

Sposoby radzenia sobie z uczniem z zespołem ADHD

Nauczyciel, który chce pomóc uczniowi z ADHD, musi zaakceptować odmienny charakter dziecka i odpowiednio je traktować. Uczeń nadpobudliwy powinien w klasie zajmować miejsce bliżej biurka nauczyciela, w pewnym oddaleni od innych dzieci. To ułatwia dokładniejsze śledzenie pracy dziecka i przekazywanie informacji dotyczących lekcji, a dziecku pomaga w skupieniu uwagi.

Mając takiego ucznia, **nauczyciel powinien:**

- mówić tak, aby uczeń go usłyszał, wręcz zwracać się bezpośrednio do niego,
- przekazywać treści w prostej i krótkiej formie,
- zadawać mniej materiału na raz, np. jedna zwrotka wiersza do nauczenia zamiast całego,
- sprawdzić pod koniec lekcji, czy uczeń dokładnie zanotował co ma przygotować w domu,
- zaznaczać podczas wypowiedzi, co jest ważne,
- na tablicy podkreślać ważne informacje na kolorowo,
- proponować taki rodzaj aktywności, który wymaga zaangażowania ucznia.

Charakterystyka objawów nadpobudliwości

Nadmierna ruchliwość ucznia ujawnia się najczęściej poprzez:

- chodzenie po klasie, podskakiwanie,
- nieoczekiwane podrywanie się z miejsca,
- machanie nogami, przebieranie pacami rąk, obgryzanie paznokci
- zaczepianie innych, potrącanie,
- nadmierna gadatliwość.

Jak może zareagować nauczyciel?

- Prosi ucznia o wykonanie drobnych czynności, np. wytarcie tablicy, rozdanie pomocy.
- Zamiast uwagi *jesteś niewychowany, znowu przeszkadzasz*, mówimy krótko, *siadaj, proszę*
- Chwalimy, gdy zrobi coś dobrze.

Nadmierna impulsywność to:

- reakcja nieadekwatna do bodźców,
- nieprzewidywanie konsekwencji swojego działania (przez co dzieci częściej ulegają wypadkom),
- wyrywanie się do odpowiedzi bez przygotowanej, prawidłowej, odpowiedzi,

- przerywanie innym wypowiedzi, bez czekania na swoją kolej,
- nieumyślne niszczenie rzeczy,
- mała odporność na niepowodzenie-wybuchy złości, płaczu,
- popadanie w konflikty z rówieśnikami- prowokacja, kłótnie, obrażanie się

Jak może zareagować nauczyciel?

- Proponuje: *weź ołówek i narysuj na kartce, co teraz czujesz, narysuj swoją złość.*
- Przypomina o obowiązujących zasadach zachowania (spisane na kartce zasady powinny znajdować się w widocznym miejscu, tak aby można się było do nich odwołać), np. *zajmij się swoim zadaniem, nie zaczepiaj kolegów, pracuj itp.*
- Odwraca uwagę ucznia, wydając proste polecenie, np. *podejdź do mnie, pomóż mi itp.*

Dzieci z zaburzoną koncentracją uwagi:

- charakteryzuje chaos odpowiedzi i natłok myśli,
- nudzą się szybko, przerzucają uwagę z obiektu na obiekt,
- mają kłopoty z organizacją i panowaniem swojego działania,
- gubią rzeczy potrzebne do pracy,
- zapominają co było zadane,
- szybko rozpraszają się, są w „niewoli bodźców mimowolnych”,
- zapominają polecenia
- czytają bez zrozumienia,
- unikają zadań wymagających wysiłku umysłowego.

Jak może zareagować nauczyciel?

- Daje polecenia krótkie, jasno sformułowane, np. *Otwórz zeszyt!, Zanonuj pracę domową, Uwaga! Piszemy.*
- Powtarza polecenia.
- Zapisuje polecenia, podkreślając ważny fragment na kolorowo,
- Zwraca uwagę hasłowo: *Zobacz, Uwaga, Spójrz na mnie itp.*
- Może użyć gwizdka, dzwoneczka, klasnąć w dłoń.
- Pozwala uczniowi odpowiadać ustnie zamiast pisać. Dziecko nadpobudliwe zwykle dobrze koncentruje się podczas odpowiedzi ustnej, natomiast w czasie prac pisemnych popełnia błędy wynikające z nieuwagi: nie doczytuje do końca poleceń, myli się przy przepisywaniu.