

## Kako izgleda obravnava?

**Starši imajo ključno vlogo** pri obravnavanju vedenjskih težav otroka, četudi so otroci tisti, pri katerih so težave prepoznane.

Vse oblike obravnave imajo nekatere skupne cilje. Eden od teh je podpora staršem, da izpopolnijo učinkovit vzgojni pristop zase in za otroka. Psiholog lahko staršem pomaga pri učinkovitejšem obvladovanju otrokovega obnašanja – npr. s postavitvijo jasnih pričakovanj, uporabo spodbud in pohval ter s sledenjem in izvršitvijo ustreznih posledic ob kršitvi pravil. Starši se lahko dodatno izurijo, kako te strategije uporabljati dosledno. Eden od pogostih vzrokov, zakaj strategije obvladovanja vedenja včasih ne delujejo, je preizkušanje drugačnih in nasprotujočih si tehnik s strani staršev oz. nevztrajanje s pristopi dovolj dolgo, da bi videli koristi. **Zato ima zelo pomembno vlogo tudi podpora, ki jo starši prejmejo v obravnavi.**

**Starši in otroci lahko tekom obravnave izpopolnijo svoje spretnosti reševanja problemov, na katere se lahko zanesejo kadar naletijo na težave.**

Obravnava otroka in družine je lahko kompleksna in zahtevna. Izvaja se lahko v različnih kontekstih, odvisno od stopnje obremenjenosti s težavami. K izzivu obravnave prispeva še morebitno nesodelovanje otroka ter strah in nezaupanje do odraslih. **Pomembno je zavedanje, da ni problem otrok, temveč je problematično njegovo vedenje.**

*Pri otrocih s težavami v vedenju se lahko sočasno pojavljajo nekatere druge težave, kot so ADHD, specifične učne težave, anksioznost, depresivnost, zloraba prepovedanih substanc ipd. Pomembna je čimprejšnja prepoznavna osnovnega vzroka težav in aktivno sodelovanje družine in strokovnjakov s področja promoviranja duševnega zdravja otrok in mladostnikov.*

## Kako lahko otroku pomagajo starši?

Vzgoja otroka z vedenjskimi težavami lahko predstavlja večji izziv za starše.

- ♦ **Treningi starševstva** opolnomočijo starše, da postanejo še učinkovitejši trenerji za svoje otroke.
- ♦ **Sistemska družinska terapija** omogoča oblikovanje in doseganje skupnih terapevtskih ciljev.
- ♦ **Starši naj bodo dosledni, a ne prezahtevni pri discipliniranju.** Pričakovano vedenje in obveznosti, kot tudi posledice kršitve le teh naj bodo jasne in otroku že vnaprej razumljive. Posledice naj bodo skladne otrokovi starosti, sposobnostim in velikosti prekrška.
- ♦ Ob kritikah drugih, katere pogosto dobi zaradi svojega manj ustreznega vedenja, potrebuje **potrpežljivo in ljubečo podporo staršev ter občutek sprejetosti.**
- ♦ **Uspehe je treba prepoznati in pohvaliti nemudoma,** kar podpira izgradnjo pozitivne samopodobe in poveča verjetnost ponovnih poskusov doseganja cilja.
- ♦ **Igra je jezik, zlasti za mlajše otroke.** Preventivno in varovalno vlogo ima tudi vsakodnevno in dosledno preživljanje časa z otrokom, npr. skozi skupne aktivnosti ali igro, katero naj izbere, vodi in usmerja otrok. Skupne aktivnosti pripomorejo k povezanosti ter izgradnji pozitivnega in zaupljivega odnosa.
- ♦ **Tehnike čuječnosti** lahko nekoliko pripomorejo pri obravnavi otroka z vedenjskimi težavami.

Izdelava: Ana Bujišić, mag. psih.

© Mladinsko klimatsko zdravišče Rakitna  
Viri dostopni na uradni spletni strani [www.mkz-rakitna.si](http://www.mkz-rakitna.si)

# VEDENJSKE TEŽAVE



Pričakovano je, da so otroci vsaj nekaj časa nasprotovalni in kljubovalni. Pravzaprav je lahko to v določenem starostnem obdobju znak zdravega razvoja. Na primer malček, ki je ravnokar odkril, da je njegova nova najljubša beseda »ne«. Kdaj torej govorimo o **vedenjskih težavah?**

Veliko staršev ima prej ali slej težave z otrokovim laganjem, goljufanjem, krajo, pretepanjem ali neupoštevanjem starševih zahtev. Stopnja destruktivnosti in razdiralnosti, pojav teh oblik vedenja v več okoliščinah (npr. doma in v šoli) ter vztrajanje vedenja skozi čas pa so lahko vzroki za skrb.

## Kaj so vedenjske težave?

Vedenjske težave se nanašajo na skupino ponavljajočih se in vztrajajočih vedenjskih in čustvenih težav pri otrocih. Otrok ima lahko velike težave pri sledenju pravilom, spoštovanju pravic drugih, izražanju empatije in obnašanju na družbeno sprejemljiv način.

Vedenjske težave so med najpogostejšimi razlogi za napotitev na psihološko in psihiatrično obravnavo v otroštvu. Vodijo lahko do negativnih življenjskih izidov, vključno s kriminalnim vedenjem ter kasnejšimi težavami v duševnem zdravju v mladostništvu in odraslosti.

## Kateri so lahko znaki vedenjskih težav?

Težave z vedenjem se pojavljajo na različne načine. Starši naj bodo pozorni na nekatera ponavljajoča se vedenja, kot so:

### Agresivnost do ljudi in živali

- ◆ grozi ali ustrahuje druge
- ◆ uživa v tem, da je krut ali nesramen do drugih
- ◆ začena fizične spopade
- ◆ uporablja orodja ali orožja, ki bi lahko povzročila resno telesno poškodbo drugim (npr. opeka, zdrobljena steklenica, nož ali drugi predmeti in orožje)
- ◆ je krut do živali
- ◆ po agresivni epizodi ne izkazuje obžalovanja

### Uničevanje lastnine

- ◆ požiga, z namenom povzročiti škodo
- ◆ namerno uničuje lastnino drugih

### Goljufanje, laganje ali kraja

- ◆ vdira v stavbe, hiše ali avtomobile drugih ljudi
- ◆ laže, da bi pridobil neko dobrino ali ugodnost oz. da bi se izognil posledicam in obveznostim
- ◆ krade predmete

## Resne kršitve pravil

- ◆ pogosto ostaja zunaj ponoči, kljub pravilom in zahtevam staršev
- ◆ beži od doma

## Zgodnja prepoznavna in obravnava

**Ključnega pomena je zgodnja prepoznavna in obravnava težav.** Obravnava je najbolj učinkovita kadar ustreza potrebam posameznega otroka in družine. Pomemben je celostni pristop s strani izkušenih strokovnjakov za promocijo duševnega zdravja. Mnogi otroci z vedenjskimi težavami imajo lahko pridružene težave, kot so npr.: motnje razpoloženja, anksioznost, posttravmatska stresna motnja, zloraba prepovedanih substanc, ADHD, učne težave ipd.

**Raziskave kažejo, da imajo otroci z vedenjskimi težavami večjo verjetnost za razvoj trajnejših in dolgoročnih težav, če z družinami niso deležni zgodnje in celovite obravnave.** Številni otroci z vedenjskimi težavami se brez podpore težko prilagodijo naraščajočim in vse bolj kompleksnim zahtevam odraslosti ter imajo lahko težave v odnosih in z obdržanjem službe.



Ena od značilnosti vedenjskih težav je davek, ki ga terjajo v družinskih odnosih. Redne in vsakodnevne frustracije, ignorirani ukazi, neprestano pogajanje in eksplozivni izbruhi se sčasoma lahko še okrepijo. Negativne izmenjave škodijo odnosu med starši in otrokom ter krepijo sovražne vzorce vedenja.

Otroci z vedenjskimi težavami potiskajo starše k ekstremom. Starši lahko postanejo še bolj permisivni v vzgoji. Pričnejo se zatekati k uporabi prisile, v upanju, da bodo z večjim nadzorom spodbudili otrokovo poslušnost in upoštevanje njihovih zahtev. **Starši v takšnih primerih pogosto občutijo nemoč.**

*Pomembno je, da pride do zdravljenja tudi v obliki izboljšanega odnosa med starši in otrokom. To je ključnega pomena za zdravje in zadovoljstvo celotne družine ter za prihodnost otroka.*

## Kam po pomoč?

**Potrebna je ustrezna ocena otrokovega vedenja, s strani strokovnjakov, ki lahko presodijo ali gre zares za vedenjske težave ali ne.** Za tovrstno oceno so usposobljeni specialisti otroške in mladostniške psihiatrije ter specialisti klinične psihologije, ki sodelujejo pri obravnavi posameznika in njegove družine. Obravnava mora biti prilagojena edinstvenim potrebam vsakega otroka in družine.

## Obravnava obsega celostni pristop, ki vključuje:

- ◆ Psihodiagnostiko
- ◆ Psihoedukacijo staršev in otroka/mladostnika
- ◆ Treninge starševstva in podpora pri uporabi učinkovitih tehnik uravnavanja čustev in vedenja
- ◆ Sodelovanje med starši, zdravstvenimi delavci in zunanjimi sodelavci/ustanovami (npr. šola)
- ◆ Medikamentozno podporo
- ◆ Terapevtsko obravnavo posameznika in družine