



# Syndrom ADHD v dětství a dospívání

Psy 260, 4.4. 2015

Martina Kotková

Dobrý den, máme syna Tomáše (10 let). Teď chodí do 4.B Základní školy Na Malém vrchu. Tomík má problémy s vrstevníky už od předškolního věku. Ale teď ve škole je to mnohem horší. Ve třídě je 28 dětí a Tomík mezi nimi nemá skoro žádné kamarády. Jediným jeho kamarádem je Marek. Ostatní na něj jen žalují a dělají si z něj hromosvod. Učitelky ho neustále napomínají, řeší třeba celou hodinu s ostatními žáky před synem jeho chování. On už na všechno odpovídá, že mu je to jedno, že stejně jiný nebude. A není divu, vždyť neslyší jediné pozitivní slovo. Stále je narušitelem třídy. Za trest ho neberou na výlety, do kina nebo divadla apod.

Spolupracujeme s psychiatrickou, která jediná dokázala synovi pomoci. Dostal lék Ritalin a musím říci, že se jeho chování hodně zlepšilo. Roky před tím jsme vyzkoušeli snad všechno, ale nikdo nám nepomohl. Ve škole dokonce zavolali sociálku, která ho odvezla do diagnostického ústavu. Po měsíci ho předali do výchovného ústavu, s tím, že tam patří. Po 14 dnech nám bylo řečeno, že tam nepatří a byl poslán na psychiatrii. Tam je 2 měsíce a konečně to má nějaký výsledek. Byla mu zrušena ústavní výchova a mohl se vrátit domů.

- 1) Kolik bylo Tomášovi let?
- 2) Jak se jmenuje škola, kam Tomáš chodí?
- 3) Do jaké třídy Tomáš chodí?
- 4) Jak se jmenuje Tomášův psychiatr?
- 5) Jak dlouho byl Tomáš ve výchovném ústavu?
- 6) Kdo inicioval Tomášův pobyt v diagnostickém ústavu?
- 7) Kolik dětí bylo ve třídě?

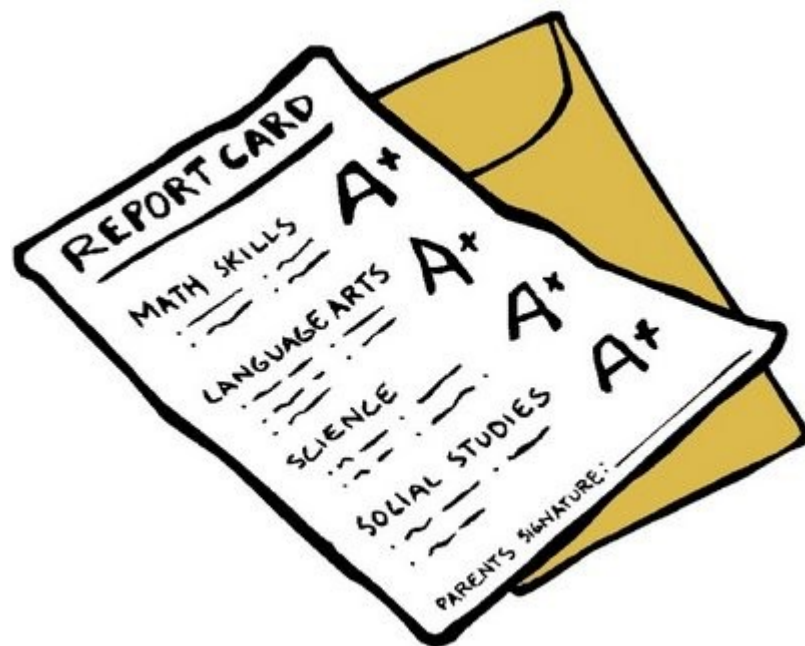
- 1) Kolik bylo Tomášovi let? **10**
- 2) Jak se jmenuje škola, kam Tomáš chodí?  
**Základní škola Na Malém vrchu**
- 3) Do jaké třídy Tomáš chodí? **4.B**
- 4) Jak se jmenuje Tomášův psychiatr?  
**nijak, chodil k psychiatričce**
- 5) Jak dlouho byl Tomáš ve výchovném ústavu?  
**14 dní**
- 6) Kdo inicioval Tomášův pobyt v diagnostickém ústavu?  
**„sociálka“**
- 7) Kolik dětí bylo ve třídě? **28**

# Jaké je to mít ADHD?

- vše správně = 1
- 1-2 chyba = 2
- 3 chyby = 3
- 4 chyby = 4
- 5 a více chyb = 5

Jaké to pro vás bylo?

- Byli jste ve stresu?
- Nevěděli jste, co dřív dělat?



# Diagnóza ADHD



- ADHD (Attention Deficit Hyperactivity Disorder – porucha pozornosti s hyperaktivitou)
- Symptomy ADD (Attention Deficit Disorder) – prostá porucha pozornosti
- Jedná se o neurovývojovou poruchu
- Syptomy ADHD poprvé popsány již v roce 1901 Georgem Stilleem.

## Během 20. Století různá terminologie:

- Syndromy duševních poruch mozku (brain disorders)
- Lehká dětská encefalopatie
- Minimální mozková dysfunkce (minimal brain damage) a lehká mozková dysfunkce (**LMD**)
- Syndrom ADHD nebo hyperkinetické poruchy (MKN – F90)

→ Posun od popisu příčiny po popis symptomů, tj. příznaků.

# Problémy s diagnózou

- ADHD patří mezi nejprobádanější duševní a emoční poruchy, přesto je nejednotnost v tom, jak jednotliví odborníci ADHD vnímají – z toho plyne i rozdílnost přístupů.

- ADHD jako „oblíbená diagnóza“



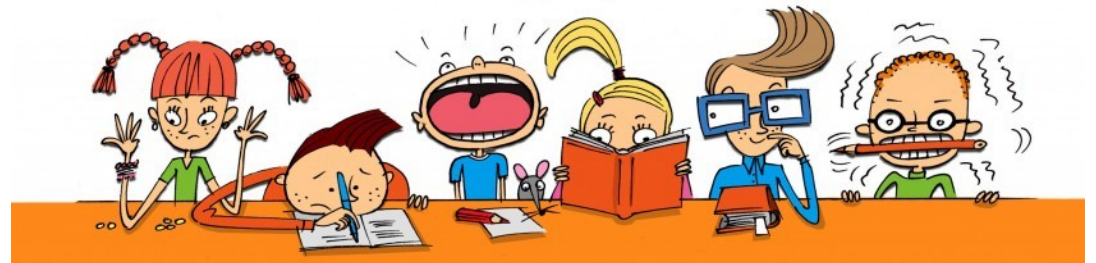
# Projevy ADHD

- Nepozornost
- Nadměrná aktivita
- Impulzivita

Neadekvátní věku

## Příznaky:

- Alespoň 6 měsíců
- Doma i ve škole
- Již před 7. rokem



<https://www.youtube.com/watch?v=1Glx-JYdLZs>



# Projevy ADHD: Nepozornost

- Nedokáže dávat pozor na detaily, dělá chyby z nepozornosti
- Má potíže udržet nepřetržitě pozornost
- Vypadá, že neposlouchá, i když se mluví přímo na něj
- Nedodrží, co se mu zadá, není schopno dokončit úkol, odkládá úkoly
- Je snadno vyrušeno vnějšími podněty
- Je zapomnětlivý
- Ztrácí věci



# Projevy ADHD: Nadměrná aktivita

- Často si pohrává s rukama, nohama, vrtí se
- Vyskakuje, když má delší dobu sedět
- Pobíhá dokola nebo šplhá po věcech (u adolescentů a dospělých spíše jako pocit neklidu)
- Má potíže hrát si potichu
- Jakoby neustále „na pochodu“



# Projevy ADHD: Impulzivita

- Vyhrkne odpověď, ještě než byla dokončena otázka
- Vykřikuje nevhodné komentáře dříve než si uvědomí, co říká
- Bez kontroly ukazuje svoje emoce
- Je pro něj těžké čekat, než na něj přijde řada
- Přerušuje ostatní a skáče jim do řeči

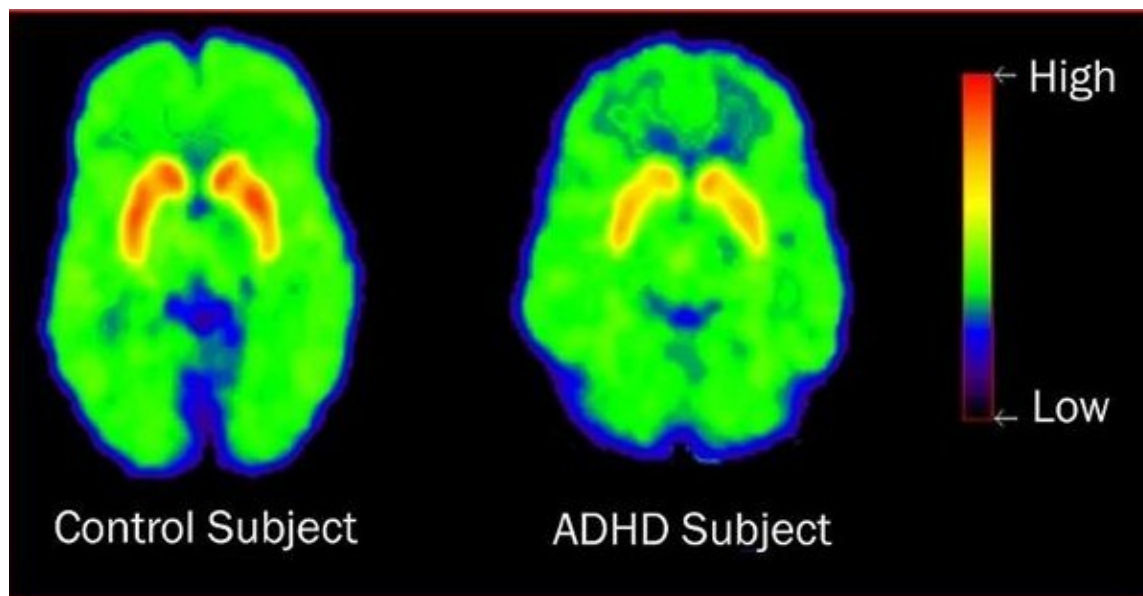
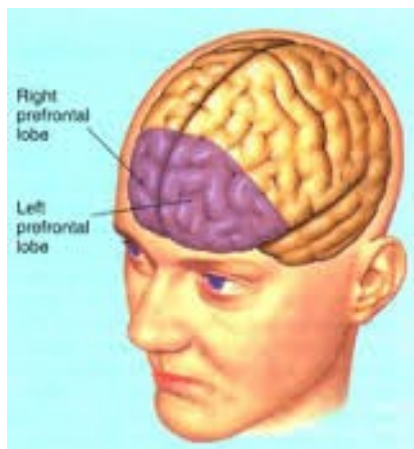


# Etiologie ADHD

- Dědičnost
- Rizikové těhotenství (návykové látky, úraz, vyšší hladina stresu)
- Rizikový porod (předčasný, nízká porodní váha, novorozenecká žloutenka)
- Nedostatečná výchova bez hranic
- Neurologické důvody (neurotransmitery)
- Častěji u chlapců, 2-12 % v populaci



- Osoby s ADHD mají o cca 10 % menší prefrontální lalok, což je část mozku zodpovědná za exekutivní funkce jako plánování, řešení problémů, zaměřování pozornosti a kontrolu vlastního chování.



<http://www.healthguideinfo.com/causes-of-add-adhd/p117868/>  
<https://www.youtube.com/watch?v=RMaCE5RT54c>

# Hyperaktivita a další diagnózy:

- **Mimořádné nadání a ADHD** – tyto děti ve škole mohou často „dorovnávat“ potíže způsobené ADHD intelektovými schopnostmi. I přesto to pro ně a s nimi může být složité.
- **Překrývání s SPU** – je časté (podobné dílčí specifické obtíže) a má velký vliv na učební dovednosti
- **Nízké či „hraniční“ nadání** – tyto děti to mají ve škole velmi složité. I přestože někdy ZŠ zvládají obtížně, nelze přestup na školu speciální, i když by přinesl úlevu. Základy učiva!!!
- **Neurotické založení** - tyto děti to mají ve škole velmi složité.
- **Vady řeči** – další velký vliv na komunikaci!



# Co s tím?

Zkuste ve skupinkách vymyslet, co doporučit/jak pracovat s:



**Učiteli**



**Rodiči**



**Dítěti**

# Doporučení učitelům

- Nebrat si chování dítěte osobně
- Výběr základního učiva a to procvičovat a opakovat
- Vycházet ze zkušenosti dítěte a využívat praktické věci
- Zapojovat různé smysly, pohyb
- Nácvik a pravidelné využívání různých relaxačních cvičení
- Využívat pomůcky: tabulky, přehledy, mnemotechnické pomůcky
- Sjednotit výchovné přístupy v rámci školy!
- Individuální hledání cest k učení a toho, co pomáhá (motivační systém)
- Vhodné místo ve třídě, přehledné prostředí třídy
- Střídání činností, umožnění změny pracovní polohy
- Rozfázování aktivity – vést k tomu i dítě
- Upoutávání pozornosti dítěte – změna intenzity a zabarvení hlasu; pracovat s dítětem ve chvíli, kdy se nejvíc soustředí; na drobný neklid nereagovat
- Zakrýt ostatní úkoly, když je jich velké množství – může usnadnit orientaci
- Vhodně dítě zaměstnat, aktivní trávení volného času (v hodině i o přestávkách)





# Doporučení rodičům

- Hranice!!!
- Láskyplné přijetí
- Zpětná vazba na chování  
(„Nelíbí se mi, když někomu ubližuješ.“  
vs. „Jsi zlý.“)
- Pozitivní motivace funguje lépe.
- Dost dobrý rodič
- Právo být našťvaný → ventilace emocí,  
prostor pro sebe
- Sdílení s dalšími rodiči – podpůrné skupiny
- Praktické rady (viz učitelé)
- Strava: pozor na Éčka a energetáky
  
- Časté chyby:
  - Přetěžování („Má přeci spoustu energie ...“)
  - Omlouvání diagnózou („On za to nemůže, má přeci ADHD.“)



# A co s dítětem?

- Sebevědomí „Některé věci mi jdou hůř, ale nejsem proto horší než ostatní“, „Zvládnou to.“
- Všímat si a zvědomovat pocity
- Medikace ?
- Trénink pozornosti
- Přirozené důsledky chování
- Mít někoho, komu to může říci
- Vědět, co pomáhá
- Aktivity, které dítě baví



# Děkuji za pozornost



- Prezentace zpracována na základě materiálu:  
Masopustová, Z. (2013). *Podpora rozvoje dítěte s ADHD ve školním a předškolním věku*. Brno: CRSP.