

Тодорка ГРПЧЕВСКА

## АЛЕРГИИ И ХИПЕРАКТИВНОСТ КАЈ ПРЕДУЧИЛИШНИТЕ ДЕЦА

### Вовед

Во оваа пригода правиме обид да дадеме краток осврт за проблемот што се јавува во поново време во нашите предучилишни институции, односно појавата на хиперактивност кај децата што се манифестира во посилна или послаба форма.

Честопати се судираме со решавањето на проблемот, се прашуваме каде е причината и каде да го бараме одговорот.

Се судираме и со родителите што вистината за тоа дека нивното дете е хиперактивно ги повредува и често се прекинува веригата на соработка.

Покрај причините кој подолу ќе ги наведем како предизвикувачи на хиперактивност, дојдовме до сознание од следењето на искуствата и дискусиите од странски стручњаци и експерти што се занимаваат со проблемот на хиперактивност кој велат:

**“Причината можеме да ја бараме и во храната.” Исхраната на детето, доколку е несоодветна и детето не ја поднесува, може да доведе до појава на алергија.”**

Значи врската меѓу алергијата, исхраната и хиперактивноста може да постои.

Многу родители, воспитувачи, педагози и психолози се прашуваат дали може определен вид на храна да го измени детското однесување и да создаде тешкотии во воспитувањето.

Теориите се поделени. Некои психијатри и алерголози велат “Да”-со помош на диета или неземање на соодветна храна, можат да се отстранат тешкотиите. **Д-р Алберт Рув во својата книга “Алергија од храна”**, опфаќа голем број на случаи на слабост, анксиозност, депресија, хиперактивност. Тој причината ја барал во храната. Успехот го наоѓал во диетата т.е. отфрлање на видот на храната штоа предизвикува психолошки тешкотии како и тешкотии со нервниот систем.

### **Кои производи најчесто доведуваат до алергија?**

Производите што најчесто се предизвикувачи на хиперактивност според д-р Грок се: млекото, какаото, шеќерот, вештачката боја за храна и слично.

Сите артификувачи, хранливи материи и флавоорајти што ги нуди современиот маркетинг и борбата за поголем престиж нудат нови и примамливи производи за деца, без да се води сметка за штетноста и последиците што ги погодуваат младите генерации.

Преголемата употреба на шеќер и шеќерни производи, обоени со вештачки вкус и мирис како и пијалаци во сите бои, се многу чести причинители на хиперактивност кај децата.

Исто така, и современиот вид на производство на храна, технологијата на производство, пакувањето и конзервирањето е еден од факторите за појава на овој вид на однесување.

### **Што е хиперактивност?**

За жал не е лесно да се дефинира поимот хиперактивност. Наспроти нормално активни деца, хиперактивните се деца со активна имагинација, со вишок на енергија, постојано се во движење, тешко се концентрираат.

Тие не можат правилно да седат додека трае оброкот, не можат внимателно да ја следат ТВ програмата, никогаш не го дослушуваат крајот на приказната што им се интерпретира.

Постојано се во перпетуално движење, а кога седат неправилно го користат столот, често седат на едната или на другата страна. Не прифаќаат дисциплина. Често плачат, се жалат, понекогаш се депресивни, понекогаш агресивни.

### **Дали хиперактивноста расте?**

Да, во денешно време има тенденција на зголемување на хиперактивноста кај децата. (точный број кај нас не е прецизиран).

Направена е анкета во последните пет години во САД. Бројот на хиперактивни деца рапидно расте и изнесува околу пет милиони. Овие деца земаат терапија со цел да ја намалат активноста за да можат подобро да ја следат наставата.

Зголеменоста на хиперактивноста зависи и од географската положба каде што се наоѓа детето. Така, околу 25% деца од некои места во Калифорнија се хиперактивни и со тешкотии во учењето.

### **Кои се другите причини?**

Кај сите деца за појавата на хиперактивност има повеќе причини. Понекогаш може да бидат и здравствени, како: анемија, хипогликемија, цревни паразити, а и визуелни, слухови или ментални.

Понекогаш причината може да се бара и во психолошките и социјалните проблеми ако детето расте во услови на раздвоеност и несреденост на семејниот живот.

И недостатокот на определени витамини и минерали потребни за исхраната, можат да дадат слични ефекти.

***Дали има хиперактивни бебиња?***

Да, има. и покрај потребата бебето да спие неколку часови дневно, се случува да спие само 1 до 1 1/2 час, а другото време да го помине во плачење. Таквото дете претставува проблем за мајката и за семејството.

Доколку нема здравствени или други проблеми причината ја бараме во храната што ја зема бебето. Овој проблем може да се повлекува низ животот ако детето не поднесува или е сензитивно на определен вид храна. Иако мајчиното млеко е незаменливо и претставува лек и храна за детето, може преку мајката да има реакција на определена храна, на која иако мајката не е алергична на истата може да биде детето.

***Како прифаќаат родителите дека нивното дете е хиперактивно?***

Обично експлозивна активност кај децата се јавува од втората до четвртата година. Доколку продолжи, треба да се преземат мерки.

За да може родителот полесно да ја прифати вистината, пожелно е да присуствува во средината каде што се наоѓа детето во присуство на неговите врсници. Доколку тоа ќе покаже екстремно однесување, може да стане збор за хиперактивност. А, дали родителите на хиперактивните деца и самите биле хиперактивни?

Постои верување дека еден од двајцата родители бил. Но, поверојатно е дека детето кое расте во семејство на активни родители и самото ќе биде активно.

Со текот на времето и созревањето на детето хиперактивноста се намалува.

Но, треба да се верува дека доколку семејството употребува еден вид на храна штоа родителите ги прави хиперактивни и детето ќе биде исто. (Менделсон и Стиворд)

***Дали да се чека детето само да го надмине проблемот?***

Зависно од тоа колку голем и сериозен е проблемот. Доколку тоа е поизразено и детето доминира со своето активно однесување освен во домашната средина и во градинка, во друштво со неговите врсници, веднаш треба да се интервенира. Ако се остави и се чека детето само да го надмине, проблемот може да се продлабочи.

Во тој случај детето нема да личи на родителот, нема да личи на себе си, туку воопшто нема да личи на никого.

Ако тоа не може да ја следи програмата предвидена за развојните способности на децата од иста возраст, зашто не може да се концентрира, тоа не ќе може ни да учи. Настануваат и други проблеми. Кај детето ќе се создадат одбранбени навики што подоцна ќе биде тешко да се отстранат, а тоа да не прерасне во несреќна, фрустрирана личност на дете-адолесцент а подоцна и возрасен. (Менделсон, Стиворд 1971 год.)

***Дали хиперактивните деца се бистри?***

Изненадува бројката на хиперактивни деца што може да се најдат и над просекот на интелигенција. Но, за жал нивната интелигенција не може да дојде во целост до израз со својот полн потенцијал.

Пречувствителноста на нервниот систем и брзата моторика доминираат над неговата интелигенција. Бидејќи овие деца се со активна имагинација, можат да прераснат и во иноватори на творби на хаоси и лудории. (пр. проектирање на оружје, филмови на страв и ужас и сл.)

Бидејќи хиперактивните деца не можат добро да се концентрираат и да го дослушуваат она што им се нуди, макар и пофалба, тие не можат да бидат дисциплинирани. Психички и физички казни не помагаат, за што тоа не мисли дека прави нешто што не треба да го прави. Нивната тешкотија т.е. нивната недисциплина се должи на нивната неконтролирана потреба за движење.

***Дали хиперактивноста се надраснува?***

Имаме случаи на хиперактивни бебиња кај што со нивното растење се намалува јачината на хиперактивноста. Доколку децата растат со хиперактивни родители, понекогаш тоа може да биде подобро бидејќи и тие самите се повеќе во движење и активност, можат полесно да ги канализираат и насочуваат децата во спортски или работни активности или подоцна да ги одредуваат за таков вид работа што бара динамика или трошење на енергија.

Обично е многу тешко родителот да си признае дека неговото дете е хиперактивно. Често вистината го повредува и секогаш наоѓа изговор со прикривање на проблемот. Предност е родителот да се соочи со вистината. Можеме да го убедиме со неговото присуство во средина каде што престојува детето и каде што е потребна поголема дисциплина. Така родителот ќе забележи дека детето не може да издржи во мирување повеќе од неколку минути.

***Каква средина е потребна?***

Хиперактивните деца се многу чувствителни и лесно се деструктираат. Атмосферата треба да биде тивка, со цврст партнерски однос: дете-воспитувач, дете-дете. Играта треба да биде контролирана и насочувана. Занималната за овие деца понекогаш изгледа како збир на расфрлени предмети, звуци, светла. Пожелно е да постои тивко катче или место за одбор. Тоа не треба да се постави во близина на врата или прозорец зашто тие места полесно го деконцентрираат.

Пожелни се пофалби, поттикнувања, љубов и охрабрување.

Во државата Тексас, г-ѓа Енџи Нел има отворено еден вид училиште за овие деца, кое обезбедува тивка средина, еднакво темпо на вербално општење, без радио, телевизија, но со многу љубов, соработка и грижа.

**Како предучилишните установи ќе му помогнат на хиперактивното дете?**

Доколку детето не може да ја следи редовната програма, треба да се бара алтернативно решение. Доколку во рамките на градинката или училиштето нема специјална програма, на тоа дете треба да му се обезбеди едно тивко и безбедно катче. Воспитувачот ќе направи план за потребите на детето и ќе ги решава континуирано, со систематска работа, со трпеливост и ненасилност. Третманот на детето треба да биде ист како и со другите деца. Детето редовно треба да се мотивира, да не се дозволи чувствата да се повредат. Секогаш да доминира љубовта и довербата. Треба да се овозможи грешките да се простуваат но, под услов тие да не се повторуваат.

**Што значат за детето забраните-Не и Немој?**

Одречното **Не** и **Немој** треба помалку или воопшто да не се употребува. Никогаш не треба да му се вели на детето дека е лошо. Почесто да се истакнува позитивноста, иако објективно не е така. Одлучувањето треба да го прави возрасниот, а на детето му се дава право да се изјасни. Треба да се насочува само кон тоа што може да го направи. Гласот не треба да биде заповедувачки туку тивок, одмерен, со благ израз на лицето. Не се пожелни жалби, иако се очекува неуспех, бавност и дезорганизираност.

**Кога детето го воочува својот проблем, дали истиот го решава?**

Не. Многу од децата се со веќе формирани навики и со силни белези што и понатаму ги носат со себе. Тие одвојуваат многу малку време за позитивни работи. Доколку воспитувачот, учителот или лицето што се грижи за детето, донесе заклучок дека не станува збор само за разгалено и недисциплинирано дете, после направената опсервација од страна на родителот и стручните лица, се оди на менување на средината. Доколку и во новата средина ќе се забележи тој проблем треба да се бара посеопфатна помош.

**Каде да се бара помош?**

Доколку проблемот продолжува понатаму, родителот и лицето што го воспитува детето, како и стручниот тим составен од педагог, психолог и лекар, во рамките на предучилишната установа треба да го упатат во специјална установа што се занимава со проблемот хиперактивно дете.

При посетата на лекарот специјалист, пожелно е родителот да достави мислење со податоци за детското однесување во средината во што општи со неговите врсници. До точните причини за хиперактивно однесување не може да се дојде веднаш, пред да се направи темелно испитување на видот, слухот, нервниот систем, како и испитување од страна на алерголог за да се утврди дали храната е евентуална причина за хиперактивност. Понатамошниот третман секако ќе биде терапевтски.

**ЛИТЕРАТУРА:**

1. "Allergies and hyperactive Child" by Doris J. Rapp
2. Corn, A.L. & Marinez, 1 (1986) „When You Have Visually handicapped Child in your Classroom”
3. Blackford & King „A Guide to teaching disabled and able-bodied children”
4. Charpman, E.K. & Stone, J.M. (1998) „Special needs in Ordinary School”. „The Visually Handicapped Children in Your Classroom”

*Todorka GRPCEVSKA*

**ALLERGY AND HYPERACTIVITY OF PRESCHOOL CHILDREN**

On the base of the correspondence already got permanent practice, in this presentation the author examined one problem which is exhibited in more intensive or more moderatel form in children in preschool institutions. This problem is not adequate elaborated in former theory and practice. In this context is pointed the importance of nutrition (natural or industrial) with all determinations.