

TULBURĂRILE HIPERCHINETICE ȘI MODALITĂȚI DE LUCRU LA COPIII PREȘCOLARI



PSIHOLOG OCHIȘ MIRABELA CODRUȚA
Aprilie 2020

“COPIII AU NEVOIE DE DRAGOSTE, MAI ALES ATUNCI CÂND NU O MERITĂ.”
- HAROLD HULBERT

Autorii Döpfner, Schurmann și Frólich în cartea intitulată "Program terapeutic pentru copii cu probleme comportamentale de tip hiperchinetic și opozant", prezintă caracteristicile tulburărilor hiperchinetice, care sunt următoarele: deficitul atențional, impulsivitatea și hiperactivitatea.



A. DEFICITUL ATENȚIONAL



Prof. dr. Radu I. în lucrarea „Introducere în psihologia contemporană”, definește atenția ca fiind procesul psihofiziologic care constă în orientarea și concentrarea selectivă a activității psihice asupra unor stimuli. Există mai multe încercări de a diferenția diferitele forme ale atenției. În legătură cu tulburările hiperchinetice, este importantă diferența dintre atenție selectivă și concentrarea atenției.

Atenția selectivă se referă la capacitatea de focalizare atenției asupra stimulilor relevanți pentru sarcina și de a ignora stimulii irelevanți. Distructibilitatea este semnul unei atenții selectiv reduse. Concentrarea atenției se referă la capacitatea de a menține atenția asupra unei sarcini pentru o perioadă de timp mai lungă de timp. În cazul copiilor cu tulburări hiperchinetice se pot observa ambele tipuri de tulburare a atenției.

Deficitul atențional este caracterizat de faptul că sarcinile pe care le are copilul sunt finalizate sunt realizate foarte rapid sau nu sunt duse la bun sfârșit. Acest lucru poate fi observat mai ales în activitățile care presupune efort intelectual.

B. IMPULSIVITATEA

Impulsivitatea se manifestă ca și nerăbdare, dificultate în a aștepta și a amâna nevoile sau ca acțiuni bruscă și fără premeditare. Astfel, copiii răspund înainte ca întrebarea să fie adresată, întrerup și îi deranjează pe alții provocând probleme în clasa sau în grupul de copii. Îi întrerup, îi deranjează, le iau jucăriile, ating lucruri, pe care ar trebui să nu le atingă.

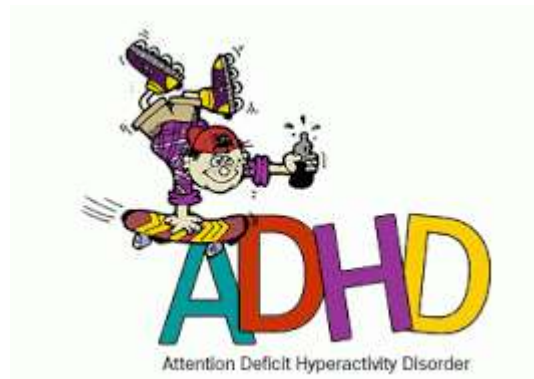
Impulsivitatea poate conduce la accidente și interes crescut față de activități potențial periculoase, copii neținând seama de aceste consecințe. Există două tipuri de impulsivitate: impulsivitatea cognitivă (începe activitatea înainte de a o gândi), impulsivitatea motivațională (copii au o dificultate în a-și amâna dorințele și în a-și aștepta rândul).



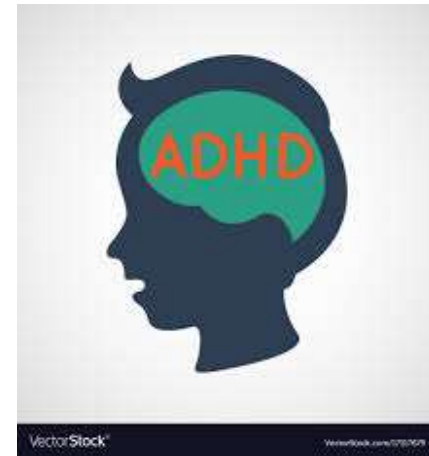
C. Hiperactivitatea

Hiperactivitatea este o activitate motorie dezorganizată, neregulată și explozivă, o neliniște excesivă care apare mai ales în situațiile în care copilul trebuie să stea relativ liniștit.

Hiperactivitatea este spre exemplu agitația și neliniștea pe care o prezintă copiii când stau pe scaun. Copii nu pot sta așezați, liniștiți atunci când sunt implicați în activități, se cațără sau aleargă în momente nepotrivite.



Intervenția în ADHD



- A. Training de rezolvare a problemelor;
- B. Training de controlul furiei;
- C. Training de control al răbdării;
- D. Dezvoltarea competențelor sociale în cazul comportamentelor agresive.





A. Training de rezolvare a problemelor

Jocuri care detensionează

Jocurile de contact fizic sunt foarte bune, eliberează rapid tensiunea negativă. Luați-vă la trântă, băteți-vă cu perne. Alergați prin casă pentru o jucărie, săritul cu el în brațe într-o joacă de-a iepurii.

Jocurile de-a animalele, de tot felul și schimbul de roluri: cineva va fi puiul de bursuc și copilul e mama bursuc, care dorește ca puiul să facă ceva anume, iar puiul refuză. Puteți fi foarte teatrală, să exagerați, invariabil copilul va începe să râdă și altfel o să puteți să negociați apoi.

Foarte eficiente pentru a te ajuta să scapi de furie este joaca de-a cearta cu un animal de pluș, cu copilul drept martor. Un ursuleț e copilul, tu ești mama. Ursulețul refuză tot.

- Vrei să mergem în parc, ursulețule?
- NUNUNU, zice ursulețul.

Și tot așa până când copilul intervine în rol de copil și oferă o soluție sau pur și simplu intră în joc. Uneori și să strigi la animalele de pluș, când este furios copilul are un efect neașteptat.



B. Training de control al furiei



Joculețul pe care ți-l propun este un ajutor pentru tine și copilul tău în astfel de situații. El apelează la simbol, metaforă și magic, adică se potrivește felului de a gândi specific copiilor. **Ce trebuie făcut:** Spune-i micuțului tău că ai găsit într-un loc special un buton magic. Acesta are puterea de a-l ajuta când este furios sau supărat pe cineva. Tot ce trebuie să facă în acele situații este să spună cum se simte (de exemplu: *mă simt furios!*), să apese pe el, și apoi să aștepte un minut, timp în care butonul își face efectul magic și emoția care îl supără scade. Când furia (sau supărarea, tristețea) scade, butonul magic va face astfel încât să îi apară în minte o idee despre ce se poate face pe viitor când va mai apărea acea emoție negativă.

După ce îi trezești curiozitatea copilului, întreabă-l mai întâi în ce situații ar vrea să îl folosească. Faceți apoi o probă a butonului. Spune-i că o perioadă acesta va sta într-un loc unde îl poate vedea și îl poate folosi ori de câte ori are nevoie. Pentru început adu-i tu aminte să apese butonul ori de câte ori vezi că este supărat, trist sau nervos. De câte ori apasă butonul, încurajează-l să spună cum se simte și fii alături de el până se liniștește. După un timp poți renunța la buton, spunându-i că acum butonul magic este atât de puternic, încât trebuie doar să se gândească la el, că el își va face efectul cu aceeași putere.

Bine de știut: Pentru copii obiectele concrete sunt un suport foarte util în dezvoltarea unor deprinderi. Cu ajutorul acestui buton, copilul se va controla.

C.Training de control al răbdării

1.Prinde-mă!

Copilul va alerga și noi vom încerca să-l prindem. Dacă am reușit să-l atingem, copilul „va îngheța” și va trebui să rămână nemișcat 10 secunde. Apoi, poate fugi din nou. Jocul este distractiv și antrenează autocontrolul.

2 . Construiește modelul

Pentru acest joc, putem utiliza nasturi sau creioane. Vom realiza un pattern: 2 creioane roșii, 3 creioane verzi, 2 creioane roșii. Punem deoparte creioanele și cerem copilului să repete modelul. Copiii cu deficit de atenție, nu reușesc întotdeauna să urmeze instrucțiunile date. În acest caz, formularea instrucțiunilor concomitent cu demonstrarea îl va ajuta pe copil să se concentreze asupra ce are de realizat.



D.Învățarea competențelor sociale de către copil

Jocuri de rol în care păpușile se împrietenesc.

Oferirea unui bun exemplu personal. Copiii învață din observare și imitare. În acest sens comportamentul adultului reprezintă în anumite situații sociale un model pentru copil. În acest sens adulții trebuie să manifeste comportamente de grijă față de ceilalți și de interacțiune eficientă. Sunt recomandate folosirea formulele de adresare politicoasă (ex. “te rog”, “mulțumesc”). - Semnificarea corectă a comportamentelor nepotrivite ale copiilor care apar în contextul interacțiunilor zilnice.



Cum să folosim hiperactivitatea

Vă propun un timp destinat distracției și jocului care să vă permită să petreceți momente plăcute cu copilul dumneavoastră. Prin aceasta nu se rezolvă toate problemele, dar acest timp destinat distracției și jocului vă ajută să construiți o atmosferă relaxantă, puteți arăta copilului că sunteți interesat de el și că îi acordați timp.

Conform experienței prin timpul destinat distracției și jocului se îmbunătățește relația părinți-copii și ambele părți au șansa de a învăța aspecte pozitive ale celuilalt.



Ce este crucial în cazul copiilor hiperactivi - orice activitate trebuie dusă până la sfârșit.



BIBLIOGRAFIE

1. Dopfner, M., Schurmann, S., Frolich, J. (2002). Program terapeutic pentru copiii cu probleme comportamentale de tip hiperchinetic si opozant. Cluj-Napoca Editura RTS.
2. Dopfner, M., Schurmann, G., Lehmkuhl. (2004). Copiulul hiperactiv și încăpățânat. Cluj-Napoca Editura RTS.
3. <http://jucarii-vorbarete.ro/jocuri-pentru-copii-cu-deficit-de-atentie-si-hiperactivitate-adhd>
3. Academica Science Journal Studia Series No. (8) 3 – 2014 ISSN:2285–9314 , anul 2014
4. Ștefan, C. A., Kallay, E., Dezvoltarea Competențelor Emoționale și Sociale la Preșcolari - ghid practic pentru educatori, Editura ASCR, Cluj-Napoca, 2007.

