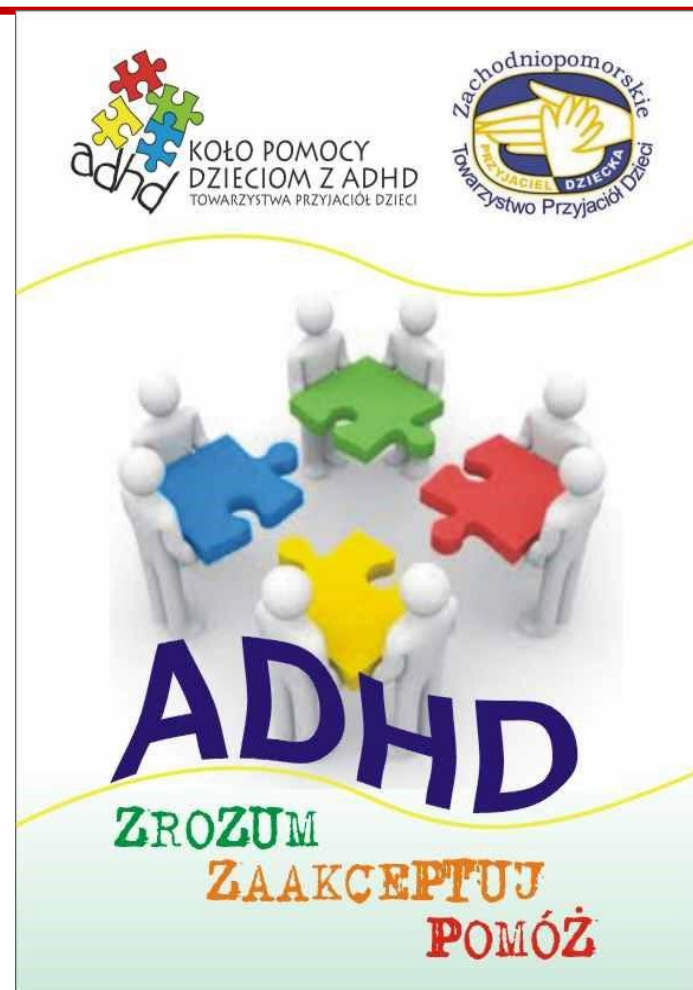




# „ADHD – wyzwanie społeczne czy negacja? „

Listopad 2015 r.





## Program **OBYWATELE DLA DEMOKRACJI**

finansowany jest ze środków Mechanizmu Finansowego

**Obszaru Gospodarczego** (czyli tzw. Funduszy EOG).

Fundusze EOG są formą bezzwrotnej pomocy udzielanej przez Norwegię, Islandię i Lichtenstein.

Celem Funduszy jest:

- Zmniejszenie różnic ekonomicznych i społecznych w państwach EOG;
- Rozwój współpracy pomiędzy Polską a krajami-darczyńcami



Program wdrażany jest przez [Fundację im. Stefana Batorego](#) w partnerstwie z [Polską Fundacją Dzieci i Młodzieży](#), która zajmuje się projektami dotyczącymi dzieci i młodzieży.

[www.ngofund.org.pl](http://www.ngofund.org.pl)



• Projekt tematyczny:

„ADHD – wyzwanie społeczne czy negacja?”

• Wykonawca:

• **Specjalistyczna Placówka Wsparcia Dziennego dla**

**Dzieci i Młodzieży z ADHD przy Towarzystwie**

**Przyjaciół Dzieci Zachodniopomorskiego Oddziału**

**Regionalnego**



Obszar tematyczny Projektu:

**Przeciwdziałanie wykluczeniu** – zwiększanie zakresu i form wsparcia dla grup narażonych na ryzyko wykluczenia społecznego oraz włączanie tych grup w procesy decyzyjne;

[www.ngofund.org.pl](http://www.ngofund.org.pl)



## Meritum projektu:

- **Uruchomienie** dialogu społecznego środowisk
- **Przeciwdziałanie** permanentnemu wykluczaniu osób z ADHD
- **Wzrost** wiedzy i kompetencji
- **Powstanie** sieci stałej współpracy
- **Rekomendacje** do zmian systemowych
- **Wzmocnienie** koalicji pn. „Ogólnopolskie Porozumienie Organizacji i Inicjatyw działających na rzecz osób z ADHD”

## Rezultaty:

- **sieć współpracy** pomiędzy lokalnymi instytucjami (szkoła, policja, sąd, etc.)
- **dyżurny telefon** interwencyjny
- **podniesienie wiedzy i kompetencji** pracowników służb publicznych
- podniesienie wiedzy i kompetencji rodziców dzieci z ADHD
- **wsparcie dla dzieci** z ADHD w ramach warsztatów
- **poprawa wyników** w nauce dzieci biorących udział w projekcie
- **wypracowanie metod** i narzędzi do pracy z dzieckiem z ADHD
- **multimodalny** model wsparcia – trwale relacje między instytucjami.



## Przeprowadzone działania:

### Szkolenia – warsztaty – miniatury teatralne

1 GRUPA – dzieci i młodzież z ADHD – 19 spotkań + 3 miniatury

2 GRUPA – rodzice – 19 spotkań

3 GRUPA – nauczyciele – 10 spotkań

4 GRUPA – policjanci, kuratorzy sądowi, asystenci rodzinni –

10 spotkań





⋮

- **Ogólnopolskie organizacje działające na rzecz osób z ADHD**
  - 4 spotkania w 2015 r.
- Kongres podsumowujący wraz z debatą – 1 spotkanie w 2016 r.
- **Wydanie poradnika dot. Wsparcia w wychowaniu dzieci z ADHD**
- **Uruchomienie dyżurnego telefonu Specjalisty w Placówce**



## Informacje i materiały do pobrania

<http://tpd.szczecin.pl/index.php/programy/obywatele-dla-demokracji>

**Biuro Projektu:** TPD ZOR, ul. Jarowita 2, Szczecin

**Miejsce realizacji** Projektu: Placówka Specjalistyczna Wsparcia dziennego Dzieci i Młodzieży z ADHD, **ul. Pocztowa 31-33**, Szczecin

email: [adhd@tpd.szczecin.pl](mailto:adhd@tpd.szczecin.pl)

⋮

## Jaką wiedzę przekazaliśmy ?





1. O projekcie; Oczekiwania; Historycznie czy histerycznie? T.Olszewska i J.Rysz
2. Obraz zespołu – obalanie mitów; Dzielenie objawów . T.Olszewska i J.Rysz
3. ADHD-naurobiologia i leczenie – I.Gorzowska
4. Strategie radzenia sobie z ADHD; Okulary na ADHD – K.Bociej-Zdrojewska
5. Bagaż ADHD - ciężar czy wyposażenie? K.Bociej-Zdrojewska
6. Program pracy z trudnym dzieckiem. K.Bociej-Zdrojewska
7. Impulsywne wybuchy agresji – ART. – M.Błędowska-Matias
- 8, 9. Zaburzenia integracji sensorycznej w ADHD – J.Agapow
10. Podsumowanie procesu szkoleniowego; Wnioski – J.Rysz, T.Olszewska

⋮

## Czego oczekiwaliście?





Zdobycia **wiedzy** na temat ADHD

Praktycznych **umiejętności wykorzystania** zdobytej wiedzy

**Przykładów** zajęć warsztatu dla grupy dzieci z ADHD.

Zdobycia **umiejętności rozpoznania** dzieci z ADHD.

**Braku lęku** przed dziećmi z ADHD.

**Usystematyzowania** wiedzy na temat ADHD.

**Rozmowy** z psychiatrą i neurologiem.

**Omówienia** „ciekawych” „przypadków”.

**Nawiązanie kontaktów** pomocnych w pracy.

**Pracować** tak, aby **nie szkodzić**.

**Tworzyć** lepszy „świat” dla dziecka z ADHD.

**Unikać** błędów

Akceptacja, wyrozumiałość, wsparcie, wytrwała konsekwencja.

Lepszy świat !, chcemy **chodzić z podniesioną głową**.

ADHD to **nie wymysł** i nie usprawiedliwienie dla błędów

wychowawczych !!!

Chcę **podzielić się** swoją wiedzą i doświadczeniem w obszarze pracy z dziećmi z SPE.

**Lubić** dzieci z ADHD

Konsekwentne, wytrwałe **umożliwianie** dziecku **funkcjonowanie** w środowisku.

Pozwalanie dziecku na **bycie szczęśliwym** na swój nieadekwatny sposób.



Żeby cała rodzina umiała zaakceptować i chciała zrozumieć, że dziecko ma ADHD.

Akceptacji! Akceptacji ! Wzrostu akceptacji dzieci z ADHD..

Chcę, aby w szkole pracowali nauczyciele, którzy dobrze posługują się narzędziami dla dzieci z ADHD.

Chcę, aby nie karano mojego dziecka za objawy.

Chcę, aby wymyślono lek na ADHD.

Chcę ,aby wykorzystano wszystkie pozytywy dziecka.

ADHD istnieje!

Chciałabym umieć pomóc mojemu dziecku.

⋮

## Jakich odpowiedzi poszukiwaliście?





- Od jakiego **wieku** można **zdiagnozować** ADHD ?
- Jaka jest **różnica** pomiędzy ADHD a hiperkinetycznymi zaburzeniami zachowania?
- Stopnie czy **rodzaje** ADHD – czy są takie?
- Jak **postępować** z dzieckiem mającym **atak** agresji?
- Jak **zmotywować** rodzica do pracy z dzieckiem z ADHD?
- Jak **odróżnić** objawy ADHD od błędów wychowawczych?
- Jak **pracować w domu** z dzieckiem z ADHD?
- Jak **zachęcić** opornego **rodzica** do pracy ze specjalistą w sprawie dziecka z ADHD?
- Czy ADHD może **pojawić się** dorosłym życiu?

Jakich argumentów używać, aby **zachęcać rodziców do pracy** z dzieckiem z ADHD w sytuacji, gdy opiekunowie ograniczyli swoje wysiłki do diagnozy (Ew. tryb indywidualny) i **podawania leków?**

Jak **rozpoznawać dziecko** z ADHD?

Jakie są **objawy ADHD** u dziecka szkolnego?

Czy **agresja** to objaw **ADHD**?

Czy ADHD ma **wpływ na popełnianie przestępstw** przez dziecko?

Jak **współpracować i rozmawiać** z rodzicem dziecka z ADHD?

Jak pracować z dzieckiem z ADHD?

W jaki sposób **pomagać**, aby nie zrobić krzywdy?

Jak **pomóc dziecku z napiętnowaniem** w szkole?

## *Powtórka o ADHD*



# Pytanie – odpowiedź



- **ADHD -**

- **Co to za skrót?**



- **ADHD -**

- Zespół Nadpobudliwości Psychoruchowej z Zaburzeniami Koncentracji Uwagi

– Klasyfikacji Amerykańskiego Towarzystwa Psychiatrycznego DSM IV TR z 1998 r;

- Zespół Hiperkinetyczny

- Światowa Organizacja Zdrowia w 1992 roku, w międzynarodowej klasyfikacji chorób (ICD – 10), od tłumaczenie terminu Hyperkinetic Disorder. I ta nazwa jest obowiązująca i stosowana w polskiej nomenklaturze medycznej.

Kto pierwszy opisał objawy ADHD?

## Pierwszy opisał objawy ADHD

- George Still w 1902 roku

Jakie są przyczyny ADHD ?

## Przyczyny ADHD:

- Zaburzenie uwarunkowane genetycznie
- (+) ktoś w rodzinie ma ADHD to ryzyko wystąpienia u kolejnych dzieci wzrasta 5 -7 razy;
- (+) ktoś z rodziców ma ADHD to ryzyko, że wystąpi u ich dzieci sięga 50%;
- (+) bliźniaki jednojajowe – ryzyko, że drugi bliźniak będzie miał ADHD jest wyższe niż u dwujajowych;
- (+) choroba o podłożu genetycznym, dziedziczona wielogenowo;



Jak często występuje ADHD (procentowo) ?

•

# Rozpowszechnienie ADHD

- **3% - 5%** dzieci w młodszym wieku szkolnym
- **3% - 15%** populacji dzieci w wieku szkolnym (1-4 uczniów w klasie)
- **2% - 9,5%** dzieci na całym świecie
- Stosunek chłopców do dziewcząt to 4:1 (American Academy of Pediatrics)
-

# **Jak rozpoznaje się ADHD ?**

## Rozpoznanie ADHD to spełnienie kryteriów

- Początek zaburzenia nie później niż w wieku 12 lat;
- Kilka objawów nieuważności lub nadruchliwości, impulsywności występują w dwóch lub więcej sytuacji (np. w szkole, domu i pracy, z przyjaciółmi lub krewnymi);
- Objawy utrzymujące się przez co najmniej 6 miesięcy;
- Istnieją wyraźne dowody, że objawy zakłócają i obniżają jakość funkcjonowania społecznego, szkolnego i zawodowego;

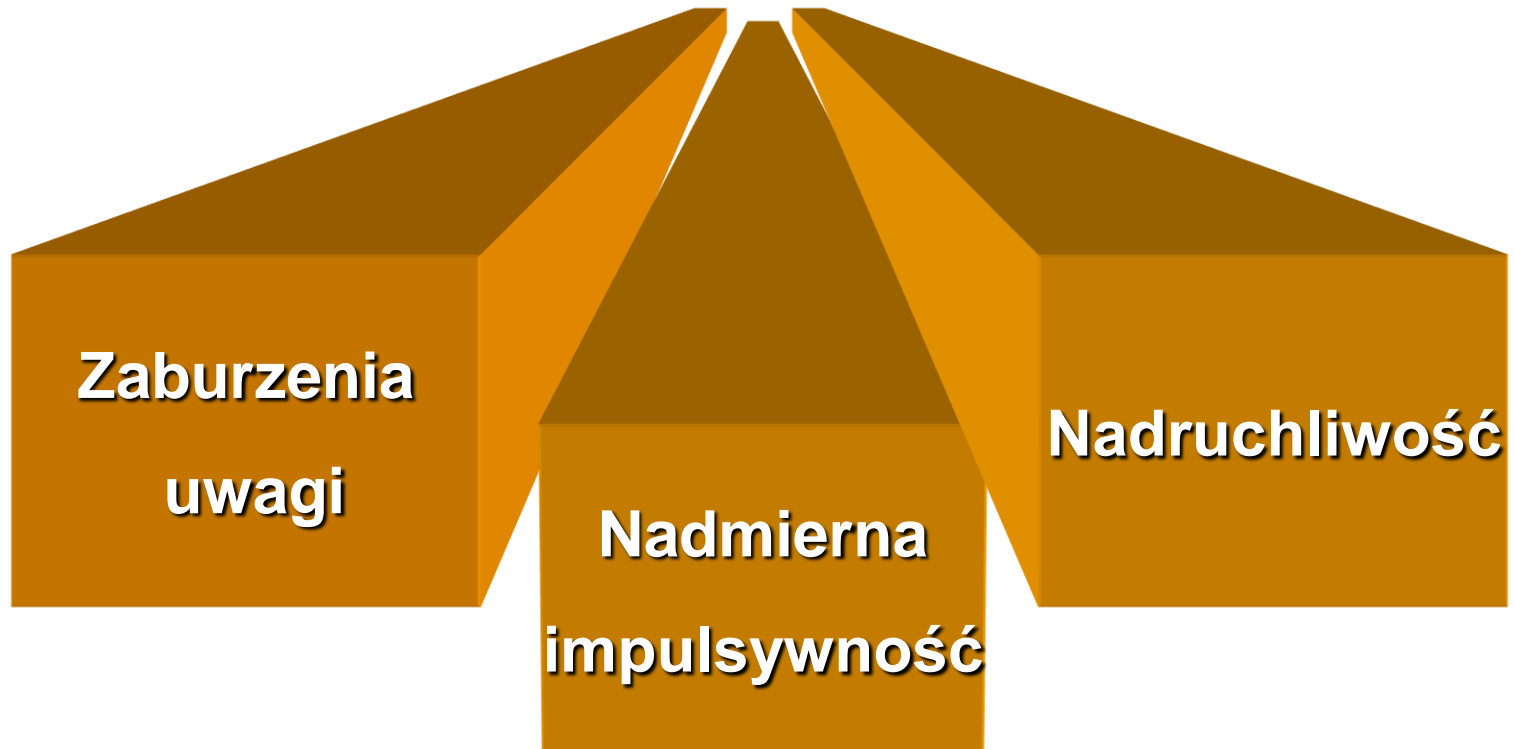
**Jakie są grupy objawów ADHD ?**

---



## Grupy objawów ADHD

---



- ZABURZENIA UWAGI – czym się objawia u dziecka?

## • ZABURZENIA UWAGI

- •częste niezwracanie uwagi na szczegóły
- •częste niepowodzenia w utrzymaniu uwagi na zadaniach
- •często wydaje się nie słyszeć co do niego zostało powiedziane
- •częste niepowodzenia w postępowaniu według instrukcji
- •częste problemy z organizowaniem zadań i aktywności
- •częste unikanie lub silna niechęć do takich zadań, jak praca domowa wymagająca trwałego wysiłku umysłowego
- •częste gubienie niezbędnych rzeczy( ołówki, książki, zabawki)
- •często łatwa odwracalność uwagi przez zewnętrzne bodźce
- •częste zapomnianie w toku codziennej aktywności

- **NADRUCHLIWOŚĆ** – czym się objawia u dziecka?

- **NADRUCHLIWOŚĆ**

- często niespokojnie porusza rękoma lub stopami, albo wierci się na krześle
- często wstaje w klasie lub innych sytuacjach, w których oczekiwane jest utrzymanie pozycji siedzącej
- •często wtrąca się do rozmowy w sytuacjach, w których jest to niewłaściwe
- •często przesadnie hałaśliwe w zabawie lub trudno mu zachować spokój w czasie wypoczynku

- **IMPULSYWNOŚĆ**– czym się objawia u dziecka?

- **IMPULSYWNOŚĆ**

- często udziela odpowiedzi zanim pytanie jest dokończone
- często nie umie czekać w kolejce lub doczekać się swojej rundy w grach lub innych sytuacjach grupowych
- często przerywa lub przeszkadza innym
- często wypowiada się nadmiernie bez uwzględniania ograniczeń społecznych



Jakie neurotransmitery odpowiadają za objawy ADHD?

# Neurotransmitery odpowiadające za objawy ADHD?

- Zakłócenie równowagi chemicznej transmiterów czyli neuroprzekaźników łączących komórki mózgu: noradrenalina, dopamina i serotonina
- Właściwy poziom:
- **dopaminy** – utrzymuje uwagę na zadaniu i odfiltrowuje nieistotne informacje
- **noradrenaliny** – odpowiada za właściwą ocenę sytuacji, czyli analizę i odpowiedni poziom pobudzenia
- **serotoniny** – reguluje nastrój, rytm snu i czuwania, kontrolę zachowania i pozytywne myślenie

- **Jaki jest cel TERAPII w ADHD?**
- **Czy objawy całkowicie znikną?**

## • TERAPIA ADHD: CELE I ZAŁOŻENIA

- Zmniejszenie objawów nadpobudliwości;
- Zmniejszenie objawów zaburzeń współwystępujących;
- Zmniejszenie ryzyka późniejszych powikłań;
- Edukacja rodziny, otoczenia i dziecka nt. natury nadpobudliwości;
- Zmiana niewłaściwych postaw;

- **6 ETAPÓW SKUTECZNEGO WYDAWANIA POLECEŃ**

## • 6 ETAPÓW SKUTECZNEGO WYDAWANIA POLECEŃ

1. Podejdź do dziecka;
2. Zdobądź jego uwagę (dotknij go, spójrz w oczy, zawołaj po imieniu);
3. Wydaj jednoznaczne polecenie w 2 – 3 słowach;
4. Poproś dziecko by powtórzyło polecenie;
5. Powtórz polecenie tyle razy ile założyłeś, poproś by dziecko je powtórzyło;
6. Dopilnuj jego wykonania (Nie odchodź od dziecka, aż nie skończy!).

Jakie powikłania mogą wystąpić u dziecka z powodu  
ADHD ?



## Powikłania mogące wystąpić u dziecka z powodu ADHD

- niska samoocena,
- nuda i frustracja na lekcjach,
- wejście w role klasowego błazna bądź kozła ofiarnego,
- lęk przed poznawaniem nowych rzeczy,
- nieudane kontakty z rówieśnikami,
- depresja,
- skłonność do uzależnień,
- kradzieże lub nawet agresja z powodu rosnącej frustracji,
- kłopoty z prawem.

**W jakich innych przypadkach niż ADHD mogą  
występować  
ZABURZENIA UWAGI ?**

## ZABURZENIA UWAGI mogą występować:

- •przy stosowaniu niektórych leków
- •w alergiach
- •w nadciśnieniu
- •chorobach pasożytniczych
- •chorobach tarczycy
- •chorobach nerek
- •chorobach krwi
- •chorobach serca
- •depresjach
- •zaburzeniach lękowych

**W jakich innych przypadkach niż ADHD może  
występować  
NADRUCHLIWOŚĆ?**

## **NADRUCHLIWOŚĆ może występować:**

- •w alergiach
- •chorobach pasożytniczych
- •chorobach tarczycy
- •przy stosowaniu niektórych leków

# LEKI DZIAŁAJĄ NA ZASADNICZE OBJAWY

## FAKTY CZ MITY ?

- ? dziecko łatwiej się skupi podczas pracy i nauki
- ? dziecko będzie pracować dłużej bez przerw
- ? dziecko zacznie lepiej słyszeć co się do niego mówi
- ? dziecko będzie mniej ruchliwe
- ? dziecku będzie łatwiej zapanować nad emocjami

- **? lek zastąpi wychowanie i nauczanie**
- **? lek poprawi motywację do nauki**
- **? lek spowoduje, że dziecko będzie dostawać piątki i szóstki**
- **? lek zmieni postawę dziecka bitego („agresja za agresję”)**
- **? lek zmieni psychikę dziecka**
- **? lek jest zawsze szkodliwy**
- **? lek na pewno uzależni**



# LEKI DZIAŁAJĄ NA ZASADNICZE OBJAWY

- **FAKT** dziecko łatwiej się skupi podczas pracy i nauki
- **FAKT** dziecko będzie pracować dłużej bez przerw
- **FAKT** dziecko znacznie lepiej słyszeć co się do niego mówi
- **FAKT** dziecko będzie mniej ruchliwe
- **FAKT** dziecku będzie łatwiej zapanować nad emocjami

- **MIT** lek zastąpi wychowanie i nauczanie
- **MIT** lek poprawi motywację do nauki
- **MIT** lek spowoduje, że dziecko będzie dostawać piątki i szóstki
- **MIT** lek zmieni postawę dziecka bitego („agresja za agresją”)
- **MIT** lek zmieni psychikę dziecka
- **MIT** lek jest zawsze szkodliwy
- **MIT** lek na pewno uzależni

**JAKICH RAD UDZIELISZ RODZICOM DZIECI Z ADHD ?**

# RADY DLA RODZICÓW DZIECI Z ADHD ?

- KOCHAĆ I POŚWIĘCAĆ DUŻO CZASU
- TWORZYĆ W DOMU SYSTEM ZASAD
- WZMACNIAĆ PRZEJAWY POŻĄDANEGO ZACHOWANIA
- NIE WZMACNIAĆ NIEWŁAŚCIWEGO ZACHOWANIA
- SKUTECZNIE WYDAWAĆ POLECENIA
- WŁAŚCIWIE STOSOWAĆ KONSEKWENCJĘ
- NIE KARAĆ ZA OBJAWY
- WSZELKIE KONSEKWENCJE NATYCHMIASTOWE
- BYĆ WZOREM DO NAŚLADOWANIA
- ....

**Co powinna zawierać kontrakt na obowiązujące zasady?**

## Co powinien zawierać kontrakt na obowiązujące zasady?

- Temat czego dotyczy.
- Czynności do wykonania.
- Konsekwencje pozytywne za wykonanie.
- Konsekwencje negatywne za niewykonanie.
- Czas obowiązywania zasady.
- Podpis osób zainteresowanych.

**Jakie są osoby z ADHD ?**  
**Co potrafią lepiej od innych?**  
**Czego mają więcej niż inni ?**  
**...?**

## Osoby z ADHD :

- potrafią robić wiele rzeczy na raz;
- charakteryzują się oryginalnym, nietuzinkowym myśleniem;
- są żądni zmian, rutyna jest dla nich zabójcza;
- w trudnych sytuacjach, potrafią niekonwencjonalnie rozwiązywać problemy;
- kiedy napotykają przeszkodę nie walczą, omijają ją i podążają w innym kierunku, to sprawia, że się rozwijają;
- osoby nadpobudliwe potrafią działać błyskawicznie, są odważne,
- chęć pomagania innym sprawia, że w imię ważnej sprawy potrafią się poświęcać bezinteresownie



- Zachowania drażniące?
- Zachowania niepożądane?
- Zaburzenia zachowania?
  
- Zachowania słabo kontrolowane?

- **Zachowania drażniące** – adekwatne do wieku, ale niepokoją opiekunów.
- **Zachowania niepożądane**- nieodpowiednie do wieku i poziomu rozwoju zachowania, które stanowią problem dla opiekunów dane zachowanie traktujemy, jako problem, jeśli jego natężenie, częstotliwość, czas utrzymywania się znacząco odbiega od typowych zachowań dzieci w danym wieku.
- **Zaburzenia zachowania**- zbiór niepożądanych zachowań dziecka trwających co najmniej kilka miesięcy i wpływających na funkcjonowanie dziecka i otoczenia.

- **ZACHOWANIA EKSTERNALIZACYJNE –  
słabo kontrolowane**

- ZESPÓŁ NADPOBUDLIWOŚCI PSYCHORUCHOWEJ (ADHD)
- ZABURZENIA OPOZYCYJNO-BUNTOWNICZE (ODD)
- POWAŻNE ZABURZENIA ZACHOWANIA (CD)
- PŁODOWY ZESPÓŁ ALKOHOLOWY (FAS)

- **Czy umiemy odróżniać objawy ADHD od innych „niefajnych” zachowań ?**

- **Co możemy zrobić w trudnych sytuacjach ?**

Zachowanie

Wybieram objaw  
ADHD

Wybieram inne  
zachowanie

Przypominam  
zasady,  
wprowadzam  
konsekwencje

Przypominam  
zasady,  
wyciągam  
konsekwencje

Stosuje strategie  
radzenia sobie/  
wspierania  
dziecka



## Zapraszam do przerwę



## Zapraszam do pracy w grupach





## Propozycja idealnej ścieżki pomocowej dla rodziny z dzieckiem z ADHD z uwzględnieniem elementów tj.:

Dziecko, rodzic/opiekun, wychowawca, pedagog, psycholog, dyrektor szkoły, lekarz pierwszego kontaktu, lekarz psychiatra, pracownicy policji, sądów, jednostek pomocy rodzinie, itp.

Uwzględnijcie ewent. sytuacje, w jakich dany podmiot powinien być włączony i w jakim zakresie? (ćwiczenie w 4 grupach)

# Pomóc sobie – pomóc dziecku.

**Rodzice -**  
warsztaty dla  
rodziców

**Placówki**  
**wsparcia** dla  
rodziców i dzieci z  
ADHD -  
specjalistyczne  
zajęcia

**Szkoła-**  
szkolenia dla  
nauczycieli,  
skuteczne  
metody pracy

**Inne**  
**instytucje**  
wspierające  
proces  
wychowania

**Dziecko**  
**z ADHD**

**Terapeuci-**  
celowane metody  
pracy z  
dzieckiem z  
ADHD

**Wychowawcy**  
**pozaszkolni -**  
hobby dziecka

**Lekarz**  
psychiatra,  
neurolog-  
farmakoterapia

Jak jest  
teraz ?

Co chcę  
zmienić?

Jakich  
efektów  
oczekuję?

Czego  
potrzebuję?

Co zrobię?





⋮

**Czy wymieniliście już kontakty (telefony, maile, itp.),  
by wspierać się wzajemnie w pracy rodzinami i  
dziećmi – nie tylko z ADHD 😊 ?**



⋮

**Zapraszamy Państwa na Kongres  
podsumowujący projekt „ADHD – wyzwanie  
społeczne czy negacja ?”, który odbędzie się  
12 i 13 marca 2016 r.**



⋮

# Czas na ...

# ...Ankiety







⋮

***Serdecznie dziękujemy za Wasz udział w zajęciach,  
za Waszą aktywność i zaangażowanie, za dzielenie  
się swoją wiedzą i doświadczeniem, tworząc w ten  
sposób cenny wkład do Projektu  
ADHD – wyzwanie społeczne czy negacja ?***

**PROJEKT WSPÓŁFINANSOWANY  
Z FUNDUSZY EOG  
W RAMACH PROGRAMU  
OBYWATELE DLA DEMOKRACJI**

**OBSZAR TEMATYCZNY:  
PRZECIWDZIAŁANIE WYKLUCZENIU**



**TYTUŁ PROJEKTU TEMATYCZNEGO:**

# **ADHD**

## **WYZWANIE SPOŁECZNE CZY NEGACJA?**



**Koło Pomocy Dzieciom z ADHD  
Towarzystwa Przyjaciół Dzieci w Szczecinie  
ul. Pocztowa 31-33 / 70-360 Szczecin  
adhd@tpd.szczecin.pl  
[www.tpd.szczecin.pl](http://www.tpd.szczecin.pl)**



**[www.ngofund.org.pl](http://www.ngofund.org.pl)**