

ADHD este o tulburare care se manifestă în special la preșcolari și la copiii de vârsta școlară, dar nu este o boală.

Prin metode corecte de intervenție, se poate obține o adaptare adecvată a copilului atât în mediul familial, cât și în cel școlar și social.

ADHD înseamnă Deficit de atenție / Hiperactivitate / Impulsivitate.

Detaliem simptomele, pentru fiecare aspect, în parte.

- Lipsa de atenție: copilul ignoră adesea detaliile, își menține cu greutate concentrarea la lucru sau la joacă, pare să nu asculte atunci când cineva i se adresează direct, nu respectă instrucțiunile, nu termină ceea ce a început, este distras de zgomote exterioare.
- Hiperactivitate: copilul se agită sau se foiește, se ridică des de pe scaun, aleargă sau se cațără atunci când nu ar trebui, este mereu în mișcare, vorbește excesiv.
- Impulsivitate: copilul răspunde înainte ca întrebările să fie complete, are dificultăți în a-și aștepta rândul, întrerupe și deranjează alte persoane.

Toți copiii se comportă în moduri care ar putea fi interpretate ca deficit de atenție, hiperactivitate sau impulsivitate, simptome centrale ale ADHD. De fapt, toți visăm cu ochii deschiși, îi întrerupem pe alții, răspundem neîntrebați, ne pierdem răbdarea sau suntem agitați, dar nu toți suferim de ADHD. Specialiștii stabilesc diagnosticul de ADHD numai atunci când un copil:

- a manifestat comportamente inadecvate nivelului său de dezvoltare;
- manifestă comportamentele menționate mai sus în mod constant, pe o perioadă lungă de timp;
- a prezentat unele simptome înainte de vârsta de 7 ani;
- este afectat de aceste simptome în activitățile curente, în mai mult decât un singur context: la școală, acasă, în locuri publice (parc, loc de joacă, magazin). Prin urmare, este foarte importantă echipa PĂRINTE-SPECIALIST-ÎNVĂȚĂTOR/PROFESOR, atât în stabilirea corectă a diagnosticului, cât și în alegerea metodei de corectare a comportamentului.

Există o serie de metode care ar trebui aplicate în cazul acestor copii de către învățător/profesor:

- Copilul nu trebuie izolat în ultima bancă, ci plasat în prima bancă, pentru a i se putea acorda atenție în mod adecvat.
- Măcar de două-trei ori pe oră, cadrul didactic să i se adreseze elevului care suferă de ADHD și să-i ofere recompensă verbală pentru fiecare răspuns sau faptă bună.
- Atunci când face diverse prostioare (se joacă, nu este atent, face ghemotoace de hârtie etc.), cadrul didactic, dar și clasa de elevi va trebui să îl ignore, în acest fel fiindu-i taxate comportamentele-problemă.

Important este însă ca și părinții să lucreze acasă cu copiii lor și, la recomandarea specialistului, să facă exerciții de educare a atenției prin joacă sau să încerce diferite strategii de învățare.

Txt: Profesor psiholog Anda Costache, Liceul „Ioan Petruș” - Otopeni