

Beáta Akimjaková

Katolícki Uniwersytet w Ružomberku

Wydział Pedagogiczny

Lewocza, Słowacja

Študenti s ADHD a možnosťami ich vzdelania v špeciálnej základnej škole

Students with ADHD and possibilities of their education in special elementary school

<https://doi.org/10.34739/sn.2019.19.14>

Abstract: The aim of the article is to discuss the teacher's activity when working with a mentally disabled pupil, also suffering from ADHD, at a special elementary school. Possible causes of ADHD are approached in the paper, providing guidance for elementary school educators in their work with pupils in special schools, in special classes, as well as in the intact educational environment of regular schools. The article presents opportunities to approach individuals with mental disabilities and ADHD symptoms at school and at home, in the family environment. At the same time, attention is drawn to the possibilities of educational activity and the adaptation of the educational environment to pupils in school and out-of-school facilities. The article describes situations when the symptoms of the syndrome can improve, at the same time improving educational results.

Keywords: education, ADHD, mental disability

Zhrnutie: Vzdelávanie sa dá považovať za ozložitý interaktívny proces, kde na seba pôsobia edukátor a edukant. Ovplyvňujú a obohacujú sa o nové poznatky a skúsenosti. Pri vzájomnom pôsobení a odovzdávaní si poznatkov nám nemôže stačiť len verbálna rovina. Moderný edukátor musí pracovať s modifikovanými poznatkami pri zvládaní žiakov s rôznym druhom a formou post-ihnutia. Zároveň pracuje s celou radou didaktických pomôcok, ktoré edukantom priblížia predkladanú problematiku. Takéto využívanie pomôcok sa tiahne celým prierezom vzdelávania už od minulých čias, kedy musíme spomenúť učiteľa národov Jána Ámosa Komenského a jeho mnohých predchodcov.

Kľúčové slová: vzdelávanie, ADHD, mentálne postihnutie

Úvod

Vzdelávanie sa dá považovať za zložitý interaktívny proces, kde na seba pôsobia edukátor a edukant. Ovplyvňujú a obohacujú sa o nové poznatky a skúsenosti. Pri vzájomnom pôsobení a odovzdávaní si poznatkov nám nemôže stačiť len verbálna rovina. Moderný edukátor musí pracovať s modifikovanými poznatkami pri zvládaní žiakov s rôznym druhom a formou postihnutosťou. Zároveň pracuje s celou radou didaktických pomôcok, ktoré edukantom priblížia predkladanú problematiku. Takéto využívanie pomôcok sa tiahne celým prierezom vzdelávania už od minulých čias, kedy musíme spomenúť učiteľa národov Jána Ámosa Komenského a jeho mnohých predchodcov.

Analýza vzniku syndrómu ADHD

Anglický preklad skratky ADHD je - *attention deficit hyperactivity disorder* – porucha pozornosti sprevádzaná hyperaktivitou. Kľúčové symptómy ADHD podľa Mundena a Arcelusa [2006, s. 21] sú: nepozornosť, hyperaktivita, impulzivita. V súčasnej dobe sa príčiny vzniku ADHD nedajú jednoznačne určiť. Obvykle sa im pripisujú dedičné alebo iné biologické faktory.

K možným príčinám patria nasledujúce faktory:

- 1) *Genetické* - v niektorých rodinách sa ADHD opakovane vyskytuje.
- 2) *Biologické* - ako neurologickú poruchu postihujúcu túto oblasť mozgu, ktorá riadi spracovanie impulzov a podieľa sa na triedení zmyslových vnemov a na schopnosti koncentrácie.
- 3) *Komplikácie pri pôrode a v perinatálnom období.*
- 4) *Otrava ťažkými kovmi* – olovom zo znečisteného životného prostredia.
- 5) *Strava* – alergie na jedlo, nevyhovujúce zloženie stravy.

Užívanie alkoholu a drog počas tehotenstva [Train, 2001, s. 46].

Poruchy pozornosti sa nemôžu považovať za chorobu, ktorá sa dá vyliečiť. Podobne ako pri poruchách učenia dieťa z toho „nevyrastie“, ale táto porucha ho sprevádza do dospelosti.

U nás sa v minulosti na tento druh problému používal termín „*ľahká mozgová dysfunkcia, v skratke LMD*“. Bol to súhrnný názov pre rozličné príznaky v určitých funkčných oblastiach, ktoré majú pôvod v organickej poruche mozgu a prejavujú sa špecifickými znakmi.

Dominujúce poruchy u detí s ADHD sú:

- 1) *Hyperaktivita* – pohybová nevyrovnanosť, neobratnosť, nadbytočnosť pohybu.
- 2) *Percepčno-motorické poruchy* – narušená schopnosť rozlišovať veľkosť, pravú a ľavú stranu, narušená orientácia v priestore a čase, zlá jemná a hrubá motorika.
- 3) *Emocionálna labilita* – od nesmelého utiahnutého správania až po správanie bez zábran, od citovej tuposti po precitlivenosť.
- 4) *Poruchy pozornosti* – roztržitosť, rozptýlenosť, obmedzená schopnosť sústrediť sa.
- 5) *Impulzivita* – v oblasti citovej, motorickej, sociálnej.
- 6) *Pamäťové a rečové poruchy* – menej hodnotná pamäť, rečové dysfunkcie – nedostatok v počutí, rozprávaní, zlá artikulácia.
- 7) *Špecifické poruchy učenia* – v zmysle vývinovej dyslexie, dysgrafie, dysortografie, dyskalkúlie, dyspraxie, dysmúzie, dyspinxie. Špecifické neurologické znaky – asymetria reflexov, hyperkinéza alebo hypokinéza, nemotornosť.
- 8) *Poruchy správania* – v zmysle zhoršenej schopnosti nadviazať kontakt s rovesníkmi, agresivita, egocentrizmus.

V našom bežnom edukačnom prostredí je veľmi dôležité v akom psychickom rozpolžení príde žiak z domáceho prostredia. Je totiž veľmi osožné mať žiaka takpovediac „pripraveného“ na vyučovací proces. Samozrejme, že nedokážeme ovplyvniť niektoré faktory ako napríklad špecifické poruchy učenia, ale dá sa do určitej miery nastaviť žiak na edukáciu a na prijímanie nových poznatkov, ak má pripravené vhodné vstupné podmienky. Býva bežné, že žiak príde z rodinného prostredia nedostatočne motivovaný a frustrovaný, pretože už na ceste do školy sa hádal so spolužiakmi. V triede sa správa agresívne k spolužiakom, je náchylný poškodzovať zariadenie triedy. Veľmi nebezpečné je nechať ho bez dozoru čo i len na krátky čas v triede. Dosť dlhý čas potom trvá kým ukludníme jeho tenzie a pripravíme na vyučovaciu hodinu. V tom nám pomáha organizácia triedy a prostredia do ktorého žiak prichádza. Veľmi sa nám osvedčilo ukludňovať žiaka vo zvláštny miestnosti, ktorá je určená na individuálne vzdelávanie. Samozrejme pri tejto špeciálno-pedagogickej intervencii sú zvýšené nároky na personálne obsadenie.

Prejavy žiakov s ADHD

Žiaci s ADHD si nevyžadujú osobitnú, ale predovšetkým špeciálno-pedagogickú starostlivosť. Poškodenie sa nedá odstrániť, alebo napraviť, len zmierniť. Preto sa ťažisko intervencie presunulo z medicínskej oblasti do oblasti špeciálno-pedagogickej. Jedná sa totiž o vychovávateľné a vzdelávateľné deti.

Deti s prejavmi ADHD sa prejavuje nasledovne:

- prvé príznaky môže rozoznať už učiteľ: žiak je v škole nesústredný, často vyrušuje a je priveľmi hlučný, náladový, neobsedí na mieste, vykrikuje a tým naruša plynulý vyučovací proces,
- žiak má všetky hlavné príznaky (hyperaktivita, impulzivnosť a neschopnosť sústrediť sa), ktoré mu znemožňujú riadne sa v škole učiť (pomaly alebo zajakavo číta, má kostrbaté, neúhladné písmo, nemá dobrú výslovnosť a pod.), často sa preto prejavia ako súbežné symptómy špecifické poruchy učenia (dysgrafia, dyslexia, dyspraxia a pod.) alebo poruchy reči,
- neschopnosť sústrediť sa dlhšiu dobu na jeden problém bráni žiakovi preniknúť k podstate problému a tým mu sťažuje učenie a vzdelávanie,
- učenie a sústredenie sa, je nadmernou záťažou, ktorá si vyžaduje priveľa psychickej energie, pričom žiak môže stratiť motiváciu učiť sa,
- zadané úlohy rieši povrchno, rýchlo a bez následnej kontroly,
- nepočúva učiteľa, pretože práve myslí na iné veci a prepočúje pokyn, ktorý učiteľ zadal a ktorý má spraviť,
- niekedy sa môže vyskytnúť aj telesná neobratnosť, žiak nevie dobre koordinovať svoje pohyby,
- žiak môže byť pre ostatných spolužiakov v škole spočiatku zábavný a vtipný, no neskôr, keď ich začne vyrušovať pri práci, môže začať prekážať,
- žiak má problémy a ťažkosti pri samostatných úlohách,
- zabúda alebo často stráca pomôcky do školy.

Pri identifikácii prejavov je dôležité o aký školský vek sa jedná. Vekom sa žiaci dostávajú do puberty. V staršom školskom veku chlapci mohutnejú a niekedy upriamujú pozornosť na opačné pohlavie z čoho vyplýva ich nesústreďenie. Vtedy im treba dať priestor aj počas vyučovacieho procesu na výmenu názoru v kolektíve. Naše skúsenosti potvrdili, že po výmene názoru sa u žiaka upriami pozornosť na požadovanú učebnú látku preberanú na hodine. Dôleži-

tou súčasťou vyučovacieho procesu sú u nás prestávky. Aj počas nich je učiteľ v stálom kontakte so svojimi žiakmi, pretože ak im dal na hodine priestor na výmenu názorov, tak sa stáva, že sa zvoneníím nekončí ich záujem o rozhovor. V tom prípade musí učiteľ s nimi viesť riadený rozhovor aj po zvonení aby nevyvolal nežiaduce reakcie. U žiakov v mladšom školskom veku majú prioritu niektoré somatické neobratnosti, preto v praxi využívame prácu v skupinách, kde sa snažíme vytvoriť homogénne skupiny v ktorých vytvoríme rovnocennú skupinu vo všetkých oblastiach a nedávame tak zámienku pre spolužiakov na ich odsudzovanie. Takéto skupinky žiakov sa nám osvedčili aj v mimoškolských aktivitách, nakoľko žiaci s ADHD sú priberaní do kolektívu aj na vychádzkach exkurziách a iných mimoškolských aktivitách.

Pod špeciálnou edukáciou žiakov s ADHD rozumieme špeciálno-pedagogickú intervenciu žiaka, ktorý je veľmi živý, neposedný, často sa sám vystavuje riziku a nevydrží pri jednej činnosti viac ako pár minút. Zvládnuť jeho energiu nie je jednoduché a vyžaduje si to množstvo trpezlivosti nielen z kruhu rodiny žiaka, ale aj v školskom prostredí.

Diagnostika dieťaťa s ADHD

Ak je podozrenie, že s dieťaťom nie je „niečo“ v poriadku, rodič by mal vyhľadať odbornú pomoc (napríklad navštíviť pedagogicko-psychologickú poradňu, detského psychiatra, psychológa pre deti a adolescentov, detského neurológa, ktorý môže dieťaťu pomôcť v ťažších prípadoch a môže odporučiť i medikamentóznú liečbu). Pri vyšetrení a overení je dôležité zistiť aj situáciu v rodine (či príznaky syndrómu nemá niektorý člen rodiny), vzťahy medzi priateľmi, pozitívne i negatívne stránky osobnosti dieťaťa, jeho charakter a v konečnom dôsledku i úspech či neúspech v škole.

Dieťa s ADHD reaguje na niektoré situácie nepredvídateľne, preto musí rodič menšie dieťa oveľa viac strážiť a dávať naň pozor, aby si vážne neublížilo, čo je samozrejme pre celú rodinu veľmi únavné, zaťažujúce a stresujúce. Rodič by mal pomáhať dieťaťu budovať jeho sebavedomie, oceniť jeho i najmenšiu snahu, dieťa by malo cítiť, že je plnohodnotným členom rodiny. Rodič by sa mal vyhýbať situáciám, za ktoré je možné dieťa potrestať, dieťa má už aj tak dosť problémov a nie je vhodné prehlbovať v ňom pocit neúspechu. Rodič môže dieťa upokojsovať a usmerňovať vľúdnyim slovom, dotykom alebo objatím. Pri akejkoľvek aktivite je dobré striedať činnosti práce s oddychom a relaxovaním a rozdeliť tak pracovné záležitosti

alebo hry na kratšie úseky. Spoločenské hry nie sú pre dieťa vhodné, lepšia je preň individuálna hra, kedy môže naplno rozvíjať svoje schopnosti.

Rodičia môžu mať pocit, že výchovu svojho dieťaťa nezvládli, že sú neschopní a môžu sa cítiť menejcenní alebo zúfalí, preto je veľmi dôležité, aby si uvedomili, že zvládať hyperaktívne dieťa nie je jednoduché, vyžaduje si to nesmierne dávku sebaovládania a trpezlivosti, pozitívneho myslenia, vnútorného pokoja a veľa lásky.

Ak rodič cíti, že sa môže blížiť záchvat zúrivosti, je vhodné zmeniť činnosť dieťaťa a odpútať jeho pozornosť od toho, čo by ho mohlo do tohto stavu priviesť. Tiež je dôležité, že ak rodič cíti, že dieťa nezvláda a sám momentálne na jeho stav náladu nemá (je napríklad nervózny alebo má iné problémy), je vhodné vyhľadať tretiu osobu, ktorá bude schopná v daný moment dieťa upokojiť a zvládnuť. Pritom je dobré nájsť dieťaťu vhodné miesto a činnosť, pri ktorej môže zo seba dať všetky negatívne emócie, nájsť aktivity (športové alebo záujmové zodpovedajúce veku dieťaťa), pri ktorých si dieťa môže vybiť a do istej miery korigovať agresivitu a nadbytočnú energiu.

Okolie rodiny s dieťaťom ADHD si taktiež musí uvedomiť, že rodičia s takýmto dieťaťom potrebujú pomoc.

Munden a Arcelus [2006, s. 90] zdôrazňujú, že u detí so syndrómom ADHD je zvlášť potrebný trpezlivý a chápaný prístup nielen rodičov a učiteľov, ale i okolia (širšej rodiny, príbuzných, priateľov a pod.). Je potrebné kontaktovať nielen odborníkov, ktorí rodičom pomôžu a poradia ako sa k dieťaťu správať a akým spôsobom s ním pracovať, ale je vhodné kontaktovať aj iných rodičov s deťmi so syndrómom ADHD. Rodičia si tak môžu vymieňať cenné rady a majú veľmi dôležitý pocit, že so svojím problémom nie sú sami. Taktiež je vhodné zaobstarať si rôznu literatúru týkajúcu sa danej problematiky. Pre rodičov je dobré, ak majú poznatky z rôznych typoch terapií. Poznajú a sledujú nové trendy v behaviorálnej terapii, pomáhajú im aj videokazety s technikou zvládnutia problému dieťaťa.

V našej pedagogickej praxi sa v niektorých prípadoch ukazuje nežaujem rodiča o zdravý vývin svojho dieťaťa. Je preto na škole, ako vzdelávacej inštitúcii, vzdelávať aj rodiča a ukázať im ten správny prístup k uspokojovaniu potrieb ich dieťaťa formou edukácie rodičov najmä v popoludňajších hodinách, po ukončení vyučovacieho procesu. Dobrým miestom je školská klubovňa, ktorá je po vyučovaní prispôbena v duchu rodinného prostredia a samotnú edukačnú činnosť vedú špeciálni pedagógovia spolu s asistentmi učiteľov. Táto edukačná činnosť je vopred naplánovaná spolu s rodičmi. Tento

spôsob sa ukazuje ako jedna z možností ako zvýšiť záujem a vedomosti rodičov o stave a možnostiach ich detí.

Žiak s ADHD

Pedagóg by si mal so žiakom s ADHD vytvoriť priateľský a dôveryhodný vzťah, pretože žiak potrebuje cítiť záujem a ochotu učiteľa pomôcť. Je potrebný individuálny a spravodlivý prístup a to podľa osobnosti žiaka. Učiteľ by mal žiakovi vždy presne vysvetliť, čo má robiť a čo sa od neho v danej chvíli očakáva. Spôsob výučby žiaka s ADHD je vyčerpávajúci, no pri správnom vedení prinesie svoje pozitívne ovocie (uľahčí prácu učiteľovi a pomôže žiakovi vzdelávať sa). V publikácii „Špecifické poruchy chovania a pozornosti“ Train [2001, s. 88] zdôrazňuje, že keď je učiteľ zameraný len na svoj predmet a snaží sa, aby všetci žiaci splnili stanovený cieľ, môže sa dočkať výchovných problémov. S takými žiakmi nemožno narábať ako s materiálom, ktorý treba aby prešiel edukačným procesom v školskom prostredí. Potrebujú motiváciu a kladný vzťah k inštitúcii. Nestačí byť expert-dodávateľ znalostí. Žiaci ocenia, keď ich učiteľ berie ako osobnosti, vtedy spolupracujú a viac sa na hodinách naučia. Uznanie učiteľa ich stimuluje.

Žiaci sú tvární aj cez prestávky. Je dôležité, aby pedagóg pracoval so žiakmi aj cez prestávky. Samozrejme, že pri takomto formovaní osobnosti žiaka nechávame na samotných žiakoch, aby sa v prvom rade pripravili na hodinu no zároveň ich stimulujeme správne kladenými otázkami na mimoškolské aktivity a zapamätané prežitky z minulého dňa. Dokážeme takto precvičiť pamäťovú stopu, vyzdvihujeme kladné činnosti a vysvetľujeme nevhodné konanie a vhodnú nápravu tohto konania alebo myslenia. Touto činnosťou máme možnosť predísť možným konfliktom v skupine.

Tieto teoretické východiská sa nám potvrdili v našej praxi. Neustále sme zápasili so vzniknutými problémami, ktoré vznikli cez prestávky medzi žiakmi. Jedná sa hlavne o žiakov v staršom školskom veku. V tom veku jednotlivci neustále zápasia o vodcovstvo v skupine rovesníkov. Preto sa u nás uplatňuje to, že vyučujúci trávi väčšiu časť prestávok so svojimi žiakmi a neformálnou komunikáciou (riadeným rozhovorom) usmerňuje konanie žiakov. Je to samozrejme zvýšená záťaž na učiteľov, ale výsledky potvrdili určité zlepšenie stavu. Jedná sa o celkovú klímu v triede a zmenšením počtu konfliktov v žiackych skupinách. Dôležitú úlohu pri tom zohráva asistent učiteľa.

Organizácia vyučovania žiaka s ADHD

Odporúča sa vopred určiť základné pravidlá školskej práce, správania a dôsledne ich dodržiavať. Je vhodné stanoviť rutinný denný režim a čo najmenej ho modifikovať počas týždňa. Rovnako pomáha oboznámenie s programom činností na začiatku každej vyučovacej hodiny.

Žiakovi so syndrómom ADHD pomáha organizovať si prácu na vyučovaní a efektívnejšie zvládať úlohy ak:

- má presný režim dňa, časový harmonogram aktivít pre daný deň napísaný na vyhradenom viditeľnom mieste v triede,
- má k dispozícii na lavici počas vyučovania len tie učebné pomôcky, ktoré momentálne potrebuje,
- má úlohu rozdelenú na viac samostatných jednotiek, ktoré rieši postupne (systémom postupných krokov),
- má dlhodobejšie úlohy rozdelené na viac menších úloh s určeným termínom splnenia,
- má napísanú osnovu učebnej látky, ktorú sa má naučiť,
- ak môže na určitú dobu pri samostatnej činnosti použiť slúchadlá na uši.

Pri vyučovaní žiaka s hyperkinetickou poruchou pomôže učiteľovi uplatnenie špecifických postupov, napríklad:

- pred vysvetľovaním učiva povedať základnú osnovu a vysvetliť nové, neznáme pojmy,
- v rámci vyučovacej hodiny zahrnúť viac rôznorodých aktivít, ktoré upútajú pozornosť žiaka, ale nebudú ho zbytočne rozptyľovať,
- vysvetľovanie nového učiva, ktoré si vyžaduje dlhšiu dobu, je vhodné rozdeliť na viac relatívne ucelených častí, vyhnúť sa dlhšiemu monotónnemu monológovi,
- uisťovať sa, či žiak sleduje výklad učiteľa, udržiavať s ním zrakový kontakt,
- upútať pozornosť žiaka jeho aktívnym vtažením do procesu vyučovania poverením určitými úlohami, napr. rozdávaním pomôcok, písaním kľúčových slov na tabuľu,
- požiadať ho, aby voľne zopakoval otázku, či zadanie úlohy, t. j. presvedčiť sa, či žiak pochopil zadanie ucelene, prípadne jeho podstatu alebo znenie otázky,

- udržiavať pozornosť žiaka pri skúšaní vyžadovaním stručných odpovedí od žiakov jedného za druhým,
- striedať činnosti vyžadujúce zvýšenú pozornosť s činnosťami, resp. úlohami, kedy žiak pracuje samostatne, prípadne s relaxačnými chvíľkami,
- verbálne vysvetľovanie je vhodné dopĺňať názornými ilustráciami a používať názorné pomôcky,
- pri riešení niektorých úloh používať metódu skupinovej práce, kedy má žiak splniť konkrétnu čiastkovú úlohu v rámci pracovného tímu, pričom výsledky práce môžu vzájomne kontrolovať žiaci,
- stanoviť primerané krátkodobé čiastkové študijné ciele, ktoré je žiak schopný splniť v reálnom časovom termíne a trvať na ich dodržaní.

V reálnom edukačnom prostredí sa snažíme na predmete geografia deviateho ročníka, neustále upriamovať pozornosť na rodnú obec a učivo o Slovenskej republike približovať k možnosti pochopenia žiaka. Týmto dosiahneme dlhšie trvajúcu pozornosť žiaka, ktorá je upriamená potrebným smerom. Pri motivácii využívame informatívne metódy, keď žiaci reprodukujú zážitky, ktoré v rodine vypočuli z rozprávania príbuzných o pohybe na našom území. Zároveň tým prejdeme od metódy sprostredkovateľskej k metóde neformálneho rozhovoru. Žiaci si tak mentálne od učiva oddýchnu pri tom, keď ich necháme aby vyjadrili svoje zážitky. Ďalej pri práci prejdeme na názornú metódu, ktorá žiakov upriami na preberanú tému, formou regulatívnej metódy pri premietaní mapy Slovenska pomocou dataprojektoru na premietaciu plochu. Na bielu tabuľu, na ktorej sa dá preberané učivo názorne dopracovávať, napríklad pri preberaní vodstva SR, dokreslovať rieky do slepej mapy. Taktiež je výhodné pri diagnostickej fáze vyučovacieho procesu využívať premietaciu techniku, pretože pri individuálnej diagnostike žiakom sa lepšie zafixuje učebná látka, ktorú si predtým už vyskúšali individuálne pri tabuli v expozičnej časti hodiny.

Ak porovnáme vyučovací predmet geografia s predmetom pracovné vyučovanie, tak formy a metódy práce edukátora sa dosť líšia. Pri motivácii na vyučovaciu hodinu využívame moderné didaktické pomôcky ako je PC a dataprojektor, prípadne interaktívnu tabuľu. Neoddeliteľnou časťou motivačnej časti hodiny je demonštračná časť, v ktorej žiakom predstavíme už hotový výrobok v skutočnej veľkosti, ktorý si môžu ohmatať a pozorovať v životnej veľkosti. Zistia tak veľa faktorov, ktoré môžu pozorovať len na sku-

točnom výrobku ako je hmotnosť, teplota, povrchové opracovanie, vlastnosti daného materiálu a iné. V expozičnej časti vyučovacej hodiny je veľmi dôležitá demonštračná metóda vyučujúceho, ktorý sa osobne zapája do činnosti jednotlivých žiakov, ktorí formou individuálnou, alebo v potrebných prípadoch aj skupinovú spracovávajú materiál a pomáha im pri nácviku pohybových aktivít s pracovným náradím na ich priamej činnosti pri výrobnom procese. Pri fáze hodnotenia využívame skupinovú formu hodnotenia výrobkov, kde celá skupina hodnotí každý výrobok zvlášť a zoraďuje ich podľa zadaných kritérií.

Špecifické výchovné postupy pre žiakov s ADHD s prevahou hyperaktivity

Charakteristickou črtou u týchto žiakov je to, že hovoria alebo konajú impulzívne, bez toho, aby mysleli na dôsledky. Zvyčajne formálne ovládajú zásady spoločensky žiaduceho správania sa, ale majú problémy, keď ich majú v konkrétnej situácii uplatniť. Tieto deti všeobecne majú problémy so sebaovládaním. Konkrétne reedukačné postupy sa preto zameriavajú najmä na nácvik koncentrácie pozornosti, potlačanie impulzívneho správania a tréning vhodných sociálnych stereotypov správania a zručností.

Základom je vytvorenie vzťahu, v ktorom žiak cíti, že učiteľ (alebo iný odborný pracovník) je mu oporou, ktorý mu pomôže a na ktorého sa môže spoľahnúť v záťažových situáciách. Je dobré ak učiteľ dokáže zachovať pokoj, tolerantný postoj aj pri žiakových impulzívnych reakciách a nekludnom správaní. V priebehu vyučovania niekedy postačuje, ak učiteľ iba urobí dohorené gesto, ktorým žiakovi signalizuje, že sa má upokojiť a sústrediť.

Je absolútne nevhodné pred ostatnými spolužiakmi napomínať, trestať alebo dokonca ponižovať žiaka za správanie, ktoré je dôsledkom jeho diagnózy. Na druhej strane nadmieru „ochranársky“ a všetko tolerujúci prístup vo výchove žiaka je tiež škodlivý tak preňho ako aj pre ostatných spolužiakov.

Pokiaľ je to možné, učiteľ žiaka zapája do aktivít a spoločných činností v rámci vyučovania tak ako ostatných spolužiakov. Ak je žiak vyňatý z triedy napr. pri špeciálnych intervenciách psychológa, liečebného alebo špeciálneho pedagóga, nikdy to nemožno prezentovať v negatívnom zmysle. Vzťah a postoj učiteľa a iných odborníkov k žiakovi s hyperaktívnym syndrómom je modelom pre postoj a vzťah ostatných spolužiakov.

V priebehu vyučovania sa odporúča špecifickými postupmi trénovať žiakovu pozornosť a sebaovládanie, napríklad:

- po zadaní úlohy alebo otázky učiteľ požiada žiaka, aby odpovedal až po 10-20 sekundách, počas ktorých si odpoveď rozmyslí a sústreďí sa,
- učiteľ učí žiaka rozmyšľať „nahlas“, keď si pripravuje odpoveď, riešenie nejakého problému,
- v priebehu vyučovacej hodiny učiteľ určí krátky časový interval na intenzívnu samostatnú prácu, vyžadujúcu koncentrovanú pozornosť. Pri úspešnom zvládnutí úlohy je možné časový interval predlžovať.
- časté pozitívne hodnotenie úspechov žiaka, napríklad úsmevom alebo pochvalou aj toho najmenšieho úspechu znamená významné posilnenie utvárania žiaducich modelov správania.

Dôležité je uplatňovanie názornosti. V pedagogickej praxi však nie je vždy možné zaistiť, aby pri edukačnej činnosti boli stále použité originálne predmety a javy, alebo aby výuka prebiehala v skutočnom prostredí. V týchto prípadoch je nutné zabezpečiť primerané názorné predmety (modely), ktoré by v maximálne možnej miere priblížili reálne predmety alebo javy, ktoré by čo najrealistickejšie priblížili učebnú látku žiakom [Dostál, 2008, s. 33].

Hlavne pri práci so žiakmi s mentálnym postihnutím je dôležité ukázať názorný predmet nie len dvojrozmerné, ale pre ich pochopenie a vytvorenie si predstavy o preberanej učebnej látke sa snažíme o trojrozmerný model.

Mimoriadny dôraz je potrebné položiť na využívanie medzipredmetových vzťahov v edukačnej činnosti. Nakoľko hlavná zodpovednosť za zdravý vývoj našej mládeže padá práve na plecia pracovníkov v edukačnom procese. Je na nás, ako sa tejto problematiky zhostíme, no musíme mať na pamäti hlavne to, že škola vychováva jednotlivca pre praktický život.

Špecifiká vyučovacieho procesu

Žiak s poruchou správania s ADHD môže byť vzdelávaný:

1. V bežnej triede základnej školy, s primeranou modifikáciou výchovno-vzdelávacieho procesu, s konzultáciou so školským špeciálnym pedagógom, psychológom, pracovníkmi špeciálno-pedagogickej alebo pedagogicko-psychologickej poradne.
2. V bežnej triede základnej školy s primeranou modifikáciou výchovno-vzdelávacieho procesu a s pravidelnou pomocou špeciálneho pedagóga na vyučovaní, prípadne aj mimo vyučovania.
3. Časť vyučovania v bežnej triede a časť vyučovania v špeciálnej triede, resp. byť na niektorých hodinách individuálne vyučovaný školským

- špeciálnym pedagógom, ktorý v príprave na vyučovanie spolupracuje s učiteľom.
4. V špeciálnej triede základnej školy, kde je znížený počet žiakov a vyučujúcim je špeciálny pedagóg.
 5. V základnej škole pri liečebno-výchovnom sanatóriu.
 6. Vo výnimočných prípadoch môže byť na základe lekárskeho odporúčania na určitý čas podľa § 37 školského zákona oslobodený od povinnosti dochádzať do školy, pričom sa mu podľa § 2 ods. 3 vyhlášky MŠ SR č. 143/1984 Zb. v znení neskorších predpisov poskytuje individuálne vyučovanie v rozsahu minimálne 2 hodín týždenne.

Ako príklad uplatnenia spomínanej vyhlášky uvádzame reálnu situáciu, kedy vedenie školy na základe lekárskeho odporúčania použilo §37 školského zákona. Jedná sa o problematickeho žiaka staršieho školského veku, ktorý má diagnostikované mentálne postihnutie a ADHD. Je zaradený do A variantu. S pribúdajúcim vekom sa u žiaka začali prejavy agresivity voči spolužiakom. Neraz bezdôvodne napadol spolužiačku a na otázku prečo tak urobil, povedal, že sa mu páči. Takéto prejavy sú mimoriadne neadekvátne a neprijateľné, preto bol oslovený pedopsychiater, ktorý potvrdil zvýšenú agresivitu naordinoval psychofarmaká a odporučil v edukačnom procese výnimku, t.j. viesť edukačný proces podľa § 37. Napriek tomu nie je možné jednoznačne potvrdiť opodstatnenosť špeciálno-pedagogickej intervencie u takéhoto žiaka.

Celkovo vo výchovno-vzdelávacom procese u takéhoto žiaka kladieme zvýšený dôraz na individuálny prístup s ohľadom na špecifické výchovno-vzdelávacie potreby žiaka. Základom je nadviazanie pozitívneho emocionálneho kontaktu a porozumenia medzi učiteľom a žiakom.

Špecifické výchovno-vzdelávacie postupy a organizácia práce sa týka:

- úpravy prostredia,
- umiestnenia žiaka v triede,
- individuálneho pracovného tempa a učebných postupov žiaka,
- metodických postupov vo vyučovaní a prístupov vo výchove žiaka,
- hodnotenia správania a učebných výsledkov žiaka,
- používanie nových technológií na vyučovacom procese, ako sú PC a interaktívne tabule,
- používanie nových technológií na ukľudnenie tenzií a úpravu pozornosti ako je Neurofeedback.

Čo sa týka úpravy prostredia je potrebné zabezpečiť, aby sa žiaci navzájom nevyrušovali a a tiež, aby žiaci s ADHD nevyrušovali žiakov intaktných.

Ako upozorniť, zaujať a udržať pozornosť žiakov činnosťami edukátora:

- edukátor vysielala k žiakom rôzne signály (mimikou, rukou, zrakom a pod.),
- mení intenzitu a výšku hlasového prejavu,
- nadväzuje očný kontakt,
- vytvára v triede atmosféru očakávania na budúcu hodinu,
- vyvoláva medzi žiakmi diskusiu o učebnej látke,
- občas necháva žiakov, aby prišli na riešenie bez našej pomoci.

Vplyvy, ktoré môžu prejavy syndrómu ADHD zhoršiť:

- Zásadné zmeny v rodine (úmrtie, rozvod, strata blízkej osoby a pod.).
- Choroba dieťaťa, stres.
- Nesprávne pôsobenie rodičov a učiteľov na dieťa.
- Nevhodné prostredie, v ktorom sa dieťa pohybuje (kolektív rovesníkov).

Riefová [2010, s. 49] vo svojej práci popisuje, **akým spôsobom sa dá žiak s ADHD upokojiť pri nevhodnom správaní sa:**

- nie je vhodné žiakovi ustúpiť, keď začne kričať alebo dostane záchvat zúrivosti, je však potrebné zistiť, čo presne vyvolalo u žiaka tento stav,
- je dôležité nekričať na žiaka, nepokúšať sa ho prekričať a tým sa mu pokúšať vysvetliť, čo má robiť, ak dieťa veľmi kričí, nemá veľký význam naň hovoriť, aj keď by to bolo pokojným tónom, dieťa v záchvate nepočúva, je vhodnejšie počkať, kým sa jeho stav nezmierni a potom k nemu prehovoríť láskavým a tichým hlasom,
- vhodné je skúsiť sa žiaka jemne dotknúť a upokojiť ho dotykom alebo v prípade zúrivého záchvatu skúsiť dieťa pevne objať a dopriať mu pocit bezpečia v náručí, kým sa neupokojí,
- ak žiak kope a ničí veci okolo seba alebo ubližuje iným, je potrebné vziať ho inam (napríklad do inej miestnosti) a dať naň pozor, aby seba alebo iným neublížil.

Individuálny prístup a pomoc žiakom so syndrómom ADHD

Žiaci s ADHD potrebujú pracovať podľa individuálneho vzdelávacieho programu. Tento program tak, ako to popisuje vo svojej práci Pokorná (2001, s 52) vypracováva triedny učiteľ a prejednáva s ostatnými vyučujúcimi na MZ PK. Pri tvorbe programu musí učiteľ poznať schopnosti a možnosti žiaka, taktiež jeho hranice. Samozrejmosťou je oboznámenie zainteresovaných pedagógov na edukačnom procese s informáciami z psychologického a špeciálnopedagogického vyšetrenia. Tvorba individuálneho vzdelávacieho programu vychádza z učebných osnov. Musí sa v ňom uviesť, v ktorej oblasti sa bude učivo redukovať, upravovať, prípadne, ktoré učivo sa vynechá. Samozrejmosťou je aj úprava okolia, lebo to priamo vplyva na výkon jednotlivca. „Okolie a systém tvorí určitý celok. Kauzálne myslenie nedokáže celok uchopiť. Vidí presne celý súbor vzťahov príčin a nutný následok, ale koniec a začiatok, hĺbku a priestorový rozsah tohto reťazenia príčin a následkov nenahliadne“.

Samozrejmosťou v dnešnej demokratickej spoločnosti je rešpektovať práva dieťaťa, ktoré vyplýva z celospoločenskej politiky vo vyspelom svete. V edukačnom procese sa máme vyvarovať:

- telesným trestom, ktorý je definovaný ako úmyselné použitie sily. Na druhej strane je možnosť použiť takýto prístup, ale len k odvráteniu bezprostredného nebezpečia, ako je napríklad zranenie žiaka, edukanta, alebo poškodenie majetku. Každý takýto krok musí byť odôvodnený a primeraný. V takýchto prípadoch je možné zadržať žiaka silou a brániť mu v jeho konaní.
- trápenie hladom a smädом je nehumánne a neetické, takže v žiadnom prípade neprichádza do úvahy,
- bránenie v styku s rodičom, toto opatrenie sa týka klientov v rôznych zariadeniach, a taktiež sa nikdy nepoužíva. Styk s rodičom je potrebný a pravidelný kontakt pomáha uvoľňovať tenzie.
- obmedzenie osobnej slobody, úmyselný nedostatok spánku, pokuty.

Je potrebné zvážiť pri spracovávaní individuálneho vzdelávacieho programu schopnosti žiaka, jeho mentalitu. Preto je vhodné, že pri individuálnom procese sa môže nepochopené a nezvládnuté učivo ešte raz, opätovne zaradiť na nasledujúce obdobie IVVP. Neraz sa v našej praxi stane, že žiak nedokáže nadviazať na už preberané učivo a stráca súvislosti čím sa stáva nekľudným a neistým. V takom prípade nemôže edukátor od žiaka očakávať výsledky. Musí zhodnotiť situáciu a vrátiť sa k jednotlivým častiam preberaného celku.

Napríklad pri preberaní vybraných slov, poverí asistenta opätovným opakovaním. V záverečnej časti hodiny, pri diagnostike, rešpektuje nános informácií, ktoré si dokázal žiak zapamätať.

Záver

Edukátor má dôležitú úlohu a to vzdelávať a vychovávať žiakov, aby sa mohli čo najlepšie socializovať. Úspešné zaradenie jednotlivca s postihnutím do spoločnosti je prínosom pre celú spoločnosť.

Záverom je potrebné podotknúť, že jedným zo základných aspektov pri zvládaní edukácie žiakov s kombinovaným postihnutím, veľkú úlohu hrá osobnosť edukátora. Ten musí jednoznačne optimisticky pristupovať k problémom, ktoré prináša taká práca, aby sa splnil cieľ edukačného a terapeutického plánu. Musí mať neustále na pamäti, že pre rodinu žiaka tvorí pomyselný oporný múr, o ktorý sa môžu v prípade potreby oprieť. Tento aspekt je veľmi dôležitý, pretože inak sa pri problémoch, ktoré vznikajú v tejto výchovno-vzdelávacej oblasti nedá úspešne napredovať a úspešne plniť základný cieľ edukácie, a tým je úspešné a maximálne možné sociálne začlenenie jednotlivca do spoločnosti.

Dôležitou časťou je aj pôsobenie ďalších nových terapeutických metód a prístupov ako sú neurofeedback, ktoré napomáhajú v zlepšovaní účinnosti terapie a uvoľňujú tenzie žiakov. No zároveň konštatujeme, že takýmito zariadeniami školy nedisponujú.

Literatura

- Munden A., Arcelus J., (2006), *Poruchy pozornosti a hyperaktivita*, Portál s.r.o., Praha.
- Pokorná V., (2001), *Teorie a náprava vývojových poruch učení a choin*, Portál s.r.o., Praha.
- Riefová S., (2010), *Nesoustředené a neklidné dítě ve škole*, Portál s.r.o., Praha.
- Train A., (2001), *Specifické poruchy chování a pozornosti*, Portál s.r.o., Praha.