

OBECNÉ ZÁSADY PŘÍSTUPU K DĚTEM S ADHD PRO UČITELE

Problémy ve škole u dětí s touto diagnózou vyplývají ze tří hlavních příčin:

- Děti s ADHD bývají obecně málo produktivní (ať už pro nesoustředěnost, hyperaktivitu či naopak pomalost – hyperkinetická nebo hypokinérická forma). Ztrácejí nebo zapomínají své domácí úkoly, jejich školní práce je často chaotická, dezorganizovaná. Pro tyto důvody nedosahují požadovaných znalostí.
- U dětí nesoustředěných, případně hyperaktivních se častěji vyskytují poruchy učení (hovoří se o 30–40 %, zatímco mezi všemi dětmi je to kolem 3%)
- U těchto dětí se mohou projevovat jak ve škole, tak i v rodině výchovné problémy a poruchy chování, které mají na celkovou atmosféru kolem dítěte velmi negativní vliv.

Dnešní přístup v naší škole je zaměřen především na učení znalostem a dovednostem. Má jistě své opodstatnění a opomíjením tohoto přístupu by nebyla ani škola školou. Avšak řada dětí vyžadujících speciální přístup (a to nejen děti s ADHD) v tomto systému zaostává či přímo selhává. Pro tyto děti (a nejen pro ně) jsou efektivnější jiné přístupy (vycházejí z toho, že dítě se učí během celého svého vývoje od lidí kolem sebe, od svého sociálního prostředí – učíme celou osobnost: rozum, tělo i emoce).

V moderní pedagogice dnes obecně platí při práci s dětmi s ADHD následující:

1. Nevěnovat dítěti přemrštěnou pozornost, žádné dítě nechce být „jiné“. Učitel by si však měl stále uvědomovat, že každý z jeho žáků je ve všech ohledech jiný než ostatní (intelekt, tělesná stavba a dispozice, koordinace, temperament atd.).

2. Nechat prožít dítě pocit úspěchu!

Vytvořit prostředí, ve kterém může být kterékoliv dítě v něčem úspěšné. Nepreferovat pouze některé oblasti školního života (např. znalosti). Zážitek úspěchu by se měl týkat všech oblastí (chování k učiteli, chování ke spolužákům, sport, umělecká tvorba, ale i třeba splnění jednoduché instrukce nebo úkolu, snaha udělat radost apod.).

S tím souvisí: Vyvarovat se bazírování na dětských slabostech, upřednostňovat silné stránky dítěte.

3. Učit všechny děti, že existují rozdíly nejen ve zjevu, ale i ve vlastnostech a zkušenostech jedinců. Tyto rozdíly by měly být respektovány, protože vycházejí buď ze specifiky určitého dítěte nebo jsou dány prostředím, v němž dítě vyrůstá. Nikdy nedopustit posměch skupiny za odlišnost. Snaha vytvořit systém kamarádské podpory ostatních spolužáků by v tomto případě měla být vždy přítomna.

Konkrétně to znamená: Pomoci dítěti, aby bylo akceptováno jako člen určitého společenství.

Učitelův přístup je proto v tomto bodě extrémně důležitý.

4. Spolupráce s rodinou – rodiče dítěte s ADHD potřebují častější komunikaci s učitelem formou denních, týdenních či měsíčních zpráv (nebo setkání) nejen o výkonech v učení, ale též o jeho pracovním úsilí, sociálním chování, případně výchovných problémech. Vždy se musí najít prostor i pro pozitivní informace o dítěti.

Důležité je respektovat rodinu takovou jaká je a snažit se posílit zájem o dítě. Toho dosáhneme pouze tehdy, jestliže dokážeme dát rodičům najevo naši úctu a náš respekt vůči jejich názorům a postojům, samozřejmě s tím, že to, co nás všechny spojuje, je: aby se jejich dítě cítilo dobře. Velmi zhoubná je cesta eskalací vzájemné agresivity mezi dítětem a dospělým. Komunikace školy a rodiny nesmí nikdy dojít do stadia „hledání viníka“ (kdy

rodiče obviňují z potíží dítěte školu, učitel rodiče z výchovné neschopnosti nebo nespolutpráce) – tato tendence bývá častá a zablokuje zcela možnost účinné pomoci dítěti s ADHD ve škole i doma.

5. Odmítnutí konfrontace: Učitel by si měl vždy připomínat, že nepřijatelné chování dítěte není osobní útok proti jeho osobě, ale že se jedná o příznak vyskytujícího se problému. Nemá se nechat strhnout, nekřičet, nerozhodovat o „trestu“ v afektu. Bude-li mít učitel situaci vždy pod kontrolou, může pozitivně měnit chování dítěte. Měl by se proto vždy vyhýbat uspěchaným krokům.

6. Je důležité, aby se učitel alespoň částečně seznámil s dítětem, vyžadujícím speciální přístup. Měl by se snažit porozumět tomu, že každé dítě s ADHD je jiné, jiné v tom, jaké je jeho sebehodnocení, množství stresů, které má, jeho odolnost vůči nim, jiné svým sociálním zázemím či mírou přijetí v rodině atd.

7. Dítě s ADHD potřebuje především pevnou strukturu a řád v prostředí kde žije a pracuje. Potřebuje jasné hranice k tomu, aby vědělo, co může očekávat a co je očekáváno od něj. Potřebuje pevná a jasná pravidla. Potřebuje krátké a jednoduché instrukce, které před ním staví jednoznačné formulované požadavky. Potřebuje často správný způsob chování opakovaně vysvětlit a předvést. Dobře se cítí v prostředí, kde se opakují pravidelné procedury (rituály, tradice, zvyky) – není totiž schopno samo řád dlouho vytvořit. Pevně strukturovat hodinu, den, týden ve škole (i v maličkostech) je nakonec prospěšné především na 1. stupni pro všechny děti.

8. Nechat dítě pocítit jeho význam. Dbát na dostatek osobního povzbuzení a veřejného ocenění jeho práce nebo snahy (pověřit ho nějakou byt' drobnou povinností, předat odpovědnost). Dítě by mělo pocítit učitelův respekt a pozitivní přijímání. Posilovat sebeúctu dítěte s ADHD (bývá většinou nízká) – a to tak, aby to podpořilo jeho respekt k ostatním i sobě samému, a ostatních k němu.

9. Po dítěti nemůžeme chtít, aby zaznamenalo pokrok, jestliže ho nemotivujeme, aby ho dosáhlo. Proto je důležité vytvořit systém odměňování . odměny a pochvaly jsou vhodné pro zvyšování motivace k úspěchu. Musí to být systém, ve kterém se snažíme o dostupnost ocenění a odměn pro všechny žáky a pro dítě s ADHD obzvlášť.

10. Víra v hodnotu komunikace:

- povídat si s dětmi
- dát dítěti příležitost k vysvětlení jeho pocitů a činů
- u některých dětí vidíme malý zájem o verbální projev – je možné zkusit navodit lepší kontakt s tímto dítětem jiným způsobem, u ml. dětí hrou nebo kresbou, u starších třeba písemným projevem (pokud ovšem tento způsob přijmou)
- rovněž tak dbát na neverbální komunikaci ze strany učitele – úsměv, přísný pohled, vzít dítě za ruku či rameno apod.

11. Teoretické znalosti vyvažovat praktickou a konkrétní činností (výlety, návštěvy různých pracovišť, návštěvy zajímavých osob se spec. dovednostmi a zkušenostmi ve škole, keramika, textilní práce, práce s nástroji atd.) Nevylučovat dítě s ADHD z plánovaných mimoškolních akcí za špatné chování – pocit odmítnutí jeho problémy v chování zhoršuje.

12. I v prostředí, které je orientováno na úspěch a pozitivní hodnocení je prostor pro slovní pokárání a napomenutí. Je dobré vyhnout se sarkasmu, negaci a ukvapeným soudům. „Moudrá“ pokárání – tichým, rozhodným a zejména bezprostředním způsobem jsou opodstatněnější a účinnější než velmi emocionální, neurčité a opožděné výtky. Tyto výtky jsou nejen méně účinné (patří k nim m.j. i množství poznámek), ale mají též demoralizující vliv a nabourávají dětské sebevědomí.

13. Práce s dětmi s ADHD je pro učitele velmi stresová a únavná, zvláště, když se neobjevují žádné větší změny k lepšímu. Učitelé dobře znají i pocity vystřízlivění a zklamání, které měli při práci s dítětem, když se nechali ukolébat přílišným a dočasným klidem. Neměli by své

pocity skrývat – společná setkání učitelů jsou velmi důležitá. Tato setkávání mohou nabývat různých forem – společné vymýšlení různých přístupů, témat, forem práce, diskuse o pokroku dětí (s hledáním jakéhokoliv důkazu, byť sebemenšího, že dítě dosáhlo pokroku. Tyto důkazy jsou důležité pro dítě samotné, jeho rodiče i učitele). Pravidelná setkávání učitelů jsou zvláště výhodná na 2. stupni (který přináší pro dítě s ADHD zvýšené nároky) – každý učitel má svůj předmět, a pokud spolu nekomunikují, mohou se potíže dítěte (v extrémě až při antagonistických ped. přístupech jednotlivých vyučujících) výrazně zhoršovat. Domluvit se dá i únosná kumulace domácích úkolů – aby nebyla pro žáka nad snesitelnou mezí bez možnosti odpočinku. Vhodná je spolupráce učitele s psychologem, příp. pedopsychiatrem.

14. Seznámit se se základními publikacemi o ADHD a jejich projevech, včetně metodického pokynu pro práci s dítětem s ADHD, který je ve školách již k dispozici u výchovných poradců. Literatura o této problematice je nyní velmi obsáhlá a snadno dostupná (zvl. díky ped. a psycholog. nakladatelství Portál) – klíčová slova při hledání této literatury jsou LMD – lehká mozková dysfunkce (dříve LDE), ADHD – poruchy pozornosti s hyperaktivitou, vývojové (specifické) poruchy chování, neklidné dítě, v lékařské literatuře – hyperkinetický syndrom, příp. porucha aktivity a pozornosti.