

ADHD, ADD

- **ADHD (Attention Deficit Hyperactivity Disorder)**
 - Porucha pozornost s hyperaktivitou
- **ADD (Attention Deficit Disorder)**
 - Porucha pozornosti bez hyperaktivity
- Neurovývojový syndrom, který je daný narušením oblastí mozku
- Projevuje se dlouhodobě nepřiměřenou úrovní **pozornosti, impulsivity a hyperaktivity**
 - Alespoň 6 měsíců, doma i ve škole, vývoj neadekvátní věku
- Diagnózu může stanovit psychiatr, neurolog, klinický psycholog

Výskyt

- 6-9 % v dětské populaci
- Výskyt v poměru 10:1 v neprospěch kluků
- U dívek častější ADD

Příznaky

- **Poruchy pozornosti**
 - Obtížná koncentrace na úkoly
 - Nedokáže udržet pozornost
 - Zdá se, že neposlouchá
 - Nedokončuje započaté činnosti
 - Vyhýbá se úkolům s velkým mentálním úsilím
 - Nepořádnost, roztržitost, ztrácení věcí
 - Potíže věnovat pozornost nejen úkolům ve škole, ale také soustředit se na praktické dovednosti
- **Hyperaktivita**
 - Neposedný, vrtí se, nevydrží sedět
 - Pobíhá – pořád v pohybu
 - Vyrušuje, je hlučný, obtížné zachovávat klid
 - Mnohomluvný
 - Chování je nepřiměřené a nevhodné vzhledem k situaci
 - Sklon k neustálému povídání, vykřikování, skáčkou do řeči, roztržité, zapomínají a ztrácejí věci
- **Impulsivita**
 - Nezadržitelný v řeči
 - Odpověď vyhrkne bez přemýšlení
 - Nedokáže čekat
 - Přerušuje ostatní v činnostech, skáče do řeči
 - V danou chvíli se věnují tomu, co je nejpřitažlivější

Obtíže dětí s ADHD

- Sebekontrola
- Soustředění – lehké rozptýlení
- Duchem nepřítomni
- Skáčkou do řeči

- Snížená kontrola míry nebezpečí
- Špatný smysl pro čas
- Problémy plánovat
- Nízké sebehodnocení
- Silné emoční projevy
- Sociální signály nevnímají, vnímají opožděně – sociální izolace
- Zhoršená motorická koordinace
- Poruchy senzomotorických funkcí
- Potíže s dodržováním pravidel – proto často první obtíže po nástupu školní docházky

Silné stránky

- Kreativita
- Nadšení pro věc
- Starostliví
- Rychle (i roztěkaně) jim to myslí
- Dobře se intuitivně učí

Podpůrná opatření ve vzdělávání

- Řád, hranice, pravidla, struktura
- Prostředí třídy – „klasické frontální uspořádání“
- Pracovní místo dítěte – segmenty, příprava pomůcek
- Segmenty – škola i doma, místo pro relaxaci
- Koncentrace – oslovení, oční kontakt
- Zadání – pokyny jasné, stručné, v písemné podobě, pokyny rozfázovat
- Využívat názor, praktické věci, zkušenost dítěte, vizualizace
- Úkoly – na stejné místo na tabuli, ponechat dlouhou dobu, kontrola zapsání
- Zklidnění, zmírnění projevů hyperaktivity
- Umožnit pohyb, krátké přestávky, častější střídání činností, psychomotorická cvičení
- Řízení chování (semafor, dohody, tabulky – sebehodnocení)
- Relaxace
- Neposedné prsty – „overball pod lavicí, „spinner“
- Podporovat pozitivní motivaci
- Rozvíjet pozitivní sebepojetí a sebehodnocení
- Emocionální podmínky – bezradnost (semafor)

Literatura

WOLFDIETER, J. a A. TROJANOVÁ. ADHD-100 tipů pro rodiče a učitele. Edika, 2013. ISBN 9788026601586

CARTER, Cheryl R. *Dítě s ADHD a ADD doma i ve škole: praktický rádce pro rodiče i učitele*. Praha: Portál, 2014. ISBN isbn:978-80-262-0621-7.

RIEF, Sandra F. *Nesoustředěné a neklidné dítě ve škole: praktické postupy pro vyučování a výchovu dětí s ADHD*. Vyd. 4. Přeložil Lenka STAŇKOVÁ. Praha: Portál, 2010. Speciální pedagogika (Portál). ISBN 978-80-7367-728-2.

