

Zuzanna Kordzińska-Młynarska

*Maty
nadpobudliwy
człowiek*



Zuzanna Kordzińska-Młynarska

*Maty
nadpobudliwy
człowiek*



Krokowa 2006

Mały nadpobudliwy człowiek.
Zuzanna Kordzińska-Młynarska

Wszystkie prawa zastrzeżone.
Książka ani żadna jej część nie może być przedrukowywana ani w żaden inny sposób reprodukowana lub odczytywana w środkach masowego przekazu bez pisemnej zgody Centrum Komunikacji i Mediacji “Akademia Dialogu”.

Redakcja: Jarosław Kordziński
Skład i opracowanie graficzne: Grzegorz Młynarski (e-usługa)

Centrum Komunikacji i Mediacji
“Akademia Dialogu”

ul. Żarnowiecka 8/1, 84-110 Krokowa,
tel. 058 774 20 50
e-mail: j.kordzinski@akademiadialogu.pl
<http://www.akademiadialogu.pl>

Spis treści

SPIS TREŚCI	4
WSTĘP	7
CO TO JEST ADHD?	9
Nazwa	10
Obowiązujące klasyfikacje	12
Przyczyny	19
Genetyczne podłoże występowania ADHD	22
Objawy	26
Wiek a ADHD	35
Inne objawy i zachowania towarzyszące ADHD	43
Leczenie	59
DZIECKO Z NADPOBUDLIWOŚCIĄ W DOMU	67
Porady i wskazówki dla zmęczonych rodziców	69
DZIECKO NADPOBUDLIWE W SZKOLE	81
Garść rad i wskazówek	85
DLA NAUCZYCIELA. DLA RODZICÓW. DLA DZIECKA	97
GIMNASTYKA MÓZGU	99
WYKAZ LITERATURY PRZEDMIOTU	112

Stowo od autora

Jako pedagog specjalny i terapeuta, właściwie cały czas spotykam na swej drodze uczniów ze specjalnymi potrzebami edukacyjnymi, ich rodziców oraz nauczycieli. Bywam świadkiem wielu trudnych sytuacji, ale także postępów w nauce i wychowywaniu, które są wspaniałym doświadczeniem dla wszystkich członków procesów. Swoją wiedzą i doświadczeniem staram się pomagać – nie tylko dzieciom, ale także ich wychowawcom, gdy tylko widzę, że tego potrzebują. A potrzebują często, bowiem dzisiejszy skomplikowany świat jest trudny do ogarnięcia i zaprowadzenia w nim porządku. Te spotkania, długie rozmowy i dyskusje, zajęcia korekcyjne i wyrównawcze, są spotkaniami dwóch stron, które stale czegoś się od siebie uczą i wzajemnie się wzbogacają. Dlatego w moich pozycjach można odnaleźć tyle różnych spostrzeżeń i porad – to skarbnica wiedzy, na którą składają się doświadczenia wielu osób. Rodziców dzieci sprawiających problemy. Nauczycieli uczniów zwanych czasem „kłopotliwymi”. Samych dzieci, które przecież przede wszystkim muszą radzić sobie ze swoimi problemami.

Zespół nadpobudliwości psychoruchowej z deficytem uwagi o tylko jeno z wielu zaburzeń, które mogą towarzyszyć naszym dzieciom i uczniom. I mimo, że jest ono już generalnie znane, to nadal sprawia wiele kłopotów i trudności – rodzicom, nauczycielom, dzieciom. Dlatego powstała ta książka. To próba zebrania najważniejszych informacji na temat ADHD a także odpowiedzi na nurtujące nas wszystkich – wychowawców dzieci nadpobudliwych – pytania. Wyrosła ona z gruntu polskiego wychowania i polskiej szkoły, jest więc jak najbardziej aktualna i pasująca do naszych realiów. To ważne, ponieważ na rynku można znaleźć wiele pozycji książkowych, dotyczących problemu nadpobudliwości, przełożonych z wydań obcojęzycznych. Sama jednak przekonałam się, że wiele z nich – choć przydatnych w teorii, nie zawsze sprawdza się w praktyce, a przecież to właśnie ona jest tak istotna w wychowywaniu i uczeniu naszych pociech.

Ponieważ jednak jestem przekonana, że w każdym działaniu dobrze podierać się założeniami teoretycznymi, moja książka składa się z dwóch głównych rozdziałów – pierwszy rozdział to zbiór wiadomości, które do tej pory udało się uzyskać na temat nadpobudliwości. Wyjaśniam w nim, czym naprawdę jest ADHD, jakie są jego przyczyny oraz objawy – od nadruchliwości, impulsywności i zaburzeń uwagi, po wszystkie te trudności, które dziecku towarzyszą w codziennym życiu, spowodowane właśnie nadpobudliwością. Piszę w nim również, jak ADHD zmienia się wraz z wiekiem i z czego dziecko może wyrosnąć. Na koniec objaśniam i opisuję możliwe sposoby leczenia i terapii osób z zespołem nadpobudliwości psychoruchowej. Jest to więc kompendium wiedzy, która może przydać się każdemu, kto ma kontakt z osobą z ADHD.

Drugi rozdział opiera się na doświadczeniu moim i wielu osób, które w jakiś sposób zetknęły się w swoim życiu z osobami nadpobudliwymi. To zestaw swoistych porad i wskazówek, które można wykorzystać – w całości lub tylko częściowo, w wychowywaniu i nauczaniu dzieci z ADHD. Jedną z najważniejszych porad, którą chciałam przekazać Wam wszystkim pisząc tę książkę jest prośba o wnikliwe obserwowanie własnego dziecka (ucznia) i opieranie działań na tej właśnie wiedzy, bowiem to ona jest waszym wielkim skarbem i atutem. Moje rady mają być pomocą – Wy sami będziecie wiedzieć najlepiej, jak je wykorzystać.

Na zakończenie zapraszam Was do uspokojenia się, zrelaksowania, krótkiej zabawy z Waszymi podopiecznymi. Moją propozycją jest zestaw ćwiczeń zaczerpniętych z Gimnastyki Mózgu, stworzonej przez Paula Dennisona. Zapewniam, że to nie tylko łatwy, ale i skuteczny sposób na poprawę samopoczucia i jakości uczenia się u wszystkich dzieci, nie tylko tych z ADHD.

Na zakończenie pozostaje mi wyrazić nadzieję, że moja książka będąca swoistym przewodnikiem i poradnikiem, okaże się przydatna w Państwa pracy. Kieruję ją zarówno do rodziców jak i nauczycieli, bowiem wierzę głęboko, że wychowanie i nauka zawsze idą w parze i tylko współpraca domu ze szkołą może przynieść maksymalne efekty. Na szali waży się przyszłość naszych dzieci. Możemy ułatwić im osiągnięcie sukcesu. Wiem, że warto spróbować.

Życzę powodzenia,
Zuzanna Kordzińska-Młynarska

Stowo o autorce



Zuzanna Kordzińska -Młynarska

Z wykształcenia pedagog specjalny. Ukończyła pedagogikę na Uniwersytecie Gdańskim oraz studia podyplomowe z zakresu terapii pedagogicznej na Pomorskiej Wyższej Szkole Humanistycznej w Gdyni. Obecnie pracuje jako specjalista do spraw edukacji w firmie Young Digital Planet – wiodącym w Polsce, znanym na świecie wydawnictwie programów multimedialnych dla dzieci i młodzieży. Od wielu lat współpracownik Ośrodka Rozwoju Edukacji „Educator”- gdzie zajmuje się szkoleniami nauczycieli z zakresu specyfiki pracy z dziećmi o specjalnych potrzebach edukacyjnych, tworzenia klas integracyjnych, psychoedukacji oraz komunikacji interpersonalnej. Współautorka wielu poradników dla nauczycieli wydawanych przez Wydawnictwo Verlag Dashoffer, w tym „Poradnik mierzenia jakości pracy szkoły”, „Skuteczne zarządzanie szkołą podstawową i gimnazjum”. Swoje teksty publikowała między innymi w „Charakterach”, a jej praca magisterska pt. „Znaczenia nadawane pojęciu kobiecość przez kobiety z niepełnosprawnością intelektualną” otrzymała honorowe wyróżnienie w konkursie na najlepsze prace magisterskie związane z tematyką osób niepełnosprawnych, organizowanym przez PERON. W swoim doświadczeniu ma również pracę terapeuty zajęciowego oraz nauczyciela-terapeuty w Ośrodku Rehabilitacyjno-Edukacyjno-Wychowawczym dla dzieci głębiej niepełnosprawnych.

Zakup e-booka

Jeśli podoba Ci się ten e-book i zdecydowałeś się zakupić jego pełną wersję (118stron), możesz zakupić go w naszym sklepie. Oto bezpośredni link do produktu:

<http://www.akademiadialogu.pl/sklep/index.php?a=p&id=2>

Jakichkolwiek pytania prosimy kierować na adres: **dialog@akademiadialogu.pl**

Życzymy miłej lektury!