

RAZUMIJEVANJE UČENIKA S ADHD-om

1.dio: važnost prepoznavanja poremećaja



Posljednji godina sve se više susrećemo s terminom ADHD. Nerijetko čujemo da neko dijete ima problema s koncentracijom, a u svakodnevnom govoru ponekad će se odkomentirati za pojedino dijete da je "hiperaktivno", pri tome najčešće ciljajući na to da je dijete puno energije.

Promišljajući o takozvanom ADHD-u govorimo o nešto složenijem stručnom fenomenu, koji traži osjetljivost, strpljenje i upornost odraslih koji okružuju dijete s osobitostima ove vrste.

ADHD možemo razumjeti kao skraćeni naziv za grupu simptoma koji opisuju poteškoće pažnje, impulzivnosti i hiperaktivnosti. Dijete, mlada ili odrasla osoba može imati jedno, dva ili sva tri spomenuta obilježja.

PRVO JE POTREBNO DA RAZUMIJEMO

Da bismo mogli na odgovarajući način pristupiti djetetu, reagirati, potrebno je da doista razumijemo o čemu se radi.

Svi smo mi različiti, i djeca i odrasli.
Volim s ljubavlju reći da smo svi različiti i jednako vrijedni.

Kolegica Sekušak-Galešev (u: Moje dijete u školi, priručnik za roditelje djece s posebnim edukacijskom potrebama, urednica Igrić Lj.) lijepo govori o tom istom aspektu upravo ove poteškoće te prenosimo njene riječi:

"I sve je u redu dok ta različitost ne "ometa" naše viđenje svijeta, odgoja djece, uobičajene metodičke postupke. Što se dešava kada je dijete nemirnije od drugih i to često, kada u "discipliniranju" ne pomažu nikakve metode, pa se na kraju biraju krajnosti – ili pretjerana kontrola odnosno samo kazne, ili se dijete

"pusti"... ?

U takvoj situaciji važno je pronaći uzrok. Djeca nam svojim ponašanjem šalju poruke koje treba htjeti i znati slušati. A djeca o kojoj je ovdje riječ imaju značajno više teškoća u kontroli vlastitog ponašanja u odnosu s drugima te usmjeravanju i održavanju pažnje prilikom rada u razredu ili u drugim zahtjevnim situacijama od svojih vršnjaka. Čini se da su mislima odsutni, pričaju kad je to neprimjereno, ustaju sa svog mjesta, ne reagiraju na opomene....i to ne samo ponekad, već većinu vremena. Uz to, često ne završe zadatak na vrijeme, osciliraju u znanju – nekad "zabljesnu" svojim odgovorima, pa se čini da dijete može puno bolje nego što obično pokazuje, ali mu se neda.



I učitelji i roditelji su često u nedoumici i obeshrabreni u traženju pomoći. No, jednostavnog recepta nema. Svako je dijete posebno i različito reagira, ali postoje savjeti koji mogu olakšati nošenje s problemom, učiteljima, roditeljima i djetetu samom.

Stručnjaci se bave ADHD - om više od stotinu godina i provjeravani su različiti pristupi. Ovdje ćemo nastojati iznijeti ono što se znanstvenim provjerama pokazalo najuspješnije.

Prvi korak je znanje o poremećaju, kako biste razumjeli zašto "nemirno" ili dekoncentrirano dijete ima problem, kako biste znali da ono nije za taj problem krivo ni odgovorno i kako biste u skladu s individualnim potrebama djeteta i vašim mogućnostima odabrali najprihvatljivija rješenja."

DEFINICIJA ADHD-A

ADHD je razvojni poremećaj nedostatka inhibicije ponašanja koji se očituje kao razvojno neodgovarajući stupanj nepažnje, pretjerane aktivnosti i impulzivnosti, a otežava samoregulaciju i organizaciju ponašanja u odnosu na budućnost. U dijagnostičkom i statističkom priručniku za mentalne poremećaje – DSM-IV (American Psychiatric Association, 1994) taj se poremećaj dijagnosticira pod nazivom Deficit pažnje/hiperaktivni poremećaj – ADHD (Barkley, 2000).

Dakle, dijete je u usporedbi sa svojim vršnjacima znatno nemirnije, kratko vrijeme je usredotočeno na neki razvojno primjeren sadržaj, teško se koncentrira, naglo je u svojim reakcijama, zaboravlja dogovoreno, izrazito teško se organizira i planira.

OSOBI NE DJECE S ADHD-OM

Sva djeca s ovim poremećajem ne pokazuju ista ponašanja, a sva ponašanja (simptomi) se ne javljaju na isti način u svim situacijama.

Ponašanja se uobičajeno pogoršavaju u situacijama u kojima se traži trajnija pažnja ili mentalni napor (npr. situacije kao što su učenje u razredu, zajednički ručak) ili kojima nedostaje privlačnosti, vedrine, dinamike, nečeg novog (npr. slušanje učitelja, slušanje, čitanje ili pisanje dužih tekstova), a u odrasloj dobi je to rad na stalno istim i monotonim poslovima.

Teškoće su puno manje ili ih nema ako je dijete pod vrlo strukturiranom i dosljednom kontrolom, bavi se nekom vrlo zanimljivom aktivnošću - na igralištu, prilikom igranja na računalu, gleda njemu zanimljiv sadržaj na TV-u, u interakciji jedan naprama jedan sa odraslom osobom (pomoć u učenju, nerijetko kod stručnjaka ili sl.), ili dok ga se često nagrađuje za primjereno ponašanje (Barkley, 2000).

Djeca mogu imati kombinirane teškoće - i teškoće s pažnjom i s pretjeranom aktivnošću i sa impulzivnim ponašanjem, ali se teškoće mogu javljati i samo u jednom od ovih područja. Tako primjerice dijete može imati problema s pažnjom bez obilježja hiperaktivnog i impulzivnog ponašanja.

Uđite na trenutak u cipele ovog djeteta

Neophodno je da pogledate što se dešava s djetetom. Pokušajte na trenutak ući u njegove cipele da biste mogli razumjeti.

Uslijed trajnog nezadovoljstva roditelja, učitelja, a često komentara susjeda, rođaka, neuspjeha u školi i situacija u kojima je motorički preaktivno dijete često dežurni krivac, svojoj okolini naporan, dijete je nesretno, izgubljeno, zbunjeno. Ne zna zbog čega ima potrebu za stalnim kretanjem, zbog čega se ne može koncentrirati dovoljno dugo, zbog čega ponovo zezne stvar iako mu je poslije bilo krivo, zbog čega se ne može suzdržati od komentara, zbog čega se svi ljute na njega...



Teško je učiteljima, teško je roditeljima, teško je djetetu.

U vrtiću i školi se često nađemo pred zidom pitajući se kako pristupiti djetetu s takvim zahtjevnim poremećajem.

Istovremeno učitelj imam plan i program za kojeg osjeća da ga mora ostvariti. Pita se što je s drugom djecom u razredu? Nisu li ona zakinuta? Što s roditeljima druge djece u razredu?

Preduvjet za odgovor na ova pitanja i uspješan pristup kako roditelja, tako i odgajatelja i učitelja je znanje o poremećaju i razumijevanje različitosti koje iz njega proizlaze.

Tada te različitosti ne moraju biti opterećenje, već naprotiv mogu otvoriti vrata radosti, razvoju i napretku svih učenika .

RAZNOLIKOST TERMINA

U stručnoj literaturi susrećemo se s više termina kad se govori o osobama koji imaju hiperaktivnost i poremećaj pozornosti.

Za istu vrstu poteškoće obično se može naići na slijedeće termine:

1. ADHD / ATTENTION DEFICIT - HYPERACTIVITY DISORDER/ DEFICIT POZORNOSTI I HIPERAKTIVNI POREMEĆAJ
2. POREMEĆAJI U PONAŠANJU UVJETOVANI ORGANSKIM FAKTORIMA
3. MCD - MINIMALNA CEREBRALNA DISFUNKCIJA ILI SMCD - SINDROM MINIMALNE CEREBRALNE DISFUNKCIJE
4. HIPERKINETIČKO-IMPULZIVNI POREMEĆAJ

Smatra se da skoro 10% djece ima taj poremećaj, ali samo kod 3% ili 5% populacije izaziva poteškoće u praćenju nastavnog procesa i svladavanju nastavnog gradiva.

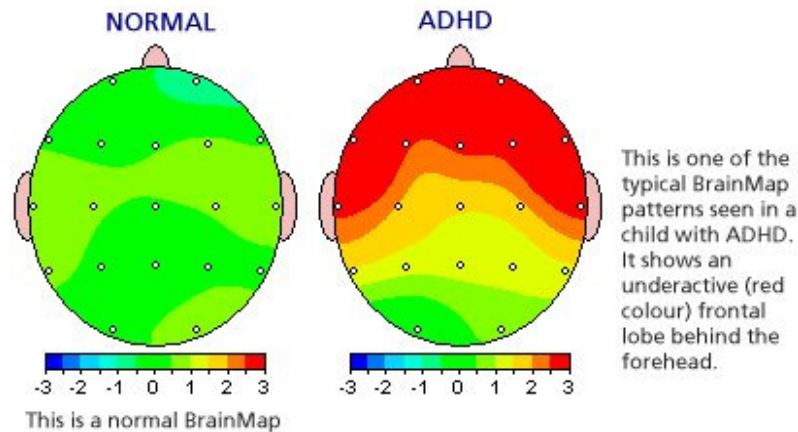
Poremećaj se češće javlja kod dječaka u odnosu na djevojčice.

UZROCI

Više je etioloških faktora i stajališta.

Postoje stajališta o neurološkoj disfunkciji, no mišljenja smo da se obilježja ove poteškoće mogu pojaviti u značajnoj mjeri i kada nema uočljivih smetnji u funkcioniranju mozga.

Ako promatramo neurološka stajališta, vidjet ćemo da su brojna istraživanja koja pokazuju da kod mnoge djece i odraslih osoba s ADHD-om postoji neurološka disfunkcija (smetnje u funkcioniranju) mozga. Istovremeno se čini da fiziološki mehanizam nastanka te disfunkcije još nije potpuno jasan.



Poremećaj može biti nasljedan ili stečen.

Novija genetička istraživanja pokazuju utjecaj naslijeđa, no isto tako se dešava da dijete ima simptome a roditelji ne.

Poremećaj može nastati i pod utjecajem različitih stanja koja uzrokuju oštećenja mozga. Za vrijeme trudnoće dijete može biti izloženo nepovoljnim utjecajima infekcija, lijekova, otrovanju, radijaciji, preranom porodu te komplikacijama tijekom poroda.

Poremećaj eventualno može nastati i nakon porođaja, primjerice poslije meningitisa, encefalitisa, febrilnih konvulzija, povreda glave, otrovanja olovom.

PREPOZNAJMO GA NA VRIJEME

Već smo na više mjesta ukazali na neke elemente važne za prepoznavanje ADHD-a i osobine djece s ovom teškoćom. U ovom podnaslovu dodajemo još nekoliko bitnih elementa i podsjećamo se najznačajnijeg. To bi nam trebalo pomoći da upamtimo ono što je vrlo važno.

Iznimno je velika važnost prepoznavanja ove teškoće i odgovarajućeg pristupa roditelja i učitelja, kako za samo dijete tako i za njegovu okolinu. Pravovremeno prepoznavanje omogućava priliku djetetu za zdrav razvoj i također uspješniji i lakši te ljepši suživot djeteta i okoline u kojoj se ono nalazi, primjerice razredni odjel, obitelj.

Do 1991. godine djeca s ADHD-om u školskom sustavu nisu imala odgovarajuću zaštitu i potporu.

Bila su okarakterizirana kao nepopravljivo zločesta i često kao neuspješni učenici izlučivana iz sustava. Mnogi su završili u različitim tretmanima socijalne skrbi, a nerijetko su evidentirani i kao višestruki počinitelji kaznenih djela.

To jasno pokazuje rizik od neprepoznavanja ove poteškoće i ujedno važnost kako za dijete, tako i za društvo da se djetetu s ADHD-om na vrijeme i primjereno pruži pomoć.



Zbog obilježja ove poteškoće, nerijetko i danas možemo čuti da ga poneko pogrešno zamjeni s takozvanim "bezobrazlukom", "razmaženoću" i slično. Ponekad roditelji, odgajatelji ili učitelji opisuju dijete kao tvrdoglavo i inatljivo, s ogromnom količinom energije, lijeno, nemarno, zaboravljivo, pretjerano živo, rastreseno, nespretno, neodgojeno, razmaženo...., neznajući da je riječ o djetetu koji ima posebne potrebe uvjetovane hiperaktivnošću, teškoćama koncentracije i nepažnjom.

Dodatno nas može zbuniti što ova djeca u određenim svojim dobrim trenutcima pokazuju visoke sposobnosti, nerijetko su vrlo kreativni i mogu posjedovati iz nekih područja iznimne vještine.

Detaljniji prikaz osnovnih obilježja ADHD-a:

- intelektualni je razvoj najčešće prosječan uz neusklađenost u verbalnom i neverbalnom dijelu, a nerijetko i iznadprosječan
- psihomotorni nemir (poteškoće u motorici, percepciji, orijentaciji, lateralizaciji, koncentraciji i pozornosti, često tresu rukama ili nogama ili se vrpolje na stolici, ustaju sa stolice u razredu ili negdje drugdje gdje se očekuje da ostanu na mjestu, često pretjerano trče ili se penju u situacijama u kojima je to neprikladno /kod adolescenata ili odraslih može biti ograničeno na subjektivni osjećaj nemira/, imaju teškoća ako se treba mirno i tiho igrati ili obavljati slobodne aktivnosti, ponašaju se kao da ih "pokreće motor", ometaju ih vanjski podražaji,...)
- usporeni emocionalni razvoj (nestrpljivi, razdražljivi, niskog frustracionog praga, teško odlažu zadovoljavanje trenutačnih potreba, bezrazložno burno reagiraju, velike promjene raspoloženja) i nerijetko hipersenzibilni
- usporen socijalni razvoj (teško uspostavljaju ili otežano održavaju kontakte s vršnjacima, nisu u stanju podrediti se grupnim normama, često istrčavaju s odgovorima prije nego što je dovršeno pitanje, imaju poteškoća s čekanjem reda, prekidaju ili ometaju druge / upadaju u razgovor ili igru/, nedistancirani prema odraslim osobama, teško prihvaćaju nove modele ponašanja, bezrazložno odbijaju izvršavanje primjerenih zadataka)

- u školskom sustavu imaju češće poteškoća u svladavanju tehnika čitanja, pisanja, računanja (ne posvećuju pažnju detaljima ili rade pogreške zbog nemara u školskom uratku, imaju teškoća s održavanjem pažnje pri obavljanju zadaća, čini se da ne slušaju i kad im se izravno obraća, često ne prate upute i ne dovršavaju školski uradak, kućne poslove, imaju poteškoća s organiziranjem zadataka i aktivnosti, ne vole ili odbijaju zadatke koji zahtjevaju trajniji mentalni napor /školski ili domaći uradak/, gube stvari potrebne za ispunjavanje zadaća ili aktivnosti, zaboravljaju dnevne aktivnosti).

ŠTO UČINITI

Kada ste prepoznali ADHD, razumjeli i negdje u sebi osjetili i prihvatili da dijete ima problem, da nije razmaženo, lijeno i zločasto već da ima poremećaj, tada ste uradili više od 50% posla. Sve ostalo su tehnike i pristup koji ćete uvježbati a zatim primjenjivati sa sve više lakoće.

Upamtite, najvažnije je razumjeti ovo dijete i njegovu teškoću.

Kada ste ovladali ovim korakom, **pročitajte u slijedećem nastavku** kako postupati s djetetom s ADHD-om (učinkoviti postupci, prilagodba nastave, primjeri iz života, stručna pomoć).

Za predavanja u Vašoj ustanovi, savjetovanje roditelja i sociopedagoški tretman Vašeg djeteta, obratite nam se na e-mail info@centarsreca.hr

Kliknite i pročitajte nastavak:

Razumijevanje učenika s ADHD-om, 2.dio: što učiniti.

Priredila:

Gordana Galetić, socijalna pedagoginja i psihoterapeutkinja

Izvori:

- Sve o poremećaju pomanjkanja pažnje. Simptomi, dijagnoza i terapija u djece i odraslih. Thomas W. Phelan. Ostvarenje d.o.o. Lekenik. 2005.
- Moje dijete u školi. Priručnik za roditelje djece s posebnim edukacijskim potrebama". Urednica: Ljiljana Igrić. Ministarstvo obitelji, branitelja i međugeneracijske solidarnosti. Hrvatska udruga za stručnu pomoć djeci s posebnim potrebama IDEM. Zagreb. 2004.
- Predavanje, Vesna Žilić, socijalna pedagoginja, Rijeka
- Predavanje, Gordana Galetić, socijalna pedagoginja, Rijeka – Zagreb
- Taking charge of ADHD. Barkley, R. A. The Guilford Press. New York. 2000.