

Motnja pozornosti s hiperaktivnostjo in sopojavljanje specifičnih učnih težav



Tamara Milanković, prof. specialne in rehabilitacijske pedagogike,
Center za komunikacijo, sluh in govor Portorož

Motnja pozornosti s hiperaktivnostjo (ADHD) se kaže na področju impulzivnosti, nemirnosti (hiperaktivnosti) in nepozornosti. ADHD pomembno vpliva na funkcioniranje posameznika v domačem in šolskem okolju. Zelo pomembno je, da pri osebah z ADHD odkrijemo, ali gre za sopojavljanje specifičnih učnih težav, saj specifične učne težave pomembno vplivajo na učno uspešnost učencev. V tem primeru je ključnega pomena, da pripravimo za otroka poseben pristop, kjer bomo razvijali znanja in spretnosti, prilagojena posameznemu otroku na njemu prijazen način, da se bo otrok učno, socialno in emocionalno razvijal in se počutil uspešnega.

UVOD

Strong in Flanagan (2011) navajata, da se je motnja pozornosti v našem besednjaku pojavila že leta 1980 in je označevala stanje, ki so ga prepoznali že ob koncu 19. stoletja. Motnja pomanjkljive pozornosti s hiperaktivnostjo ali brez nje je naziv, ki je prišel kasneje. ADHD je kratica, ki izhaja iz angleškega naziva za motnjo (*Attention Deficit Hyperactivity Disorder*) in je mednarodno prepoznavna v raziskovalni, klinični, strokovni in laični javnosti. V Sloveniji je prisoten tudi izraz hiperkinetična motnja (Strong in Flanagan 2011).

Pulec Lah in Rotvejn Pajič (2011) poudarjata, da težave s pozornostjo, impulzivnostjo, nemirnostjo in s tem pogojene učne težave lahko bistveno ovirajo učence pri osvajanju osnovnih učnih spretnosti, kot so branje, pisanje, računanje. Pomembno vplivajo tudi na osvajanje drugih veščin, kot so socialne, komunikacijske, učne in organizacijske spretnosti, pomembne za uspešno funkcioniranje v šolskem okolju (Pulec Lah in Rotvejn Pajič 2011).

MOTNJA POZORNOSTI S HIPERAKTIVNOSTJO

Kesič Dimic (2008) navaja, da mednarodna klasifikacija bolezni (MKB-10) motnjo ADHD uvršča v skupino čustvenih in vedenjskih motenj, ki se začenjajo navadno že v otroštvu in adolescenci. V slovenščini pa za tovrstno motnjo uporabljamo termin primanjkljaj pozornosti in motnja hiperaktivnosti (Kesič Dimic 2008).

Če otrok z večjo količino gibanja izstopa od vrstnikov in moti svojo okolico, govorimo o otroku z ADHD. Temu se priključijo še težave s koncentracijo, posledično otrok velikokrat ne dokonča začetega dela, saj tudi ne zmore slediti navodilom. Pridruženi so še drugi simptomi, ki jih otrok doživlja, kot je neprestano govorjenje, izgubljanje stvari, hitro menjavanje dejavnosti itd. (Rijavec Klobučar 2007).

DSM-5 (Diagnostic Statistical Manual of Mental Disorders, 5th Edition) (2013) prinaša pomembne spremembe v kriterijih glede na starost in soobolenost za postavitev diagnoze ADHD. Postavi kriterije za diagnozo ADHD v adolescenci in odrasli dobi in kriterije za sočasno obolevnost ADHD in motenj avtističnega spektra (Potočnik Dajčman 2015).

Do motnje ADHD lahko pripeljejo nekateri vzroki, ki so trenutno še neopredeljivi. Najbolj pogosti faktorji so dednost, neustrezen razvoj ploda med nosečnostjo, zapleti med samim porodom, zastrupitev z različnimi kemikalijami, bolezni in poškodbe glave, stresni dejavniki ter ekološki dejavniki, kot so vplivi iz okolja in onesnaženost (Lomovšek 2016).

Značilnosti otrok z ADHD

Kesič Dimic (2010) navaja, da čeprav je večina opozorilnih znakov največkrat opazna že v zgodnjem otroštvu, se kljub temu največ učencev z motnjo ADHD odkrije ravno v šoli. Slediti morajo normam, ki so ustaljene, pa tega ne zmorejo. Pri več kot 70 % učencev z ADHD naj bi se sopojavila vsaj ena izmed učnih težav. Te težave se največkrat kažejo pri branju in črkovanju, matematiki in pisnem izražanju. Posledično potrebuje veliko otrok z ADHD dodatno učno pomoč (Kesič Dimic 2010).

Učenci z ADHD se spoprijemajo s težavami, ki niso posledica zmanjšanih intelektualnih sposobnosti. Razmerje med nadarjenimi in tistimi z zmanjšanimi intelektualnimi sposobnostmi je med temi otroki enako kot v ostali populaciji. Učenci z ADHD so kot skupina v dve do triletnem zaostanku za vrstniki glede socialne in čustvene zrelosti. Zaradi tega lahko delujejo nezreli, nedorasli in neodgovorni. Zaradi določenih veščin, ki so pri otrocih z ADHD večinoma šibkejšje, se pri učenju pojavljajo težave (Kesič Dimic 2010).

Otroci z motnjo pozornosti ADHD kažejo tri vedenjske značilnosti (Kesič Dimić 2009):

Impulzivnost:

Je hitro, nepremišljeno odzivanje, ne da bi vnaprej predvideli in upoštevali možne posledice svojih dejanj (Strong in Flanagan 2011).

Znaki impulzivnosti:

- oseba odgovori, še preden je slišala vprašanje do konca;
- težko počaka na vrsto;
- moti ostale ali se vmešava v njihovo početje;
- izusti nekaj neprimernega;
- ravna brez razmišljanja o posledicah;
- oseba je nepotrpežljiva;
- vdira v osebni prostor drugih (Strong in Flanagan, 2011).

Nemirnost (Hiperaktivnost):

To je nezmožnost nadzorovanja svojega lastnega gibanja. Učencu z ADHD je težko mirno sedeti, še posebno v šoli, kjer se od njega zahteva poslušanje in mirno sedenje dlje časa (Strong in Flanagan 2011).

Znaki hiperaktivnosti:

- otrok pogosto maha z rokami in nogami ter se pozibava na stolu;
- otrok je zmeraj v gibanju;
- pogosto vstane s sedeža in hodi po prostoru, čeprav se od njega pričakuje sedenje;
- v neprimernih situacijah vztrajno teka naokoli ali pleza;
- težko se tiho zaposli pri igranju in poljubnih dejavnostih;
- je kot stalno vključen »motor«;
- govori brez prestanka (Kesič Dimić 2010).

Nepozornost:

Pozornost je lahko pomanjkljiva in odvrnljiva. Pri pomanjkljivi pozornosti gre za to, da se otrok težko osredotoči na nekaj. Pri odvrnljivi pozornosti pa gre za to, da pozornost hitro pritegnejo notranji in zunanji dražljaji (Strong in Flanagan 2011).

Znaki nepozornosti:

- učenec podrobnostim ne nameni dovolj pozornosti, dela napake pri šolskem delu in drugih dejavnostih;
- ima težave pri vzdrževanju pozornosti ob vedenih dejavnostih;
- daje občutek, kot da ne posluša, čeprav učenec govorimo direktno;
- ne sledi navodilom, ne dokonča nalog in drugih zaposlitev;
- pogosto izgublja stvari;
- hitro ga zmoti zunanji dejavnik;
- pogosto pozablja na svoje obveznosti (Kesič Dimić 2010).

MOTNJA POZORNOSTI S HIPERAKTIVNOSTJO IN SOPOJAVLJANJE SPECIFIČNIH UČNIH TEŽAV

V psihološki literaturi se termin komorbidnost naša na hkratno, sočasno sopojavljanje dveh ali več motenj pri posamezniku. Tako se lahko motnje pojavljajo sočasno z motnjami iz iste diagnostične skupine (npr. sopojavljanje disleksije in diskalkulije) ali z motnjami drugih diagnostičnih skupin (sopojavljanje disleksije in depresivne motnje) (Kolar 2017).

ADHD je ena najpogostejših nevrorazvojnih motenj v otroštvu. V 80 % se ADHD sopojavlja z drugimi motnjami (Kaplan idr. 2001), med katerimi so najpogostejše SUT (specifične učne težave) (DuPaul, Gormley in Laracy 2013).



Kolar (2017) pravi, da je pregled študij sopojavljanja ADHD in SUT pokazal sočasno pojavljanje pri 31 % do 45 % učencev. Indijska raziskava z manjšim vzorcem učencev s SUT in ADHD navaja sopojavljanje motenj med 12–24 %. Sopojavljanje ADHD in SUT je povezano s slabšimi kognitivnimi in učnimi rezultati ter kasnejšimi čustveno-vedenskimi težavami. Študije na področju motenj branja so pokazale, da so motnje branja najpogostejša sopojavna motnja ADHD. Rezultati švedske študije so pokazali, da ima 40 % učencev sopojavno motnjo disleksije in ADHD (Kolar 2017).

Specifične učne težave pri učencih z ADHD

Žerovnik (2004) navaja, da so otroci s specifičnimi učnimi težavami v osnovni šoli običajno med neuspešnimi, pri kasnejšem izobraževanju pa temu ni tako. Ti otroci razodevajo ob normalni inteligentnosti motnje v enem ali več duševnih procesih. Zajeti so pri razumevanju ali uporabi govornega ali pisnega jezika in računanju. Izkazujejo se težave pri poslušanju, zbranosti, pozornosti, mišljenju in se neugodno izražajo pri branju, pisanju, računanju in govornem izražanju že v prvih letih šolanja. Opazna so nihanja učne uspešnosti (Žerovnik 2004).

Učne težave s hiperkinetičnim sindromom se pri različnih učencih kažejo različno, običajno pa pri nobenem niso prisotni popolnoma vsi znaki težav (Pulec Lah in Rotvejn Pajič 2011).

Mikuš Kos (1990) navaja, da gre pri otrocih s hiperkinetičnim sindromom predvsem za motnje branja in pisanja.

Specifične učne težave na področju branja in pisanja se pri hiperkinetičnih otrocih kažejo tako:

- težko vztrajajo pri vajah branja in pisanja;
- napake pri branju in pisanju se kažejo kot površnost;
- berejo približno, z ugibanjem, po pričakovanjih;
- vsebino branja so sposobni razumeti, a jo večkrat dojemajo le na pol;
- pri pisanju ne upoštevajo pravopisnih pravil;
- pozabljajo na strešice, črtice, pike na črkah;
- ne delajo enakih napak, ampak vedno drugačne;
- poprave končajo zelo hitro, čeprav naloge še niso pregledali;
- grafomotorične težave (neurejen rokopis – površno oblikovanje črk, linije niso ravne in jih pogosto popravlja ...);
- pritegne jih dogajanje v bližini (nenaden vidni, slušni, gibalni pojav), zato prenehajo z branjem in pisanjem in se zagledajo/premaknejo v smer izzivajočega pojava;
- med dražljaji ne znajo izbrati tistega, ki je za njihovo trenutno delo pomemben (Žerdin 2003).



Strong in Flanagan (2011) navajata, da so težave z branjem pri učencih z ADHD tesno povezane, saj ima veliko takih otrok tudi specifične učne težave, kot je disleksija. V prvih letih šolanja je težko določiti, ali so težave specifičnega izvora, saj se otroci branja šele učijo.

Otroci z ADHD imajo ne glede na vložen trud težave tudi s pisanjem, saj nimajo usklajenih finomotoričnih gibov. Fina motorika jim povzroča veliko težav zlasti pri zapisu pisanih črk, zato vložijo v pisanje s pisanimi črkami veliko napora in posledično veliko raje pišejo z velikimi tiskanimi črkami (Strong in Flanagan 2011).

Odnos med motnjo pozornosti s hiperaktivnostjo in učno učinkovitostjo je kompleksen. Učne težave učencev z ADHD lahko pojasnimo z vplivom glavnih značilnosti oz. znakov ADHD, to so pomanjkljiva pozornost, impulzivnost in hiperaktivnost, na učenje. Novejša dognanja, skladna s teorijo deficita v inhibiciji vedenja, pa pojasnjujejo učne težave teh učencev z njihovimi težavami na področju izvršilnih funkcij (Pulec Lah in Rotvejn Pajič 2011).

Izvršilne funkcije pri učencih z ADHD

Pri otrocih s hiperkinetičnim sindromom pogosto zaznamo tudi težave z izvršilnimi (eksekutivnimi) funkcijami. Pri izvršilnih funkcijah gre za sposobnosti, ki jih potrebujemo za načrtovanje in izvršitev, oziroma izvedbo tega načrtovanja (Hudoklin 2010).

Izvršilne funkcije predstavljajo kompleksen pojem, ki je tesno povezan s pozornostjo in s spominom. Pomagajo nam izbirati med različnimi aktivnostmi in nalogami ter usmerjati pozornost.

So veščine, ki nam omogočajo organizacijo vedenja in nam na ta način pomagajo uravnati lastno vedenje (Hudoklin 2010).

Šibkost izvršilnih funkcij in nezrela inhibicija lahko neposredno vplivata na pojavljanje učnih težav pri učencih s hiperkinetičnim sindromom (Pulec Lah in Rotvejn Pajič 2011).

Izvršilne funkcije pri hiperkinetičnem otroku so (povzeto po Pulec Lah in Rotvejn Pajič 2011):

Inhibicija odzivanja

Je sposobnost zaustaviti ali zadržati težave, ki vodi do simptomov ADHD in se kažejo v nezmožnosti zadržanja vedenja toliko časa, da se ustrezno razvijejo druge izvršilne funkcije.

Delovni spomin

Je sposobnost ohranjanja informacije med reševanjem kompleksnih nalog. Učenec z motnjo pozornosti in hiperaktivnostjo se težko istočasno osredotoča na več informacij hkrati in ob tem izvaja določene zahteve, kot na primer, da sliši navodilo naloge in mora pri tem ohraniti v spominu bistveno zahtevo naloge.

Predvidevanje

Je sposobnost predvideti naše potrebe in posledice naših dejanj. Otroci s hiperkinetičnim sindromom se ne zanimajo za preteklost in prihodnost, zanje obstaja le sedanjost. Niso zmožni predvidevanja (primer: »Kolikokrat boš moral biti kaznovan zaradi ene in iste stvari?«).

Pogled v preteklost, naknadno spoznanje

Je sposobnost, da ne ponavljamo napak, ki smo jih že naredili, da določene strategije, ki so uspešne ali neuspešne obdržimo v dolgotrajnem spominu.

Sposobnost organiziranja

Je sposobnost organiziranja misli, dejanj, dogodkov (primer: »Ali se ne spomniš, da je jutri zadnji dan za oddajo seminarske naloge?«).

Samogovor

Je sposobnost razmišljanja o odločitvah na glas. Samogovor se sčasoma avtomatizira in ponotranji.

Občutek za čas

Občutek za čas je pri otrocih s hiperkinetičnim sindromom zelo slabo razvit, zato se jim lahko čas vleče v nedogled ali mine prehitro (primer: »Kaj si počel celo popoldne? Dve uri si porabil za eno nalogo, tako boš zamudil na trening.«).

Nezrela samoregulacija čustev, motivacije in vzburjenja

Se kaže v neprimerno burnih reakcijah (pozitivnih ali negativnih) in zmanjšani zmožnosti motivacije za izvedbo ciljno usmerjenega vedenja ali naloge (Pulec Lah in Rotvejn Pajič 2011).

ZAKLJUČEK

Zavedati se moramo, da šolska uspešnost predstavlja pomemben varovalni dejavnik za nadaljnji razvoj vsakega posameznika. Posebnosti v vedenjskem in kognitivnem funkcioniranju otroka z ADHD pa pomemben dejavnik tveganja za doseganje šolske uspešnosti. Zato je pomembno, da več pozornosti namenimo spodbujanju učne uspešnosti učencev z ADHD v šolskem okolju (Pulec Lah in Rotvejn Pajič 2011).

Kolar (2017) navaja, da SUT označujejo raznoliko skupino težav z značilnimi primanjkljaji temeljnih šolskih spretnosti, ki kljub povprečnim ali nadpovprečnim intelektualnim sposobnostim pomembno vplivajo na učno uspešnost učencev. Iz tujih raziskav je razvidno, da strokovnjaki namenjajo veliko pozornosti sopojavljanju nevrorazvojnih motenj in ugotavljajo, da je sočasno pojavljanje SUT in drugih motenj bolj pravilo kot izjema (Kolar 2017).

VIRI

- Černelič Bizjak, M. (2009): Nemirni otroci. *Otrok in družina: revija za družinsko in družbeno vzgojo*, 58, št. 4, str. 22–23.
- DuPaul, G. J., Gormley M. J. in Laracy, S. D. (2013): Comorbidity of LD and ADHD: Implications of DSM-5 for Assessment and Treatment. *Journal of Learning Disabilities*, 46, 43–51.
- Hudoklin, M. (2010). Izvršilne funkcije pri otrocih s specifičnimi učnimi težavami-primeri intervencij. V: M. Košak Babuder, M. Kavkler, idr. (ur.): *Specifične učne težave v vseh obdobjih, Tretja mednarodna konferenca o specifičnih učnih težavah v Sloveniji in nacionalna konferenca Tempus-iSheds*. Ljubljana: Bravo, društvo za pomoč otrokom in mladostnikom s specifičnimi učnimi težavami, str. 140–144.
- Kaplan, B. J., Dewey, D. Crawford, S. G. in Wilson, B. N. (2001): The term Comorbidity Is of Questionable Value in Reference to Developmental Disorders: Data in Theory. *Journal of Learning Disabilities*, 34, 555–565.
- Kesič Dimic, K. (2008): *ADHD - ali deklince hitijo drugače*. Ljubljana: Bravo, društvo za pomoč otrokom in mladostnikom s specifičnimi učnimi težavami.
- Kesič Dimic, K. (2009): *Adrenalinske deklince, hitri dečki: svet otroka z ADHD*. Nova Gorica: Educa, Melior.
- Kesič Dimic, K. (2010): *Vsi učenci so lahko uspešni: napotki za delo z učenci s posebnimi potrebami*. Ljubljana: Rokus Klett.
- Kolar, T. (2017): *Učenci s specifičnimi učnimi težavami in sopojavnimi motnjami v Angliji*. Magistrsko delo, Ljubljana: Univerza v Ljubljani, Pedagoška fakulteta.
- Lomovšek, T. (2016): *Kako se učitelji razrednega pouka spopadajo z motnjo pozornosti ADHD (hiperaktivnost) pri učencih*. Diplomsko delo. Koper: Pedagoška fakulteta.
- Mikuš Kos, A. (1990): *Nemirni otrok*. Ljubljana: Svetovalni center za otroke, mladostnike in starše.
- Potočnik Dajčman, N. (2015): *Viceversa*. V: Novak Šarotar Brigita (ur.), Bon Jurij (ur.). *Hiperkinetična motnja v otroštvu*, str. 6–16. Ljubljana: Slovensko zdravniško društvo.
- Pulec Lah, S. in Rotvejn Pajič, L. (2011): Spodbujanje učne uspešnosti učencev z učnimi težavami zaradi motnje pozornosti in hiperaktivnosti. V: M. Košak Babuder, in M. Velikonja (ur.): *Učenci z učnimi težavami – pomoč in podpora*. Ljubljana: Pedagoška fakulteta, str. 158–175.
- Rijavec Klobučar, N. (2007): Je vaš otrok hiperaktiven ali samo živahen? *Otrok in družina*, št. 7 str. 24–25.
- Strong, J., Flanagan, M. O. (2011): *Motnja pozornosti in hiperaktivnost za telebne*. Ljubljana: Pasadena.
- Žerdin, T. (2003): *Motnje v razvoju jezika, branja in pisanja: kako jih odkrivamo in odpravljamo*. Ljubljana: Svetovalni center za otroke, mladostnike in starše: Društvo Bravo.
- Žerovnik, A. (2004): *Otroci s posebnimi potrebami*. Ljubljana: Družina.