

## Když je dítě příliš „živé“

**Syndrom poruchy pozornosti má dynamický ráz. Klinický obraz se v jednotlivých vývojových etapách proměňuje. Obtíže syndromu však ovlivňují život dítěte od samého počátku.**

V kojeneckém věku jsou nesnáze koncentrovány do oblasti základních fyziologických potřeb. Děti mají problémy se spánkem – špatně usínají, v noci se často budí. Je narušen i vztah k příjmu potravy – kojeneček nechce sát, špatně přibývá na hmotnosti. Je velice dráždivý, snadno se rozpláče a jeho křik a pláč jsou těžko k utišení.

### **Konfliktní prostředí**

Dítě s ADHD si tedy již od okamžiku narození přináší do své sociální situace potíže, kterými si bez své viny a nevědomě vytváří konfliktní prostředí. Postoj matky k novorozenci s diagnózou ADHD ovlivňuje od počátku fakt, že si matka některé zvláštní projevy dítěte nedovede vysvětlit nebo že si je vysvětluje nesprávně. Děti s ADHD bývají neklidné, plačtivé, dráždivé, zlostné, mají přepjaté reakce, jejich stav se rychle mění, vyžadují zvýšenou péči. Matka se pak často cítí ve své roli nejistě, neví, zda zachází s dítětem správně.

V raném dětství je pro dobrý a klidný život a vývoj dítěte nutná tzv. synchronie pozornosti a afektu mezi matkou a dítětem, tedy soulad společně zaměřené pozornosti (matka věnuje dítěti soustředěnou pozornost v těch chvílích, kdy to ono vyžaduje) a společně sdílené emoce (současné vzrušení nebo uklidnění).

Tato synchronie se za optimálních podmínek mezi matkou a dítětem rychle vytvoří, matka se intuitivně naučí rozlišovat změny v okamžitém stavu dítěte a na konkrétní stav reagovat. U dětí s ADHD, jejichž projevy se vyznačují arytmiicitou (nepravidelnost spánku a bdění, hladu, přijímání potravy a vyměšování), dochází velice často k asynchronii. Matka nereaguje na rytmus dítěte správně, tzn. nevěnuje mu pozornost ve chvíli, kdy ji dítě vyžaduje, či ho zahrnuje podněty bez ohledu na jeho momentální stav.

### **Problematický vývoj**

Další těžkosti způsobují vývojové problémy jednotlivých schopností. Přibližně u 60 % dětí s ADHD dochází k poruchám raného vývoje řeči, schopnost vyjadřování se rozvíjí opožděně, pomaleji a s obtížemi. Tyto děti většinou rozumí tomu, co v rodině slyší. Mají ale potíže jak s tvořením slov (komolí), tak s tvořením i dvou či tříslavných vět.

Motorický vývoj může být také opožděný, v důsledku čehož si dítě nedokáže samo obstarat podněty, které by ho zabavily nebo jde naopak rychle kupředu, a to zejména při výrazném syndromu hyperaktivity. Dítě se začne pohybovat po bytě jako blesk a rodiče mají plné ruce práce, aby ho uhlídali.

U dítěte s ADHD se objevuje intenzivnější vzdor, často spojený se záchvaty vzteku. Dítě se těžko podřizuje řádu, nerado poslouchá. Přitom však projevuje zvýšenou vázanost na dospělé

a vyžaduje jejich pozornost a péči. Je nutné zdůraznit velký vliv sociálních činitelů na nepříznivé biologické činitele. Ve studii o nechtěných dětech s LMD, které měly výrazně vyšší ukazatele maladaptace než děti s LMD z rodin, kde byly přinejmenším neutrálně přijímány, bylo dokázáno, že „organická porucha dítěte, byť jakéhokoli druhu, je vždy v interakci s postoji rodičů vytvářenými před jeho narozením a dotvářenými během soužití s ním.“ (Matějček, Langmeier)

### **Po nástupu do školy**

Naprosto nová situace nastává ve chvíli, kdy dítě nastupuje do školy. Všechny charakteristiky ADHD a jejich důsledky, které mohla dobře zvládat fungující rodina, se dostanou do úplně nové sociální situace. Škola znamená zátěž, nové požadavky na chování, nároky na výkon. Nesmírně se tak rozšiřuje prostor pro konfliktní situace. Znovu zdůrazňuji, že dítě se do takových situací dostává bez své viny a neuvědoměle.

Zvláštní koncepce výuky pro děti se specifickými poruchami učení se dětí s ADHD týkat nemusí. U ADHD jde primárně o poruchy chování, s jejichž projevy si učitelé a rodiče musí správně poradit v rámci běžného vyučovacího systému. Za této situace je nezbytná odborná zdatnost pedagogů a poučenost rodičů. Cílem správného přístupu k dítěti není „změna dítěte“, ale v první řadě změna podmínek, v nichž dítě žije. Prostředí dítěte a jednání s ním by mělo být takové, aby ubylo podnětů, které mu nevyhovují, které živí vznik konfliktů. Jde tedy o to zaměřit se na životní styl dítěte.

Klíčovou roli ve spokojeném a klidném životě školáka hrají jeho rodiče. Zásadní jsou tato doporučení:

- Přijměte dítě takové, jaké je.
- Nepodceňujte ho, podporujte jeho sebevědomí.
- Neopakujte dítěti, že je zlobivé. Dítě se tak začne označovat samo a bude považovat zlobení za svůj přirozený projev.

Tyto rady píší s dodatkem, že takový postoj by měl být samozřejmý při jednání s každým dítětem, ať trpí nějakými problémy nebo ne, a je smutné, že musí být obsahem doporučení pedagogicko-psychologických poraden.

### **Vývoj v dospělosti**

Ve většině případů se stav v období dospívání, přibližně od čtrnácti let věku dítěte, začne upravovat. Patrně v této době začínou dozrávat dosud nedostatečně vyvinuté mozkové buňky, čímž dojde k lepšímu uvolňování neurotransmiterů. Je ovšem naprosto jasné, že takovéto zlepšení je podmíněno správným přístupem k dítěti v době potíží. V opačném případě behaviorální a emocionální problémy nejen nemizí, ale naopak se podle mého názoru musí prohloubit, protože jsou umocňovány každým dalším konfliktem a frustrací.

### **Nepříznivé vlivy**

Vývoj ADHD je nesmírně závislý na psychosociálních vlivech. Prvotní poškození nebo oslabení centrální nervové soustavy je jen začátkem. Konečnou podobu poruchy vytváří právě sociální a emocionální prostředí. Všechny nepříznivé psychologické a sociální okolnosti snižují schopnost dítěte vyrovnat se s následky oslabení CNS. Při přibližně stejné míře postižení mozkovou dysfunkcí se budou symptomy ADHD mnohem více projevovat u dítěte, které má nepříznivé rodinné a společenské zázemí.

Dítě se harmonicky rozvíjí, jestliže jsou dostatečně a trvale uspokojovány jeho základní životní potřeby fyzické i psychické. Psychické potřeby lze třídit do pěti skupin: potřeba přiměřeného přívodu podnětů, potřeba smysluplného života, potřeba osobní závislosti a citového připoutání,

potřeba vlastní identity, nezávislosti a společenského uplatnění, potřeba otevřené budoucnosti. Konfrontujeme-li symptomy ADHD s výše uvedenými potřebami, je jasné, že problémy mohou vznikat velice snadno. Porucha pozornosti téměř vylučuje, aby se dítěti dostávalo přiměřeného přívodu podnětů. Dítě je podněty spíše zavalováno, každý podnět, ať je jakkoli bezvýznamný a okrajový, na sebe dokáže strhnout jeho pozornost. S tvorbou obrazu smysluplného světa může mít dítě potíže. Jednak díky výše zmíněnému přehlcení podněty, jednak díky opoždění raného psychomotorického vývoje. Toto opoždění vede k tomu, že kojeneček a batole nejsou schopni sami v dostatečné míře svět prozkoumávat.

Děti s poruchou ADHD mají často velmi silnou potřebu připoutat se k jedné osobě, zejména k matce. Mají potřebu být na ní zcela závislé. Protože se však dítě již od narození projevuje různými zvláštnostmi, může dojít k tomu, že ho matka nepřijímá snadno. Může se stát, že jeho chování u ní nevyvolává pocity něhy a lásky, ale nejistotu, úzkost, třeba i odvržení. Budování vlastní identity, nezávislosti a vědomí vlastního uplatnění je u těchto dětí zcela logicky podkopáváno novými a novými zážitky selhání, zklamání, pocitů nedostatečnosti a prohry. Proto i splnění páté jmenované potřeby, nadějného pohledu do otevřené budoucnosti, není pro děti s ADHD snadné.

### **Výchova dítěte s ADHD**

Rodiče i ostatní vychovatelé se musí vyzbrojit velkou trpělivostí. Je nutný laskavý, tolerantní a současně do určité míry i důsledný přístup. Výchova by měla směřovat k získání pozitivních vzorců chování. Tyto vzorce chování by měly nahradit dřívější negativní sklony. Dítě se musí naučit uvědomovat si důsledky svého impulzivního či agresivního chování. Výchova se tedy odehrává v rámci odměn za dobré chování.

Rodiče musí dítěti co nejdůležitěji a nejpodrobněji popsat chování, které od něho očekávají. Dítě musí pochopit, jaké chování je přijatelné a jaké ne, rodiče ho musí komentovat zcela jasně. Dále by měli dítěti vysvětlit důsledky žádoucího chování, aby vědělo, za co bude odměněno. V případě správného chování pochválit a odměnit. Dítě tak získá příjemnou zkušenost, může začít věřit, že je schopné problémy zvládnout. Pochvalu si zaslouží i snaha, třebaže nevedla ke stoprocentnímu úspěchu. Do rozumné míry je nutné nereagovat na nežádoucí chování. Připomínání problémů a kritika by mohly vést ke ztrátě chuti a odvahy se snažit.

Dítě s projevy ADHD je nutné přijmout takové, jaké je. Pochopíme-li jeho situaci, můžeme přizpůsobovat vnější prostředí jeho potřebám. Mnohé problémové situace lze předvídat a tedy jim i předcházet. Rodiče by se měli snažit, aby dítě nebylo vystavováno situacím, ve kterých pravděpodobně neuspěje nebo ve kterých je pravděpodobný výskyt nežádoucího chování.

Je důležité také počítat s pocity ostatních dětí, sourozenců. Potíže vznikající v sourozeneckých vztazích, kdy rodiče nepřístupují ke svým dětem stejně, se vyskytují poměrně často. V případě, že jedno dítě má syndrom ADHD a rodiče musí k jeho prohřeškům přistupovat hodně tolerantně, je třeba druhému dítěti dát co nejlépe najevo, že jeho sourozenec není privilegovaný, že má jen své zvláštní problémy, a proto je mu více dovoleno.

Je jasné, že děti s poruchami chování potřebují nesmírně chápavou a laskavou péči. Přesto si nemyslím, že je možné říci, že nějaké dítě potřebuje méně a jiné více lásky. Neoddělovala bych děti s ADHD od jiných, které mohou být také velmi snadno zranitelné. Děti s poruchami chování mají prostě své specifické potřeby, které je nutné si uvědomit a zohlednit.