

Materiał szkoleniowy

Wrocław, 16 listopada 2005 r.

Opracowanie: Małgorzata Jaworska, Jadwiga Sadownik, Dorota Olejnik, Beata Ogonowska-Woźniak, Jolanta Białoskórska, Anna Kwiatkowska, Grażyna Raszczyk, Danuta Wittek-Ratajczak, Hanna Lewicka, Małgorzata Szachnowska, Angelika Świątnicka, Elżbieta Jednoróg, Jadwiga Wiślak, Wioletta Jankiewicz, Jolanta Leszczyńska, Alicja Mytych, Agnieszka Piela

Liderzy Programu ORTOGRAFFITI – Małgorzata Tucka, Agnieszka Zachodni

TEMAT: Dziecko z ADHD – jak postępować w domu. Wskazówki dla rodziców

1. ADHD to zespół nadpobudliwości psychoruchowej charakteryzujący się zaburzeniami uwagi, braku kontroli nad własną impulsywnością oraz nadmierną ruchliwością.
2. ADHD nie wolno mylić z zachowaniami dziecka, które:
 - jest obdarzone żywym temperamentem;
 - ma zaburzenia zachowania mogące wynikać z różnych trudnych sytuacji, takich jak alkoholizm i przemoc w rodzinie, molestowanie seksualne, brak zainteresowania ze strony rodziców, tragiczne wydarzenia w życiu dziecka;
 - celowo łamie ustalone lub ogólnie przyjęte normy;
 - jest agresywny;
 - jest niespokojny, źle się koncentruje z powodu problemów zdrowotnych, jak alergię, owsiki, nadczynność tarczycy.
3. Jeśli obserwujecie Państwo u swojego dziecka przynajmniej kilka spośród niżej wymienionych zachowań, to istnieje prawdopodobieństwo, że jest to ADHD.
 - robi niesamowity bałagan w swoim pokoju;
 - w pięć minut po posprzątaniu znowu rozrzuca swoje rzeczy;
 - ciągle czegoś szuka, nie wie, co gdzie położyło;
 - jest w stanie w krótkim czasie cały dom „przewrócić do góry nogami”;
 - zbiera mnóstwo niepotrzebnych przedmiotów;
 - zwykle nie wypełnia swoich obowiązków;
 - kłamie, wymyśla różne rzeczy;
 - stale przeszkadza rodzicom w pracy, odpoczynku, w rozmowie przez telefon;
 - ciągle się wierci;
 - przerywa innym, wtrąca się do rozmowy;
 - nie potrafi poczekać nawet minuty na swoją kolej;
 - stale coś brudzi, niszczy i drze swoje ubrania;
 - zawsze musi mieć ostatnie słowo;
 - reaguje buntem na polecenia;
 - ciągle jest w ruchu, nie sposób za nim nadążyć;
 - zachowuje się, jakby nie słyszało, co się do niego mówi;
 - nie potrafi skupić się na żadnym zajęciu;
 - robi kilka rzeczy na raz;
 - stale coś gubi;
 - ubiera się godzinami;
 - działa szybciej niż myśli.

Dziecko z ADHD – jak postępować w domu (wskazówki dla rodziców)

Rodzice, Wasze nadpobudliwe dziecko potrzebuje:

- abyście dostrzegali jego pozytywne strony, udzielali pochwał;
- abyście byli za nie odpowiedzialni;
- abyście stworzyli mu „bezpieczną przestrzeń” (cisza, spokój);
- abyście mówili do niego, używając krótkich, jasnych komunikatów; polecenie może dotyczyć tylko jednej czynności, dopiero po jej wykonaniu formułujemy następne;
- abyście dawali mu zadania od najłatwiejszych do najtrudniejszych;
- abyście ściśle określili granice zachowań, wspólnie ustalili system kar i nagród oraz byli bardzo konsekwentni w ich egzekwowaniu;
- abyście mieli dla niego czas i cierpliwość;
- abyście stawiali mu realne wymagania;
- abyście pracowali razem z nim i kierowali jego pracą;
- abyście nieustannie potwierdzali, jeśli robi coś dobrze;
- abyście pozwolili mu pracować według jego tempa, nie ponaglali go.