

## Alan Train

### Specifické poruchy chování a pozornosti

Jedná se o hyperaktivitu s poruchou pozornosti (ADHD - Attention Deficit Hyperaktivity Disorder). U nás se pro tento druh obtíží běžně užívá termín lehká mozková dysfunkce - LMD - nebo specifické vývojové poruchy chování.

#### Co je to ADHD?

Hyperaktivita s poruchou pozornosti je psychiatrická diagnóza, která se vztahuje na děti (a dospělé) s vážnými sociálními a kognitivními obtížemi. Rozlišujeme tři hlavní symptomy:

- poruchy pozornosti
- impulzivita
- hyperaktivita

#### Příznaky ADHD

Znepokojené matky popisují své děti jako neklidné již od raného věku a mnohé dokonce tvrdí, že ještě než se narodily, pohybovaly se v děloze podstatně více než jejich sourozenci. Jako batolata jsou k nezastavení a stále se někam ženou. Když začínají mluvit, žvatlají nepřetržitě jedno přes druhé, zkoušejí všechno, všude se cpou a nedají si pokoj. Zkrátka jsou to vyčerpávající děti. Rodiče je milují, ale oddechnou si, když je konečně uloží do postele. Neuvolní se však zcela: vědí, že dítě nebude spát dlouho, a jakmile se probudí, bude následovat další den plný starostí.

Ale mnoho rodičů si nedělá vážné starosti až do chvíle, kdy dítě začne chodit do mateřské školy. Kontakt s ostatními dětmi totiž dále posílí typické problémové chování. Hyperaktivita, která provází děti s ADHD od narození, se nyní střetává s jejich vrstevníky. Neklidné děti jsou neoblíbené a odmítané, neboť se trvale něčeho dožadují. Ostatní děti nedokážou tolerovat jejich neustálou aktivitu, neschopnost se soustředit a zaujatost jen svými problémy. To jim komplikuje interakci s okolím.

Ve škole se jejich obtíže nejen plně projeví, ale i dále prohlubují. V důsledku poruchy pozornosti se nemohou normálně zapojit do výuky a navázat vztah k ostatním. Spolužáci dávají hyperaktivnímu dítěti, neschopnému vydržet chvíli na místě, svůj nesouhlas otevřeně najevo. Jeho neklid se tak ještě zvyšuje. Cítí, že je odmítáno, a za každou cenu se snaží upoutat pozornost. Nechce dělat úkoly a svou práci často ničí. Je schopno i ohrožovat spolužáky a slovně či fyzicky napadat učitele. V takovém případě dítěti vážně hrozí vyloučení ze školy.

#### Diagnóza

Ve chvíli, kdy vznikne podezření na ADHD, je další postup jasný. Matka je poslána k pediatrovi, který od ní získá více informací. Aby si mohl vytvořit vlastní názor, promluví si také přímo s dítětem. K získání všech důležitých informací potřebuje zadat dítěti několik testů koncipovaných k diagnostice ADHD. Lékař dále spolupracuje s výchovným poradcem školy, který by měl dohlížet na průběh celého výchovně-léčebného programu.

## Příčiny ADHD

- Vrozené dispozice a zdravotní stav

Když se dítě chová špatně, je třeba zkoumat nejen prostředí kolem něho, ale i dítě samotné. Na to druhé se někdy zapomíná. Rodiče viní ty, kteří s dítětem přicházejí do styku, a mezi ně, kdesi v hloubi duše i sebe. Učitelé zase považují za odpovědné rodiče, a tak jen dokazují svou nekompetentnost. Vrozené a zdravotní příčiny hrají stejně důležitou úlohu jako výchova.

- Mozkové dysfunkce

Výzkum chemických pochodů se jeví jako nejslibnější způsob, jak proniknout do složitostí lidského mozku. Z výzkumu vyplývá, že u dětí s ADHD je narušena funkce přenašečů signálů mezi neurony. Jsou-li, u dětí s ADHD, dysfunkční látky, které ovlivňují náš způsob myšlení, cítění a mimo jiné i schopnost koncentrace pozornosti, mohou být tyto pochody poškozeny a v důsledku toho může být vážně porušeno chování. Moderní věda dokázala, že je možné pomocí léků posílit funkci neuronů a tím také ovlivňovat chování dítěte. Je to významná část komplexního léčebného programu.

- Genetika

ADHD je i dědičná záležitost. Mnoho dětí má otce, který v dětství trpěl stejnou poruchou. Méně už je těch, které poruchu zdědily po matce. ADHD má svůj původ v genech, a proto jej nelze „vyléčit“, je však možné dítěti pomoci, aby se s obtížemi vyrovnalo.

- Poškození mozku, alergie na stravu, otrava olovem, ostatní...

## Jak přistupovat k dítěti s ADHD

Mnoho lidí považuje nepřiměřené chování dítěte za důsledek špatné výchovy. Předpokládají, že rodiče to s dítětem neumějí a učitelé jsou neschopní. Pokud jste rodiče nebo vychovatelé snažte se takovéhoho postoje vyvarovat, jinak podlehnete beznaději. Chcete-li se skutečně s chováním dítěte s ADHD vyrovnat, musíte svou pozornost zaměřit jen na něj a realisticky zvážit jeho potřeby. Jste-li v kontaktu s dětmi, uvědomte si, že váš postoj k nim ovlivňuje jejich chování. Dítě s ADHD je většinou citlivější než ostatní děti a na jakýkoliv pocit nejistoty reaguje nepřátelsky, proto potřebuje takové prostředí, ve kterém by se cítilo bezpečně. Musí cítit, že se o něj někdo stará, že v jeho blízkosti jsou lidé, na které se může spolehnout. K tomu, aby si připadalo méně ohrožené a aby se tlumily nežádoucí projevy v jeho chování, potřebuje jednoznačné vedení, přítomnost autority a kázeň. Ačkoliv je důležité dítěti s ADHD porozumět, v žádném případě to neznamena, že byste měli tolerovat jeho nevhodné chování.

### Čeho se vyvarovat:

- tělesné tresty
- trápení hladem a žízní
- bránění styku s rodiči a příbuznými
- omezení osobní svobody
- úmyslný nedostatek spánku
- pokuty
- podrobné osobní prohlídky
- zabránění přístupu ke zdravotní péči

### Vhodná opatření:

- odepřít zábavnou aktivitu
- přidat práci navíc
- dát dítě brzy spát
- poslat dítě do jeho pokoje
- pozastavit výhody

### Odměny

### Kázeň

### Komunikace

Dítě s ADHD často nerozumí tomu, co mu ostatní říkají. Je pro něj těžké soustředit se a v důsledku své impulzivity reaguje na to, co mu říkáte intuitivně. S ADHD jsou spjaty další problémy: typický je například nedostatek sebeúcty, která se projevuje přecitlivělostí na jakoukoliv kritiku. Proto je nutno komunikovat s dítětem velmi opatrně. Chce-li se dítě vyjádřit, snažte se mu pomoci. Měli byste s ním mluvit o tom, co dělá. Komunikace mu pomáhá k tomu, aby dokázal vyjádřit své vnitřní pocity.

Dítě s ADHD je pro toho, kdo s ním pracuje nebo žije, skutečně složitým problémem. Jeho chování je vyčerpávající hlavně proto, že není vůbec jasné, jak ho zvládat. První profesionální povinností je udělat maximum pro fyzickou bezpečnost hyperaktivního dítěte i všech kolem. Většina učitelů a vychovatelů očekává, že děti budou poslušné. Neposedné dítě odmítají a veškerou vinu za jeho chování dávají rodičům. Těžko si někdo z nich přizná, že chování dítěte je projevem určité formy onemocnění. Připustí-li tento názor, měly by se obě strany přestat navzájem obviňovat a naopak se pustit do společného komplexního léčebného programu.