

INFORMÁCIE PRE RODIČOV DETÍ S EMD

Prof. PhDr. Zdeněk Matějček:

Milí rodičia,

vyšetrenie Vášho dieťaťa na našej poradni viedlo k záveru, že dieťa veľmi pravdepodobne utrpelo celkom drobné poškodenie ústrednej nervovej sústavy, ktoré sa stručne nazýva ľahkou mozgovou dysfunkciou. K takému poškodeniu môže dôjsť ešte pred narodením dieťaťa, pri v priebehu pôrodu či pri nejakom neskoršom ochorení. Nie sú to prípady vzácne, majú však jednu dobrú vlastnosť: stav dieťaťa sa spravidla celkom upraví, takže sa neskoršie uplatní v živote celkom primerane. K tomu je potrebné iba to, aby sa oň rodičia aj ostatní vychovávatelia správne starali, ale niekedy aj to, aby dieťa dostávalo na nejaký čas určité lieky.

Pretože teda správna výchova má pre ďalší vývin Vášho dieťaťa takú významnú úlohu, chceme znovu vymenovať tie nápadnosti v správaní, ktoré deti takto postihnuté majú, aj keď trebárs nie všetky naraz.

- Patrí sem predovšetkým nadmerná živosť a pohyblivosť, dieťa stále niečo podniká.
- Druhou nápadnou vlastnosťou je rozptýlenosť, neschopnosť po dlhší čas vydržať pri jednej činnosti, pri úlohe alebo učení.
- Ďalej nápadná zbrklosť dieťaťa, jeho sklon stále sa do niečoho miešať, na každý podnet ihneď prudko reagovať.
- Deti bývajú neobratné, niekedy len v telocviku a pri športe, inokedy zase pri jemných výkonoch, ako napr. pri písaní a kreslení, majú zľú úpravu zošitov alebo osobitné ťažkosti s čítaním. - Niektoré trpia opačnou poruchou - sú príliš pomalé, pasívne "buchty".

Je pochopiteľné, že všetky tieto ťažkosti vedú ľahko k tomu, že sa dieťa zle zaraďuje do kolektívu, že tam od začiatku nejako naráža - už v jasliach alebo skupine detí v parku, práve tak v škôlke a tým skôr v škole, ktorá kladie už značné požiadavky na jeho schopnosť ovládnuť svoj vrozený neklud a sústrediť sa na dlhší čas. Ak to nedokáže, má konflikty a spravidla potom ani úspech za veľa nestojí: dieťa nemôže práve pre tieto vlastnosti naplno využiť svoje schopnosti, ktoré bývajú obyčajne úplne normálne. Dieťa začína nosiť zlé známky a časté poznámky, hnevajú sa učitelia, hnevajú sa aj rodičia, ktorí si obyčajne nevedia správanie dieťaťa vysvetliť - veď majú aj ďalšie deti, vychovávajú ich všetky rovnako a tie druhé sa správajú celkom primerane. A tak často zvaľuje škola vinu na rodičov, rodičia na školu - a obaja na dieťa, že je neposlušné, nedisciplinované, vzdorovité, divoké - alebo apatické - bez záujmu o učenie. A všetci vychovávatelia dávajú tieto vlastnosti dieťaťu za vinu. Skutočnosť je však taká, že dieťa vlastne za ne nemôže - ich základom je práve tá drobná porucha nervového tkaniva, ktorej dôsledky v správaní dieťa samé spravidla nedokáže vyrovnáť.

Aké sú cesty k tomu, aby mu k prekonaniu týchto ťažkostí pomohli rodičia, vychovávatelia, lekári?

- Predovšetkým je nutné, aby mu všetci venovali od začiatku viac starostlivosti ako dieťaťu nepostihnutému. To nebude nespravodlivé voči súrodencom, naopak, tu by bolo nespravodlivé práve úplné rovnosťstvo, pretože podmienky, v ktorých žije a musí sa vyvíjať dieťa postihnuté, sú oveľa ťažšie, ako podmienky, v ktorých vyrastá dieťa normálne.

Keď sme si takto objasnili základ ťažkostí Vášho dieťaťa, radi by sme Vám poskytli ešte niekoľko rád, ktoré sme získali dlhoročnou praxou.

1. Násilím a trestami veľa nevybavíme. Treba mať pochopenie pre ťažkosti dieťaťa a správne na ne pôsobiť. Najlepšou zbraňou v rukách vychovávateľa je tu trpezlivosť, klud, optimistický výhľad do budúcnosti.

2. Pomáha pochvala, povzbudenie, ocenenie, a to nielen za dobré výkony, ale predovšetkým za dobrú snahu. Zlatým pravidlom je toto: Zariadiť veci tak, aby ich dieťa urobilo dobre - a potom ho pochváliť! Nepripustiť však, aby urobilo niečo príliš zle a potom ho za to trestať.

3. Treba upraviť pracovné podmienky tak, aby mohlo podávať čo najlepší výkon a správať sa "normálne". Tieto podmienky potom opatrne prispôsobujeme obvyklým pracovným podmienkam, aby si dieťa aj na tieto pomaly a postupne zvykalo.

4. Znamená to, že napr. pri domácom doučovaní mu upravíme prostredie tak, aby ho nič nerozptyľovalo. Má mať svoj stolík postavený tak, aby sa pozeralo do steny a nie do izby. V kuchyni nemá dieťa vôbec pracovať. Odstránime všetko, čo by ho mohlo rušiť. Sami si sadneme k nemu tak, aby sme mohli sledovať jeho prácu, ale nerozptyľovali ho. V našej prítomnosti musí cítiť oporu.

5. Vždy pracujeme s dieťaťom. Snažíme sa predísť nevhodnému správaniu a chybám pri práci. Spoliehať sa na to, že sa najviac naučí tým, keď bude opravovať svoje chyby, je v tomto prípade neúčelné. Vedeť napr. dieťa k tomu, aby si pri písaní nahlas diktovalo, aby vopred odôvodnilo aké "i" napíše, predviedlo postup, akým bude počítat' počtovú úlohu atď. Treba skutočne viesť a nie dodatočne jeho prácu kontrolovať a rozčuľovať sa nad jeho neúspechom.

6. Veľmi dôležitou zásadou je: málo a často! Týmto deťom vyhovuje viac práca nárazová, ako dlhodobé, sústavné zaťažovanie pozornosti. Jednu uloženú prácu, jednu úlohu by nemalo robiť dlhšie ako 10 minút - neskôršie až 20 minút - potom je dobré prácu prerušiť, oddýchnuť si, robiť chvíľu inú prácu a potom sa k tej prvej vrátiť. Odpočinok doprajeme dieťaťu vždy, keď pozorujeme u neho únavu.

7. Pracujeme s dieťaťom len pri dobrom sústredení! Pracovať dlhší čas môžeme iba vtedy, keď má dieťa samé záujem, lebo záujem podnecuje a udržuje pozornosť. Nútenie a tresty nemajú význam, ale naopak pozornosť dieťaťa znižujú.

8. Doprajme mu veľa pohybu. Nútiť dieťa ku kludu, obmedzovať ho, trestať za jeho nadmernú pohyblivosť, zvyšuje iba jeho napätie, zhoršuje pozornosť a znižuje výkonnosť.

9. Treba zabrániť pocitom menejcennosti, ktoré sa najčastejšie objavujú tam, kde si dieťa uvedomuje, že napriek všetkej snahe nemôže dokázať to, čo dokážu druhé deti. Treba ho taktne chrániť pred zbytočnými zrážkami s okolím a nevystavovať ho súťažiam, v ktorých pre svoje ťažkosti musí byť vždy posledným. Súčasne treba preň nájsť možnosť uplatnenia, prípadne aj vyniknutie v niektorých činnostiach, ktoré sú v detskom kolektíve prijímané ako hodnotné (tak napr. ak dieťa nie je obratné, vždy možno cvičiť jeho silu - naučíme ho plávať, bicyklovať sa, hrať šachy a pod.).

10. V celom rodinnom prostredí treba pre dieťa vytvoriť ovzdušie spolupráce. Dieťa si má byť vedomé, že ho majú všetci radi, že sa môže na ostatných členov rodiny spoliehať, že budú ochotní mu pomáhať a nie ho iba kontrolovať a kritizovať. Musí sa

cítiť vo svojej rodine také spokojné a musí tam prežívať toľko radosti ako každé iné dieťa, čo ale tiež znamená, že nesmie byť rozmaznané, t.j. zahrňované prehnanou láskou, ohľadmi a pozornosťou.

11. Veľmi významná je dobrá spolupráca so školou. Nečudujte sa, že učiteľ nebýva spokojný so správaním a prípravou Vášho dieťaťa - jeho neklud, časté vyrušovanie znamená pre učiteľa, aj pre celú triedu veľkú záťaž. Snažíme sa, aby on bol o ťažkostiach Vášho dieťaťa čo najlepšie informovaný a jemu tiež posielame podobný vysvetľujúci rozbor ťažkostí dieťaťa, v ktorom tak isto žiadame o klud a trpezlivosť a pochopenie pre osobitné ťažkosti jeho žiacka.

Niekedy je nutné, aby sa čelilo zvláštnej zábudlivosti Vášho dieťaťa zavedením zošitku, do ktorého učiteľ denne zaznamenáva úlohy a učivo - prípadne ho o to požiadajte. Je potrebné, aby ste tiež uznali mimoriadnu námahu, ktorú takto nekludné dieťa učiteľovi pôsobí, a aby ste mu boli vďační, keď sa snaží Vášmu dieťaťu pomôcť.

12. V niektorých prípadoch predpisuje lekár dieťaťu lieky. Znamenajú veľkú pomoc. lebo vyrovnávajú nepravidelnosti nervovej činnosti a tak väčšinou dosiahnu to, že sa dieťa ukludní, lepšie sa sústreďuje aj ovláda. Ale: lieky všetky ťažkosti "neutiahnú" - je potrebné, aby ste takéto zlepšenie ihneď sami čo najlepšie využili - predovšetkým pochvalou dieťaťa - zlepšením jeho denného režimu, pravidelnou pomocou v učení, zavedením nových, pre dieťa zaujímavých činností, zlepšením styku so školou atď. Iba za takýchto podmienok môžu moderné liečivá, ktoré sú veľmi cenné, naplno rozvinúť svoj blahodárny účinok. Lieky musia podávať rodičia alebo spoľahlivá osoba.

Na koniec ešte dve veci. predovšetkým - prečítajte si v klude a opätovne tento list. Všetci - nielen obidvaja rodičia, ale aj ostatní dospelí členovia Vašej rodiny, tak isto zreli súrodenci dieťaťa. Pohovorte si o všetkom a dohodnite sa potom spoločne na tom, ako kto z Vás môže a chce dieťaťu pomôcť. A potom to dodržujte!

Nebojte sa, že tým na seba beriete večný záväzok. Je v povahe tejto poruchy, že pri správnej liečbe a výchovnom pôsobení sa obyčajne najprv rýchlo zlepší a potom sa po dlhší čas pozvoľna ďalej upravuje, až sa nakoniec dieťa úplne zaradí medzi ostatných ako rovnocenný člen.

Aj v čase zlepšenia musí zostať pod kontrolou lekára alebo psychológa, aby sa predišlo ťažkostiam súvisiacim s postupne sa zvyšujúcimi nárokmi na dieťa (predovšetkým v období dospievania). Vaša úloha teda nie je nekonečná, aj keď to bude - a to musíme vopred zdôrazniť - úloha dlhodobá. Vyžaduje klud, trpezlivosť, vytrvalosť - ale stojí to za to, veď výsledkom bude vývin Vášho dieťaťa v zdravého človeka.