

Čo je potrebné vedieť o poruche pozornosti a o hyperaktivite

ADD — Attention Deficit Disorder — **porucha pozornosti.**

ADHD — Attention Deficit Hyperactivity Disorder — **porucha pozornosti s hyperaktivitou.**

V obidvoch prípadoch sa príznaky vyskytujú v miere, ktorá nie je v súlade s vekom a inteligenciou daného veku.

V staršej literatúre bolo ADD/ADHD označované pojmom LMD — ľahká mozgová dysfunkcia. Dysfunkcia bola definovaná ako ľahká v tom zmysle, že pri nej nie je výrazne — komplexne postihnutá motorika či rozumové schopnosti.

Žiaci s ADHD majú problémy so sústredením, s impulzivitou a sú hyperaktívni. V porovnaní s nimi, a niekedy aj v porovnaní s klasickými žiakmi, sa **žiaci s ADD javia ako pomalí, dokonca niekedy sú až výrazne pomalí, ich práca si vyžaduje niekoľkokrát dlhší čas.** Nie je prítomná hyperaktivita, ale sú u nich problémy s pozornosťou, sústredením a impulzivitou. **Väčšinou ale nevyrušujú, nijako na seba nepútajú pozornosť, ticho sedia. Pre žiaka je ADD závažný problém, pretože zhoršuje jeho prospech a zvyčajne je to aj príčina nízkeho sebavedomia.** Žiak s ADD sa môže niekomu javiť ako lajdák alebo leňoch.

ADD a ADHD nie sú dôsledkami nesprávnej výchovy. Ide o narušenie, ktoré môže mať biologickú príčinu. Nesprávne vedenie pri liečbe alebo neliečenie môže mať v ďalšom živote dieťaťa vážne následky.

ADD a ADHD sa vyskytuje oveľa častejšie u chlapcov ako u dievčat.

Diagnózu stanovuje skupina odborníkov po dôkladných vyšetreniach. Väčšinou je to pediater, neurológ, psychiater a iní odborní lekári, ďalej na vyšetrení spolupracuje špeciálny pedagóg a psychológ.

Príčiny ADD, ADHD

Presne a jednoznačne stanoviť príčinu je veľmi ťažké. Medzi pravdepodobné príčiny patria:

- ⊗ **organické poškodenie tej časti mozgu, ktorá riadi spracovanie impulzov a** podieľa sa na triedení zmyslových vnemov a koncentrácii pozornosti,
- ⊗ **dedičnosť,**
- ⊗ **komplikácie v tehotenstve,**
- ⊗ poranenia a komplikácie pri pôrode,
- ⊗ **užívane alkoholu a drog v tehotenstve,**
- ⊗ **znečistené životné prostredie** — možná otrava olovom,
- ⊗ strava, **určité poruchy metabolizmu,** alergické reakcie na stravu spojené s dráždením nervových buniek.
- ⊗ **psychosociálne faktory** — podľa autorov Alison Munden a Jon Arcelus, ktorí píšú, že niektorí ľudia sa mylne domnievajú, že ADHD vzniká nesprávnou výchovou. Napriek tomu trvajú na tom, že vychovávať takéto dieťa je problematické, rodičia sa snažia urobiť všetko v prospech zmiernenia problému a nezdarí sa im to. Príčina môže byť v nesprávnom prístupe v útlom veku, kedy sa vytvárali citové väzby.

U detí s poruchou pozornosti a hyperaktivitou sa prejavujú problémy:

- ⊗
 - v **jemnej motorike** (ojedinele aj telesná neobratnosť, väčšina detí v mladšom školskom veku nedokáže chytiť loptu pri hádzaní v kruhu — doslova sa jej uhne),
- ⊗ **v postojoch a konaní,**
- ⊗ **majú problém počúvať a vykonávať určité pokyny, v**
- ⊗ **samostatnej práci,**
- ⊗ **so školskou prispôsobivosťou,**
- ⊗ **v zmyslovom vnímaní,**
- ⊗ **so sústredením na prácu** a v zotrvaní pri danej práci, problémy s udržaním pozornosti,
- ⊗ v nadväzovaní priateľstiev,
- ⊗ pri nesprávnych výchovných postupoch im hrozia rôzne psychické poruchy.

Zdá sa, **akoby mali nevyrovnané výkony v školskej práci,** akoby „vypli“ svoju pozornosť a pre učiteľa **sa zdajú zasnené** alebo nepozorné, prejavujú sa u nich **výrazné poruchy psychických procesov, ľahko sa dajú rozptýliť** vonkajšími podnetmi.