

# Проблематично понашање (Challenging Behaviours)





## Проблематично понашање

Скоро сва деца су понекад напорна и пуно траже, а посебно двогодишњаци. Проблематично или поремећено понашање је понашање које траје дужи период или је у толикој мери озбиљно да узрокује значајне проблеме у породици или друштву.

Претерано поремећено или агресивно понашање у било ком узрасту треба схватити као озбиљан проблем. Не треба га одбацити као 'фазу' или нешто 'што ће проћи'. Овакво понашање код деце и младих може почети са честим губљењем контроле, раздражљивошћу, импулсивним реакцијама или се лако фрустрирају.

Треба потражити стручну помоћ ако родитељ или друга одрасла особа, која је често у контакту са дететом, примети промене у његовом понашању. Здравствени радници, укључујући саветнике, могу помоћи родитељима да идентификују проблем и пронађу начин како да помогну свом детету да се суочи са проблемом.

Агресивно понашање обухвата:

- експлозивне нападе беса
- физичку агресивност
- свађе, претње или покушаје да повреде друге
- употребу оружја
- окрутност према кућним љубимцима или другим животињама
- намерно уништавање имовине или
- вандализам.

Дисциплина треба да се сведе на учење а не на грубост и неправду. Често се дечије понашање још више погорша ако су физички кажњавани. Бити очевидац насиља код куће или га чути може да погађа децу и младе у истој мери као да су они били нападнути. Телевизијски програм или видео игре у којима има насиља могу такође да погоде младу, осетљиву децу. Често насиље води насиљу.

## Напади беса

До напада беса долази када се деца осећају фрустрирано или под стресом. Повремени напади беса представљају нормалну фазу у развоју младе деце. Родитељи треба да се забрину ако напади беса постану екстремни или стални.

Родитељи могу помоћи деци да савладају нападе беса на један од следећих начина:

- редовно проводећи време с њима у опуштеној атмосфери
- ставити им до знања када ураде нешто добро и
- узети у обзир разне ситуације које могу изазвати стрес код деце као што је полазак у обданиште, новорођенче у кући или родитељска свађа.

Проблеми са понашањем могу се одразити на способност детета или младе особе да решава проблеме, да се суочи са животним стресом и да ужива у нормалним активностима у породици и са пријатељима. Њихово школовање такође може бити поремећено. Поремећено понашање отежава деци да се спријатеље с другима а може и да се одрази на односе у породици. Ако се не лече, оваква деца и млади људи касније у животу могу имати проблема у школи, са законом, при запошљавању као и у подизању својих властитих породица.

## Шта је АДХД поремећај?

Код јако младе деце пажња је јако кратког трајања и реагују импулсивно али се стање обично побољшава са годинама. Ако ови проблеми потрају или су озбиљне природе онда се ради о хиперактивном детету са ослабљеном пажњом и концентрацијом (тзв. АДХД поремећај). Деца која пате од АДХД поремећаја често имају проблема да реагују по нечијим упутствима, да заврше започето, да се опходе у друштву и немирна су.

Потражите стручну помоћ ако приметите да су наведени знакови присутни код вашег детета дуже од шест месеци:

- реагују на сва околна збивања која им, као и неке друге мисли, лако одвлаче пажњу
- нису у стању да се дуго концентришу на било коју активност
- стално су у покрету, не могу да мирују или да престану причати или
- регују импулсивно без размишљања о последицама.

Оваквој деци је тешко да се спријатеље с другима, имају проблема у школи и окарактерисани су неправедно као 'лоше особе'. Ако сматрате да је вашем детету потребна помоћ немојте се устручавати да потражите стручни савет.

## Како реаговати на проблематично понашање

Без обзира на то како се ваша деца понашају, ставите им до знања да их нећете повредити или оставити. Деца треба да знају да њихов(и) родитељ(и) може да им помогне да контролишу своја осећања.

Покушајте да утврдите који су најзначајнији узроци стреса и учините нешто по том питању. Научите своје дете да постоје и бољи начини да се осећања изразе и контролишу.

Можда ће вашем детету бити потребна помоћ да савладају свакодневне проблеме са породицом, пријатељима и у школи. Рани третман за проблематично понашање помоћи ће детету да:

- научи како да контролише своје понашање
- научи како да испољи љутњу и фрустрацију на безазлен начин
- буде одговорно за своја дела
- прихвати последице својих дела.

У свакој држави или територији постоје разни програми за родитеље. Они пружају информације и саветодавне услуге с намером да обуче родитеље, да им помогну да се осећају задовољнији у својој улози, као и да поспеше хармонију у породици. Ови програми такође могу да науче родитеље како да на конструктиван начин усмере понашање своје деце.

Да би сазнали које су врста програма и помоћи на располагању у вашем региону, обратите се вашој локалној здравственој служби.

## Где се обратити за помоћ

- лекару опште праксе
- здравственој служби у вашем региону (у току радног времена) а што укључује и здравствене центре у заједници и центре за душевно здравље младих
- другим специјалистима који се баве децом и младима као што су педијатри, дечији психолози и школски саветници.

Додатни примерци ове брошуре могу се добити од Одељења за душевно здравље и спречавање самоубиства, при Министарству здравља и старих лица, а у склопу Аустралијске владе. Позовите 1800 066 247 или пошаљите факс на 1800 634 400. Интернет странице: [www.mentalhealth.gov.au](http://www.mentalhealth.gov.au)

Ако вам је потребан тумач позовите ТИС (TIS) на 13 14 50.

За брошуре на другим језицима позовите Мултикултурно душевно здравље Аустралије (Multicultural Mental Health Australia) на (02) 9840 3333 [www.mmha.org.au](http://www.mmha.org.au)

Ова брошура је заснована на Приручнику за помоћ породицама кога издаје Министарство здравља НЈВ-а.

Дозвола за издавање: 2782

© Commonwealth of Australia

Insert your local details here

