



Miejska Poradnia Psychologiczno – Pedagogiczna w Koszalinie

ul. Morska 43, tel.: 94 343 01 99

Red. Aleksandra Danielewicz, Małgorzata Suckiel-Bugajak

POCZYTAJCIE MAMO, TATO! 215 (luty 2020)

Czy moje dziecko rzeczywiście jest nadpobudliwe?

Ostatnio wiele rodziców posługuje się tym słowem, aby opisać zachowanie swojego dziecka. *„Nie chce odrabiać lekcji – na pewno jest nadpobudliwe, nie sprząta zabawek – to wszystko przez tą nadpobudliwość, klóci się, pewnie dlatego, że jest nadpobudliwe..... „* Przykłady można by mnożyć. Tymczasem nadpobudliwość psychoruchowa to złożone zaburzenie manifestujące się określonym zespołem objawów, które muszą występować razem, aby to zaburzenie rozpoznać. Spróbujmy wspólnie je prześledzić.

- ✓ Dziecko ma poważne trudności w koncentrowaniu uwagi dowolnej czyli tej, którą trzeba uruchamiać celowo: *„To, co robię jest nudne, ale wiem, że muszę to zrobić, więc koncentruję się i robię do końca”*.
- ✓ Dziecko ma dużą potrzebę ruchu, wszędzie go pełno, biega, skacze, nie może usiedzieć w jednym miejscu, a nawet gdy siedzi, jego ręce i nogi są w ciągłym ruchu. Rodzice określają często takie dzieci jako „żywe srebro”.
- ✓ Dziecko jest impulsywne, działa zanim pomyśli, zanim rozważy, czy to, co chce zrobić jest bezpieczne dla niego i dla innych, akceptowane przez otoczenie, dobre. Dziecko ma trudność w powstrzymaniu się od robienia i mówienia tego, co chce od razu, natychmiast, w tej chwili, w której przyjdzie mu to na myśl.
- ✓ Dziecko jest takie w każdej sytuacji i miejscu i wobec wszystkich osób, które dobrze zna – w domu, u dziadków, w szkole czy przedszkolu, na placu zabaw. Może nie zachowywać się tak wobec nowych osób, w nowych miejscach na przykład w poradni.
- ✓ Dziecko jest takie na stałe, odkąd rodzice, dziadkowie, opiekunowie czy nauczyciele pamiętają. W chwili obecnej dziecko ma skończone przynajmniej siedem lat.
- ✓ Dziecko nie cierpi na inne zaburzenia o podłożu psychologicznym, psychiatrycznym lub neurologicznym. Dziecko nie przyjmuje leków, które mogą wywoływać takie skutki uboczne.
- ✓ Rodzice stosują wobec dziecka jakiś spójne, konsekwentne metody wychowawcze, a mimo to, zachowanie dziecka jest negatywnie oceniane przez osoby z otoczenia dziecka.
- ✓ Rozwój umysłowy dziecka przebiega w normie intelektualnej.

W dokładnej, wnikliwej ocenie zachowania Państwa dziecka pod kątem nadpobudliwości psychoruchowej pomoże psycholog lub pedagog. Ostatecznie diagnozę stawia psychiatra.

mgr Aleksandra Danielewicz – psycholog



Miejska Poradnia Psychologiczno – Pedagogiczna w Koszalinie

ul. Morska 43, tel.: 94 343 01 99

Red. Aleksandra Danielewicz, Małgorzata Suckiel-Bugajak

POCZYTAJCIE MAMO, TATO! 215 (luty 2020)

Dodatkowe zajęcia

W ostatnich latach coraz więcej dzieci chodzi po południu, po szkole, na dodatkowe zajęcia: lekcje gry na instrumentach, korepetycje językowe, trenowanie różnych sztuk walki i obrony, usprawnianie pamięci i uwagi, tańce, szachy, malowanie, rzeźbienie i wiele innych. Rośnie oferta zajęć dla dzieci małych, dzieci w wieku przedszkolnym i dzieci z klas I-III. Bywa tak, że małe dziecko prawie w ogóle nie spędza w domu godzin popołudniowych. Dodatkowe zajęcia stały się tak modne, że rodzic, który nie zorganizuje swemu dziecku odpowiednio dużo takich zajęć ma poczucie, że nie jest dobrym rodzicem, że nie rozwija możliwości swego dziecka. Zaczyna więc pracować coraz dłużej i więcej, aby móc opłacić kolejne dodatkowe zajęcia swego dziecka. Ma coraz mniej czasu dla swego dziecka i siebie, a gdy wieczorem jest już w domu, jest tak zmęczony, że drażni i męczy go naturalna ruchliwość dziecka, jego potrzeba zabawy, śmiechu. Zmęczony rodzic czasem nie ma nawet siły na rozmowę z własnym dzieckiem.

W tym momencie powinno się zapalić światło ostrzegawcze. Trzeba bowiem pomyśleć, co jest dla dziecka - szczególnie małego – ważniejsze. Czy jak największa liczba zajęć dodatkowych, które rozwijają przede wszystkim sferę poznawczą czy zdrowa równowaga pomiędzy rozwijaniem warstwy poznawczej i pobudzaniem do rozwoju także warstw emocjonalnej, osobowościowej i społecznej? Dziecko może mieć dodatkowe zajęcia w tygodniu związane z tym, co najbardziej je interesuje, albo z usprawnianiem tego, co sprawia mu kłopot, ale musi mieć także zapewnione naprawdę dużo czasu na wspólne bycie z rodzicami i rodzeństwem, kiedy to pobiera bezcenne lekcje doskonalące sferę emocjonalną, osobowościową i społeczną. Wspólne robienie czegoś, upieczenie ciasta, naprawienie roweru, wypad na sanki, zabawa, rozmowy dają równie wiele, jak nie więcej niż kolejne zajęcia dodatkowe. Rodzic ma do zaoferowania swemu dziecku znacznie więcej niż opłacanie dodatkowych zajęć i wożenie dziecka na nie. Mama i tata są wzorami, na których dziecko uczy się pierwszych ról społecznych, sposobów postępowania wobec bliskich. Dzieci uczą się przez naśladowanie, do czego konieczne jest wspólne bycie razem. Przeładowując swemu dziecku popołudnia dodatkowymi zajęciami możemy nauczyć nasze dziecko, że osoba bliska to ta, z którą w ogóle się nie jest, bo nie ma na to czasu. Warto docenić swoją niezastąpioną rolę jako rodzica w kształtowaniu sfery emocjonalnej, osobowościowej i społecznej zadbawszy o dużo czasu na swoje bycie, bliski kontakt z własnym dzieckiem. Nikt nie może zrobić tego za nas! Zacznijmy od przejrzenia listy dodatkowych zajęć swojego dziecka. Może niektóre z nich są niepotrzebne, może warto ten czas przeznaczyć na wspólny spacer, zabawę czy rozmowę. Przyczyni się to do harmonijnego rozwoju dziecka, który przyda mu się całym życiu.

mgr Aleksandra Danielewicz - psycholog

