

ŽIAK S ADHD (poruchy pozornosti s hyperaktivitou) V ŠKOLE

Deti s ADHD majú vysokú mieru hyperaktivity, často nie sú na svojich miestach, keď tam majú byť, alebo keď tam majú byť tak tam práve nie sú. Sú to deti, ktoré majú sklon neustále rozprávať, vykrikovať, počúvať spolužiakov a rušiť ostatných od ich práce. Majú tendenciu správať sa roztržito, často zabúdajú základné pomôcky. Ich spolužiakom to spočiatku nevadí, pripadá im to zábavné, ale vo chvíli, keď ich spolužiak s hyperaktívnym syndrómom neočakávane napadne alebo ich ruší na hodinách, začne im to prekážať.

Treba si uvedomiť, že deti s ADHD sa potrebujú cítiť v triede bezpečne a zároveň musia presne vedieť, čo sa od nich očakáva z hľadiska učenia a správania.

Hyperaktívne deti často hovoria alebo konajú impulzívne, bez toho, aby mysleli na dôsledky. Zvyčajne formálne ovládajú zásady spoločensky žiaduceho správania, ale majú problémy, keď ich majú v konkrétnej situácii uplatniť. Tieto deti všeobecne majú problémy so sebaovládaním.

Základom je vytvorenie vzťahu, v ktorom žiak cíti, že učiteľ je mu oporou, ktorý mu pomôže a na ktorého sa môže spoľahnúť v preňho záťažových situáciách. Je dobré ak učiteľ dokáže zachovať pokoj, tolerantný postoj aj pri žiakových impulzívnych reakciách a nepokojnom správaní. Je 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. Učiteľ by mal žiaka zapájať do aktivít a spoločenských činností v rámci vyučovania tak ako ostatných spolužiakov. Ak je žiak vyňatý z triedy, napríklad pri špeciálnych intervenciách špeciálneho pedagóga, nikdy to neprezentovať v negatívnom zmysle. Vzťah a postoj učiteľa k žiakovi s hyperaktívnym syndrómom je modelom pre postoj a vzťah ostatných spolužiakov k nemu.

U detí s hyperaktívnym syndrómom je možné pozorovať disproporciu medzi úrovňou školského výkonu a úrovňou intelektových schopností. Nižšia úroveň učebných výsledkov než akú by sme mohli u nich očakávať vzhľadom na ich intelektové schopnosti, je často zapríčinená dôsledkami ADHD.

Prejavy hyperaktivity, impulzivity, zníženej sebakontroly a pod. v správaní dieťaťa s ADHD sa následne premietnu aj do vzťahu k ostatným deťom v triede, k rovesníkom. Stretávajú sa s kritikou a odmietaním, čo spôsobuje záťažovú situáciu až depriváciu potrieb citovej akceptácie a sociálneho kontaktu, ktorú často znova riešia neadekvátnym spôsobom. Následne reagujú negativizmom alebo agresívnym či iným asociálnym správaním. Je všeobecne známe, že deti s ADHD majú málo kamarátov. Ich opakované odmietanie a neúspech u rovesníkov môže mať ničujúce dôsledky na sebavedomie dieťaťa a na jeho ďalšie tendencie správania a reagovania v rovesníckom kolektíve.

Prevenia problémového správania:

- *Jasné zadávanie požiadaviek* na správanie a prácu žiakov. Dostatočné vysvetlenie toho, čo je v triede akceptovateľné a čo neprijateľné.
- *Zrozumiteľná štruktúra vyučovania* a postupov pri opakovaných činnostiach.

- *Predvídateľnosť a dôslednosť konania* učiteľa.
- *Časté a názorné predvádzanie správneho postupu* pri plnení často sa opakujúcich úloh, príležitostné opakovanie požiadaviek.
- *Jasné a spravodlivé vymedzenie dôsledkov* v prípade zlého správania.
- Dôslednosť a trpezlivosť pri dotiahnutí práce až dokonca.
- Pružnosť a porozumenie učiteľa.
- *Predchádzanie problémom* prostredníctvom preventívnych taktík.
- Učiteľova pomoc na individuálnej úrovni.

Prístup učiteľa k žiakovi s ADHD počas vyučovacej hodiny:

- Žiak by mal sedieť v *prednej lavici*.
- Dôležité je *dodržiavanie očného kontaktu* učiteľ – žiak.
- Osvojiť si určité gesto ako napr. poklepkávanie rukou po lavici, aby sa žiak opäť sústredil, ak je nepozorný.
- Používať frázy typu: „*Toto je veľmi dôležité*“ na upriamenie žiakovej pozornosti
- Vyučovacia hodina by mala byť rozdelená na fázy, počas ktorých sa *strieda aktivita s pasivitou žiaka*, kedy sa treba uvoľniť.
- Dôležité je *spätné kontrolovanie žiaka* či danú tému alebo preberanú látku chápe.
- Podpora a vedenie žiaka k *zvýrazňovaniu kľúčových slov* a fráz.
- Učiteľ by mal *umožniť hyperaktívnemu žiakovi pohyb* prostredníctvom zozbieraných písomných prác či rozdávanie papierov a iného materiálu, prípravy pomôcok, zotieranie tabule...
- Učiteľ by mal žiaka počas vyplňania testov s viacerými možnosťami viesť k tomu, aby hneď odškrtoval nesprávne odpovede čo môže ušetriť viac času, než keby si najprv prečítal všetky odpovede a potom zaškrtoval tu správnu.

Hodnotenie žiaka s ADHD v škole:

- pri priebežnom hodnotení *používať rôzne formy hodnotenia*, okrem slovného (prípadne známku) napr. hodnotenie bodmi, percentami, hodnotenie s uvedením počtu chýb,

- pri hodnotení správania je *efektívnejšie pozitívne hodnotiť dobré správanie* ako trestať nežiaduce prejavy v správaní,
- pri slovnom skúšaní *skúšať žiaka kratšie a viackrát*, pri písomnom teste je potrebné rozdeliť ho na viac kratších častí. *Neodporíča sa písať časovo limitované testy.*
- pri priebežnom hodnotení učebných výsledkov aj správania ako aj pri záverečnej klasifikácii treba *klásť dôraz na motivačnú zložku hodnotenia.*

U dieťaťa je potrebné neustále precvičovať, aby dokázalo:

- Usporiadať si pomôcky
- Usporiadať si pracovný priestor
- Zapísať si úlohy
- Zostaviť zoznamy
- Zoradiť činnosti podľa dôležitosti,
- Naplánovať si krátkodobé ciele
- Poznať normy prijateľnej práce
- Čítať a sledovať hodiny, používať kalendár
- Vedieť, čo odniesť domov a čo doma nechať
- Vedieť, čo odniesť domov a čo potom priniesť
- Vedieť, čo presne robiť pri samostatnej práci
- Vedieť, aké potrebné pomôcky sú v škole používané