



Stowarzyszenie „Atena – Wiedza Wsparcie Wychowanie”

90-055 Łódź ul. Nawrot 28/22

Filia Łódź ul. Kaliska 25/27

tel. 507 319 644, 503 193 122

e-mail: iwona.wojtacka@wp.pl, stowarzyszenie_atena@o2.pl

KRS: 0000236738

Stowarzyszenie Atena Wiedza Wsparcie Wychowanie, które reprezentuję powstało w 2004 roku z inicjatywy pedagogów, psychologów, lekarzy, specjalistów w różnych dziedzinach wiedzy. Naszym głównym celem jest działalność na rzecz oświaty, nauki, edukacji, wychowania, m.in. poprzez pracę z osobami mającymi specjalne potrzeby edukacyjne. Jako łódzki oddział PTADHD, szczególną troską otaczamy dzieci i młodzież, a także ich rodziców i opiekunów. Wiedza, którą chcę się z Państwem podzielić jest wynikiem praktycznych doświadczeń osób pracujących z dziećmi nadpobudliwymi.

Wokół ADHD krąży kilka mitów, w znaczący sposób utrudniających pracę osobom, które chcą we właściwy sposób pomóc dziecku.

Pierwszym mitem jest twierdzenie, że dzieci nadpobudliwe są niewychowane, a zachowanie i postawy przez nie prezentowane są wynikiem błędów wychowawczych rodziców.

Tymczasem ADHD jest uwarunkowane genetycznie, a czynniki środowiskowe mogą co najwyżej nasilić bądź złagodzić objawy zaburzenia.

Oczywiście nie obędzie się bez pewnych spekulacji na ten temat. W czasie, gdy prawie każdy rodzic, choćby otarł się o nazwę ADHD, gdy nie potrafi poradzić sobie z wychowaniem swojego dziecka próbuje szukać wytłumaczenia takiego stanu rzeczy poza środowiskiem własnej rodziny. Dlatego też tak ważna jest rzetelna wiedza pedagogów i nauczycieli na temat ADHD,

Pierwsze pytanie jakie rodzice stawiają nam, nauczycielom, brzmi właśnie: skąd moje dziecko to ma? Dlaczego nauczyciel powinien znać odpowiedź na to zagadnienie?

Poza oczywistym faktem, że wymaga od nas tego odpowiedzialność za ucznia, warto zdać sobie sprawę, że przekazanie rodzicowi wiarygodnej odpowiedzi, pomoże nauczycielowi zaistnieć jako profesjonalista, do którego można mieć zaufanie, bowiem zna podłoże problemu, z jakim boryka się dziecko. Taka rozmowa, to pierwszy krok do nawiązania twórczej współpracy z rodzicami ucznia. Poza tym, dobrze jest przy tej okazji zapytać rodziców, czy przypominają sobie jakieś wydarzenia z własnego dzieciństwa, mogące świadczyć o dziedzicznych objawach ADHD u dziecka. Będzie to również znak, że rodzic sam mógł się borykać z przykrymi doświadczeniami w szkole, czy później w życiu dorosłym. Musimy przyjąć, że niejednokrotnie negatywnie doświadczony dorosły, często z dużym urazem psychicznym w stosunku do nauczycieli, będzie musiał podjąć trud terapii własnego dziecka. Zaburzone relacje między członkami rodziny lub błędy wychowawcze popełnione przez rodziców nie są powodem ADHD. Takie czynniki jak: brak jasnych zasad działania, brak norm, zaburzenia zachowań rodziców jednak nasilają objawy ADHD. W troskliwej, tolerancyjnej, przestrzegającej stałych zasad rodzinie objawy dziecka z nadpobudliwością psychoruchową mogą być słabo wyrażone.

Kolejnym mitem jest twierdzenie, że dzieci z ADHD są agresywne.

Oczywiście część tych dzieci przejawia zachowania agresywne, ale tego typu postawy prezentują też ich zdrowi rówieśnicy. Dzieci z tzw. czystym ADHD, bez powikłań, nie są agresywne, chyba, że ktoś będzie je prowokował. Jeżeli jednak mamy już do czynienia



Stowarzyszenie „Atena – Wiedza Wsparcie Wychowanie”

90-055 Łódź ul. Nawrot 28/22

Filia Łódź ul. Kaliska 25/27

tel. 507 319 644, 503 193 122

e-mail: iwona.wojtacka@wp.pl, stowarzyszenie_atena@o2.pl

KRS: 0000236738

z powikłaniami ADHD- zachowaniami opozycyjno-buntowniczymi lub zaburzeniami zachowania, to agresja może się pojawić.

Mitem jest także przekonanie, że nauczanie indywidualne rozwiąże wszystkie problemy dziecka i jego rodziców. Jest ono często wygodne dla nauczycieli i rodziców, jednak dziecko nie uczy się pracować w grupie i jego rozwój społeczny przebiega w niewłaściwy sposób. Poprzez interakcje z rówieśnikami dzieci te nabywają właściwych kompetencji społecznych, potrzebnych do prawidłowego funkcjonowania. Nauczanie indywidualne? Tak, ale jako ostateczność, jeżeli wypróbowane formy oddziaływania terapeutycznego i farmakologicznego okażą się bezskuteczne. Jeżeli forma indywidualnego nauczania- to najlepiej, aby odbywała się ona w szkole, z włączaniem ucznia w mniej wymagające zajęcia z uwzględnieniem jego własnych zainteresowań.

W naszej działalności na rzecz ADHD spotkaliśmy się z wieloma przypadkami, gdy zastosowanie nauczania indywidualnego stało się najlepszym sposobem na umożliwienie dziecku realizacji obowiązku szkolnego, z korzyścią dla dziecka i jego rodziców. Jednakże zdarzało się, że ta forma wykorzystywana była jako warunek dania możliwości promocji do następnej klasy, bez podjęcia jakichkolwiek kroków zaradczych. Dlatego też podkreślam wagę znajomości problemu ADHD wśród kadry pedagogicznej szkoły. Kilka lat temu prezes PTADHD z Krakowa zaproponowała mi wskazanie placówki z terenu naszego województwa do przeprowadzenia pilotażowego programu MEN, dotyczącego szkolenia kadry placówki oświatowej na temat ADHD. Zaproponowałam Gimnazjum nr 40, w którym jestem nauczycielem. Przez 3 dni weekendowe, wszyscy pracownicy, to jest kadra pedagogiczna, pracownicy administracji i obsługi, pracownicy rejonowej Poradni Pedagogiczno-Psychologicznej nr 6 wraz z dyrektorami, uczestniczyli w całodziennych warsztatach dotyczących postępowania z uczniem z problemem nadpobudliwości psychoruchowej. Jest to jak najbardziej zasadna forma szkolenia, ponieważ każdy z pracowników szkoły, nie tylko wychowawca, pedagog i uczący w klasie nauczyciele powinni znać sposoby postępowania z takim uczniem i udzielać sobie nawzajem i jemu należytego wsparcia. Profesor Kołakowski z UW i jego ekipa, mentorzy w sprawach ADHD, zwykli podkreślać w czasie swoich szkoleń, że w otoczeniu, gdzie mieszka ktoś z ADHD, „nawet kot i złota rybka mogą potrzebować terapii”.

Przekonanie, że farmakoterapia może wystarczyć w leczeniu ADHD to **kolejny mit**, który należy obalić. Leki stosowane przy ADHD mają wspomagać oddziaływania terapeutyczne, mające na celu wyuczenie właściwych zachowań dziecka nadpobudliwego. Jeżeli leki zostaną odstawione, a nie zostały zastosowane oddziaływania terapeutyczne, objawy wrócą do pierwotnego poziomu. Optymalnym więc rozwiązaniem jest połączenie farmakoterapii i terapii pedagogicznej pozwalającej utrwalić zmiany w zachowaniu dziecka, nawet po zakończeniu przyjmowania leków.

Nasz ramowy program **(K)rok po (k)roku z ADHD**

Stwarzanie warunków rozwoju i normalnego uczestnictwa i funkcjonowania w środowisku społecznym dzieci i młodzieży z nadpobudliwością psychoruchową- wytyczne.

Podstawą postępowania w zespole nadpobudliwości psychoruchowej jest postępowanie wielopłaszczyznowe, ze szczególnym uwzględnieniem odpowiednich szkoleń dla nauczycieli oraz poradnictwa rodzinnego i treningu umiejętności rodzicielskich.



Stowarzyszenie „Atena – Wiedza Wsparcie Wychowanie”

90-055 Łódź ul. Nawrot 28/22

Filia Łódź ul. Kaliska 25/27

tel. 507 319 644, 503 193 122

e-mail: iwona.wojtacka@wp.pl, stowarzyszenie_atena@o2.pl

KRS: 0000236738

Pomocą dla dziecka ze wzmożoną pobudliwością ruchową jest stworzenie mu zewnętrznej struktury. Dziecko nadpobudliwe żyje w nieustannym chaosie, wymaga więc przyjaznego, uporządkowanego i stałego otoczenia.

Nadpobudliwe dziecko potrzebuje spójnych reguł i dokładnego planowania tego co ma robić, jasnych oczekiwań ze strony dorosłych, stałych reguł obowiązujących w domu i szkole, a także ustalonych konsekwencji swoich zachowań – nagród, pochwał i konsekwencji złamania reguł. Podstawą postępowania w tym przypadku jest uświadomienie sobie niedostosowania dziecka i dostarczenie mu pomocy z zewnątrz m.in. poprzez wspomaganie rozwoju dziecka w warunkach szkolnych. Dziecku należy zapewnić wychowanie i nauczanie dopasowane do jego możliwości i potrzeb tj. pracę z rodzicami i nauczycielami, nauczanie w specjalnych warunkach. Jeśli jest to konieczne należy zastosować leczenie specjalistyczne: terapię rodziny, leczenie farmakologiczne, psychoterapię indywidualną dziecka ukierunkowaną na poprawę obrazu samego siebie. Nadpobudliwość to zespół objawów, z których czasami się wyrasta, ale które istnieją i na które dziecko nie ma wpływu. Można natomiast modyfikować otoczenie, stwarzając mu korzystniejsze warunki zdobywania wiedzy i przebywania w grupie. Nie każde dziecko nadpobudliwe wymaga leczenia farmakologicznego. Jest ono niezbędne, gdy objawy są nasilone, bądź gdy istnieją zaburzenia towarzyszące. Innymi możliwościami pomocy dzieciom ze wzmożoną pobudliwością psychoruchową są: poradnictwo, współpraca szkoły z rodzicami, specjalne metody nauczania oparte na wiedzy i doświadczeniu specjalistów.

Cele naszego programu (K)rok po (k)roku z ADHD, na podstawie którego pracujemy w Stowarzyszeniu są następujące:

Uświadomienie w środowisku szkolnym i rodzinnym etiologii, objawów, przebiegu i rokowań w zespole nadpobudliwości psychoruchowej u dzieci i młodzieży.

Przedstawienie kolejnych kroków, jakie muszą być podjęte przez szkołę, rodziców i opiekunów, w celu uzyskania prawidłowej i pełnej diagnozy.

Prezentacja i wdrożenie właściwych metod pracy z dzieckiem nadpobudliwym:

Jak dobrać strategie postępowania do poszczególnych grup objawów?

Jak prowadzić zajęcia grupowe, w których uczestniczy dziecko nadpobudliwe?

Wyrównywanie szans edukacyjnych dzieci i młodzieży z nadpobudliwością psychoruchową.

Doskonalenie umiejętności społecznych dzieci z ADHD.

Budowanie pozytywnego obrazu siebie i adekwatnej samooceny w celu wspomaganie rozwoju emocjonalno-społecznego.

Szkolenia i zajęcia warsztatowe dla rodziców i opiekunów oraz nauczycieli w zakresie skutecznych metod radzenia sobie z objawami nadpobudliwości psychoruchowej, mające na celu zwiększenie kompetencji wychowawczych i rodzicielskich.

Skrócona analiza naszych kilkuletnich działań w realizacji tego programu zawiera mocne i słabe strony.

Do mocnych stron zaliczyłabym tutaj następujące działania:

stworzenie grup terapeutycznych dla dzieci prowadzonych przemiennie przez pedagogów, psychologów, stosowanie urozmaiconych form zajęć;



Stowarzyszenie „Atena – Wiedza Wsparcie Wychowanie”

90-055 Łódź ul. Nawrot 28/22

Filia Łódź ul. Kaliska 25/27

tel. 507 319 644, 503 193 122

e-mail: iwona.wojtacka@wp.pl, stowarzyszenie_atena@o2.pl

KRS: 0000236738

współpraca z psychiatrą dziecięcym;
prowadzenie grup wsparcia dla rodzin na zasadzie „szkoły dla rodziców”, której zajęcia odbywają się równolegle z zajęciami dla dzieci;
organizacja sesji wyjazdowych do Bukowca na całodzienne warsztaty dla dzieci i młodzieży;
konsultacje indywidualne dla dzieci i rodziców;
zorganizowanie wyjazdów wakacyjnych dla dzieci, opracowanych i konsekwentnie zrealizowanych w najdrobniejszych szczegółach, począwszy od określenia zadań dla opiekunów (pedagogów, psychologów i wolontariuszy-studentów pedagogiki i psychologii), poprzez udokumentowaną obserwację dziecka, określenia standardów postępowania w określonych sytuacjach, do ewaluacyjnego spotkania z rodzicami po przyjeździe- przekazanie im rzetelnych informacji o zachowaniu, postępach i porażkach dziecka w czasie pobytu (każdy rodzic otrzymał płytę CD z zarejestrowanymi wydarzeniami dotyczącymi jego dziecka).

tygodniowe warsztaty stacjonarne w czasie ferii zimowych;
uczestniczenie w mediacjach z nauczycielami podopiecznych- wypracowanie wspólnej drogi oddziaływać w stosunku do dziecka i rodziców.

Mówiąc o **słabych stronach** chcę podkreślić, że:

pozytywne efekty są często nieproporcjonalnie małe w porównaniu z wysiłkiem, jaki wkłada się w realizację celów. Zdarza się też, że nauczyciele i rodzice stają się dwoma wrogimi światami, które nie są w stanie poradzić sobie z problemem ADHD. Jest to praca wymagająca wyjścia poza schematyczne myślenie o człowieku i jego edukacji, a przede wszystkim zmusza do spojrzenia na siebie z dystansem i krytycyzmem. A to niezwykle trudne i dla nauczyciela, który przyzwyczajony jest do bycia autorytetem, i dla rodzica, który sam sobie nie radzi z wyzwaniem, jakim staje się jego syn lub córka z ADHD. Niektórzy rodzice zgłaszali się do nas po gotową receptę, która w krótkim czasie, najlepiej 2-3 zajęć zaowocować powinna spektakularną zmianą. Tacy od nas odchodzili i prawdopodobnie funkcjonują na dotychczasowych zasadach, stosując własny kodeks postępowania, o ile on w ogóle jest. Czasem chodziło tylko o to, aby uzyskać zaświadczenie udziału w zajęciach terapeutycznych dla podkreślenia w szkole, a w szczególnych przypadkach przedstawienia kuratorowi sądowemu, że interesują się dzieckiem i są aktywnymi, poszukującymi rodzicami. Dawali wyraz niezadowolenia, gdy takiego oświadczenia nie otrzymali. Każda inicjatywa, z którą związana jest współpraca dwu środowisk: szkolnego i domu rodzinnego, niesie za sobą ryzyko zgubienia jasnego celu, kiedy pozwolimy ponieść się emocjom i źle ukierunkujemy pracę. Precyzyjne sformułowanie odpowiedzi na pytanie o naszą rolę w życiu dziecka z nadpobudliwością, to kluczowy wyznacznik decydujący o sukcesie lub porażce terapii. Istotne staje się głębokie zrozumienie podłoża problemów dziecka z ADHD, a następnie odkrywanie tego co jest we wnętrzu naszego podopiecznego- wyjątkowej osobowości. A stąd już krótka droga do osiągnięcia własnej satysfakcji, czego sobie i Państwu życzę.

Dziękuję za uwagę.

Iwona Wojtacka, nauczyciel

prezes Stowarzyszenia Atena

łódzkiego oddziału Polskiego Towarzystwa ADHD