

## Što je to ADHD i kako ga prepoznati?

ADHD (Attention Deficit Hyperactivity Disorder) je poremećaj pažnje udružen sa hiperaktivnošću i/ili impulzivnošću. Ne postoji pouzdano objašnjenje uzroka ADHD-a ali ono što se danas zna jest to da je ADHD bio-psihosocijalno stanje koje zahtjeva multidisciplinarni pristup i kombinaciju medicinskih (ukoliko je potrebno), psihosocijalnih i obrazovnih intervencija.

Prvo što treba imati na umu jest da je svako dijete individua za sebe i posjeduje neke karakteristike koje su svojstvene samo njemu. Neka su djeca temperamentom mirnija, tiša, staloženija i preferiraju mirnije aktivnost i igru, dok su druga motorički aktivnija, neprestano u pokretu, stalno se penju i skaču. Isto tako, ponašanja djece poput penjanja, skakanja, trčanja, brzog reagiranja, zaboravljanja i sl. su sastavni dijelovi dječjeg razvoja a mogu biti i odraz nekih trenutnih stanja poput umora, razdržljivosti, dosade, prevelikih zahtjeva..

*Međutim, kada se određena ponašanja trebaju smatrati teškoćom i kako trebamo reagirati?*

Prema dijagnostičkim kriterijima (DSM-V; 2014) postoje tri tipa ADHD-a i za postavljanje dijagnoze treba biti prisutno barem šest simptoma nepažnje ili barem šest simptoma hiperaktivnosti i impulzivnosti:

### Nepažnja:

- teško održava pažnju tijekom zadataka ili igre
- ne posvećuje pažnju detaljima, čini nepromišljene greške
- čini se da ne sluša čak i kada mu direktno govorimo
- teško prati upute i ne dovršava zadatke i obaveze
- lako ga ometu nebitni podražaji
- često gubi stvari i pribor
- teško organizira zadatke i aktivnosti
- često ne voli te izbjegava i odbija aktivnosti koje zahtijevaju kontinuirani mentalni napor
- često zaboravlja dnevne aktivnosti

### Hiperaktivnost i impulzivnost:

- često trese rukama i nogama, manipulira predmetima, vrpolji se, okreće na stolici
- ustaje u situacijama kada se očekuje sjedenje na mjestu, šeće
- često trči, skače ili se penje kada nije prikladno
- pretjerano razgovara
- teško se mirno i tiho igra ili obavlja aktivnosti
- stalno je u pogonu, kao da ga „pokreće motor“
- teško čeka svoj red i prati pravila igre
- često odgovora prije nego što je pitanje dovršeno
- prekida ili ometa druge

Važno je i to da simptomi trebaju biti prisutni najmanje šest mjeseci i biti u neskladu s razvojnim stupnjem, nekoliko simptoma se javilo prije sedme godine života i simptomi se očituju u dvije ili više sredina (npr. vrtić/škola, dom).

Dijete predškolske dobi u vrtićkom okruženju može pokazivati sljedeća ponašanja: ne sluša odgojitelja, na pitanja odgovara brzo i ne daje si dovoljno vremena da razmisli, upada u riječ prije nego li je dovršeno pitanje, nestrpljivo je, stalno je u pokretu, zamara se brže od ostale djece u zatvorenom prostoru, ustaje sa stolice za vrijeme mirnijih aktivnosti ili ručka, prekida rad skupine, često se ne može obući bez tuđe pomoći, ima siromašniju simboličku igru, ometa djecu u igri, pokazuje slabije rezultate u zadacima pripreme za školu (usvajanje boja, brojeva, slova, korištenje škara..).

Navedena ponašanja je potrebno na vrijeme uočiti kako bi se roditelji i odgojitelji mogli pravilno postaviti i na vrijeme pružati djetetu potrebnu pomoć i podršku a ne kažnjavati njegovo „neposlušno ponašanje“ nad kojim nema utjecaja i koje može dovesti do dodatnih teškoća kao što su loši vršnjački odnosi, emocionalne teškoće, teškoće u učenju, loša slika o sebi, smetnje u ponašanju i sl.

Ako imate sumnju da je kod vašeg djeteta riječ o ADHD- u, najbolje je napraviti multidisciplinarnu obradu; neuropedijatar, dječji psihijatar, psiholog, edukacijski rehabilitator i logoped koja će pružiti sveobuhvatnu dijagnostiku, isključiti moguća ostala stanja sa sličnim teškoćama i odrediti djetetu (ukoliko se potvrdi postojanje ADHD-a) potrebni oblik tretmana i podrške. Na taj način možemo odgajati i obrazovati dijete da se uspješno suočava sa svojom različitošću, bude sretno i zadovoljno te ostvari svoj puni potencijal.

Pripremila: Marija Petričević, edukacijski rehabilitator

#### Izvori:

- ✓ Hughes L., Cooper P. (2009). Razumijevanje djece s ADHD sindromom i pružanje potpore, Jastrebarsko, Naklada Slap.
- ✓ Kokot., T. (2016): ADHD u djece predškolske dobi. Diplomski rad, Učiteljski fakultet, Zagreb.
- ✓ Ferek. M (2006): Hiperaktivni sanjari: drugačiji, lošiji, bolji: osvrt na ADHD- deficit pažnje- hiperaktivni poremećaj, Zagreb, Buđenje- udruga za razumijevanje ADHD-a.