunia*  
ORCID: 0000-0002-1433-7574  
*Uniwersytet Pedagogiczny im. KEN*  
*w Krakowie*