

Tähelepanuhäired muudavad õppimise raskeks

Puudulik tähelepanu ei ole ealine iseärasus, keskendumisraskused võivad jääda kogu eluks

MARIANNE MARTINSON

eripedagoog

Tähelepanu puudulikkust esineb kuni üheksal protsendil koolilastest. Tähelepanuhäiretega lapsel tekivad probleemid suhetes ja õppetöös. Raske on kohaneda uute tingimustega. Tänapäeval puudub üksmeel tähelepanuhäirete tekke põhjuste, olemuse, hindamise (diagnoosimise) ja ravi suhtes. Ühel meelel ollakse vaid selles, et puudulik tähelepanu ei ole ealine iseärasus, paljudele jääb see probleem alles kogu eluks.

Paljud lapsevanemad peavad loomulikuks, et lapsele on kõik nõudmised mõistetavad. Täiskasvanu ei tule selle peale, et laps ei saanud õeldust aru ja ei täitnud korraldust

seepärast.

“Valesti” käituvad lapsed saavad noomida ja stopp-märguandeid, sest pidev viltumine ja nn hajameelsus torkavad rohkem silma kui õigesti tegemine. Nii jääb vajalik heakskiit hästitehtule saamata ja laps kaotab eneseusu.

Tähelepanuhäiretega laps ei õpi aga oma vigadest, nagu ekslikult loodetakse. Ta ei tea, mida temalt oodatakse ja see põhjustab oskamatus käitumises. Laps, kes pidevalt tegutseb ettenähtust erinevalt, võib jääda teiste hulgas “mustaks lambaks”.

Õpetaja tähelepanu köidab sellise õpilase puhul tema pidev tegelemine teisejärguliste asjadega. Ta pöörab lapsele tähelepanu seni, kuni too lõpetab sihitu sahkerdamise. Seh-

kendaja alustab märkusest häirituna uuesti tööd, kuid ainult selleks, et õpetaja negatiivsest mõjuväljast pääseda. Nii kordub see päevast päeva. Ebakindluses pole töö kuigi produktiivne ja õppimislust asendub pikkamööda vastumeelsusega. Mõistlikum on vältida pidevaid märkusi.

Hüpleva tähelepanu tõttu tekivad paratamatult teadmistelüngad. Intelligentsemad lapsed suudavad oma puudujääke mõistusega kompenseerida, vähemalt algklassides.

Aja plaanipärane kasutamine on üks põhiprobleem, mis jääb, sest see nõuab tegevuse pidevat allutamist ja muutmist ettenähtud reeglite järgi. Töö jääb pooleli, oluline jääb märkamata jne.

Kuidas saavad kodused aidata

1 Lapsega suheldes vaadake talle otsa, et ta teid märkaks.

1 Määrake kindlaks ärkamise, magamineku, kodutööde, mängimise, telerivaatamise, söömise jne kellaajad.

1 Ärge olge kitsid positiivsete tunnete näitamisega, kui teguviis on hea.

1 Andke selgeid ja lühikesi juhtnõure, võimalusel näidake ise ette. Paluge lapsel öeldut korrata. Ärge andke mitut korraldust korraga.

1 Koolitööde juhendamisel on mõistlik kasutada alati sama viisi (vihiku, päeviku kasutamine, lugemispala jutustamine, sõnade õppimine jne).

1 Püüdke luua rahulik ümbrus: üks

sõber korraga, üks tegevus korraga ja see ilma taustmürata (raadio, teler), peitke silma alt ära kasutusel mitte olevad mänguasjad.

1 Võimaluse piires laske lapsel ise otsustada, valida. Piiritlege aega tegevuste sooritamisel (riietumiseks, koristamiseks jne kuluv aeg).

1 Õelge talle, milline väline käitumisviis on oodatud ja meeldiv. Ainuüksi nihelemata laua taga istumine väärib kiitust.

1 Püüdke aru saada, millal on lapse käitumine ebakompetentne ja aidake siis teda. Karistage alles siis, kui olete kindel, et tegu on sõnakuulmatusega.