



### **Dziecko z trudnościami wychowawczymi – działania terapeutyczne w domu.**

Trudności wychowawcze mogą mieć bardzo dużo różnych przyczyn. Jednymi z podstawowych, aczkolwiek nierzadko niedocenianych są nadruchliwość oraz zaburzenie koncentracji uwagi.

Mówimy o zaburzeniu koncentracji uwagi, gdy dziecko ma trudności:

- z czekaniem na swoją kolej,
- z odróżnieniem elementów ważnych od tych mniej istotnych,
- w sytuacji, gdy podczas wykonywanego zadania, nawet drobne dystraktory, odwracają jego uwagę od celu,
- gdy nie potrafi oderwać się od wykonywanego zadania i przejść do następnego.

W przypadku uwagi należy pamiętać o czterech zasadniczych jej cechach:

- czujności,
- selektywności,
- podzielności i
- poszukiwaniu.

*Selektywność* cechuje się zdolnością do „wyłowienia” z szeregu różnych bodźców tego jednego, najważniejszego w danej chwili i okoliczności.

*Czujność* to zdolność do oczekiwania na jeden, oczekiwany bodziec i umiejętność zareagowania na niego w chwili gdy się pojawi.

*Poszukiwanie* to umiejętność aktywnego przeszukiwania otoczenia w celu znalezienia tego, na co jest aktualnie nakierowana nasza uwaga.

Co powinno niepokoić rodziców?

- trudności w skupieniu się na czytanej bajce – dziecko nie potrafi wysłuchać nawet krótkiego opowiadania czy wiersza, szuka w otoczeniu czegoś, czym może się zająć, zaczyna rozmowę nie związaną z treścią bajki.
- nie reagowanie na polecenia – dziecko nie potrafi powtórzyć tego co właśnie do niego powiedzieliśmy, lub tylko małą część (szczególnie gdy zdanie składa się z kilku części).
- rozproszenie uwagi pod wpływem nawet drobnych, pobocznych bodźców.

**MIT:** dziecko z zaburzeniem uwagi nie skupia się na żadnej z wykonywanych czynności.

**FAKT:** uwaga może nie ulegać rozproszeniu w sytuacji, gdy dziecko zajmuje się czynnościami, które są dla niego wyjątkowo interesujące, są jego pasją.

Skutki społeczne zaburzeń uwagi:

- dziecko przerywa innym,

- nie potrafi skupić się na treściach przekazywanych przez rozmówców,
- bywa niemiły dla rówieśników,
- nie potrafi wyczekać na swoją kolej,
- stale jest w ruchu,
- dużo mówi,
- zaczepia innych.

Nie zapominajmy jednak, że są również dzieci, których zaburzenie uwagi może wiązać się z tzw „bujaniem w obłokach” - takie dzieci nie będą odznaczały się impulsywnością, nie będą przeszkadzały otoczeniu ale będą jakby nieobecne myślami.

Przyczyny zaburzeń uwagi nie są jednoznaczne. Wielu naukowców skłania się ku pogładowi, iż powodem jest zaburzenie w funkcjonowaniu mózgu. Nie jest to więc zależne w żaden sposób od wychowawczej roli rodziców. Co nie znaczy, że rodzice nie mają wpływu na dalszy rozwój dziecka. Powodem zaburzeń zachowania u dziecka może być również zdarzenie, które pojawiło się jako coś nowego w życiu dziecka: zmiana miejsca zamieszkania, zmiana placówki edukacyjnej, rozpoczęcie pracy przez jednego z rodziców etc.

Jak wobec tego dbać o uwagę?

- Przede wszystkim należy zadbać o otoczenie, aby było ono pozbawione wszystkich zbędnych bodźców rozpraszających. Wokół siebie dziecko powinno mieć tylko rzeczy, które są niezbędne, ponieważ każdy dodatkowy przedmiot będzie rozpraszał jego uwagę.
- Ponadto w domu, przy wykonywaniu czynności edukacyjnych, dziecko powinno mieć stałe miejsce, zmiany wpływają bowiem niekorzystnie.
- Jeśli podajemy dziecku jakieś polecenie, powinniśmy pamiętać o zachowaniu kontaktu wzrokowego, co może zminimalizować utratę koncentracji.
- Polecenie powinno być w miarę możliwości krótkie a po jego podaniu upewniamy się, czy zostało dobrze zrozumiane. Jeśli trzeba powtarzamy je, bez zniecierpliwienia i złości.
- Wskazane jest wzmocnienie dziecka tak, by potrafiło poprosić o pomoc, jeśli z czymś sobie nie radzi, nie pamięta wydanego polecenia, zapomniało co miało zrobić etc.
- Ustalamy jasne zasady w domu i przestrzegamy ich. Dorośli też.
- Umawiamy się na różne, akceptowalne sposoby rozładowywania napięcia: bazgranie, machanie nogami itp.
- Po wykonanym zadaniu wskazane jest zachęcenie dziecka do sprawdzenia przez niego wykonanej pracy, tak by samo nauczyło się refleksyjności w stosunku do swojej pracy.
- Używamy mowy ciała: łagodny lub zdecydowany ton głosu, dotknięcie ramienia, utrzymanie kontaktu wzrokowego.
- Motywujemy pozytywne.

Nie można jednak zapominać, że modyfikacja zachowania to nie jest proces krótkotrwały. Należy więc uzbroić się w cierpliwość i wyrozumiałość.

Bibliografia: A Jegier “Moje dziecko w przedszkolu”.

**Psycholog przedszkolny mgr Alina Kornak**