Prof. Alecu Adina Mariana

G.P.N Pietrosu, Costești, Buzău

HIPERACTIVITATEA COPILULUI PREȘCOLAR
MODALITĂȚI DE DISCIPLINARE ȘI RECOMANDĂRI

Hiperactivitatea apare atât la băieți, cât și la fete înainte de a împlini 7 ani, fiind autentificată în toate clasele sociale și la copii cu grade de dezvoltare intelectuală diferite. În mai bine din jumătate din cazuri, afecțiunea se transmite ereditar. Există și alți factori care pot complica situația copilului în plan social (stresul de familie sau din mediul apropiat), în plan școlar (probleme specifice de înțelegere) și în plan psihoafectiv (agresivitate, anxietate și elemente depresive). Tulburarea de atenție și hiperactivitate (ADHD) este foarte mult întâlnită și tot cu o mare frecvență.

CAUZELE HIPERACTIVITĂȚII

Nu se cunoaște o cauză specifică a hiperactivității. Mulți cercetători au afirmat că este vorba de o serie de deficiențe cerebrale ale copiilor și s-a acceptat concluzia că acești copii au această caracteristică. O cauză ar fi faptul că la copii cu ADHD, informațiile și impulsurile nu se transmit într-o manieră normală, în principal din cauza insuficienței de secreție a neurotransmițătorilor. Alte cauze ar putea fi: plictiseala, supradotare, conflicte psihice, tulburări emoționale, anxietate, depresie, mediul familial conflictual, deficit de atenție, pubertate, deficit de învățare sau de vedere și auz, abuz sexual, tulburări mintale, alergii alimentare. Diagnosticarea copiilor cu ADHD se face de către specialiști.

Simptomele acestei tulburări trebuie să persiste cel puțin 6 luni, să debuteze înainte de 7 ani și să se manifeste în mai mult de o singură situație de viață pentru a discuta despre hiperactivitate. Frecvența și severitatea simptomelor hiperactivității se manifestă variat de la un copil la altul și de la o situație la alta.

În general, simptomele se diminuează atunci când copilul este susținut de către adult în activitățile sale. Simptomele se agravează atunci când copilul trebuie să se concentreze și să se organizeze de unul singur, să realizeze efort susținut atunci când situația este lipsită de interes și de noutate pentru el. În ciuda comportamentelor perturbatoare pe care le manifestă, copiii hiperactivi sunt sociabili, afectuoși și capabili de atașament.

MODALITĂȚI DE DISCIPLINARE A UNUI COPIL HIPERACTIV

O modalitate eficientă de disciplinare începe cu înlocuirea etichetelor verbale (exemplu: copilul este leneș) cu comportamente specifice care pot fi modificate (exemplu: copilul nu face ordine în cameră). Acest lucru îl poate ajuta pe părinte să înlocuiască o convingere cum ar fi: „Totul e un dezastru la noi în familie, nimic nu merge cum trebuie” cu altele mult mai adaptive: „Se întâmplă multe lucruri neplăcute”, „Există mai multe momente neplăcute decât plăcute în familia noastră”. Evitarea etichetelor înseamnă de fapt că nu persoana (copilul) esteținta disciplinării, ci comportamentul lui. În acest fel, se evită formarea unei imagini de sine negativă a copilului și se asigură eficiența disciplinării la care va recurge părintele .

Încurajarea comportamentului dorit duce la scăderea incidenței comportamentului indezirabil. Este remarcabil efectul pe care îl are acest lucru asupra comportamentelor problematice. Poate că nu este suficient să îl încurajăm pe copil atunci când face ceea ce ne dorim, dar este o condiție necesară pentru ca schimbarea să survină mai rapid și să fie mai stabilă. Stabilirea unei reguli clare ne ajută să evităm impactul negativ al observațiilor pe carei le facem copilului. Formularea clară a regulilor, mai ales decât este realizată în colaborare cu copilul facilitează respectarea lor de către copil. Nu trebuie să existe prea multe reguli care îngrădesc libertatea copilului. Trebuie alese acele reguli care sunt cu adevărat importante.

O altă sugestie pentru părinte este să îi ofere copilului un exemplu pozitiv legat de comportamentul dorit. Dacă, de exemplu, părintele nu îi oferă copilului un exemplu în ceea ce privește păstrarea ordinii în cameră, cu greu îl va putea convinge pe copil să fie ordonat chiar dacă îl va recompensa atunci când face ordine. De asemenea, părinții copiilor cu ADHD trebuie să depună un efort mai mare pentru punerea lor în aplicare și au nevoie de mai multă răbdare deoarece rezultatele apar după foarte multe încercări. De aceea, nu trebuie să uităm că nu doar copiii, ci și părinții au nevoie de încurajare.

Experiențele pozitive cu copilul sunt foarte importante. Acestea constau în activități distractive pe care părintele și copilul le desfășoară împreună, cum ar fi jocurile preferate de copil. Trebuie menționat că în acest timp copilul trebuie să simtă că preia controlul; el stabilește ce joc se va juca, respectiv care sunt regulile jocului. În acest timp, nu trebuie ca părintele să îi spună copilului ce să facă, nici să îi pună întrebări, ci doar să urmărească jocul și poate, să piardă. De aceea, este important ca părintele să își iasă din rolul său obișnuit, astfel încât aceste momente să fie cât mai plăcute pentru copil.

Dacă apar comportamente nedorite, părintele va ignora sau va întrerupe jocul. Astfel de situații sunt cele în care copilul distruge obiecte sau începe să lovească, să strige prea tare. Părinții trebuie să fie fermi și categorici, fără să se enerveze, fără să ezite, ci cu calm și bună dispoziție.

Bibliografie:

● Dopfner Schurmann, Lehmakuhh, „Copilul hiperactiv și încăpățânat”, Editura RTS

Cheij, 2000

● Colette Sauve, „Copilul hiperactiv - hiperactivitatea și deficitul de atenție” , Editura House of Guides, București, 2006