

# ADHD

MGR. PETRA RYŠKOVÁ



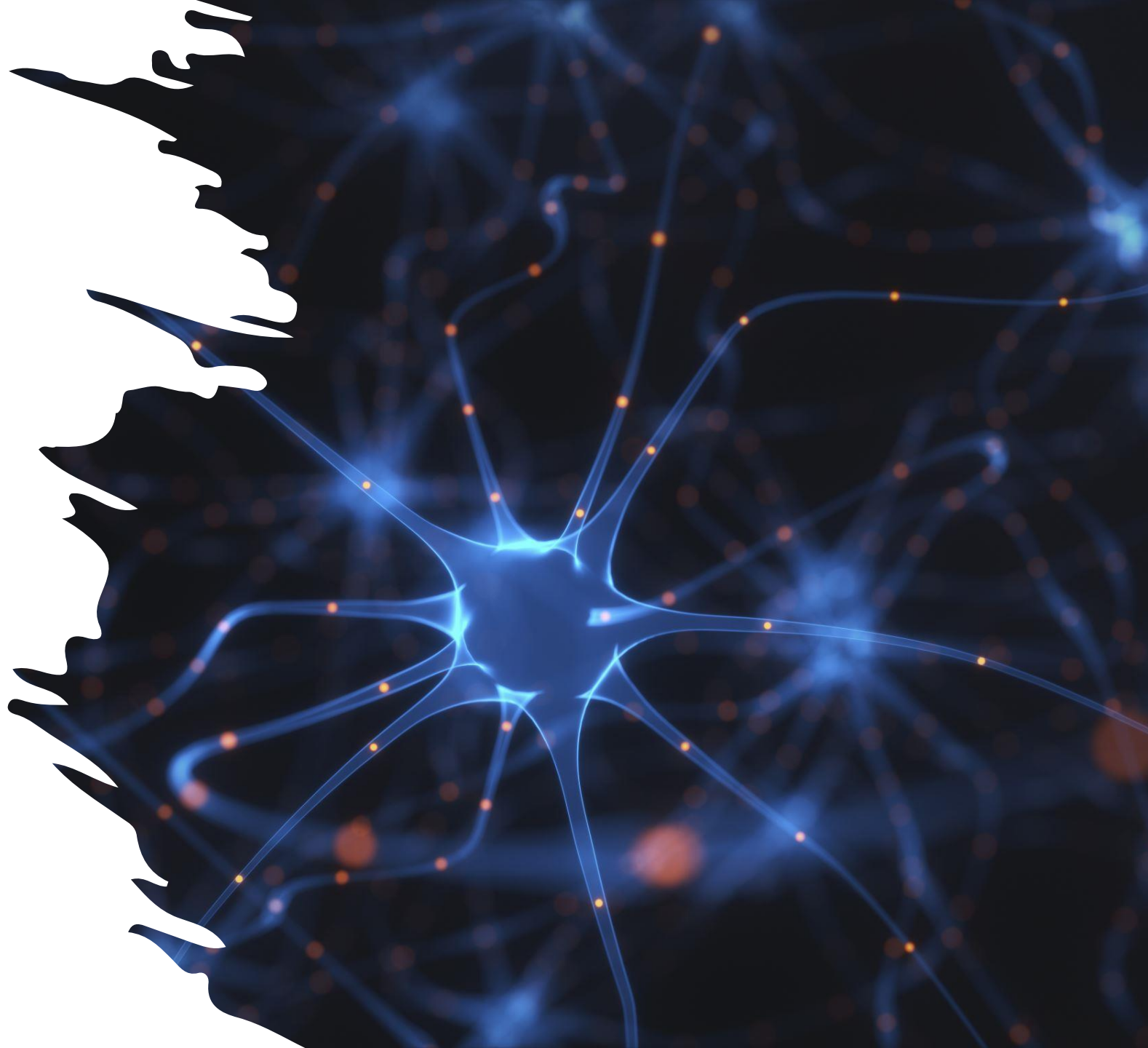
## Definice

„... ADHD je vývojová porucha charakteristická věku dítěte **nepříjemným stupněm pozornosti, hyperaktivity a impulzivity**. Potíže jsou chronické a nelze je vysvětlit neurologických, senzorických nebo motorických postižení, mentální retardace nebo závažných emočních problémů.“  
(Berkley in Zelinková, 2015, s. 195).

- Objevení před dvanáctým rokem života dítěte.
- Přetrvávají nejméně 6 měsíců.
- Takové stupně, že to není vývojová odchylka.
- Ve více prostředích z nich alespoň jedním je škola.

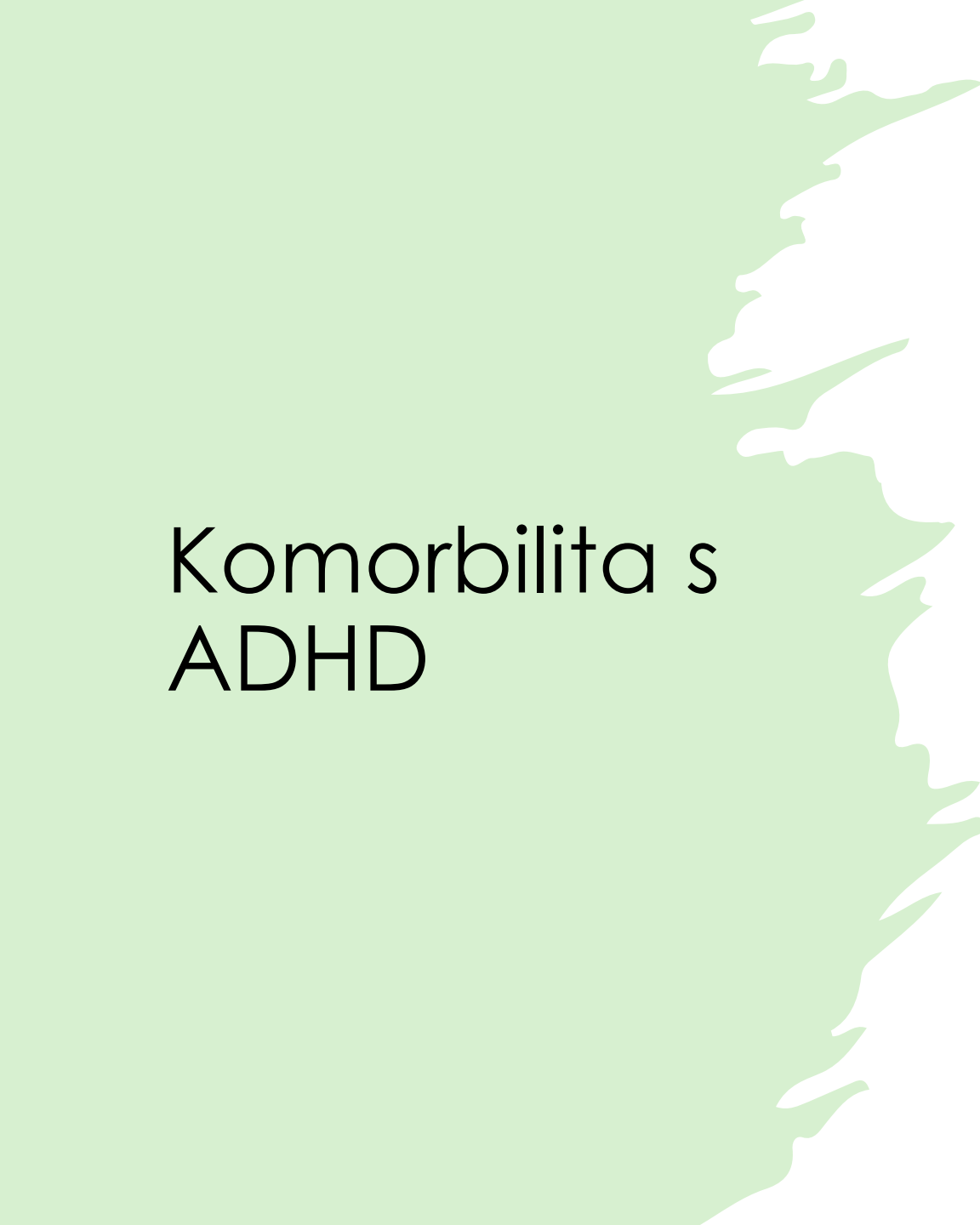
# Terminologie

- Lehká mozková dysfunkce
- Lehká dětská ecefalopati
- Hyperkinetická porucha
  
- ADHD x ADD
- Porucha pozornosti a hyperaktivity x porucha pozornosti bez přítomnosti hyperaktivity



# Etiologie a výskyt

- Vysoká úroveň dědičnosti (až 50%).
  - Prenatální a perinatální potíže.
  - 5-10% dětské populace.
  - Častější u chlapců.
  - Přibližně u 50% případů dojde okolo 12 roku k samovolnému ústupu problémů.
- 
- **Dopaminový a noradrenalinový systém**
  - **Nízká hladina** - nerozlišujeme rozdíl mezi podstatným a nepodstatným - vše je stejně důležité
  - **Vysoká hladina** - přílišné zaměření na jedno, reagujeme na okolí.



# Komorbilita s ADHD

- **60% lidí s ADHD trpí jinou sekundární poruchou**
- **Nejčastější z nich jsou:**
  - Depresivní poruchy
  - Úzkostné poruchy
  - **PCHE**
  - **SPU a PAS**
  - Závislostní chování (3x více než v intaktní populaci)

A light green brushstroke graphic, resembling a paintbrush stroke, with a soft, irregular edge. It is positioned in the upper half of the page, behind the text.

Tři hlavní příznaky

Pozornost: Duševní schopnost, pomocí které se dokážeme zaměřit na určitý objekt a děj.

## **Rozsah pozornosti**

- Určuje velikost oblasti, ve které vnímáme předměty.
- **Rozptýlená pozornost**
- Těkání očima po podmínkách
- Všímání si jakýkoliv podnětů.
- Cokoli odvede pozornost.

## **Zaměření pozornosti**

- Zaměření se na konkrétní podmět a ostatní odsunout do pozadí.
- **Potíže s figurou a pozadí**
- Dění snění, nevnímání okolí.
- Vypadá, že neslyší, nevidí.
- Časté řešení konkrétních detailů a ne celku.



# Hyperaktivita

- Nepřiměřená úroveň motorické nebo hlasové aktivity.
- **Střídání časté střídání velkého výdeje energie a únavy.**
- Motorický neklid, vnitřní tenze.
  
- Práce s uvolnění, relaxací.
- Míček do ruky, skákací míček.





# Impulzivita

- Jednání bez předchozí volní kontroly.
- Ovlivňuje schopnost seriality.
- Ovlivňuje úroveň sebekontroly, exekutivních funkcí.
- Má vliv na citlivost a intenzitu reakce.
- **Ovlivňuje sebepojetí.**
- V dospělosti je vnímána jako nejpálčivější potíže.
- **Má souvislost s nižší frustrační tolerancí, náladovostí, menší trpělivostí při učení a přizpůsobení se podmínkám.**



# Projevy ADHD v mateřské škole

- Nerovnoměrný vývoj (často horší motorika, NKS)
- Zvýšená afektivity, nižší frustrační tolerance, náladovost, neposlušnost.
- Problémy přizpůsobit se režimu.
- Zvýšená potřeby po pozornosti, potíže se začleněním do kolektivu.
- Problémy s osvojováním si nových činností, sociálních návyků.
- Nedokončování úkolů, odbíhání od činností, potřeba pohybu.
- Z důvodu nerovnoměrného zrání CNS častý odklad povinné školní docházky



# Metody výuky



Zvýšená zpětná vazba.



Pozitivní posilování (trest X odměna)



Střídání aktivních a pasivních aktivit.



Respektování učebního stylu (globální stylučení).



Důraz na vizualizaci rozvrhu, úkolů, vizualizaci času, vizualizaci průběhu aktivit.



Dbát na rozvoj učebních strategií např. FIE, KUPOZ, ROPRATEM

# Organizace výuky



Využívání jednotné struktury výuky, pravidelného režimu (tento režim mít vizuálně znázorněný).



Tvorba pravidel a tyto pravidla s pedagogickým taktem dítěti připomínat (zaměřit se na pozitivní zpětnou vazbu).



Spíše méně věcí, než více.



Spíše kratší oddělené úkoly s vyhodnocením.



Využívání sebehodnocení.

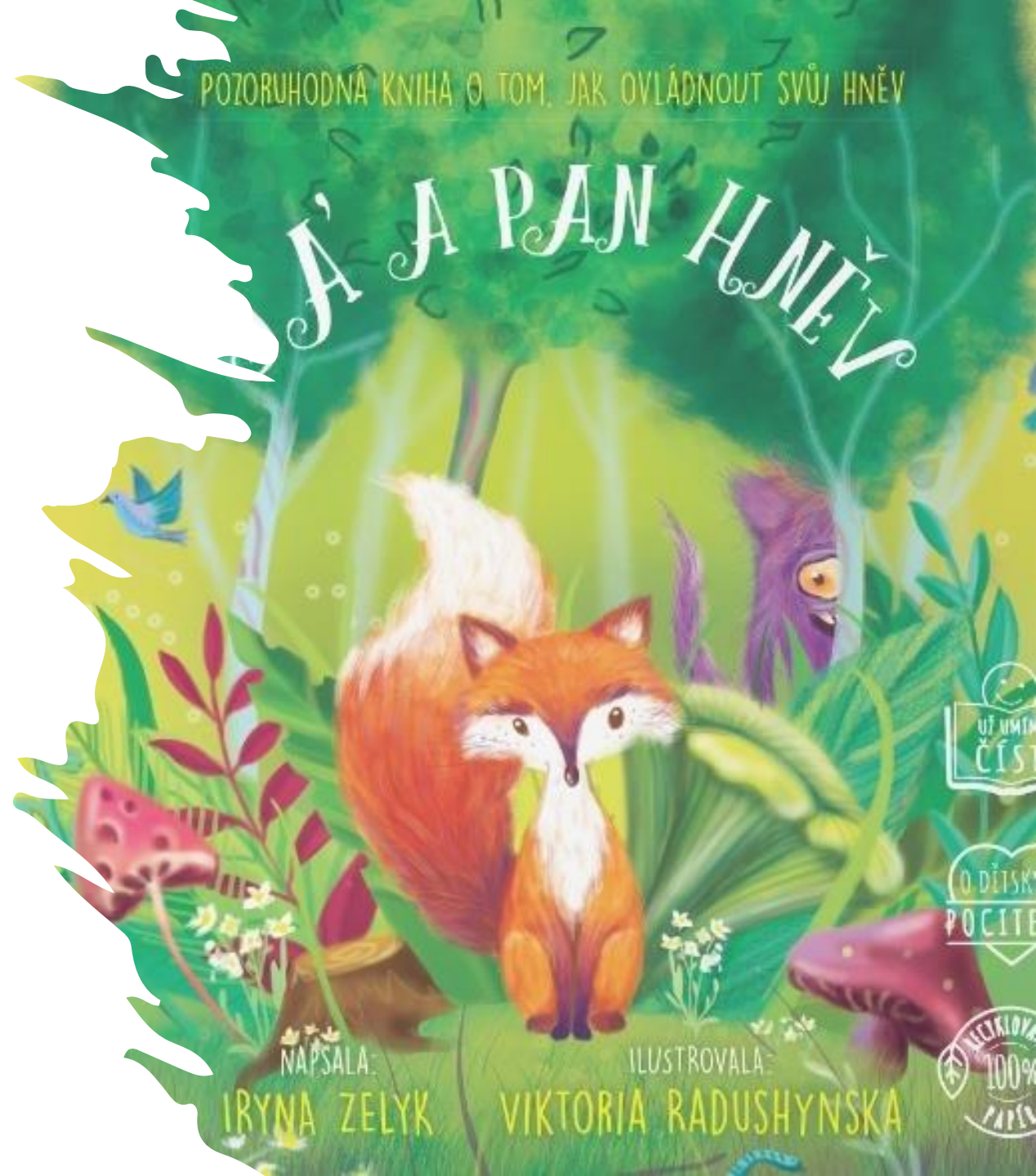


Zařazení aktivních relaxační cvičení.



# Publikace vhodné pro děti a ADHD

- Emušáci - Ferda a jeho emoce
- Moře emocí, Stavý
- Tygr dělá uáá uáá
- Já a pan Hněv



# Programy vhodné pro děti s ADHD

- **KuPREV**
- Preventivní program pro děti od 4 do 8 roků.
- Primárně a sekundární prevence (1+2)
- Těžiště je práce doma max 15 minut denně po dobu 15 týdnů.
- Zaměřený na orientaci ve světě a životních situacích.
- **FIE (FIE Basic)**
- Reuven Feuerstein.
- Program zaměřený na rozvoj kognitivních funkcí (učí děti se učit).
- Princip plánu, přemostění, všímání.





# Odkazy

- [KuPOZ](#)
- [FEUERSTEINOVA METODA INSTRUMENTÁLNÍHO OBOHACOVÁNÍ](#)
- [Nepozorní](#)
- [Máš Vaše dítě ADHD?](#)
- [How to ADHD](#)