**Poremećaj s prkošenjem i suprotstavljanjem**

Poremećaj s prkošenjem i suprotstavljanjem (opozicionalnost) je ozbiljan i kroničan psihijatrijski poremećaj za koji je svojstvena verbalna agresivnost, sklonost k uznemiravanju drugih, prkosni stav te neobaziranje na tuđe osjećaje. Pojedinci koji pate od poremećaja s prkošenjem i suprotstavljanjem su žrtve, oni nisu odabrali da se ponašaju na takav način. Nalazi ukazuju da je taj poremećaj rezultat kombinacije okoline i genetike. Negativna, traumatska ili zanemarujuća okolina može biti glavni činitelj koji pridonosi razvoju tog poremećaja, ali to nije uvijek slučaj.

Osobe s ovim poremećajem ne odgovaraju na razumno uvjeravanje, bez obzira na razumno uvjeravanje, bez obzira na vlastitu dobrobit, a njihovo suprotstavljanje svim osobama od autoriteta, posebno roditeljima i nastavnicima, sveobuhvatno je i stalno. Uobičajene komplikacije su loš školski uspjeh i slaba socijalna prilagodba. Obično je taj poremećaj praćen i drugim neuropsihijatrijskim poremećajima (ADD, poremećaj raspoloženja ili anksioznost).

**DIJAGNOSTIČKI KRITERIJI**

Obrazac negativnih, neprijateljskih i prkosnih ponašanja koji traje najmanje šest mjeseci, tijekom kojih su prisutna četiri (ili više) od navedenih ponašanja:

* Razbješnjivost
* Svađanje s odraslima
* Prkošenje odraslima ili odbijanje pokoravanja njihovim zahtjevima ili pravilima
* Namjerno činjenje onoga što smeta druge ljude
* Okrivljavanje drugih za vlastite pogreške ili loše ponašanje
* Lako uzrujavanje i osjetljivost na postupke drugih
* Ljutnja i srdžba
* Zloba i osvetoljubivost bez očiglednog razloga
* Psovanje i govorenje prostota
* Nisko mišljenje o sebi

ŠTO VI MOŽETE UČINITI…

…KAO NASTAVNIK

* Uspostavite tim (timski pristup može pomoći uklanjanju sklonosti opozicionalnog djeteta da manipulira jednom osobom);
* Osmislite plan ( ako reagirate impulzivno, vaše će vas emocije pogrešno voditi u bavljenju s tom djecom. Dogovoreni i napisani plan bi trebao točno navoditi koja reakcija je prikladna za svaki obrazac ponašanja);
* Koristite pristup modifikacije ponašanja ( Nagrade i kazne trebale bi biti zajednički dogovorene i razmotrene imajući u vidu specifičnost temperamenta i ličnosti pojedinca. Za rad s opozicionim djetetom ne postoji jedinstvena formula);
* Reagirajte na način koji nije suprotstavljajući (Nefleksibilni nastavnici ili skrbnici, koji intenzivno emocionalno reagiraju, neće se uspjeti učinkovito nositi s ponašanjem opozicionalnog djeteta. Nastavnici će biti opetovano izazivani, i moraju naučiti sa svaki put duboko uzdahnu, opuste se i izbjegnu sukob. Potražite dodirne točke, a ako ih nema, stvorite ih);
* Provjeravajte priče (pojedinci koji pate od ovog poremećaja ne vide problem u sebi, već okrivljuju druge);
* Budite dosljedni (ključno je da vaša očekivanja budu dosljedna, posljedice kršenja pravila moraju se primjenjivati mirno i pravedno);
* Postavite prioritete
* Postavljajte specifične zahtjeve (kad nešto zatražite od opozicionalnog djeteta, morate biti jasni i specifični).

…KAO RODITELJ

* Razmotrite mogućnost psihoterapije
* Razmotrite uporabu prirodnih dodataka prehrani (To su prirodna sredstva za povišenje razine serotonina. Prije nego se odlučite za uporabu bilo kojeg dodatka, svakako se prvo posavjetujte sa svojim liječnikom. Kvalificirani nutricionist vam također može dati vrijedne savjete)
* Potičite tjelesnu aktivnost
* Promijenite prehranu( hrana bogata ugljikohidratima povećava proizvodnju serotonina, neurotransmitera koji je povezan s depresijom i anksioznošću).

Ako se konstruktivnim tretmanom poremećaja s prkošenjem i suprotstavljanjem ne započne dovoljno rano, problem kasnije postaje teži i povećava se vjerojatnost javljanja ozbiljnog poremećaja ophođenja.

Odmah poduzmite određene akcije kao asertivan ali nježan roditelj, nastavnik ili skrbnik. Budite čvrsti i dosljedni, no više od svega budite blagi i strpljivi.