

Okiem rodzica - ADHD przekleństwo czy dar?

Wyobraźcie sobie, że świat nagle zwariował. Całe wasze uporządkowane życie z dnia na dzień zmieniło się. Wszystko przyspieszyło. Zaczynacie robić rzeczy, których nie chcecie robić, mówić rzeczy, których nigdy nie powiedzielibyście na głos. *Świat bombarduje Was tysiącem bodźców, a Wy przyjmujecie je wszystkie nie mogąc odróżnić tego co istotne od rzeczy błahych.* To świat ADHD.

ADHD to uciążliwe ustrojstwo. Zwykle dzieci zanim cokolwiek powiedzą bądź zrobią, zastanowią się jakie to może przynieść konsekwencje i odstąpią od tego zamierzenia.. Dzieci z ADHD na skutek zaburzeń pracy mózgu nie mają tej krótkiej chwili pomiędzy pomysłem i jego wykonaniem, chwili która poświęca się na zastanowienie. Pojawia się pomysł i jest natychmiast realizowany. Nieważne jak niestosowne było by zachowanie, bądź co głupiego, przykrego i nie na miejscu przyjdzie im do głowy muszą to wykonać.

Dzieci ze „skłonnością do ADHD” nie są łatwe we współżyciu. I wzbudzają uzasadnione emocje. Wydaje im się, że wszystko wiedzą najlepiej i świat kręci się wokół nich. Potrafią się sobą „szczerze zachwycić” i być w centrum zainteresowania stąd nieustanne działanie, aby zwracać na siebie uwagę. To daje wewnętrzne poczucie pewności siebie i pozornie zewnętrzne, które jednak otoczenie postrzega, jako zarozumiałość i arogancję.

Często i chętnie podejmują wyzwania i ryzyko.... i zwykle nie kończą zadania, bo liczy się działanie samo w sobie nie efekt końcowy. Brakuje czasu na realizację, kiedy w głowie kiełkuje następny „genialny pomysł”. W świecie ADHD emocje i myśli funkcjonują jednocześnie.

Bezkompromisowe i spontaniczne wyrażanie emocji jest na ogół postrzegane, jako brak albo niski poziom kultury. I tu jest pewien paradoks bo wzrasta rzesza naśladowców i „zdeklarowanych adechadowców” wśród dorosłych. Moda ta dotyczy głównie elit showbiznesu, a więc ma silny oddźwięk społeczny. Świadomie używam określenia „skłonność do ADHD” nie ADHD ponieważ łatwo dostrzec różnicę między **kokieteryjną deklaracją posiadania ADHD a faktem potwierdzonym medycznie.**

Moda na ADHA oprócz wzrostu zainteresowania narastającym problemem, ma też negatywne skutki. Niektórzy rodzice próbują wykorzystać ADHD jako przykrywkę swoich błędów wychowawczych, a dla dzieci zdiagnozowanych i ich rodziców to poważny problem. Negatywna społeczna ocena i panujące ogólnie przekonanie o nieistnieniu ADHD i opinia, że rozwiązaniem problemu jest metoda „bykowiec i kij”.

Nie pozwólmy, by lek przed komentarzami obcych osób decydował o naginaniu naszych ustalonych wcześniej metod wychowawczych.

Kary cielesne, czyli bicie dzieci a podkreślam, że klaps też jest biciem, nie są metodą wychowawczą, a wyładowaniem agresji na słabszym, nie potrafiącym się obronić dziecku.

Bicie jest okrucieństwem, przynosi lęk i poczucie krzywdy, a posłuszeństwo które dzięki nim osiągamy, jest posłuszeństwem ze strachu.

Dlaczego nie bijemy tych którzy mogą nam oddać?

Przemoc to najgorsza istniejąca metoda PSUEDOWYCHOWAWCZA.

Pracę z dzieckiem nadpobudliwym zawsze trzeba rozpocząć od akceptacji jego odmienności i tego, że być może nigdy nie będzie idealnym wymarzonym dzieckiem lub uczniem, którego chciałoby się mieć w domu lub klasie.

Panujący schemat jest taki. **DZIECI MAJĄ BYĆ GRZECZNE ...** i już . Schemat ten funkcjonuje zarówno w domach jak i w szkolnictwie od wieków. Bo przecież zarówno szkoła jak i dom mają spełniać przede wszystkim funkcje wychowawczą potem kształcącą . I tutaj zaczynają się przysłowiowe schody dla dzieci z ADHD. Dzieci-indywidualistów szczególnie zdolnych, szczególnie wrażliwych, szczególnie ruchliwych i szczególnie „kłopotliwych”. O ile z dysleksją, dysgrafią itp. szkolnictwo jako tako sobie radzi o tyle z ADHD nie do końca. Dzieci Z ADHD nie tyle nie potrafią skupić uwagi na jednej rzeczy co skupiają ją jednocześnie na wszystkim co się dookoła dzieje jeśli nie zostanie im podsunięty bodziec wybijający się z szumu, np. coś co ich interesuje.

Bez fachowego przygotowania trudno rozpoznać czy zachowanie dziecka wynika z jego złej woli czy medycznie stwierdzonego ADHD.

Fachowcom i rodzicom dzieci z ADHD nie trzeba tłumaczyć czym, jest dla dziecka z ADHD chociażby funkcjonowanie w ramach czasowych poszczególnych zajęć. Następny problem to utrwalona tendencja do „szufladkowania”. W szkole wygląda to tak, że łatwo wpaść w szufladkę z napisem „rozpuszczony, niewychowany, nieznośny, niezdyplinowany uczeń”.

Zwykle dzieci z ADHD nie wydostają się z tej szufladki do ukończenia szkoły.

I łatwiej jest przygotować dziecko na reakcję szkoły na jego zachowanie niż szkołę na zachowanie i osobowość dziecka.

W społecznym odbiorze ADHD nie może nikomu jawić się jako coś pożądanego. To zaburzenie w dużej części odpowiada za wiele głupich decyzji a jednak wiercie lub nie ten stan umysłu ma swoje plusy. Z ADHD wiąże się empatia, kreatywność, szybkość reakcji, rozległe zainteresowania, błyskotliwość.

Dzieci z ADHD „umiejętnie” zwracają na siebie uwagę, ale coś za coś. Trudno im przekroczyć magiczną barierę „poprawny” z zachowania mimo „celujący” z pozostałych przedmiotów. I o czerwonym pasku mogą tylko pomarzyć. A przypomnijmy, że wrażliwość i wyobraźnię mają nieograniczoną. My dorośli ciężko znosimy własne porażki, porażki naszych dzieci kilkakrotnie mocniej. Dlatego musimy przyjmować takie sytuacje i przygotować nasze dzieci. Kierując ich tok myślenia na sukcesy możliwe do osiągnięcia. Zaspokajając i uzupełniając pozytywne emocje, poprzez realizowanie się w ich mocnych stronach. Bo przecież, żeby prawidłowo się rozwijać trzeba mieć sukcesy. **Dorastanie w poczuciu niesprawiedliwości i odrzucenia pogłębia każdą dysfunkcję.**

Muszą uczyć się chronić i doceniać swoją indywidualność, ale też zasad życia społecznego. To warunek, aby nawiązać zdrowe relacje, więzi i uczucia. My rodzice musimy wykonać wielką pracę. Tu wielki ukłon w stronę osób bez których pomocy ta praca byłaby syzyfowa.

Najbliższe otoczenie, rodzina, kierujemy się uczuciami i emocjami obserwując nasze dzieci. To zaciera i utrudnia wybór właściwego postępowania.

Właściwe stosowanie systemu konsekwencji jest kluczowe w pracy z dzieckiem ADHA. Przede wszystkim należy skupiać się na konsekwencjach pozytywnych, czyli nagrodach - a w szczególności pochwałach, których stosowanie zachęca dzieci do prawidłowego zachowania. Natomiast konsekwencje negatywne powinny w logiczny sposób wynikać z zachowania dziecka, oraz być adekwatne do czynu- nie za słabe i nie za mocne.

Na koniec chciałbym powiedzieć, żeby rodzice dzieci z potwierdzonym medycznie ADHD lub ze „skłonnością do ADHD” nie traktowali tego faktu, jako życiową porażkę lub syzyfową pracę. Jest to praca ogromna, ale dająca naprawdę masę satysfakcji. Pozwala budować szczególnie silne więzi z dzieckiem. Tylko od nas zależy czy będą szczęśliwe i radosne. Szczególnie te, którym wszędzie indziej jest tak trudno zapracować na uznanie i podziw.

**Leszek Chwiałkowski
Rodzic**