

# Socialno okolje otrok z ADHD

## Kako jim lahko pomagamo?

✍ Lidija Šket Kamenšek



*Otroci s pomanjkljivo pozornostjo in/ali hiperaktivnostjo (ADHD – Attention Deficit Hyperactivity Disorder) so otroci, ki izstopajo po svojem vedenju, razmišljanju, čustvovanju in osebnostnih značilnostih. Socialno okolje to kmalu zazna in se odzove. V prispevku bomo spoznali, kakšne so posebnosti otrok z ADHD, zakaj so takšne in kako se okolica lahko odzove, da bo razplet ugoden in spodbuden za vse vpletene. Osredotočili se bomo na ožje socialno okolje.*

### Šola

Šola sodeluje pri izgradnji otrokovega znanja, vedenja, čustvovanja, pri oblikovanju osebnosti, samopodobe in predstav. Zato je pomembno, kako je otrok sprejet in kako se tudi sam nauči sprejemati druge.

Otrok z ADHD ima v šolskem prostoru težave, ki se odražajo v vedenju in segajo tudi na področje učnih težav. Njegove vedenjske posebnosti so pogosto v navzkrižju s pričakovani študijskimi, hkrati pa se v šolskem prostoru sooča z obremenitvami, zahtevami po samoobvladovanju in točno določenimi normami socialnega vedenja.

Težave pri učenju ali pri posameznih nalogah kljub povprečni intelektualni sposobnosti izvirajo iz njegove simptomatike, saj ne more ustrezno

izrabiti svojih zmogljivosti in potencialov za učenje.

### Prepoznavnost težav in njihov vpliv

Otroci s pomanjkljivo pozornostjo in/ali hiperaktivnostjo imajo težave s pozornostjo, hiperaktivnostjo in z impulzivnostjo. Med seboj se razlikujejo glede na vrsto prevladujoče težave, iz česar izhajajo različni tipi ADHD (hiperaktivno-impulzivni tip, nepozorni tip, kombinirani tip), z njimi povezano ravnanje in odzivanje okolja.

Manj opazne so težave s pozornostjo, ki jo imajo predvsem deklice. Za takšne otroke je značilno, da se težko osredotočajo na podrobnosti. Občutek imamo, da so odsotni, sanjavi in raztreseni. Pri pozornem opazovanju ugotovimo, da dejansko počnejo nekaj čisto drugega. Pozabljajo in izgubljajo stvari. Imajo težave z organizacijo dela in aktivnosti. Pogosto jih zmotijo drugi dražljaji. Pri šolskih in domačih nalogah potrebujejo dodatno pomoč in spodbudo. So močno usmerjeni vase in osamljeni (Sekušak - Galešev, 2004).

Hiperaktivno vedenje kot prekomerna motorična aktivnost je značilno predvsem za dečke. Pri teh otrocih opazimo, da so nenehno v gibanju, mahajo z rokami ali nogami in se pozibavajo na stolu, prijemajo predmete okoli sebe, nenehno in preveč govorijo, pogosto vstajajo s stola in hodijo po prostoru, v neprimernih situacijah vztrajno tekajo naokoli ali plezajo, pri igranju in poljubnih dejavnostih se težko tiho zaposlijo (Kesič Dimić, 2009).

Ob hiperaktivnosti se pogosto pojavlja impulzivnost, ki jo prepoznamo

predvsem kot nepremišljeno vedenje. Impulzivni otroci so nepredvidljivi, nestrpni, pogosto odgovorijo, še preden so slišali vprašanje do konca, brez zadržkov izražajo svoja čustva, ne zavedajo se posledic svojih dejanj, težko čakajo v vrsti, motijo druge, se pogosto jočejo, prepirajo in imajo navale besa (Sekušak - Galešev, 2004). Impulzivno vedenje je značilno predvsem za dečke.

Otrok z ADHD, zlasti tisti, ki ima težave s hiperaktivnostjo, močno vpliva na razredno dinamiko (Pulec Lah, 2002) in na odnos z učiteljem.

Pri raziskavi na vzorcu petih razredov četrtošolcev (Šket, 2001) je bilo ugotovljeno, da je socialni položaj učenca z motnjo pozornosti in/ali hiperaktivnostjo v razredu odvisen oziroma pogojen z odnosom, ki ga imata z razredničarko. Če je ta dober, je položaj učenca z ADHD dober, velja pa tudi obratno, kar je zaskrbljujoče. Phelan (2005) meni, da ugodna interakcija med učencem z ADHD in učiteljem vodi v uspešno komunikacijo in razumevanje. V nasprotnem primeru govori o začaranem krogu med njima, ki se razvije v problem.

### Kako izboljšati odnos med učiteljem in učencem z ADHD?

Osveščenost učiteljev o posebnostih ADHD vodi k poznavanju problematike in k zavedanju, da težave ne izhajajo iz otrokove 'hudobije', temveč so posledica tega, da ima otrok z ADHD težavo, kot pravi Lah Pulčeva (2005). Strukturirano okolje, jasno vodenje in navodila, doslednost, disciplina in rutina, tempo, skladen z

otrokovimi možnostmi, pomirjajo in povečujejo učinkovitost, ki se z naklonjenostjo in s podporo odraslih še poveča. Pomembno se je že vnaprej izogibati konfliktnim situacijam in s tem pojavu problematičnega vedenja, ustvarjati je treba pogoje, ki omogočajo, da je otrok z ADHD umirjen, in ki pomembno vplivajo na njegovo uspešnost ter zmanjšanje verjetnosti za pojav čustvenih izpadov (Hughes, Cooper, 2007).

Učitelj je postavljen pred izziv prilagajanja učno-vzgojnega procesa otroku z ADHD, iskanja novih možnosti in načinov, kako bi mu pomagal.

Širše gledano pa si je treba prizadevati za timsko obravnavo otrok s pomanjkljivo pozornostjo in/ali hiperaktivnostjo ter za sodelovanje med šolo, starši in svetovalnimi centri.

## Družina

Otroci z ADHD potrebujejo veliko ljubezni. Tudi doma zanjo prosijo z neustreznim vedenjem (Barkley, 1995).

Pogosto povzročajo hrup in se prepirajo ter pretepajo z brati in s sestrami. Pozabljajo pravila in obveznosti. Imajo težave z organizacijo in s sledenjem rutini, z disciplino. Njihova soba je ponavadi neurejena (Phelan, 2005). V dejavnosti, ki jih zanimajo, se poglobijo in zmorejo v njih vztrajati dlje časa. So prisrčni, ljubeči, skrbni in igrivi.

Žal pa redkeje upoštevajo navodila in prepovedi, manj razmišljajo o posledicah in znajo biti trmasti (Barkley, 2005). Zaradi neprilagojenega vedenja v socialnem okolju in neskladnosti njihovih dosežkov z zmožnostmi so otroci z ADHD deležni pretiranega nadzora in neenotnih vzgojnih poskusov tudi doma. Na pritiske se odzivajo z agresijo in pavlihastim obnašanjem, na hudo napetost pa včasih tudi s tiki in z jecljanjem (Neuhaus, 2002). Sicer preverjene vzgojne metode so pri njih neučinkovite (Phelan, 2005).

Družina lahko simptomatiko otroka z ADHD tudi poslabša. Če je družina neorganizirana, kaotična, ima do otroka previsoke zahteve, se bo otrok z ADHD odzval nemirno in bo imel težave s pozornostjo (Sekušak - Gale-

šev, 2004). Z nestrukturiranostjo socialnega okolja težave otrok z ADHD naraščajo, postajajo izrazitejše in še bolj moteče. Mirno družinsko življenje, polno ljubezni, usklajenosti in sprejemanja, ponuja varen in neobremenjen prostor. Otroku z ADHD je v veliko pomoč, saj lahko spozna svojo drugačnost, se uči socialnih veščin in zdravih socialnih odnosov.

Vzgoja otrok z ADHD naj bi temeljila na ljubezni, dobrem poznavanju problematike, brezpogojnem sprejemanju in doslednosti. Starši morajo stati za svojimi besedami in uresničiti, kar napovedo. Otroci z ADHD cenijo tako vzgojo, pravila jim pomagajo pri samodisciplini. S ponavljajočimi se dnevnimi opravili, rituali in navadami vzpostavljajo odnos do le-teh. Ko to rutino usvojijo in se je navadijo, jo tudi v prihodnje upoštevajo (Neuhaus, 2002).

Socialno okolje otroka z ADHD ocenjuje glede na njegovo vedenje in dosežke, zato je pogosto razumljen napačno. Ko pogledamo nanj kot na osebnost, ki želi biti sprejeta, ljubljena in razumljena, se laže spopademo s konflikti in posebnostmi, ki se pojavijo. Hkrati s takšnim odnosom otroku z ADHD omogočimo, da se posveti izzivom, ki so v primerjavi z izzivi drugih otrok zahtevnejši.

Prizadevajmo si za oseben in srčen pristop k otrokom s pomanjkljivo pozornostjo in/ali hiperaktivnostjo, spodbujajmo njihove pozitivne lastnosti, talente in močna področja ter bodimo osveščeni o posebnostih in problematiki otrok z ADHD. ■

## Literatura

Barkley, A. Russell (1995): *Taking charge of ADHD. The complete, authoritative guide for parents.* New York: The Guilford Press.

Barkley, A. Russell (2005): *Das große ADHD-Handbuch für Eltern. Verantwortung übernehmen für Kinder mit Aufmerksamkeitsdefizit und Hyperaktivität.* Kempten: AZ Druck und Datentechnik.

Hughes, Lesley; Cooper, Paul (2007): *Understanding and Supporting Children with ADHD. Strategies for teachers, parents and other professionals.* London: Paul Chapman Publishing.

Kesić Dimić, Katarina (2009): *Adrenalinske deklice, hitri dečki. Svet otroka z ADHD.* Nova Gorica: Educa.



Foto: Nataša Pezdirc

Kocijan - Hercigonja, Dubravka; Buljan - Flander, Gordana; Vučković, Dinka (2004): *Hiperaktivno dijete. Uznemireni roditelji i odgajatelji. ADHD – deficit pažnje/hiperaktivni poremećaj.* 4. izdaja. Jastrebarsko: Naklada Slap.

Neuhaus, Cordula (2002): *Kakšen je tako imenovani nemirnež? Možnosti za usmerjeno poseganje v družino in šolo. Training staršev.* V: Passolt, Michael (ur.): *Hiperaktiven otrok: psihomotorična terapija.* Ljubljana: Zveza Sožitje, str. 104-126.

Phelan, W. Tomas (2005): *Sve o poremećaju pomanjkanja pažnje. Simptomi, dijagnoza i terapija u djece i odraslih.* Zagreb: Ostvarenje.

Pulec Lah, Suzana (2002): *Otrok s pomanjkljivo pozornostjo in hiperaktivnostjo v razredu – pedagoška praksa in izzivi.* V: Kavkler, Marija (ur.): *Razvijanje potencialov otrok in mladostnikov s specifičnimi učnimi težavami.* Ljubljana: Svetovalni center za otroke, mladostnike in starše Ljubljana, str. 97–106.

Pulec Lah, Suzana (2005): *“Nisem težaven zato, ker želim biti težaven, ampak sem težaven zato, ker težave imam.” Težave s pozornostjo in (hiper)aktivnostjo – nekatere pogoste zmote in novejša dognanja.* Bilten društva Bravo, 1(1), 14–16.

Sekušak - Galešev, Snježana (2004): *ADHD.* Pridobljeno 21. 1. 2006 s svetovnega spleta: <http://www.udrugapuz.hr/adhd.htm#0>.

Šket, Lidija (2001): *Odnos učencev do nemirne ga otroka.* Diplomsko delo. Maribor: Univerza v Mariboru, Pedagoška fakulteta.