

Problematično ponašanje (Challenging Behaviours)

Croatian





Problematično ponašanje

Gotovo sva djeca ponekad znaju biti naporna i zahtjevna, a naročito vrlo mala djeca. Problematično ili nemirno ponašanje je ono ponašanje koje traje duže vrijeme ili postane tako neobuzdano da prouzrokuje velike probleme za obitelj i zajednicu.

Pretjerano nemirno ili agresivno ponašanje u bilo kojoj dobi mora se uzeti ozbiljno. Ne smije se tek tako zanemariti kao da je to samo "faza" ili nešto što će oni "prerasti". Takvo ponašanje kod djece i adolescenata može početi sa čestim izljevima srdžbe, razdražlji-vošću, impulzivnim ponašanjem ili tako što lako postanu frustrirani.

Kad roditelj ili neka druga odrasla osoba koja je često u dodiru s takvim djetetom postanu zabrinuti u vezi djetetovog ponašanja, potrebno je zatražiti savjet stručne osobe. Zdravstveni stručnjaci, uključujući psihološke savjetnike, mogu pomoći roditeljima da utvrde o kojem se problemu radi i da pronađu način kako pomoći svom djetetu da prevlada te poteškoće.

Agresivno ponašanje može uključivati:

- eksplozivne izljeve ljutnje
- fizičku agresiju
- tuču, prijetnje ili pokušaje da se drugima nanese ozljeda
- upotrebu oružja
- okrutnost prema obiteljskim kućnim ljubimcima ili drugim životinjama
- namjerno uništavanje imovine, ili
- vandalizam.

Svrha discipline treba biti da se dijete nauči i ne smije biti stroga ili nepravedna.

Fizičko kažnjavanje često zna još više pogoršati djetetovo ponašanje. Ako vide ili čuju nasilje kod kuće, to na djecu i adolescente može utjecati isto kao da su i sami napadnuti. Nasilje na televiziji ili u video igrama također može ostaviti utisak na osjetljivu mladu djecu. Nasilje često dovodi do novog nasilja.

Izljevi ljutnje (“šizenje”)

Do izljeva ljutnje dolazi kada su djeca frustrirana ili pod stresom. Povremeno “šizenje” predstavlja normalnu fazu u razvoju kod mlade djece. Roditelji se trebaju zabrinuti ako “šizenja” postanu ekstremna ili konstantna.

Neke od stvari koje roditelji mogu učiniti kako bi pomogli svojoj djeci da se riješe “šizenja” su:

- redovito provoditi s njima vrijeme u opuštenoj atmosferi
- dati im do znanja da ste primijetili kad učine neke dobre stvari, te
- uzeti u obzir druge stresove koji utječu na dijete, kao što su početak odlaženja u vrtić, nova beba u obitelji ili svađa između roditelja.

Problemi s ponašanjem mogu kod djece i adolescenata negativno utjecati na njihovu sposobnost rješavanja problema, podnošenja stresova u životu i uživanja u normalnim aktivnostima sa svojom obitelji i prijateljima. Njihovo školovanje također može biti poremećeno. Nemirno ponašanje kod takve djece može otežavati sklapanje prijateljstava i može im poremetiti odnose u obitelji.

Takva djeca ili mlade osobe mogu, ukoliko se ne liječe, i dalje imati probleme u školi, sa zakonom, na poslu i kod podizanja vlastite obitelji.

Što je ADHD?

Koncentracija kod vrlo male djece traje kratko i ona postupaju impulzivno, ali to se obično poboljša s godinama. Ako su ti problemi ozbiljniji ili ustrajni, onda uzrok tome može biti tzv. poremećaj pomanjkanja pažnje s hiperaktivnošću (Attention Deficit Hyperactivity Disorder – ADHD).

Djeca s ADHD poremećajem često imaju problema s obraćanjem pozornosti na uputstva, sa završavanjem zadataka, s ophođenjem prema drugima i da budu mirna.

Ako su kod vašeg djeteta sljedeći znakovi prisutni više od šest mjeseci, trebete zatražiti stručni savjet:

- lako im odvrataju pozornost stvari oko njih ili druge misli
- ne mogu se koncentrirati na bilo koju radnju duže vrijeme
- pretjerana aktivnost, ne mogu mirovati ili prestati pričati, ili
- djeluju naglo bez razmišljanja o posljedicama.

Takva djeca mogu imati problema sa sklapanjem prijateljstava, imaju problema u školi i pogrešno ih se etiketira kao “loše osobe”. Ako mislite da je vašem djetetu potrebna pomoć, nemojte oklijevati s traženjem stručnog savjeta.

Kako se nositi s problematičnim ponašanjem

Bez obzira kako se vaša djeca ponašaju, ona trebaju znati da im nećete učiniti nešto nažao ili ih ostaviti. Djeca trebaju znati da im njihovi roditelji mogu pomoći u kontroli njihovih osjećaja. Pokušajte odgonetnuti koji su glavni stresovi za dijete i poduzmite nešto u vezi toga. Učite svoje dijete da se osjećaji mogu kontrolirati i iskazivati na korisne načine.

Vašem je djetetu možda potrebna pomoć kako bi se moglo nositi sa svakodnevnim problemima u obitelji, s prijateljima i u školi. Rana terapija za probleme ponašanja djetetu može pomoći da:

- Nauči kako kontrolirati svoje ponašanje
- Nauči kako može izraziti ljutnju i frustraciju na način kojim se ne nanosi šteta
- Bude odgovorno za svoje ponašanje, i
- Prihvati posljedice svog ponašanja.

U svakoj državi i teritoriju Australije organiziraju se razni programi za roditelje. Njima se roditeljima pružaju informacije i savjetovanje kako da poboljšaju svoje roditeljske vještine i u tome nađu veće zadovoljstvo i promiče se sklad u obitelji. Ovi programi također mogu roditeljima pokazati kako mogu kontrolirati ponašanje svoje djece na konstruktivan način.

Za informacije o tome koji su programi na raspolaganju na vašem području, kontaktirajte lokalnu Područnu zdravstvenu službu.

Gdje potražiti pomoć

- Kod svog liječnika opće prakse
- Kod lokalne Područne zdravstvene službe (tijekom radnog vremena), uključujući zdravstvene centre zajednice ili specijalističke službe duševnog zdravlja za djecu i adolescente.
- Kod drugih specijalista koji rade s djecom i adolescentima kao što su pedijatri, dječji psiholozi i školski pedagozi.

Dodatni primjerci ove brošure mogu se dobiti od Odjela programa za duševno zdravlje i prevenciju samoubojstva Ministarstva zdravstva i starenja vlade Australije, pozivom na 1800 066 247 ili faksom na 1800 634 400. Website: www.mentalhealth.gov.au

Ako vam je potreban tumač pozovite (TIS) na 13 14 50.

Za primjerke brošura na drugim jezicima pozovite Multikulturno duševno zdravlje Australije (Multicultural Mental Health Australia) na (02) 9840 3333 www.mmha.org.au

Ova se brošura temelji na Kompletu pomoći za obitelji Odjela za zdravstvo NSW-a. Broj odobrenja tiska 2782 -

©Commonwealth Australije

Insert your local details here

