



Razvoj pažnje kod djeteta

Razvoj pažnje kod djeteta je složen proces koji se odvija kroz nekoliko faza, a zahtijeva interakciju između bioloških, kognitivnih, emocionalnih i socijalnih čimbenika.



Pažnja je ključna za učenje i razvoj, a razumijevanje kako se razvija može pomoći roditeljima i odgajateljima da bolje podrže dijete u ovom procesu.

Razvoj pažnje je individualan i djeca napreduju različitim tempom. Razumijevanje faza i čimbenika može pomoći roditeljima i odgajateljima te nastavnicima da stvore podržavajuće okruženje za optimalan razvoj pažnje kod djeteta.



Faze razvoja pažnje

1. Nevoljna pažnja (od rođenja do oko 1. godine):

Novorođenčad i mala djeca uglavnom pokazuju nevoljnu pažnju, što znači da se fokusiraju na stimulse koji su snažni ili novi, poput glasnih zvukova ili svijetla. Njihova pažnja je kratkog trajanja i lako se može skrenuti.

2. Usmjerena pažnja (1-3 godine):

Kako dijete raste, počinje pokazivati veću sposobnost usmjeravanja pažnje na određene objekte ili aktivnosti. Iako je pažnja još uvek kratkog trajanja, djeca u ovoj dobi počinju se koncentrirati na zadatke koji ih zanimaju, poput igranja s određenom igračkama.



3. Selektivna pažnja (3-5 godina):

U ovoj dobi, djeca počinju razvijati sposobnost da selektivno usmjeravaju pažnju, odnosno da se koncentriraju na specifične aktivnosti ili informacije dok ignoriraju druge. Ovo je period kada djeca počinju učiti kako da blokiraju ometanja i fokusiraju se na zadatak.



4. Održiva pažnja (5-7 godina):

Tijekom predškolske i rane školske dobi, djeca razvijaju sposobnost održavanja pažnje na duži period. Ovo je važno za aktivnosti kao što su učenje, čitanje ili slušanje uputa. Sposobnost održavanja pažnje nastavlja se razvijati tijekom osnovne škole.

Razvoj pažnje kod djeteta



5. Podijeljena pažnja (7+ godina):

Kako djeca postaju starija, razvijaju sposobnost podijele pažnje između više zadataka istovremeno, kao što su slušanje učitelja dok pišu bilješke. Ovo je složenija forma pažnje koja se razvija tijekom kasnog djetinjstva i adolescencije.

Čimbenici koji utječu na razvoj pažnje

- Genetika, biološki faktori i razvoj mozga igraju ključnu ulogu u sposobnosti djeteta da usmjeri i održi pažnju.
- Okruženje: Okruženje u kojem dijete odrasta, uključujući nivo stimulacije, organizaciju i prisustvo ometanja, može značajno uticati na razvoj pažnje.
- Iskustva u ranom djetinjstvu: Kvaliteta interakcija s roditeljima, njegovateljima i vršnjacima može oblikovati pažnju djeteta.
- San i prehrana: Adekvatan san i pravilna prehrana su ključni za optimalno funkcioniranje mozga, uključujući i pažnju.



Kako podržati razvoj pažnje:



- Strukturirane aktivnosti koje zahtijevaju koncentraciju, kao što su slagalice, crtanje ili čitanje, može pomoći u razvoju pažnje.
- Minimiziranje ometanja: Smanjivanje broja distrakcija tijekom aktivnosti.
- Pohvale i ohrabrenje: Pozitivno osnaživanje kada dijete uspješno zadrži pažnju na zadatku može potaknuti dalje napredovanje.
- Vremenska ograničenja: Postavljanje vremenskih ograničenja za određene zadatke može pomoći djetetu razviti sposobnost održavanja pažnje u okviru tih granica.

Centar za djecu, adolescente i roditelje
za obavljanje zdravstvene djelatnosti
Dječja i adolescentna psihijatrija / Psihijatrija za odrasle

Ulica grada Vukovara 237B/1. kat, Zagreb
E-mail: centardar@gmail.com
Tel.: 098 319 834
Web: <https://centardar.com/>



Prvi pregled dječjeg psihijatra (za dob od 0 do 18 godina)
Kontrolni pregled dječjeg psihijatra
Psihoterapija za djecu i adolescente
Konzultacije/savjetovanje za roditelje
Hitan pregled dječjeg psihijatra (termin unutar 24 do 48 sati)

Klikom do termina
Naručivanje i informacije dostupne na poveznici u nastavku

Naručivanje
za dijete

Prijava
na newsletter

© Sva prava pridržana Centar za djecu, adolescente i roditelje - Centar DAR

Osim za osobnu uporabu, niti jedan dio ove publikacije ili dizajn ne mogu se reproducirati, prenositi ili koristiti u bilo kojem obliku ili bilo kojim sredstvima, elektronskim, mehaničkim, fotokopiranjem, snimanjem ili na drugi način, bez pisanog dopuštenja Centra DAR.