

Stručni rad

## **NEMIRNO DIJETE »BISER«**

Vesna Vesel,  
Osnovna šola in vrtec Apače, Slovenija,

**Sažetak**

Prilikom ulaska u školu dijete upoznaje veliki broj vršnjaka, ulazi u kontakte ili prijateljstva. Osnovni problem za problematično dijete je taj što je zbog njihovog odaziva, ponašanja i specifičnosti učenja teško ispuniti disciplinske i radne zahtjeve. Dakle, postoji nepodudarnost između djetetove inteligencije-procjene bistrosti školskog uspjeha. U školi se takvom djetetu pruža odgovarajuća stručna pomoć, koja pomaže djetetu da odmah nauči reagirati, pronalazi način učenja i može se usredotočiti na suštinu. To djetetu olakšava praćenje standarda ovog društva, prihvaćanje tuđe diferencijacije i brže pronalaženje pravog puta do društvenog uspjeha i prihvaćanja. Često je slučaj da takvo dijete društvo tretira kao čudaka koji je dežurni krivac i dvorska luda u učionici. Imajući njegovanje temeljeno na snažnim načelima, prihvaćanju djeteta i na jasnim granicama, takvom je djetetu lakše zakoračiti u veliki svijet. Djeca s takvim poteškoćama, koja primaju odgovarajuću stručnu pomoć i nemaju drugih poremećaja, mogu postići iste ili čak bolje uspjehe u životu od drugih.

**Ključne riječi:** poremećaj pažnje, ponašanje, odgovor, pomoć u školi.

## 1.UVOD

Kao učiteljica razredne nastave u osnovnoj školi bavim se odgojem i obrazovanjem djece. Primjećujem da se s godinama povećava broj nemirne djece koja se sve teže snalaze u školskom sustavu. Ova su djeca poseban izazov za svakog učitelja, jer od učitelja zahtijevaju veliki angažman i primjereno odabran pristup. Život me nagradio i vlastitim djetetom koje je tijekom osnovnoškolskog obrazovanja bilo dosta nemirno i dijagnosticirano kao dijete s posebnim potrebama (poremećaj pažnje i hiperaktivnost). Dakle, svjestna sam da je za djetetov uspjeh tijekom osnovnoškolskog obrazovanja neophodna kvalitetna suradnja učitelja i roditelja, kako bi se dijete naučilo kako kontrolirati emocije i kako društveno prihvatljivo reagirati u različitim situacijama. Osobna iskustva ispreplela su se s profesionalnim i probudila u meni poseban smisao i znanje da na nemirnu djecu gledam kao na poseban dar, kao na biser koji mogu brusiti da zasja kao učiteljica. Učitelj je puno uspješniji ako ciljeve odgoja i obrazovanja stavi u prvi plan i oplemeni ih ciljevima odgoja i obrazovanja. Kao prioritet svih ciljeva dovođenja nemirnog djeteta do pravih vrijednosti postavljam srčanost, suosjećajnost, ustrajnost i dosljednost na području odgoja i obrazovanja.

## 2.ADHD

Djeca s poremećajem pažnje i hiperaktivnosti često se nađu u začaranom krugu. Imaju veliku želju steći prijatelje, za svaki kontakt s osobom treba uspostaviti odnos, koji ta djeca nisu u mogućnosti. Budući da imaju nedostatak empatije, često odbijaju kontaktirati osobu koju žele kontaktirati, kao rezultat nemogućnosti kontrole poremećaja [1]. Odbijanje prijateljstva sa strane sugovornika pokreće djetetov osjećaj usamljenosti, boli i posljedične agresije. Dakle, ovaj začarani krug ne završava sve dok takvo dijete ne nauči kroz pokušaje i pogreške, ili uz pomoć odrasle osobe koja ga vodi, kontrolirati svoj poremećaj i uložiti svoju energiju u rješavanje sukoba. Poremećaj pažnje i hiperaktivnosti nalaže ili ometa dijete da pokaže sve svoje sposobnosti u školi. Brzo razmatranje i odgovarajuća pomoć u radu u školi od ključne su važnosti. Škola nije po mjeri svakog djeteta. Nemirno dijete ili dijete s poremećajem hiperaktivnosti i pažnje nalazi se u dilemi. Ne razumije što učitelj želi od njega, zašto ga učitelj upozorava kako da stekne i zadrži svoje prijatelje. Takvo dijete izgleda zbunjeno, njegova se pažnja brzo pomiče, teže mirno sjedi, stalno nemiran, pokreti su glomazni. Dijete s poremećajem pažnje i hiperaktivnosti ima puno toga za naučiti, što je samorazumljivo i dano drugoj djeci. Stoga dijete treba obavijestiti o utjecaju njegovog ponašanja na drugu djecu. Moramo mu pomoći identificirati i prihvatiti određene situacije u kojima se nađe, objasniti mu i nejasno to raščistiti. Potičemo dijete da pronađe što više rješenja problemu i da ih koristi.. Učimo ga da povezuje uzrok i posljedicu. Također ga treba naučiti vještinama slušanja drugih, vještinama upoznavanja novih ljudi, razumijevanju govora tijela i kako sudjelovati u igri. Ova djeca nemaju samo probleme i distrakcije koje su posvuda otežane. Također imaju mnoge pozitivne osobine kao što su kreativnost, inteligencija, znatiželja, mašta i osjetljivost. Potrebno je poticati pozitivne osobine i naučiti dijete da kontrolira svoje ponašanje i pokrete.

### **3.Škola**

U razredu smo stavili problematično dijete u prvi red. Dinamičan učitelj koji mijenja aktivnosti vrlo je dobrodošao i tako povećava pozornost svojih učenika. Kako bi se olakšala sljedivost prolaska nastavnog gradiva, nastavnik naglašava bitne podatke, upute su kratke, jasne i nedvosmislene, složene, duže zadatke podijeli na kraće cjeline [1]. Učenje učenika s ADHD-om trebalo bi se kretati od osjetilnog, preko vizualnog do učenja kroz slušanje. Učitelj ne prekida nepotrebno rad djeteta. Učenika treba naučiti strategiji rada i samokontroli pokreta i govora. Što je najvažnije, učitelj može ohrabriti i pohvaliti dijete u pravom trenutku. Dakle, svojim pozitivnim primjerom i metodom poučavanja može steći djetetovo povjerenje i na temelju toga mu je mnogo lakše voditi dijete s nedostatkom pažnje i hiperaktivnošću u pravom smjeru. To je vrlo težak i dugotrajan proces, ali znati da možemo pomoći djetetu najveća je nagrada za učitelja. Učitelj, kao stručnjak, prepoznaje djetetove probleme, raspravlja o njima s djetetom i njegovim roditeljima. Oni imaju vrlo važnu ulogu u razvoju djeteta, pa se slažu s prijedlozima učitelja o tome kako, na koji način pomoći djetetu. Dijete od odrasle osobe upućeno je kako se nositi s problemima, koji nastaju kao posljedica hiperaktivnog poremećaja. Također je moguće da mu stručnjak pomogne pronaći rješenja za nastale probleme. Uz dobru suradnju svih, napredak ne može izostati.

### **4.Ponašanje**

Znakovi reakcije nemirnog djeteta jasno su vidljivi i vrlo se razlikuju od onih druge djece. To su agresivno ponašanje prema vršnjacima, slaba koncentracija za vrijeme nastave ili u dugotrajnoj aktivnosti, unutarnji i vanjski nemir u obliku hiperaktivnosti, impulzivno reagiranje. Svako dijete, međutim, ima osobnost za sebe i pokazuje svoje specifične znakove, koji se ne moraju nužno podudarati sa svim gore navedenim. Neka djeca s ADHD-om pretjerano razgovaraju i žele biti stalno u središtu pozornosti, što pokazuje da takva djeca trebaju puno pažnje. Ovdje postoje problemi, unatoč toleranciji, jer ovo dijete nije samo u učionici i učitelj se neprestano suočava s dilemom što učiniti, jer dijete postaje smetnja za vršnjake. Nakon razgovora s problematičnom djecom, saznajem da se žale da im je dosadno u školi, da ne vole ići u školu, da nemaju puno prijatelja, da ih nitko ne razumije, da su uvijek krivi i ne znaju zašto je to tako. Kao učiteljica primjećujem da ta djeca imaju lošiju sliku o sebi, često imaju poteškoća u učenju, ogorčena su, loše organizirana, imaju kratkotrajnu pažnju, nemirnu, ometajuću i impulzivnu. Neka djeca s pažnjom i poremećajem hiperaktivnosti su vrlo izbirljiva u hrani. Češće roditelji djece otkrivaju da djeca imaju poremećen san, što izaziva reakciju razdražljivosti.

### **5.Podignite vlastito dijete s dijagnozom ADHD-a**

Odgajati vlastito dijete s ADHD-om svakako nije put posut cvijećem, već naporan rad koji uključuje puno truda i malih uspjeha. Roditelj kojeg je priroda obdarila takvim djetetom mora biti osobno jak, stabilan i siguran u odgoj koji provodi. Polaskom u osnovnu školu moj sin je dobio rješenje o usmjeravanju djece s posebnim potrebama, dijagnosticiran mu je poremećaj pažnje i hiperaktivnosti. Prihvatiti ADHD poremećaj ne znači prepustiti uzde obrazovanja, već ih čvrsto uhvatiti i biti čvrsto odlučan i ustrajan u onome što radite. Za

mene kao roditelja dijagnostika je predstavljala veliki izazov za osobni i karijerni rast jer su se osobna iskustva ispreplela s profesionalnim. Shvatila sam da su dosljednost i upornost bitni, jer samo tako dijete uči pravila i poštuje postavljena ograničenja. Mali koraci su uspješni, koje stalno usavršavam. Počela sam s konkretnim uzorcima i prešla na apstraktne. Nekoliko puta se dogodilo da su se neki pozitivni odrazi dječjeg ponašanja pridržavali samo kratko vrijeme ili samo u mojoj prisutnosti. Tada sam se vratila na prvi korak, stotinu puta sam rekla djetetu zašto ovakvo ponašanje nije prihvatljivo. Moje dijete i ja, vježbali smo strategije rješavanja sukoba i razgovarali o tome, kako izbjeći konfliktnu situaciju. Kako osvojiti i zadržati prijatelja, koje su to vrline koje prijatelj mora imati, kako prepoznati pozitivne, moralno neupitne osobe. Kako izbjeći zamke utjecaja negativnog društva. Gradili smo na ohrabrenju, pohvali, emotivnom zagrljaju. Prvo sam djetetu pokazala kako pripremiti školsku torbu, zatim kako pogledati gdje mu je zadaća, kako je označiti, kako se radi, napravili smo plan za izradu domaće zadaće i to uvijek u isto vrijeme, i na istom mjestu, šiljenje olovke, paziti na rukopis, potruditi se u izvršavanju zadatka. Kad je postupno savladao te tehnike, počeo je sam pripremiti vrećicu (samo sam provjerila). Nakon ove faze, kada sam shvatila da dugo temeljito radi zadaću i priprema školsku torbu, počela sam mu vjerovati da će sve organizirati kako treba. Ako je faza povjerenja oskrnavljena, ponovno bi se vratila na provjeru. Ovaj način rada se pokazao učinkovitim. No, pokazalo se vrlo uspješnim ako se djetetu ponude dva zadatka (jednako vrednovana) i ono može izabrati i odlučiti koji zadatak želi raditi. Brojne su prepreke na obrazovnom putu kojim prolaze roditelji i djeca. Više puta smo kao obitelj bili izloženi raznim društvenim pritiscima, upiranju prstom i pljuvanju po „roditeljskom odgoju“. Unatoč dobroj informiranosti ljudi o poremećaju pažnje i hiperaktivnosti, obitelj nije prihvaćena u društvu na način na koji zaslužuje.

### **5.1 Kako je ponašanje djeteta povezano s atmosferom u obitelji?**

U kratkotrajnim konfliktnim situacijama između dva roditelja, dijete se osjeća uznemireno i čas staje na stranu jednog, čas drugog roditelja. Učini to nekoliko puta s takvim obratom da stvari postanu smiješne te razrješenje sukoba pretvara u ironičnu priču i povezuje oba roditelja u pozitivnom smjeru. Ali prije nego što je sin usvojio ovu metodu, sa 6, 7 godina, koristio je metodu kojom je povrijedio oba roditelja tijekom sukoba. Uvijek je izmišljao nove konfliktno situacije, iako stari sukob još nije bio riješen. Petljao se u stvari koje ga se nisu ticale. Pravila obiteljskog života moraju biti čvrsto definirana kako bi se dijete lakše snalazilo. Tako ima osjećaj sigurnosti i prihvaćenosti. Uz pomoć pravila dijete uči poštovati bližnje i funkcionirati u obitelji. Problemi sazrijevanja se smanjuju i više nisu toliko izraženi. Na taj način dijete proširuje svoj krug znanja i uči o sebi i okolini u kojoj se nalazi. Pravila se strogo provode, a tu slučaju kršenja slijede sankcije. One moraju biti unaprijed zacrtane kako bi ih dijete lakše prihvatilo i ispravilo svoje pogreške i nedostatke.

### **5.2 Roditeljska moć**

Dijete vrlo brzo uoči roditeljsku nedosljednost, neupornost i pronade rupu kroz koju može pobjeći. Roditelju nije lako pronaći pravu količinu snage, koja je potrebna za njegovo dijete. Djeca su drugačija pa tako i roditelji. Važno je, međutim, da smo jaki, čestiti, da stojimo iza svojih postupaka i obiteljskih pravila, da se predstavljamo pozitivnom slikom i da vlastite pogreške ne prikrivamo, već ih budemo svjesni i pokušavamo ih ispraviti. Tako

dijete s nama uči da nije loše što ponekad učinimo nešto krivo, da je to ljudski. Ljudski je stajati iza toga i moći se ispričati za pogrešne-neprihvatljive postupke i pokušati ih otkloniti. O osobnim odnosima oba roditeljska spola ovisi i roditeljska snaga. Oni zajedno i složnije lakše i učinkovitije voze vlak odgoja djeteta jasno definiranim putem. No, roditelji uvijek moraju biti potpora jedni drugima i ne prezirati odgoj jedan drugog, jer tada dijete dobiva poruku da roditelji nisu složni i misli da je najbolje raditi po svom. Problemi proizlaze iz ovog "raditi na svoj način". Roditelji i učitelji su djeci uzori. Djeca su odraz našeg djelovanja. Budimo djeci svjetlo i svjetionik, za koji će se uhvatiti na njihovom širokom putu.

## 6.Završna obrada

Ako djeca s takvim poteškoćama dobiju odgovarajuću stručnu pomoć i nemaju drugih poremećaja, mogu postići iste ili čak bolje uspjehe u životu od drugih. U adolescenciji u većini slučajeva poremećaj se potpuno smanjuje ako su tretirani na odgovarajući način. Rijetkost je da ADHD poremećaj prati čovjeka do kraja života. Međutim, ako se hiperaktivnost ne otkrije, ili ispravi i ublaži probleme povezane s njom tijekom razdoblja odrastanja, u odrasloj dobi mogu se pojaviti teška depresija, razdražljivost, neprikladno ponašanje i problemi s pažnjom. Vlastita iskustva na polju roditeljstva i struke dovela su me do spoznaje da usmjeravanje naših „bisera“ u pravom smjeru rađa svijetlu budućnost. Ključ uspjeha je pratiti čvrsto definirane ciljeve, upornost i dosljednost.

## 7.Literatura

- [1.] Rotvejn Pajič, L. (2011). Hiperaktiven, nemiren ali samo živahen otrok? Ljubljana: Svetovalni center za otroke, mladostnike in starše.
- [2.] Zakon o usmerjanju otrok s posebnimi potrebami
- [3.] <http://www.uradni-list.si/1/objava.jsp?urlid=201158&stevilka=2714>)
- [4.] Strong, J. Motnja pozornosti in hiperaktivnost za telebane. Ljubljana: Posadena, 2011.
- [5.] Hribar H. Spreminjanje motečega vedenja v razredu s kognitivno-vedenjskim pristopom: diplomsko delo. Ljubljana: Filozofska fakulteta, 2007.
- [6.] Kesič Dimić, K. Adrenalinske deklice, hitri dečki: svet otroka z ADHD. Nova Gorica: EDUCA, Melior, 2009.