Dinelle Faul
Kliniese sielkundige

Ringweg 4, Drie Riviere, Vereeniging. Telefoon: 082 686 7955/016 423 6951

Aandagafleibaarheid

Het jou kind 'n probleem met aandagafleibaarheid? Wat is aandagafleibaarheid?

Daar is drie wyses van aandag skenk:

- Nie-gefokusde aandag:

  Hier word informasie oor die algemeen op 'n passiewe en nie-sistematiese wyse geskandeer, byvoorbeeld wanneer mens in 'n winkelsentrum stap en bewus is van alles wat om jou gebeur sonder om spesifiek op iets te fokus.

- Gefokusde aandag:

  Hier word aktief gefokus op die skandering van informasie terwyl 'n mens ook bewus bly van ander informasie, byvoorbeeld wanneer 'n kind 'n leesles te lees terwyl hy die tuinsproeiers in die agtergrond hoor.

- Konsentrasie:

  In hierdie proses word spesifieke informasie gekies en aktief daarop gefokus, terwyl alle ander onbelangrike informasie uitgeblok word, byvoorbeeld wanneer die kind gefokus aandag gee aan die beantwoording van sy wiskunde vraestel, terwyl hy die onbelangrike tuinsproeier se geraas doelbewus uitblok.

Wyses waarop aandagafleibaarheid 'n kind se lewe beïnvloed:

Aandagafleibaarheid beïnvloed hoe 'n kind sy denke en idees gebruik, byvoorbeeld die kind tree op sonder om vooraf te dink oor die gevolge van sy optrede.

Aandagafleibaarheid beïnvloed die wyse waarop die kind impulse om doelgerig op te tree, gebruik, byvoorbeeld die impuls om iemand te terg kan so knaend wees dat die kind nie weet wanneer om te stop nie. Dit kan gebeur dat die kind nie dink oor verskillende wyses van kreatiewe probleemoplossing nie.

Aandagafleibaarheid beïnvloed hoe die kind gevoelens beleef en uitleef. Wanneer die kind kwaad word reageer hy onmiddellik uit deur 'n maat te stamp, sonder om vooraf te dink dat hy eers met die maat kon gesels oor wat hom kwaad gemaak het. Die kind mag dalk nie bewus wees van sy eie vermoë om sy eie gevoelens te monitor en te reguleer nie.

Aandagafleibaarheid beïnvloed ook hoe die kind sy groot en fyn motoriese spiergebruik hanteer, byvoorbeeld wanneer hy moet bal skop of met 'n skêr moet knip. Dit kan ook gebeur dat die kind nie weet hoeveel aandag hy byvoorbeeld aan twee take gelyk moet skenk of hoe hy sy aandag tussen twee take moet verdeel, sodat beide take effektief afgehandel kan word nie.

Aandagafleibaarheid belemmer die kind se vermoë om take en aktiwiteite te organiseer. Omdat hulle nie voldoende organiseer nie, verloor hulle maklik besittings.

Aandagafleibaarheid veroorsaak ook dat die kind nie altyd sosiale wenke wat deur ander mense se liggaamstaal (soos gesigsuitdrukkings) weergegee word, korrek interpreteer nie, en mag verduidelik hoekom die betrokke kind dan onvanpas optree.

Aandagafleibaarheid belemmer die wyse waarop 'n kind sy korttermyngeheue gebruik. Hierdie kind mag vir jou 'n koppie tee bring nadat jy spesifiek vir koffie gevra het.

Aandagafleibaarheid kan veroorsaak dat die spoed en akkuraatheid waarmee informasie in ag geneem en besluite geneem word, belemmer word. Hierdie kinders werk stadiger in die klas en mag belangrike informasie miskyk wat veroorsaak dat hulle foutiewe besluite neem.

Hoe help ek my kind met aandagafleibaarheid:

Dit kan raadsaam wees om 'n kind met aandagafleidbaarheid te laat evalueer deur 'n sielkundige en/of arbeidsterapeut, sodat op 'n meer formele wyse vasgestel word wat die aandagafleibaarheid veroorsaak en hoe dit spesifiek behandel moet word.

Hoewel medikasie 'n belangrike rol kan speel in die behandeling van aandagafleibaarheid, is dit nie die enigste wyse van behandeling nie. Gedurende speelterapie kan die sielkundige op verskeie wyses die aandagtekort van 'n kind hanteer. Speelterapie help onder andere met aspekte soos self-regulering van gedagtes, gevoelens en optrede; verbetering van selfvertroue en waagmoed; vermindering van impulsiewe optrede; vermoë om te kan organiseer en om meer gefokus aandag te kan gee.

Wenke kan aan ouers deurgee word wat by die spesifieke kind se behoeftes pas. Daar kan ook nou saamgewerk word met arbeidsterapeute en onderwysers om die betrokke kind se spesifieke aandagafleibaarheid te verstaan en te help hanteer. Perdry mag selfs aanbeveel word vir sekere kinders met aandagafleibaarheid.

Daar is selfs hoofstroomskole wat spesifiek aangepas is om kinders met aandagafleibaarheid by te staan. Hierdie skole neem die uniekheid van hierdie kinders in ag, terwyl dieselfde silabus gevolg word as in ander hoofstrome skole. Van hierdie skole mag selfs oor 'n multi-professionele span beskik waar sielkundiges, arbeidsterapeute, spraakterapeute, remediërende onderwysers en klasonderwysers almal hard werk om die kind met aandagafleibaarheid by te staan om 'n suksesvolle akademiese loopbaan te kan volg.

Kinders beleef die eise wat aandagafleibaarheid stel baie negatief omdat hulle spoedig besef hulle is anders as meeste van hulle maats. Hulle selfbeeld, selfvertroue en waagmoed kan 'n knou kry indien hulle nie hulp kry met aandagafleibaarheid nie.

Navorsing wys dat sommige kinders met aandagafleibaarheid moedeloos kan raak omdat hulle soveel moeite doen en ten spyte van hulle harde werk, steeds foute maak en selfs onderpresteer. Indien hierdie kinders nie hulp kry met hul aandagafleibaarheid nie, kan hulle 'n gevoel van hulpeloosheid ontwikkel en ongemotiveerd raak. Raadpleeg 'n sielkundige en/of arbeidsterapeut indien jy as ouer vermoed jou kind is aandagafleibaar.