

Przedszkolak z dyspraksją

Według specjalistów SI w każdej grupie przedszkolnej może być 2–3 dzieci mających trudności w wykonywaniu prawidłowych ruchów, bo jak wskazują statystyki, około 10% dzieci cierpi na dyspraksję, a cztery razy częściej dotyczy to chłopców¹. Ponieważ zaburzenie to utrudnia funkcjonowanie dziecka nie tylko w domu, ale przede wszystkim w przedszkolu, a potem w szkole – nauczyciele oraz specjaliści powinni znać jego specyfikę i wiedzieć, jak postępować z takimi podopiecznymi.



CZYM JEST DYSPRAKSJA?

Dyspraksja to rozwojowe zaburzenie koordynacji (w skrócie DCD – od angielskiego terminu *developmental coordination disorder*). Stanowi problem neurologiczny, należący do grupy zaburzeń sensomotorycznych, wpływający na trudności w planowaniu i koordynacji ruchów celowych lub całkowity brak takich zdolności. W literaturze funkcjonują też inne nazwy dyspraksji, m.in.:

- syndrom niezdarne dziecka (*clumsy child syndrome*),
- minimalna dysfunkcja mózgowa (*minimal brain dysfunction*),
- trudności w uczeniu się motoryki (*motor learning difficulties*),
- dysfunkcja percepcyjno-motoryczna (*pereceptual-motor dysfunction*).

Etiologia dyspraksji nie jest jeszcze do końca poznana. Teorie mające wyjaśnić jej przyczyny opierają się głównie na obserwacji i przypuszczeniach. Wynika z nich, że osoby dyspraktyczne nie wykazują żadnych wad neurologicznych, które uzasadniałyby to zjawisko, a przyczyna wynika najprawdopodobniej z niedojrzałości rozwoju neuronów motorycznych w ich mózgu.

Neurony motoryczne to komórki nerwowe, które przekazują sygnały z mózgu do mięśni, a co za tym idzie – kontrolują nasze ruchy. Jeśli połączenia pomiędzy neuronami nie są prawidłowe, przekazywanie sygnału elektrycznego z mózgu do mięśni jest mniej efektywne.

Diagnozowanie dyspraksji jest procesem interdyscyplinarnym, który należy rozpocząć od wizyty u neurologa w celu

ich rozwój intelektualny jest prawidłowy – dzieci te wymagają znacznie więcej pomocy ze strony dorosłych niż inne w ich wieku. Oto niektóre charakterystyczne objawy, jakie można zaobserwować w przedszkolu i w domu u dzieci z dyspraksją²:

1. W wieku pięciu lat dziecko nie potrafi:

- skoczyć z wysokości ok. 60 cm,
- iść wzdłuż linii,
- złapać małą piłeczkę,
- narysować ludzika prostymi kreskami,
- sprawnie używać sztućców (w trakcie jedzenia brudzi siebie i otoczenie),
- samodzielnie się ubrać (potrzebuje pomocy także przy innych czynnościach wokół siebie).

2. W wieku sześciu lat trudność sprawia dziecku:

- skakanie na jednej nodze, rzucanie i chwytywanie piłki,
- kolorowanie, trzymanie ołówka, wycinanie nożyczkami,
- pisanie drukiem własnego imienia,
- czekanie na swoją kolej w trakcie rozmowy,
- akceptowanie hałasu,
- opanowanie emocji (często, gdy coś je rozprasza, reaguje wybuchem negatywnych emocji),
- wiązanie sznurówek,
- samodzielne mycie się w wannie,
- aktywne spędzanie czasu (słabo radzi sobie w grach z piłką, późno uczy się jazdy na rowerze).

Dyspraksja jest problemem, z którego się nie wyrasta, jest problemem całego życia. Dlatego kompleksowa pomoc dziecku z dyspraksją jest procesem wielokierunkowym i długotrwałym.

wykluczenia innych zaburzeń przebiegających z podobnymi objawami. Następnie trzeba zgłosić się do poradni psychologiczno-pedagogicznej, o ile jest w niej zatrudniony specjalista uprawniony do diagnozowania dyspraksji. Diagnozy podjąć się może również terapeuta zaburzeń integracji sensorycznej, chociaż są głosy, że taka diagnoza wystawiana przez terapeutów SI nie jest do końca pełnoprawna, bo nie poprzedza jej szereg odpowiednich badań i wystandaryzowanych testów.

CHARAKTERYSTYKA DZIECKA Z DYSPRAKSJĄ

Dzieci z dyspraksją mają poważne kłopoty z koordynacją ruchów motoryki dużej i małej. Są zazwyczaj niezgrabne ruchowo, często potykają się, potracają przedmioty i osoby, nie mogą usiedzieć na miejscu. Mają problem ze słuchowym wyróżnieniem dźwięków z tła, szczególnie w sali przedszkolnej, gdzie bardzo intensywnie oddziałujące dystraktory przeszkadzają im w słuchaniu ze zrozumieniem i pełnym skupieniu się na wypowiedziach nauczycielek. Dlatego – mimo że

CO MOŻE ZROBIĆ PRZEDSZKOLE, BY POMÓC DZIECKU?

Przedszkolak z dyspraksją rozwojową to dziecko o specjalnych potrzebach edukacyjnych wynikających z ryzyka specyficznych trudności w uczeniu się. Takie stanowisko prezentuje Polskie Towarzystwo Dysleksji oraz Polskie Towarzystwo Terapeutów Integracji Sensorycznej, uznając dyspraksję – obok dysleksji, dysortografii, dysgrafii, dyskalkulii, dysfazji, ADHD lub ADD i autyzmu – za przyczynę specyficznych trudności w uczeniu się. Zatem dziecko z dyspraksją ma prawo w przedszkolu do indywidualizacji, dostosowania wymagań do swoich potrzeb i możliwości psychorozwojowych oraz do pomocy psychologiczno-pedagogicznej udzielanej mu zarówno w trakcie bieżącej pracy w grupie, jak i w formie zajęć specjalistycznych, np. typu korekcyjno-kompensacyjnego.

Od kilku lat istnieje na polskim rynku Fundacja Szkoła Niezwykła. Prowadzi ona kampanię medialną, która uświadamia polskiemu społeczeństwu skalę zjawiska. Uczy, jak rozpoznać i diagnozować takie dzieci. Szkoli nauczycieli i rodziców, by mogli lepiej je zrozumieć.

1 KROK

Bardzo istotne jest, by patrzeć na dziecko dyspraktyczne nie tylko przez pryzmat ujawnianych przez nie trudności, ale też mocnych stron, których ma zapewne wiele, a które warto dostrzec. Równie ważne jest to, aby być świadomym, jak dane zaburzenie wpływa na rozwój samodzielności u dziecka, jakie cele mu wyznaczać, aby były możliwe do zrealizowania. Nauka oraz oddziaływania terapeutyczne powinny przebiegać małymi krokami z pełnym poszanowaniem godności dziecka i uwzględnianiem jego aktualnych możliwości. Na początku każdego nowego roku przedszkolnego:

- Nauczycielki, pedagog i psycholog oraz rodzice powinni przedyskutować obecne nawyki, możliwości i potrzeby dziecka, ustalić wzajemne oczekiwania i zasady postępowania z nim, np. traktowanie ze szczególną życzliwością, docenianie i chwalenie każdego wysiłku i osiągnięcia. Kiedy dziecko będzie miało lepsze zdanie o sobie, łatwiej będzie mu współpracować w przezwyciężaniu swoich trudności i ograniczeń.
- Oddziaływania edukacyjno-wychowawcze nie mogą opierać się na strachu, niepewności, poczuciu wstydu i winy, lecz na zainteresowaniu, przeżyciu sukcesu, poczuciu własnych możliwości. Nawet kiedy wszyscy wiedzą, że dziecko nie da rady wykonać jakiegoś zadania, to nauczyciel winien je zawsze zachęcać i mobilizować, chwalić za wysiłek.

czynności, nawet jeśli rozciąga się on w czasie, a jej wykonanie jest niestaranne.

- Trzeba także brać pod uwagę, że takie dziecko ma trudności z organizacją pracy, dlatego potrzebuje więcej czasu, by zapamiętać wierszyk czy piosenkę. Dla niektórych maluchów trudne może być nawet rozpoznawanie własnych ubrań, zdecydowanie, na którą stronę włożyć koszulkę czy spodnie. Należy skupić się przede wszystkim na rozwoju sprawności ruchowych dziecka. Warto więc zezwalać na jego rezygnację z udziału w rywalizacyjnej grze zespołowej (szczególnie z użyciem piłki) na rzecz wykonywania w tym czasie ćwiczeń, np. ruchowo-sprawnościowych, indywidualnie lub w parze. Po zadaniach ruchowych, wymagających dużej aktywności, należy zawsze zastosować ćwiczenia wyciszająco-relaksujące.

2 KROK

Wskazane jest, aby nauczycielki mające w swoim zespole dziecko dyspraktyczne zapoznały się ze szczegółowymi wskazówkami dr Amandy Kirby³. Oto kilka z nich, przydatnych w zakresie nabywania przez dziecko umiejętności przygotowujących do nauki czytania i pisania:

- Stosuj krótkie polecenia.
- Nie wrywaj dziecka do natychmiastowej odpowiedzi, uprzedź je wcześniej, że będzie za jakiś czas proszone o odpowiedź.

Dzieci obarczone dyspraksją – przy odpowiednim wsparciu nauczycieli, systematycznie udzielanej im pomocy i stałej zachęcie do wysiłku – dają sobie radę w szkole i na miarę indywidualnych możliwości osiągają sukces edukacyjny.

- Warto posadzić dziecko blisko siebie, tak aby móc je obserwować i pomagać mu, a także zachęcać je do proszenia o pomoc, gdy jest to konieczne. Siedząc blisko swojej pani, dziecko lepiej koncentruje się, bo zawęża się jego pole widzenia i spada liczba rozpraszających bodźców. Należy też zwracać uwagę na to, aby siedziało ono w stabilnej pozycji, ze stopami przylegającymi płasko do podłogi. Plecy muszą być podtrzymywane oparciem krzesła (pomocna będzie poduszka). Stolik powinien być około 5 cm poniżej wysokości łokcia, gdy dziecko siedzi prosto, a jego łokieć jest zgięty pod kątem 90 stopni.
- Należy jasno, konkretnie, zwięźle formułować polecenia i pytania. Nieraz trzeba powtórzyć je kilka razy, a nawet podejść do dziecka. Ważne, by unikać potoku słów.
- Należy wspierać dziecko „zza jego pleców” i wykonywać możliwie najwięcej czynności za pomocą jego własnych rąk tak, aby miało możliwość zautomatyzować sekwencję czynności ćwiczonej umiejętności; później – jak najczęściej dawać dziecku możliwość samodzielnego wykonania

- Poproś rodziców, aby zakupili dziecku przezroczysty piórnik i grube kredki o trójkątnym uchwycie lub odpowiednie nakładki – dyspraktycy mają trudności z odpowiednim trzymaniem przyborów do rysowania i pisania, w związku z tym takie pomoce będą konieczne.
- Niezawodne okazuje się również biurko z pochyłym blatem, ułatwiające w znacznym stopniu rysowanie i pisanie – jeśli w przedszkolu nie ma takich mebli, można zastosować różnorodne podkładki.

JAKĄ FORMĄ TERAPII OBJĄĆ PRZEDSZKOLAKA Z DYSPRAKSJĄ?

Najlepsze rezultaty w leczeniu dzieci z dyspraksją przynosi stosowanie terapii integracji sensorycznej (SI), która może być prowadzona w ramach zajęć korekcyjno-kompensacyjnych. Aby dziecko odpowiednio interpretowało sytuację i na nią reagowało, musi korzystać nie tylko ze wszystkich swoich zmysłów, ale muszą one ze sobą odpowiednio współpracować. Terapia SI służy właśnie pobudzeniu zmysłów w celu



ich zintegrowania. To bardzo ważne w przypadku dyspraksji, gdyż właśnie z koordynacją zmysłów – wzroku, ruchu, czucia – dziecko ma największy problem.

Nauczyciel-terapeuta przygotowuje dla dziecka indywidualny program dostosowany do jego potrzeb z zachowaniem zasady stopniowania trudności. Dziecko, czując, że odnosi sukcesy w coraz większej liczbie coraz bardziej skomplikowanych zadań, podnosi swoją samoocenę i chętnie uczestniczy w zajęciach. Takie doświadczenia w kierowaniu swoim zachowaniem zaczyna przenosić również na inne sytuacje poza salą terapeutyczną. Zmienia się obraz dziecka i jego funkcjonowanie w środowisku. Terapia SI jest zazwyczaj dla dziecka przyjemną zabawą z wykorzystaniem różnorodnego sprzętu: zjeżdżalni, platformy do huśtania, liny do wspinania, koła do wskakiwania, trapezu do huśtania – i tak

mogą ją postrzegać dorośli. Jest to jednak jednocześnie ciężka praca, bo pod kierunkiem wykwalifikowanego terapeuty małe dziecko jest w stanie osiągnąć sukces, który prawdopodobnie byłby niemożliwy w całkowicie spontanicznej zabawie.

Jeśli w przedszkolu nie ma specjalisty do prowadzenia terapii integracji sensorycznej, to w ramach zajęć korekcyjno-kompensacyjnych, obok ćwiczeń usprawniających różne funkcje, można wprowadzać elementy terapii zajęciowej. Pomoże ona dziecku z dyspraksją opanować podstawowe umiejętności motoryczne i manualne na zasadzie treningu. Rodzice wspólnie z terapeutą winni jednak ustalić, które czynności są dziecku niezbędne, a które pozwolą na większą samodzielność. Trzeba mieć wówczas na uwadze, że opanowanie choćby zwykłego zawiązywania sznurowadeł dla dyspraktyka może być nie lada wyzwaniem.

PRZYKŁADOWE WSKAZÓWKI ORAZ ĆWICZENIA DO WYKORZYSTANIA W PRACY Z DYSPRAKTYKIEM

Usprawnianie motoryki małej i dużej: rysowanie w powietrzu, skakanie, stanie na jednej nodze, pływanie, zabawy z dużą piłką, jazda na hulajnodze, zabawy z balonem, podrzucanie pliki, chwytanie, ugniatanie i wyrabianie ciasta, nawlekanie koralików, budowanie konstrukcji z klocków, malowanie palcami, rysowanie oburącz, darcie gazety, formowanie kulek z gazety lub bibuły, obrysowywanie szablonów, kolorowanie, naśladowanie różnorodnych ruchów, gry pantomimiczne, ćwiczenia tułowi (np. skłony i skręty), manipulowanie palcami stóp (np. zawijanie chusteczki, ściskanie piłeczek, bazgranie, rysowanie w piasku, ryżu, kaszy).

były proste, np. *naśladowaj mnie, zrób to*. Dodaj do tego gesty i ruchy rąk. Dziecko potrzebuje wskazówek wizualnych – nie tylko więc mówimy o czynności, jaką ma ono wykonać, ale także ją dokładnie demonstrujemy.

Dyspraksja jest problemem, z którego się nie wyrasta, jest problemem całego życia. Dlatego kompleksowa pomoc dziecku z dyspraksją jest procesem wielokierunkowym i długotrwałym. Bardzo ważne, obok terapii i uczenia dziecka, jest udzielanie mu wsparcia i zrozumienia, utwierdzanie w przekonaniu, że to nie jego wina, kiedy zewsząd będzie obwiniane o niezręczność i niezgrabność. Zamiast więc oczekiwać, że dziecko z dyspraksją będzie zachowywało się tak jak jego rówieśnicy, nauczyciele oraz specjaliści powinni mu pomóc,

**Bardzo istotne jest, by patrzeć na dziecko dyspraktyczne
nie tylko przez pryzmat ujawnianych przez nie trudności, ale też mocnych stron,
których ma zapewne wiele, a które warto dostrzec.**

Usprawnianie pamięci słuchowej:

- podpowiedz dziecku, że podczas nauki na pamięć może uczyć się tekstu, śpiewając go w rytmie ulubionej piosenki,
- stosuj różnorodne gry i zabawy pamięciowe, np. głuchy telefon, powtarzanie ciągu wyrazów zaczynających się na taką samą literę,
- dziel materiał dla ucznia dyspraktycznego na mniejsze partie,
- podczas głośnego czytania stosuj pytania kontrolne, mające na celu rozpoznanie poziomu zrozumienia tekstu przez ucznia.

Usprawnianie pamięci wzrokowej:

- pokaż dziecku jakiś przedmiot i poproś, aby zapamiętało jak najwięcej szczegółów, następnie zadawaj pytania kontrolne – możesz wykorzystać w tym celu również obrazki lub ciąg kształtów,
- wykorzystuj różnorodne ćwiczenia, np. wyodrębnianie różnic na obrazkach, grę memo, zapamiętywanie ciągu kształtów.

Skupienie uwagi na nauczycielu-terapeucie:

- daj dziecku wybrane materiały do zadania i kilka minut na zabawę badawczą,
- zanim wydasz małemu dyspraktykowi jakiegokolwiek słowne polecenie, upewnij się, że dziecko siedzi spokojnie i nie bawi się bezmyślnie zabawkami,
- powiedz jego imię, nawiąż kontakt wzrokowy, a następnie wydaj proste i krótkie polecenie,
- następnym krokiem jest przyciągnięcie uwagi dziecka z dyspraksją, gdy jest aktywnie zaangażowane w realizację danego zadania – powiedz jego imię, dodając: *popatrz, posłuchaj* – ale nie wydawaj żadnego polecenia, zanim nie popatrzy Ci w oczy. Od początku pilnuj, aby polecenia

wśluchać się w jego potrzeby, spróbować odkryć jego talenty i zainteresowania. Należy skoncentrować się na mocnych stronach dziecka oraz na budowaniu jego pewności siebie, bo ta bywa często poważnie zachwiana, zachęcając, by starało się nawiązywać relacje z innymi mimo nierzadko przykrych doświadczeń. Dyspraktyk musi być odporny na uwagi kolegów, którzy nieraz będą go nazywać ciamajdą, oferumą, ofiarą losu, słoniem w składzie porcelany itp. Warto pamiętać, że dzieci obciążone dyspraksją – przy odpowiednim wsparciu nauczycieli, systematycznie udzielanej im pomocy i stałej zachęcie do wysiłku – dają sobie radę w szkole i na miarę indywidualnych możliwości osiągają sukces edukacyjny.

Małgorzata Łoskot

¹ Źródło online: www.szkolaniezwykla.org.pl.

² A. Kirby, *Dyspraksja: rozwojowe zaburzenie koordynacji*. Fundacja Szkoła Niezwykła, Warszawa 2010.

³ Tamże.

Literatura polecana:

- Cermak S., *Rozumiejąc integrację sensoryczną. Znaczące kategorie integracji sensorycznej i związane z nimi rozważania*, Biuletyn SI, 2003, 1.
- Fundacja Szkoła Niezwykła, www.szkolaniezwykla.org.pl.
- Kirby A., *Dyspraksja: rozwojowe zaburzenie koordynacji*, Fundacja Szkoła Niezwykła, Warszawa 2010.
- Kubala-Kulpińska A., *Dyspraksja: kiedy zawiązanie buta staje się problemem...*, Życie Szkoły, 2013, 4.
- Platt G., *Pokonać dyspraksję. Prosty program ćwiczeń poprawiających umiejętności ruchowe w domu i w szkole*, Wydawnictwo Harmonia 2016.