

Złość impulsywna u dzieci i młodzieży z ADHD

Małgorzata Błędkowska-Matias

Plan spotkania

- Impulsywność
- Dziecko z adhd
- Cechy wybuchu złości
- Emocje i uczucia wynikające określonej syt. społ.
- Sygnały poprzedzające wybuch
- Warunki sprzyjające wybuchom
- Konsekwencje
- Plan działania

- Impulsywność – skojarzenia

Dziecko z ADHD



- Po czym poznasz,
- że nastąpił wybuch złości?

- Nieadekwatne zachowanie w stosunku do siły bodźca,
- Związane z dużym napięciem emocjonalnym,
- Związane z trudnościami w radzeniu sobie w danej sytuacji społ.,
- Skierowana na osoby, przedmioty,
- Towarzyszy hałas (krzyk, płacz, głośna muzyka)

Nasze emocje i uczucia

Sygnaty poprzedzające

- Oznaki fizjologiczne i zachowania:
- Zmiana mimiki,
- Gestykulacji,
- Postawy ciała,
- Wzmożone napięcie mięśniowe,
- Zaciśnięte pięści,
- Wzmożona ruchliwość,
- Zmiana tonu głosu,
- Rozproszenie uwagi,
- Negowanie wszystkiego,
- Złośliwość w zachowaniu...

Warunki sprzyjające

- Zmęczenie,
- Doświadczenie niepowodzeń,
- Sytuacja poruszające emocje (przyjemne i nieprzyjemne),
- Powodujące poczucie niesprawiedliwości, lekceważenia,
- Frustracje,
- Niezaspokojone potrzeby...

Postępowanie

- Jeśli rozpoznamy zwiastuny zbliżającego się wybuchu, pomożemy dziecku rozładować złość w akceptowany sposób.
- Unikamy kryzysu!

- Akceptacja emocji dziecka,
- Jasne postawienie granic w odniesieniu do zachowań dziecka

Bezpieczeństwo

- Czy dziecko jest bezpieczne?
- Tak – ignorujemy
- Nie - unieruchamiamy

Konsekwencje naturalne

Alternatywny repertuar zachowań rozładowujących złość

- Akceptowane społecznie zachowania: płkanie, krzyki, trzaskanie drzwiami...

TZA

- Zapalniki zew. i wew.,
- Sygnały fizjologiczne,
- Upomnienia,
- Stosowanie reduktorów – uspokajanie się,
- Samoocena - nagroda

Kontrakt

sytuacja – wybrane zachowanie – czas – nagroda –
spotkanie

Plan działania

- Dziękuję za uwagę.