

# Dziecko z zespołem ADHD w szkole

Iwona Turbiarz

**Rozpoczął się kolejny rok szkolny. To trudny okres nie tylko dla pedagogów, ale przede wszystkim dla dzieci, które muszą przyzwyczaić się do panującej w szkole dyscypliny, porannego wstawania, wielu nowych obowiązków. Nowo przyjęte do szkoły dzieci przeżywają wraz ze swoimi rodzicami obawy przed przyjęciem przez klasę i nauczycieli. Niepokój wzrasta, kiedy okazuje się, że niektóre spośród nich przejawiają deficyty rozwojowe, co sprawia, że ich kariera szkolna może być ograniczona. Niniejszy artykuł pokazuje, jak zapobiegać takiej sytuacji, przygotowując zespół pedagogów, specjalistów do pracy z dziećmi „trudnymi” i współdziałania z ich opiekunami.**

Pierwszy szkolny dzwonek to znak dla tysięcy maluchów, że skończył się czas bez troski i swobody. Nowe obowiązki wypełnią sporą część dotychczas wolnego czasu. Większość dzieci z łatwością zaakceptuje ten fakt, dostosuje się do wymagań stawianych przez szkołę. Ale pozostanie grupa, która będzie potrzebowała wsparcia dorosłych, rówieśników i wielu instytucji. Znajdą się tu m.in. dzieci z zespołem nadpobudliwości psychoruchowej. Siódmy rok życia stanowi próg dla postawienia diagnozy, stąd większość zerówkowiczów i pierwszoklasistów nie będzie miała stosownych opinii poświadczających, iż są dotknięci zespołem ADHD. Brak diagnozy dla niektórych nauczycieli jest dobrą wymówką, by odsunąć kłopotliwy czas pracy z dzieckiem nadpobudliwym. Na szczęście są jednak i tacy, którzy podejmują wyzwanie i nie czekają na orzeczenie z poradni. Odpowiedź jest oczywista – kierujemy się zawsze dobrem dziecka. Jeśli można pomóc uczniowi należy mu stworzyć optymalne warunki do nauki, bez względu na formalne zasady. Oczywiście zalecenia ujęte w opinii pomagają nauczycielowi lepiej dobrać metody pracy. Dzięki fachowym wskazaniom nabiera on pewności w działaniu, jest skuteczny i świadomy podejmowanych interwencji. Jest to ważne, ale równie istotna jest jak najwcześniejsza pomoc dziecku, zanim utrwala się jego niewłaściwe zachowania, jak i stygmatyzujące postawy uczniów.

## Jak rozmawiać z rodzicami nadpobudliwych dzieci?

W poprzednich artykułach wspominałam, jak ważne jest wcześnie nawiązanie współpra-

cy nauczyciela (wychowawcy) z rodzicami dziecka nadpobudliwego (nawet wówczas, kiedy formalnie nie zdiagnozowano zaburzenia). W ten sposób możemy uprzedzić problemy, które niebawem się pojawią, łatwiej ustalić zasady współpracy, przedstawić planowaną strategię i procedury postępowania z dzieckiem w trudnych sytuacjach, określić wzajemne oczekiwania i propozycje. Nauczyciel powinien być dobrze przygotowany do rozmowy, aby kompetentnie doprowadzić do zawarcia kontraktu dotyczącego współpracy między nim, rodzicami i dzieckiem. W kontrakcie należy określić sposób kontaktowania się z rodzicami (czy będzie to kontakt bezpośredni w chwili odbierania dziecka ze szkoły, np. dwa razy w tygodniu czy telefoniczny, np. pod koniec tygodnia). Zaznaczyć, kto za co jest odpowiedzialny. Czy np. rodzic powinien odpowiadać za fakt, że dziecko nie odrobiło pracy domowej, bo informacji o niej nie zapisało w zeszytce – czy nauczyciel prowadzący lekcję? Kto ma tego dopilnować i jak podzielić teren współpracy? Dobrze zorganizowane działanie prowadzi do usprawnienia funkcjonowania dziecka. Rodzice wówczas nie boją się kontaktu ze szkołą, wiedzą, że mogą liczyć na wsparcie ze strony pracujących tam specjalistów. Nauczyciele zaś czują, że ich praca nie idzie na marne, jest kontynuowana i uzupełniana poza szkołą. W centrum zaś jest dziecko, które wie, że ustalone zasady obowiązują zarówno w domu, jak i w szkole, są stałe i niezmiennie.

## Co powiedzieć uczniom?

Wielu nauczycieli zastanawia się, jak powiedzieć uczniom uczęszczającym do tej samej klasy co nadpobudliwie dziecko, że w tej

grupie jest uczeń, który nie radzi sobie z emocjami, często zachowuje się niekonwencjonalnie – jest dotknięty zespołem ADHD. Jest to bardzo delikatne zadanie, wymaga taktu i fachowego przygotowania. Źle przeprowadzona rozmowa może wywołać spore zamieszanie i niepokój wśród dzieci i ich rodziców. Jeśli wychowawca nie czuje się na siłach, by przeprowadzić lekcję poświęconą temu problemowi, może poprosić o pomoc szkolnego psychologa bądź pedagoga. Podczas takich zajęć należy położyć nacisk na istnienie różnic indywidualnych między dziećmi, na tolerancję wobec odmienności. Należy także zorganizować spotkanie z wszystkimi rodzicami, na którym będą mieli możliwość zapoznać się z zespołem ADHD, dowiedzieć się, z czym mogą się spotkać w relacjach dzieci i jakie będą podejmowane środki zaradcze. Ideą spotkania jest próba rozszerzenia oddziaływania wychowawczego na zespół klasowy poprzez środowisko rodzin.

## Zmiany w systemie oceniania

W dobrze zarządzanych placówkach oświatowych, nauczyciele zobligowani są przez dyrektora do tworzenia przedmiotowych systemów oceniania, z uwzględnieniem uczniów dotkniętych różnymi dysfunkcjami, także uczniów wybitnie zdolnych. Nauczyciele mają obiekcje, czy należy inaczej oceniać dzieci nadpobudliwe, boją się reakcji innych uczniów, ich rodziców, obawiają zarzutów, że faworyzują niesforne, niegrzeczne dzieci oraz, że ich praca zostanie oceniona jako tendencyjna. Prawda jednak jest inna – tworząc taki system nauczyciel ułatwia i porządkuje sobie pracę. Działa także na korzyść dziecka – dzięki dostosowaniu wymagań do jego możliwości pozwala uwierzyć mu we własne siły i umiejętności. Podobnie jest w przypadku oceny zachowania dziecka, które ze względu na objawy zespołu nigdy nie będzie w stanie sprostać wymaganiom na ocenę wzorową czy bardzo dobrą. Wiadomo, jakie ma to skutki w klasie czarnej – zdolne, nadpobudliwe dziecko, mimo bardzo dobrych ocen i wysokiej średniej, nie otrzymuje świadectwa z wyróżnieniem (z czerwonym paskiem). Niektórym pedagogom wydaje się, że w ten sposób zachęca dziecko do lepszej pracy w przyszłym roku – mówią uczniowi, że nie zasłużył na „pasek”, ale ma szansę w następnej klasie – tylko musi się postarać. Często bywa, że się stara, tylko nie zawsze mu to wychodzi lub efekty jego pracy nie zawsze

są odpowiednio widoczne. Koło się zamyka – brak zachęty, nagrody za pracę nad opanowaniem emocji, kontrolowaniem wzmoczonej ruchliwości prowadzi do tego, że dziecku przestaje zależeć na zmianie zachowania. Coraz częściej powtarza: *po co mam się starać, przecież i tak nigdy nie będę wzorowym uczniem*. Rzeczywiście, jego zachowanie pogarsza się, a nauczyciele utwierdzają się tylko w słuszności podjętej decyzji.

Co dzieje się z dzieckiem, a potem nastolatkiem świadomym swoich ułomności, wrażliwym, szukającym serdeczności i akceptacji? Przestaje współpracować, szuka innych grup wsparcia, zamyka się we własnym świecie.

W swojej praktyce spotkałam się z takimi szkołami, w których stwarza się równe szanse wszystkim uczniom. Tam nadpobudliwe dziecko, jeśli tylko zauważy się jego starania, jest wyróżniane, ocena z zachowania jest dostosowana do wkładu jego pracy i możliwości. Bardzo dobra ocena z zachowania zobowiązuje, i dziecko dobrze o tym wie. Dlatego zachęcam do wprowadzenia takich zmian w wewnątrzszkolnym systemie oceniania, które sprawią, że to, co do tej pory było nieosiągalne, będzie w zasięgu możliwości każdego ucznia.

### Zespół szybkiego reagowania

Pozostawiony sam sobie nauczyciel, mimo dobrego przygotowania do pracy z dziećmi nadpobudliwymi, może nie poradzić sobie w trudnej sytuacji (np., gdy zdenerwowany mały nadpobudliwiec wypada z klasy krzycząc, że wraca do domu i więcej tu nie przyjdzie). Nauczyciel nie może za nim wybiec i zostawić bez opieki pozostałych uczniów, nie może też pozwolić, by dziecko samowolnie opuszczało lekcję. Wtedy pomocny może okazać się personel szkoły. Każdy pracownik placówki powinien być zapoznany z problemem i podstawowymi zasadami postępowania z nadpobudliwym uczniem. Wcześniej należy ustalić liczbę i rodzaj zaangażowanego personelu, przydzielić każdemu określone obowiązki (np. pani woźna dba o to, by nikt nie opuścił szkoły w czasie, gdy ma jeszcze lekcje). Tu ujawnia się ważna rola dyrekcji, która może wprowadzić identyfikatory dla wszystkich uczniów (kontrola będzie łatwiejsza, gdy w dyżurce znajdzie się plan lekcji wszystkich klas). Można też stworzyć grafik, w którym będą ujęte osoby, które w danej chwili mogą podjąć interwencję (np. nauczyciel, który aktualnie ma „okienko”). Należy również powołać zespół specjalistów, w pracę którego

będzie zaangażowany pedagog i psycholog szkolny, nauczyciele uczący nadpobudliwe dziecko, a także jego rodzice. Praca zespołu powinna być superwizowana przez specjalistów pełniących rolę doradców nauczyciela. Nauczyciel musi wiedzieć, że w swojej pracy może liczyć na zespół i wsparcie z jego strony.

### Jak pracować z dzieckiem nadpobudliwym?

#### • Klasa szkolna

Dobra organizacja przestrzeni to prawie połowa sukcesu. Od tego, gdzie posadzimy nadpobudliwe dziecko, zależą m.in. dyscyplina i porządek w klasie. Łatwy dostęp do dziecka (np. pierwsza ławka, tuż przy biurku nauczyciela) pozwoli na kontrolowanie postępów pracy nadpobudliwego ucznia, a także szybkie reagowanie na trudne sytuacje, w których dziecko traci panowanie nad swymi emocjami. Zamiast walczyć ze skutkami takich zachowań, lepiej im zapobiegać. Zadaniem pedagoga jest także dbanie o dobre relacje między uczniami, integrowanie zespołu klasowego, angażowanie dzieci we wzajemną pomoc i wsparcie dla słabszych, uczenie tolerancji. Zamiast ciągle zwracać uwagę nadpobudliwemu dziecku, można nauczyć uczniów, by nie reagowali na dziwne zachowania swego kolegi. Dobrym rozwiązaniem jest ignorowanie tych zachowań, które nie są niebezpieczne, a jedynie nastawione na prowokację lub powodowane chęcią zwrócenia na siebie uwagi.

Podstawą pracy jest uporządkowanie środowiska dziecka dotkniętego zespołem ADHD, przedstawienie mu swoich oczekiwań, stworzenie systemu zasad i konsekwencji. Nauczyciel powinien stworzyć indywidualny plan edukacyjny – sporządzić listę trudności dydaktycznych dziecka i na tej podstawie ustalić zakres i częstotliwość interwencji, wybrać strategię i środki służące efektywnemu nauczaniu. Kolejnym krokiem jest spisanie i wyeksponowanie razem z uczniami listy zasad obowiązujących w klasie, do których nauczyciel często się odwołuje i przypomina o nich. W ich egzekwowaniu pomocne staje się stworzenie listy konsekwencji, które mogą ponieść uczniowie w razie złamania któregoś z istniejących norm. Im bardziej przewidywalne i stałe jest otoczenie dziecka z zespołem ADHD, tym łatwiej jest mu funkcjonować, mniej sprawia problemów, lepiej podporządkowuje się stawianym wymaganiom.

#### • Przerwa

Wielu pedagogów stwierdza, że dobrze radzą sobie w trakcie lekcji, ale z przerażeniem

myślą o przerwach, podczas których nie są w stanie upilnować, szybkiego jak błyskawica, nadpobudliwego ucznia. Twierdzą, że stanowi on zagrożenie zarówno dla siebie, jak i innych. Wszędzie go pełno, biega przewracając się co chwilę, potracając wszystko i wszystkich; przerwa to również czas konfrontacji z innymi uczniami. Dziecko nadpobudliwe postrzegane jest jako agresor, łatwo daje wyprowadzić się z równowagi, nie panuje nad emocjami, nie rzadko dziwnie się zachowuje – cechy te sprawiają, że często staje się ofiarą przemocy psychicznej i fizycznej. Opinia, jaką ma w szkole powoduje, iż to właśnie ono ponosi konsekwencje, podczas, gdy innym uczestnikom starcia kara uchodzi na sucho.

Podobnie jak na lekcji, także na przerwie nastawiamy się na działania prewencyjne. Jeśli wiadomo, że w szkole są miejsca, w których zawsze dochodzi do incydentów (np. wąski korytarz, toaleta), należy w tym miejscu postawić dodatkowo osobę dyżurującą, która podejmie stosowną interwencję. W dbaniu o porządek i bezpieczeństwo podczas przerw mogą okazać się przydatne identyfikatory ze zdjęciem każdego ucznia. Warto zadbać o to, by na korytarzach były wywieszone czytelne dla uczniów zasady zachowania się i odpoczynku podczas przerw.

Opisane sposoby postępowania wielu pedagogom wydają się nierealne. Plan rzeczywistości jest trudny do zrealizowania, jeśli nie stanie się częścią polityki szkolnej. Wszystko zależy od sposobu zarządzania szkołą, jej organizacji oraz od stworzenia wewnętrznych regulaminów. Potrzeba także sporo czasu, by efekty wprowadzonych modyfikacji systemu były zauważalne. Zapewniam jednak, że warto na nie czekać. □

Autorka jest pedagogiem w szkole podstawowej, prowadzi warsztaty dla rodziców dzieci nadpobudliwych.

### Bibliografia:

- Wolańczyk, T., Kołakowski A., Skotnicka M., „Nadpobudliwość psychoruchowa u dzieci”. Bifolium, Lublin 1999.
- Cooper, P., Ideus, K. „Zrozumieć dziecko z nadpobudliwością psychoruchową”. Wydawnictwo Pedagogiki Specjalnej, Warszawa 2001.