

Rasa Berteškaite

# Hiperaktyvumo esmė ir korekcijos galimybės

## TURINYS

ĮVADAS.....	2
1. ELGESIO SUTRIKIMAI. HIPERAKTYVUMAS.....	3
2. HIPERAKTYVUS VAIKAS.....	4
Hiperaktyvaus vaiko požymiai.....	4
Galimos hiperaktyvumo priežastys.....	6
3. HIPERAKTYVAUS ELGESIO KOREKCIJA.....	11
IŠVADOS.....	15
LITERATŪRA .....	16

## ĮVADAS

Apie hiperaktyvumu vadinamą vaikų sutrikimą vis dar žinome tiek mažai, kad dažnai šį apibūdinimą vertiname ir suvokiame netinkamai.

Tokie vaikai yra jūdriūs, emociškai nestabilūs, nesugebantys planuoti dienos, sukaupti dėmesio. Labiausiai nukenčia pats vaikas. Jis neįstengia susikaupti, pro ausis praleidžia visus paaiškinimus. Dažniausiai dėmesys prie aiškinamo dalyko grįžta jau įpusėjus užsiėmimui, bet tada jis jau nieko nebesupranta ir vėl pradeda nuobodžiauti.

Ne viena šeima susiduria su vaiko elgesio, savireguliacijos sutrikimais, apaugančiais mokslo, adaptacijos problemomis, vėliau neretai atsiranda alkoholio, narkotikų potraukis, pradeda ieškoti nuotykių. Iš praktinės patirties žinoma, kad hiperaktyvūs vaikai siekia viską išbandyti, jie – impulsyvūs naujovių ieškotojai, kompanijos lyderiai. Jiems stinga savikontrolės, todėl dažnai nepagalvoja apie padarinius, ir patiria daug nelaimingų atsitikimų bei traumų. Nuolat konfliktuodami su visu pasauliu s neretai tampa atstumtaisiais ir ilgainiui patys ima save prastai vertinti. Nekaltas vaikiškas judrumas neretai perauga į rimtą socialinę problemą.

Daugelis tėvų ir auklėtojų dar nepakankamai susipažinę su hiperaktyvumo reiškiniu, jo požymiais ir hiperaktyvių vaikų ugdymo specifika. Kas žinoma apie hiperaktyvius vaikus ir kuo galime jiems padėti?

### 1. ELGESIO SUTRIKIMAI. HIPERAKTYVUMAS

Skiriamos dvi savireguliacijos sutrikimų turinčių vaikų grupės: hiperaktyvūs ir hipoaktyvūs (O.Monkevičienė, 2003). Hiperaktyvūs vaikai yra tie, kuriems labai sunku tinkamai organizuoti savo veiklą – nusiteikti darbui, įsivaizduoti norimą rezultatą, pasirinkti, apsispręsti, planuoti veiksmu, darbą atlikti iki galo, įveikti kliūtis. Hipoaktyvūs vaikai – tai tie, kurių veiklos tempas labai lėtas, jie vangūs, asteniški, staiga pavargstantys, išsenkantys. Jie labai pasyvūs, dažnai atrodo užsisvajoję, nieko nenori.

Specialistai teigia, kad hiperaktyvumas – tai savikontrolės ir socialinio elgesio raidos sutrikimas, kuris yra nepagydomas. „Visuotinė lietuvių enciklopedija“ (2005) siūlo tokį hiperaktyvumo apibrėžimą: „hiperaktyvumas – aktyvumo ir dėmesio sutrikimas. Reiškiasi dėmesio trūkumu, per dideliu impulsyvumu, jautrumu, neramumu, greitu nuoboduliu“ (p.: 570

## 2. HIPERAKTYVUS VAIKAS

### 2.1. Hiperaktyvaus vaiko požymiai

Judrus vaikas – nebūtinai hiperaktyvus. Vaikai apskritai yra judrūs. Sutrikimui įvardinti reikia kelių simptomų, trukdančių vaikui gyventi. Juos turėtų pastebėti ne tik tėvai, bet ir mokytojai bei medikai.

Daug vaikų darželyje ar namuose išsiskiria savo neramiu, per aktyviu (hiperaktyviu) elgesiu. Daugelis autorių (O.Monkevičienė (2003), T.Ramanauskienė (2005)) išskiria panašius hiperaktyvių vaikų elgesio požymius, kai kuriuose apibūdinimuose skiriasi formuluotės, tačiau reikšmė išlieka nepakitusi. Tarptautinėse ligų klasifikacijose šis sutrikimas vadinamas *hiperkineziniu sutrikimu*, ir jam diagnozuoti būtini 8 iš šių išvardintų požymių, trunkančių ilgiau nei 6 mėnesius:

1. Dažnai nenustygsa, mosuoja rankomis ar kojomis, rangosi kėdėje (paaugliams tai gali pasireikšti tik subjektyviais nerimo pojūčiais).
2. Sunku sėdėti ramiai, kai to reikalaujama.
3. Lengvai išsiblaško nuo pašalinių dirgiklių.
4. Sunku sulaukti žaidimų eilės ir pan.
5. Dažnai skuba atsakyti į klausimus, nors dar nebaigiama paklausti.
6. Sunku laikytis kitų instrukcijų (ne dėl priešiško elgesio ar nesugebėjimo suprasti), todėl pvz., nepavyksta pabaigti namų darbų.
7. Sunku sukaupti dėmesį atliekant tam tikras užduotis ar žaidžiant.
8. Dažnai pereina nuo vienos nepabaigtos veiklos prie kitos.
9. Sunku žaisti tyliai.
10. Dažnai pernelyg daug kalba.
11. Dažnai trukdo kitiems, pvz., įsikiša į kitų vaikų žaidimus.
12. Dažnai atrodo, kad neklauso, kas yra sakoma.
13. Dažnai pameta daiktus, būtinus užduotims ar veiklai mokykloje, namuose (žaislus, pieštukus, knygas, užduotis).
14. Dažnai imasi fiziškai pavojingos veiklos, neatsižvelgdamas į pasekmes (ne dėl nuotykių ieškojimo), pvz., nežiūrėdamas išbėga į gatvę.

Dėl nedėmesingumo vaikai negali žaisti ir komandinių žaidimų, sportuoti, todėl vaikai nenori jų priimti. Hiperaktyvūs vaikai turi per mažai kantrybės ir netoleruoja kitų, atrodo nepagarbūs ir nesubrendę. Dažnai nepaklūsta, bet ne sąmoningai, o nesusimąstydami. Dėl

impulsyvumo neretai pasako ką nors bloga, kas užgauna kito žmogaus jausmus, dažnai patiria nelaimingus atsitikimus. Tokie vaikai nepopuliarūs tarp bendraamžių ir tarp suaugusių, su jais dažniausiai sutinka žaisti tik jaunesni vaikai arba tokie pat hiperaktyvūs vaikai. Ilgalaikę, tvirtą draugystę jie užmezga retai ir vėliau tampa izoliuoti.

Tėvai ir auklėtojai, bendraudami su tokiais vaikais jaučia stresą, nes sunku rasti būdų, kaip šiems vaikams padėti ir ką daryti, kad jie būtų patenkinti.

Pirminiai simptomai sukelia antrinių problemų atsiradimą: agresiją, destruktivumą, žemą savigarbą, netinkamus santykius su bendraamžiais, mokymosi problemas.

Ugdymo įstaigose šie vaikai ryškiai išsiskiria iš kitų nedėmesingumu, šnekumu, fantazijomis. Per užsiėmimus jiems sunku susikaupti, pašaliniai dirgikliai greitai atitraukia jų dėmesį. Jie nuolat pamiršta ką nors atsinešti, pameta daiktus. Nors šių vaikų intelektas nesutrikęs, jie turi sunkumų mokantis, ypač tuos dalykus, kurie reikalauja dėmesingumo. Jie dažnai labai nerūpestingai rašo, sukeičia raides, gali turėti sunkumų skaitant, skaičiuojant. Veiklos metu jie gauna daug pastabų, nuolat jaučia ugdytojų nepasitenkinimą, pyktį, priešišumą. Šie vaikai labai greitai pajaučia, kad kiti ugdytojai nėra tokie tolerantiški ir kantrūs, kaip jų tėvai. Tokie vaikai nekalti dėl savo judrumo, užmaršumo, išsiblaškymo. Jie patys negali paaiškinti kodėl taip elgiasi. Todėl, kad juos aplinkiniai bara ir baudžia, jie jaučiasi pasimetę, įskaudinti, bejėgiai. Neadekvatus aplinkinių dėmesys dar labiau apsunkina vaiko situaciją.

Dar viena problema – sutrikęs vaiko bendravimas su kitais vaikais. Hiperaktyvūs vaikai dažnai yra nekantrūs, negali sulaukti savo eilės, nekreipia dėmesio į kitus, nesilaiko taisyklių. Bendraamžiai dažnai mano, kad jų elgesys įžūlus, įžeidžiantis, nedraugiškas.

Neretai tiek tėvai, tiek auklėtojai pervargsta, ima nebeprisitikėti savimi, savo kompetencija, nebesuvaldo savo emocijų, juos ima varginti stiprus kaltės jausmas. Esant reikalui ir galimybei, tėvams patariama kuriam laikui atitrūkti nuo bendravimo su vaiku, pailsėti ir atstatyti emocinę pusiausvyrą.

## **2.2. Galimos hiperaktyvumo priežastys**

Manoma, kad hiperkineziniai sutrikimai atsiranda daugiau dėl biologinių, o ne psichologinių priežasčių. Tačiau netinkamas tėvų auklėjimo stilius gali pagilinti vaikų elgesio problemas, skatinti jų vystimąsi neigiama kryptimi. Tėvai, auginantys hiperkinetiškus vaikus, patiria daug streso. Jiems kyla daugiau sunkumų, mėginant tinkamai vadovauti vaiko elgesiui, palaikant tvarką ir drausmę namuose.

Paprastai (U.Mielke, 1997) išskiriamos tokios pagrindinės hiperaktyvų elgesį skatinančios priežastys:

1. Ankstyvoje vaikystėje atsiradę smegenų funkcijos sutrikimai dėl nėštumo ar gimdymo patologijos (išankstinis gimdymas, nepakankama ar neteisinga motinos mityba, medikamentų, alkoholio, narkotikų vartojimas, rūkymas, sunkus gimdymas).
2. Genetinis faktorius (dažnai hiperaktyvių vaikų tėvai turėjo šį sutrikimą).
3. Infekcijos, mitybos sutrikimai, sužeidimai kūdikystėje.
4. Blogi santykiai šeimoje, konfliktai.
5. Neteisingas auklėjimas šeimoje.
6. Mitybos ypatumai (per didelis maisto priedų, dažų, konservantų, saldiklių kiekis maisto produktuose).

Dėl šių priežasčių gali išsivystyti elgesio sutrikimai. Tačiau dažniausiai, tiriant pernelyg aktyvius vaikus, negalima rasti priežasties nei ankstyvoje vaikystėje atsiradusiame smegenų funkcijų sutrikime, nei socialinėje aplinkoje. Tiriant daug vaikų, kaip nurodo U.Mielke (1997), vis tik randamas ryšys tarp mitybos ir neramaus būdo. Kartais tai yra alerginė reakcija, kurią sukelia maistiniai priedai, kartais pasirodo, kad aktyvūs vaikai turi sutrikusį žarnyną, dėl ko yra kaltas cukraus vartojimas.

Pasaulio mokslininkai mano, kad hiperaktyvumą nulemia genai, ir ieško „kaltųjų“ genų. Paprastai vienas iš tėvų vaikystėje irgi yra turėjęs panašių bėdų. Skirtumas tas, jog kiekviena karta vis brangiau moka už civilizacijos laimėjimus. Mus tikina, esą sintetiniai maisto priedai nekenkia sveikatai. Tačiau jie yra tarp pagrindinių įtariamųjų dėl vaikų hiperaktyvumo. Tam tikrų genų ir toksinių medžiagų derinys veikia centrinę nervų sistemą, skatindamas didelį aktyvumą. Bandymai su gyvūnais tik sustiprino šią prielaidą – veikiami analogiškų medžiagų jie irgi darėsi hiperaktyvūs.

Didelę reikšmę turi ir aplinkos teršalai bei kenksmingos medžiagos, kurias suvalgome su jūroje pagaunamomis žuvimis. Jos kaupiasi riebaliniame moters audinyje, ir kūdikis gauna jų su motinos pienu. Neatsitiktinai šalyse, kur suvartojama daugiau žuvies, diagnozuojama daugiau hiperaktyvių vaikų.

Šiuolaikiniai animaciniai filmukai ir kompiuteriniai žaidimai dar labiau paaštrina išsiblaškiusių vaikų problemas. Jie pagrįsti ne sukaupti dėmesį skatinančiu pasakojimu, bet sparčiai besikeičiančiais vaizdais. Vaikui tereikia perkelti dėmesį nuo vieno vaizdo prie kito.

Kaip teigia O.Monkevičienė (2003) ir T.Ramanauskienė (2005), tėvai dažnai nesutaria ir ginčijasi dėl vaikų auklėjimo, nes jie atsineša skirtingą auklėjimo patirtį iš savo šeimų. Tokiose šeimose vaikams ypač sunku, kai tėtis ir mama kelia skirtingus reikalavimus

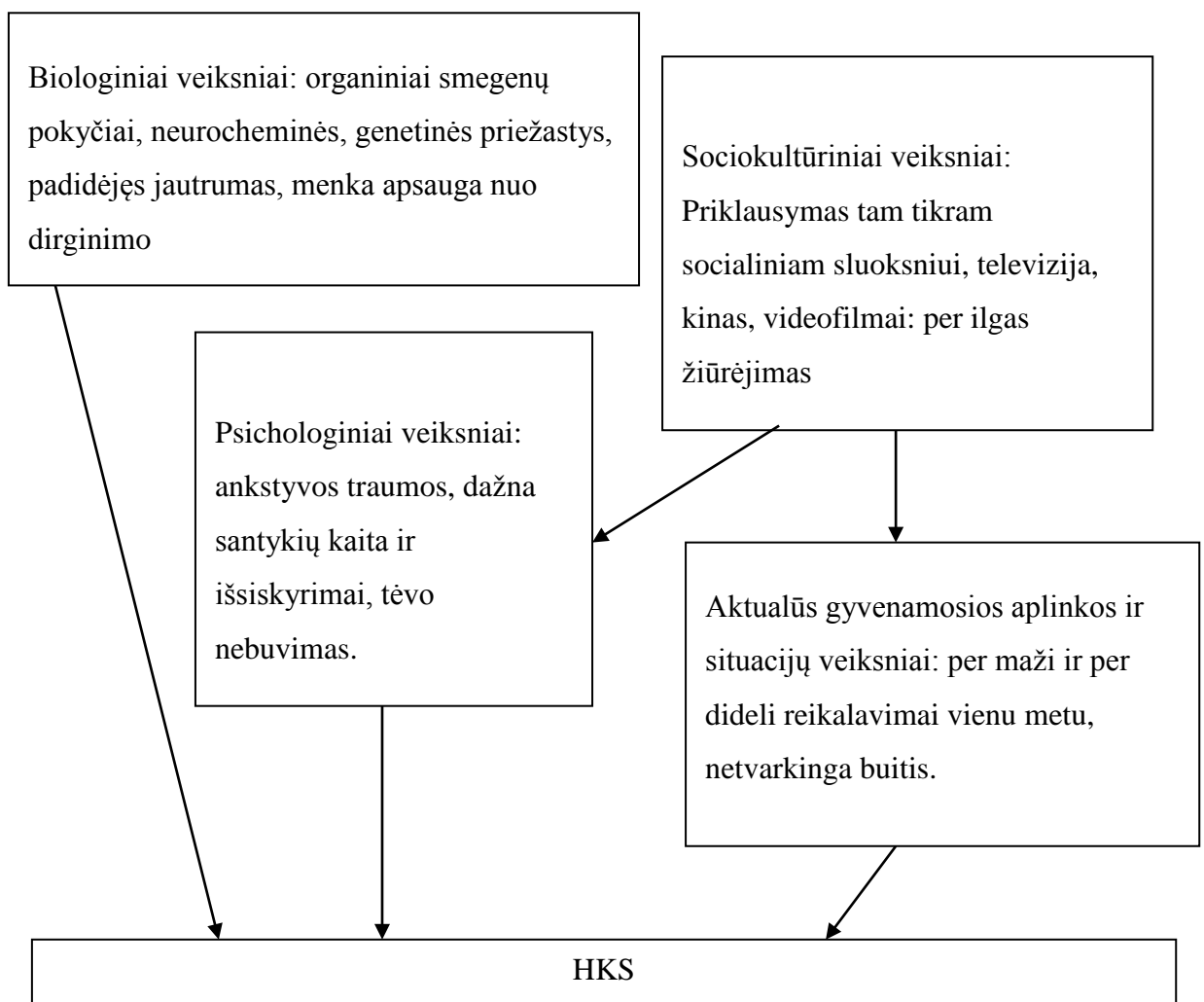
(vienas leidžia tai, už ką kitas baudžia). Dėl tokių konfliktų hiperaktyvūs vaikai visiškai pasimeta ir jaučiasi nesaugūs.

Dažnai mamai atrodo, kad tėvas per griežtas sūnui, ir ji mėgina sušvelninti padėtį dar labiau lepdama vaiką. Tai matydamos, tėvas būna dar griežtesnis arba, praradęs kantrybę ir negalėdamas išspręsti konflikto, visai nusišalina nuo vaiko auklėjimo. Mėgindama tai kompensuoti, mama dar labiau prisiriša prie vaiko ir jo gaili.

Beprasmiška dėl tokių situacijų šeimoje kaltinti vaiką. Suaugusieji turi tai suprasti ir keisti elgesį. Tai dažnai skausmingas kompromisų, derybų ir geros valios ieškojimo procesas. Kartais užtenka supratimo ir noro, o kartais reikia išorinės pagalbos, t.y. šeimos konsultavimo ir psichoterapijos.

Tokie vaikai save suvokia neigiamai, kenčia jų savigarba, ypač, lyginant save su kitais. Atsiranda elgesio pakitimai: melavimas, skundimas, keikimasis, savęs žeminimas, pikti komentarai kitų atžvilgiu, agresijos protrūkiai, impulsyvumas.

Apibendrinus visas aptartas priežastis, jas galima būtų sutalpinti į S.Hermm (2004) siūlomą hiperkinetinio sindromo priežasčių schemą:



### 1. Pav. Hiperkinetinio sindromo priežastys (S. Hermm, 2004)

Neatsižvelgiant į hiperkinetinį sindromą skatinančias priežastis, jų nešalinant, galimas elgesio blogėjimas. Tolimesnė korekcija tampa dar sudėtingesnė. Taigi, išties labai svarbu žinoti, kas gali sukelti, paskatinti vaiko hiperaktyvų elgesį, kokie faktoriai kliudo vaikui sėkmingai adaptuotis visuomenėje, mokytis.

## 3. HIPERAKTYVAUS ELGESIO KOREKCIJA

Jei pedagogas nesusipažinęs su šiuo sutrikimu, jis jaučiasi asmeniškai įžeistas vaiko elgesio, nes mano, kad vaikas išdykęs, tyčia jį nervina. Tokiu atveju, kaip teigia U.Mielke (1997), jis nesugeba tinkamai reaguoti. Ugdymo įstaigoje hiperaktyviems vaikams iškyla ir bendravimo su kitais vaikais problema. Labai jūdri vaikai dažnai nepritampa prie draugų, yra nepopuliarūs, vaikai nepriima jų žaisti, nes vaikai turi žinoti žaidimo taisykles ir jų laikytis. Hiperaktyvus vaikas dažnai yra nekantrus, negali sulaukti savo eilės, nekreipia dėmesio į kitus, nesilaiko taisyklių ir trukdo žaisti. Todėl dažnai vaikai nepriima jo į savo ratą ir izoluoja, vaikas atstumiamas, paliekamas nuošalyje.

Užtikrinti efektyvų hiperaktyvumo sindromo gydymą, kaip tvirtina S.Herm (2004), T.Ramanauskienė (2005) ir U.Mielke (1997), gali tik visapusiškas požiūris į patį sutrikimą ir jo gydymą. Tai reiškia komandos, kuriai priklauso tėvai, ugdytojai (auklėtojai), gydytojai ir elgesio specialistai (psichologai), sudarymą. Keturi tokio gydymo “kertiniai kampai” yra tokie:

1. Ugdymo planavimas.
2. Medicininė priežiūra.
3. Psichologinis konsultavimas.
4. Elgesio modifikavimas (Ramanauskienė, 2007).

Prie visų šių komponentų galima dar pridurti ir laikymąsi atitinkamos dietos. Dauguma hiperaktyvių vaikų linkę į alergijas maistui. Jei įtariate, kad vaikas netoleruoja kai kurių maisto produktų, rekomenduojama dieta: pradėti vaiką maitinti viena mėsos rūšimi (vištiena ar aviena), angliavandeniais (ryžiais ar bulvėmis), vaisiais (bananais, kriaušėmis, obuoliais), daržovėmis (žiediniais kopūstais, morkomis), vandeniu, vaisine arbata. Vengti maisto produktų su įvairiais priedais, dažais, konservantais, pramoniniu cukrumi, miltinių produktų, kiaulienos, saldumynų. Prisilaikant dietos, išnyksta alergija, vaikai tampa ramesni, gerėja jų dėmesingumas, elgesys, bendra savijauta. Negydant hiperaktyvaus vaiko, jis dažniausiai

patiria nesėkmes darželyje, jį atstumia bendraamžiai, kyla konfliktų šeimoje. Visa tai gali sulėtinti vaiko vystymąsi ir dėl menkos savivertės bei nuolatinių nesėkmių sukelti psichikos komplikacijas (nerimo, nuotaikos sutrikimus, tikus ir kt.). Kuo toliau, tuo gali būti blogiau. Netinkamas elgesys su vaiku, dėl to atsiradusios jo psichologinės problemos, sąlygoja:

- blogą socialinį prisitaikymą;
- elgesio problemas;
- nesėkmes ugdymo įstaigoje;
- delinkventinį elgesį;
- piktnaudžiavimą alkoholiu, narkotikais.

Korekciniai metodai, dirbant su hiperaktyviais vaikais, skirti ne jų "išgydymui", o siekiant sudaryti sąlygas, kad mokymosi ir bendravimo nesėkmės vaikui būtų ne tokios dažnos ir ne tokios griaušančios. Tuo pačiu sudaromos sąlygos geresniam vaiko elgesiui (tačiau tokie vaikai išlieka problemiški ilgą laiką).

Pagrindiniai veiksmai, kuriais galima padėti vaikui – tai:

1. Vyraujantis teigiamas emocinis tonas santykiuose su vaiku (rekomenduojamas ir tėvams, ir auklėtojams).
2. Apgalvota skatinimo ir bausmių sistema vaiko elgesiui grupėje ir namie reguliuoti.
3. Vaiko nedėmesingumo kompensavimas grupėje specialiomis priemonėmis.
4. Vaiko mokymas stebėti ir kontroliuoti save, adekvačiai vertinti savo veiklą (Ramanauskienė, 2007).

Emocinį toną išlaikyti išties sudėtinga, labai svarbu pakeisti savo nusistatymą vaiko atžvilgiu, pabrėžti jo pažangą, stengtis skatinti gerą elgesį, mažiau akcentuojant nesėkmes.

Skatinimo ir bausmių sistema pagal T.Ramanauskienę (2005) vaiko elgesiui ugdymo įstaigoje ir namuose reguliuoti turi būti:

1. Humaniška (vengti fizinių bausmių, ironijos, pažeminimo);
2. Įvairi, nuolat papildoma naujomis priemonėmis (atsisakant tokių, kurios jau neveikia vaiko, pvz., griežtų bausmių, įprastų draudimų namie);
3. Skatinimo ir bausmių formos turi būti iš anksto aptartos su vaiku ir priimtos abipusiu susitarimu. Taip pat turi būti aptartas geidžiamas abipusis elgesys; kada laikoma, kad susitarimas pažeistas; kaip skatinama už susitarimo vykdymą; kaip baudžiama už jo nevykdymą. Į tokį susitarimą įtraukti konkrečias, vaikui suprantamas skatinimo ir baudimo priemones:

Labai svarbu ne pulti tėvus, ne smerkti dėl blogo auklėjimo ar neišauklėtų vaikų netinkamo elgesio, o informuoti ir palaikyti juos. Pirmoji pagalba tėvams reiškia dalykinę informaciją apie



šį sutrikimą. Dažnai jau vien tai išvaduoja juos nuo kaltės jausmo ir padeda rasti naujus kelius į savo vaiką. Sunkus vaikas virsta vaiku, kuriam reikia padėti (U.Mielke, 1997).

Tėvams rekomenduojama vadovautis 8 bendrais principais, auklėjant hiperaktyvų vaiką (pagal A.Barkley):

1. Vaikas turi tuoj pat patirti savo elgesio pasekmes.

Hiperaktyvius vaikus dažniau negu kitus reikia pastebėti ir pagirti, kai jie gerai elgiasi. Pagiriama tuoj pat, kai vaikas gerai elgiasi, pvz., ramiai sėdi, atlieka užduotį. Tai gali būti žodinis įvertinimas, žvilgsnis, prisilietimas ar nedidelė dovanėlė. Svarbu pastebėti, kokią paskatinimo formą vertina vaikas.

2. Hiperaktyviam vaikui dažniau turi būti parodomas jo elgesio pasekmės.

Tėvai (arba mokytojai) turi dažniau parodyti vaikams, kaip tuo momentu vertinamas jo elgesys. Tai galime padaryti žvilgsniu, šypsena ar paraginimu susikaupti, kartais nepritekimu. Tokiu būdu vaikas pajunta, ar gerai elgiasi.

3. Naudoti paskatinimus, motyvuojant tinkamą elgesį.

Hiperaktyvūs vaikai mažiau reaguoja į žodinius pagyrimus. Veiksmingesnis fizinis prisilietimas, specialios privilegijos ar materialiniai apdovanojimai, atitinkantys vaiko amžių: saldainis, žaislas ar nedidelė pinigų suma. Galima tai daryti pamažu, naudojant taškų ar +/- sistemą. Sveiką vaiką nepatartina dažnai materialiai apdovanoti, tačiau hiperaktyviems vaikams kartais tai geriau tinka.

4. Skatinti teigiamą elgesį ir tik vėliau taikyti bausmes.

Tai reiškia, kad jeigu vaikas elgiasi netinkamai, reikėtų kurį laiką ignoruoti blogą elgesį ir skatinti sužadinti vaiko norą geriau elgtis. Jeigu, vadovaujantis tokia taktika, vaiko elgesys nesikeičia, galima vaiką bausti. Bausmės turėtų būti nedidelės ir labai specifinės, t.y. skiriamos už konkretų poelgį. Tai daryti reikia nuolat, kiekvieną kartą, kai blogas elgesys kartojasi. Bausmės padės tik tuomet, kai jos taikomos kartu su paskatinimais.

5. Pastovumas, susijęs su laiku, vieta ir globėjais.

- reikalavimai ir pasekmės turi būti tie patys visą laiką;
- reikalavimai ir pasekmės turi būti tokie patys įvairiose vietose ir aplinkoje (namuose, gatvėje, mokykloje);
- reikalavimai ir pasekmės turi būti tokie patys kiekvieno iš globėjų (mamos, tėčio, močiutės, senelio, auklėtojos);

6. Iš anksto planuoti problemiškas situacijas ir pasikeitimus.

Dažnai tokie vaikai netikėtai sutrikdo tėvus, sukeldami triukšmą ar pridarydami nemalonumų svetimų žmonių akivaizdoje. Padeda pasirengimas tokioms situacijoms, išankstinis pokalbis su vaiku, vidinė nuostata.

#### 7. Nuolat prisiminkite, kad vaikas turi sutrikimą.

Dažnai globėjai nusivilia tuo, kad vaikas nesikeičia taip greitai, kaip jie norėtų, ir toks nusivylimas sukelia pyktį. Nuolat reikia prisiminti, kad vaikas turi problemų ir ne visada galima jam padėti. Jumoro jausmas, humaniškumas, filosofinis požiūris padeda išsaugoti pusiausvyrą. Kartais būtina atitrūkti nuo bendravimo su vaiku, pailsėti ir atstatyti savo emocinę pusiausvyrą.

#### 8. Mokykitės atlaidumo.

Tai pagrindinis, bet sudėtingiausias principas. Svarbu atsikratyti pykčio, nusivylimo, atstūmimo ir kitų nemalonių jausmų, kurie tą dieną kilo dėl vaiko judrumo ir blogo elgesio, jiems nepasiduoti, mokėti atleisti ir sau, ir vaikui.

Be šių bendrų ugdymo, auklėjimo principų, hiperaktyviems vaikams reikia taikyti ir tinkamus mokymo metodus. Kadangi jie, kaip teigia O.Monkevičienė (2003), yra neatidūs, nemėgsta mecaninio darbo, dirba nenuosekliai, netvarkingai, stinga kruopštumo, tad mokant reikėtų atsižvelgti į šiuos ypatumus ir atitinkamai skirti užduotis: daugiau skirti individualaus dėmesio, siekti akių kontakto, darbo užduoto po nedaug, kontroliuoti atlikimą.

Atskirais atvejais naudojami specifiniai vaistai hiperaktyvumo sutrikimui gydyti (jie pagerina dėmesio koncentraciją, mažina aktyvumą). Tokiais atvejais kiekvienam vaikui gydymo kursai skiriami individualiai, todėl būtina periodiškai lankytis pas vaikų psichiatrą.

Tėvai turėtų glaudžiai bendradarbiauti su ugdytojais, aptarti vaiko drausmės klausimus, sukurti abipusės pagarbos ir pasitikėjimo atmosferą. Labai svarbi kompleksinė pagalba, apimanti vaiką, jo šeimą, ugdymo įstaigą ir socialinę aplinką. Hiperkinetinis sutrikimas yra lėtinis ir sunkiai gydomas, todėl vaikui ir jo šeimai dažniausiai reikalingas visų pirma tinkamas požiūris.

Visos priemonės reikalauja iš tėvų, ugdytojų daug pastangų, laiko, kantrybės ir atkaklumo. Tačiau, galvojant apie vaiko ateitį, tai pasiteisina. Svarbu kuo anksčiau pradėti vaiko elgesio korekciją ir tokiu būdu pagerinti vaiko asmenybės formavimąsi, mokymosi bei socialinės adaptacijos galimybe.

## LITERATŪRA

1. Hallahan, D.P., Ypatingieji mokiniai: specialiojo ugdymo įvadas. – Vilnius, 2003.
2. Herm, S. „Sunkūs“ vaikai. – Vilnius, 2004.
3. Medicinos enciklopedija. 1 t. – Vilnius, 1991.
4. Mielke, U. Geriau supraskime sunkius vaikus. – Vilnius, 1997.
5. Monkevičienė, O. Vaikas, turintis emocinių ir elgesio problemų // Mano vaikai.- Kaunas, 2003. – P.: 123-134
6. Visuotinė lietuvių enciklopedija. VII t. – Vilnius, 2005.
7. Antanaitytė, E. Hiperaktyvūs vaikai // Dialogas – 2000, birželio 16d.
8. Chomentauskaitė, R. Nesuvaldomi vaikai // Psichologija Tau. – 2002, Nr.1.
9. Kurmilavičiūtė, D. Nepasėdos: apie hiperaktyvumą // Dialogas. – 2000, spalio 6 d.
10. Specialiojo ugdymo pagrindai. – Šiauliai, 2003.
11. Ramanauskienė, T. Rekomendacijos tėvams ir mokytojams: hiperaktyvus vaikas// <http://www.kpsc.lt/pat7.html> (Žiūrėta 2007 07 02)