

Tartós figyelmetlenség, impulzivitás és fokozott motoros nyugtalanság – fókuszban az ADHD

2026. április 21.

Az RRF-1.2.4 pályázat keretében az FMPSZ Móri Tagintézménye a Pedagógiai Szakszolgálatok Hete programsorozat részeként 2026. április 21-én szakmai előadást szervezett a tagintézmény székhelyén (8060 Mór, Szent István tér 9.) „Tartós figyelmetlenség, impulzivitás és fokozott motoros nyugtalanság – fókuszban az ADHD” címmel.

A program keretében Sólyom Brigitta gyógypedagógus, szupervizor, vezető terapeuta tartott előadást, amely során átfogó képet nyújtott az ADHD háttéréről, tünetegyütteséről és a lehetséges intervenciós módokról. Az előadó hangsúlyozta, hogy az ADHD nem pusztán viselkedési probléma, hanem neurobiológiai alapokon nyugvó állapot, amely az agy végrehajtó funkciókért felelős területeinek eltérő működéséből fakad. Részletesen bemutatta a figyelemzavar jellegzetességeit – különös tekintettel arra, hogy a gyermekek figyelmét a külső ingerek könnyen elvonják –, az impulzivitás megnyilvánulásait, valamint a fokozott motoros nyugtalanság tüneteit.

Az előadás kitért a diagnosztikai szempontokra is, kiemelve, hogy a tüneteknek több élethelyzetben – például otthoni és iskolai környezetben – egyaránt jelen kell lenniük, és már kisgyermekkorban, jellemzően 7 éves kor előtt megmutatkoznak. A résztvevők gyakorlati iránymutatást kaptak a felismeréshez, valamint a megfelelő szakemberhez irányítás folyamatához. Bemutatásra kerültek a kezelési lehetőségek is, külön hangsúlyt kapott a komplex megközelítés, amely magában foglalja a gyógyszeres támogatást, a kognitív viselkedésterápiát, valamint a szülők edukációját.

Az előadás interaktív jelleggel zajlott, amely során a résztvevő szülők számos kérdést fogalmaztak meg. A felmerülő dilemmák között szerepelt például, hogy a figyelmetlenség háttérében lustaság vagy valódi nehézség áll-e; az előadó rámutatott, hogy az ADHD-val élő gyermekek számára a koncentráció fenntartása gyakran rendkívüli erőfeszítést igényel, ami gyors kifáradáshoz vezethet. Gyakorlati tanácsok hangzottak el a tanulási helyzetek támogatására, például a feladatok kisebb egységekre bontásának, az ingermentes környezet kialakításának és a rendszeres rövid szünetek beiktatásának fontosságáról. Szó esett arról is, hogy az állapot bizonyos tünetei – különösen a motoros nyugtalanság – az életkor előrehaladtával csökkenhetnek, ugyanakkor a figyelemzavar és az impulzivitás gyakran fennmarad, ezért kiemelten fontos a megküzdési stratégiák korai kialakítása. Az érzelemszabályozási nehézségek kezelésében a következetes határok kijelölését és a pozitív megerősítés alkalmazását hangsúlyozta.

Az előadás összegzéseként megfogalmazódott, hogy az ADHD-val élő gyermekek támogatása egy olyan együttműködésen alapuló hálózat kialakítását igényli, amelyben a szülők és a pedagógusok partnerként dolgoznak együtt. A megértés, a türelem és a következetes

módszertani megközelítés kulcsfontosságú a gyermekek hatékony támogatásában. Az előadás egyik legfontosabb üzenete az volt, hogy a diagnózis nem megbélyegzés, hanem egy olyan útmutató, amely segíti a felnőtteket abban, hogy a gyermek szükségleteihez igazodó módon tudjanak nevelni és tanítani. A résztvevők részéről megfogalmazódott az igény a további ismeretátadásra, ennek megfelelően a tagintézmény a következő tanévben tervezi a kapcsolatfelvételt a szülői munkaközösségekkel és az intézményekkel további előadások szervezése céljából.

