



## **Nedostatak pažnje i hiperaktivnost kod djece**

*Zadnjih se godina sve češće mnoga djeca opisuju kao „hiperaktivna“ te je taj izraz postao jako popularan. Međutim, nije svako dijete koje je stalno u pokretu i puno energije, brbljavo i znatiželjno, hiperaktivno odnosno nema poremećaj pažnje odnosno ADHD.*

*ADHD (attention deficit/hiperactivity disorder) je skraćeni naziv za niz ponašanja koja nazivamo poremećaj pažnje i hiperaktivni poremećaj. Kod hiperaktivnog djeteta uočavamo poteškoće koje se manifestiraju na tri područja: prevelika aktivnost, slaba pažnja i otežano kontroliranje impulsa.*

*Kod djece sa ovim poremećajem primjećujemo slijedeće problema na područjima hiperaktivnosti: takva djeca se vrpolje, previjaju, tresu rukama ili nogama, često ne mogu mirno sjediti na mjestu (škola, vrtić), aktivni su u vidu trčanja, penjanja i skakanja u situacijama kad to nije primjereno, teško se mogu mirno i tiho igrati, puno i glasno pričaju, okreću se i vrpolje na stolici, nemirni su, stalno manipuliraju sa različitim predmetima i igračkama, lako se uzbude i često naglo posežu za predmetima.*

*Kod hiperaktivne djece nepažnju uočavamo kroz pogreške koje radi zbog nemara ili neposvećivanja pažnje detaljima, teško održavaju pažnju u školskim zadacima ili igri, jako se teško organiziraju za aktivnosti, često gubi stvari kojemu trebaju za ispunjavanje zadaće, vrlo često ne slušaju sugovornika kada im se obraća, ometaju ga podražaji izvana koji obično drugi ne primjećuju, takvo dijete sporije usvaja gradivo i piše zadaće, tako se koncentrira, vrlo često je prilično neorganizirano, ima problema sa završavanjem započetih aktivnosti, ima nedovoljne sposobnosti planiranja, ne pažljivo je i pažnja mu je kratka.*

*Impulzivno dijete karakteriziraju slijedeća ponašanja. Takvo dijete ima poteškoća sa čekanjem reda, često u razgovorima prekida i omata druge, istrčava sa odgovorima bez da je sačekalo pitanje, burno i emotivno reagira, nameće se drugima, prebacuje se sa jedne na drugu aktivnost premda prethodnu nije završilo, ne čeka upute i ne može pratiti pravila igre.*

*Veliki problem za hiperaktivnu djecu predstavlja to što sustav ne radi razliku između „normalne“ i hiperaktivne djece pa vrlo često hiperaktivnu djecu etiketira kao zločestu, lošu i problematičnu. Sve to rezultira da se takva djeca nerijetko osjećaju frustrirana, njihovi roditelji ljuti, a učitelji nezadovoljni. Upravo zbog toga takva djece su u riziku jer zbog svoje neprilagođenosti i neprihvaćenosti mogu završiti u delinkventnom ponašanju koje nije posljedica kriminalnog mentaliteta nego ogorčenosti sustavom te unutarnjoj tuzi koja prelazi u vanjsku agresiju. Zbog svega toga takva djece mogu imati nisko samopoštovanje i samopouzdanje i osjećaj manje vrijednosti zbog čega se takovo dijete može odati vandalizmu, zlouporabi psihoaktivnih tvari i promiskuitetu.*

*Dijagnozu ADHD-a je vrlo teško postaviti prije 4. ili 5. godine jer je ponašanje male djece varijabilnije te im se postavlja i manje zahtjeva za trajnim održavanjem pažnje i kontrolom ponašanja. U najvećem*

*broju slučajeva dijagnoza se postavlja polaskom djeteta u školu ili pak prelaskom u više razred osnovne škole jer su upravo u tim razdobljima zahtjevi za prilagodbom kod djece najveći. Da bi se djetetu dijagnosticiralo ADHD simptomi se moraju javiti prije sedme godine života, trajati najmanje šest mjeseci, ometati funkcioniranje djeteta i javljati se u dvije ili više situacija ( npr. kod kuće i u školi).*

*I na kraju kako pomoć hiperaktivnom djetetu?*

*Hiperaktivna djeca su vrlo česti socijalno izolirana u vrtićima i školama te to rezultira manjkom prijatelja. Ova djeca su vrlo često svjesna svoje izoliranosti i odbačenosti te svoje nesposobnosti da zadrže prijatelja. To pokušavaju promijeniti, ali na žalost to ne znaju i nisu u mogućnosti sami učiniti. Međutim ukoliko se ovoj djeci pruži adekvatna pomoć oni često mogu naučiti imati uspješne socijalne odnose. Njima se mora pomoći da nauče ono što većina njihovih vršnjaka zna spontano i bez razmišljanja. U tom procesu u velikoj mjeri mogu pomoći učitelji i roditelje. Važno je da pomoć bude pružena na ne kritizirajući, podržavajući i pozitivan način.*

***Priredila:***

***Tamara Brezičević, dipl. soc. radnica***

***Članak priređen u sklopu Projekta "Prevenција ovisnosti i zaštita mentalnog zdravlja u Brodsko-posavskoj županiji" pod pokroviteljstvom Ministarstva zdravstva RH***

***Služba za zaštitu mentalnog zdravlja, prevenciju i izvanbolničko liječenje ovisnosti***

***Nastavni zavod za javno zdravstvo Brodsko-posavske županije***

***A. Cesarca71, Slavonski Brod***