

## Skuteczne wydawanie poleceń dzieciom z zaburzeniami koncentracji uwagi

Dzieci z zaburzeniami koncentracji uwagi mają duże problemy w dostosowywaniu się do wymagań szkolnych (edukacyjnych i społecznych). Efektywność ich pracy i prób samokontroli, pomimo wkładanego wysiłku, jest mniejsza niż u rówieśników. Uwarunkowane funkcjonowaniem ośrodkowego układu nerwowego zaburzenia koncentracji uwagi sprawiają, że dziecko „nie odbiera” połowy kierowanego do niego komunikatu, a zapamiętuje tylko część z tego, co usłyszało.

Wydając polecenia dziecku z zaburzeniami koncentracji uwagi warto pamiętać o kilku zasadach, ułatwiających skupienie się na treści naszej prośby oraz pomagających ją zrozumieć, zapamiętać i wykonać.

„Dobre” polecenie powinno być:

– krótkie, zawarte w 2–3 słowach:

„otwórz zeszyt” (zamiast „zaczynj wreszcie pracować, ile razy trzeba ci powtarzać, byś wyjął zeszyt i zapisał 4 ćwiczenie ze str. 6”),

– opisem konkretnych czynności do wykonania:

„wyjmij zeszyt z plecaka” (zamiast „przygotuj się do lekcji”),

– sformułowane w postaci oznajmień lub rozkazów (a nie pytań), wydane w sposób zdecydowany, nie zostawiający możliwości wyboru:

„pozbieraj kredki” (zamiast „czy mógłbyś pozbierać kredki”),

– zrozumiałe, dostosowane do kompetencji językowych dziecka (starajmy się używać słów znanych dziecku),

– wypowiedziane w chwili, gdy dziecko skupia na nas swoją uwagę - unikajmy wydawania poleceń, gdy w klasie jest głośno, gdy uczeń wykonuje konkretną czynność (np. ogląda film, rozwiązuje zadanie),

– skierowane bezpośrednio do dziecka – podchodzimy do ławki dziecka, kładziemy rękę na jego ramieniu, nawiązujemy kontakt wzrokowy,

– w danej chwili tylko jedno, dłuższe polecenia dzielimy na etapy:

„wyjmij zeszyt z plecaka” (po wykonaniu przez dziecko) – „otwórz zeszyt” (po wykonaniu) – „pisz”,

– wypowiedziane neutralnym lub przychylnym tonem, bez dodatkowych komentarzy, starajmy się mówić o faktach, a nie o swoich emocjach:

„przestań zajmować się telefonem” (zamiast „co ty sobie wyobrażasz, jestem oburzona twoim zachowaniem”),

– możliwe do wykonania, dostosowane do możliwości poznawczych ucznia,

– wyegzekwowane przez osobę wydającą polecenie – unikajmy poleceń, których wykonania nie jesteśmy w stanie sprawdzić,

- zawierające konsekwencje nie wykonania prośby:  
„posprzątaj kredki” (brak reakcji dziecka) – „nieszprzątnięte kredki chowam do mojego biurka”.

Polecenie można wzmocnić poprzez:

- poproszenie dziecka o jego powtórzenie,
- sprawdzenie stopnia zrozumienia polecenia,
- zapisanie na kartce, w notesie,
- słowo-symbol.

Opracowała: Agnieszka Wrzesiak  
psycholog kliniczny