

Stručni rad

DJECA S ADHD POREMEĆAJEM U OSNOVNOJ ŠKOLI

Marjanca Dolenc, profesorica razredne nastave

Osnovna škola dr. Jožeta Pučnika Črešnjevec

Sažetak

Učiteljica sam razredne nastave i predajem učenicima 1. i 2. razreda. Predstaviti ću primjer blizanaca s ADHD poremećajem. To je poremećaj koji karakteriziraju nedostatak pažnje, impulzivnost s hiperaktivnošću i agresivnost. Obično je ovaj poremećaj popraćen drugim poremećajem (disleksijom, poremećajem fine motorike, poremećajem ponašanja, depresijom, autizmom...). Jedno vrijeme ADHD poremećaj nije bio prepoznat i tretiran na način koji se prakticira danas. Govorilo se o neodgojenoj djeci. Međutim, to nije tako. Sve je više djece s rješenjima o postojanju ADHD poremećaja, tako da već imam poprilično iskustvo s djecom kojima je potrebna dodatna stručna pomoć. U svojoj sam praksi osim djeteta s ADHD poremećajem podučavala i dijete s pužničnim usadkom (kohlearnim implantatom), dijete s dijabetesom TIPA 1 i slabovidno dijete. Prvi put sam se s ADHD poremećajem susrela na nastavi i nisam imala nikakvog prethodnog iskustva s ovim hiperkinetičkim poremećajem.

Dječaci blizanci, koje želim opisati u nastavku, imali su rješenja o postojanju poremećaja već prije polaska u školu. U rješenjima je navedeno da imaju govorno-jezični poremećaj. Međutim, odmah se pokazalo da dječaci nemaju samo govorno-jezični poremećaj, već i poremećaj koji karakteriziraju izražena agresivnost, impulzivnost, hiperaktivnost i nedostatak pozornosti, pri čemu je sve navedeno mnogo jače izraženo kod jednog od blizanaca.

Ključne riječi: ADHD poremećaj, individualizirani program, uključenost u razrednu zajednicu, pravila za djecu s ADHD poremećajem, nadarenost (talent)

1. Što je ADHD poremećaj?

Hiperaktivni poremećaj (ADHD) je neuropsihijatrijski razvojni poremećaj koji karakteriziraju tri osnovna simptoma: smanjena pozornost, hiperaktivnost i impulzivnost. Može utjecati na sva područja djetetova psihosocijalnog razvoja, povećava rizik od neuspjeha u učenju uzimajući u obzir djetetov intelektualni potencijal, razvoj djetetovog samopoštovanja te slike o sebi, socijalne vještine. Značajno utječe na obiteljsko opterećenje i predstavlja važan čimbenik rizika za razvoj poremećaja ponašanja i asocijalnog ponašanja. Kod djece s hiperkinetičkim poremećajem česti su i drugi popratni psihički poremećaji, kao što su specifične poteškoće u učenju, anksiozni poremećaji, depresija i prije svega problemi u ponašanju. Ono što smatramo prihvatljivim za ostalu djecu, nije prihvatljivo za djecu s ADHD poremećajem (buka, svjetlo, nestrukturirano predviđanje događaja, različiti mirisi...).

ADHD poremećaj prenosi se s generacije na generaciju. Dakle, prenosi se genetski. Sigurno ga ima jedan od djetetovih roditelja. Ne radi se o neodgojenoj djeci ili o posljedici lošeg roditeljstva. Odgovarajući oblik odgoja pomaže da poremećaj s vremenom nestane ili se smanji, tako da ga dijete može shvatiti te zaživjeti s njim bez većih posljedica. Djeci s ADHD poremećajem potrebna je struktura. Postoje četiri pravila kojih bismo se trebali pridržavati kao učitelji. Prvo: Budimo pozitivni (ovakvo dijete nije lijeno, nije napravilo ništa namjerno). Drugo: Budimo smireni. Povišen ton utječe samo na trenutno ponašanje i zaustavi ga, ali ga ne promijeni. Treće: Pomozimo djetetu pronaći i održati strukturu, ali nemojmo raditi stvari umjesto njega. Ako nema strukture, oni su izgubljeni. Naime, dijete se najmanje osjeća sigurno kada nema jasan plan o načinu na koji će nešto napraviti. Četvrto: Držati se navedenih (3) pravila, što je često najteži dio, jer nas preplave emocije i gubimo kontrolu nad sobom.

Djeci s ovim poremećajem potrebno je mnogo pohvala i nagrada, jer zahvaljujući njima postizemo napredak. Možemo npr. reći: „Ako čujem manje od 5 uvreda, dobivaš bonus.“ Određeni broj bonusa „dovodi“ do nagrade. Takva se djeca nađu u problemima tek u svom prirodnom okruženju, među vršnjacima i kod kuće. Žele uspostaviti kontakte, ali to čine na neprimjeren način. Nemaju prijatelja. Međutim, to su divna djeca koja u sebi u velikoj mjeri nose notu tragičnosti. Izvana su prekrasni, ali ne možemo otkriti što se doista događa u njihovom unutarnjem svijetu doživljaja. Osjećaju velike emocionalne krize.

Hiperaktivna djeca su nemirna. U situacijama u kojima se od njih očekuje da mirno sjede na stolicama, oni se protežu, ustaju, igraju predmetima ili komadima odjeće. To se odnosi i na školsko okruženje te vrijeme slobodnih aktivnosti. Impulzivnost se očituje u nemogućnosti čekanja u

redu, sklonosti nezgodama, nepromišljenosti, brzom zasićenju odnosno pojavi dosade, emocionalnom izražavanju (svadljivost, nametljivost, upadanje u riječ, prekidanje drugih tijekom razgovora itd.). Kada pratimo ovu djecu, pružamo im podršku i ohrabrenje. Svojom prisutnošću i postupcima ova divna djeca mijenjaju naš svijet.

1.2. Uzroci nastanka poremećaja:

- genetski čimbenici,
- nesređeno, kaotično obiteljsko okruženje,
- utjecaji vanjskog okruženja (olovo),
- strukturne promjene u mozgu (smanjen volumen mozga, kasnije sazrijevanje kore velikog mozga).

1.3. Učenje djece s ADHD poremećajem

Proces učenja podijeljen je u tri faze: 1 - planiranje, 2 - provedba i 3 - povratna informacija. Djeca imaju problema već na razini planiranja ponašanja, koje je preduvjet za obavljanje bilo kojeg zadatka. Čak i ako je planiranje uspješno, teško održavaju crvenu nit u provedbi planiranja ponašanja, kao i odgovarajuću pažnju te s poteškoćama završavaju aktivnost. Također slabije prilagođavaju svoje ponašanje povratnim informacijama koje dobivaju, što znači da često imaju 'svoju priču' u koju vjeruju i koju slijede. Stoga su im potrebni podrška i tolerancija u svim fazama ponašanja.

Karakteristike djece s ADHD poremećajem

POTEŠKOĆE NA JEZIČNOM I GOVORNOM PODRUČJU

- doslovno razumijevanje govora,
- poteškoće u razumijevanju metafora,
- poteškoće u prepoznavanju suštine nekog sadržaja,
- teško im je prenijeti svoje misli na papir.

POTEŠKOĆE PRI OVLADAVANJU PONAŠANJEM

- česti izljevi bijesa (verbalna i fizička agresija),
- otežan pristup u smjeru komunikacije,
- poteškoće u uvažavanju školskih pravila,
- izražena samovolja (neodazivanje na molbe ili zahtjeve učitelja),
- teškoće u prihvaćanju odgovornosti za vlastite postupke,

- učestalo iskazivanje oblika nasilnog ponašanja (verbalnog i fizičkog),
- loša slika o sebi.

POTEŠKOĆE NA PODRUČJU ČUVSTVOVANJA

- ekstremna osjetljivost,
- česta neraspoloženja,
- često doživljavanje negativnih poruka iz okoline (kazna, prijekor),
- doživljavanje straha i osjećaj potištenosti,
- ne mogu reći: „Oprosti.“

POTEŠKOĆE PRI UKLJUČIVANJU U SOCIJALNO OKRUŽENJE

- odbijanje suradnje s vršnjacima,
- slabost u području socijalnih interakcija,
- preuzimanje negativnih uloga,
- neomiljenost među vršnjacima.

ŠKOLSKA NEUČINKOVITOST

- slaba sposobnost koncentracije,
- otežano sudjelovanje u strukturiranim aktivnostima,
- neusvojene radne navike i navike učenja,
- postignuća u učenju su ispod očekivane razine,
- uvelike smanjena motivacija za učenje,
- slaba unutarnja motivacija.

Okidači neprikladnog ponašanja mogu biti: buka, gužva, hladnoća, vrućina, nedostatak strukture, loš početak dana, ponedjeljci, dani nakon raspusta, određene aktivnosti (matematika, glazba, promjena dnevne rutine bez prethodne najave, brojna skupina, timski rad...).

1.4. Primjeri aktivnosti, namijenjeni za nagrađivanje

- aktivnost po izboru učenika,
- dodatni odmor od računala,
- dodatni odmor u vježbaonici,
- dobivanje kupona „dan bez domaće zadaće“,
bonus za uspješno, lijepo ponašanje tijekom dana; nakon ispunjenja bonusa slijedi nagrada,
- prijevremeni završetak sata ...

2. Primjer iz prakse – dječaci blizanci s ADHD poremećajem u razredu

Budući da sam se prvi put susrela s ovakvim poremećajem tijekom svog dugogodišnjeg podučavanja, dani u učionici bili su jako naporni i stresni kako za mene tako i za učenike, a svakako i za dječake s poremećajem koji karakteriziraju nedostatak pažnje, hiperaktivnost i agresija.

Nakon završenih edukacija u školi, roditeljskih sastanaka pod vodstvom gosp. Radovana Radetića, dipl. dipl. sociologa i sastanaka/susreta na pedopsihijatriji, prikupila sam mnogo informacija o djeci s ADHD poremećajem. Međutim, teorija je umnogome drugačija od prakse. Početak je bio iznimno težak. Dva učenika su se čak i preškolovala zbog kaotičnog stanja u razredu. Za prvašice koji bi se trebali naviknuti na rad u školi, prihvatiti školska pravila, socijalizirati se u novoj sredini, svakodnevni školski rad uključivao je i neugodne događaje. Međutim, sigurno su i iz ovakvih situacija naučili mnogo. Jedan od blizanaca, dječak s izraženijim ADHD poremećajem, svakodnevno je dolazio u školu neraspoređen. Rijetko je sa mnom i drugarima komunicirao verbalno ili uspostavljao kontakt očima. Njegov pogled uvijek je bio usmjeren prema podu. Čak i tijekom sjedenja u klupi bilo je tako. Najgore je bilo to što nije podnosio svoje pogreške, pogrešno urađene zadatke, pa je nakon načinjene pogreške zagrebao bilježnicu, počeo ju trgati na manje komade, bacati sve oko sebe i vrištati glasno, agresivno. Sve bi se to dogodilo u trenu, a slika razreda bila je ovakva: prevrnutе stolice i stolovi po razredu, olovke i bilježnice drugara razbacane po podu, uplašeni učenici koji se skrivaju iza ili ispod svojih stolova. U ovakvim trenucima koji su se ponavljali na dnevnoj bazi, brzo sam uhvatila dječaka. Tijekom napada agresije imao je toliko snage da sam ga ponekad teško kontrolirala. U tom stanju nije čuo ništa, pa je bilo besmisleno išta govoriti učeniku. Grebao je, udarao, šutirao i ispuštao zvuke odnosno „životinjski“ vrištao. Djeca su bila uplašena, što je sasvim razumljivo.

U slučaju ovakvog napada, dječak se morao što prije povući iz učionice kako bi se umirio na drugom mjestu odnosno kutku. Obično je to radio uz pomoć psihologinje, koja ga je svojim pristupima smirivala do te mjere da se mogao vratiti u razred.

Trajalo je oko jedan školski sat da se dječak smiri, ali bilo je dana kada se nije mogao smiriti te smo u tim slučajevima morali pozvati roditelje da dođu po njega, jer više nije mogao pratiti nastavu i raditi školske zadatke. Veliku

pomoć pružili su mi školska psihologinja, ravnateljica škole i ostali učitelji. Dječak je čak i pobjegao iz škole nekoliko puta.

Pola godine nije znao imena školskih drugova, teško je s njima uspostavljao kontakte, često je bio sam i vrlo rijetko komunicirao s nekim. Uopće nije pokazivao zanimanje za drugu djecu u razredu. Više puta je dolazio u konflikt sa svojim bratom blizancem. Jedan pogled bio je dovoljan da dječak s izraženijim poremećajem reagira agresivno. Među njima je vladala jaka konkurencija. Dječak s izraženijim poremećajem uvijek se osjećao kao slabija karika. Ismijavali su jedan drugog, izgovarali ružne riječi i fizički se obračunavali usred razreda. Nisu mogli raditi zajedno.

Svijet mašte bio im je stran, pa nisu bili uspješni pri stvaranju maštovitih pričica ili bilo čega što se odnosilo na maštu.

Agresiju i bijes često su iskaljivali na najbližem drugaru (udarajući ga, čupajući za kosu i sl.).

Dječaci nisu podnosili pogreške i poraze. Ponekad ih je o slabijim rezultatima morala obavijestiti mama, u okrilju njihovog doma.

Takav je bio dogovor. Bilo im je lakše prihvatiti neke stvari uz majku, u kućnom okruženju. S roditeljima su imali dogovor da svoje ponašanje označavaju u postocima, o čemu su ih dječaci također redovito obavještavali kada bi po njih došli u školu.

Oba dječaka pokazala su veliku nadarenost u području matematike, posebno u području logike, što je bilo vidljivo na natjecanjima iz logike. Osvajali su zlatne medalje na državnoj razini, a bili su vrlo sretni ako su pri tome postigli i maksimum bodova.

Svaki dan sam na početku sata predstavila točan tijek dana odnosno nastavne aktivnosti. Dječaci su uglavnom sudjelovali u aktivnostima, ali je svakodnevno, gotovo svaki školski sat, tijekom njihovog samostalnog rada dolazilo do izljeva bijesa i agresije. Često je na nastavi, u vrijeme kada nisu imali dodatnu stručnu pomoć, bila nazočna psihologinja ili djelatnica

s područja javnih radova koja bi učenika u slučaju naleta bijesa odmah izvela iz razreda kako bi se nastava mogla odvijati bez problema.

Isto tako, nisu podnosili glasnoću, ometala ih je buka koja je često bila okidač agresije, pa su na priredbama u školskoj dvorani koristili slušalice. Kada bi pogriješio u obavljanju zadatka, uvijek sam ga upitala: „Kako si razmišljao, na koji način?“

Za rad u razredu imali su tri pravila:

- jedan prst je značio da mora/moraju prestati govoriti,
- dva prsta su značila da mora/moraju sjediti,
- tri prsta su značila da mora/moraju u kut za smirenje.

U 2. razredu počeli su koristiti lijek Ritulin, ali im se stanje nije poboljšalo. Napadi agresije i dalje su se pojavljivali, svaki dan. Dječaci su bili umorniji i pospaniji. Međutim, bez lijekova nisu mogli normalno funkcionirati.

Prema rješenju, bilo im je dodijeljeno 5 sati dodatne stručne pomoći. Svaki dječak je imao pomoć svoje specijalne pedagoginje. Uvježbavali su svakodnevne rutinske aktivnosti, strukturirani tijekom rada, pisanje,

pripovijedanje i sl., a zajedno su sastavili i pravila kojih su se dječaci morali pridržavati tijekom nastavnih sati.



NE DIRAJ DRUGARE IZ RAZREDA!



NE BACAJ STVARI!



PRISTUPI UČITELJICI ILI NAPUSTI RAZRED!



NEMOJ VIKATI!



STOP LJUTNJA

Slika 1: pravila u razredu

Uglavnom su usvajali ciljeve s područja slovenskog jezika i puno radili na socijalnim vještinama te kontroliranju ljutnje (tehnike disanja i opuštanja). Na kraju individualnog sata svoj rad i ponašanje uvijek su vrednovali znakovima koje su zajedno s izvođačima DSP bilježili u mjesečnoj tablici,

znakom sunca za dobro obavljen posao, znakom lapisa (lapis lazuli/ plavi kamen) za ponašanje i znakom dijamantnog prstena za dodatni rad. Nakon dogovorenog broja prikupljenih znakova (deset) slijedila je nagrada.

Dječaci su mnogo bolje radili individualno nego u razredu, gdje je situacija bila potpuno drugačija. U razredu su se morali uključiti u rad s drugom djecom, ponašati se prema njima u skladu s pravilima i surađivati s drugarima, što im nije polazilo za rukom. Imali su samo jednog prijatelja s kojim su mogli komunicirati i kojeg su uvažavali.

2.1. Primjeri verbalnih upozorenja i drugih uputa za rad koje sam koristila u razredu

- „....., sjeti se da najprije moraš podići ruku.“
- „....., dogovorili smo se ... Pazi!“
- „....., gdje bi morao biti sada?“
- „....., želim da ne diraš svoje drugare iz razreda. Ako to ne možeš poslušati, pođi u kut, tiho broji do 10, udaraj u jastučić, stišći lopticu, plastelin ...
- „...., kada završiš, možeš ...“
- „....., imam osjećaj da si ljut na brata jer te ljuti (svojim postupcima). Razumijem te.“
- Dodirnemo ramena djeteta i kažemo: „....., molim te, odnesi papiriće u koš!“ Ostajući još trenutak u njegovoj blizini, možemo još jednom ponoviti ono što želimo. Ne zaboravimo na riječ „hvala“, kada učenik obavi zadatak.
- Izbjegavala sam upute u obliku pitanja (umjesto „Možeš li otvoriti knjigu na stranici 15?“ autoritativno izgovorimo uputu: „Otvori knjigu na stranici 15!“).
- Tijekom napada ljutnje stavila sam učeniku plastelin u ruke, po jedan grumenčić u svaku ruku. Stiskao bi plastelin sve dok se nije umorio, a zatim bi ga bacio na stol. Tada sam ga poticala da baca još jače.
- Kada se tijekom krize ili nekog problema sakrio pod klupu, pustila sam ga. Nakon nekog vremena pozvala sam ga riječima: „Nedostaješ nam!“
- Ako je šetao po razredu, nježno sam ga uhvatila za ruku i odvela nazad do klupe.
- Ako je npr. išarao stranicu u bilježnici, samo sam pokazala ono što je učinio.

- Isplanirala sam odnosno odredila sigurno mjesto u razredu, tj. kutak u koji bi se dječaci mogli povući nakon napada gnjeva. Razgovor o uzroku obično je nakon napada agresije trajao 15-tak minuta. Morali su naučiti prepoznati svoj izljev bijesa te riječima izraziti stanje: „Bit ću ljut!“

3. Zaključak

Rad s najmlađima uz podučavanje djece s ADHD poremećajem predstavlja poseban izazov za učitelja, ali prije svega donosi veliki napor, pogotovo ako postoji stupanj agresivnosti. Unatoč očaju, stresu, pisanju brojnih izvještaja o ponašanju i radu dječaka te sastancima, mislim da sam u ove dvije godine stekla mnogo iskustva. Potrebno je bilo puno energije, truda, dosljednosti i ustrajnosti, pogotovo zbog toga što sam radila s prvašićima odnosno drugašima, koji u početnom razdoblju školovanja moraju usvojiti mnoge sadržaje, kao što su pravila, početno čitanje, pisanje, računanje, sudjelovanje itd., kako bi mogli mirno, bez većih problema ploviti dalje.

Tijekom tog razdoblja imala sam podršku mnogih kolegica i kolega, koji su mi davali savjete i hrabрили me. Na tome sam im jako zahvalna. Učitelji se moraju nositi s mnogim stvarima i naći se u različitim situacijama, sami ili uz stručnu pomoć rješavati različite probleme i suočavati se s različitim poteškoćama odnosno poremećajima djece, naročito u današnje vrijeme, kada se u program osnovne škole uključuju također slijepa, slabovidna, gluha, tjelesno invalidna i dugotrajno bolesna djeca.

Uzimajući u obzir svoje iskustvo u vezi sa spomenutim načinom podučavanja, smatram da bi svako dijete s ovim poremećajem trebalo imati pratitelja odnosno biti pod nadzorom, jer učitelj ne može kontinuirano paziti na dijete s takvim sindromom (u mom slučaju dvoje djece) te pravovremeno i stručno reagirati na neugodne situacije i događaje.

4. LITERATURA

- [1] Hannah, L. Učenje mlajših otrok z motnjami avtističnega spektra.
- [2] ADHD – Motnja pozornosti. Dostupno na: <http://www.adhd.si/> [Pristupljeno 11. 3. 2011.].
- [3] Kesič Dimic, K. (2009). Adrenalinske deklice, hitri dečki: Svet otroka z ADHD. Nova Gorica: Educa.
- [4] Kesič Dimic, K. Nagajivi, živi in zasanjani – motnja ADHD. Dostupno na: http://www.ringaraja.net/nagajivi-zivi-in-zasanjani---motnja-adhd_2146.html [Pristupljeno 9. 3. 2011.].
- [5] Kermauner, A., Plazar, J. Prilagojeni pripomočki in metode pri vzgojno-izobraževalnem delu z otroki s posebnimi potrebami. Educa izobraževanje, Nova Gorica, siječanj 2019.