



Svetovalni center za otroke,
mladostnike in starše Ljubljana

HIPERAKTIVEN, NEMIREN ALI SAMO ŽIVAHEN OTROK?



Leonida Rotvejn Pajič

Za starše

KAZALO

SPREMNA BESEDA.....	4
UVOD.....	7
ŽIVAHEN, NEMIREN, HIPERAKTIVEN?.....	9
KDAJ OBSTAJA MOŽNOST, DA GRE PRI OTROKU ZA HIPERKINETIČNO MOTNJO?.....	11
KAJ JE HIPERKINETIČNA MOTNJA?.....	13
KAJ JE VZROK HIPERKINETIČNE MOTNJE?.....	22
KAKO POGOSTA JE HIPERKINETIČNA MOTNJA?.....	25
ALI Z ODRAŠČANJEM TE TEŽAVE MINEJO?.....	26
POMOČ OTROKU S HIPERKINETIČNO MOTNJO.....	29
KAKO LAHKO STARŠI LAŽJE SHAJATE S SVOJIM NEMIRNIM, ŽIVAHNIM, HIPERAKTIVNIM OTROKOM?.....	32
KAJ PA PRILAGODITVE V ŠOLI?.....	51
KAKO LAHKO V SVETOVALNEM CENTRU POMAGAMO VAŠEMU OTROKU S HIPERKINETIČNO MOTNJO IN VAM?.....	55
ZAKLJUČEK.....	57
LITERATURA.....	59

SPREMNA BESEDA

Kadar so starši soočeni z domnevo ali oceno, da je njihov otrok hiperaktiven, se jim porajajo številna vprašanja: kaj, zakaj, kako? Čeprav je motnja pozornosti in hiperaktivnosti ena najbolj pogosto diagnosticiranih motenj v otroštvu, je literature o tej temi v slovenskem prostoru malo in zato je knjižica, ki jo držite v rokah, tako dobrodošla.

V knjižici so na razumljiv in pregleden način predstavljene ključne informacije in dejstva o motnji, ki je zelo kompleksna in lahko močno vpliva na vsa pomembna področja otrokovega življenja, pa tudi na odnose v družini. Izvemo lahko, kaj je motnja pozornosti in hiperaktivnosti oz. hiperkinetična motnja in kako jo lahko ločujemo od običajne živahnosti ali nemirnosti pri otroku, kakšni so vzroki za pojavljanje motnje, kako pogosta je motnja in kakšen je običajen razvojni potek težav. Drugi del gradiva pojasnjuje, kakšna je ustrezna pomoč otroku, tudi v obdobju šolanja, ki je za otroka in starše pogosto zelo, če ne najbolj stresno obdobje v življenju. Staršem bodo zagotovo v veliko pomoč številni nasveti, kako ravnati, da bodo odnosi z otrokom bolj učinkoviti in kako spodbujati otrokov napredek. Zvedeli pa bodo tudi, kakšno pomoč lahko prejmejo v Svetovalnem centru za otroke, mladostnike in starše, kjer je avtorica zaposlena.

Avtorica, ki ima raziskovalne in bogate praktične izkušnje s področja dela z otroki z motnjo pozornosti in hiperaktivnosti ter njihovimi starši in učitelji, je z veliko mero občutljivosti ob koncu zapisala:

»Težav, ki izhajajo iz hiperkinetične motnje, ne moremo preprosto ozdraviti, otroka ne moremo spremeniti, preoblikovati ali prilagoditi našim potrebam, pričakovanjem in zahtevam. Lahko pa ga skušamo razumeti, ga sprejeti takšnega kot je, mu stati ob strani, ga spodbujati ter z veliko optimizma, vztrajnosti in ljubezni iskati načine za premagovanje težav in lažje shajanje z njimi.«

Prepričana sem, da nam bo pri tem pomagala tudi ta knjižica!

mag. Suzana Pulec Lah, Pedagoška fakulteta UL

Pričujoča knjižica skuša na čimbolj preprost, pregleden in razumljiv način predstaviti osnove hiperkinetične motnje ter nekaj od možnih načinov za shajanje z njo v otrokovem domačem in šolskem okolju.

Namenjena je predvsem staršem, ki si želijo razjasniti, ali je nemirnost njihovega otroka še v okvirih običajnega ali pa jih morda že presega, ter staršem, ki želijo izvedeti več o hiperkinetični motnji in kako se spoprijemati z njo, pa tudi tistim, ki so že vključeni v terapevtsko obravnavo in jim knjižica lahko predstavlja njeno dopolnilo.



Težav, ki izhajajo iz hiperkinetične motnje, ne moremo preprosto ozdraviti, otroka ne moremo spremeniti, preoblikovati ali prilagoditi našim potrebam, pričakovanjem in zahtevam. Lahko pa ga skušamo razumeti, ga sprejeti takšnega kot je, mu stati ob strani, ga spodbujati ter z veliko optimizma, vztrajnosti in ljubezni iskati načine za premagovanje težav in lažje shajanje z njimi.

