



Ty decydujesz  
jak reagujesz

# Potrzeby dzieci i młodzieży z neuro różnorodnością

**Autorki:** Magdalena Sabik, pedagog, terapeuta  
Elżbieta Satryjan, oligofrenopeda, neurologopeda

**Neuro różnorodność** jest to ogólny termin obejmujący szereg zaburzeń neurorozwojowych i innych trudności wpływających na funkcjonowanie mózgu. Termin ten zyskał szerokie zastosowanie zarówno w kontekście społecznym, klinicznym, jak też edukacyjnym. Osoby neuro różnorodne to najczęściej osoby z cechami spektrum autyzmu oraz ADHD.



**Wspieranie dzieci i młodzieży z neuro różnorodnością jest ważnym i aktualnym zagadnieniem**, zarówno w kontekście organizacji metod i warunków edukacyjnych, jak też zaspokajania ich potrzeb oraz wspierania potencjału w życiu codziennym i środowisku rodzinnym. Strategie pomagające rozwijać odporność psychiczną dzieciom neurotypowym będą efektywne również u osób neuro różnorodnych, pod warunkiem zadbania o ich priorytetowe potrzeby.

## Potrzeby sensoryczne

Potrzebą, która wysuwa się na pierwszy plan, jest **zadbanie o sprzyjające środowisko dla zmysłów**. Wiemy, że osoby ze spektrum, jak również osoby z ADHD nietypowo przetwarzają bodźce sensoryczne. Dlatego **ważne jest zdiagnozowanie indywidualnego profilu sensorycznego**. Dokonują tego specjaliści Integracji Sensorycznej podczas kilku spotkań (wywiad, obserwacja, próby diagnostyczne). Wynikiem diagnozy jest poznanie obszarów, które wymagają szczególnej uwagi, terapii i dostosowań. Warto zwrócić się do terapeuty z prośbą by diagnoza zawierała również propozycje dostosowań na terenie placówki edukacyjnej i domu np. **możliwość korzystania ze słuchawek wyciszających, przerwy na aktywność ruchową, miejsce relaksu, kołdra obciążeniowa**, propozycje sprzętów, które mogą pomóc zaspokoić potrzeby sensoryczne (podwieszane sakwy, huśtawki, bieżnia, trampolina itp.). Doświadczenie kliniczne wskazuje również, że **korzystanie z basenu** w celu relaksu jest diagnostyczne, jak również pełni rolę terapeutyczną. Obserwacja dziecka kiedy swobodnie korzysta z basenu, informuje nas o jego potrzebach sensorycznych, na przykład dziecko, które chce przebywać długo pod wodą, prawdopodobnie ma potrzebę głębokiego docisku. **Zadbanie o potrzeby sensoryczne procentuje lepszym samopoczuciem dziecka, zwiększeniem możliwości uczenia się i skupienia się na realizacji celów**. Potrzeby sensoryczne są dla niego priorytetowe, dziecko zaspakaja je w pierwszej kolejności. Jeśli są niezaopiekowane – często robi to w niewłaściwym czasie i miejscu.



Ty decydujesz  
jak reagujesz

Warto zwrócić uwagę, że nieocenione korzyści przynosi **bezsredni kontakt z przyrodą**. Badania naukowe, a także relacje osób neuroróżnorodnych mówią o ogromnych korzyściach dla regulowania potrzeb sensorycznych i stanu emocjonalnego płynących z obcowania z naturą.

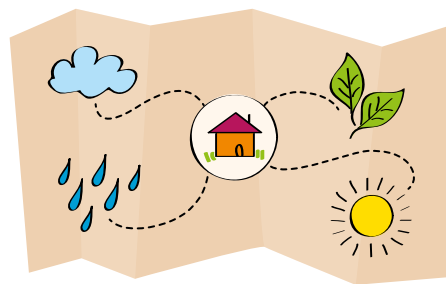


## Potrzeby językowe

Kolejnym niezwykle ważnym obszarem są **potrzeby językowe**. Dzieci ze spektrum autyzmu i z ADHD potrzebują **krótkich komunikatów, jednoznacznych, dosłownych, pozbawionych ironii i sarkazmu, metafor i ozdobników**.

Będą wdzięczne za **proste polecenia i objaśnienia oparte**

**na wizualizacji**. Dziecko przez percepcję wzrokową czerpie więcej informacji i szybciej je przetwarza. Treści edukacyjne łatwiej zapamiętać, przyswoić, kategoryzować i zgeneralizować, jeśli są oparte na materiale wizualnym. **Warto skorzystać z techniki myślenia wizualnego, map myśli, a także prostych ilustracji** do treści fabularnych.



Ta grupa dzieci często mierzy z trudnościami związanymi z **prędkością przetwarzania słuchowego**. Treści przekazywane drogą słuchową w przeciętnym tempie mogą być poza zasięgiem możliwości przetwarzania słuchowego. Oznacza to, że **dziecko potrzebuje dłuższego czasu na to, by z tego, co usłyszy wyodrębnić znaczenie**. Więcej czasu również zajmuje mu sformułowanie myśli i jej przekazanie. Wtedy **skuteczna jest rozmowa w formie pisemnej, pisanie poleceń i prostych komunikatów**. Dziecko nie ma trudności z rozumieniem informacji zapisanych. Ważne dla tych dzieci są informacje i argumenty, które są logiczne, można na nich bardziej polegać niż na argumentach emocjonalnych. Łatwiej dziecko przekonać do współpracy i zachęcić do robienia rzeczy, które nie są dla niego interesujące, a są ważne. **Bardzo często dzieci maskują trudności z przetwarzaniem słuchowym, gdyż odczuwają dużą presję, gdy ktoś czeka na odpowiedź**. Udają, że rozumieją, albo odpowiadają, że nie wiedzą, żeby uciec od trudnej emocjonalnie sytuacji. Występujące u tych dzieci dosłowne rozumienie mowy, może być dla nich źródłem kłopotów i zachęcać rówieśników do nadużyć.

Dzieci te mają **trudność z odczytywaniem sygnałów społecznych, informacji niewerbalnych i są mało elastyczne w sytuacji spontanicznej zmiany konwencji rozmowy**. Wyklucza je to społecznie i może być przyczyną niepowodzeń w relacjach rówieśniczych. Dlatego pomocne może być **wspieranie poprzez naukę konwersacji, zadbanie o przyjazne środowisko dla dziecka**. Warto kierować się zainteresowaniami dziecka w poszukiwaniu grupy rówieśniczej, daje mu to dobrą pozycję w grupie i pomaga w rozmowie.

Ważne, aby każde dziecko ze szczególnymi potrzebami **regularnie konsultowało się z lekarzem psychiatrą**. Czasami kluczowe dla funkcjonowania okazuje się wsparcie farmakologiczne.



Szpital Kliniczny  
im. dr. J. Babińskiego  
SPZOZ w Krakowie  
INSTYTUCJA WOJEWÓDZTWA MAŁOPOLSKIEGO

MAŁOPOLSKA  
DBA O ZDROWIE

Program realizowany jest ze środków  
finansowych Województwa Małopolskiego



Ty decydujesz  
jak reagujesz

## Poczucie bezpieczeństwa

Według badań dominującym stanem emocjonalnym tej grupy dzieci jest **lęk**. Dlatego ważne są strategie, które ten lęk obniżają i dają poczucie bezpieczeństwa. Najbardziej skuteczną z nich jest **obrazkowy plan dnia**.

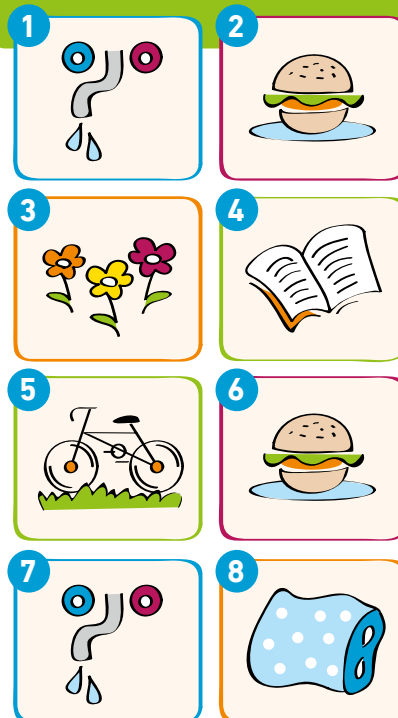
Jak wiadomo, percepcja wzrokowa jest bardziej niezależna od stanu emocjonalnego i stopnia wyczerpania. Plan obrazkowy pomaga też regulować emocje i zarządzać motywacją. Powinien on być ułożony wertykalnie i obejmować ważne czynności dnia. Dziecko posługując się planem, realizuje kolejne punkty, wpływa to też na jego samodzielność, bo po ukończeniu jednej czynności plan podpowiada mu, co ma robić dalej. **Umieszczenie atrakcyjnej dla dziecka aktywności po tej, która jest dla niego trudna, motywuje go do jej ukończenia.** To, że dziecko widzi już rano, że w ciągu dnia na planie jest coś, co jest dla niego atrakcyjne, wpływa też na jego emocjonalny dobrostan. W miarę upływu dnia widzi również, że czeka go coraz mniej wyzwań.

Potrzebę bezpieczeństwa zapewnia również **informowanie o tym, co się będzie działo**, jak będą wyglądały wizyty w nieznanym miejscu, czego się można spodziewać, a także wcześniejsze informowanie o zmianach. Ważne jest również uczenie strategii jak poradzić sobie z emocjami w takiej sytuacji. **Nieoczekiwane zmiany powodują nagły wzrost napięcia emocjonalnego**, dlatego ważne jest, by dziecko nauczyć, co może zrobić, by nie doszło do załamania. Skuteczne są ćwiczenia oddechowe oraz inne przećwiczone wcześniej strategie.

Kolejnym elementem, który wzmacnia poczucie bezpieczeństwa, jest **klarowna struktura otoczenia, czyli ramowanie przestrzeni**. Co oznacza zdefiniowanie miejsca do nauki, aktywności ruchowej, czy do relaksu przez np. układ mebli i sprzętów, mniej przedmiotów i uporządkowane otoczenie, neutralne kolory.

Specyfika funkcjonowania dzieci naraża je na sytuacje **przemocy rówieśniczej**. Ważne jest, by dziecko miało prawidłowo zdefiniowane, jakie są formy przemocy i jakie procedury są skuteczne, jeśli doświadcza tej przemocy. Profesor C. Kasari proponuje interwencje rówieśnicze polegające na wyłonieniu za pomocą technik socjometrycznych, **empatycznego rówieśnika** i powierzenie mu misji zwracania uwagi na to by dziecko było w grupie (przywoływanie go do grupy), co uchroni dziecko przed dręczeniem w odosobnieniu, jak również pozwoli mu bez presji obserwować interakcje rówieśnicze i czerpać z tego.

### Mój plan dnia





## Ty decydujesz jak reagujesz

Inspiracją do zadbania o potrzeby emocjonalne dzieci może być „**skrzynka do naprawiania siebie**”. Jest to pudełko zawierające symbole (przedmiot lub obrazek) aktywności, które pomagają regulować emocje. Pudełko przygotowujemy z dzieckiem i uczymy je, że może z niego skorzystać, kiedy chce sobie poprawić nastrój i obniżyć napięcie emocjonalne. Definiując te czynności, posługujemy się skalowaniem, np. przed wejściem na basen pytamy dziecko jak się czuje w skali od 1 do 10, przy czym 10 to najlepsze samopoczucie. Dziecko określa ten stan i potem takie samo pytanie zadajemy po wyjściu z basenu. Jeśli wartość jest wyższa, wtedy uświadamiamy dziecku, że ta aktywność poprawiła mu nastrój o konkretną wartość. Symbol basenu umieszczamy w skrzynce do naprawiania siebie. Podobnie postępujemy z innymi aktywnościami. To, że aktywności symbolizowane są wizualnie, pozwala korzystać z nich dziecku nawet w dużym pobudzeniu emocjonalnym, gdyż informacje percypowane wzrokowo są jeszcze wtedy przyswajalne.

Dzieci te mają również trudność z dbaniem o **potrzeby organizmu**. Mogą długo się czymś zajmować, nie jeść i nie pić. Ważne jest, by je wspomagać w zadbaniu o te potrzeby. Warto **proponować im przekąski czy napoje, a ich symbole można umieścić w planie dnia**. Nieuświadomiony głód i pragnienie powodują rozdrażnienie, obniżenie nastroju i wzmagają trudności z koncentracją.

Warto pamiętać o nieintuicyjnym fakcie, że **u dzieci z ADHD** ośrodek nagrody musi być pobudzony przed wykonaniem zadania. Pomaga to dziecku podjąć i doprowadzić zadanie do końca. U dzieci z zaburzeniami aktywności i uwagi wysiłek umysłowy powoduje duże zużycie glukozy, w związku z tym **warto o zadbać o dostarczanie dziecku przekąsek w czasie uczenia się**. Niedocenionym, ale bardzo skutecznym narzędziem do regulowania napięcia emocjonalnego jest **proponowanie dziecku napicia się wody**. Dlatego warto zwrócić uwagę, by woda była zawsze dostępna i w polu widzenia dziecka. Podstawową regulacją funkcjonowania jest **sen i czuwanie**. Jakikolwiek trudności z tego obszaru należy skutecznie wyeliminować, jeśli to konieczne nawet przy wsparciu lekarza.

Dopiero zaopiekowanie potrzeb wpływających z atypowego funkcjonowania da punkt wyjścia do skutecznych oddziaływań podnoszących np. odporność psychiczną, dobrostan emocjonalny i skutkujących sukcesami społecznymi oraz edukacyjnymi.

### POLECAMY DO PRZECZYTANIA!

- „Nowe historyjki społeczne” Carol Gray
- „Materia autyzmu” Judith Bluestone
- „Plany aktywności dla dzieci z autyzmem” Lynn E. McClannahan
- „Natura leczy” Florence Williams
- „Zespół Aspergera. Kompletny przewodnik” Tony Attwood
- „Trudność w percepcji sensorycznej w autyzmie i zespole Aspergera” Olga Bogdashina
- „Mini ADHD coach” Alice Gendron

