ADD – poruchy pozornosti bez hyperaktivity

Poruchy pozornosti nesúvisia s inteligenciou dieťaťa. Tá môže byť priemerná i nadpriemerná. Býva často spojená s poruchami učenia, čítania, písania /dyslexia, dysgrafia, dysortografia/.

Zväčša touto poruchou trpia chlapci. Problémy vidíme už v predškolskom veku, najneskôr v mladšom školskom veku.

**Prejavy ADD**

* Veľká precitlivenosť na podnety – všetko ho rozptyľuje, zameranosť na jeden podnet je krátkodobá
* Dĺžka sústredenia je kolísavá, dieťa nedokáže udržať pozornosť
* Vnímanie informácií iba v malom množstve
* Nedokážu prenášať pozornosť flexibilne, uľpievajú na jednom podnete
* Zameranosť na podstatné znaky je slabá, hoci by bol schopný ich pochopiť
* Schopnosť dokončiť začatú činnosť je znížená

**Rady pre rodičov**

* Buďte v blízkosti dieťaťa, keď sa učí, robí si domáce úlohy
* Miesto jeho učenia sa by malo byť prehľadné, nezapratané vecami /podnety na rozptýlenie pozornosti/
* Celá miestnosť – farby stien, obrazy, postery – by nemala byť preplnená. Došlo by k preťaženiu vizuálnymi podnetmi
* Redukovať hladinu hluku – vypnúť TV, rádio, neriešiť problémy v jeho blízkosti pri učiacom sa dieťati
* Overte si ako dieťa zvládlo zadanie úlohy, kým ich začne vypracovávať
* Priebežne kontrolujte riešenie úloh
* Pestujte v dieťati návyk kontrolovať si veci po sebe
* Oceňte dieťa i za snahu
* Využite jeho záujem – ten udržuje pozornosť
* Pri začatí novej činnosti pripomeňte dieťaťu postup činností – čo urobí teraz, čo ďalej
* Pomáha, najmä u menších detí, dotyk, pohladenie
* V pracovných materiáloch farebne zvýraznite kľúčové slová

Deti s ADD potrebujú veľa trpezlivosti, pozornosti a tvorivosti zo strany rodičov i učiteľov. Milí rodičia nezabudnite ani na seba, na načerpanie energie. Spolupracujte so školou, s odborníkmi, načúvajte vnímavo potrebám vášho dieťaťa.

Š. Kittnerová