

Diagnosticul de copil hiperkinetic sau cu deficit de atenție și hiperactivitate este destul de întâlnit și la noi în țară. Și asta după ce Statele Unite ale Americii s-au confruntat cu o adevărată „epidemie”. Epidemie de care au profitat din plin companiile producătoare de medicamente. Este cunoscut „succesul” medicamentului Ritalin care a ajuns să fie fabricat în cantități astronomice (9 tone de pastile, anual) și care are efecte adverse extrem de grave. Jumătate dintre copiii tratați cu Ritalin ajung să aibă nevoie de medicamente și ca adulți. Sunt dependenți pe viață. Și nu numai Ritalinul are asemenea efecte.

Este însă mai ușor să dai medicamente unui copil decât să lucrezi cu familia care de fapt nu funcționează bine sau să-i acorzi, la școală, atenție.

Practic este un drog ce cauzează dependență și poate determina modificări de comportament majore de la retragere, depresie, la ticuri sau chiar psihoze sau manii. Ei bine și alte tratamente au efecte secundare puternice asupra copiilor. Nu voi încerca să „le pun la zid” dar voi încerca să vorbesc despre alte modalități de ajutorare a copiilor diagnosticați cu ADHD.

### **Evitați etichetarea**

În primul rând nu trebuie să ne blocăm în acest diagnostic. E mai puțin important cum se numește, ci cum anume se comportă copilul și care ar putea fi cauzele. Și asta pentru că un diagnostic, o etichetă nu vindecăm ci poate face mai rău. Un copil etichetat ca fiind nervos, agitat, rău își va asuma acest rol și se va comporta ca atare.

Copiii hiperkinetici sunt adesea copii descurajați (nu neapărat de părinți). Uneori nici nu trebuie să fie cineva care să vrea să-i descurajeze, dar ei se simt așa. Copiii sunt excelenți observatori, dar proști interpreți. Uneori se simt neglijați (chiar dacă nu este așa) și atunci încearcă să

atragă atenția asupra lor. Și e mai ușor să o atragă în mod negativ.

O colegă, care este învățătoare, povestea cum avea probleme cu doi elevi care făceau orice să deranjeze ora. Unul cânta, altul „medita” la marginea băncii. În momentul în care i-a oferit fiecăruia posibilitatea să se exprime. Să aibă 5 minute la începutul orei în care să-și susțină „programul artistic” le-a câștigat atenția și în timp au renunțat la comportamentele lor deranjante.

Copiii care simt că fac parte din colectiv, că pot coopera cu învățătoarea și colegii au o stimă de sine crescută, se poartă bine.

### **Modelul adlerian de intervenție**

Modelul adlerian de intervenție în aceste cazuri poate fi ușor aplicat și de către părinți și de către profesori. Intervenția adleriană se bazează pe creșterea interesului social (a cooperării) și dezvoltarea sentimentului „că aparține”

Adler vedea familia ca pe primul mediu social al copilului, iar clasa, școala, ca pe o comunitate în care el învață aptitudinile sociale și își validează comportamentul

Copiii diagnosticați cu ADHD sunt agitați, neatenți, ușor de distras, nervoși, agresivi, impulsivi, imaturi, au probleme de comunicare etc. Un astfel de copil este ușor etichetat și ajunge să aibă probleme de comportament, să se izoleze și să aibă o stimă de sine scăzută. Nu ascultă de autoritate, sunt violenți verbal și fizic.

Și totuși mulți profesioniști resping ideea că ADHD ar exista și susțin că este vorba de o lipsă de autodisciplină și de aptitudini sociale.

Cei mai mulți consideră că ajutorul eficient pe care îl poate primi un copil cu ADHD este să i se dezvolte aptitudinile sociale, să simtă că aparține și că joacă un rol important. Ei bine acestea se pot realiza prin **psihoterapie de grup**. Alături de alți copii, el va învăța să coopereze, să comunice, învață încrederea, respectul, egalitatea, împărțirea deciziilor dar și a consecințelor.

Astfel în ultimii ani se pune mult mai mult accent pe terapia de grup ce pare să fie mai eficientă chiar și decât terapia individuală. Experiența grupului îl poate apoi ajuta să se integreze și la școală mai bine. De asemenea este foarte încurajator pentru copil ca acasă să fie implicat în diverse activități în care poate coopera cu frații, părinții, poate simți că are responsabilitate. Iar la școală să se organizeze diverse acțiuni voluntare, discuții de grup sau alte activități. Iar dacă elevul nu reușește să respecte regulile stabilite în loc să fie exclus din grup sau izolat, să se găsească soluții constructive de a rezolva situația.