

UNIVERZITA PALACKÉHO V OLMOUCI

PEDAGOGICKÁ FAKULTA

Ústav speciálněpedagogických studií

Diplomová práce

Heinzová Markéta

Vztahové problémy žáků s ADHD na základní škole

Prohlašuji, že jsem diplomovou práci vypracovala samostatně pod odborným vedením doc. Mgr. Michal Růžičky Ph.D., a použila jen literaturu, kterou uvádím v příložené bibliografii.

Olomouc 2.1.2024

.....

Markéta Heinzová

PODĚKOVÁNÍ

Chtěla bych vyjádřit svou vděčnost všem učitelům, kteří mě provázeli až do mého pátého ročníku studia, díky nimž je možné napsat tuto závěrečnou práci. Zejména bych chtěla poděkovat vedoucímu práce, doc. Mgr. Michalu Růžičkovi Ph.D., za jeho ochotu, trpělivost, cenné připomínky, rady a čas věnovaný při vedení této diplomové práce. Během sběru dat pro praktickou část mi byl nápomocný 4.ročník na základní škole, který jsem uvedla jako anonymní, po dohodě s ředitelkou školy.

ANOTACE

Jméno a příjmení:	Markéta Heinzová
Ústav:	Ústav speciálněpedagogických studií
Vedoucí práce:	doc. Mgr. Michal Růžička Ph.D.
Rok obhajoby:	2024

Název práce:	Vztahové problémy žáků s ADHD na základní škole
Název práce v angličtině:	Relationship problems of pupils with ADHD in elementary school
Anotace práce:	Vztahové problémy žáků s ADHD na základní škole jsou velice časté a málokdo má s tímto onemocněním zkušenosti. Důležité je, vědět základní informace o ADHD, metody práce s dětmi, jak ve třídě tak i doma. Zjistit příznaky, které se s ADHD úzce spojují. Základem pro úspěšnou komunikaci s dítětem, které má ADHD je umět s ním komunikovat a vědět, jak se k těmto dětem chovat. Vědět jaká léčba je pro toto onemocnění nejpříjemnější.
Klíčová slova:	ADHD – porucha pozornosti s hyperaktivitou, ADD – porucha pozornosti bez hyperaktivity.
Anotace v angličtině:	Relationship problems among students with ADHD in primary school are very common and few have experience with this disease. It is important to know basic information about ADHD, methods of working with children,

	both in the classroom and at home. Identify symptoms that are closely associated with ADHD. The basis for being successful with a child who has ADHD is to be able to communicate with him and know how to behave with these children. Know what treatment is most acceptable for this disease.
Klíčová slova v angličtině:	Attention Deficit Disorder (ADD), attention deficit hyperactivity disorder (ADHD)
Přílohy vázané k práci:	4
Jazyk práce	Český jazyk
Rozsah práce:	63 stran

Obsah

ANOTACE	4
Úvod.....	1
1. ADHD A ADD	3
1.1 Vymezení pojmu ADHD	3
1.2 Vymezení pojmu ADD	3
1.3. Odlišnosti ADHD a ADD.....	4
1.4. příznaky ADD	4
1.5 Současná terminologie – ADHD, hyperkinetický syndrom.....	4
1.6Jakým způsobem ADHD vzniká	5
1.7.Klasifikace MKN pro ADHD	6
1.8. Kritéria pro ADHD v DSM-IV	7
1.9 Nejčastější mýty o ADHD a ADD	7
2. Projevy ADHD (triáda ADHD).....	9
2.1. Triáda ADHD	9
2.1.1 Porucha pozornosti.....	9
2.1.2 Hyperaktivita.....	10
2.1.3 Impulzivita	11
2.2. Vysvětlení dalších různých projevů ADHD	12
2.2.1. Chyby z nepozornosti.....	12
2.2.2. Nepořádnost	12
2.2.3 Zapomínání a nouzová improvizace místo plánování.....	12
2.2.4 Řečový projev	12
2.2.5. Nesprávný odhad v čase.....	13
2.2.6 Časté ztracení věcí	13
2.2.7. Vykřikování při výuce	13

2.2.8. Potíže se zařazením do kolektivu svých vrstevníků.....	14
3. Diagnostika a terapie.....	15
3.1. Diagnostikování ADHD	15
3.2. Terapeutické metody – pomocné	15
3.3. Psychoterapie	16
3.4. Behaviorální terapie	16
3.5. Rodinná terapie	16
3.6. Terapie hrou	16
3.7. Egoterapie	17
3.8. Dramaterapie	17
3.9. Muzikoterapie	17
3.10. Canisterapie.....	18
3.11. Hipoterapie.....	18
3.12. Arteterapie.....	18
4. Často se vyskytující poruchy, které ADHD doprovázejí	20
4.1. Asociální chování.....	20
4.2. Specifické poruchy učení	20
5. Komunikace mezi školou a rodinou.....	22
5.1. Nejčastější způsoby efektivní komunikace	22
6. Metody správného přístupu ve výchově rodiče k dítěti s ADHD	23
6.1 Nastavení základních pravidel	23
6.2. Pochvala.....	23
6.3. Pohyb a odpočinek	23
6.4 Místo pro oddech	24
6.5. Pomůcky.....	24
7. Metody správného přístupu učitele k žákovi s ADHD	25
7.1. Doporučená forma komunikace	25
7.2. Zamezit případnému rozptýlení	25
7.3. Organizace třídy	25
7.4. Podpora ze strany školního vedení.....	25

7.5. Seznámení se s dítětem i s jeho rodinou	26
8. Intervence dítěte ve škole.....	27
8.1. Prostředí	27
8.2. Učitel.....	27
8.3. Kázeň	27
8.4. Navazování vztahů se spolužáky	28
9. Stres u dítěte s ADHD	29
9.1. Správný vzor	29
9.2. Nalezení přátel	29
9.3. Podpora společného soužití a vzdělávání v mateřské a základní škole	29
10. Podpůrná opatření	31
10.1. Dělení PO do pěti stupňů	31
10.2. Podmínky pro školu	31
11. Individuální vzdělávací plán	33
11.1. Vyhláška č. 27/2016 Sb.	33
12. Asistent pedagoga	37
12.1. Kvalifikační předpoklady.....	37
12.2. Spolupráce s rodiči.....	38
12.3. Doporučení pro školu i rodiče.....	38
13. Metoda FIRST.....	39
13.1. Kontrolovaná zábava.....	39
13.2. Individualita a zájmy.....	39
13.3. Pravidla a rutina	40
13.4. Jednoduchost.....	41
13.5. Hospodaření s časem.....	41
14. Pomoc doma i ve škole	42
14.1. signál STOP	42
14.2. Podpora sdíleného života a vzdělávání na základní škole.	42
14.3. Třídní smlouva	42

15. Medikace využívaná k terapii poruchy pozornosti s hyperaktivitou (ADHD)	44
15.1. Psychostimulace.....	44
15.2. Antidepresiva	44
15.3. Stimulancia.....	44
15.4 Antidepresiva ze skupiny tricyklických antidepresiv	45
16. Vedlejší účinky jmenovaných léků	46
17. Výzkumná část	48
18. Případová studie.....	48
19. Triangulace.....	49
20. Charakteristika školy.....	49
21. Charakteristika chlapce s ADHD (chlapec A).....	50
22. Charakteristika chlapce s ADHD (chlapec B).....	50
23. Cíl výzkumu a cílové otázky.....	51
Otázky k rozhovoru pro pedagogického pracovníka (učitelka).....	51
Otázky k rozhovoru pro dva asistenty pedagoga	52
24. Rozhovor s učitelkou čtvrté třídy	53
25. Rozhovor s asistentem pedagoga 1	54
26. Rozhovor s asistentem 2	55
27. Pozorování	57
28. Sociometrický výzkum	60
29. Doporučené postupy pro zlepšení vztahů ve třídě	61
30. Vyhodnocení výzkumu.....	62
Závěr	63
Chlapec A	64
Chlapec B.....	64
Přílohy :.....	66
Použitá literatura :	70
Internetové zdroje :	72
Obrázky v příloze.....	73

Úvod

Téma pro diplomovou práci má název „Vztahové problémy žáků s ADHD na základní škole“. ADHD je často diskutovanou problematikou, jak ve školním prostředí, tak i mezi rodiči těchto dětí. Výchova jedince s touto poruchou vyžaduje citlivý přístup, nicméně s dostatečným povědomím a informovaností mohou blízcí účinně pracovat s příznaky, jako jsou neklid, hyperaktivita a impulsivita. V začátcích může takové chování vzbuzovat zájem spolužáků, avšak později může dítě s ADHD být i terčem šikany. Učitel, který není informován o této diagnóze, by mohl dítě brát spíše jako zlobivé, je tedy velice důležité, aby si sám učitel o této diagnóze něco nastudoval, aby věděl jak se k dítěti s touto problematikou chovat a jak k němu přistupovat.

Téma ADHD bylo vybráno z důvodu častého setkávání se s dětmi trpícími touto poruchou. Učitelé se často potýkají s náročností ve vedení těchto dětí, zejména pokud nejsou dostatečně informováni o ADHD jak by měli. Chování těchto dětí je impulzivní a obtížně předvídatelné, což může v mnoha případech vést k různým zraněním a nehodám. Špatným přístupem může být potlačení jejich pozitivních stránek a intelektu. Děti s ADHD mohou trpět nejen ve škole, ale i doma, jelikož jejich chování není vždy přijato jako porucha, ale spíše jako nevychovanost.

Cílem této práce, je poskytnout veškeré informace týkající se vztahových problémů dětí s ADHD na základní škole. Informace, které jsou poskytovány, mohou pomoci k jejímu lepšímu pochopení a porozumění dané problematice.

Struktura diplomové práce zahrnuje teoretickou a praktickou část. Teoretická část obsahuje terminologie ADHD, projevy ADHD a její triádu. Dále také obsahuje diagnostiku a terapii ADHD, správnou komunikaci mezi školou a také mezi rodiči, metody správného přístupu, intervenci, dále také IVP i s příkladem pro jeho správné vyplnění, popis asistenta pedagoga a další potřebné informace pro podrobné vysvětlení a dobré uchopení této diagnózy.

V praktické části budou formou případové studie zkoumáni dva žáci, kteří mají diagnostikováno ADHD. Tato praktická část bude formou rozhovoru a formou pozorování žáků na základní škole ve čtvrtém ročníku, a dále sociometrický výzkum, kde jsem zadala dvě otázky pro celou třídu. Cílem diplomové práce je, zjistit zda jsou žáci s ADHD společenšší k ostatním žákům, zda se chovají oba žáci stejně v daných situacích a jak projevují svoje emoce. V případě že jsou žáci s ADHD spíše nespolečenšší až agresivní ke svému okolí, navrhneme správné metody, jak tomuto jednání zabránit a doporučíme případná řešení. Na závěr je uvedeno porovnání těchto dvou chlapců, a popsány jejich odlišnosti od sebe.

Teoretická část

1. ADHD A ADD

1.1 Vymezení pojmu ADHD

Syndrom ADHD byl v dávnějších dobách spojovaný spíše s dětmi, a to se také odvíjelo i v odborné terminologii. Od 50. let minulého století bylo používáno označení lehká dětská encefalopatie (LDE), což byly děti hyperaktivní, neklidné a nepozorné. Někdy byly děti až moc pohyblivé a impulzivní. Tento termín byl používán pouze v dětské problematice.

Dále byl také termín lehká mozková dysfunkce (LMD), která se zaměřovala na děti s hyperaktivitou. Děti byly často neklidné a hůře se soustředily. Syndrom hyperaktivní neboli hyperkinetický byl spíše opakem hyperaktivity a nazýval se hypoaktivní neboli hypokinetický.

V této kategorii byly děti, které byly výrazně pomalejší a nedokázaly udržet tempo s ostatními, jak ve škole, tak i v každodenních aktivitách. Děti s tímto syndromem měly svůj svět, což vedlo k tomu, že měly problémy vnímat realitu a vnímaly jen to, co samy chtěly.

Až teprve přelomem sedmdesátých a osmdesátých let byly objeveny první zmínky o dosahu tohoto syndromu až do období adolescence a dospělosti. Z pedagogicko-psychologického pohledu a z hlediska legislativy byly, a také pořád jsou hyperaktivní a hypoaktivní syndromy vnímány jako specifické neboli vývojové poruchy chování. (SPCH, SVPCH) (Jucovičová, Žáčková, 2015).

1.2 Vymezení pojmu ADD

Porucha pozornosti, známá také jako ADD (Attention Deficit Disorder), se projevuje neschopností udržet přiměřenou pozornost na daný podnět po dostatečně dlouhou dobu. Typickými příznaky jsou nedostatečná pozornost, snadné unavení a nedostatek schopnosti dlouhodobého soustředění. Dítě se velice snadno začne nudit a nedokáže vydržet u jedné činnosti déle než by mělo. Největší obtíž se projeví, když musí u činnosti doma nebo při výuce v hodině udržet svoji pozornost. Další obtíže jsou také ty, že dítě s ADD nezvládá plnit úkoly v daném časovém úseku, hlavně z důvodu toho, že při dítěti vždy není dospělý a nedohlíží na něj. Také pokud není činnost, kterou má dítě vykonávat dost zábavná a často se opakuje. Tyto děti potřebují, aby byla práce rozdělena do kratších intervalů a aby měly na vše více času než ostatní děti, které nemají diagnostikováno ADD. (*EUC.CZ*. Online. 2023)

1.3 Odlišnosti ADHD a ADD

ADD a ADHD se liší v tom, že ADD je charakterizováno vývojovými obtížemi souvisejícími s operacemi vyžadujícími plánování, zaměření, udržení pozornosti, předvídání a také sebeovládání. Jde o poruchu, která je velice podobná ADHD, ale v určitých kritériích se liší. U ADHD se častěji projevuje hyperaktivita, impulzivita a také v neposlední řadě špatná soustředivost. Na rozdíl od ADHD u ADD není propojení s hyperaktivitou, ale stále se zde vyskytují obtíže s koncentrací a impulzivitou.

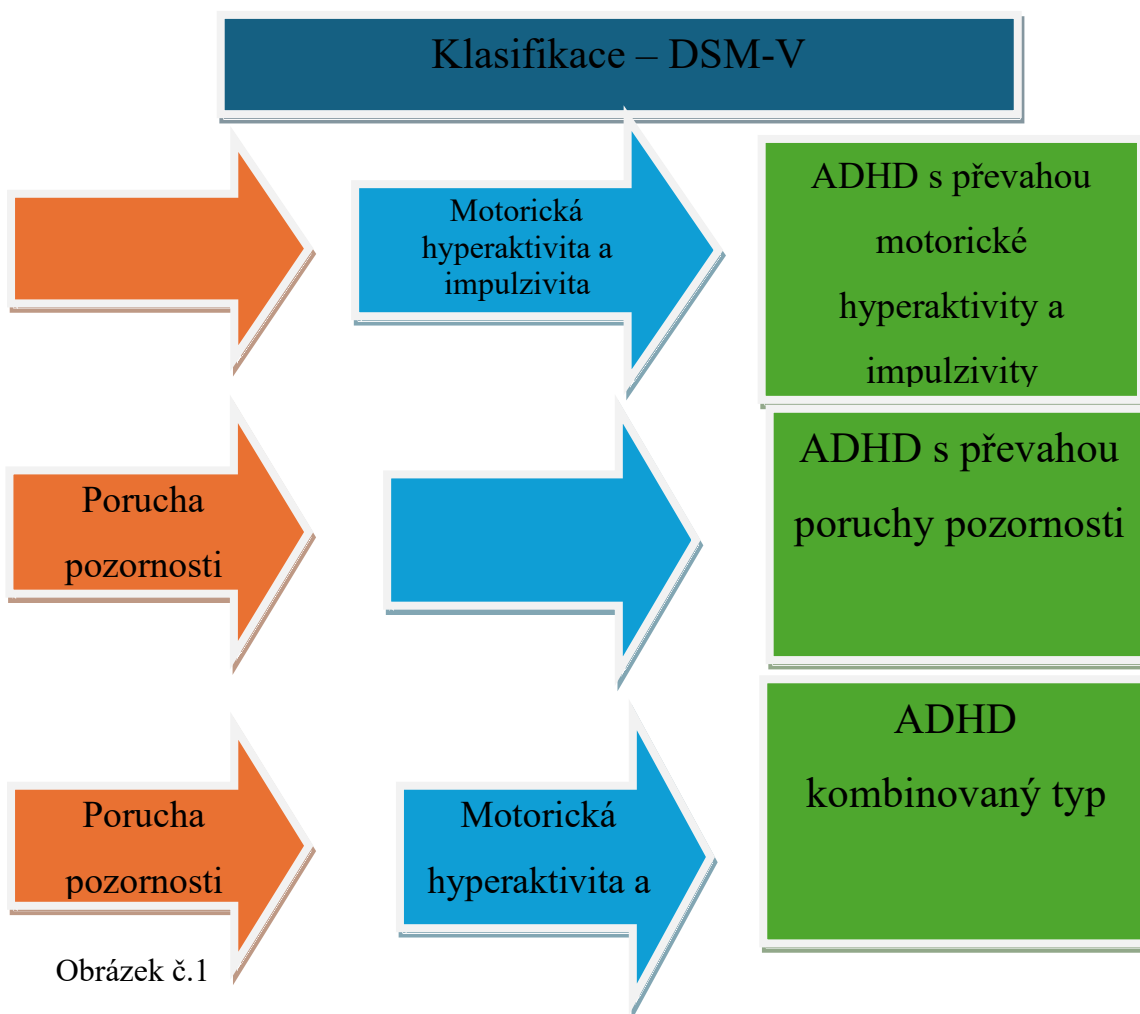
Odborníci často obecně označují poruchy pozornosti jako hyperkinetickou poruchu a zahrnují do ní obě skupiny příznaků. Nicméně je důležité rozlišovat tyto poruchy v pregnantní terminologii - i když jsou si velmi podobné, jedná se o dva odlišné zdravotní stavy. Jak bylo zmíněno, u ADD je hlavním problémem obtížnost zaměřit se na určitou činnost, zatímco u ADHD se jedná spíše o potíže s udržením pozornosti. ([EUC.CZ](#). Online. 2023)

1.4 příznaky ADD

U ADD se příznaky mohou projevovat již v dětství a často přetrvávají až do dospělosti. Ze začátku mohou být příznaky nenápadné a projevovat se mohou i s různě se kombinujícími skupinami symptomů. Musíme si tedy uvědomit, že tyto projevy nemusí vždy znamenat, že se jedná o ADD. Hlavními příznaky u této poruchy jsou potíže s koncentrací, roztržitost, ztráta osobních věcí, časté zapomínání, nedokončování domácích úkolů, zapomínání a také mají děti s touto poruchou potíže s organizací určitých činností. Dochází zde také k větším obtížím v sociálních vztazích a emocionální citlivosti. ([EUC.CZ](#). Online. 2023)

1.5 Současná terminologie – ADHD, hyperkinetický syndrom

Podle diagnostického a statistického manuálu duševních poruch v USA (původně DSM-IV, nyní DSM-V, viz obrázek č. 1) se od devadesátých let stále častěji používá termín ADHD – syndrom poruchy pozornosti s hyperaktivitou nebo bez ní (ADD – to je podle DSM-IV a DSM-V chápáno jako podtyp ADHD). Podle DSM-V se syndrom ADHD dělí do tří subtypů: ADHD s převažující poruchou pozornosti (dříve označovaný jako převážně nesoustředěný typ), ADHD s převažující motorickou hyperaktivitou a impulzivitou (dříve známý jako hyperaktivně impulzivní typ) a kombinovaný typ, který spojuje oba předchozí syndromy dohromady (Goetz, Uhlíková, 2009).



1.6 Jakým způsobem ADHD vzniká

ADHD znamená v angličtině „attention deficit hyperactivity disorder“, což v překladu do českého jazyka znamená „poruchu pozornosti s hyperaktivitou“. Syndrom ADHD je neurovývojový syndrom, který se projevuje jako oslabení nebo narušení funkcí, nebo také dysfunkcí v oblasti mozku spojením s takzvanými výkonnými funkcemi (Čermáková, Papežová, Uhlíková, 2013).

Tyto činnosti souvisejí se zaměřením nebo udržením pozornosti, nějakému plánování nebo také sebekontroly. Příčiny vzniku tohoto syndromu bývají bohužel často nejasné. Jako nejčastější příčina bývá uváděno difúzní poškození CNS (cévní nervové soustavy), které vzniká v období vývoje CNS. Většinou bývá příčinou tohoto poškození hypoxie, což je nízký příjem kyslíku, který může být i při porodu matky, kdy dítě nemá dostatečné množství kyslíku. Výzkumy, ale i dlouhodobou praxí bylo zjištěno, že hyperaktivní může být někdo

z rodiny například rodiče, prarodiče nebo i sourozenci. Studie ukazují, že hyperaktivita se častěji vyskytuje spíše u mužů nežli u žen.

Například může být otec hyperaktivní a matka měla během porodu zaznamenán nedostatek kyslíku u plodu.

Jako základní faktory vedoucí k vzniku syndromu ADHD můžeme uvést:

- Genetické faktory (60%)
- Škodlivé účinky během těhotenství, při porodu dítěte a v raném dětství (30%)
- Kombinace obou předchozích faktorů nebo nejasná etiologie (10%)

Kritéria uvedená v DSM (diagnostický a statistický manuál) jsou vnímány jako "mírnější" než u MKN, což vede k vyššímu výskytu jedinců s ADHD. (Drtílková, 2010).

1.7 Klasifikace MKN pro ADHD

Jedná se o skupinu poruch charakterizovanou brzkým nástupem, obvykle v prvních pěti letech života, projevující se nedostatečnou schopností vytrvalosti v činnostech, které vyžadují kognitivní úsilí, a tendencí k přecházení od jedné činnosti k druhé, aniž by byla jedna dokončena. Tyto děti také trpí dezorganizovanou, špatně regulovanou a nadměrnou aktivitou, často doprovázenou dalšími abnormalitami. Bývají neposedné, impulzivní a náchylné k úrazům, často porušují pravidla neuváženě než úmyslně. Jejich vztahy k dospělým bývají často narušené nedostatkem běžné opatrnosti a odstupu. Tyto děti nejsou mezi svými vrstevníky obvykle příliš oblíbené a mohou se stát izolovanými. Běžně trpí poruchami poznávacích schopností a zpožděním v motorickém a jazykovém vývoji. Sekundárními komplikacemi mohou být chování vykazující asocialitu a nízkou míru sebehodnocení. Tato kategorie poruch nezahrnuje:

- úzkostné poruchy (F41.–)
- (afektivní) poruchy nálady (F30–F39)
- pervazivní vývojové poruchy (F84.–)
- schizofrenii (F20.–)

(MKN-10 klasifikace. Online. 2023)

1.8 Kritéria pro ADHD v DSM-IV

A. Charakteristický syndrom trvající nejméně 6 měsíců, který objevuje nejméně 8 z následujících 14 symptomů, přičemž tyto projevy jsou tak výrazné, že neodpovídají očekávanému věkovému rozvoji jedince:

1. Nekontrolovatelná manipulace rukama, neustálé pohyby nohou nebo neustálé se vrtění na židli. V adolescenci je tato položka relevantní pouze tehdy, pokud jedinec vyjadřuje subjektivní pocity vnitřního nepokoje.
2. Obtížnost udržet klidné sezení na vyžádání.
3. Snadno se rozptylují.
4. Problémy s dodržováním pravidel ve hře nebo ve skupinových situacích, jako je vyčkávání na svůj tah.
5. Tendence odpovídat na otázky dříve, než jsou kompletně položeny (s častými chybami).
6. Obtížnost dodržování pokynů druhých osob, bez opozičního nebo negativního chování, například nedokončení úkolu.
7. Potíže s koncentrací, buď při úkolech, nebo při hře.
8. Velmi často nedokončují činnosti, které mají právě rozpracované.
9. Problémy hrát si tiše.
10. Nadměrná výřečnost, rychlé mluvení.
11. Časté přerušování ostatních nebo skákání do jejich řeči, jako například do her jiných dětí.
12. Často si myslíme, že neposlouchá, co po něm vlastně chceme a co mu bylo řečeno.
13. Opakovaná ztráta důležitých věcí do školy nebo pro domácí práce.
14. Častá účast na fyzicky nebezpečných činnostech, aniž by bralo dítě v úvahu možné následky, bez záměru hledat nebezpečí.

B. Tato porucha se obvykle začíná projevovat výrazněji před sedmým rokem věku.

C. Diagnóza nenaplní kritéria pro všeobecně rozšířené vývojové poruchy.

(Jucovičová, Žáčková, 2010)

1.9 Nejčastější mýty o ADHD a ADD

- Jeden z nejčastějších mýtů o ADHD a ADD je ten, že si většina lidí myslí, že tato porucha neexistuje. Lidé, kteří mají tento názor, mají velmi často pocit, že musí převzít roli vychovatele.

- Unavíme dítě co nejvíce, ono bude později klidnější. V tomto případě je pouze domněnka to, že při přetažení dítěte a větší fyzické námaze se dítě unaví, a projevy hyperaktivity samy zmizí.
- Některé děti, které mají ADHD a ADD se na tuto poruchu často vymlouvají, aby nemusely dělat činnost, která se jim zrovna nehodí. Rodiče také často využívají této nemoci k tomu, aby mělo jejich dítě úlevy v hodinách. Samozřejmě v mnoha případech dítě opravdu potřebuje pomoc, kterou poskytuje právě asistenta pedagoga.
- Pomocí léků chování dítěte nezměníte. U některých dětí se medikaci nedá bohužel vyhnout, ale není tomu tak ve všech případech. Medikaci, kterou doporučí lékař, by měl zákonný zástupce dítěte uposlechnout, jelikož některému dítěti tato medikace pomůže i lépe se soustředit.
- Posledním mýtem u ADHD je ten, že s věkem toto onemocnění odezní. Příznaky ADHD se s věkem pouze zmírňují, ale úplně nevymizí. Bylo dokázáno v průzkumech, že kolem 80 % adolescentů, kterým bylo ADHD diagnostikováno v dětství, mají stále různé obtíže. (HALUSKOVÁ, Veronika. *Brainmarket*. Online. 2023)

2. Projevy ADHD (triáda ADHD)

Samotné projevy ADHD se mohou lišit různými způsoby. Některé příznaky se mohou objevit u dítěte a některé se zase objevovat nemusí.

Projevy ADHD se výrazně liší a kombinují se různými způsoby. Proto se v některých případech objevují a v jiných ne jak bylo uvedeno výše. Síla těchto projevů kolísá, některé jsou výrazné a jiné méně výrazné. Projevy se vyvíjejí dynamicky, přičemž v průběhu různých fází dětského vývoje mohou některé znaky ustupovat, postupně slábnout, snižovat svou intenzitu, a jiné příznaky mohou přebírat významnější roli. Jako příklad může sloužit motorický neklid, který je v počátečních fázích vývoje patrný a intenzivní. V těchto případech se dítě nemůže udržet v klidu, neustále vstává, běhá nebo projevuje neklidný pohyb a často dokonce padá ze židle.

S postupem času dochází k uklidňování a přechází se do fáze mírného psychomotorického neklidu, což znamená, že je dítě skoro nepostřehnutelné. Šoupá nebo pohupuje nohama, když sedí na židli, mne si ruce a má neustále pocit, že neví, co by si s rukama měl počít. Stále si s rukama hraje nebo musí neustále držet něco v ruce.

Syndrom ADHD se může v průběhu dětského vývoje náhle změnit. Je to ovlivněno výchovným nebo terapeutickým vedením dítěte nebo také zráním CNS. V následujících kapitolách se zaměříme na samotnou triádu tohoto syndromu a popíšeme si základní informace, co vlastně tyto projevy znamenají. Po jednotlivém popsání triády ADHD si také vysvětlíme různé další projevy ADHD, které už nejsou hlavními projevy, ale jsou spíše takovou zajímavostí a nejsou moc časté. (Kendíková, 2019)

2.1 Triáda ADHD

2.1.1 Porucha pozornosti

Pro děti s ADHD je typickým projevem chování roztěkané, nesoustředěné a nepozorné. Dají se velice snadno rozrušit jakýmkoliv podnětem, když zrovna vykonávají nějakou činnost.

Tato skupina dětí má problémy s rozeznáním, co je pro ně klíčové, a co naopak není. Taktéž se potýkají s obtížemi výběru toho, co je skutečně důležité, například pro efektivní zapamatování ze široké škály podnětů. Všechny informace se jim jeví jako důležité nebo podstatné.

Děti trpící hyperaktivitou jsou často nazývány jako děti, které jsou netrpělivé. Úlohy, které jsou dlouhé, nebo jim byly špatně vysvětleny a tudíž vyžadují nějakou delší dobu soustředění a větší trpělivost při plnění, radši nedokončí, nebo je ani nechtějí vykonávat. Často také reagují špatně na případný neúspěch z vykonané práce a někdy reagují i agresivně nebo přehnaně. (Žáčková, Jucovičová, 2017)

Autoři také například (Paclt, 2007) uvádějí, že problém dítěte trpící hyperaktivitou spočívá nejen v tom, že je dítě roztěkané nebo se nechá často rozptýlit vedlejšími vjemy, ale také je to v nedostatečné stimulaci, kdy u dítěte může dojít i k celkovému narušení výkonu při plnění některých úkolů. Dítě si často vybírá spíše ty „zajímavější“ úkoly, a často tak dochází k narušení pozornosti. Jeho pozornost se soustředí na cokoli, co je pro něj zajímavější, jako je například zajímavější úkol v pracovním sešitě, než ten co zrovna zadala paní učitelka. Dalším problémem je také vytrvalost. Musíme dítě dostatečně motivovat k provádění činnosti a vždy pozitivně přistupovat k plnění jeho úkolů.

Naopak ale také autoři (Vágnerová, 1999) nějakým způsobem spojují koncentraci pozornosti s hyperaktivitou a kolísáním výkonnosti a se zvýšenou unavitelností nebo nižší tolerancí k zátěži. Narušení schopnosti pozornosti u dětí má špatný vliv například na poruchy paměti, myšlení a řeči, percepčně-motorické poruchy.

Narušení pozornosti má nepříznivý vliv na všechny kognitivní procesy (u hyperaktivních dětí jsou zaznamenány percepčně-motorické poruchy, poruchy paměti, myšlení a řeči). Nepravidelný a nesoustavný pohyb ve schopnosti koncentrování pozornosti má také negativní dopad na samotný výkon dítěte, což ovlivňuje jak schopnost učení, tak jejich výkon nemůže nebo není v souladu s jejich skutečnými schopnostmi.

Nepravidelný a nesoustavný pohyb ve schopnosti koncentrace pozornosti může mít také negativní dopad na určitý výkon těchto dětí, a tím ovlivňuje i schopnost správného učení, kdy jejich výkon není adekvátní k jejich schopnostem.

2.1.2 Hyperaktivita

Hyperaktivitu charakterizujeme jako nepřiměřenou míru hlasové či motorické aktivity. Jsou zde charakteristické motivy, které dítě využívá jako potřebné nebo nezbytné, což je například neustálé se vrtění v lavici, pocit vnitřního neklidu a pohyby, které neodpovídají zadanému pokynu nebo celkové situaci a jsou tak bezúčelné. Ve verbálním projevu neboli v řečovém se hyperaktivita projevuje často skákáním do řeči druhému, dítě až moc mluví a

nepustí ke slovu nikoho jiného, nebo také vydává podivné zvuky jako například brumlání.(Paclt, 2007)

Train (2001) také zdůrazňuje, že mezi základní projevy hyperaktivity u dětí patří také neustálý pohyb, jak v lavici tak i mimo ni. Dítě se neustále vrtí, skáče, schválně padá ze židle, nebo také v neposlední řadě rádo pošťuchuje ostatní děti, aby na sebe upoutal pozornost ostatních, ale neuvědomuje si, že to ostatní může rušit.

Psychomotorický neklid je pohybový projev, který znamená, že celé tělo je v pohybu. Naopak jemný psychomotorický neklid jsou drobné pohyby rukou či nohou. Dítě bývá většinou v nějakém napětí a to nejen fyzickém, ale i psychickém, což znamená, že dítě je popoháněno k neustálé aktivitě. U těchto dětí často dochází k větší impulzivitě. Snaží se dostat ke slovu rychleji než ostatní.

Hyperaktivita bývá často zaznamenávána jako nějaká změna úrovně dané aktivity, kde se vyskytuje větší aktivita CNS. Úroveň aktivity zůstává stále větší a neexistuje zde žádná útlumová reakce jako například při únavě, což znamená, že i když je dítě unavené, i potom stále vykazuje nějakou aktivitu a neustále má potřebu se někam přesouvat nebo stěhovat. (Vágnerová, 1999).

I přesto, že je dítě unavené nebo nespokojené, nedokáže nějak přerušit činnost, kterou právě vykonává. Dítě má neomezenou energii, jeho nervový systém si nemyslí totéž a je tak velmi často přetížen, proto nedokáže vnímat únavu jako takovou a neumí si určit, kdy by mělo naopak odpočívat. Stále zde přetrvává takzvaná aktivace organismu. (Kendíková, 2019)

2.1.3 Impulzivita

Impulzivita je popisována jako nějaká reakce, kdy dítě špatně nebo vůbec nepřemýšlí. Jeho jednání je velice „zbrklé“ a často vůbec nerozmýšlí co, nebo jaké může mít toto jednání následky. Koná ihned a bez jakéhokoliv zaváhání, aniž by si uvědomovalo, že to pro něj může být až nebezpečné. Z počátku těmto dětem chybí zachování sebekontroly.

Jedná se tedy o nedostačující útlum chování v reakci s nějakými situačními požadavky. Dítě tak projevuje nadměrnou impulzivitu, což se často nedá žádným způsobem nějak ubrzdít. Aniž by děti počkaly, na dokončení instrukce, ihned reagují, i když vlastně neví, co se od nich předpokládá v dané situaci. Raději vykonávají činnosti, ve kterých mají ihned nějakou odměnu a nevyžadují tolik úsilí.(Paclt, 2007)

Porucha pozornosti, hyperaktivita a impulzivita jsou považovány za základní projevy syndromu ADHD.

2.2 Vysvětlení dalších různých projevů ADHD

2.2.1 Chyby z nepozornosti

Velice často se setkáváme u dětí s ADHD s tím, že dělají často právě chyby z nepozornosti. Například když píše diktát, zapomenou čárky nad písmeny nebo za větou. V matematice zapomenou vypočítat klidně i celý příklad, ale ne kvůli tomu že jim tento příklad nejde, ale kvůli tomu, že nedávají pozor a jednoduše příklad přehlédnou. Zapomenou si ve škole zaznačit domácí úkol a doma už si nevzpomenou, že vlastně nějaký měly (někdy si i samy nechtějí vzpomenout, že nějaký úkol dostaly). (Goetz, Uhlíková, 2009)

2.2.2 Nepořádnost

Rodiče mají s tímto projevem velice časté potíže a neví co si s dětmi počít. Doma mají nepořádek, v sešitech mají nepořádek, neustále mají skrčené rohy od sešitů a spousty dalších věcí. Oblečení také nemají v pořádku, když je rodiče do školy vypraví čisté a v neroztrhaném oblečení, děti docela často domů chodí například se špinavým oblečením, někdy to bývá i rozkousané triko nebo pastelky. Organizovanost u těchto dětí ale není něco, co by se mohly naučit. (Train, 1997)

2.2.3 Zapomínání a nouzová improvizace místo plánování

Zapomínání u dětí i dospívajících má také velký vliv do budoucna. Když dostanou děti nějaký úkol, mnohdy jej ani nesplní. Plánování některých aktivit je také velice obtížné a načasovat si nějakou akci, nebo naplánovat například oslavu je náročné. Hodně často musí improvizovat a pro ostatní v jejich okolí je tato improvizace komplikací. Děti s ADHD zapomínají školní pomůcky jako je například pravítko, a do sešitu podtrhují buď zapůjčeným od spolužáka, nebo nepodtrhují vůbec a čekají, až za ně situaci vyřeší učitel. V kolektivu působí jako nespolehlivé a těžko se s nimi spolupracuje při nějaké společné práci. (Goetz, Uhlíková, 2009)

2.2.4 Řečový projev

Když si samy děti vyberou nějaké téma, o kterém chtějí hovořit, jde jim řečový projev lépe, než když dostanou například obrázek a mají k němu vymyslet příběh. Řečový projev není zcela plynulý a nedokážou odpovědět na otázky, které jim jsou položeny. Často nad

těmito otázkami dlouho přemýšlejí, až vlastně zapomenou, jak otázka zněla, a jak by na ni měly v daný okamžik odpovědět. (Goetz, Uhlíková, 2009)

2.2.5 Nesprávný odhad v čase

Vnímání času je pro děti s ADHD velice složitá záležitost, a vysvětlování jedné věci stále dokola ještě složitější. Rodiče často popisují, že jejich děti s ADHD mají takzvaný zhoršený smysl pro čas.

U těchto pacientů bylo zjištěno, že schopnost uvědomovat si nějaký delší časový úsek v časové ose je menší. Například, když se dítě zdrželo na hřišti s kamarády o 10 minut déle, ale maminka na něj čeká doma už hodinu a bojí se, že se dítěti něco stalo. Je dokázáno, že děti s ADHD mají nepřesný odhad v trvání aktuální aktivity. Proto jim dělá problém vytvořit reálný časový plán. (Train, 1997)

2.2.6 Časté ztrácení věcí

Ztráta školních pomůcek také trápí zejména rodiče, kteří neustále kupují nové učebnice a sešity, ale také mobilní telefony nebo klíče od jejich domu. Tvrdí, že si děti věci neváží, že neznají jejich hodnotu. Tato hodnocení ale nejsou správná. Děti s poruchou pozornosti často zapomenou, kam vlastně své věci odložily. Důvodem totiž není to, že by si děti věci nevážily, ale jejich nepozornost a také roztržitost. Děti ztráta věcí mrzí, ale protože nemají kontrolu nad sebou samým, je pro ně tato situace velice obtížná. Rodiče mohou mít dojem, že jim ztráta věcí nevádí, ale neměli by se za to trestat, pouze zkusit připomínat, jak jsou tyto věci důležité. (Train, 1997)

2.2.7 Vykřikování při výuce

Učitelé tvrdí, že děti s ADHD často v hodinách vykřikují, aniž by byly vyvolány. Je to opět projev impulzivního chování. Každé dítě ví, že když se přihlásí a chce říci odpověď například k nějaké otázce, kterou učitel položí, musí se přihlásit. U dítěte se syndromem ADHD můžeme očekávat, že dříve než se přihlásí, ze sebe jako první rychle vyhrkne odpověď, což může některé děti i rozzlobit. Není to z důvodu, že by si chtělo udělat nepřítele, ale zkrátka v tom jednom okamžiku mu vůbec nedojde, že se musí nejdříve přihlásit, když chce mít slovo. (Goetz, Uhlíková, 2009)

2.2.8 Potíže se zařazením do kolektivu svých vrstevníků

Nepřátelé si může dítě s ADHD udělat i více způsoby. Již ve školce může mít dítě pár „dětských“ nepřátel, což se může stát i tím, že vezme nějakému dítěti hračku bez úmyslu mu ji vzít schválně. Pokud se snaží dítěti s ADHD někdo hračku vzít, brání se i strkáním do jiného dítěte a je v některých situacích agresivní. V rozhovoru ze sebe často dostanou něco neslušného nebo urážlivého, ale potom toho litují. Bohužel ze sebe vychrlí vše bez rozmyslu a uvážení toho, co by to mohlo mít později za následky. Rodiče si potom stěžují, že dítě s ADHD je nevychované. Tyto děti velice těžko oddělují osobní a věcnou stránku. (Train, 1997)

3. Diagnostika a terapie

Určení diagnózy u dětí s ADHD není vždy až tak snadné. V současnosti zatím neexistují žádné správné diagnostické testy, které by přesně zjistily tuto poruchu, jelikož se symptomy liší i věkem nebo také mohou záviset na podmínkách samotného jedince.

Například se může stát, že se dané symptomy ADHD mohou překrývat s jinými. I přesto, že by se dané symptomy překrývaly, je ale velice nutné udělat diagnostiku pro zahájení správné terapie a reedukace. Prvotní impulzy nejdříve přicházejí spíše ze strany rodičů. Poté, co se rodiče shodnou například s učitelem, jsou problémy dále řešeny s odborníky pro tuto oblast. Nejdříve se radí ve školských poradenských zařízeních jako je například pedagogicko-psychologická poradna, nebo speciálně – pedagogické centrum, dále také střediska výchovné péče, a v neposlední řadě i zdravotnická zařízení. Odborníci na diagnostiky jsou například psychologové, psychiatři, neurologové, speciální pedagogové. (Munden, Arcelus, 2006)

3.1 Diagnostikování ADHD

Diagnostikování ADHD probíhá v několika bodech. V prvním bodu je to přehled o dřívějších potížích dítěte, dále pokračujeme psychiatrickou a lékařskou anamnézou, tělesným vyšetřením a dalšími informacemi, které máme například ze školy nebo od daného lékaře, logopeda, oftalmologa či foniatra. Dále jsou také objektivní výkonné testy, které jsou vytvořeny Gordonovým diagnostickým systémem. (Munden, Arcelus, 2006)

3.2 Terapeutické metody – pomocné

Jógová cvičení

Jóga představuje jednu z relaxačních technik, která zdůrazňuje sebekontrolu a koncentraci. Cvičení jógy spočívá v harmonizaci ducha a těla, což může pro mnohé představovat nejen způsob cvičení, ale i životní filozofii či styl. Během cvičení jógy se aktivně pracuje s různými svalovými partiemi, které se následně uvolňují, což má za cíl prohloubit porozumění vlastnímu tělu. Jóga není zacílena na dosahování vysokého výkonu, ale spíše na napodobení různých pozic, jako jsou například pštros, jeřáb nebo strom ve větru, čímž se podporuje celková harmonie těla a mysli. (jogadnes.cz., 2021)

3.3 Psychoterapie

Když odborník provede diagnostiku dítěte, doporučí několik terapeutických metod a postupů, které by měly být nápomocny. Snaha vybrat nejvhodnější kombinaci technik je proces, který požaduje určitý čas a péči. Jak je určitě známo, každé dítě má jiné potřeby nebo i jiné problémy. I odborník, který má vzdělání pracuje s duševním zdravím klienta, nemůže vždy slíbit úspěch pro každý případ. Každá léčba je dána individuálně. (Train, 2001)

3.4 Behaviorální terapie

Behaviorální terapie je zakládána na principu využití učení k dosažení pozitivních reakcí a daných vzorců chování. Terapeut pracuje s pacienty v konkrétních situacích, které se vyskytují v běžném životě například dítěte, a snaží se dítěti pomoci porozumět mu a naučit je vyvarovat se problémům, které jsou představovány v každodenním životě. (Munden, Arcelus, 2006)

3.5 Rodinná terapie

Problémy s ADHD většinou považují terapeuti za problém, který se týká celé rodiny nejen dítěte.

„Nehledají obvykle příčiny, ale soustřeďují se na zlepšení komunikace a porozumění mezi členy rodiny s cílem pomoci jim najít vlastní řešení problému, které ADHD a jiné okolnosti způsobily. Tato metoda je zejména vhodná v rodinách, kde problémy plynou z nejasné a nejednoznačné komunikace, a v rodinách, kde jsou vztahy mezi jednotlivými příslušníky rodiny napjaté nebo se bortí“ (Munden , Arcelus, 2006).

3.6 Terapie hrou

Terapii prostřednictvím hry lze charakterizovat jako odborný a záměrný přístup k využití herních prvků s účelem usměrnit chování, myšlení a emoce člověka správným směrem. Herní terapeut, známý v této souvislosti, má za úkol péči nejen o nemocné dítě hospitalizované, ale také o jeho rodiče. Tento terapeut vytváří prostředí pro hru, analyzuje hru dítěte a často se zapojuje do různých rolí a postav. Herní specialisté poskytují své služby v různých prostředích, jako jsou ambulance, lůžková oddělení, JIP, a dokonce i v domácnostech. (Müller, 2005)

3.7 Ergoterapie

Ergoterapie je obor zdravotnictví, který se zaměřuje na pomoc lidem s různými typy postižení. Tento druh terapie je vhodný pro lidi všech věkových kategorií a využívá specifické metody diagnostiky a léčby. Hlavním cílem ergoterapie je podpora dosažení co největší míry samostatnosti a nezávislosti, přičemž se zároveň snaží přispět k celkovému zlepšení života klienta a podpořit jeho aktivní přístup a začlenění do společnosti. Metody ergoterapie zahrnují diagnostické, terapeutické a preventivní přístupy. Diagnostické postupy slouží k identifikaci případného postižení nebo rizika handicapu prostřednictvím analýzy funkčních schopností. Terapeutické techniky pak pomáhají stanovit a hodnotit cíle terapeutického plánu, který je zaměřen na zvýšení soběstačnosti a nezávislosti klienta. Preventivní opatření jsou zaměřena na prevenci vzniku postižení. Ergoterapie se provádí v různých zařízeních, jako jsou ambulantní centra, lůžková oddělení, rehabilitační a lázeňská zařízení, léčebny pro dlouhodobě nemocné, ústavy sociální péče, speciální školy a další. (Müller, 2005)

3.8 Dramaterapie

Dramaterapie je forma terapie s důrazem na léčbu a vzdělávání. Je založena především na skupinových aktivitách a využívá různé divadelní a dramatické techniky k úlevě od problémů a k podpoře rozvoje osobnosti a sociální integrace. Během dramaterapie se uplatňuje široká škála metod a pomůcek, jako jsou zvukové obrazy, charakterizace postav, kostýmy, malované obrazy, deníky, dopisy, fotografie, pantomima, videozáznamy, simulace, role-playing, a mnoho dalších. (Müller, 2005)

3.9 Muzikoterapie

Muzikoterapie je součástí skupiny expresivních terapií, které využívají hudbu jako prostředek k terapii a léčbě. Její aplikace je široká a zahrnuje oblasti jako psychoterapie, fyzioterapie, neurologie, péče o zdraví, porodnictví, speciální pedagogika a další. Tato terapie je vhodná pro lidi všech věkových kategorií a řeší různé druhy problémů. Muzikoterapie může být buď aktivní, kdy se klient zapojuje do hudebních aktivit, nebo receptivní, kdy se terapie zaměřuje na poslech hudby. Má mnoho pozitivních účinků na různé oblasti, včetně pozornosti, motoriky, emocí, sociální interakce, chování, komunikace, učení a relaxace (Bedřich, 2024)

3.10 Canisterapie

Canisterapie je jednou z metod zooterapie, která využívá přítomnost psa k terapeutickému účinku. V širším smyslu se canisterapie týká situace, kdy pes žije s rodinou a tím se stává nedílnou součástí domácího prostředí, poskytujíc terapeutické benefity. V užším slova smyslu se canisterapie zaměřuje specificky na využití psa při terapeutických sezeních. Pes může pomoci vytvořit vztah mezi terapeutem a klientem a podporovat klientův rozvoj a stimulaci. Existují dvě hlavní metody v rámci terapie za účasti psa. Jedna z nich je terapie za účasti psa, která se zaměřuje na spontánní interakce mezi psem a klientem bez přesně stanovených cílů. Druhou metodou je terapie pomocí psa, která má definované cíle a výsledky jsou objektivně měřitelné. (Müller, 2005)

3.11 Hipoterapie

Jezdecká terapie, známá také jako hipoterapie, je komplexní terapeutický přístup využívající interakci s koněm k ovlivnění člověka. Tento typ terapie je aplikovatelný v širokém spektru postižení a úrovni zdravotního stavu. Hipoterapie působí jak na fyzickou, tak na duševní a sociální stránku člověka. Existují různé druhy hipoterapie, včetně rehabilitace, léčebné pedagogicko-psychologické práce a sportu pro osoby s postižením a rekreačního ježdění. Při rehabilitaci se klade důraz především na fyzioterapii, která je zaměřena na pacienty s problémy v držení těla, rovnováze a koordinaci. Jízda na koni stimuluje tělo trojrozměrným pohybem podobným chůzi a pomáhá uvolňovat svaly. Terapie je vždy prováděna pod dohledem zkušeného terapeuta a dalších asistentů, aby se zajistila správná fixace pacienta a minimalizovala se rizika. Léčebně pedagogicko-psychologické ježdění se zaměřuje na psychoterapii a socioterapii, obzvláště vhodnou pro klienty s psychiatrickými potřebami a děti ve speciální pedagogické péči. Posledním typem je sport pro osoby s postižením a rekreační ježdění, které pomáhá s integrací jedince do společnosti. Hipoterapie má mnoho využití v oblasti prevence, rehabilitace, psychoterapie, pedagogiky, socioterapie, psychomotorické facilitace a rekreace. (Müller, 2005)

3.12 Arteterapie

Terapie skrze umění, známá jako arteterapie, klade důraz na proces tvorby, a ne na samotný výsledek uměleckého díla. Arteterapie může zahrnovat širokou škálu uměleckých forem, jako je hudba, poezie a divadlo, ale v užším smyslu se často omezuje na terapii prostřednictvím výtvarného umění. Existují dva hlavní způsoby aplikace arteterapie -

individuální a skupinová. Individuální terapie se zaměřuje na klienta a terapeuta, a je vhodná pro ty, kteří potřebují individuální pozornost. Skupinová terapie nabízí rychlejší sociální učení a podporu mezi účastníky, ale může být náročnější na řízení a poskytování individuální péče. Arteterapie je často využívána pro řešení rodinných problémů, kde mohou být použity metody jako kresba rodinného stromu. Tato forma terapie je užitečná pro lidi s různými postiženími a nemocemi, a arteterapeuti pracují v různých zdravotnických zařízeních.

Cíle arteterapie zahrnují individuální aspekty, jako je uvolnění a sebepožívání, stejně jako sociální aspekty, jako je komunikace a zapojení se do skupiny. Arteterapie může také využívat různé testy, jako je kresba lidské postavy, aby lépe porozuměla klientovi. (Šicková podle Müllera, 2005)

4. Často se vyskytující poruchy, které ADHD doprovázejí

V tomto oddílu se zaměříme na specifické poruchy učení u dětí s ADHD (například dyslexie, dysgrafie, dyskalkulie atd.). Tyto poruchy často doprovázejí ADHD a představují další výzvu pro děti s tímto stavem ve školním prostředí. Nejprve je důležité upřesnit, co vlastně znamená pojem "porucha". Porucha je komplexní proces, který může pochopit a řídit pouze kvalifikovaný odborník. Většina odborníků se domnívá, že chování dětí s poruchou se liší od chování ostatních dětí tím, že projevy poruchy jsou závažnější, trvalejší a mají větší sociální dopad. (Drtílková, 2007)

4.1 Asociální chování

Narušené sociální chování a neposlušnost nejsou neobvyklé ani u pětiletých dětí, ale častěji se objevují v pozdějším věku, obvykle na začátku puberty. Tento typ chování je častější u chlapců než u dívek. U dívek se častěji vyskytují projevy jako lhaní, absentování ze školy nebo útěky z domova, zatímco u chlapců se častěji vyskytují konflikty, drobné krádeže, vandalství a podobně. Definice pojmu "porucha" je komplexní a vyžaduje odborné vysvětlení. Většina odborníků se shoduje, že chování dětí s poruchou se od chování ostatních dětí liší tím, že je závažnější, dlouhodobější a má větší negativní dopad na sociální interakce.

(Třesohlavová a kol., 1986)

I když agresivní chování není přímo hlavním příznakem ADHD, často se u této poruchy vyskytuje. Agresivita může mít různé formy. Někdy se projevuje otevřeně v podobě fyzických útoků na jiné osoby, zatímco jindy se projevuje skrytějším způsobem, jako jsou podvody, lhaní, vandalství a krádeže. (Drtílková, 2007)

4.2 Specifické poruchy učení

- **Dyslexie** - Specifická vývojová dyslexie je charakterizována obtížemi ve vzdělávání přesahujícími běžné postupy, při zachování přiměřené inteligence a sociokulturních příležitostí. Může být způsobena poruchami, často s konstitučními příčinami.
- V literatuře, zejména německé, se můžeme setkat s různými termíny jako legasthenie (dyslexie), grafasthenie (dysortografie a dysgrafie), slovní slepota a hluchota, specifická porucha čtení a psaní nebo bradylexie.
- Dyslexii nelze chápat pouze jako izolovanou poruchu čtení a pravopisu. Má sociální dopady, které ovlivňují celou osobnost. Schopnost čtení a psaní jsou základem

vzdělání a jejich nedostatečné ovládní může vést k omezenému příjmu informací a špatnému výkonu ve škole. (Zelinková, 2006)

- **Dyskalkulie** - Dyskalkulie je definována jako porucha matematických dovedností spojená s genetickými nebo perinatálními faktory, která ovlivňuje určité oblasti mozku zodpovědné za vývoj matematických funkcí. Tato porucha nemusí nutně postihovat všechny matematické dovednosti, ale může se projevovat sníženou úrovní určitých matematických schopností v porovnání s ostatními kognitivními funkcemi.
- **Dyspinxie** - Dyspinxie je porucha spojená s vývojem kreslení, která často souvisí s diagnostikou ADHD. Tato porucha se projevuje především narušením vizuomotorických funkcí, které mohou ovlivnit jak vizuální vnímání (dysgnozie), tak motorické schopnosti (dyspraxie), stejně jako jejich integraci. (Munden, 2002)

5. Komunikace mezi školou a rodinou

Mezi klíčové předpoklady úspěšného vzdělávání žáků s ADHD spadá efektivní komunikace mezi školou a rodinným prostředím žáka. Je důležité, aby mezi školou a rodinou bylo partnerství, a aby společně budovaly vzájemnou důvěru. Pro podporu žáků s těmito specifickými potřebami je tato komunikace mezi školou a rodinou velice zásadní. (Reifová, 2010)

5.1 Nejčastější způsoby efektivní komunikace

- **Osobní kontakt** – Třídní schůzky jsou nejčastější pro osobní kontakt mezi rodičem a učitelem. Učitel může navrhnout i pravidelné konzultace se zákonným zástupcem, ale v případě vážnějších problémů může dohodnout schůzku i dříve po domluvě s učitelem. Pokud dítě využívá asistenta pedagoga, je možné konzultovat s rodiči i denně prostřednictvím právě asistenta pedagoga. (Reifová, 2010)
- **Elektronická komunikace** – v dnešní době existují pro žáky elektronické žákovské knížky, kde se mohou dozvědět, kdy budou psát nějaký písemný test nebo kdy probíhají třídní schůzky. Jako další pro elektronickou komunikaci mezi školou a rodiči jsou také emaily. (Kendíková, 2019)
- **Písemná komunikace** – po domluvě s rodiči může mít žák zavedený sešit, kam mu učitel nebo asistent pedagoga může zapisovat různě připomínky nebo úkoly, aby na ně žák s ADHD nezapomněl. Můžeme také využít graficky upravené listy, kam si žák může například zapisovat své sebehodnocení. Tyto listy si můžeme uschovat, a později se na ně podívat a zjišťovat tak vývoj žákových potřeb. Díky těmto listům lze velice dobře nastavit efektivní motivační systém. (Kendíková, 2019)

6. Metody správného přístupu ve výchově rodiče k dítěti s ADHD

Pokud se snažíme o správnou výchovu dítěte s ADHD je velice důležité přistupovat k dítěti individuálně a s ohledem na jeho specifické potřeby. Každý rodič by měl s dítětem komunikovat srozumitelně a vše vysvětlit jasně tak, aby dítě pochopilo, co se od něj očekává. V domácnosti je vhodné stanovit si určitá pravidla, která by měla být dítětem dodržována. Když dítě tyto pravidla dodržuje, je možné dostávat za dodržení odměnu a v opačném případě i trest za jeho porušení. Cílem této výchovy je podpora dítěte v ovládnání a kontrolování svého chování. (Antonínová, 2016)

Rodiče jedince s ADHD by se měli snažit co nejvíce sebevzdělávat, aby poruše svého dítěte co nejvíce porozuměli. Vhodné je také účastnit se různých vzdělávacích kurzů a chodit do podpůrných skupin. Rodič by se měl co nejvíce bránit komunikace formou křiku, v tomto případě by se mohla situace spíše zhoršit. (Yarney, 2014)

6.1 Nastavení základních pravidel

Tyto děti potřebují mít dané nějaké hranice. Základní pravidla, která by se měla dodržovat. Tím, že se dítě učí nějakým pravidlům a zásadám, se také učí tyto pravidla dodržovat například i mimo domov. (Antonínová, 2016)

6.2 Pochvala

Dítě je díky své roztěkanosti velice často napomínáno. Může se stát, že bude mít nízké sebevědomí, a proto je dobré, když dítě napomeneme, říci také něco kladného, co udělalo dobře. I ve škole by měl učitel dbát na to, aby dítě s ADHD nenapomínal častěji, než ostatní žáky. (Antonínová, 2016)

6.3 Pohyb a odpočinek

Děti s ADHD bývají takřikajíc nezastavitelné, proto musíme dbát na to, aby po větším výkonu měly možnost nějakým způsobem k relaxaci. Jak již bylo zmíněno výše, děti často ani samy neví, že jsou unavené, a vydají se ze svého maxima. Ve škole je to složitější, jelikož musí sedět v lavici, proto by se na konci hodiny měly děti protáhnout nebo si trochu zacvičit, aby alespoň trochu relaxovaly a uklidnily se. (Antonínová, 2016)

6.4 Místo pro oddech

Oddechový koutek je místo, které by mělo být určeno pro nějaké uklidnění v daných situacích. Když je dítě příliš agresivní nebo neklidné, zaleze si do svého koutku, kde se uklidní. Pokud ale nedojde ke zklidnění, měl by rodič s dítětem promluvit a vysvětlit mu, co se smí a co zase ne. Toto místo pro oddech by mělo být i ve škole mimo třídu.(Yarney, 2014)

6.5 Pomůcky

Můžeme vytvořit různé lepící tabulky na celý týden, kde dáváme například zamračené nebo usměvavé obrázky, při splnění nebo nesplnění dané činnosti. Dítě tak má přehled co už za daný den udělalo správně, a co naopak musí další den nebo další týden zlepšit. (Antonínová, 2016)

7. Metody správného přístupu učitele k žákovi s ADHD

Tyto metody mohou pomoci učitelům vytvořit správné prostředí, ve kterém se budou cítit žáci s ADHD podporováni a budou moci dosáhnout lepších výsledků.

7.1 Doporučená forma komunikace

Pravidelné komunikování s rodiči o chování dítěte s ADHD je velice důležité. Můžeme tak předejít potencionálním konfliktům mezi žáky. Pokud je dítě již při příchodu do školy podrážděné, je velice pravděpodobné, že nebude dávat pozor během výuky a bude nesoustředěné. (Yarney, 2014)

7.2 Zamezit případnému rozptýlení

Učitel by měl posadit jedince s ADHD na místo, kde je nejméně rušivých elementů. Jedinec by neměl sedět u okna, nebo také v blízkosti žáků, kteří jej mohou snadno rozptýlit. Jako nejlepší řešení je, aby seděl jedinec s ADHD v lavici sám. Pokud to ale není možné, protože je ve třídě mnoho žáků, měl by sedět s žákem, který je nejméně problémový. (Yarney, 2014)

7.3 Organizace třídy

Při organizaci ve třídě je užitečné používání kontrolních seznamů a plánovacích listů, jelikož mohou žákům pomoci. Jestliže máme ve třídě žáka, který je nadaný, posadíme jej vedle jedince s ADHD, aby nadaný žák mohl pomoci žákovi s ADHD. V nejlepším případě je skvělé využívání práce například ve dvojicích nebo ve skupinkách. Dítě s ADHD by mělo mít více času než ostatní žáci při dokončování písemných testů nebo úkolů.

Antistresový míček pro dítě s ADHD je také vhodnou pomůckou při vyučování, protože se dítě lépe soustředí na výklad učitele. Učení zábavnou formou je nejlepší způsob, jak si žáci zapamatují například důležité informace. (Jenett, 2013)

7.4 Podpora ze strany školního vedení

Je zásadní, aby mělo vedení školy povědomí o charakteristikách a strategiích pro práci s dětmi trpícími syndromem ADHD. Tímto způsobem lze poskytnout podporu i učitelům, kteří s těmito žáky pracují. Pro úspěšné vzdělávání žáků s ADHD je klíčová efektivní komunikace mezi školou a rodiči. V případě, že není možno rodiče kontaktovat, nebo kdy

jsou jejich návštěvy ve škole sporadické a nepravidelné, může být užitečné uzavření dohody mezi rodiči a školou. (Rief, Sandra F., 2010)

7.5 Seznámení se s dítětem i s jeho rodinou

Začátek úspěšného vztahu mezi učitelem a dítětem s ADHD spočívá ve vzájemném pochopení a respektu. Každé dítě s touto poruchou je jedinečné, což se projevuje nejen v jeho sebehodnocení a stresových reakcích, ale i v sociálním prostředí a vnímání rodinné podpory. Rodiče potřebují pravidelnou komunikaci s učitelem, která by měla zahrnovat informace o akademickém pokroku dítěte, jeho úsilí, sociálním chování a výchovných otázkách. Důležité je podporovat pozitivní stránky dítěte, aby se rodiče necítili zahlceni problémy. Respektování rodiny a vzájemný zájem o blaho dítěte jsou klíčové. Eskalace konfliktu mezi dítětem a dospělými musí být předcházena, a komunikace mezi školou a rodinou by neměla směřovat k hledání viníka, protože by to mohlo blokovat efektivní pomoc dítěti s ADHD. (*Inkluze v praxi*. Online. 2018)

8. Intervence dítěte ve škole

Až při nástupu na základní školu, se projevy a charakteristické rysy pro ADHD značně zvětší. Je to tím, že pro dítě je nástup do první třídy nový, jako například prostředí a jiný vyučující učitel než v mateřské škole. Je možné, že bude mít stejné spolužáky v první třídě jako v mateřské škole (pokud nepřestoupí z jiného místa), ale to nic nemění na faktu, že prostředí a učitel budou změněny, proto je tento nástup do školy pro děti s ADHD složitější.

Ve škole má dítě více povinností, proto se může stát, že se bude cítit ohrožené. Je důležité, aby bylo dítě s ADHD dostatečně chváleno, a aby se snažil učitel předvídat problémy, které by v dané situaci mohly nastat. (Train, 1997, 2001).

8.1 Prostředí

Ve třídě by nemělo být příliš mnoho žáků, protože mnoho žáků znamená více hluku, a to by mohlo mít nepříznivý vliv na jedince s ADHD, ale také na jedince, kteří ADHD nemají. Třída by neměla být vymalována příliš křiklavými barvami, aby to nevyrušovalo žáka s ADHD, což se také může stát, ačkoliv se jedná jen o jinak vymalovaný prostor třídy. Prostředí celé třídy by mělo působit útulně a harmonicky, aby se v něm žáci cítili bezpečně. (Train, 1997,2001, Pokorná, 2001, Riefová, 2007).

8.2 Učitel

Pozice učitele není zcela jednoduchá, a pokud má učitel například 20 dětí, a nemá asistenta pedagoga, ne vždy může předvídat nějaký problém. Je ovšem nezbytné, aby měl učitel všechny informace o žákovi s ADHD, nebo se snažil nějakým způsobem dovzdělávat. Měl by respektovat soukromí a požadavky, se kterými se žák s ADHD svěřil. Učitelé, kteří žáky s ADHD vyučují, by měli mezi sebou komunikovat a sdělovat si zážitky z hodin, zda bylo dítě aktivní nebo naopak agresivní. (Riefová, 2007)

8.3 Kázeň

Samozřejmě jako v každé škole nebo ve školském zařízení by měla být dodržována určitá kázeň a měla by se dodržovat i určitá pravidla. Dodržování kázně dodává žákům pocit jistoty a bezpečí. Kázeň je pro žáky velice důležitá. Využíváním odměn za správnou kázeň také dosáhneme značně dobrých výsledků, ale ani s odměnami se to nesmí přehánět.

V opačném případě, kdy je kázeň porušena je udělen trest nebo jiné výchovné opatření podle závažnosti porušení kázně. Musíme ale brát v potaz hlavně to, že dítě s ADHD za své chování mnohdy nemůže a jeho trest je tedy nepřiměřený, proto je nejlepší vždy nejdříve vyslechnout žákův motiv, co ho vlastně k porušení kázně vedlo, a případně navrhnout další řešení situace. (Matějček, 2000)

8.4 Navazování vztahů se spolužáky

Dítě s ADHD má mnohdy spíše více nepřátel než přátel. Některým žákům se může zdát dítě s ADHD otravné jen tím, že vykřikuje odpověď, když je vyvolán jiný žák, který se hlásil. Učitel by se měl snažit co nejvíce zapojovat do výuky práci ve dvojicích nebo ve skupinkách. Pro dítě jsou vztahy ve třídě velice důležité. Když jsou ve třídě dobré vztahy a dobrý a empatický učitel, jde všem žákům učení lépe a ve třídě vzniká i příjemná atmosféra. (Train, 1997, Pokorná, 2001, Riefová, 2007)

9. Stres u dítěte s ADHD

Každý rodič chce, aby jeho dítě nemělo příliš velký stres a nebyl na něj vytvářen žádný nátlak. Klíčem k tomu je rozvoj sociálních dovedností u dětí, které jim umožní účinně zvládat různé situace v souladu s jejich věkem a stupněm vývoje.

Děti s nedostatečně vyvinutou sociální kompetencí mohou upoutat pozornost svým nápadným chováním ve škole, v mateřské škole, doma nebo při volnočasových aktivitách. Některé z těchto dětí mohou vykazovat impulzivní chování, mít problémy s čekáním na svůj řád, dodržováním pravidel, vyžadovat nadměrnou pozornost, často vyvolávat konflikty a snadno se dostávat do hádek a sporů. (Palcl, 2006)

9.1 Správný vzor

Děti se učí především podle dobrých vzorů. Dospělí mohou svým pozitivním přístupem významně přispět k rozvoji sociálních dovedností u dětí. Rodič by měl být vzorem v sociálním chování, protože svým pozitivním chováním dítěti ukazuje, jak jednat s ostatními lidmi, projevovat jim úctu, respektovat je, nabízet pomoc a podporu, sdílet své pocity a vyjadřovat svá přání.

Je důležité, aby rodiče dětem také vysvětlovali, jak se v daných situacích chovají a proč. Například když zvedneme hlas a křičíme, proč jsme to vlastně udělali a co jsme si uvědomili, že jsme mohli udělat jinak. (Palcl, 2006)

9.2 Nalezení přátel

Kromě sledování a napodobování dospělých se děti přirozeně učí sociálním dovednostem při interakci s ostatními dětmi a v praxi zkoumají, jak řešit konflikty a neshody. Zapojení do tzv. vrstevnických skupin (skupin dětí stejného věku) představuje důležitou a významnou součást formování a učení se v dětství a v dospívajícím věku. Být respektován a oblíben mezi svými vrstevníky je klíčovým prvkem pro sebedůvěru a osobní rozvoj. (Palcl, 2006)

9.3 Podpora společného soužití a vzdělávání v mateřské a základní škole

Je důležité s dětmi probírat, jak vzácné je mít dobré přátele. Zkuste si s dětmi říci, jaké vlastnosti by měl mít opravdový kamarád, jak se takový kamarád hledá nebo jak dosáhnout toho, aby byli společnými přáteli. Vysvětlete si také, co je to tým nebo týmový hráč. Mluvte

s dětmi o pravidlech pro společné hraní a setkávání. Vytvořte si například udělování bodů fair-play za obzvláště pozitivní sociální chování. Pro představu dětem uveďte příklad jako třeba: Petr byl velice ochotný pomoci svému spolužákovi najít v knize odstavec, ve kterém se právě ztratil, aby mohl pokračovat Sebastián ve čtení. (Winter, 2018)

10. Podpůrná opatření

Žáci se zvláštními vzdělávacími potřebami mají nárok na bezplatné poskytování různých podpůrných opatření, která jim pomáhají překonávat překážky ve vzdělávání. Tyto opatření jsou zajišťována školami a školskými poradenskými zařízeními a jejich aplikace vždy respektuje individuální potřeby každého dítěte. Mezi možnosti podpory, které poskytují základní a střední školy žákům se speciálními vzdělávacími potřebami, patří:

- Poradenská a pedagogická pomoc ze strany školy a školských poradenských zařízení.
- Úpravy v organizaci, obsahu, formách a metodách vzdělávání a školních služeb, aby lépe vyhovovaly potřebám jednotlivých žáků.
- Poskytování kompenzačních pomůcek, speciálních učebnic a materiálů, využívání různých komunikačních systémů pro neslyšící a hluchoslepé osoby a alternativních způsobů dorozumívání.
- Individuální plán vzdělávání přizpůsobený potřebám každého žáka.
- Možnost využití asistenta pedagoga k podpoře v učebním procesu. (Michalík, Felcmanová a kol. 2015)

10.1 Dělení PO do pěti stupňů

Podpůrná opatření jsou rozdělena do pěti stupňů podle jejich pedagogické, organizační a finanční náročnosti. První stupeň podpůrných opatření mohou poskytovat mateřské školy bez nutnosti doporučení ze strany školského poradenského zařízení. Pro opatření druhého až pátého stupně je doporučení školského poradenského zařízení nezbytné. Před podáním těchto opatření je vždy nutný písemný souhlas zákonného zástupce dítěte. (Michalík, Felcmanová a kol. 2015)

10.2 Podmínky pro školu

Školy jsou povinny zajistit určité podmínky pro vzdělávání žáků, kterým byla přiznána podpůrná opatření. Konkrétně se jedná o:

- Použití diferencovaných a individualizovaných přístupů při organizaci výukových aktivit a stanovení obsahu, metod a forem výuky.
- Plné uplatňování všech předepsaných podpůrných opatření pro žáky.

- Možnost upravit délku vyučovacích hodin pro žáky se speciálními vzdělávacími potřebami nebo provést úpravy ve struktuře vyučovacího plánu, pokud je to odůvodněné.
- Pravidelné formování hodnocení vzdělávání žáků se speciálními potřebami.
- Aktivní spolupráce se zákonnými zástupci žáků, odborníky ze školního poradenského pracoviště a dalšími odborníky v případě potřeby spolupráce s odborníky z jiných oblastí mimo školství. (Michalík, Felcmanová a kol. 2015)

11. Individuální vzdělávací plán

Individuální vzdělávací plán slouží jako podpůrné opatření, které slouží jako podpora pro vzdělávání dětí, žáků a studentů se speciálními vzdělávacími potřebami nebo s mimořádným nadáním.

IVP by měl tvořit třídní učitel ve spolupráci s dalšími pedagogy a také se školským poradenským zařízením. Jde o důležitý dokument, který naplňuje žákovi speciálně vzdělávací potřeby. Je zpracováván vždy na jeden školní rok. IVP je podpůrné opatření 2. až 5. stupně. Ne vždy je IVP žákovi přidělen. Pokud vše funguje a žák pracuje dobře i bez IVP, není nutno jej mít a školské poradenské zařízení tedy může určit doporučení vzdělávání bez IVP. To však ale také neznamená, že škola studentovi nedává žádnou podporu. (Kendíková, 2019)

11.1 Vyhláška č. 27/2016 Sb.

Vyhláška č. 27/2016 Sb., o vzdělávání žáků se speciálními vzdělávacími potřebami a žáků nadaných, v platném znění, stanovují náležitosti individuálního vzdělávacího plánu.

V souladu s nimi by tento plán měl obsahovat následující prvky:

- Identifikační údaje žáka
- Údaje o pedagogických pracovnících, kteří mají dítě s IVP na starosti a kteří jej vyučují
- Údaje o veškerých úpravách vzdělávacího obsahu
- Údaje o časovém a obsahovém rozvržení vzdělávání
- Veškeré informace o úpravách metod a forem výuky
- Úprava výstupů vzdělávání
- Jméno pedagogického pracovníka školského poradenského zařízení, se kterým škola při poskytování podpůrných opatření dítěte spolupracuje. (Kendíková,2019)

Příklad pro vyplnění IVP:

INDIVIDUÁLNÍ VZDĚLÁVACÍ PLÁN

Jméno dítěte:	
Datum narození:	
Bydliště:	
Název školského zařízení:	
Oddělení:	
Školní rok:	

ŠPZ, které vydalo doporučení pro IVP:	
Kontaktní pracovník:	
Školská poradenská, zdravotnická a jiná zařízení, která se podílejí na péči o dítě	Dětský psychiatr Klinický psycholog Klinický logoped

Rozhodnutí o povolení vzdělávání dítěte dle IVP ze dne:	
Zdůvodnění:	- Co bylo diagnostikováno na základě speciálně-pedagogického centra a vyhodnocení plánu IVP

Priority vzdělávání a dalšího rozvoje dítěte (cíle IVP) -podrobně rozepsány viz. níže:	- Cílem IVP je mírnit špatný dopad na specifické obtíže s výukou. - Hlavní je uplatňovat pravidla práce s dítětem s ADHD
Předměty, jejichž	- Podpůrná opatření ve všech předmětech

výuka je realizována dle IVP:	
--------------------------------------	--

Podpůrná opatření (specifikace stupňů podpůrných opatření)

Stupeň podpůrných opatření:	- stupeň podpůrného opatření
Metody výuky (pedagogické postupy):	- Jak budeme postupovat při výuce s dítětem, které má poruchu ADHD - například budeme zařazovat krátké přestávky, relaxaci - zařazovat činnosti s pohybem - poskytovat více času při plnění úkolů atd..
Úprava očekávaných vzdělávacích výstupů:	- očekávané výstupy jsou dle ŠVP (školní vzdělávací plán)
Organizace vzdělávání:	- Žák se zúčastňuje výuky podle daného rozvrhu - Musíme ale zohledňovat, že žák může mít zvýšenou unavitelnost
Způsob zadávání a plnění úkolů:	Dohlížení nad vedením „úkolníčku“. Dohlížení na žáka při zadávání úkolů, zda je dobře pochopil.

Způsob ověřování vědomostí a dovedností:	Písemná forma – učitel nebo asistent pedagoga pomáhá s vysvětlováním látky k lepšímu pochopení Ústní forma – Když žák odpoví na otázku „nevím“ musíme se snažit otázku vysvětlit znovu, ale v jiném znění.
Hodnocení dítěte:	Můžeme volit slovní hodnocení nebo procentuální vyjádření hodnocení.
Pomůcky a učební materiály:	- Pomůcky a učební materiály, které jsou určeny pro jedince s ADHD.
Další podpůrná opatření:	Jsou například práce se třídou, kde se budují vztahy mezi žáky. Zde spolupracuje učitel se školní psycholožkou.
Personální zajištění	Asistent pedagoga podává často zpětné vazby při vyučování, hledá

úprav průběhu vzdělávání:	řešení při obtížných činnostech pro žáka s ADHD, má dohled na chodbách v době přestávek. Výchovný poradce komunikuje s rodiči při výukových obtížích. Školní psycholog musí spolupracovat s třídním učitelem, pokud jsou problémy týkající se klimatu ve třídě. A v neposlední řadě i speciální pedagog, který cvičí s žáky paměť a efektivní práci s textem, vizuomotorická cvičení nebo také nácviky jak správně koncentrovat pozornost.
Spolupráce se zákonnými zástupci dítěte:	Rodiče se zúčastňují pravidelných schůzek s výchovným poradcem, asistentem pedagoga, terapeutem a také s třídním učitelem. Účelem těchto schůzek je vyhodnocení plnění cílů IVP, pomoc při organizaci v domácí přípravě a konzultace ohledně komunikačních dovedností

IVP zpracován dne:	Datum, kdy se IVP zpracovávalo
---------------------------	--------------------------------

Osoby zodpovědné za vzdělávání a odbornou péči o dítě:	Jméno a příjmení:	Podpis:
Třídní učitelky:		
Pracovník školského poradenského zařízení:		
Ředitelka ZŠ a MŠ:		
Zákonný zástupce dítěte:		
Asistent pedagoga:		

(Kendíková, 2019, st. 41)

12. Asistent pedagoga

Asistent pedagoga je pedagogický pracovník, který má přiřazené jedno či více žáků a má za úkol se jim věnovat a pomoci jim se školními činnostmi.

Při vytváření pracovních povinností pro asistenty pedagogů se respektují směrnice poradenského zařízení, které určují obsah jejich práce. Rozhodnutí o tom, zda bude asistent zaměřen pouze na přímou pedagogickou činnost (jako je práce s dětmi nebo jejich zákonnými zástupci), nebo zda bude kombinovat přímou pedagogickou činnost s nepřímou (jako jsou konzultace s učiteli, příprava na výuku atd.), je v kompetenci ředitele. Nepřímá pedagogická činnost musí tvořit minimálně 10 % celkového pracovního úvazku asistenta.

Asistenti již nemají rozhodovací pravomoc ohledně přijetí dítěte se speciálními potřebami do školy, naopak jsou povinni vytvořit pro ně vhodné podmínky. Náplň práce asistenta pedagoga je představena a poskytnuta již při nástupu do zaměstnání v tištěné podobě jako součást pracovní smlouvy. Znat tuto náplň by měli i učitelé, kteří s asistenty pracují, aby s učitelem konzultovali vše, co budou v hodinách dělat a jak bude jejich spolupráce probíhat. (Uzlová, 2010)

Rozsah a povaha podpory poskytované dítěti jsou stanoveny v jeho individuálním vzdělávacím plánu (IVP), který je speciálně přizpůsoben jeho potřebám. Proto je důležité, aby náplň práce asistenta pedagoga vycházela z obsahu tohoto individuálního plánu a aby byl asistent seznámen s jeho obsahem a pracoval s ním, i když se nepodílel přímo na jeho vytvoření. Je na něm primárně, aby se individuálním vzdělávacím plánem zabýval.

(Uzlová, 2010)

12.1 Kvalifikační předpoklady

Mezi pedagogické pracovníky školy patří každý asistent pedagoga, jak již bylo výše zmíněno.

Proto musí naplňovat stejně jako učitelé určité obecné požadavky. Přesněji jsou tyto požadavky uváděny v platném znění zákona č. 563/2004 Sb., o pedagogických pracovnících a o změně některých zákonů, v § 3 odst. 1. Mezi ně patří odborná kvalifikace pro přímou pedagogickou činnost, kterou vykonává, bezúhonnost, zdravotní způsobilost, plná způsobilost ke všem právním úkonům a v neposlední řadě také prokazatelná znalost českého jazyka. (Kendíková, 2019)

Asistenti pedagoga s maturitou a odpovídajícím pedagogickým vzděláním mají možnost vykonávat pokročilejší úkoly. Mezi tyto úkoly patří konkrétně pedagogická podpora ve třídách se speciálními vzdělávacími potřebami nebo ve školách s integrovanými žáky.

Naopak asistenti pedagoga s nižším vzděláním a absolvovaným kurzem pro asistenty pedagoga mohou provádět tzv. pomocné výchovné práce ve škole nebo v školském poradenském zařízení. (Kendílková, 2019)

12.2 Spolupráce s rodiči

Spolupráce rodičů s asistentem pedagoga je velice důležitá, protože jde převážně o komunikaci mezi rodičem a asistentem k danému žákovi. Asistent by měl rodiče informovat o prospěchu ale i neúspěchu dítěte, dávat rodičům dítěte doporučení, jak mají s dítětem postupovat v domácí přípravě, informovat je o jeho chování v průběhu dne a udělit pochvalu nebo naopak trest. Rodiče by také měli zpětně reagovat na příslušné informace, které jim asistent sděluje každý den. (Uzlová, 2010)

12.3 Doporučení pro školu i rodiče

Vedení školy by mělo ke všem asistentům pedagoga přistupovat stejně jako i k ostatním pracovníkům školy a nemělo by mezi nimi dělat žádné rozdíly. Asistent pedagoga by měl mít jasně stanovenou náplň práce a dobré uchopení pracovní smlouvy. Asistentům pedagoga se často uzavírá smlouva na dobu určitou, jelikož podpůrná opatření pro některé žáky jsou jen na určitý čas, a proto jsou často udělovány smlouvy pro asistenta buď na rok nebo na dva. Přestože je asistent pedagoga například jen k jednomu dítěti je vhodné, aby byl asistent představen jak celému školnímu sboru, tak i rodičům žáků ve třídě, kde asistent působí. Nevhodné však je dosadit na místo asistenta pedagoga například rodiče žáka s ADHD nebo jakéhokoliv příbuzného. Rodiče by si měli uvědomit, že asistent pedagoga není sluha pro jejich dítě, nýbrž pedagogický pracovník. Měli by komunikovat s asistentem pedagoga otevřeně a objektivně. Rodiče dítěte musí s asistentem plně spolupracovat a hned na začátku školního roku se domluvit jak s dítětem pracovat v jakých situacích, aby byli sjednoceni. (Carter, 2014)

13. Metoda FIRST

Tuto metodu vymyslela Cheryl R., Cartier. Metoda je určena hlavně pro děti s ADHD a je určena hlavně k tomu, aby děti měly nějaký řád a dodržovaly pravidelný režim. Metoda FIRST znamená v anglickém překladu fun, individualism, rules, symplicity, time management. V českém překladu se jedná o zábavu, individualitu, pravidla, jednoduchost a hospodaření s časem. V dalších kapitolách bude vysvětleno, jak tato metoda funguje. (CARTER, Cheryl R., 2014)

13.1 Kontrolovaná zábava

Každé dítě, a dokonce i dospělý má rád zábavné činnosti nebo zábavu samotnou. Práce může být také zábavná, je to pouze otázka vnímání. Děti s ADHD mají taktéž rádi zábavné činnosti, ale pro ně už musí být určeny pevnější hranice. Jsou velmi impulzivní a je lepší, když je třeba dospělí usměrnují. Tyto děti bývají velice často zahlceny všemi různými podněty nebo se mohou rozrušit ve společenských situacích. Například i oslava narozenin s kamarády může pro dítě s ADHD vyústit v katastrofu. Proto se zábava musí vždy odehrávat podle pravidel, které rodiče nebo starší člověk vysvětlí před samotnou zábavou. Pokud dosáhneme spojení každodenních činností se zábavou, pomůžeme tím dětem i po citové stránce a také jim současně pomáháme udržovat nějaký řád. Je velice důležité jedince s ADHD udržovat co nejvíce v pohybu, jelikož se mohou začít hodně brzy nudit. Můžete si zpívat, když se pustíte do úklidu hraček, vymyslet si samy podle nějaké písničky svoji vlastní písničku, nebo dítěti pustit jeho oblíbenou písničku k úklidu. Po dokončení úkolu slibte dítěti nějakou odměnu. Jedinec s ADHD by měl mít přesně stanoveny, co do úklidu patří a jak má přesně postupovat. Pokud dítě nebude mít stanovená pravidla pro úklid hraček, je možné že po spuštění hudby bude spíše tancovat než vykonávat činnost, která mu byla udělena. Později až bude dítě tuto aktivitu ovládat můžete si zahrát například hru, která se jmenuje „reklama“. Při sledování nějaké pohádky nebo filmu v průběhu reklamy půjdeme do pokoje a uklidíme co nejvíce hraček na své místo, než začne zase oblíbená pohádka nebo film. Kdo bude dříve zpět na pohovce, než reklama skončí, ten vyhrává. (CARTER, Cheryl R., 2014)

13.2 Individualita a zájmy

Jako druhý krok metody FIRST je adaptovat organizační přístupy pro každé dítě individuálně. Děti trpící poruchou pozornosti mají často vysokou míru kreativity. Poslouchání

jejich myšlenek a zájmů může výrazně usnadnit proces, šetřit čas a energii. Například pokud má dítě rádo dinosaury, je vhodné pořizovat sešity, tužky a další potřeby s tímto motivem. Tím se snižuje riziko ztráty těchto věcí, neboť se pro ně stanou důležitými. Pokoj lze také rozdělit na různé zóny podle jejich účelu, jako jsou čtecí kout, učební prostor, místo pro hudbu, rukodělné aktivity a hry. Dobré také je koupit například úložné boxy a ukládat do nich část hraček. Je to hlavně z důvodu toho, že pokoj je uklizenější, ale hlavně dítě nemá kolem sebe tolik hraček k rozptýlení.

Zohledněte zájmy dítěte. Po uspořádání dětského pokoje by mohly mladší děti potřebovat týdenní nebo dokonce denní seznam úkolů, aby udržely pořádek.

Většina dětí touží po dospělosti, a tak pokud vysávání považujete za úkol pro dospělé, mohou chtít i děti vysávat. Pokud chcete, aby dítě bralo tento úkol jako výsadu, je důležité neprojevat negativní pocity k tomuto úkolu. Dítě se tímto způsobem učí pozitivnímu přístupu, a může se stát, že se vám vysávání začne líbit. (CARTER, Cheryl R., 2014)

13.3 Pravidla a rutina

Stanovte pravidla a harmonizujte je s ostatními dvěma aspekty – zábavou a individualitou. Dítě, které se neustále zabavuje a vyjadřuje svou osobnost, by mohlo být neresppektující. Je důležité, aby i takové děti měly pravidla. Ta jim poskytují ochranu a prostor k experimentování s pocitem svobody a péči rodičů. Pro děti s ADHD je navíc klíčové mít pevný a pravidelný režim.

Pravidla pro naše děti by měla být jednoduchá a logická. Odměny hrají významnou roli při posilování požadovaného chování. Když si dítě dobře uklidí školní aktovku odměníme jej za to. Ne vždy s tímto tvrzením rodiče souhlasí, aby se dítě často odměňovalo za práce, které jsou samozřejmostí. Odměna ale není napořád a je spíše krátkodobá, než si dítě na danou činnost zvykne a později se například stane i úklid v aktovce jako návyk.

Udržení dobré rutiny je prospěšné pro každého, kdo se do ní aktivně zapojuje, včetně nás samotných. Je obecně známo, že náš denní harmonogram by měl odpovídat našim individuálním i profesním cílům; jinak hrozí, že naše chování uvízne v režimu neustálého řešení krizí. Když se ocitneme v krizovém režimu, často se snažíme rychle reagovat na aktuální problémy, a zapomínáme tak plánovat dlouhodobě.

Je důležité naplánovat si den do detailu, avšak zároveň poskytnout i trochu volného času. Zařazení radostných aktivit do našeho denního rozvrhu v pravidelných intervalech může motivovat děti k plnění i těch méně oblíbených úkolů. Nedílnou součástí správného časového

plánování je také předstih pro přípravu na přechod mezi různými činnostmi, což je zvláště důležité u dětí. (CARTER, Cheryl R., 2014)

13.4 Jednoduchost

Čtvrtým krokem ve strategii FIRST je strukturovat aktivity dětí jednoduchým a konkrétním způsobem. Rodiče se snaží podporovat své děti, ale občas se ztratí ve složitostech. Někdy dokonce zbytečně komplikují to, co by mohlo být snadné. Děti s ADHD potřebují přímé a jasné instrukce. Děti potřebují rozvíjet dobré návyky, což lze dosáhnout pouze opakováním. K vytvoření stabilní rutiny a k opakování jsou nejvhodnější kontrolní seznamy, které mohou být psané nebo obsahovat obrázky, zejména pro mladší děti. Pro děti s ADHD je vhodné prostředí s minimálními podněty, jako jsou příliš jasné a křiklavé barvy, ale ani holé bílé zdi nejsou inspirující. Domov by měl být zařízen jednoduše, protože to může ovlivnit myšlení a soustředění dítěte. (Goetz, Uhlíková, 2009)

13.5 Hospodaření s časem

Správné hospodaření s časem je klíčovou dovedností pro děti. Speciálně děti s poruchou pozornosti potřebují ještě pečlivěji monitorovat svůj čas, aby dokázaly správně přecházet mezi aktivitami. Některé děti mohou být během těchto přechodů impulzivní nebo se příliš rozptylovat. Proto je důležité plánovat jejich den tak, aby časy přechodů byly zřetelně označené. Například během úklidu pokoje můžete pustit hudbu, která signalizuje začátek úklidu. Další užitečnou technikou může být využití pohybu – provést společně protažení nebo přejít do další místnosti, kde se má provést další činnost. Také lze použít symbolické předměty pro signalizaci přechodu, jako například plyšového medvídka, který symbolizuje změnu. Když dítě dostane medvídka, ví, že je čas změnit činnost. Kromě toho můžete dítě naučit, že když medvídek přestane, je čas přemýšlet a poté pokračovat v další činnosti. Tímto způsobem posilujete jasný signál pro dítě, kdy je čas přejít k další činnosti. (Goetz, Uhlíková, 2009)

14. Pomoc doma i ve škole

14.1 signál STOP

Signál STOP je velice dobrou pomůckou pro děti s ADHD k tomu, aby zpomalily a přestaly s rušivým chováním. Signál STOP je vlastně takový oddechový čas.

S využitím signálu STOP jasně a jednoznačně signalizujeme dítěti, že má okamžitě přestat s nevhodným chováním a zastavit se. Důležité je postavení se před dítě a následné vytáhnutí ruky s otevřenou dlaní, která značí, aby dítě se vším přestalo. Slovem „STOP“ se tento signál utvrdí. Promluvíme si s dítětem o tomto signálu a vysvětlíme význam signálu. Společně s dítětem si stanoví každý rodič, jaké následky bude mít neuposlechnutí signálu STOP. Pokud dítě na signál reaguje správně, následuje pochvala. Tento signál ale lze používat, jen ve vybraných situacích, aby nedošlo k jeho rychlému opotřebení. (Winter, 2018)

14.2 Podpora sdíleného života a vzdělávání na základní škole.

Bodovací plány mohou být na základní škole velice užitečné. Body by se měly zaznamenávat co nejaktuálněji. Pedagogové nebo také asistenti pedagoga musí tedy více sledovat žáka, který bodovací plán má. Ve třídě například bodovací plán připraví pro skupinky učitel, a děti soutěží, kdo má lepší bodovací plán. Když má některá skupina dobré výsledky, dostanou od učitele odměnu takovou, že například na konci vyučování pustí učitel jejich oblíbenou písničku, nebo se podívají na nějakou krátkou ukázkou na youtube.com. Učitel může mít připravené i nějaké diplomy. Tohle už je spíše na vlastním uvážení a na tom, jak se s dětmi učitel dohodne, co vlastně by oni rádi dostaly za odměnu. (příloha č. 1) (Winter, 2018)

14.3 Třídní smlouva

Třídní smlouva bude vytvořena pro zapamatování a určení pravidel ve třídě. Pravidla, která musí být dodržována každým žákem, budou obsažena v této smlouvě. Pokud pravidla na smlouvě nebudou respektována, budou vysvětlena spolu s dětmi, proč jsou pravidla stanovena a jakou úlohu mají. V pravidlech jsou následující body:

1. K sobě se chováme přátelsky, čestně a s respektem.
2. Jsme podporováni a pomáháme si navzájem.
3. Když spolu mluvíme, je na sebe koukáno.
4. Navzájem si nasloucháme.

5. Čekáme, až přijde naše řada.
6. Udržujeme plnou soustředěnost a nedovolíme se rozptylovat.
7. Opatrně zacházíme s věcmi.
8. Otevřeně hovoříme o konfliktech a problémech a společně hledáme jejich řešení.
9. Při porušení pravidel se celá třída setká odpoledne a uspořádá třídní radu.
10. Rodiče jsou neprodleně informováni o závažnějších porušeních.

Každé pravidlo bude vysvětleno dětem učitelem a případně i asistentem, a poté bude smlouva podepsána. Je vhodné každé pravidlo zvýraznit zvlášť, vybarvit ho a umístit na nástěnku, aby bylo neustále viditelné a připomínalo se.

15. Medikace využívaná k terapii poruchy pozornosti s hyperaktivitou (ADHD)

15.1 Psychostimulace

Psychostimulace jsou léky, které působí na vědomí. Pokud jde o zlepšení bdělosti a účinek na celkový stav, do této kategorie mohou spadat také léky jako je například Piracetam, který působí na zklidnění nebo léky na spaní a sedativa jako Nitrazepam.

15.2 Antidepresiva

Do této kategorie řadíme léky jako jsou thymoleptika, thymoeretika, anxiolytika.

15.3 Stimulancia

Mnoho specialistů se pokoušelo vysvětlit specifickou reakci na léčbu psychostimulancí, která se používá k úlevě od hyperaktivity a zlepšení deficitu pozornosti u dětí s hyperkinetickým syndromem. Stimulancia (jako jsou amfetaminy a kokain) obecně blokuji zpětné vychytávání dopaminu a noradrenalinu v presynaptických neuronech a zvyšují jejich uvolňování do synaptické štěrbin. V důsledku toho se zvyšuje množství dopaminu a noradrenalinu v mozku. Dopamin hraje významnou roli v regulaci psychomotoriky, pozornosti a chování spojeného s pocitem odměny, což jsou oblasti, které jsou u ADHD narušené. (Drtílková, 2007)

Jsou to léky nejčastěji předepisované pro léčbu ADHD / ADD. Tyto léky zvyšují sílu signálů mezi nervovými buňkami (neurotransmitery) v mozku, což vede ke zlepšení schopnosti dítěte soustředit se, snížení aktivity a impulzivního chování. Mezi tyto léky patří metylfenidát (Ritalin), dextroamfetamin (Dexedrin) a pemolin (Cylert). U Ritalinu a Dexedrinu je často nutné podat dítěti dodatečnou dávku ve škole, protože účinky léku vyprchávají po několika hodinách. Existuje také možnost předepsat dlouhodobě působící léky, které uvolňují účinnou látku postupně. (Drtílková, 2007)

15.4 Antidepresiva ze skupiny tricyklických antidepresiv

Podobně jako stimulantie, i tricyklická antidepresiva zvyšují sílu signálů mezi neurony v mozku. Tyto léky se předepisují dětem, které nemohou užívat stimulanty, nebo dětem, které vykazují známky klinické deprese spolu s příznaky ADD. Mezi léky v této kategorii patří například imipramin (Tofranil), desipramin (Norpramin) a amitriptylin (Elavil). Terapeutický účinek této skupiny léků obvykle nastupuje až po dvou až třech týdnech. (Riefová, 1999)

Tricyklická antidepresiva ovlivňují zpětné vychytávání noradrenalinu a serotoninu v různých poměrech, což vede k jejich zvýšené koncentraci. Pro léčbu hyperkinetických poruch je klíčový jejich účinek. Mezi nejčastěji používaná tricyklická antidepresiva v léčbě hyperkinetické poruchy patří léky s preferenční inhibicí zpětného vychytávání noradrenalinu, jako jsou desipramin, nortriptylin a imipramin. (Drtílková, 2007)

Po podání tohoto léku může dítě pociťovat ospalost. Avšak po dvou až třech týdnech užívání se tento vedlejší účinek obvykle snižuje. Důležité je, aby učitel sledoval chování dítěte a jeho úroveň aktivity. U některých dětí může lék přinést zlepšení, zatímco u jiných se může stát, že lék nevykazuje žádný přínos nebo je léčba nevhodná.

16. Vedlejší účinky jmenovaných léků

Používání stimulantů u malého procenta dětí může vyvolat tiky, což jsou neúmyslné svalové pohyby, jako jsou grimasy, popotahování nosem, kašel, odfrkávání a další hlasité projevy. Učitelé mohou být užiteční tím, že o těchto pozorovaných změnách v chování informují rodiče, školní zdravotníky nebo lékaře dítěte. Poté by mělo dojít ke změně dávkování nebo léku. (Riefová, 1999)

Tricyklická antidepresiva mohou vyvolat nežádoucí účinky spojené se zvýšenou koncentrací noradrenalinu a svým podobným účinkem chinidu, což může způsobit poruchu srdečního rytmu a vzácně i náhlé úmrtí. Při předávkování může dojít k vážným následkům až k letálnímu výsledku. Proto je důležité provádět EKG před zahájením léčby tricyklickými antidepresivy a pravidelně při zvyšování dávek, minimálně jednou za tři měsíce. Existuje mnoho léků používaných k léčbě ADD a ADHD, přičemž nejdůležitější z nich byly zmíněny, a nyní budu dále uvádět další možnosti používaných léků. (Drtilková, 2007)

Praktická část

17. Výzkumná část

Pro výzkumnou část jsem zvolila případovou studii, kde jsem měsíc pozorovala vztahy mezi žáky ve třídě, vedla rozhovory s učitelkou a asistenty pedagoga a provedla sociometrický výzkum mezi studenty. Taktéž jsem se snažila s žáky s ADHD více sblížit a zjistit o nich více informací potřebných k výzkumu. Již dříve jsem zde pracovala jako asistent pedagoga, a proto jsem si také tuto základní školu zvolila. I já jsem na této základní škole dříve studovala a paní ředitelku znám a ona mě také, proto nebyl žádný problém ohledně domluvy. Po domluvě s paní učitelkou jsem si vybrala čtvrtou třídu základní školy, jelikož se zde nachází dva studenti, kteří mají diagnostikováno ADHD. Následně jsem si domluvila schůzku s učitelkou a asistentem pedagoga pro obě děti, abych zjistila, o jaké děti se jedná, a zda mají nějaké vztahové problémy ve třídě se svými spolužáky. S paní učitelkou a asistenty pedagoga jsem vedla polostrukturovaný rozhovor, pro který jsem měla připravené otázky zaměřené na chování žáků ve třídě, metody práce s žákem a klima ve třídě mezi spolužáky.

18. Případová studie

Studie na základě případů představuje jednu ze základních metod výzkumu. Původně byly případové studie často využívány při práci s různými klienty, přičemž poskytovaly užitečné poznatky pro terapii a rozvoj různých oblastí. Postupem času, zejména na počátku 20. století, se případové studie staly populární i v akademickém prostředí jako strategie pro hlubší porozumění různým fenoménům a jevům nejen pro zkoumané subjekty, ale i pro teoretický rozvoj jednotlivých disciplín, včetně medicíny, psychologie a dalších. Tyto studie jsou založeny na sběru reálných dat souvisejících s konkrétním případem, což umožňuje detailní analýzu a interpretaci. (Švaříček, Šedřová a kolektiv, 2007)

Výběr pro případovou studii by měl být:

- Pečlivý výběr školy
- Výběr vhodných jedinců pro případovou studii
- Podrobné zdůvodnění při výběru s ohledem na cíle a zaměření výzkumu

19. Triangulace

V oblasti sociálních věd se pojmem triangulace označuje kombinace různých metod v rámci jedné studie zabývající se stejným tématem. Tímto spojením minimálně dvou přístupů, často kvalitativního a kvantitativního, se snažíme eliminovat nedostatky jednotlivých metod, které by samostatně nemusely odhalit všechny aspekty zkoumaného jevu.

Triangulace představuje fascinující koncept, který nás zavádí do procesu objevování ve vědeckém výzkumu. Existuje několik různých přístupů k triangulaci:

- Triangulace metod – rozhovor, ohnisková skupina
- Triangulace zdrojů dat – rozhovor s učitelem, kolegy a žáky
- Multiperspektivní triangulace – změna teoretické perspektivy
- Kombinace přístupů – kvalitativní a kvantitativní přístup (Švaříček, 2007)

20. Charakteristika školy

Tato základní škola má celkem 3 budovy. V první budově ve spodním patře se nachází dvě první třídy, šatna pro studenty, toalety pro dívky a chlapce a jeden velký kabinet pro tři učitele a jednoho asistenta pedagoga. Nahoře je umístěna druhá třída, toalety pro chlapce a dívky, kuchyňka pro žáky druhého stupně a družina. V další budově je v prvním patře 2. a 3. třída, toalety pro dívky a chlapce a jeden kabinet, kde jsou dva učitelé. V druhém patře jsou dvě třídy čtvrtého ročníku, taktéž toalety, třída pro výtvarnou výchovu a jeden kabinet pro učitele. Ve třetím patře budovy je jeden sklad s učebnicemi a knihami a dvě třídy pro čtvrtý a pátý ročník s toaletami. V největší a také v hlavní budově jsou v přízemí šatny, jídelna a tělocvična. V zadní části budovy jsou dva kabinety pro učitele, výchovného poradce a asistenty pedagoga. V prvním patře hlavní budovy základní školy je ředitelna pro ředitelku školy a pro zástupkyni ředitele, kabinet pro účetní pracovníci a 2 třídy pro výuku, kde se různě střídají dané třídy dle rozvrhu a jedna větší učebna pro práci s počítači neboli počítačová učebna. V druhém patře jsou kabinety pro učitele a 3 třídy, kde se také různě střídají žáci podle rozvrhů. V posledním patře je jeden kabinet a další 3 třídy. Tato škola má první i druhý stupeň. V hlavní budově, kde jsou třídy, které nejsou určeny pro žádný ročník, se vždy střídají podle rozvrhu na dveřích dané ročníky. Tato základní škola byla postavena již roku 1874.

21. Charakteristika chlapce s ADHD (chlapec A)

Pro udržení anonymity jsem přiřadila chlapci písmeno A. Pozorování tohoto chlapce bylo velice zvláštní, ale i když chlapec mnohdy neměl náladu, někdy se mi podařilo si s ním i velice hezky popovídat. Chlapec je ve třídě podle jeho slov spíše neoblíbený a rád si jen čte komiksy. Lépe řečeno dle chlapce má takový „svůj svět“, do kterého mu nikdo nemůže vniknout. Někdy, když má ale dobrý den, a není příliš impulzivní, dokáže svým spolužákům pomoci, když něčemu nerozumí.

Matka chlapce má další 3 děti a proto nemá na chlapce mnoho času, aby se mu plnohodnotně věnovala. Chlapec je ale i napříč tomu, že se mu jeho matka nevěnuje intenzivně, ve třídě mezi nejlepšími žáky a je mimořádně nadaný. Jeho otec je voják a tráví více času mimo domov. Když ale otec přijede domů, jsou nastavena chlapci určitá pravidla. Matka na pravidla bohužel moc nedbá, jelikož nemá čas, protože výchova čtyř dětí je pro ni velice náročná.

Po konzultaci s asistentem pedagoga jsem se dozvěděla, že chlapec v hodinách mnohdy vykřikuje a chce být vždy ve všem první a zároveň na sebe chce vždy upoutat co nejvíce pozornosti, což se ostatním dětem vůbec nelíbí. Nemá žádný systém v chystání si pomůcek před začátkem hodiny. Raději si čte komiksy a potom ztrácí pojem o čase. Při hodině geometrie nemá nikdy všechny geometrické pomůcky v pořádku, a snaží se sehnat vše na poslední chvíli, i když ví, že hodina už začala a vyrušuje tím tak celou třídu. Je velice roztěkaný a nepořádný. Často zapomíná sešity nebo dokonce i žákovskou knížku. Po konzultaci s rodiči i vedením školy si chlapec vede „úkolníček“, kde má všechny domácí úkoly a všechny pochvaly či tresty od učitelky nebo asistenta zapsány. Píše si do něj také to, co si má připravit na další den do školy, aby nezapomněl, jak je u tohoto chlapce známo. Když nemůže najít o přestávce svůj sešit je velice roztěkaný až agresivní k dětem ve svém okolí. Výtvarnou výchovu jako jediný předmět nenávidí, jelikož tvrdí, že neumí malovat a nemůže být ve třídě nejlepší.

22. Charakteristika chlapce s ADHD (chlapec B)

Pro udržení anonymity, jsem chlapci přiřadila písmeno B. U tohoto chlapce je to jiné než u chlapce A. Chlapec žije s matkou a otce má nevlastního. Jeho matka má o 10 let mladšího partnera. Chlapec jej nemá rád a často o něm mluví vulgárně. Matka s partnerem čeká další dítě a má ještě jednu starší dceru, která je taktéž nevlastní sestra chlapce. Chlapec je velice nepořádný a ve škole má sešity se zahnutými rohy a učebnice, které jsou

pomalované a poškozené. Na stole při začátku hodiny má jen pouzdro a čeká, až si toho asistent pedagoga nebo učitelka sama všimne, až po upozornění si věci nachystá. Neustále zapomíná sešity a někdy je i schovává, když zrovna zapomněl, že byl nějaký domácí úkol. Při hodině se chvíli hlásí, ale když jej učitelka dvakrát nevyvolá, začne se vztekat a bývá až apatický. Při diktátu si jej bere vždy asistent pedagoga do kabinetu, aby mu znovu zopakoval věty, které diktovala učitelka. Má více času při psaní diktátu, jelikož jeho písmo není adekvátní, protože spěchá, aby vše stihl napsat. Zapomíná na čárky a háčky v diktátu. Je při diktátu vždy upozorněn, že po skončení diktování půjde s asistentem do kabinetu a vše si dopíše. Poslední dvě vyučující hodiny vždy leží na lavici a nic jej nezajímá. Při napomenutí, aby neležel na lavici odvětlí vždy tím, že v noci moc nespál, protože hrál hry na počítači, když všichni už spali. Tento chlapec je velice problémový a jeho matka byla nucena jej poslat na měsíc do diagnostického ústavu, jelikož už jeho agresivitu a vandalství dále nemohla udržet. Zde se podle informací chlapec velice zlepšil. V diagnostickém ústavu měl chlapec tvrdý řád a musel dodržovat všechna pravidla včetně večerky. Nyní je chlapec klidnější, ale občas je to s ním i náročnější. Tento chlapec na rozdíl od chlapce A bere i léky na zklidnění, které by měly snižovat příznaky ADHD.

23. Cíl výzkumu a cílové otázky

Cílem praktické části je zjistit, jak moc jsou osoby, které jsou zkoumány a pozorovány, ve třídě populární, zda se začleňují do kolektivu a kolektivních prací, nebo naopak zda jsou agresivní a nespolupracují. Jaké metody by mohly být zařazeny do výuky, nebo jaký postup by byl dobrý při agresivitě, neklidu, vykřikování.

Otázky k rozhovoru pro pedagogického pracovníka (učitelka)

1. Máte ve Vaší třídě spíše dívky nebo chlapce?
2. Kolik žáků s ADHD ve třídě máte?
3. Jsou žáci s ADHD přátelší k ostatním dětem?

4. V jakých situacích je žák s ADHD nejvíce agresivní?
5. Jak postupujete při agresivním jednání, které vyvolá právě žák s ADHD ?
6. Jak postupujete při agresivním jednání, které naopak nevyvolá žák s ADHD?
7. Máte nějaké zvláštní místo, metody pro zklidnění žáka s ADHD ?
8. Vykřikuje často při hodině dítě s ADHD? Jak v těchto situacích postupujete?
9. Jak pracují, když mají vytvořit například nějaký projekt ve skupině?
10. Když se jim něco nepodaří, jak reagují?

Otázky k rozhovoru pro dva asistenty pedagoga

3. Jsou žáci s ADHD přátelští k ostatním dětem ?
4. V jakých situacích je žák s ADHD nejvíce agresivní?
5. Jak postupujete při agresivním jednání, které vyvolá právě žák s ADHD ?
6. Jak postupujete při agresivním jednání, které naopak nevyvolá žák s ADHD?
7. Máte nějaké zvláštní místo, metody pro zklidnění žáka s ADHD ?
8. Vykřikuje často při hodině dítě s ADHD ? Jak v těchto situacích postupujete?
9. Jak pracují, když mají vytvořit například nějaký projekt ve skupině?
10. Když se jim něco nepodaří, jak reagují?

24. Rozhovor s učitelkou čtvrté třídy

Na základní škole, kde jsem vedla rozhovory, jsem vedla i rozhovor s paní učitelkou, která vyučuje čtvrtou třídu, a má dlouholetou praxi, již 20 let. Podle jejích slov je zde za posledních 5 let o mnoho studentů s ADHD více než v předchozích letech. Paní učitelka chtěla absolvovat rozhovor anonymně a nechtěla být nikde uvedena celým jménem. Byla velice vstřícná a milá. V první otázce jsem chtěla zjistit, kolik má paní učitelka ve třídě vlastně žáků. Bylo mi sděleno, že ve třídě je 10 dívek a 10 chlapců. V další otázce jsem se ptala paní učitelky kolik žáků ve třídě má diagnostikováno ADHD. Žáci, kteří mají diagnostikovanou poruchu ADHD jsou v její třídě dva a jsou jimi chlapci. Na otázku, zda jsou chlapci s ADHD přátelší k ostatním spolužákům ve třídě mi paní učitelka řekla, že si nemyslí, že jsou přátelší, že spíše nejsou. Zeptala jsem se, v jakých situacích jsou žáci s ADHD nejvíce agresivní. Nejvíce agresivní jsou chlapci při únavě, neúspěchu, v časové tísní, když je dán nějaký vyměřený čas pro danou aktivitu nebo čas na psaní diktátů. Někdy jsou agresivní i při nutné spolupráci s ostatními a nutnosti přizpůsobit se jim. Otázka následující zněla, jaký je postup ve třídě, když je zde agresivní jednání, které vyvolá právě žák s ADHD. Nad touto otázkou se paní učitelka zamyslela, ale po chvíli řekla, že nejlepší je odvést neklidné dítě s ADHD do klidu, nejlépe do jiné místnosti. Snažit se odvést pozornost a zamezit dalšího bezprostředního kontaktu. Zde je potřeba pomoci od asistenta pedagoga. Zeptala jsem se i, jak reaguje paní učitelka z opačného pohledu, kdy nevyvolá agresivní jednání právě žák s ADHD, ale jeho spolužák. Odpověděla, že postupuje obdobným způsobem, ale později ještě dodala, že se snaží najít příčinu, proč k incidentu došlo a snaží se vést rozhovor s daným dítětem, se kterým hledají jiný způsob řešení situace, která nastala. Otázka, zda mají ve třídě nějaké místo, nebo zda má paní učitelka nějaké metody pro zklidnění žáka s ADHD, jsem dostala odpověď, že by určitě změnila činnost a nejlépe by ji převedla mimo třídu, aby dítě nebylo vyrušováno a dostatečně se uklidnilo. Otázka, která mě velice zajímala, byla, zda vykřikují často žáci s ADHD ve třídě při výuce, a jak v těchto situacích postupuje. Děti s ADHD podle paní učitelky opravdu často vykřikují, a proto se snaží opakovaně připomínat pravidla, která ve třídě mají. Občas také praktikuje to, že na vykřikování žáka s ADHD nějak nereaguje, a že žák sám po chvíli přestane poutat veškerou pozornost sám na sebe. Jak pracují děti s ADHD ve třídě, když mají vytvořit nějaký projekt společně ve skupině se spolužáky jsem dostala odpověď, že mají chlapci s ADHD velký problém. Neradi se totiž podřizují ostatním a činnost se snaží ostatním vždy narušit. Úmyslně kazí práci anebo ostatní ignorují. Dokonce do společné práce ničím nepřispějí. A jak vlastně

reagují podle učitelky chlapci s ADHD, když se jim něco nedaří? Reakce na neúspěch bývají u chlapců s ADHD velmi různé. Od vzteku a zuřivosti až po apatii. Agresi projevují poškozováním věcí v nejbližším okolí. Paní učitelka uvedla, že někdy i trhají sešity, papíry, lámou tužky, shazují věci z lavice na zem, vykřikují různé nadávky a někdy mají i sklony k sebepoškozování. Jedna z možností je i ta, že přestanou úplně komunikovat a nereagují na pokyny učitelky a odmítají dělat jakoukoliv činnost.

25. Rozhovor s asistentem pedagoga 1

Rozhovor s asistentem pedagoga, který byl s chlapci A i B od třetí třídy do poloviny čtvrté třídy, jsem vedla taktéž v anonymitě po předchozí domluvě s ním. Tento asistent podal výpověď v polovině školního roku, z důvodu lepší pracovní nabídky. Děti jej měli hodně rádi a i pro něj bylo velice těžké toto pracovní místo opustit. Moje první otázka, byla, jak je výše uvedeno, zda jsou žáci, kteří trpí ADHD přátelští k ostatním dětem. Odpověď byla, že jeden spíše ano a druhý spíše ne. Když jsem se zeptala, proč je tomu tak, bylo mi řečeno, že chlapec A jak jsem výše popisovala z pozorování je uzavřený a má rád spíše samotou než děti. Při kolektivní práci prý spíše všem dětem okolo říká, jak to mají dělat, ale stejně udělají vše jinak, než chce chlapec A. Někdy, když má chlapec A lepší náladu pomůže i ostatním s něčím, co zrovna nepochopili. Chlapec B je sice agresivní, ale když ho zrovna nic nerozzlobí, dokáže si s jinými dětmi i hrát a děti si s ním rádi hrají. Druhá otázka byla: „V jakých situacích je žák s ADHD nejvíce agresivní?“. Odpověď od asistenta pedagoga byla ta, že nejvíce agresivní jsou oba chlapci při útocích na jejich osobu, což jsou například nadávky, urážky, posměšky atd. Třetí otázka zněla: „Jak postupujete při agresivním jednání, které vyvolá právě žák s ADHD?“. Asistent ihned odpověděl a ani nepřemýšlel, co by měl na danou otázku odpovědět. Řekl, že se snaží zajistit, aby neublížoval ostatním, a následně si ihned s žákem pohovoří za dveřmi třídy, aby se mu ve třídě někdo například neposmíval. Čtvrtá otázka byla položena zcela opačným způsobem a to tak, že jsem se zeptala, jak naopak jednají, když nevyvolá konflikt dítě s ADHD. Na tuto otázku mi odpověděl asistent podobně jako u předchozí otázky a to tím, že se snaží opět zajistit, aby nebylo ublíženo ostatním žákům během afektu a že si následně vezmeme agresora stranou a pohovoříme si s ním. Pátá otázka byla, jestli mají nějaké zvláštní místo, například pro zklidnění žáka s ADHD, když má nějaký splín nebo není ve své kůži. Bylo mi odpovězeno tím, že se snaží změnit prostředí, ve kterém se právě nachází. Vytvoření žákovi jeho obraz chování, což ho přiměje zastavit se a uvědomit si své vlastní jednání. Otázka šestá, zda vykřikují žáci s ADHD často v hodině a jak v těchto

situacích postupuje učitel i asistent. Asistentovi se tato situace často netává, když ano paní učitelka žákovi vysvětlí, že je to neslušné na někoho pokřikovat a ať zkusí zvednout ruku a počká, jestli jej paní učitelka vyvolá. Nyní jsou prý kluci už naučení a hlásí se. Častým opakováním od paní učitelky už si zapamatovali, že se to nedělá a že je vykřikování nevhodné. Chlapci jsou prý klidnější a během vyučovací hodiny se snaží v klidu pracovat v lavicích. Sedmá otázka měla znění: „Jak pracují chlapci, když mají vytvořit například nějaký projekt ve skupině při vyučování?“ Chlapci A i B chtějí být z velké části středem pozornosti a vše vést, což se ale některým dětem moc nelíbí. V takovém případě se ve třídě pracuje na týmové komunikaci a zkouší se s žáky najít vhodné řešení. Poslední otázka, když se jim něco nepodaří, jak reagují? Odpověď asistenta pedagoga byla, že reagují nechutí pokračovat dále, křečovitými pohyby rukou, ztrátou pozornosti, vyhledáním jiné činnosti. Rozhovor byl velice příjemný a dokonce jsme se i zasmáli nad některými historkami. Myslím, že asistent pedagoga, který s dětmi byl rok a půl je má velice rád a udělal by pro ně cokoli.

26. Rozhovor s asistentem 2

Tato asistentka, tudíž slečna, nastoupila v polovině školního roku a byla s dětmi a dvěma chlapci 4 měsíce. I za ty 4 měsíce si ale dokázala získat jejich pozornost a autoritu. Její rozhovor je anonymní. Když jsem se zeptala, zda jsou přátelští chlapci s ADHD k ostatním odpověděla mi, že je to pokaždé jinak. Nevěděla jsem, co si o této odpovědi mám myslet a proto jsem se ptala, proč si to myslí a z jakého důvodu to tak může být. Bylo mi řečeno od paní asistentky, že chlapci to mají nejspíš podle toho, jak se právě vyspali. Sice chlapec A je větší samotář, ale někdy prý i přišel za paní asistentkou a chtěl si s ní povídat a ukázat jí kartičky pokémonů, které nasbíral. A naopak další den, kdy přišlo tak měl pochmurnou náladu, a když se chtěla asistentka podívat na pokémony ještě jednou odvětil, ať se nezlobí, ale že dnes nemá náladu na povídání. Chlapec nebyl agresivní ani vulgární, jen byl podle paní asistentky bez nálady. Chlapec B to má takhle nějak na stejno. Jeden den jí chce obejmout a popovídat jí, co všechno provedl za neplechy v předchozím dni po vyučování, a druhý den naopak vyvolává spory a je podle paní asistentky někdy až agresivní. Jednou, když byla paní asistentka první dny na pozici asistenta pedagoga ve třídě, jí dokonce chlapec B chtěl vytlačit ze dveří, ve kterých stála, protože měla o přestávce dozor na chodbách. Odpověď na moji otázku jak na to reagovala, byla ta, že i když je prý chlapec B trochu při těle, musela ukázat, že se nepohne a že ji chlapec ze dveří jen tak nevytlačí. Asistentka si jej vzala po incidentu

stranou, a snažila se mu vysvětlit, že tohle si nemůže dovolit k osobě, která je o několik let starší, a ať už se takováto situace raději neopakuje, protože by to musela nahlásit v ředitelně. Chlapec B si nejspíš v tu chvíli, kdy se ji snažil vytlačit neuvědomil co dělal, ale po promluvě s asistentkou se snažil věc napravit. Další den jí donesl čokoládu a omluvil se, že vlastně ani nevěděl, proč to udělal a že už se to určitě nestane. Druhou otázkou bylo v jakých situacích je žák s ADHD agresivní nejvíce? Odpověď byla zcela stejná jako od pana asistenta v předchozím rozhovoru, že při urážení jejich osoby nebo při posměšcích jsou oba chlapci agresivní, ale chlapec B prý více než chlapec A. Chlapec A si své činy uvědomí o něco dříve než chlapec B. Otázka číslo tři „Jak postupujete při agresivním jednání, které vyvolá právě žák s ADHD?“ Při agresivním jednání, které vyvolá žák s ADHD postupovala paní asistentka tak, že se snažila zamezit tomu, aby nedošlo k nějakému incidentu a snažila se chlapcům vysvětlit, že agresí si přátele nezískají, že musí spíše mluvit o tom, co v nich agresí vyvolalo. Jeden z chlapců, chlapec A řekl, že nemá rád, když mu někdo z žáků tvrdí, že něco neumí nebo něco nezvládne, a proto začne okamžitě zuřit. Po chvíli si ale svůj vztek uvědomí a snaží se jej ovládat. Druhý z chlapců, tedy chlapec B vyvolá agresí, ale za nějaký čas si uvědomí, že to dělat neměl a snaží se vše napravit. Někdy ale, když je agrese větší než jindy se chlapec B neomluví, ale naopak začne shazovat všem spolužákům věci ze stolu. V tomto případě se mu snažila asistentka vysvětlit, že má jednat jiným způsobem, než vyvoláním konfliktu a jednat více v klidu. Chlapec B, je poněkud agresivnější v daných situacích než chlapec A. V další otázce, kdy jsem se ptala, jak postupuje paní asistentka, když naopak agresivní jednání nevyvolá žák s ADHD. Snaží se udržovat klidný a vyrovnaný tón hlasu v chování. Snaží se vždy porozumět důvodům agresivního chování, jelikož to může být také způsob, jak se žák snaží vyjádřit nějaké frustrace nebo neumí zvládnout danou situaci. Při těchto situacích se snaží být asistentka vždy empatická, snaží se dát žákovi prostor pro vyjádření jeho pocitů. Vysvětlují si ve třídě, že agresivní chování je nepřijatelné a snaží se porozumět všem žákům, jak učitelka, tak asistent pedagoga. Při další otázce, která má znění, zda mají nějaké zvláštní místo pro zklidnění žáka s ADHD mi paní asistentka uvedla, že se snaží, aby se změnilo prostředí, ve kterém zrovna žák je v danou chvíli. Někdy vezme některého z chlapců, kteří mají poruchu ADHD i ven na vzduch, aby se prodýchali a o dané situaci si s asistentkou promluvili. Povídají si například o rodině, o věcech, které žáka uklidňují a dodávají mu pocit bezpečí. Otázka, zda často při hodině děti s ADHD vykřikují a jak v těchto situacích postupují mi řekla asistentka v podstatě to samé, jako pan asistent v předchozím rozhovoru. Paní učitelka si s dětmi pohovoří nejdříve o tom, proč je vykřikování v hodině, když nejsou tázáni nezodpovědné, a proč se vlastně děti ve třídě hlásí. Nyní chlapci prý ví, že vykřikovat

v hodině se nemá a stává se to jen zřídka, že jeden z nich vykřikne například odpověď na otázku, aniž by byl tázán. Předposlední otázka, jak pracují žáci s ADHD, když mají například vytvářet nějaký projekt na dané téma v hodině, mi bylo sděleno, že chlapec A chce vše vést a vždy musí mít poslední slovo, což se mnoha žákům v jeho skupinové práci mnohdy nelíbí. Chlapec B je prý při projektech ve třídě spíše flegmatický. Je mu jedno, kdo co udělá, a je rád, že on nemusí nic dělat, když jsou ve skupině a má známku „zadarmo“. Jak již párkrát řekl. Poslední otázka byla, jak reagují chlapci, když se jim například něco nedaří. Chlapec A je velice nešťastný, když dostane dvojku z nějakého úkolu nebo diktátu. Je velice nadaný a horší známka, než jednička v něm vyvolává pocit neklidu a nejistoty. Jednou, když dostal 1- byl velice zmatený a chtěl vědět, proč vlastně má 1-. Paní učitelka mu vysvětlila, že byl při diktátu velice zbrklý a měl ho jako první odevzdán, ani si jej po sobě nepřečetl a chyběly mu čárky a háčky nad slovy. Chlapec A tedy paní učitelce řekl, že příště už si svůj diktát radši po sobě přečte. Chlapec B reaguje tak, že je někdy i agresivní a hodí sešit na zem. Tento žák má ve většině případů spíše trojky, ale nemá rád, když má horší známku, než trojku. Jednou si shodil celé pouzdro a všechny sešity na zem, když dostal 4- z geometrie. Byl totiž podle asistentky velice roztěkaný a jeho trojúhelník, který měl narýsovat, nebyl vůbec podle zadání, kde bylo napsané, že má použít kružítko a pravítko. Chlapec B použil pouze pravítko a trojúhelník narýsoval takzvaně „od oka“, což se paní učitelce vůbec nelíbilo. Písemnou práci žák zmačkal a hodil do koše. Jednal spíše agresivně a byl i vulgární na učitelku, proto si jej paní asistentka vzala na chodbu a probrali s klidným hlasem, proč se právě stalo to, co udělal a co tedy pro příště zkusí v testu udělat jinak.

27. Pozorování

Pro metodu pozorování jsem si vybrala čtvrtou třídu základní školy, jelikož jsem zde také studovala, a mnoho učitelů jsem i znala z dob svého studia. Paní učitelku, se kterou jsem vedla rozhovor jsem také znala, a proto pro mě byla i komunikace se školou a pracovníky školy snadnější. Ve čtvrté třídě, byli dva chlapci, kteří měli diagnostikovanou poruchu ADHD. Pro lepší popis jsem již výše u jejich charakteristiky uvedla prvního chlapce jako chlapce A, a druhého chlapce jako chlapce B. Pozorovala jsem vztahy mezi všemi žáky, ale také vztahy mezi žáky s ADHD, jak spolupracují a komunikují mezi sebou. V této třídě bylo 10 dívek a 10 chlapců, jak již bylo zmíněno v rozhovoru s paní učitelkou. Chlapci měli asistenta pedagoga, který s nimi byl po dobu jednoho a půl roku školní docházky. Po odchodu asistenta nastoupila paní asistentka, které měla čerstvě dodělaný kurz pro asistenta pedagoga, ale o

ADHD byla velice informována, a měla nastudováno vše, co bylo potřeba. Chlapci se od sebe spíše lišili. První chlapec, tedy chlapec A seděl ve třídě uprostřed v zadní lavici, aby nebyl rozptylován. Neseděl ani u okna a ani u dveří, aby kolem sebe měl co nejméně rušivých elementů. Byl nepořádný a často zapomínal věci a pomůcky do výuky. V hodinách velice často vykřikoval, aby na sebe upoutal co největší pozornost, a mnohdy mu ani nevadilo, že jsou na něj jeho spolužáci naštvaní. Chlapec vždy vykřikl odpověď, i když věděl, že se jeho spolužáci hlásí. Dle mého názoru si neuvědomoval, že dělá něco špatně. Až když mu paní učitelka zopakovala pravidla, na chvíli s vykřikováním správných odpovědí přestal, a začal se hlásit jako všichni jeho spolužáci. Viděla jsem, jak na něj spolužáci byli naštvaní, a nelíbilo se jim, že oni se tak dlouhou dobu hlásí, aby si jich učitelka všimla, a chlapec vykřikne odpověď bez jakéhokoliv rozmyšlení, a neuvědomuje si, co tím vlastně způsobuje.

O přestávce za ním několik dětí přišlo a řeklo mu, že se tohle nedělá a ať se příště raději přihlásí. Místo toho, aby se jim omluvil, byl naštvaný, že mu spolužáci chtěli promlouvat do duše, když už to udělala paní učitelka před nimi. O přestávkách jsem se postupně všech dětí pomalu vyptávala, jak vlastně všichni spolupracují a zda jsou jeden tým, který rád pracuje společně nežli samostatně. Když jsem se ptala dívek řekly mi, že spolupracují rády se všemi, jen je někdy těžké spolupracovat s žákem, který má ADHD. Při práci na jakémkoliv projektu chce totiž podle dívek chlapec A pracovat co nejvíce a nenechá nikoho, aby mu do společného projektu něco diktoval. Dívky ale ví, že tohle chování nedělá schválně a mají pro něj pochopení. Naopak chlapci tvrdili, že když si hrají s hračkami o přestávkách, je to ze začátku veliká zábava, než si chlapec vezme nějakou hračku, kterou má v ruce jiný chlapec. Vznikne konflikt a někdy i rvačka, kterou zastaví asistent našťestí hned na začátku, než dojde k nějakému neštěstí. Chlapci se docela dost rozpovídali i o tom, že by rádi chodili s chlapcem A ven, ale bohužel, prý dělá domácí úkoly a je spíše doma nebo na tréninku. Chlapec A sportuje a hraje rugby. Je velice chytrý a má vynikající známky. Když ale dostane například dvojku místo jedničky, nebo jedna mínus je to veliký problém, a když jsem chlapce A pozorovala někdy jeho horší známka, než jednička vyvolala projevy sebepoškozování (bouchal se do hlavy). Vykřikoval, že je hloupý, a že by se měl více snažit.

Po zjištění, že má chlapec A ještě další tři sourozence, jeho otec je voják, který není často doma, a matka se stará spíše o tři mladší sourozence jsem pochopila, že to nemá jednoduché. Otec při příjezdu vždy nastaví pevná pravidla, ale když odjede, pravidla se nedodržují, jelikož matka na nemá čas pravidla udržovat.

Jednoho dne, kdy byla hodina výtvarné výchovy a děti měly malovat různě velké domy tuží, jsem zjistila, že chlapec hodinu výtvarné výchovy nemá rád. Báł se, že když se mu

něco nepovede tuží, nepůjde to napravit. Paní učitelka děti ujistila, že nevádí, když někým dětem tuž ukápne, nebo že nebudou mít domy správný tvar. Chlapce A ale tato věta příliš nezajímala, a v momentě, kdy dostal do ruky tuž byl roztěkaný a zbrklý. Chtěl mít výkres ihned hotový. Najednou se jeho tuž převrátila a chlapec se začal v momentě rozčilovat a rozhazovat rukama. Měl tuž úplně všude a začal být agresivní, když mu kdokoliv ze spolužáků chtěl pomoci tuž utřít. Asistent vzal chlapce A na chodbu a snažil se jej uklidnit. Jakmile se chlapec uklidnil vše šlo lépe, a i výkres se mu velice povedl. Snažili jsme se chlapci vysvětlit, že za to nemůže a že to byla nehoda. Je to velice milý kluk, který má vynikající známky ve škole a je nadprůměrně chytrý. I když má chlapec ADHD dá se s ním dobře domluvit a uklidnit jej, když něco nefunguje.

Druhý chlapec, jak jsme si výše uvedli, chlapec B, byl více agresivní, moc neposlouchal učitelku a měl vždy na všechno odpověď. S tímto chlapcem jsem byla 3 týdny a některé dny jsem s ním seděla i v lavici, abych mu pomohla, když nebyl asistent pedagoga potřeba u chlapce A. První dny jsem si nejdříve zase promluvila s děvčaty a potom s chlapci. Děvčata chlapce B měli docela rádi. Prý sice neposlouchá a někdy dělá neplechu, ale dá se s ním bavit lépe, než s chlapcem A, který je spíše uzavřený. Chlapci byli taktéž spokojeni s chlapcem B. Podle chlapců je zábavný, a vždy si o přestávce něco zahrají. Bohužel nejspíš nemohu říci to samé. Nebylo to tedy každý den, někdy se s chlapcem nedalo domluvit, a někdy jsme si zase naopak našli cestu a chlapec se rozpovídal. Když měl zrovna dobrou náladu, povídal mi, co dělal předešlý den po vyučování s kamarády. Jednou mi ale řekl něco, co mě docela znepokojilo. Řekl mi, že byl venku s kamarády a skákali po kapotách aut. S tím jsem tedy nebyla v pořádku a chlapci vysvětlila, že takové věci se nedělají, a že by to mohlo také rodiče stát spoustu peněz. Bohužel jsem měla pravdu a maminka další den volala do školy, že to byla poslední kapka, a že chlapec B pojedou do diagnostického ústavu, jelikož už jeho výchovu nezvládá. Chlapec B má nevlastního otce, který je o hodně mladší než maminka chlapce. Jeho rodiče se rozvedli a tatínek o něj nemá zájem. Myslím si, že má rozvod hodně velký dopad na dítě v jakémkoliv věku, a tím, že dělá takové vylomeniny se snaží s matkou nějakým svým způsobem spojit a vynutit si pozornost. Jednou mi dokonce sám řekl, že chce, aby ho matka někdy poslouchala, ale že má svého přítele a na něj nemá čas. Zkoušeli jsme mluvit i s maminkou dítěte, ale marně. Matka nám řekla, že je chlapec B nezvladatelný, a že ona sama na něj nestačí. Nevlastní otec se do výchovy chlapce příliš neangažoval. Bylo mi chlapce líto, ale matky ve své podstatě také. Děti by měly být vyslyšeny, ale také jak už bylo zmiňováno musí mít pevný řád, a to nejspíš chlapec B neměl. Jela jsem do školy i po té, co chlapec z diagnostického ústavu přijel a nevěřila jsem svým očím. Přišel ke mně, roztáhnul

ruce a chtěl objetí. Objala jsem ho a začali jsme si povídat. V diagnostickém ústavu prý byly skvělé učitelky i děti. Naučil se spoustu skvělých věcí jako například pravidelný řád a stanovená pravidla, která se musela dodržovat. Ráno si ustlat postel a po té jít na snídani. Po snídani se jít učit a potom si hodinu hrát. Bylo na chlapci B vidět, že když měl řád a stanovená pravidla začalo se mu to i líbit. Maminka se chlapci začala více věnovat a začali spolu trávit více času. Jsem ráda, že to s chlapcem B takhle dopadlo, protože je to velice milý kluk, který jen potřebuje pozornost.

28. Sociometrický výzkum

Jako další metodu jsem zvolila sociometrický výzkum, abych zjistila, jak moc jsou žáci k sobě navzájem přátelští a jak naopak ne. Rozdala jsem dětem list se dvěma otázkami, kde bylo napsáno: „Jaký žák nejvíce pomáhá ve třídě svým spolužákům“ a druhou otázkou bylo „Který žák nejméně spolupracuje s ostatními spolužáky“. Ve třídě je dohromady 20 žáků, kde 10 z nich jsou děvčata a 10 z nich jsou chlapci. Jelikož jsem byla měsíc v této třídě na pozorování, mohla jsem vybrat den, kdy byli všichni žáci ve škole a nebyli nemocní. Po vyhodnocení jsem se dozvěděla, že nejvíce ve třídě pomáhá jeden chlapec, který nemá nejlepší známky, ale i přesto, když něco pochopí on a jeho spolužák ne, snaží se pomoci, jak nejvíce dokáže. Ve čtyřech případech byl zmiňován i mimořádně nadaný žák s ADHD a tedy chlapec A.

Někteří žáci se i rozepsali o tom, že když má chlapec A dobrý den a dobrou náladu, rád poradí každému, kdo si o to řekne. V další otázce bylo uvedeno, který žák právě naopak spolupracuje nejméně s ostatními spolužáky. Zde bylo více negativních odpovědí na chlapce B, který se choval vulgárně a někdy i agresivně, když jej někdo poprosil o pomoc. Negativních odpovědí na chlapce B byla více než polovina žáků. Zbytek uvedlo děvče, které se přistěhovalo z Ukrajiny a s nikým se nebavilo. Podle odpovědí je dívka velice arogantní a nechápavá. Když k dívce někdo přišel, zda nepotřebuje pomoci, jen protáčela oči, nebo dělala že spí na lavici. Ale podle některých dívek, které jsou s ní ve styku mi bylo řečeno, že dívka spíš nerozumí, a proto se chová takto. Děvčata zkouší s dívkou mluvit pomocí google translate a někdy je to prý i zábava.

V sociometrickém výzkumu se tedy potvrdilo to, že žáci s ADHD jsou od sebe velice odlišní. Jeden pomáhat chce, když má dobrý den a není nějak negativně ovlivněn, a druhý nespolečně naopak vůbec a všechny posílá pryč, někdy i vulgárními nadávkami. Chlapec B je podle odpovědí hodně impulzivní a někdy až agresivní. Chlapec A rád pomůže, když

zrovna není zneklidněn. Chlapec B si s dětmi spíše hraje a vymýšlí různé vylomeniny, než aby jim s něčím pomohl.

29. Doporučené postupy pro zlepšení vztahů ve třídě

Z celkových rozhovorů a vlastního pozorování jsem zjistila, že žáci s ADHD ve čtvrté třídě jsou spíše nespolečenší a v některých situacích až agresivní. Bylo by dobré, kdyby ve třídě, kde jsem měla rozhovor, a byla jsem zde na pozorování, měli žáci s ADHD vymezený prostor na zklidnění. Není vždy dobré měnit pokaždé místo pro jejich zklidnění. Nejlepším způsobem by bylo například umístit nějaký stůl i do kabinetu, kde se dítě uklidní a nebude mít kolem sebe žádné rušivé elementy a žádné spolužáky po určitou dobu, než se jeho mysl více uklidní.

Dalším způsobem pro zlepšení například při vykřikování, jak již zmiňovala paní učitelka, neustálé opakování pravidel nebo školního řádu. Chlapci s ADHD nejsou ve třídě příliš oblíbení, jelikož při práci ve skupině moc nespolupracují a někdy i ničí věci svým spolužákům, což k dobrým vztahům mnohdy nepřispívá. Jak jsem již zmínila výše, je důležité, mít správně zajištěnou organizaci třídy. Žáka s ADHD posadit vedle žáka nadaného, aby mohl pomoci žákovi s ADHD. Tohle řešení by vyhovovalo více chlapci B. Dítě s ADHD by mělo mít více času například u diktátů, kdy musíme zajistit, aby dítě nebylo zbytečně nervózní a mělo tak dostatek času si vše promyslet. Můžeme si žáka vzít po dokončení diktátu do kabinetu a zopakovat dítěti věty ještě jednou, aby nedošlo k nastartování případného neklidu.

Jak jsem již zmiňovala, při pozorování jsem zjistila, že chlapec A je více nadaný, než právě chlapec B. Pro chlapce B by tedy bylo dobré vyzkoušet k němu posadit žáka nadaného pro případnou pomoc, kterou jsem zmínila výše. Naopak u chlapce A je lepší, aby seděl sám a aby si utřídil po každé vyučovací hodině své pracovní sešity a učebnice. Dobrým vztahům ve třídě můžeme také předcházet tím, že si vytvoříme svoje vlastní pravidla pro třídu, které musí všichni žáci dodržovat. Na začátku školního roku vyhotovíme smlouvu s vlastními pravidly, kterou všichni žáci podepíší. Pokud pravidla žáci nedodrží, následuje nějaký trest, který stanoví sama učitelka.

Metoda FIRST je v tomto případě také dobrou pomůckou pro lepší funkci celé třídy. Paní učitelka by se měla s touto metodou nejdříve seznámit (pokud sni již není seznámena) a následně ji aplikovat ve třídě.

Další, co by mohlo vztahům ve třídě pomoci je například bodovací plán (viz. příloha č.1). Děti by tento bodovací plán dělaly ve skupině po 10, jelikož ve třídě je 20 dětí. Rozdělíme tedy třídu na dvě skupiny dětí, což jsou v tomto případě 2 skupiny dětí, kde by v jedné i druhé skupině byl vždy jeden žák s ADHD. Na konci týdne každý žák vidí bodovací systém, kde se sečtou všechny body a podle toho, kdo má více bodů za vzorné plnění, ten vyhrává. Těm, kteří mají nejvíce bodů, určí učitelka odměnu a pokračuje se takto další týden, pokud se to žákům zalíbilo. Druhý tým, který prohrál, by se neměl trestat, ale naopak by měl být motivován k tomu, aby v této metodě pokračovali žáci i další týdny. Na další týden můžeme buď družstva obměnit, nebo nechat stejné, aby měl každý žák šanci na odměnu.

30. Vyhodnocení výzkumu

Při celkovém výzkumu, který jsem prováděla jsem zjistila mnoho zajímavostí o projevech ADHD a o samotném ADHD, jak v části praktické, tak v části teoretické.

V první části jsem se nejdříve seznámila s oběma chlapci, kteří navštěvovali čtvrtý ročník na základní škole. Zjistila jsem, že chlapec A je mimořádně nadaný a jeho známky pro něj znamenají mnoho. Není příliš společenský, ale někdy rád pomůže svým spolužákům, když má zrovna jeden ze svých lepších dnů. Má rád samotu a soustředí se spíše na školu a na své koníčky, jako jsou například komiksy, sběratelské kartičky pokémonů nebo rugby. Jeho otec je voják z povolání a jeho matka má 3 děti, tudíž na něj ani jeden nemá mnoho času. Chlapec B byl spíše agresivní a dělal různé vylomeniny, aby si jej jeho matka všimla. Jeho matka má nového přítele, který o chlapce nejeví žádný zájem, a proto ani matka nejeví o chlapce zájem a tvrdí, že na něj nemá čas.

V druhé části jsem prováděla rozhovor s učitelkou čtvrté třídy a s asistenty pedagoga. Téměř každý uvedl, že žáci s ADHD jsou spíše nespolečenší. V případě, že jsou agresivní ke svým spolužákům, jednají učitelka i asistenti stejným způsobem. Když mají společnou práci ve skupinách, žáci s ADHD spíše nespolupracují. V odpovědích na otázku jak žáci reagují, když se jim něco nedaří, taktéž uvedli učitelka spolu s asistenty zcela stejnou odpověď, že reagují agresivně, někdy až apaticky.

Ve třetí části mého výzkumu jsem prováděla sociometrický výzkum ve třídě, kde jsem každému dítěti dala papír se dvěma otázkami, které se týkaly vztahů ve třídě. Mnoho dětí v kladných otázkách uvádělo jiné žáky, než jsou žáci s ADHD a ve čtyřech případech uvedly chlapce A, a v dalších chlapce, který neměl dobré známky, ale když něco pochopil, pomohl

dalším. V druhé otázce, která byla spíše negativní, mnoho z žáků uvedlo právě chlapce B, který se chová v mnoha situacích spíše agresivně a někdy je na spolužáky i agresivní.

Jak jsem se tedy ze svého výzkumu dozvěděla, vztahové problémy žáků s ADHD s ostatními žáky na základní škole jsou velice časté, ale ne vždy je tomu tak. Každé dítě s ADHD se může chovat jinak a jejich projevy v chování jsou individuální, neboli dítě trpící poruchou ADHD nemusí být stejné jako jiné dítě s touto poruchou. Každopádně jsou děti s ADHD více nespolečenšší, když jsou roztěkaní nebo nemají zrovna svůj den.

Závěr

V diplomové práci jsem se zabývala vztahovými problémy žáků s ADHD na základní škole. V teoretické části jsem popsala terminologii ADHD a také ADD. Uvedla základní triádu poruchy ADHD a vysvětlila další možné příznaky. Dále jsem také uvedla diagnostiku a terapii pro ADHD, jak správně komunikovat mezi školou a rodiči a také mezi učiteli. Metody správného přístupu k dítěti s ADHD. Podrobný popis asistenta pedagoga a další potřebné informace k pochopení této diagnózy.

V praktické části jsem pracovala formou případové studie, kde jsem vypracovala otázky k rozhovoru s učitelkou a asistenty pedagoga na základní škole ve čtvrtém ročníku a jako druhou formu jsem zvolila formu pozorování. Dále jsem vytvořila sociometrický výzkum, kde jsem položila celé třídě dvě otázky, na které mi odpovídali. Cílem diplomové práce bylo zjistit, zda jsou žáci s ADHD ve třídě společenšší, jestli se chovají oba chlapci v dané situaci stejně, nebo zda dokážou spolupracovat ve skupině s ostatními žáky. Z rozhovorů a mého pozorování jsem zjistila, že každé dítě s ADHD reaguje na dané situace úplně jinak. Nyní uvedu odlišnosti těchto dvou zkoumaných chlapců s ADHD na základní škole pro porovnání.

Chlapec A

- V hodinách často vykřikuje, aniž by se přihlásil o slovo.
- Když se mu snaží spolužáci něco vysvětlit je spíše agresivní a kritiku nepřijímá v žádném případě
- Vždy má pravdu jen on a při skupinových projektech nenechá nikoho, aby se k práci připojil. Dělá vše sám a ve skupinových pracích spíše nespolupracuje.
- Žák, který má vynikající známky a při horším hodnocení, než je jednička velice neklidný a někdy má sklony i k sebepoškození (bití se do hlavy)
- Nemá příliš rád společnost a raději si čte komiksy nebo se učí, než aby šel ven se svými kamarády
- V nepříznivých situacích reaguje agresivně, ale po nějaké době si svoje chování uvědomí.
- Rodina chlapce je úplná, ale když otec není doma (jelikož je více času pracovně mimo domov) nemá chlapec A žádná pravidla.
- Při výtvarné výchově je velice roztěkaný a musí mít nejlepší výkres z celé třídy a proto často dělá vše zbrkle a neklidně.

Chlapec B

- Je agresivnější, než chlapec A.
- Otce nezná, jeho matka má o několik let mladšího přítele, kterého si vzala, a čeká sním potomka.
- Chlapec B se na sebe snaží upoutat pozornost tím, že dělá problémy a ničí věci ostatních spolužáků ve třídě.
- Jeho nálady se mění často i tím, jaké je zrovna venku počasí.
- Jednání chlapce je agresivní, ale po několika minutách, když něco provede, si často sám uvědomí, že to dělat neměl. Mnohdy se i omluví.
- Známky pro něj nejsou prioritou, a pokud nedostane horší známku než čtyřku, vzdělání neřeší.
- V hodinách vyrušuje spíše vulgarismy než častým vykřikováním.
- Nevydrží udržet pozornost všechny vyučovací hodiny, poslední dvě hodiny vždy leží na lavici nebo si kreslí do učebnic a sešitů nesmyslné obrázky.

- Při skupinové práci se nezapojuje, je mu jedno kdo práci udělá, když za ni dostane dobrou známku.

Tato diplomová práce mi dala hodně zkušeností a nových poznatků, co se týče ADHD, a já jsem za tuto příležitost velice ráda. Ze začátku jsem nevěděla, že každé dítě s ADHD má jiné problémy, jinak pracuje se svými spolužáky a jinak se také i chová.

Přílohy :

Příloha č.1

Čís.	Hotovo?! Zvládnuto?!	Po		Út		St		Čt		Pá	
		D	U	D	U	D	U	D	U	D	U
	Kontrola: D = dítě, U = učitelka										
1.	Byl jsem dnes ve škole včas.										
2.	Ve vyučování jsem byl aktivní a často jsem se hlásil.										
3.	Všechny domácí úkoly jsem náležitě udělal!										
4.	Bodů maximálně Kolika bodů dosaženo?										
	Celkem										

Kontrolní seznam pro školu dne _____

Mnemotechnické pomůcky

Když budu chtít,
bude všude klid.

V klidu je síla.

Krev se nevaří,
vše se podaří.

Bdělý a čilý -
jak v úlu včely.

Když se při soustředění
nic nepropásne,
jde mi to učení
jak po másle.

Třídní smlouva

Naše pravidla

1. Chováme se k sobě přátelsky, čestně a s respektem.
2. Podporujeme se a pomáháme si.
3. Díváme se na sebe, když spolu mluvíme.
4. Nasloucháme si.
5. Čekáme, až přijdeme na řadu.
6. Jsme plně soustředěni a nerozptylujeme se.
7. S věcmi zacházíme opatrně.
8. Hovoříme o konfliktech a problémech a společně hledáme řešení.
9. Když porušíme pravidla, setká se odpoledne celá třída a uspořádáme třídní radu.
10. U závažnějších porušení jsou bezprostředně informováni rodiče.



Smlouvu akceptuju a slibuju, že ji budu dodržovat!

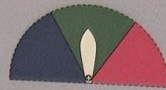
Místo, datum

Podpisy členů třídy

Triky pro organizaci činnosti

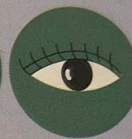
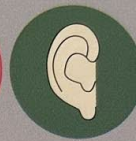
Příprava!

- Uvedu svůj motor na správný počet otáček
- Nachystám si své místo na práci
- Dbám na vzpřímené držení těla



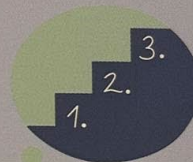
Stop! Pozor!

- Pořádně se dívám
- Pořádně poslouchám



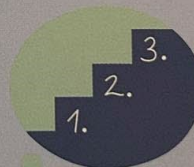
Přemýšlet!

- Co je mým úkolem?
- Co pro úkol potřebuju?
- Co je můj plán?
- Jaké jsou jednotlivé pracovní kroky?
- Které triky mi mohou pomoci?



Začít & vydržet!

- Pracuju pečlivě
- Pracuju krok za krokem
- Pracuju správným tempem
- Nenechám se přerušit
- Pracuju, dokud nedosáhnu cíle



Stop! Kontrola!

- Kontroluju
- Pozorně sleduju
- Kontrola s prstem
- Jsem opravdu hotový/á?
- Teď pečlivě opravuju



Uklidit pracoviště!

- Deska stolu je prázdná
- Nástroje/materiál jsou na svém místě
- Jsem na sebe pyšný/á!



Použitá literatura:

1. Barkley RA. Attention – Deficit hyperaktivity disorder. A handbook for diagnosis and treatment. New York: The Guilford Press 2006.
2. CARTER, Cheryl R. Dítě s ADHD a ADD doma i ve škole: praktický rádce pro rodiče i učitele. Praha: Portál, 2014. ISBN 978-80-262-0621-7.
3. DRTÍLKOVÁ, I., ŠEDÝ, O., Hyperkinetická porucha ADHD, Praha: Galén, 2007.
4. GOETZ, Michal a UHLÍKOVÁ, Petra. ADHD - porucha pozornosti s hyperaktivitou: příručka pro starostlivé rodiče a zodpovědné učitele. Praha: Galén, c2009. ISBN isbn978-80-7262-630-4.
5. JUCOVIČOVÁ, Drahomíra a ŽÁČKOVÁ, Hana. Máme dítě s ADHD: rady pro rodiče. Praha: Grada Publishing, 2015. ISBN 978-80-247-5347-8.
6. KENDÍKOVÁ, Jitka. ADHD krok za krokem. Dobrá škola. Praha: Raabe, [2019]. ISBN 978-80-7496-438-1.
7. Matějček, Z. Po dobrém nebo po zlém? Portál: Praha 2000. ISBN: 80-7178-486-9.
8. Müller, O. Terapie ve speciální pedagogice. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 2005. ISBN 80-244-1075-3.
9. MUNDEN, A., ARCELUS, J. Poruchy pozornosti a hyperaktivita. Praha: Portál 2002. ISBN 80 – 7178-019-7.
10. MUNDEN, A. – ARCELUS, J. Poruchy pozornosti a hyperaktivita. Praha: Portál, 2006. ISBN 80-736-188-3.

11. PACLT, Ivo, Radek PTÁČEK a Jakub FLORIAN, 2006. Hyperaktivita. Praha: Vzdělávací institut ochrany dětí. ISBN 80-86991-71-7.
12. PACLT, Ivo. Hyperkinetická porucha a poruchy chování. Psyché (Grada). Praha: Grada, 2007. ISBN 978-80-247-1426-4.
13. Pokorná, V. Teorie a náprava vývojových poruch učení a chování. Praha: Portál, 2001. ISBN 80-7178-570-9.
14. Riefová, S. F. Nesoustředěné a neklidné dítě ve škole. Praha: Portál, 2007. ISBN 80-7178-287-4.
15. REIFOVÁ, S. F. Nesoustředěné a neklidné dítě ve škole. Praha: Portál 1999. ISBN 80 – 7178-174-6.
16. RIEF, Sandra F. Nesoustředěné a neklidné dítě ve škole: praktické postupy pro vyučování a výchovu dětí s ADHD. Vyd. 4. Přeložil Lenka STAŇKOVÁ. Speciální pedagogika (Portál). Praha: Portál, 2010. ISBN 978-80-7367-728-2.
17. ŠVAŘÍČEK, Roman a ŠEĐOVÁ, Klára. *Kvalitativní výzkum v pedagogických vědách*. Praha: Portál, 2007. ISBN isbn978-80-7367-313-0.
18. TRAIN, Alan. Nejčastější poruchy chování dětí: jak je rozpoznat a kdy se obrátit na odborníka. Praha: Portál, 2001. ISBN 80-7178-503-2.
19. TRAIN, Alan. Specifické poruchy chování a pozornosti: jak jednat s velmi neklidnými dětmi. Speciální pedagogika (Portál). Praha: Portál, 1997. ISBN 80-7178-131-2.
20. TRAIN, A. Nejčastější poruchy chování dětí. Praha: Portál, 2001. ISBN 80-7178-503-2.
21. TŘESOHILAVOVÁ, J. A KOLEKTIV Lehká mozková dysfunkce v dětském věku. Praha: Avicenum 1986 ISBN 08 – 047- 86.

22. UZLOVÁ, I. Asistence lidem s postižením a znevýhodněním: praktický průvodce pro osobní a pedagogické asistenty. Praha: Portál, 2010, s. 45
23. VÁGNEROVÁ, Marie. Psychopatologie pro pomáhající profese: variabilita a patologie lidské psychiky. Praha: Portál, 1999. ISBN 80-7178-214-9.
24. WINTER, Britta. Jak na ADHD a problémy s pozorností: praktické tipy pro každý den. Přeložila Zuzana MIKESKOVÁ. Brno: Edika, 2018. ISBN 978-80-266-1304-6.
25. YARNEY, Susan. Povím vám o ADHD: průvodce pro rodinu a přátele. Brno: Edika, 2014. Tipy pro odborníky. ISBN 978-80-266-0565-2.
26. ZELINKOVÁ, Olga. Cizí jazyky a specifické poruchy učení. Havlíčkův Brod: Tobiáš, 2006. ISBN 80-7311-022-9
27. ŽÁČKOVÁ, Hana a JUCOVIČOVÁ, Drahomíra. Nepozornost, hyperaktivita a impulzivita: zápor i klady ADHD v dospělosti. Praha: Grada, 2017. ISBN 978-80-271-0204-4.

Internetové zdroje:

1. MICHALÍK, J., BASLEROVÁ, P., FELCMANOVÁ, L. a kol., 2015b. Katalog podpůrných opatření: obecná část: pro žáky s potřebou podpory ve vzdělávání z důvodu zdravotního nebo sociálního znevýhodnění [online]. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci. [vid. 2021- 01-11]. ISBN 978-80-244-4675-2. Dostupné z: <http://katalogpo.upol.cz/wpcontent/uploads/katalog-vseobecny.pdf>
2. BEDŘICH, Martin. *Léčivá síla hudby u dětí*. Online. 2024. Dostupné z: <https://nakladatelstvi.portal.cz/casopisy/psychologie-dnes/99907/leciva-sila-hudby-u-deti>. [cit. 2024-04-15].

3. *Inkluze v praxi*. Online. 2018. Dostupné z: <http://www.inkluzevpraxi.cz/kategorie-ucitel/1452-jak-podporit-dite-s-adhd-ve-skole>. [cit. 2024-04-15].
4. *MKN-10 klasifikace*. Online. 2023. Dostupné z: <https://mkn10.uzis.cz/prohlizec/F90-F98>. [cit. 2024-04-15].
5. *EUC.CZ*. Online. 2023. Dostupné z: <https://euc.cz/clanky-a-novinky/clanky/add-neboli-porucha-pozornosti-projevy-priciny-a-moznosti-terapie/>. [cit. 2024-04-15].
6. *ADHD MAMIEE*. Online. 2017. Dostupné z: <https://www.mamiee.cz/a/adhd-nezlobi-to-dite-nejak-moc>. [cit. 2024-04-15].
7. HALUSKOVÁ, Veronika. *Brainmarket*. Online. 2023. Dostupné z: <https://www.brainmarket.cz/nase-novinky/adhd-neboli-porucha-pozornosti--priznaky--myty-a-doplanky-stravy--ktere-mohou-pomoci/>. [cit. 2024-04-15].
8. *Jogadnes.cz*. Online. 2021. Dostupné z: <https://www.jogadnes.cz/joga/joga-a-dechova-cviceni-maji-pozitivni-vliv-na-deti-s-adhd-5477/>. [cit. 2024-04-16].

Obrázky v příloze

WINTER, Britta. *Jak na ADHD a problémy s pozorností: praktické tipy pro každý den*. Přeložila Zuzana MIKESKOVÁ. Brno: Edika, 2018. ISBN 978-80-266-1304-6.