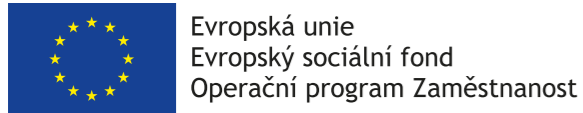




KOMPLEXNÍ PŘÍSTUP V ŘEŠENÍ SITUACE DĚTÍ S



METODIKA



Centrum pro rodinu a sociální péči
Biskupská 7, 602 00 Brno
tel.: 542 217 464
e-mail: info@crsp.cz
www.crsp.cz

Autoři: Mgr. Tatiana Jopková, Mgr. Jana Pospíšilová, Mgr. Alena Šešulková, Mgr. et Mgr. Ivana Štěpánková,
Blanka Tomanová

Brno, 2022

Jakékoliv šíření materiálu je možné jen s písmeným souhlasem vydavatele,
organizace Centrum pro rodinu a sociální péči.

Realizováno v rámci projektu *Komplexní podpora dětí s ADHD* • CZ. 03. 2. X/0. 0/0. 0/17_076/0011497

Obsah

Úvod	5
1. Centrum pro rodinu a sociální péči v Brně	6
2. ADHD – porucha pozornosti spojená s hyperaktivitou	7
3. Základní diagnostické znaky ADHD	8
3.1. Porucha pozornosti	8
3.2. Hyperaktivita	8
3.3. Impulzivita	9
4. Přidružené potíže	11
4.1. Kognitivní poruchy	11
4.2. Poruchy motoriky	12
4.3. Poruchy emocí	12
5. Možné přístupy k léčbě ADHD	14
6. Komplexní podpora dětí s ADHD	15
6.1. Přínos a cíle komplexní podpory	15
6.2. Metody komplexní podpory	15
7. Zapojení cílové skupiny	16
7.1. Úvodní schůzka	16
7.2. Průběžná spolupráce a kontakt s rodinou dítěte	17
7.3. Závěrečná schůzka	17
7.4. Praktické tipy pro zapojení cílové skupiny	18
8. Doučování dětí s ADHD	19
8.1. Specifické potřeby dětí s ADHD v doučování	19
8.2. Obecné zásady doučování dětí s ADHD	20
8.3. Využití pozitivní motivace	21
8.4. Rozsah, časové uspořádání a délka trvání doučování	22
8.5. Přínosy doučování vedeného lektorem	23
8.6. Online forma doučování	24
8.7. Praktické tipy pro doučování dětí s ADHD	24
9. Vzdělávací kurzy pro rodiče dětí s ADHD	25
9.1. Výchovné kompetence rodičů dětí s ADHD	25
9.2. Koncept vzdělávání rodičů dětí s ADHD	25
9.3. Možná témata vzdělávacích kurzů	27
9.4. Online forma vzdělávacích kurzů	29
9.5. Praktické tipy pro vzdělávání rodičů dětí s ADHD	30

10. AHA studio	31
10.1. Feuersteinova metoda kognitivního obohacování.....	31
10.2. Využití metody FIE při práci s dětmi s ADHD	31
10.3. Koncept AHA studio	32
10.4. Praktické tipy pro využití FIE při práci s dětmi s ADHD	33
11. Snoezelen pro děti s ADHD	34
11.1. Z historie konceptu Snoezelen	34
11.2. Prostředí Snoezelen	34
11.3. Snoezelen jako metoda.....	35
11.4. Praktické tipy pro využití Snoezelen při práci s dětmi s ADHD	38
12. Trénink sociálně-emočních dovedností	39
12.1. Potřeby a situace dítěte s ADHD ve školní třídě	39
12.2. Koncept aktivity Trénink sociálně-emočních dovedností v prostředí školní třídy (TreDo)	40
12.3. Praktické tipy pro vedení programu TreDo	42
13. Terénní poradna	43
13.1. Potřeba individuálního řešení problémů.....	43
13.2. Terénní poradna na školách.....	43
13.3. Terénní poradna pro rodiče	44
13.4. Online forma terénní poradny	45
13.5. Praktické tipy pro vedení terénní poradny	45
Závěrečné slovo realizačního týmu projektu	46
Použité zdroje	47
Seznam příloh	48



Úvod

Metodika „Komplexní přístup v řešení situace dětí s ADHD“, jejímž jste čtenářem, vznikla v rámci projektu „Komplexní podpora dětí s ADHD“ realizovaného v Centru pro rodinu a sociální péči v Brně v období od 1. 11. 2019 do 31. 1. 2022. Tento projekt byl financován Evropským sociálním fondem, Operačním programem Zaměstnanost pod registračním číslem CZ. 03. 2. X/0. 0/0. 0/17_076/0011497.

Cílem projektu bylo ověření komplexního přístupu práce s dětmi s ADHD (poruchou pozornosti spojenou s hyperaktivitou) u dětí předškolního a školního věku v rámci lokality Jihomoravského kraje. Úkolem pracovníků projektu bylo vytvořit a následně v praxi otestovat originální kombinaci metod cíleně zaměřených na projevy a přidružené potíže spojené s ADHD u dětí, a to tak, aby tyto metody měly v dlouhodobém dopadu pozitivní vliv na různé oblasti života dětí – zvládání školních nároků, začlenění do sociálních vztahů, rodinné klima, zdravý osobnostní vývoj a podpořily rozvoj dovedností potřebných pro zvládání ADHD.

O konkrétní metody, které jsme v rámci projektu zavedli na našem pracovišti i o naše praktické zkušenosti s nimi, bychom se s Vámi rádi podělili v tomto materiálu. Pro základní porozumění problematice ADHD u dětí jsme nejprve zařadili kapitoly stručně shrnující klíčové informace o podstatě ADHD a jeho projevech, přidružených potížích a možnostech jejich příznivého ovlivnění. Následující část metodického materiálu je věnována představení našich originálních metod komplexní podpory dětí s ADHD. V této části metodiky najdete popis jednotlivých aktivit, zkušenosti s jejich realizací a také praktické tipy a doporučení pro jejich realizaci.

1. Centrum pro rodinu a sociální péči v Brně

Centrum pro rodinu a sociální péči (CRSP) je nezisková organizace, která od roku 1992 nabízí klientům vzdělávací, poradenské, pastorační a volnočasové programy i pomoc v obtížných životních situacích. Zřizovatelem CRSP je Biskupství brněnské. Cílovými skupinami CRSP jsou snoubenci, nastávající rodiče, rodiny s dětmi, pěstounské rodiny, rodiny s dětmi s ADHD, sendvičová generace, senioři a odborná veřejnost.

Snoubencům je určen program příprav na manželství. Nastávající rodiče mohou získat praktické informace a podporu ve vzdělávacích kurzech zaměřených na dobré zvládnutí těhotenství a porodu i na témata spojená s ranou péčí o dítě a také zdravotní pohybové programy. Rodiče nebo prarodiče s dětmi mohou pravidelně navštěvovat volnočasové programy pod odborným vedením lektorů. CRSP rovněž zaštiťuje síť FAMILY POINT místo pro rodinu[®], která ve veřejném prostoru nabízí dostupné zázemí rodinám s dětmi. V oblasti posilování rodičovských kompetencí CRSP nabízí rodičům program EFEKTIVNÍ RODIČOVSTVÍ[®], v rámci kterého mohou absolvovat Kurz efektivního rodičovství nebo samostatné vzdělávací semináře zaměřené na vybraná témata z oblasti psychologie, výchovy a rodinných vztahů.

Odborní pracovníci CRSP poskytují podporu, poradenství, vzdělávání a doprovázení pěstounským rodinám po celou dobu trvání pěstounské péče a pro tyto rodiny připravují víkendové vzdělávací pobyty. Organizace se rovněž věnuje rozvedeným a sólo rodičům, pro které nabízí poradenství, vzdělávání i pravidelnou podpůrnou skupinu.

Ve službě TROJLÍSTEK sblížení tří generací[®] jsou propojovány rodiny s dětmi a „náhradní babičky“ a pořádány mezigenerační akce pro veřejnost. Seniorům jsou určena pravidelná aktivitační skupinová setkávání pod vedením odborných pracovníků. Součástí služeb jsou i aktivity zaměřené na podporu tzv. sendvičové generace. Důležitou součástí nabídky CRSP jsou duchovní programy, určené pro jednotlivce, manžele, rodiny i pro rozvedené a také akce pro veřejnost.

Součástí nabídky CRSP jsou od roku 1999 rovněž programy a služby určené rodinám s dětmi s ADHD. Děti s ADHD navštěvují skupinové i individuální programy zaměřené na zvládnutí souvisejících potíží a na rozvoj potřebných dovedností. Rodičům a pedagogům jsou určeny vzdělávací kurzy a také poradenská služba.

CRSP je členem Rodinného svazu ČR, z.s., Asociace Dítě a rodina, členem Poradního sboru Rady města Brna pro rodinu, členem Rady pro rodinu při České biskupské konferenci, stážovým pracovištěm Masarykovy univerzity v Brně a vzdělávacím pracovištěm s akreditací MPSV a MŠMT.

2. ADHD – porucha pozornosti spojená s hyperaktivitou

ADHD je neurovývojová porucha charakteristická symptomy projevujícími se ve třech klíčových oblastech – deficit **pozornosti, hyperaktivita a impulzivita** (Stárková, 2016, s. 16). Mají dlouhodobý a chronický ráz, jsou zřetelné již od raných vývojových stádií a neodpovídají mentálnímu věku dítěte (Žáčková & Jucovičová, 2010, s. 10). Ve větší či menší míře se projevují ve všech oblastech života dítěte, ale i jeho okolí (Kuželová, Macek, Raboch & Ptáček, 2014, s. 423).

Porucha bývá nejčastěji diagnostikována v období školní docházky, kdy se potíže z důvodu zvýšených nároků na pozornost a sebekontrolu v oblasti hyperaktivity a impulzivity nejvíce manifestují (Žáčková & Jucovičová, 2010, s. 10). **Prevalence** je udávána v rozmezí od 2 do 12%, výskyt je častější u chlapců než u dívek – v poměru přibližně 6:2 (Malá, 2002, s. 15).

Podle současných poznatků je ADHD **multifaktoriálně podmíněná porucha** daná interakcí mezi genetickými, neurobiologickými a zevními epigenetickými faktory (Kuželová, Macek, Raboch & Ptáček, 2014, s. 424; Příhodová, 2011, s. 408). Z biologického hlediska je ADHD spojeno s poruchami neurotransmise, konkrétně se sníženou produkcí dopaminu a noradrenalinu v mozku. Tyto katecholaminy ovlivňují kognitivní funkce (zejména pozornost a paměť), dále pak motivaci, seberegulaci a též procesy spánku a bdění (Drtílková & Šerý, 2007, s. 48).

Porucha má poměrně vysokou míru **genetické podmíněnosti**. Výsledky řady molekulárně-genetických studií ukazují, že se u jedinců s hyperkinetickou poruchou významně častěji vyskytují specifické alely některých genů, které mohou být zodpovědné za poruchy neurotransmise, případně za neurovývojové odchylky mozkových struktur a funkcí (Drtílková & Šerý, 2007, s. 42–43). Heritabilita symptomů ADHD je uváděna až na úrovni 75 % (Kuželová, Macek, Raboch & Ptáček, 2014, s. 423; Goetz, 2009, s. 190).

K **negenetickým faktorům** jsou řazeny činitele **prenatální** (např. konzumace alkoholu v graviditě či zdravotní stav matky), **perinatální** (nízká porodní váha, předčasný porod, hypoxie, aj.) a **postnatální** (těžké úrazy hlavy, déletrvající stavy bezvědomí, infekční onemocnění po porodu, aj.). Hovoří se též o vlivu **nepříznivých psychosociálních podmínek**, zejména pokud dochází k jejich kumulaci. Může se jednat o dysharmonické a dlouhodobě konfliktní rodinné prostředí, psychopatologii rodiče a podobně (Jucovičová & Žáčková, 2010, s. 12; Drtílková & Šerý, 2007, s. 42).



3. Základní diagnostické znaky ADHD

3.1. PORUCHA POZORNOSTI

Děti s ADHD bývají roztěkané a nesoustředěné. Snadno se dají vyrušit z činnosti a zároveň „dávají pozor na všechno...“. To je způsobeno nepřiměřeným **kolísáním** pozornosti, dále **nevýběrovostí** (dítě neumí dostatečně rozlišit podstatné od nepodstatného), **ulpívaností** (dítě se zaměří na jeden podnět a těžko se od něj odpoutává) a **snadnou odklonitelností** (podněty, které dítě považuje za subjektivně zajímavější). Omezen je rozsah pozornosti, její tenacita, distribuce a vigilita (Jucovičová & Žáčková, 2010, s. 27, 30; Drtílková & Šerý, 2007, s. 96).

Porucha pozornosti má negativní **dopad na další kognitivní funkce** jako je paměť, myšlení, řeč či percepce, a též na exekutivní funkce. Neuklidné děti mají velmi často potíže s dokončováním a plněním úkolů, vytrvalostí a výkonností. Je pro ně náročné organizovat práci, sekvencovat realizaci plánů a strukturovat volný čas. Obtíže se projevují zejména u činností, které dítěti nepřinášejí bezprostřední pozitivní odezvu, a činností, které vyžadují soustředěné mentální úsilí. Nepozornost nepříznivě ovlivňuje i fungování dítěte v sociální oblasti. Neuklidné děti často přeskakují z tématu na téma, neudrží linii hovoru, obtížně se soustředí na obsah řeči druhého, vyslechnou a splní jen část pokynu nebo na něj nereagují vůbec (Jucovičová & Žáčková, 2010, s. 28–29; Malá, 2002, s. 14).

Pozornost dítěte lze posilovat různými způsoby. Na prvním místě je třeba si uvědomit, že slabá koncentrace pozornosti není projevem nedostatečné vůle dítěte, ale nedostatečné zralosti a rychlé unavitelnosti centrální nervové soustavy (Jucovičová & Žáčková, 2010, s. 29). Proto neuklidné dítě za nepozornost nekáráme, ale naopak se zaměřujeme na **průběžné oceňování** situací, kdy pozornost udrželo, a **pozitivní motivaci**, aby mělo dítě chuť a úsilí pro další práci (Budíková & Křapková, 2014). Dále se osvědčuje pracovat s dítětem spíše na kratších, jasně časově ohraničených úkolech, využívat pravidelné **přestávky**, průběžně **střídat činnosti** (např. písemné úkoly se čtením) a umožňovat dítěti změnu polohy (dítě chvíli pracuje vsedě, pak vleže či ve stoje u pultu) (Jucovičová & Žáčková, 2013, s. 58–59). Pozornost můžeme podpořit též **propojováním smyslů a vizualizací** (například za pomoci mentálních map, schémat, kartiček pro činnosti či plánovacího obrázkového kalendáře) (Wolfdieter, 2013, s. 121). Odklonům pozornosti lze též preventivně předcházet redukcí rušivých podnětů (uklizené pracovní místo, vhodná úprava prostředí). Na systematické posilování a **trénink pozornosti** jsou přímo zaměřeny i některé speciální programy (KUPOZ, KUPREV, HYPO, MAXÍK) (Jucovičová & Žáčková, 2013, s. 62).

3.2. HYPERAKTIVITA

Dalším jádrovým příznakem ADHD je hyperaktivita. Projevuje se zvýšeným psychomotorickým tempem, přetrvávající aktivací, neschopností déletrvajícího zklidnění a **rychlou unavitelností**. Nervová soustava u dětí s ADHD je často přetížená, nedokáže včas zachytávat signály únavy a přecházet z aktivace do přirozeného útlumu. Proto se únava u neuklidných dětí paradoxně projevuje ještě vyšší aktivitou, pohyblivostí, vzrušivostí a podrážděností, což může vést až k afektivnímu výbuchu či agresi. Dítě s ADHD je většinou v **celkovém napětí** – fyzickém i psychickém. V souvislosti s nadměrnou aktivací organismu se mohou objevovat potíže s usínáním (Jucovičová & Žáčková, 2013, s. 30–38).

Pro děti s ADHD je charakteristický **motorický neklid** (vrtění se, poskakování, padání ze židle, shazování věcí, pošfučování druhých a podobně). Často se jedná o neúčelné pohyby, které nejsou nezbytné ani potřebné pro danou činnost a které naopak pozornost dítěte od činnosti odklání. Někdy je patrný i jemný psychomotorický neklid ve formě drobných pohybů rukou, nohou, celého těla (ošívání se, grimasování). Hyperaktivita se může projevovat i v komunikaci. **Řečový projev** bývá nadměrný (co do množství i hlasitosti) a překotný. Dítě někdy slovy nestačí vyjádřit své myšlenky. Typické je též vykřikování, skákání druhým do řeči, případně vydávání atypických zvuků (Jucovičová & Žáčková, 2010, s. 30–32; Stárková, 2016, s. 17).

Jelikož je psychomotorické tempo vrozené, dítě jej umí ovlivnit jen částečně a krátkodobě. Proto nemá smysl nutit dítě ke klidu násilně, kárat ho nebo ho srovnávat s jiným, klidnějším dítětem. Spíše se doporučuje na drobný psychomotorický neklid **nereagovat**, případně ke zklidnění využít neverbální signály (zklidňující dotek, oční kontakt, aj.). Důležité je hledat s dítětem přiměřené a efektivní způsoby pro vybití napětí a **zmírnění neklidu** (například relaxační míčky či plastelína) a dát mu dostatek prostoru k vhodnému **pohybovému uvolnění** (vytřást ruku, protáhnout se, utřít tabuli, dojít ke koši a podobně). Při práci s neuklidným dítětem je užitečné střídání činností. To by ovšem nemělo být nahodilé a chaotické, ale mělo by mít určitý řád a strukturu. Ke zklidnění dítěte je možné využívat též různá **relaxační cvičení** či **vhodnou stimulaci smyslů** (například aromatické bonbony, voňavé tužky, pytlíčky s bylinkami, pytlíky s pískem). Ve volném čase by mělo dítě mít přiměřené fyzické aktivity, ale nedoporučují se silové a soutěžní sporty. Množství a zaměření volnočasových aktivit je vždy třeba volit s ohledem na to, aby dítě mělo prostor pro vybití energie, ale nebylo zároveň přetěžováno (Wolfdieter, 2013, s. 128; Jucovičová & Žáčková, 2013, s. 39–45).

3.3. IMPULZIVITA

Děti s ADHD se často chovají spontánně a bez zábran. Reagují na základě prvotního impulzu, aniž by domyslely důsledky svého jednání nebo se poučily z minulých situací. Někdy se též v důsledku impulzivity pouštějí do nebezpečných aktivit a hrozí jim proto větší riziko úrazů a nehod. Jsou patrné potíže se **sebeřízením, sebeovládáním** (emoce a impulzy) a **motivací**. Souvisí to mimo jiné s nezralostí exekutivních funkcí. Při narušení exekutivních funkcí je totiž snížena schopnost analyzovat své chování a vytvářet internalizované „sebeinstrukce“, které napomáhají změně chování (Jucovičová & Žáčková, 2010, s. 33; Grolimund & Rietzler, s. 17–18; Drtílková & Šerý, 2007, s. 101; Malá, 2002, s. 15).

Nadměrná impulzivita je též způsobena **poruchou rovnováhy v procesu vzruchu a útlumu** v rámci centrální nervové soustavy. Schopnost žádoucího útlumu je snížena a reaktivita je naopak zvýšená (Jucovičová & Žáčková, 2015, s. 63). Roli hraje i nerovnoměrné zrání dítěte v oblasti emoční regulace. Neuklidné děti mají potíže s ovládnutím a zpracováním svých emocí. V emočně vypjatých situacích nedokážou zachovat „chladnou hlavu“ a emoce jim často zamlžují úsudek (Jucovičová & Žáčková, 2010, s. 33; Grolimund & Rietzler, s. 17–18). Proto bývají jejich reakce výrazné, nepřiměřené a někdy i destruktivní (rozbíjení věcí, autoagrese či agrese vůči okolí).

Impulzivita ovlivňuje kognitivní i sociální oblast. V **kognitivním stylu** se projevuje zbrklými úsudky, nahodilým či překotným rozhodováním, chaotickými a nesystematickými postupy (Drtílková & Šerý, 2007, s. 101). V **sociálním kontaktu** neuklidné děti často mluví bez ohledu na zábrany, obtížněji odhadují hranici, kdy je „vhodné“ přestat. Hůře snáší okamžité nesplnění svého přání, neumějí trpělivě vyčkat, až na ně přijde řada. Mají potíže s omezeními a příkazy, těžko se podrobují autoritám, řádu a disciplíně. Ve vztahu k dospělým bývá častěji snížena společenská distance (Jucovičová & Žáčková, 2010, s. 34; Drtílková & Šerý, 2007, s. 75).

Na impulzivní reakce dítěte není potřeba vždy reagovat nebo za ně dokonce dítě trestat. Je důležité rozlišovat, zda-li nevhodná reakce pramení z neovládnuté impulzivní reakce nebo je tam záměrnost. Doporučuje se průběžně dítě **oceňovat a chválit**, když se mu podaří ovládnout svoji impulzivnost (například když trpělivě vyčkává na slovo). V případě necitlivého či problematického chování (rvačka, rozbíjení věcí) je dobré dát dítěti prostor na zklidnění a teprve poté s ním mluvit o jeho pocitech, situaci a možnostech řešení. Využít lze též **tělesný kontakt** (dotykem ho přivést z emočně vypjaté situace zpět). Najít správný okamžik, kdy zasáhnout, a nebrat si osobně každý protest či provokaci dítěte je velkým uměním. **Klidný, rozhodný, trpělivý** a neochvějný přístup je však cestou, jak impulzivnost dítěte zvládnout (Jucovičová & Žáčková, 2013, s. 50–55; Wolfdieter, 2013, s. 137–138).



4. Přidružené potíže

Vedle klíčových projevů ADHD reprezentovaných jeho základními diagnostickými znaky, bývá zaznamenána rovněž přítomnost tzv. přidružených poruch, které nejsou považovány za přímé projevy ADHD, avšak s jejich výskytem bývají typicky provázány. Jsou to kognitivní poruchy, poruchy v oblasti motoriky a poruchy emocí.

4.1. KOGNITIVNÍ PORUCHY

Mezi přidružené poruchy můžeme dále zařadit poruchy dalších kognitivních funkcí vyskytujících se vedle poruchy pozornosti (která je rovněž kognitivní funkcí) – zejména poruchy vnímání (percepce), paměti, myšlení a řeči.

S ADHD bývají spojovány poruchy v oblasti percepce jako je porucha vizuomotorické koordinace, porucha taktilní, sluchové či zrakové diskriminace a další (Příhodová, 2011, s. 408–418). Nejedná se o poruchu sluchu či jiného smyslu, ale o poruchu vnímání podnětů (Wolfdieter, 2013, s. 130). V tomto kontextu hovoří Vingrálková o **poruchách smyslové integrace**, kdy nervový systém neefektivně organizuje, reguluje a zpracovává smyslové informace. Poruchy smyslového zpracování se mohou týkat například sluchových podnětů (zvýšená citlivost na zvuky nebo naopak vyhledávání intenzivních podnětů) či hmatových podnětů (netolerance určitých látek, cedulek na oblečení a podobně) (Vingrálková, 2016, s. 14–16).

Porucha smyslové integrace může ovlivňovat schopnost jedince optimálně fungovat v sociální, kognitivní či motorické oblasti. Ergoterapie a fyzioterapie se zabývá řadou terapeutických technik a metod, které u poruch smyslového zpracování pomáhají. K nejvyužívanějším přístupům patří terapie senzorycké integrace, neuro-vývojová terapie, senzomotorika, brain gym, Masgutova metoda či reflexní terapie (Vingrálková, 2016, s. 16). Percepci u dítěte můžeme ve školním či domácím prostředí podpořit i jinými prostředky. Při učení se doporučuje propojovat více smyslů nebo naopak zkusit odbourat podněty určitého smyslu (například za pomoci sluchátek či vatových ucpávek). To se osvědčuje zejména v případech, kdy jsou pro dítě vnější podněty zbytečně zahlcující či rušivé (Wolfdieter, 2013, s. 130).

Proces zpracování a uchování informací je ztížen **poruchami krátkodobé paměti**. Přestože dítě informaci zachytí, nezapamatuje si ji nebo si ji pamatuje jen zčásti. Vlivem toho informace dochází do střednědobé a dále do dlouhodobé paměti neúplná a zkreslená. Často bývá narušena i schopnost vybavenosti z paměti. Vybavení je ztížené, namáhavé a nepohotové (Jucovičová & Žáčková, 2013, s. 57–58). Krátkodobá paměť se dá posilovat pomocí jednoduchých strategií jako je například tiché opakování, časté opakování v krátkých časových intervalech, zvukné, rytmické říkanky, různé jazykové hry – Balím si kufr, Kimovy hry – a další. Lze též využívat různé pomůcky (slovníky, lexikony, příručky, tabulky, diagramy) (Wolfdieter, 2013, s. 123).

Doprovodným projevem ADHD bývá i **opožděný vývoj řeči**. Dítě začíná mluvit později, řeč bývá jednodušší a obsahově chudší. Často jsou přítomny i další potíže – dyslálie, artikulační neobratnost, specifické asimilace. Objevují se i poruchy tvorby pojmů, může být též omezena schopnost pohotově se vyjádřit. Poruchy řeči je žádoucí řešit již před vstupem do ZŠ (zejména logopedickou péčí), aby byl dostatek času pro nápravu a potíže pak nezasahovaly do školní úspěšnosti. I v domácím prostředí je užitečné různými způsoby podporovat dítě v řečovém projevu – rozvíjet slovní zásobu, co nejvíce podněcovat dítě k vyprávění, ptát se na zážitky, trénovat vyprávění dle obrázků, využít lze i různé hry (např. Řekni opak, Vytvoř rým) (Jucovičová & Žáčková, 2013, s. 63–69).

Poruchy myšlení se u dětí s ADHD mohou projevovat neuspořádaností, zabíhavostí, chaotičností či překotností myšlenkových procesů. Vlivem nerovnoměrného zrání CNS se opoždí přechod od konkrétního myšlení k abstraktnímu, dítě může mít potíže se zobecňováním. Často je snížen i jazykový cit. Typický je difúzní způsob uvažování. Na rozdíl od jiných dětí, které myslí lineárně příčinně (příčina-následek), neklidné děti berou v potaz několik rozptýlených příčin, na jejichž základě pak domýšlí následek. To na druhou stranu dodává jejich myšlení velkou dávkou originality a nápaditosti. Rozvoj myšlení můžeme u dítěte podporovat vícero způsoby – využít lze typické dětské hry (hra Všechno lítá, co má peří, Kuba řekl a jiné), hádanky, pantomimu, dokončování příběhu a podobně (Jucovičová & Žáčková, 2013, s. 66–70).

Na podkladě poruch motoriky, vnímání, myšlení, paměti a pozornosti se u hyperaktivních dětí mohou rozvíjet i **specifické poruchy učení** jako je dysgrafie, dyslexie a další. Kombinací specifické poruchy učení se syndromem ADHD se školní situace dítěte ještě více komplikuje (Jucovičová & Žáčková, 2015, s. 66). Bez individuální podpory a specifických způsobů práce se dítě neobejde.

4.2. PORUCHY MOTORIKY

Kromě poruch v oblasti percepce se někdy manifestují i poruchy motoriky a pohybové koordinace (Příhodová, 2011, s. 408–418). Obtíže se mohou projevovat v **jemné i hrubé motorice**. Hyperaktivní děti často působí neohrabaně či neobratně. Jejich pohyby bývají málo koordinované a nepřesné, trpí zvláště souhra pohybů horních a dolních končetin. Může být patrné i zvýšené svalové napětí, pohyby jsou křečovitě. Někdy vážně proces integrace jednotlivých pohybů v celek. Automatizace pohybů je dlouhodobější, což způsobuje potíže při učení se novým věcem a dovednostem (Jucovičová & Žáčková, 2015, s. 67).

Poruchy jemné motoriky se mohou projevovat potížemi v sebeobsluze (např. při zavazování tkaniček), při domácích pracích, hraní a podobně. Ve škole se pak obtíže v jemné motorice vážou k problémům s psaním, které bývá hodnoceno jako pomalé, neúhledné, neuspořádané, nečitelné, případně s rýsováním a kreslením. Při poruše v mikromotorice očních pohybů dochází k potížím ve čtení. Někdy bývá též narušena motorika mluvidel a s tím souvisí artikulační neobratnost a specifická asimilace (Jucovičová & Žáčková, 2015, s. 67–68).

Oblast motoriky můžeme u neklidného dítěte rozvíjet různými způsoby. Jemnou motoriku lze trénovat například pomocí stavebnic, skládaček, modelování, šití, vystřihování z papíru, kreslení či dokreslování. Využívat lze různých výtvarných technik (prstové, temperové barvy, křídly, silné štětce), ploch (papír, ale i například tabule či balící papír) a pracovních pozic (vsedě, vestoje, atd.). Vhodné je zapojovat i tělesné uvolnění ve formě relaxace nebo pohybové aktivity. Při školní práci se doporučuje dávat dítěti zkrácené texty, doplňovačky a testové formy s volbou odpovědi, aby dítě nemuselo zbytečně opisovat celý text a mohlo se soustředit na pravopisné jevy či otázky (Jucovičová & Žáčková, 2013, s. 44–45).

4.3. PORUCHY EMOCÍ

Porucha pozornosti s hyperaktivitou výrazně ovlivňuje emoční a sociální zralost dítěte. Charakteristická je **emoční labilita** (tj. nestálost a výkyvy emocí) a vysoká pohotovost při reagování na podněty (Uhlíř, 2020, s. 31). K prudké a intenzivní reakci na straně dítěte postačí mnohdy i zdánlivá maličkost. Pro okolí je tak často náročné předvídat emoční reakce dítěte a adekvátně na ně reagovat.

V souvislosti s dráždivostí a impulzivitou je u neklidných dětí zvýšeno riziko **afektivních výbuchů** a někdy též **agrese**. Obojí slouží jako ventil nahromaděného napětí. Je to pro dítě způsob, jak se vyrovnat

s překážkou či pocitem ohrožení. Zesílený pocit ohrožení a zvýšená úzkostnost bývají u neklidných dětí časté. Dítě je neustále ve střehu a napětí, což se v náročných situacích projevuje zvýšenou potřebou se bránit (dítě jde okamžitě „do útoku“) nebo chránit (dítě se situacím vyhýbá, odmítá je). Nové situace či překvapivé situace jsou pro dítě velmi zatěžující, protože kladou velké nároky na jejich zvládací mechanismy (Jucovičová & Žáčková, 2013, s. 47–48; Wolfdieter, 2013, s. 133). Vzhledem ke **snížené frustrační toleranci** mají děti často potíže i s překonáváním překážek – v takových situacích zažívají bezmoc, zoufalství a mohou mít tendenci vzdávat se předem (Grolimund & Rietzler, 2018, s. 17–18).

I v sociální oblasti (ve vztazích s druhými lidmi) se dítě potýká s různými výzvami a potížemi. Úspěšné zvládnutí sociálních interakcí často brzdí **snížené sebehodnocení**. Pro děti s ADHD je těžké brát ohledy na potřeby svého okolí, což se může projevit nerespektováním osobního prostoru, braním věcí bez dovození, nevhodným zasahováním do hry a podobně. Typická je též značná soutěživost a naproti tomu zároveň neschopnost přiměřeně se vyrovnat s prohrou (Grolimund & Rietzler, 2018, s. 17–18). Neklidné dítě může často svým chováním druhým lidem nezáměrně ublížit, protože se mu hůře odhaduje, co se od něj očekává. Mnohdy si ani neuvědomuje závažnost a důsledky svého chování (Jucovičová & Žáčková, 2013, s. 46–49). Sociálně obtížné projevy typické pro ADHD (netrpělivost, snížené sebeovládání, určitý egocentrismus, snížená schopnost empatie a další) mají negativní vliv na vztahy s vrstevníky. Obvykle jsou zdrojem konfliktů a nepochopení ze strany druhých (Uhlíř, 2020, s. 31). Dítě může dlouhodobě zažívat nepříjetí ve vrstevnické skupině, což ještě více prohlubuje jeho problematické reakce, emoční nepohodu a nízké sebevědomí.

Při zvládnutí emočně vypjatých situací je úlohou rodičů a pedagogů pomáhat dítěti přerámovat úhel pohledu na situace a zároveň dítě učit, jak se lze s náročnými situacemi vypořádat. Klidné, neafektivní a podpůrné prostředí může být pro dítě vzorem, jak pracovat se svými emocemi a jak zvládat nároky sociálního prostředí. Nezbytnými kroky jsou **podpora sebedůvěry dítěte, pozitivní zpětná vazba a průběžné oceňování**. Dítě lze v emoční oblasti posilovat i prostřednictvím cíleného nácviku sebeovládání a práce s emocemi (Jucovičová & Žáčková, 2013, s. 50–55; Uhlíř, 2020, s. 1).



5. Možné přístupy k léčbě ADHD

Při léčbě dětí s ADHD se v současné době stále více uplatňuje multimodální přístup, který kromě medikamentózní terapie zahrnuje psychoterapii dítěte i práci s jeho rodiči (Drtílková & Šerý, 2007, s. 171). Komplexnost přístupu je totiž při léčbě ADHD klíčová.

Ve **farmakologické léčbě** jsou nejvíce využívána psychostimulancia, jejich účinnost se pohybuje v rozmezí 70–90% (Drtílková & Šerý, 2007, s. 134). Psychostimulancia příznivě ovlivňují jádrové symptomy poruchy (nepozornost, hyperaktivitu a impulzivitu). V kognitivní oblasti zlepšují vigilitu, reakční čas, krátkodobou paměť a školní výkon. Mimo to zmírňují projevy impulzivní agresivity, příznivě ovlivňují oblast sociálních interakcí a zvyšují vytrvalost a úspěšnost při studijním výkonu (Drtílková, 2010, s. 77). V ČR jsou nejvíce využívána stimulantia Ritalin a Concerta a dále nestimulační preparát atomoxetin (Strattera) (Theiner, 2012, s. 149).

Psychoterapie se zaměřuje na individuální či skupinovou práci s dítětem a též na práci s rodinou. Cílem terapie dětí s ADHD může být zejména zlepšování jednotlivých psychických funkcí (pozornost, impulzivita, aj.), rozvoj seberegulačních mechanismů, podpora sebepojetí či trénování nových a funkčních vzorců chování (Drtílková & Šerý, 2007, s. 171; Stárková, 2016, s. 20). Ke zklidnění dítěte můžeme využívat i technik muzikoterapie či arteterapie. Cílená práce s hudbou, pohybem, kresbou, modelováním a podobně slouží jako prostředek k vybití energie, zklidnění, vyjádření pocitů a vnitřního světa a též k vnímavosti vůči sobě i druhým. Chování dětí mohou významně ovlivnit i techniky dramaterapie, které pomáhají v odbourávání napětí, odvádění negativních emocí, prožívání emocí pozitivních a které umožňují i nácvik pozitivních forem chování. Též se využívá metoda EMG biofeedback, která posiluje kvalitu pozornosti a motivaci (Jucovičová & Žáčková, 2010, s. 61; Stárková, 2016, s. 20).

Při léčbě ADHD nelze opomenout základní sociální okruhy dítěte (zejména rodiče či školu). **Zapojení rodičů** do samotné léčby je velmi důležité a nezbytné pro realizaci pokroků a změn. Může mít podobu rodinné terapie, individuálního poradenství pro rodiče či nácvikové behaviorální terapie (například se zaměřením na komunikační strategie, adekvátní výchovný přístup a edukaci rodičů). Užitečná může být i metoda VTI (videotrénink interakcí), která je využitelná jak v domácím prostředí, tak i ve škole (Drtílková & Šerý, 2007, s. 171–172; Stárková, 2016, s. 20).



6. Komplexní podpora dětí s ADHD

6.1. PŘÍNOS A CÍLE KOMPLEXNÍ PODPORY

Projevy ADHD mají přesah téměř do všech důležitých oblastí života dítěte – prožívání, status dítěte v rodině i v širším sociálním prostředí, úspěšnost i celková kvalita života. To vše zároveň ovlivňuje i celou rodinu dítěte. Přitom většina z dětí s diagnózou ADHD dosáhne na pomoc (například psychiatrickou, psychologickou nebo speciálně pedagogickou) zaměřenou pouze na část projevů ADHD. To však pro efektivní zlepšení situace dítěte a její další prognózy nestačí.

Cílem komplexní podpory dětí s ADHD je pracovat s různými symptomy a potížemi spojenými s problematikou ADHD, vytvořit vhodné metody, ověřit jejich účinnost a možnosti jejich účinného kombinování. Komplexní podpora zahrnuje také hledání možností podpory v různých sociálních prostředích, která jsou pro dítě a jeho vývoj zásadní. Podpora tedy zahrnuje nejen práci s dítětem samotným, ale i práci s rodiči, pedagogy a celým třídním kolektivem. Stejně tak je zapotřebí v rámci komplexní podpory zahrnout jak individuální práci s dítětem, tak s dítětem pracovat v kolektivu ostatních dětí.

6.2. METODY KOMPLEXNÍ PODPORY

Následující metody práce s cílovou skupinou vycházejí ze zkušeností pracovníků Centra pro rodinu a sociální péči. Popsané metody byly ověřeny při práci s rodinami s dětmi s ADHD v rámci projektu Komplexní podpora dětí s ADHD, podpořeném dotačním programem EU, Evropský sociální fond, Operační program Zaměstnanost, registrační číslo projektu CZ. 03. 2. X/0. 0/0. 0/17_076/0011497.

Náš koncept komplexní podpory dětí s ADHD obsahuje tyto metody přímé práce:

- Zapojení cílové skupiny dětí s ADHD a jejich rodiny
- Doučování dětí s ADHD
- Vzdělávací kurzy pro rodiče dětí s ADHD
- AHA studio (Feuersteinova metoda kognitivního obohacování)
- Snoezelen pro děti s ADHD
- Trénink sociálně-emočních dovedností v prostředí školní třídy
- Terénní poradna pro rodiče, děti a pedagogické pracovníky

7. Zapojení cílové skupiny

Cílovou skupinou komplexní podpory jsou **děti s ADHD** (porucha pozornosti spojená s hyperaktivitou) **ve věkové kategorii 5–12 let** a také jejich **rodiče** a **pedagogičtí pracovníci** škol, kteří s těmito dětmi pracují.

Konkrétní formy oslovení cílové skupiny vychází z možností daného pracoviště. V podmínkách Centra pro rodinu a sociální péči, které se systematické práci s dětmi s ADHD věnuje od roku 1999, jsme cílovou skupinu oslovili nejprve obvyklými způsoby: zveřejněním nabídky aktivit na našich webových stránkách a sociálních sítích, prostřednictvím osobního kontaktu s našimi stávajícími klienty. Další možnosti jsou prezentace na základních školách (např. pro rodiče a pedagogy) a také prezentace pro jiné odborníky (např. setkání speciálních pedagogů či školních psychologů). Osvědčuje se rovněž oslovení cílové skupiny rodičů a pedagogů prostřednictvím vhodných publikací článků ve vybraných tištěných či elektronických periodících.

7.1. ÚVODNÍ SCHŮZKA

Důležitou součástí zapojení cílové skupiny je **úvodní schůzka** s odbornými pracovníky, které se účastní rodič (resp. rodiče) a dítě. Je vhodné, aby úvodní schůzku vedli dva odborní pracovníci, kteří mohou vzájemně reflektovat její průběh a zkontrolovat vhodné možnosti zapojení konkrétního dítěte i výběr z možných aktivit komplexní podpory. Vedení úvodní schůzky jedním odborným pracovníkem je také možné, je však třeba počítat s absencí dalšího pohledu a bezprostřední společné konzultace.

Na schůzce odborní pracovníci nejdříve seznámí rodiče s možnostmi a přínosy komplexní podpory a představí všechny její aktivity. Rodiče tak získají celkový přehled o tom, jaké aktivity může jejich dítě i oni sami v průběhu trvání komplexní podpory využívat a jaký přínos pro ně tyto aktivity představují.

Následuje společné zmapování projevů ADHD u dítěte a jejich celkového zvládnutí v kontextu rodiny i dalších prostředí, v nichž se dítě nachází – zejména ve škole, případně v mateřské škole. Odborní pracovníci v průběhu rozhovoru podle potřeby pokládají rodičům a dítěti otázky, které jim pomohou lépe porozumět situaci, problémovým bodům i jejich potřebám. Součástí mapování aktuálních projevů ADHD u dítěte a jejich zvládnutí je vyplnění **vstupního dotazníku**, jehož položky jsou zaměřeny na klíčové oblasti projevů ADHD: pozornost, neklid a hyperaktivita, impulzivita, emoční poruchy a zvládnutí emocí, komunikační dovednosti, motivace k učení, schopnost zklidnění a sebedůvěra. Používáme dvě verze vstupního dotazníku: pro rodiče a pro dítě. **Vstupní dotazník pro rodiče** (příloha č. 1) je v průběhu úvodní schůzky využitý v každém případě. **Vstupní dotazník pro dítě** (příloha č. 2) využíváme dle věku dítěte, jeho zralosti, možností sebereflexe a jeho celkového psychického stavu. V některých případech (např. s ohledem na potřeby rodiny nebo při realizaci úvodní schůzky v online formě apod.) je možné vstupní dotazník zaslat rodičům k samostatnému vyplnění s předstihem ještě před termínem konání schůzky. V takovém případě je potřeba doplnit jej o jasné instrukce k vyplnění a v průběhu setkání na úvodní schůzce společně s rodiči věnovat dostatek prostoru jeho reflexi a získaným odpovědím, aby nedošlo ke zkrácení informací.

V návaznosti na zmapování projevů ADHD a potřeb dítěte i rodiny odborní pracovníci společně s rodiči formulují konkrétní **cíle**, na které se při práci s dítětem v rámci komplexní podpory následně zaměří. Po shrnutí informací ze vstupních dotazníků, stanovených cílů a dalších informací od rodiny jsou společně s rodiči zvoleny aktivity, od kterých je očekáván největší přínos a je stanoven alespoň orientační termín jejich

zahájení. Proces úvodní schůzky je tak završen výběrem vhodných aktivit z nabídky komplexní podpory, domluvou na jejich zahájení v určitém časovém období a formálním zapojením rodiny do komplexní podpory. Vybrané aktivity, předpokládané termíny jejich zahájení a cíle spolupráce s rodinou jsou zaneseny do **Plánu práce s dítětem a rodinou** (příloha č. 3), který na místě podepisuje odborný pracovník a rodič dítěte.

V závěru úvodní schůzky rovněž doporučujeme podepsat s rodiči **Smlouvu o využití služeb v rámci projektu Komplexní podpory dětí s ADHD** (příloha č. 4), která zahájení této spolupráce formálně stvrzuje a shrnuje její podmínky a možnosti.

7.2. PRŮBĚŽNÁ SPOLUPRÁCE A KONTAKT S RODINOU DÍTĚTE

Kontakt s rodinou je důležité udržovat v průběhu celé doby spolupráce. Díky němu mohou odborní pracovníci monitorovat posun dítěte, upravovat plán spolupráce a pomoci rodině řešit případné krizové situace. V rámci průběžného kontaktu odborní pracovníci společně s rodiči a dítětem reflektují zapojení do aktivit komplexní podpory, dojmy a spokojenost dítěte a rodičů, ale i aktuální vývoj jejich situace a potřeb. Pro úspěch komplexní podpory je důležité, aby rodiče i dítě vnímali zájem pracovníků a důvěřovali jim.

Průběžný kontakt je ze strany odborných pracovníků udržován formou telefonátů, emailů a osobních setkání u příležitosti docházky do vybraných aktivit. Právě forma osobního setkání bývá neefektivnější a pro rodiče i pro dítě nejvíce podpůrná, proto doporučujeme využívat ji co nejvíce.

Průběžný kontakt probíhá rovněž i z iniciativy rodičů, kteří mají možnost obrátit se na pracovníky komplexní podpory kdykoli v průběhu spolupráce dle aktuálních potřeb. Obrátí-li se rodič se svými dotazy a potížemi na odborného pracovníka, ten mu věnuje náležitou péči a snaží se jej v momentální situaci podpořit odbornými radami a informacemi. V případě, že je to potřeba, může rodiči nabídnout delší osobní konzultaci, na které se společně věnují potřebným tématům a jejich řešení. Pro účely podrobnějšího řešení a konzultací doporučujeme využít aktivitu Terénní poradna, která nabízí vhodný rámec pro individuální setkání s dostatečným prostorem pro konkrétní témata.

7.3. ZÁVĚREČNÁ SCHŮZKA

Po absolvování aktivit, které byly při zahájení komplexní podpory pro rodiče a dítě vybrány, případně pokud se odborní pracovníci a rodina domluví na jejím ukončení z jakýchkoli jiných důvodů, přistupujeme k ukončování spolupráce s rodinou.

Odborní pracovníci pozvou rodiče s dítětem na závěrečnou schůzku. Schůzka probíhá formou rozhovoru a jejím cílem je společné zhodnocení vzájemné spolupráce a vyhodnocení přínosu jednotlivých metod práce pro dítě. S rodiči nejprve společně reflektují průběh celého trvání komplexní podpory, jejich zkušenosti s vybranými aktivitami i případné specifické situace a potřeby, které mohou v průběhu spolupráce vzniknout. Obě strany se mají možnost navzájem doptávat na svoje pohledy a zkušenosti.

Součástí hodnocení přínosu absolvování vybraných aktivit je také srovnání výchozího stavu projevů ADHD s jejich aktuálním stavem. Pro tyto účely využíváme výstupní dotazník, jehož položky jsou totožné

s položkami vstupního dotazníku, který byl využit v průběhu úvodní schůzky. Stejně jako v případě vstupního dotazníku využíváme jeho dvě varianty – **výstupní dotazník pro rodiče** (příloha č. 1) a **výstupní dotazník pro dítě** (příloha č. 2). Pro zjednodušení a přehlednost tohoto metodického materiálu jsme vstupní i výstupní dotazníky sloučily vždy do jedné univerzální varianty. Způsob administrace a vyhodnocení výstupních dotazníků je shodný s postupem využívaným u vstupních dotazníků. Na základě porovnání výsledků dotazníků lze s rodiči otevřít diskusi o tom, zda se změnila míra jednotlivých projevů ADHD. Porovnání dotazníků rodičům také poskytuje objektivní náhled na to, v jakých oblastech se dítě zlepšilo nebo zhoršilo a ukazuje, ve kterých oblastech je prostor pro další práci. Je důležité informace z dotazníků s rodiči ověřit formou rozhovoru, kde je možné s rodičem pojmenovat faktory, které za změnou v projevech dítěte stojí.

Další součástí závěrečné schůzky je prostor pro vyhodnocení cílů stanovených na začátku spolupráce při úvodní schůzce. S ohledem na aktuální situaci dítěte a rodiny mohou odborní pracovníci v rámci závěrečné schůzky přinést rodičům nová doporučení pro udržení nebo další zlepšování situace dítěte a zlepšování prognózy potíží spojených s ADHD.

Stejně jako v případě úvodní schůzky na začátku spolupráce, i zde doporučujeme vedení rozhovoru s rodičem a dítětem ideálně dvěma odbornými pracovníky. V případě potřeby je možné vedení závěrečné schůzky jedním pracovníkem. I závěrečnou schůzku lze z různých objektivních důvodů (např. v souladu s protiepidemickými opatřeními) realizovat rovněž v online formě.

7.4. PRAKTICKÉ TIPY PRO ZAPOJENÍ CÍLOVÉ SKUPINY

Tipy pro komplexní podporu dětí s ADHD:

- ✓ **Nejprve důkladně zmapujte projevy ADHD u dítěte, jeho situaci a potřeby.**
- ✓ **Podrobně informujte rodiče o jednotlivých metodách komplexní podpory.**
- ✓ **Formulujte společně s rodinou dítěte konkrétní cíle spolupráce.**
- ✓ **Zvolte metody práce, které se zaměřují na různé oblasti potíží.**
- ✓ **Zaměřte se na hlavní oblasti, ve kterých dítě potřebuje podporu.**
- ✓ **Zapojte rodiče do sestavení plánu podpory dítěte.**
- ✓ **Podpořte a povzbuzujte rodiče i dítě, zejména v náročných okamžicích. .**
- ✓ **Aktivně udržujte s rodinou kontakt a buďte jí k dispozici po celou dobu spolupráce.**
- ✓ **Vyhodnocujte průběžně pokroky dítěte. V případě potřeby upravte plán spolupráce.**
- ✓ **Při ukončení spolupráce s rodinou společně vyhodnoťte pokroky a proberte budoucí možnosti.**

8. Doučování dětí s ADHD

8.1. SPECIFICKÉ POTŘEBY DĚTÍ S ADHD V DOUČOVÁNÍ

Pro dítě s ADHD je běžná školní výuka velmi náročná. Kvůli poruše pozornosti je pro ně těžké sledovat výklad učitele, zároveň se nevydrží na práci koncentrovat po celou vyučovací hodinu. V důsledku toho vznikají mezery v probírané učební látce. Děti s ADHD mají také horší vztah k probíranému učivu a často pro ně bývá obtížné najít motivaci. To vše zvyšuje riziko školní neúspěšnosti a může rovněž vést k nesouladu mezi školním prospěchem a jejich intelektovými schopnostmi.

Další projevy ADHD jako například impulzivní jednání, komunikační potíže nebo emoční afekty ztěžují dítěti zvládat sociální nároky vyplývající z prostředí školy. Není výjimkou, že dítě může být vnímáno učiteli jako problematické a může mít narušené vztahy se svými spolužáky. Samotné školní prostředí je potom pro dítě rušivé, stresující a znemožňuje mu plně se věnovat školním povinnostem.

To vše komplikuje následnou domácí přípravu. Děti svoji práci ve škole nestíhají a tak si domů nosí práci nad rámec domácích úkolů. Zároveň však dítěti s ADHD zabere domácí příprava mnohem více času. Domácí příprava je tak zdrojem hádek a frustrace. Také pro rodiče je náročné se dítěti s ADHD věnovat. Rodič nemá čas, energii ani schopnosti dítěti probíranou látku vysvětlit a učivo s ním doplnit. Zároveň se doma rodiče potýkají právě s demotivací dítěte a jeho nechtíví úkoly plnit, s čímž si často nemusí vědět rady. Významnou úlevu pro rodinu a nové možnosti tak může přinést doučování dítěte, které je významnou součástí komplexní podpory dětí s ADHD.

Vedle obecných charakteristik doučování je nutné v případě dětí s ADHD zakomponovat do procesu učení rovněž práci s pozorností, s jejím zvědomováním a dle jejího kolísání a celkového momentálního psychického stavu dítěte zařazovat efektivně přestávky. Velmi důležitou součástí je podpora sebedůvěry dítěte cestou oceňování a zvědomování i drobných úspěchů a silných stránek. Doporučujeme aktivní zapojení dítěte do plánování obsahu doučování. Klíčová je role lektora v situacích, v nichž se dítěti nedaří, pociťuje frustraci a nedostatek motivace. Individuálním přístupem s vyjádřením empatie a podpory může dítěti pomoci tyto krizové okamžiky překlenout.

- „Tím, že si syn také sám určoval, jaké oblasti učiva potřebuje procvičit, si mnohem lépe sám uvědomuje, co mu jde a kde jsou pro něj v učivu slabší místa.“
- „Vlivem doučování je syn klidnější, necítí takový tlak na výkon, své síly má možnost rozdělit si podle svých schopností.“

Pomocí zvědomování potřebných schopností k plnohodnotné školní přípravě může doučovatel podpořit dítě nejen v učební látce, ale i v osvojení nového systému školní přípravy. Díky tomu může mít doučování dítěte pozitivní vliv i na jeho domácí přípravu do budoucna.

8.2. OBECNÉ ZÁSADY DOUČOVÁNÍ DĚTÍ S ADHD

V rámci našeho konceptu s dítětem pracuje lektor doučování přímo v domácím prostředí dítěte. Ačkoli to není nezbytně nutné, doporučujeme, aby lektori doučování byli pedagogičtí pracovníci nebo studenti pedagogiky. To zajišťuje, že lektor má potřebné znalosti učiva a pedagogické dovednosti, díky kterým může dítěti vytvořit lepší podmínky pro učení a pracovat také na jeho motivaci a vztahu k probírané látce.

Je důležité, aby se lektori doučování před zahájením své činnosti seznámili se specifiky práce s dítětem s ADHD. Proškolení je vhodné zaměřit na základní informace o projevech dětí s ADHD, jejich výukových potřebách a základních technikách, které dokážou specifické potřeby těchto dětí zohlednit. Doporučujeme také, aby lektori zůstali v kontaktu s odbornými pracovníky po celou dobu spolupráce s dítětem. Odborní pracovníci mohou lektorům doučování i nadále poskytovat metodickou podporu a společně řešit případné obtížnější či krizové situace.

Od běžné školní výuky se doučování odlišuje zejména individuálním přístupem lektora k dítěti. Individuální práce s dítětem lektorovi umožňuje reagovat na aktuální potřeby dítěte, dělat vhodně dlouhé přestávky či propojovat učivo s oblíbenými činnostmi nebo zájmy dítěte. Díky tomu je učení pro dítě méně stresující a naopak pro ně může být příjemným zážitkem. To je patrné i z hodnocení dětí: „Nejvíce se mi líbilo, že ty cvičení byly ve stylu toho, co mám rád a že byla sranda.“ Nebo: „Vždycky se zajímala o to, co bych chtěla dělat já. Určitě jsem se cítila lépe než ve škole.“ Při doučování dítěte s ADHD se osvědčuje učení obohatit zábavnými prvky. Jak vypovídají samy děti, společné vědomostní hry jsou pro ně jednou z nejvíce oblíbených náplní doučování. Učení je možné doplnit například o pohybové aktivity, soutěže nebo učení pomocí mobilních aplikací. Z konkrétních aktivit děti jako své oblíbené uvádějí například slovní fotbal nebo Kahoot.

Obsahově je možné se během doučování věnovat plnění domácích úkolů nebo doplnění učiva, ve kterém má dítě rezervy. Dále lze doučování zaměřit k procvičování již znalého učiva, díky čemuž si je dítě lépe zautomatizuje. K procvičování doporučujeme například [Portfolio pracovních listů](#), které je vytvořeno přímo pro práci s dětmi s ADHD.

Je důležité, aby se na obsahu jednotlivých setkání domlouval vždy lektor s rodiči, aby doučování naplňovalo to, co od něj očekávají. Rodiče také mají informace ze školy, co dítě nejvíce potřebuje.



8.3. VYUŽITÍ POZITIVNÍ MOTIVACE

Jedním z klíčových nástrojů, který pro učení dítěte s ADHD považujeme za velmi efektivní, je **pozitivní motivace**. Pro podporu motivace proto lektor do společného učení může vnášet určité „odměny“, které jsou dítěti blízké. Děti tak během doučování například mohou sbírat obrázky postav ze svých oblíbených filmů či videoher. Doporučujeme vše zaznamenávat do strukturovaného motivačního plánu, který dítěti umožňuje sledovat, jak se mu při práci daří a jaké dělá pokroky. Na ukázkou přikládáme vzor možné šablony motivačního plánu (příloha č. 5). Motivační prvky během doučování vyzdvihují samotné děti, které uvádějí, že je „cesta Minecraftem“ a jiné motivační plány baví.

MOTIVAČNÍ PLÁN

Motivační plán je strukturované a grafické znázornění pokroků dítěte. Plán umožňuje oceňovat dítě způsobem srozumitelným a poutavým i jemu samotnému – formou hry. Princip plánu je založený na pozitivní motivaci. Dítě za plnění úkolů obdrží body a za určitý počet bodů si může vybrat zvolenou odměnu. Motivační plán může mít různou grafickou podobu – např. prázdná mřížka, do které si dítě nalepuje získané obrázky s oblíbenými hrdiny nebo dráha, na které dítě vybarvuje políčka symbolizující zvládnutí žádaného chování apod.

Jak používat motivační plán, aby fungoval:

- Obsah plánu by měl být založený na zájmech dítěte. Plán je možné různě tematicky zaměřit, například na oblíbenou PC hru, cestu vesmírem nebo oblíbený film či sport apod. Vybrané téma je zakomponováno do grafické podoby plánu, dítě je ideálně autorem grafické úpravy plánu.
- Je důležité společně s dítětem stanovit konkrétní cíl, na který se pomocí motivačního plánu chceme zaměřit. Pro dítě musí být cíl realistický a jasně srozumitelný, např. „před spaním uklidím hračky na zemi“.
- Motivační plán tvoříme společně s dítětem. Dítě si tak k němu vytváří osobní vztah, což je samo o sobě důležitým motivačním prvkem.
- Pravidla získávání odměn je nutné stanovit předem a nelze je jednostranně a nepředvídatelně měnit (za kolik bodů je jaká odměna, co je nežádoucí chování a jakým způsobem se s ním pracuje aj.)
- Na odměně je nutné se domluvit společně s dítětem. Odměnou mohou být obrázky s oblíbeným tématem nebo různé společné aktivity s dítětem. Je možné zařadit jak pravidelné odměny, tak větší odměny, tzv. bonusy. Například za každé 3 body dítě obdrží obrázek s oblíbeným Pokémonem a za 10 bodů půjde s rodiči do bazénu. Doporučujeme graficky zaznamenávat jednak získané body a také následně získané odměny. Např. dítě si za každý získaný bod vybarví jedno políčko na okraji motivačního plánu, následně si za tři získané body vybírá z tematických obrázků jeden, který si vlepe do prázdné mřížky.
- Dodržujeme princip pozitivní motivace: již přidělené body a odměny dítěti nikdy neodebíráme (např. kvůli nevhodnému chování nebo nedodržení stanoveného cíle). Nežádoucí chování hodnotíme nepřidělením bodů, nikoli jejich odebráním.

Příklady práce s motivačním plánem**Motivace dítěte k udržení a prodlužování pozornosti během doučování:**

Na základě zkušeností s tím, jak dlouho dítě pozornost během učení udrží, si s dítětem stanovíme cíl – věnování pozornosti úkolu po stanovený časový limit. Vymyslíme společně grafickou podobu motivačního plánu a dítě si jej vyzdobí. Při společné práci vždy, když se dítěti podaří věnovat se zadaný čas úkolu, dítě na tento fakt upozorníme a úspěch zaznamenáme do plánu. Snažíme se dítěti vytvořit prostor, kde úspěch může zažít, proto na základě společné domluvy můžeme pravidla odměňování změnit a snížit nebo zvýšit časový limit.

Motivace dítěte k omezení vykřikování ve vyučovací hodině:

Cílem je omezit impulzivní vykřikování dítěte během výkladu učitele. V první řadě tento cíl probereme s dítětem a společně se domluvíme, jak bude motivační plán vypadat, jak nastavíme bodování a jaké může získat odměny. Během výukové hodiny si následně pedagog nebo asistent pedagoga všimá situací, kdy dítě má ve zvyku vykřikovat, ale neudělá to. Za tento okamžik dítěti poskytne zpětnou vazbu a dítě může vybarvit jedno políčko na svém plánu.

V příloze č. 6 je k dispozici praktická ukázka používaného motivačního plánu.

8.4. ROZSAH, ČASOVÉ USPOŘÁDÁNÍ A DÉLKA TRVÁNÍ DOUČOVÁNÍ

Praxe potvrzuje, že doučování je nejúčinnější, pokud je dítěti poskytována dlouhodobá a pravidelná pomoc s učivem. Doučování dle našeho konceptu probíhá v rozsahu cca 4 hodiny týdně v konkrétních termínech dle domluvy mezi lektorem a rodinou. Časové intervaly jsou 2x až 4x v rámci jednoho týdne. Standardně nastavujeme délku trvání doučování u jednoho dítěte na cca 5 měsíců, což odpovídá délce jednoho školního pololetí. Trvání doučování nemusí přesně kopírovat školní pololetí a lze jej zařadit kdykoli v průběhu roku. Po cca 5 měsících doporučujeme vyhodnotit efekt doučování a posun u dítěte. Následně je možné v doučování pokračovat dle potřeb dítěte a rodiny nebo jej ukončit.

Ne ve všech případech a za všech okolností je možné přesně stanovený rozsah hodin doučování v každém týdnu dodržet. Doporučujeme pečlivě posoudit situaci konkrétního dítěte a v případě nutnosti přizpůsobit rozsah doučování tak, aby byl pro dítě přínosný a zároveň realistický s ohledem na jeho individuální potřeby. Praxe ukazuje, že je důležité průběžně vyhodnocovat situaci dítěte a jeho potřeby. V případě změny podmínek nebo potřeb na straně dítěte či rodiny je žádoucí, aby bylo možné nastavený počet hodin doučování přizpůsobit těmto změnám tak, aby bylo reálné jej dodržet a aby dítě neztrácelo motivaci k učení.

8.5. PŘÍNOSY DOUČOVÁNÍ VEDENÉHO LEKTOREM

Pro děti i rodiče doučování znamená zejména mnohem **menší stres** z domácí přípravy. Rodiče často uvádějí, že dítě je ke spolupráci s lektorem ochotnější než ke spolupráci s nimi. Jak uvádí například jedna z klientek: „V rámci výuky se setkalo u syna s větším zájmem a pochopením vysvětlení učiva od lektorky nežli od rodičů, což vedlo ke klidnější rodinné atmosféře.“ Domácí příprava formou doučování tedy pomáhá snížit konflikty mezi rodiči a dětmi nad společným učením.

Rodiče si také velmi cení **úspory času**, kterou jim doučování přináší. Mají více prostoru pro další aktivity s dítětem a pro posilování jejich vzájemného vztahu.

Možnost vidět zkušeného lektora pracovat s jejich dítětem přináší rodičům **inspiraci**: „Doučování mi pomáhá zachovat rovnováhu a vnímat pozitivně i jiné postupy, které mohu sama zkoušet aplikovat.“ Sledovat lektora při práci tedy zvyšuje i samotné kompetence rodičů, kteří si mohou jednotlivé techniky práce s dítětem sami vyzkoušet.

Jedním z klíčových prvků doučování je efektivní **komunikace mezi rodiči a lektorem**. Díky spolupráci rodiče získávají možnost sdílet a konzultovat konkrétní problémová místa v učení s další dospělou osobou, která jejich dítě zná a pracuje s ním. Ze zpětných vazeb vyplývá, že pokud rodič nebyl s doučováním spokojen, bylo to právě z důvodu nedostatečné vzájemné komunikace. Pro rodiče je důležitá domluva na obsahu doučování, ale také vyžadují po doučování od lektora zpětnou vazbu o průběhu doučování a informace, na co se oni sami mají při učení s dítětem zaměřit. Úkolem odborného pracovníka je v tomto případě lektory na tento fakt upozornit a případně jim s nastavením vhodného systému domluvy s rodinou pomoci.

Jak konkrétně může individuální přístup a práce lektora ovlivnit vztah dítěte k látce i k samotnému učení popisuje ze své zkušenosti jeden z našich lektorů následovně:

„Rád vzpomínám na chlapce z rodiny, kde jsem doučoval a který mi udělal velkou radost. Příběh se nevztahuje k žádnému výjimečnému akademickému úspěchu, ale k něčemu, co má pro mě o moc větší význam. Problém, se kterým se doučovaný chlapec potýkal, a pravděpodobně se s ním potýká stále, je averze chovaná k instituci školy a všemu, co je s ní spojeno. Když jsme se spolu začínali učit, nejvíc ze všeho nesnášel angličtinu, protože mu, jak říkal, paní učitelka často spílala, že mu vůbec nejde, neumí nic správně přečíst, a že je v ní ve třídě nejhorší. Po pár týdnech, kdy jsme do přípravy na angličtinu začlenili herní prvky, různé výzvy podle jeho gusta, a při učení jsme se většinou velmi dobře pobavili, se jeho přístup k předmětu změnil. Získal sebevědomí, díky čemuž dokázal v angličtině číst bez ostychu, s krásnou, i když ne vždy zcela správnou výslovností a k tomu vnitřní motivaci se angličtině věnovat. Zaujala ho natolik, že ji i jako předmět ve škole začal mít docela rád, což se promítlo do hodnocení paní učitelky, která ho začala chválit. Obecně mu potom jazyk jako takový začal dělat radost a tvrdil, že se v budoucnu chce stát nejlepším angličtinářem ve třídě. Okamžik, kdy se z nejneoblíbenějšího předmětu stal předmět oblíbený, považuji za jeden z největších úspěchů z dob, kdy jsem doučoval.“

8.6. ONLINE FORMA DOUČOVÁNÍ

Naše praxe ukázala, že při vhodném přístupu je možné děti s ADHD plnohodnotně doučovat také online. O specifikách i benefitech této formy doučování hovoří jedna z našich lektorek: „Zejména u online doučování dítěte s ADHD je o to více důležité si všimnout i sebemenších pokroků. Vybavuji si chvíli, kdy jsme se potýkali s nechtíváním do nového učiva a demotivací, bylo potřeba oceňovat, že se chlapec do doučování zapojuje a snaží se každou úlohu vyřešit. To také zabralo, chlapec ve škole přestal mít problémy s navazujícím učivem, stal se doučovatelem svých spolužáků a také se začal více těšit, co se nového může opět na doučování dozvědět. Co víc si může doučovatel přát ...“ Doučování v online formě tak představuje pro rodiče i dítě významnou podporu například v době distanční výuky nebo zdravotních omezení na straně dítěte či lektora.

8.7. PRAKTICKÉ TIPY PRO DOUČOVÁNÍ DĚTÍ S ADHD

Tipy pro doučování dětí s ADHD:

- ✓ **Vyhradíte pro doučování klidné místo a čas.**
- ✓ **Zařazujete přestávky dle únavy dítěte.**
- ✓ **Zvědomujete dítěti udržení pozornosti.**
- ✓ **Rozfázujete práci do dílčích úkolů.**
- ✓ **Prokládejte práci relaxací nebo krátkými hrami.**
- ✓ **Neúspěch není prohra, ale příležitost k růstu.**
- ✓ **Využívejte prvky pozitivní motivace.**
- ✓ **Oceňujte snahu a drobné úspěchy.**
- ✓ **Nebojte se vyzkoušet doučování online.**
- ✓ **Zajímejte se o dítě a o to, co má rádo.**
- ✓ **Důvěřujte dítěti a dejte mu to najevo.**

9. Vzdělávací kurzy pro rodiče dětí s ADHD

9.1. VÝCHOVNÉ KOMPETENCE RODIČŮ DĚTÍ S ADHD

Výchova dítěte s ADHD často klade na rodiče velmi vysoké nároky. Tyto děti mnohem silněji prožívají emoce a rodiče čelí silnému prožívání vzteku nebo smutku. Zároveň je pro rodiče náročnější zvládnutí domácích úkolů a školních povinností. Na rodiče jsou kladeny větší nároky v oblasti komunikace s dítětem a ve schopnosti pracovat s motivací dítěte. Také je pro ně velkou otázkou nastavení hranic ve výchově a mnoho dalšího. Proto i zkušení rodiče, kteří vychovávají již své několikáté dítě, mohou být při výchově dítěte s ADHD bezradní, když zjišťují, že jejich dosud osvědčené výchovné metody nefungují. Vyjadřuje to jedna z našich klientek – vícenásobná zkušená maminka: „Můj syn s ADHD je již mé čtvrté dítě a jeho výchova a práce s ním je pro mě občas náročnější než práce s ostatními dětmi dohromady.“

Rodiče dětí s ADHD někdy reflektují, že systém školských poradenských zařízení nemá prostor rodiče dostatečně seznámit s diagnózou ADHD, jejími projevy a možnostmi, jak mohou se svými dětmi pracovat. Jak uvedla další z maminek dětí s ADHD: „Před projektem jsem měla v rukou pouze diagnózu a neměla jsem sebemenší tušení, co s tím.“ Proto je pro rodiče samostudium nebo vyhledávání vzdělávání často nutností, aby se učili porozumět potřebám svého dítěte s ADHD a hledat způsoby, jak s nimi pracovat.

Zároveň rodiče hrají v životě dítěte nezastupitelnou roli. Jejich výchovné působení je jedním z klíčových faktorů vývoje dítěte. Vhodné výchovné přístupy mají významný potenciál pozitivně ovlivnit další prognózu dítěte v oblastech spojených se zvládnutím projevů ADHD. Vzdělávání a informování rodičů tak představuje důležitý nástroj dlouhodobé podpory dětí. Informovaný a vzdělaný rodič má lepší kompetence – dokáže lépe pochopit potřeby svého dítěte v konkrétních situacích a disponuje vhodnými nástroji pro komunikaci s dítětem a jeho podporu a dlouhodobé výchovné vedení.

Rodičovské výchovné kompetence je možné zvyšovat cestou specializovaných vzdělávacích aktivit. V našem konceptu jsme rodičům nabídli průběžné celodenní vzdělávací kurzy i kratší semináře zaměřené na vybraná praktická témata z oblasti vývoje dítěte s ADHD, jeho výchovy a vzdělávání. Odborní pracovníci v rámci spolupráce s rodinou průběžně nabízejí rodičům aktuálně vypsané kurzy a motivují je k účasti.

9.2. KONCEPT VZDĚLÁVÁNÍ RODIČŮ DĚTÍ S ADHD

Více než teoretické znalosti od kurzů očekávají praktické tipy a sdílení konkrétních problémových situací s lektorem i s ostatními účastníky. Proto ve všech kurzech klademe důraz na interaktivitu a dle konkrétního tématu dáváme prostor zážitkovému učení. Zároveň rodiče zpravidla velmi oceňují podpurnou a bezpečnou atmosféru setkání a získaný pocit, že na potíže spojené s výchovou jejich dětí s ADHD nejsou sami.

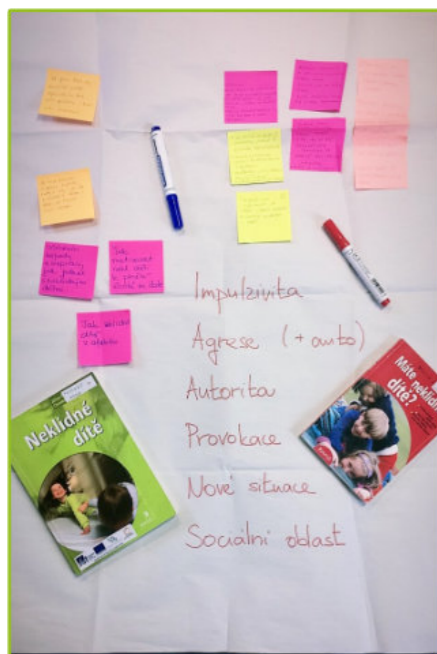
Doporučujeme nastavit kapacitu kurzu na cca 15 účastníků, aby bylo možné zajistit dostatek prostoru pro přinášení dotazů, sdílení praktických zkušeností a vzájemnou interakci účastníků a lektora. Díky nízkému počtu účastníků je také lépe možné obsah kurzu přizpůsobit potřebám účastníků, které by měl lektor v úvodu setkání zmapovat.

V průběhu kurzů se nám opakovaně potvrzuje, že rodiče ze strany okolí i širší rodiny často zažívají nepochopení a kvůli projevům svých dětí jsou považováni za nekompetentní. Proto doporučuje nabízet i kurzy zaměřené na psychohygienu rodičů. Naše zkušenosti potvrzují, že rodiče si velmi cení toho, když mohou kurzy využít i jako prostor pro sdílení svých zkušeností a vzájemnou podporu s rodiči, kteří zažívají se svými dětmi podobné problémy. Jak je patrné například z výpovědí následujících účastníků z řad rodičů:

- „Dobré bylo také to, že jsem se mohla setkat s rodiči, kteří také mají dítě s ADHD a posdílet jejich zkušenost a zároveň zjistit (uvědomit si), že podobné starosti nemám jenom já.“
- „Na kurzech oceňuji nejen že jsou vedené fundovanými a erudovanými lidmi, ale že je dán velký prostor pro diskusi rodičů a vzájemné sdílení vlastních zkušeností. Díky tomu mě kurzy (mimo jiné) dodaly sebevědomí a odvalu. Mít dítě s ADHD není přece žádná ostuda, jen je jiné:). A hlavně se s tím dá pracovat a teď už vím i jak.“

Naší snahou je koncipovat každý kurz tak, aby byl prostor jak pro základní teoretická východiska, tak pro praktickou část kurzu. Na začátku kurzu každý lektor zmapuje očekávání účastníků a co by si chtěli z kurzu odnést. Těmto požadavkům pak může lektor přizpůsobit náplň praktických cvičení. Následuje teoretický úvod do problematiky kurzu, jehož délku přizpůsobujeme konkrétnímu tématu. Velký prostor je však potřeba věnovat praktickým cvičením, nácviku konkrétních technik nebo hledání postupu na představených kazuistikách. Praktickou část kurzu účastníci hodnotí jako nejvíce přínosnou a mohou si z ní odnést konkrétní tipy a inspiraci. Rodiče si také velmi cení možnosti sdílet své vlastní zkušenosti a příklady dobré praxe. Přínos vzájemného sdílení shrnula například takto jedna z účastnic: „Získala jsem novou inspiraci, zajímavé podněty ostatních rodičů. Zároveň jsem zjistila, že kroky, které ve výchově dělám já, se osvědčily i ostatním rodičům, proto v nich vytrvám.“

Osvědčuje se také obohatit náplň kurzu technikami práce s rodiči, jako například imaginace nebo praktická cvičení. Účastníkům to umožňuje lépe se vcítit do probíraného tématu nebo do samotného prožívání dětí s ADHD. Jak reflektuje jedna z účastnic: „Díky kurzům jsem si především uvědomila, co syn uvnitř sebe může prožívat a že za některé věci opravdu může funkce mozku. Dříve jsem to nechápala, nadávala, vinila sebe i jeho. Nyní je mi to více jasné.“



9.3. MOŽNÁ TÉMATA VZDĚLÁVACÍCH KURZŮ

Tematicky doporučujeme zaměřit kurzy na praktické oblasti, které jsou ve výchově dětí s ADHD zásadní. Takovéto zaměření kurzů poskytuje rodiči možnost seznámit se jak s teoretickými znalostmi o ADHD, tak i vyzkoušet si praktické techniky, pomocí kterých lze s dítětem pracovat. Zároveň se jednotlivé kurzy tematicky doplňují a rodič tak může navštívit libovolný počet kurzů dle svých potřeb. Osvědčuje se, aby rodiče absolvovali kurzy vedené různými lektory, což jim umožňuje získat různé úhly pohledu na problematiku ADHD a více praktické inspirace. Doporučujeme proto zapojit do vedení jednotlivých kurzů více lektorů – odborníků z praxe.

Pro představu uvádíme nabídku kurzů, které mohou rodiče využít v rámci komplexní podpory v našem pojetí:

Kurz Jak vychovávat dítě s ADHD

Časová dotace kurzu: 8 hodin

Rodiče v kurzu získají základní informace o syndromu ADHD, klíčových oblastech jeho projevů, přidružených potížích a konkrétních možnostech jejich příznivého ovlivnění včetně medikace a alternativních metod i o vhodných pomůckách a literatuře k tématu.

Kurz Jak v klidu z neklidu

Časová dotace kurzu: 8 hodin

Cílem kurzu je představit aktivity, které mohou být užitečné pro zklidnění dětí s ADHD v předškolním a mladším školním věku. Kurz je zaměřen prakticky a sebezkušenostně, prostor je věnován i sdílení užitečných námětů mezi účastníky. Rodiče jsou zároveň seznámeni s dostupnými publikacemi, které pomáhají při tréninku seberegulace dětí.

Kurz Komunikace s dítětem s ADHD v praxi

Časová dotace kurzu: 8 hodin

Kurz se do hloubky zabývá problematikou komunikace, která je při výchově a práci s dítětem s ADHD klíčovým nástrojem. Rodiče jsou seznámeni se specifickými potřebami dětí s ADHD v oblasti komunikace, jsou jim představeny obecné zásady a praktická doporučení pro komunikaci s jejich dětmi, velký prostor je věnován představení a praktickému nácviku konkrétních komunikačních technik, které rodiče následně využijí v praxi. Kurz je inspirován poznatkami EFEKTIVNÍHO RODIČOVSTVÍ®.

Kurz Rodičem neklidného dítěte v klidu a v pohodě

Časová dotace kurzu: 8 hodin

Tento kurz je cíleně zaměřen na prožívání rodičů dětí s ADHD, kteří v něm mohou načerpat inspiraci pro zvládnutí stresu, stavů vyčerpání a přetížení spojených s náročnou výchovou svých dětí. Kurz je koncipován jako interaktivní a zážitkový. Rodiče pod vedením lektora prostřednictvím připravených aktivit reflektují svoje způsoby zvládnutí výchovy dětí, dostávají praktické tipy pro načerpání sil a na vlastní kůži si vyzkoušejí

v prostředí Snoezelen nácvik relaxačních technik, které následně mohou využít pro obnovování svých sil i pro práci s dítětem.

Kurz Jak komunikovat s dětmi, aby to nebolelo

Časová dotace kurzu: 8 hodin

Kurz je zaměřen na představení nedirektivních komunikačních technik, které mají terapeutický účinek na vztah s dítětem a pomohou rodičům prohloubit jejich vzájemnou důvěru. Díky poznatkům z techniky terapie hrou, z níž také kurz čerpá, se rodiče dozví, jak mohou využít společnou hru, aby pomohli dítěti vypořádat se s různými náročnými situacemi a nepříjemnými stavy, které jsou s projevy ADHD v běžném životě spojeny a posílit sebedůvěru dítěte.

Kurz Zvládání (svého) neklidu u dětí s ADHD

Časová dotace kurzu: 8 hodin

Cílem kurzu je představit rodičům aktivity, techniky a publikace, které mohou být užitečné pro zklidnění dětí s ADHD zejména v předškolním a mladším školním věku (1. stupeň ZŠ). Součástí kurzu je rovněž téma seberegulace a motivace s důrazem na porozumění emočnímu prožívání dětí. Kurz je koncipován prakticky a sebezkušenostně, prostor je věnován rovněž vzájemné inspiraci účastníků a sdílení užitečných námětů mezi účastníky.

Kurz Budování sebedůvěry u neklidného dítěte

Časová dotace kurzu: 2,5 hodiny

V tomto kurzu rodiče porozumějí, proč je rozvoj sebedůvěry u dítěte s ADHD pro jeho další prognózu zásadní a jsou jim představeny způsoby a konkrétní možnosti, jakými mohou ze své pozice sebedůvěru dítěte podporovat. Zároveň získají náhled na výchovné přístupy a metody, které sebedůvěru dítěte srážejí. Prostor je věnován sebereflexi a zkušenostem z praktického života.

Kurz Neklidné dítě a učení

Časová dotace kurzu: 2,5 hodiny

Kurz je věnován faktorům ovlivňujícím proces učení a přípravy do školy. Rodiče načerpají inspiraci, jak tyto faktory dítěti vhodně nastavit a získají praktické tipy pro zvládání učení s jejich dětmi.

Kurz Jak na výchovu neklidného dítěte

Časová dotace kurzu: 2 hodiny

Kurz je založen na sdílení a vzájemné inspiraci mezi rodiči, kteří v rámci něho v bezpečném prostředí přinášejí konkrétní problémová témata, s nimiž si neví rady a s pomocí lektora aktivně hledají jejich možná řešení.

Kurz Zvládání emočně vypjatých situací ve výchově

Časová dotace kurzu: 2,5 hodiny

Kurz je věnován typickým náročným výchovným situacím, které jsou komplikovány silnými negativními emocemi na straně dětí i rodičů a které je často pro rodiče obtížné zvládat efektivně. Rodiče rovněž mají možnost přinést svoje vlastní emočně vypjaté výchovné situace a pod vedením lektora ve skupině hledat jejich vhodné řešení. Teoretickým východiskem kurzu jsou znalosti z oblasti emočního prožívání dětí s ADHD.

Kurz Jak posilovat motivaci u neklidného dítěte

Časová dotace kurzu: 2,5 hodiny

Kurz představuje rodičům klíčové téma pozitivní motivace z praktického hlediska a možnosti jejího využití při výchově i vzdělávání dítěte s ADHD. Rodiče získají základní teoretické znalosti o pozitivní motivaci, porozumí jejímu přínosu a seznámí se s praktickými ukázkami motivačních plánů vhodných pro práci s dítětem.

V průběhu kurzů se nám opakovaně potvrzuje, že rodiče ze strany okolí i širší rodiny často zažívají nepochopení a kvůli projevům svých dětí jsou považováni za nekompetentní. Proto doporučujeme nabízet i kurzy zaměřené na psychohygienu rodičů. My jsme nabídli například kurzy *Rodičem neklidného dítěte v klidu a v pohodě*, *Jak v klidu z neklidu* a *Zvládání (svého) neklidu u dětí s ADHD*. Naše zkušenosti potvrzují, že rodiče si velmi cení toho, když mohou kurzy využít i jako prostor pro sdílení svých zkušeností a vzájemnou podporu s rodiči, kteří zažívají se svými dětmi podobné problémy. Jak je patrné například z výpovědi následujících účastnic:

- „Dobré bylo také to, že jsem se mohla setkat s rodiči, kteří také mají dítě s ADHD a posdílet jejich zkušenost a zároveň zjistit (uvědomit si), že podobné starosti nemám jenom já.“
- „Na kurzech oceňuji nejen že jsou vedené fundovanými a erudovanými lidmi, ale že je dán velký prostor pro diskuzi rodičů a vzájemné sdílení vlastních zkušeností. Díky tomu mě kurzy (mimo jiné) dodaly sebevědomí a odvalu. Mít dítě s ADHD není přece žádná ostuda, jen je jiné:). A hlavně se s tím dá pracovat a teď už vím i jak.“

| 9.4. ONLINE FORMA VZDĚLÁVACÍCH KURZŮ

Vzdělávací kurzy mohou probíhat také v online formě. Podle zpětných vazeb online formát sice neposkytuje vždy stejnou míru podpory a interakce s lektorem i dalšími účastníky, je ale dobrým alternativním způsobem zprostředkování potřebných informací. Online varianta rodičům nabízí vzdělávání z pohodlí vlastního domova a rodiče nemusí řešit například dojíždění na kurzy nebo hlídání dětí v době kurzu. Je rovněž vhodným řešením v případech, kdy je prezenční setkávání omezeno např. z důvodu protiepidemických opatření.

9.5. PRAKTICKÉ TIPY PRO VZDĚLÁVÁNÍ RODIČŮ DĚTÍ S ADHD

Tipy pro vzdělávání rodičů dětí s ADHD:

- ✓ Nabídněte rodičům kurzy s různou časovou dotací.
- ✓ Shrňte teoretické informace a věnujte se praktickým tématům.
- ✓ Dávejte prostor pro dotazy rodičů a sdílení zkušeností.
- ✓ Zařazujte interakci a zážitkové aktivity.
- ✓ Vytvořte bezpečnou a podpůrnou atmosféru.
- ✓ Program kurzu by neměl být veden na úkor potřeb rodičů.
- ✓ Nabídněte online formu vzdělávání z pohodlí domova.
- ✓ V případě složitých potíží nabídněte individuální poradenství.
- ✓ Vložit obrázek „Vzdělávací kurz – příprava prostor“



10. AHA studio

Program AHA studio je založen na konceptu Feuersteinovy metody kognitivního obohacování (FIE) a je veden lektorem certifikovaným pro její využívání.

10.1. FEUERSTEINOVA METODA KOGNITIVNÍHO OBOHACOVÁNÍ

Feuersteinova metoda kognitivního obohacování (dále jen „FIE“) je mezinárodně uznávaným nástrojem pro rozvoj oslabených kognitivních funkcí a pro rozvoj schopnosti učit se. Pod vedením lektora je stimulován kognitivní vývoj a podporován osobní i sociální růst.

Autorem metody je prof. Reuven Feuerstein, který na základě svých pedagogických zkušeností pojmenoval deficity v kognitivních oblastech bránící dětem dosáhnout plného potenciálu při učení – neschopnost myslet v souvislostech, impulzivitu v myšlení, neschopnost strukturovat a organizovat informace a neschopnost poučit se z vlastních chyb. Své bádání shrnul v teorii strukturální kognitivní modifikovatelnosti, ze které jeho metoda kognitivního obohacování vychází.

(Pozn.: webový zdroj: <https://www.atc-feuerstein.cz/o-metodach/teoreticka-vychodiska>).

Metoda FIE je založena na práci s pracovními listy. Pracovní listy slouží jako nástroj zprostředkování, které je úkolem lektora, někdy také nazývaného jako průvodce. Soubory pracovních listů se zaměřují na jednotlivé oblasti kognice – např. číselné řady, body, prostorové vnímání, abstrakce, instrukce nebo absurdity. Pro ilustraci přikládáme titulní stranu souboru pracovních listů FIE využívaných v programu AHA studio i ukázkou jednoho z vybraných pracovních listů (příloha č. 7). Zásadním principem metody je vytvoření bezpečného kontaktu, kde průvodce vstupuje do osobní zóny pouze do takové míry, do jaké mu to klient dovolí. Práce probíhá buď individuálně nebo ve skupině. V případě skupiny jde o skupinu stálou, kde se lektor zaměřuje na vytvoření bezpečného prostředí, které umožňuje vzájemné sdílení a porozumění.

10.2. VYUŽITÍ METODY FIE PŘI PRÁCI S DĚTMI S ADHD

Metoda FIE přímo reaguje na některé oblasti, které jsou u dětí s ADHD oslabeny. Z kognitivních oblastí FIE podporuje u dětí zejména pozornost a prostorové vnímání. Dále metoda podporuje komunikační schopnosti dítěte, učí jej porozumění a vyjadřování. Pomocí metody lze rozvíjet i efektivní strategie řešení problémů. Část pracovních listů se věnuje také rozpoznávání emocí a rozvoji emoční inteligence.

Během práce s dětmi s ADHD je respektováno jejich individuální tempo a vlastní postup. Průvodce se vyvaruje hodnocení, pouze doprovází v procesu poznávání klienta formou otázek. Celý program tak u dítěte podporuje rozvíjení pocitu sebedůvěry, vnitřní motivaci a touhu po poznání.

Podstatu metody naše certifikovaná lektorka vyjádřila takto: „Děti mají šanci zažít vnitřní radost z objevu. Nekládou se zde žádné cíle, nehodnotí se, prostředí je bezpečné. Pro mnohé je to nové, pro všechny

příjemné. Metoda je branou k myšlení, které není ohrožující. K mluvení, které plyne, k vztahu, který je bez podmínek.”

Dalším důležitým aspektem metody je práce s chybou. Oproti jiným metodám FIE chybu nevnímá negativně, ale naopak jako prostředek, skrze který se učíme. Lektor tento pohled pojmenovává a zdůrazňuje možnost využít zkušenosti s chybou při další práci. Toto je pro děti s ADHD, často prožívající frustraci z chyb, velmi podstatné.

10.3. KONCEPT AHA STUDIO

AHA studio je náš program využívající Feuersteinovou metodu kognitivního obohacování při práci s dětmi s ADHD. Pod vedením lektora se pravidelně setkává a pracuje malá skupina dětí. Děti jsou do skupin zařazeny podle věku s přihlédnutím k jejich možnostem a k celkovému psychickému stavu. První skupina je určena dětem ve věkové kategorii **5–7 let** a druhá v kategorii **8–10 let**. Je důležité, aby každá skupina měla stálé složení. Ve skupině děti pracují pouze s pomocí lektora, bez přítomnosti rodičů. Rodiče dostávají od lektora zpětnou vazbu o průběhu práce po každém setkání.

V našem pojetí se skupiny setkávají v pravidelném intervalu 1x týdně. Dodržovat v setkávání jistou míru pravidelnosti je i jedním z principů, se kterým FIE pracuje, protože tím dítěti poskytneme strukturu a jistotu. Tato frekvence se osvědčuje a i z informací od rodičů vyplývá, že pravidelnost setkávání vnímali jako jeden z klíčových prvků pozitivního dopadu AHA studia na dítě – „díky pravidelnosti kroužku jsme se mimo jiné naučili i rytmu“. Na druhou stranu, pokud je frekvence setkávání narušena (například vzhledem k epidemickým opatřením), je to rodiči vnímáno jako hlavní faktor snížení přínosu aktivity.

Z našich zkušeností vyplývá, že ze všech přínosů, které může práce metodou FIE mít, si rodiče dětí s ADHD nejvíce cení, když dítě zvládne přijmout myšlenku, že chyba není nic špatného a osvojí si náhled na úkoly z různých úhlů pohledu. Dále metoda FIE u dětí s ADHD podporuje jejich samostatnost v práci a posiluje motivaci k učení, protože děti úkoly hodnotí jako zajímavé a zábavné. Některé dovednosti získané v AHA studiu poté děti zvládnou uplatnit i ve škole, například v geometrii.

Dále se v praxi ukazuje, že AHA studio a metoda FIE u dětí s ADHD podporuje také sebevědomí spojené s vypracováním zadaných úkolů. Důvěrné a tolerantní prostředí poskytuje dětem možnost se naplno projevit a využít svůj potenciál, jak popisuje i lektorka na konkrétní příhodě z AHA studia takto:

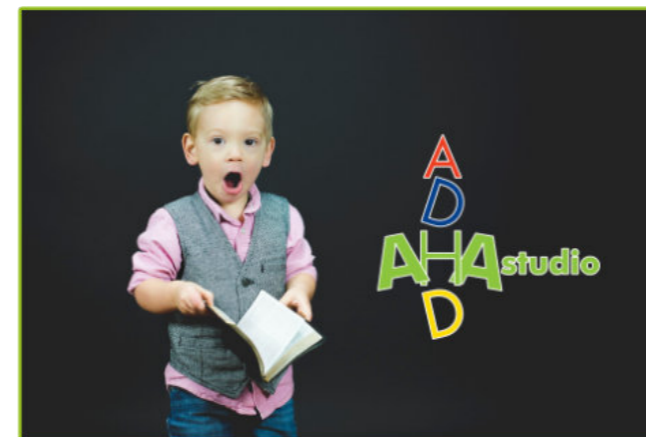
„Ráda bych sdílela příběh o setkání s chlapcem, můžeme ho pojmenovat Adam. Je ještě nešestiletý. Naše první setkání probíhalo tak, že Adam setrval celou lekci pod stolem. Já jako lektor použila metodu zprostředkované samomluvy. Znamená to, že jsem vedla lekci tak že jsem popisovala, co dělám místo Adama. I druhá lekce proběhla stejně. Na třetí se zvědavé dítě vynořilo z pod stolu a kouká, copak se děje. Stále ale mlčí. Pomaličku jsme začali, spojování čar, hledání vztahů ... Adam stále mlčel, ale přistoupil na činnost. Postupně jsme se v rámci instrumentu dostali k definování geometrických tvarů, práci s chybou, porovnávání. Řeč byla stále velmi strohá, ale v činnostech se najednou v plně šíři objevilo nadání Adama. Postupoval úkoly s jistotou, přemýšlivě a překvapivě obratně. Při použití dalšího instrumentu najednou začal tvořit věty, souvětí, popisoval viděné. Podle matky se do lekcí těší, vlastně se těšíme oba, já i Adam. Adam se proměnil z dítěte, které nemluví, nespolupracuje a je uzavřen v opozici v dítě s úsměvem, větami a myšlením v překvapivých souvislostech. Vždy když ho vidím, mám pocit, že byl – tak jako to bývá v pohádkách – zaklet do osamělosti, ale kouzlo bylo zlomeno.“

Ukazuje se, že AHA studio je pro děti s ADHD obohacující i po sociální stránce. Skupina je pro ně důvěrným a otevřeným prostředím, kde se mohou setkat s dalšími dětmi se stejnou diagnózou. Děti si díky tomu

uvědomují, že nejsou jediné s podobnými problémy a jak rodiče uvádějí: „necítí se být jiní“. Zároveň pro ně práce ve skupině představuje možnost k vytvoření přátelských vztahů.

10.4. PRAKTICKÉ TIPY PRO VYUŽITÍ FIE PŘI PRÁCI S DĚTMI S ADHD

- ✓ **Tipy pro využití FIE při práci s dětmi s ADHD:**
- ✓ **Pracujte s Instrumenty FIE jen pod vedením certifikovaného lektora.**
- ✓ **Při zpětné vazbě se u svého dítěte věnujte výhradně procesu, ne množství práce na pracovním listu.**
- ✓ **Seznamte se prostřednictvím lektora s principy právě zpracovávaných témat a doplňujte mezi lekcemi přemostění navozené v lekci.**
- ✓ **Využijte nastavená pravidla z FIE:**
 - ✓ **právo na čas k hledání řešení**
 - ✓ **otevřenost k individuálním závěrům**
 - ✓ **nehodnocení**
 - ✓ **ukotvení pravidel otevřené komunikace**
 - ✓ **kladení otázek místo předkládání řešení**
- ✓ **Pojmenujte společné prožívání objevu, vztahu, paradoxu, zvnitřnění ... všeho co FIE přináší.**
- ✓ **Opouštějte vlastní očekávání a vytvořte tak dítěti prostor pro hledání jemu vlastních procesů i cílů.**



11. Snoezelen pro děti s ADHD

Snoezelen je označení pro multismyslové prostředí, které má specifické účinky na klienta a zároveň označení pro multifunkční metodu práce, která tyto specifické účinky využívá. V angličtině se jako synonymum pojmu Snoezelen využívá také označení „multisensory environment“, tzn. multisenzorické, vícesmyslové prostředí.

11.1. Z HISTORIE KONCEPTU SNOEZELLEN

V souvislosti s počátky konceptu multismyslového prostředí jsou zmiňováni američtí psychologové Cleland a Clark, kteří upozornili na potenciál tohoto prostředí příznivě ovlivnit vývoj jedince, jeho komunikační možnosti i oblast chování. Za zakladatele metody Snoezelen jsou považováni Ad Verheul a Jan Hulsegge z Holandska, kteří v 70. letech 20. století koncept dále rozpracovali a aplikovali u lidí s vícenásobným postižením, kteří mají omezené možnosti pohybu a získávání smyslových podnětů. Samotný pojem Snoezelen vznikl právě v této době kombinací dvou holandských slov – „snuffelen“ (čichat, zkoumat) a „doezelen“ (odpočívat, relaxovat). Následně se již koncept Snoezelen postupně šířil do dalších zemí světa a dnes se využívá při práci s klienty různého věku a s různými specifickými potřebami.

(Pozn.: webový zdroj – <https://3lobit.cz/co-je-snoezelen-teoreticky-uvod/>).

11.2. PROSTŘEDÍ SNOEZELLEN

Prostředí Snoezelen má podobu relaxačního prostoru, který disponuje vybavením a pomůckami určenými pro stimulaci jednotlivých smyslů a zklidnění. Mezi typické základní objekty v prostředí Snoezelen, které jsme i my zakomponovali do našeho konceptu, patří: bublinkový vodní sloup s možností změny barev, optická vlákna s možností změny barev, olejový projektor, relaxační lůžko a sedací vak. Pro stimulaci jednotlivých smyslů pak lze využít i některé další vybrané pomůcky. Pro zrakovou stimulaci máme v našem prostředí k dispozici např. plazmovou kouli, lampičku z optických vláken nebo svítící LED kostku s možností změny barev, duhovou svítící hmotu nebo pískové přesýpací hodiny. Pro sluchovou stimulaci jsme prostředí vybavili např. přehrávačem (využíváme zejména pro přehrávání relaxační hudby), zvonkohrou Koshi, tibetskými mísami, dešťovou holí a terapeutickou sadou hudebních nástrojů (metalofon a tónová ladička). Pro hmatovou stimulaci jsou k dispozici např. předměty s různými povrchy, kamínky různých tvarů, akupresurní podložka se zvukovým efektem, polštáře různých velikostí s různými typy výplní a povlaků, ježkovité míčky, zátěžová deka, UV natahovací kruhy, 3D puzzle, velké hmatové podložky. Pro čichovou stimulaci je náš Snoezelen vybaven kvalitními vonnými esenciálními oleji, jejichž výběr přizpůsobujeme klientům na míru. Pro stimulaci propriocepce (vnímání polohy těla) jsou k dispozici houpadla různého typu (např. Bilibo a Utukutu). Mnoho pomůcek však působí zároveň na více smyslů – např. voňavé krystalické míčky se zvonkem (stimulace zraku, sluchu, hmatu i čichu), barevné duhové kamínky (stimulace zraku, hmatu, sluchu), hmatové podložky (stimulace zraku, hmatu, propriocepce).

Prostředí Snoezelen může být upraveno do vybraného barevného tónu. Existuje tak tmavý (černý) Snoezelen, který je velmi efektivní pro zvýraznění zrakových stimulů, dále světlý (bílý) Snoezelen, který se jeví jako univerzální, ale také je považován za velmi vhodný např. pro lidi s poruchou pozornosti. Snoezelen může být zařízen rovněž jako vícebarevný (pestrý), čímž poskytuje více zrakové stimulace. Existují i specifické koncepty Snoezelen prostředí – např. vodní Snoezelen, který využívá vodní prvky

přinášející klientům specifické podněty. My jsme pro potřebu práce s dětmi s ADHD, u kterých se nám pro podporu zklidnění a pozornosti jako vhodné jevílo omezit počet působících podnětů, zvolili koncept bílého Snoezelen.

Je důležité, aby místnost Snoezelen byla umístěna do klidného prostředí, aby byly eliminovány rušivé vlivy z okolí a minimalizován počet podnětů tak, aby se dítě mohlo co nejlépe koncentrovat na vybrané pomůcky. Proto jsme naši Snoezelen místnost situovali do neklidnější části budovy, která je od ostatních prostor dostatečně izolována. Pro navození optimální koncepce prostředí jsme využili mobilní izolaci okenních tabulí, která zajišťuje nepropustnost pro denní světlo, čímž jednotlivé objekty prostoru zcela vyniknou a navodí jedinečnou relaxační atmosféru. V době samotné práce s klientem vždy využíváme jen vybrané pomůcky, ostatní jsou uloženy za závěsem, aby nepřetěžovaly smyslové vnímání a nezahlcovali klienta dalšími podněty.

11.3. SNOEZELLEN JAKO METODA

Naši odborní pracovníci, kteří metodou Snoezelen s dětmi s ADHD pracují, byli nejdříve v tomto konceptu vyškoleni ve specializovaných vzdělávacích kurzech, kde získali teoretické znalosti o konceptu Snoezelen i praktické dovednosti pro jeho zavádění do naší praxe.

V našem pojetí využíváme metodu Snoezelen pro individuální práci s dítětem s ADHD. První návštěva ve Snoezelen je pro děti zároveň obvykle první zkušeností s tímto konceptem. Proto je velmi důležité, aby dítě hned v úvodu získalo pozitivní zkušenost, aby ho prostředí Snoezelen zaujalo a společně s laskavým a podpurným přístupem pracovníka v něm vzbudilo příjemné pocity. Díky této zkušenosti se pak dítě do Snoezelen těší a rádo se do něho vrací. Jeden z našich dětských klientů to vystihl svými slovy: „Nejvíce se mi líbilo prostředí, které na mě působilo magicky. Paní lektorka byla milá a hezky mi vše vysvětlila.“ Osvědčilo se nám před koncem první návštěvy pozvat do místnosti i doprovázejícího rodiče, kterému dítě obvykle s nadšením ukazuje prostředí a pomůcky, s nimiž se seznámilo a rodič zároveň získává konkrétnější představu o tom, co Snoezelen je a co v něm jeho dítě prožívá.

Při druhé a dalších návštěvách už dítě přichází do známého prostředí a má možnost vracet se k pomůckám a aktivitám, které ho při dřívějších sezeních zaujaly. Odborný pracovník v průběhu jednotlivých návštěv sleduje reakce dítěte na různé typy smyslových podnětů. Všimá si, zda si dítě více vybírá podněty stimulující určité smysly nebo zda se naopak některému typu podnětů vyhýbá. Pozoruje, jak se mění vnější projevy jeho psychického stavu v závislosti na působení jednotlivých smyslových podnětů. Zajímá ho např. zda a u jakého podnětu se dítě projevuje klidně a uvolněně, šťastně, spokojeně nebo naopak bez zájmu, ospale či neklidně, hlučně, zmateně. Jaké je jeho chování před, v průběhu a po konkrétní aktivitě.

První klíčovou oblastí, s níž ve Snoezelen s dětmi s ADHD pracujeme, je zklidnění a relaxace. Pracujeme s nimi ve dvou rovinách: jednak jde o aktuální stav klidu a zpomalení, který dítě v prostředí Snoezelen přirozeně zažívá, a zároveň obecně o prohlubování dovednosti zpomalit, uvolnit se a zklidnit, což dítě může přenést do běžného života. V tomto smyslu jde v podstatě o způsob učení, které probíhá formou zážitku. Naše dosavadní zkušenosti ukazují, že u většiny dětí se zklidnění, zpomalení a uvolnění ve Snoezelen dostavuje zcela spontánně, jen jeho míra je individuální. Zatímco některé děti s ADHD samy preferují část pobytu ve Snoezelen trávit v relaxační poloze (např. v sedacím vaku nebo na lůžku v pohodlné poloze) a vyhovuje jim zařazení spíše relaxačních aktivit, jiné děti zůstávají do různé míry motoricky aktivní, mění místo v prostředí a zůstávají v pohybu, který je však zpravidla klidnější než v běžném životě a uvolněný. Každé dítě si tak najde svůj jedinečný způsob, jak čas ve Snoezelen prožít. „Na Snoezelenu se mi nejvíce líbily hračky a relaxace. Zajímavá byla lampa s blesky, na kterou jsem se vždycky těšil. Byl jsem rád, že jsem v místnosti mohl odpočívat.“ Opakovaně ve Snoezelen s dětmi s ADHD zažíváme zkušenost, že projevy hyperaktivity jsou v době pobytu jen málo patrné, resp. jsou patrné méně než v běžném životě. Jestliže dítě

do Snoezelen přichází neklidné nebo rozrušené (např. si nese nějaký čerstvý nepříjemný zážitek nebo prožilo před chvílí stresovou situaci), zklidnění mu může trvat déle.

Druhou velmi důležitou oblastí, na kterou jsme se u dětí s ADHD zaměřili, je ve Snoezelen práce s pozorností, kterou tyto děti potřebují prohlubovat a posilovat. Zatímco v běžném životě nemáme možnost zcela ovlivňovat množství podnětů, které na nás působí, Snoezelen to umožňuje. A právě v tom je jeho jedinečný přínos pro osoby s ADHD. Mozek získává možnost zpracovávat v jednom okamžiku menší počet smyslových podnětů a díky tomu může pracovat intenzivněji. Díky této opakované zkušenosti si dítě dovede tento proces zautomatizovat a i v situaci větší podnětové zátěže v běžném životě toto lepší zpracování podnětů navodit. Zkušenost ze Snoezelen si tedy dítě odnáší do běžného života, kde mu pomáhá lépe se soustředit např. ve škole či jinde, kde je to potřeba.

Pracovník si již od první návštěvy dítěte ve Snoezelen všímá kvality a délky pozornosti, kterou dítě věnuje různým podnětům. Jedním z hlavních cílů je vytvořit dítěti takové podmínky, které mu umožní opakovaně prožívat stav dobrého soustředění. Je důležité pamatovat na to, že délka pozornosti u těchto dětí je značně individuální. Proto i několik minut soustředěné pozornosti může mít pro dítě velký přínos. Prožitek hluboké koncentrace pozornosti odborný pracovník pomáhá dítěti zvědomovat - průběžně ho upozorňuje, že se mu podařilo dobře soustředit a oceňuje to.

Třetí stěžejní oblastí, na které s dětmi s ADHD ve Snoezelen pracujeme, je rozvoj smyslového vnímání, který ke konceptu Snoezelen neodmyslitelně patří. Právě tento aspekt Snoezelen bývá pro děti vědomě nejvíce atraktivní. Ke stimulaci a rozvoji smyslů dochází v prostředí Snoezelen spontánně a přirozeně už tím, že na dítě působí jednotlivé smyslové podněty prostřednictvím konkrétních pomůcek a vybavení. U dětí s ADHD se nám velmi osvědčuje jejich omezený počet, dítě se tak snadněji dokáže ponořit do jejich působení. Smyslové zážitky dítě zažívá i v běžném každodenním životě, avšak v prostředí Snoezelen jsou umocněny a zesíleny, dítě je zároveň prožívá více vědomě, s čímž mu pomáhá odborný pracovník, který s dítětem tyto prožitky reflektuje a pojmenovává. Důležitá je zároveň komunikace - pracovník se dítěte ptá, co je mu jak příjemné (např. zda mu je příjemnější tlumené nebo výraznější světlo, jaká barva, jaký odstín, zda se mu více líbí vysoké nebo hluboké tóny, hlasitější nebo tišší hudba, rychlejší nebo pomalejší houpání apod.). Pro plný smyslový efekt je důležité umožnit dítěti aktivní manipulaci s pomůckami podle jeho preferencí. Děti tuto možnost velmi oceňují a mohou díky ní prožít hodnotný smyslový zážitek. Jedno z dětí to popsalo takto: „Nejvíce se mi líbilo, že všude byly ty světla, kterým šlo měnit barvy pomocí ovladače 😊.“

Ve Snoezelen jsou rovněž patrné osobnostní rozdíly a odlišné potřeby dětí. Některé děti potřebují více verbální komunikace, některé z nich spontánně přinášejí svoje témata k rozhovoru, zatímco jiné děti jsou tak ponořeny do smyslových zážitků, že verbálně komunikují minimálně a spíše naplno prožívají hloubku těchto prožitků. Část dětí přináší do Snoezelen své specifické potřeby a požadavky (např. hrát společně s pracovníkem konkrétní hru). To vše je možné do návštěvy zařadit, zároveň se snažíme zachovat v práci s dítětem to, co je pro koncept Snoezelen podstatné a u čeho předpokládáme specifický přínos pro dítě (viz výše). Zkušenost, která ilustruje význam citlivého a individualizovaného přístupu k potřebám dítěte, přináší jedna z našich pracovnic Snoezelen:

„Tomáš (3. třída) do Snoezelen začal chodit především kvůli svému ‚nevhodnému‘ chování ve škole. První návštěvy s ním byly docela náročné. Choval se dominantně k matce, nedokázal respektovat autoritu a neměl bezpečně vytvořené hranice, což se projevovalo především v tom, že po ukončení jednotky pokaždé vyjednával, že ještě nechce odejít a byl schopný se několikrát před odchodem vrátit zpět. V jeho sensorickém zpracování bylo nejvýraznější zaměření na čich a proprioceptivní systém. V prvních setkáních měl velkou potřebu přehrávat, mít věci pod kontrolou, co se týče sensorických stimulů - potřeboval všech moc a ještě víc, ale jeho zájem byl jen povrchní. V jeho chování ve Snoezelen bylo výrazné to, že chtěl často úplně zhasnout a být ve tmě, nebo schovaný za závěsem. Hledala jsem si k němu cestu ne úplně snadno. Pak se však vylouplo společné téma, které vybudovalo pevné základy, na kterých se nakonec postavila krásná spolupráce. Tomášovo oblíbené zvíře byla kočka a ve Snoezelen rád poslouchal relaxační příběh s názvem Kočičí. Pak jsme začali všechny aktivity koncipovat jako „jak by to udělala kočka“. Postupně se naučil - po domluvě -

ukončit jednotku, rozloučit se a říct si, kdy přijde příště. Učil se nastavování pravidel. Jako odměnu či dárek na poslední setkání si vybral časové prodloužení návštěvy. Na závěr Tomáš sám dokázal pojmenovat to, co ho na Snoezelen nejvíce bavilo: „Mohl být sám sebou a zároveň nebýt sám.“

Pro jednotlivou návštěvu ve Snoezelen se někdy používá označení „jednotka Snoezelen“. Pracovník si pro potřebu další práce s dítětem k jednotlivým návštěvám vede stručný záznam, do něhož si značí důležité informace o průběhu návštěvy, o projevech dítěte a jeho potřebách. Pro tento účel používáme formulář „Záznam z individuální jednotky Snoezelen“ (příloha č. 9), který zůstává u odborného pracovníka. Pro jednotlivou návštěvu Snoezelen máme k dispozici čas jednu hodinu. Ve většině případů tento čas plyne dětem subjektivně velmi rychle, často nechtějí věřit, že se už naplnil. Proto se osvědčuje dát jim před blížícím se koncem návštěvy opakovaně informaci, že se blíží její ukončení a tuto informaci ideálně doplnit o časový údaj (např. 10 minut, 5 minut). Struktura jednotky Snoezelen není obecně a závazně daná. Důležité je, aby pobyt ve Snoezelen byl individualizovaný, zohledňující osobnost a potřeby konkrétního dítěte a zároveň aby naplňoval naše cíle v oblasti posilování dovednosti relaxace, posilování pozornosti a rozvoje smyslového vnímání. Odborný pracovník tak může jednotku připravit na konkrétní zážitkové téma - např. les, moře, vesmír apod. V takovém případě připraví pomůcky a prostor tak, aby navozoval konkrétní atmosféru. Ačkoli to není podmínkou, osvědčuje se předem s dítětem na konkrétním tématu domluvit. Jestliže např. dítě nemá rádo moře, ale miluje les, je lepší připravit jednotku dle jeho preference. Zkušenost nám rovněž ukazuje, že pro kvalitní efekt Snoezelen v klíčových oblastech si u dětí s ADHD lze v rámci jedné konkrétní jednotky Snoezelen vystačit s omezeným počtem pomůcek a podnětů, které je však potřeba pečlivě volit a uzpůsobit konkrétnímu dítěti „na míru“.

V našem pojetí jsme pravidelnou docházku dětí do Snoezelen nastavili na interval jedné návštěvy za 14 dní při celkovém počtu 10-11 setkání, což odpovídá cca 5 měsícům docházky. Tato frekvence se nám osvědčuje - dítě se na další návštěvu těší, Snoezelen mu nestihne „zevšednět“ a zároveň můžeme na uplynulý zážitek navázat dříve, než v paměti dítěte zeslábně. Někdy ovšem z objektivních důvodů není možné zajistit zcela pravidelnou docházku dětí (příkladem je naše zkušenost v době pandemie, která přinesla lockdown, opakované nezbytné přerušování aktivit přímé práce, ale také následnou zvýšenou nemocnost dětí či jejich opakované karantény). I tak se ukazuje, že děti s ADHD mají i za těchto ztížených okolností z návštěv Snoezelen benefit, o čemž svědčí jejich zpětné vazby i zpětné vazby rodičů.

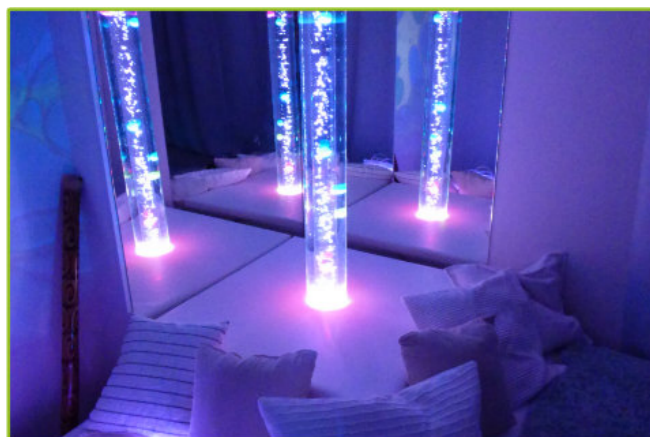
Co o zkušenostech svých dětí ve Snoezelen říkají rodiče:

- „Syn Snoezelen miluje a vždy se velmi těší. Cítí se zde bezpečně a má pocit, že někam patří. Odchází vždy spokojený a vyklidněný.“
- „Programu jsem nebyla přítomna, ale syn se na každé setkání moc těšil, o prázdninách jsme dojížděli, aby o Snoezelen nepřišel. Při čekání jsem občas slyšela nadšené reakce, odcházel vždy rozesmátý a spokojený. Pozitivní prožitky jsou jistě velkým obohacením. Snoezelen je určitě dobrý na poznávání funkce smyslů, jak podněty vnímá mozek, jak je lze modifikovat apod.“
- „Oceňuji příjemnou lektorku, její vstřícné jednání. Syn poznal nové věci, nové aktivity. Po hodinách odcházel v dobré náladě a uklidněný.“
- „Oceňuji, že syn začal lépe vnímat, že existují relaxační/uklidňující techniky a že je to něco, co by mu mohlo pomoci, když se cítí nespůj nebo má s něčím problém. Při sezeních, se myslím, dokázal pro něj v uklidňujícím a bezpečném prostoru svěřit se svými starostmi. Dle jeho slov mu rozhovor vždy pomohl.“
- „Předtím, než jsme začali navštěvovat Snoezelen, mě vlastně nikdy nenapadlo relaxovat dítě tímto způsobem. Je totiž neustále v pohybu. Je to něco, co ho dost zaujme a zároveň vnitřně zklidní. Hodně mi o tom povídal a rád tam chodil.“

11.4. PRAKTICKÉ TIPY PRO VYUŽITÍ SNOEZELN PŘI PRÁCI S DĚTMI S ADHD

Tipy pro využití Snoezelen v podpoře dětí s ADHD:

- ✓ **Nejprve se nechte proškolit v metodě u zkušeného lektora.**
- ✓ **Inspirujte se návštěvou jiného pracoviště, kde metodu využívají.**
- ✓ **Bud'te kreativní při zařizování prostoru i při přímé práci.**
- ✓ **Vytvořte příjemnou a klidnou atmosféru setkání.**
- ✓ **Pamatujte: méně je více (platí pro počet pomůcek v jednom setkání).**
- ✓ **Dopřejte dítěti dostatek času, aby smyslové vjemy prožilo naplno.**
- ✓ **Zvědomujte dítěti udržení pozornosti a zklidnění.**
- ✓ **Přijímejte dítě takové, jaké je a dejte mu to najevo.**
- ✓ **Ptejte se dítěte, co se mu líbí a co je mu příjemné.**
- ✓ **Ukažte Snoezelen i rodičům nebo sourozencům dítěte.**



12. Trénink sociálně-emočních dovedností

V PROSTŘEDÍ ŠKOLNÍ TŘÍDY

12.1. POTŘEBY A SITUACE DÍTĚTE S ADHD VE ŠKOLNÍ TŘÍDĚ

Pro dítě s ADHD je obtížné zvládat nároky sociálního prostředí vnímat plně potřeby a očekávání druhých, stejně jako předvídat jejich chování. V kontaktu s druhými pak může reagovat neadekvátně a přizpůsobení sociálnímu kontextu pro něho může být náročné. Snížená empatie, impulzivní reakce, emoční nevyrovnanost, nevyzpytatelné chování – to vše dítěti s ADHD znesnadňuje zapojení mezi vrstevníky. Ti často projevům spolužáka s ADHD nerozumí a neví, jak na ně reagovat. Někdy využívají jeho impulzivnosti a snadné ovlivnitelnosti a různě ho provokují či navádí k nežádoucímu chování.

Ve školní třídě má dítě s ADHD nesnadné postavení. Projevy související s ADHD – zejména neklid, vykřikování, vzdorovitost, emoční výkyvy, afekty – mohou být pro ostatní děti (i dospělé) rušivé a iritující. Neklidné dítě se tak snadno dostane do role outsidera. Cítí se odtržené a nezapojené. V důsledku toho se někdy snaží získat pozornost nevhodným chováním, čímž se začarovaný kruh odmítání ještě více prohlubuje. Dítě v touze po pozornosti a začlenění zaujímá někdy roli tzv. třídního šaška, provokatéra či „problémového“ žáka. Zmíněné role neklidnému dítěti rozhodně neprospívají. Naopak prohlubují pocit osamělosti, odlišnosti a snižují jeho sebedůvěru. Dítě může postupně ztrácet motivaci a chuť začlenit se mezi ostatní.

Ve školním prostředí se neklidné dítě může potýkat s jistými obtížemi i ve vztahu k autoritám. Impulzivnost v reakcích, emoční výkyvy, nízká sociální distance, posunuté hranice, problémy s respektováním pravidel – to vše kladnému vztahu k autoritám příliš nepřeje. V prostředí školy bývají některé typické projevy související s ADHD interpretovány jako nevychovanost, nezájem, drzost, vzdor. Komunikace s neklidným dítětem klade velké nároky na trpělivost, vyrovnanost a nadhled. Běžné způsoby práce často selhávají. V prostředí školní třídy je navíc individuální přístup k dítěti ztížen vysokým počtem dětí ve třídě a též časovými a dalšími limity. Není tedy divu, že porozumět specifickým projevům a potřebám dítěte s ADHD a podporovat jej není vůbec jednoduché.

Důležitou součástí komplexní podpory dítěte s ADHD se tak stává práce s celým třídním kolektivem i spolupráce s pedagogy. Je třeba posilovat pedagogické kompetence a způsoby zvládnání náročných situací a hledat možnosti, jak dítě při vzdělávání i při začlenění do třídního kolektivu podpořit. Zároveň i spolužákům dítěte s ADHD je potřeba poskytnout podporu při zvládnání obtížných sociálních situací, které jsou s projevy ADHD spojeny a projevují se v prostředí školní třídy.

12.2. KONCEPT AKTIVITY TRÉNINK SOCIÁLNĚ-EMOČNÍCH DOVEDNOSTÍ V PROSTŘEDÍ ŠKOLNÍ TŘÍDY (TREDO)

Realizaci programu TreDo musí předcházet domluva s rodiči dítěte, kteří s jeho konáním ve třídě musí souhlasit. Předpokladem je, aby rodič vnímal tento program jako užitečný a vhodný pro realizaci ve třídě svého dítěte a také aby rozuměl jeho očekávaným přínosům. Je vhodné, aby kontakt mezi realizátorem aktivity a školou zprostředkoval právě rodič dítěte. Škola tak může první informace o možnosti programu získat přímo od rodiny. Jestliže škola nabídku programu reflektuje kladně, následuje zahájení komunikace mezi jeho realizátorem na jedné straně a (zpravidla) třídním učitelem na straně druhé. Odborní pracovníci následně třídnímu učiteli vysvětlí detaily programu TreDo a vysvětlí jeho zasazení do komplexní podpory dítěte s ADHD. Následuje praktická domluva na organizačních záležitostech včetně plánování termínu realizace programu.

Program Trénink sociálně-emočních dovedností v prostředí školní třídy (dále jen „TreDo,“) realizujeme jako čtyřdílný s těmito částmi:

- 1. část – pozorování v prostředí školní třídy
- 2.–4. část – zážitkový program v třídním kolektivu

Pozorování probíhá přímo ve výuce, včetně přestávek a trvá 4 hodiny. Cílem této fáze je vidět kolektiv v přirozeném školním prostředí, vnímat interakce mezi dětmi i mezi učiteli a třídou, celkovou atmosféru třídy a způsob komunikace. Akcent klademe na pozorování zapojení dítěte s ADHD do kolektivu a jeho postavení v něm. Je potřebné, aby pozorování vedli dva odborní pracovníci. Mají možnost výsledky pozorování reflektovat, společně konzultovat a vzájemně se v informacích doplňovat. Aktuální témata třídy či vnímané problémové oblasti lze promítnout do následného zážitkového programu.

Zážitkový program ve třídě má podobu tří na sebe navazujících dvouhodinových interaktivních setkání. Doporučujeme jejich realizaci v týdenních intervalech. Je to dostatečný čas, aby byla udržena návaznost programů a aby u dětí dozrály zážitky z minulého setkání. V rámci programu pracujeme s tématy: spolupráce, verbální a neverbální komunikace, práce s emocemi (reflektování emocí, vnímavost a empatie vůči druhým), způsoby řešení problémových situací a konfliktů. Konkrétní aktivity cíleně zaměřujeme na nácvik uvedených sociálně-emočních dovedností. Doporučujeme zvolit pro jednotlivá setkání jedno zážitkové téma, které jednotlivé části programu propojí a zastřeší jednotným konceptem. V našem konceptu dobrodružné plavby třída absolvuje dobrodružnou cestu, při níž postupně navštívuje různé ostrovy. Setkává se zde s různými úkoly a společně hledá jejich řešení. V programu pracujeme s prvky fantazie, hravosti, zvědavosti, kreativity a respektu k druhým. Využíváme různorodé formy – práci ve dvojicích, menších skupinách i spolupráci celé třídy, diskuze a sdílení, hry, scénky a další.

Příklad aktivity:

Lod' třídy

Zaměření aktivity: sociometrie třídy, komunikace, řešení problémů

Průběh: Na podlahu graficky znázorníme (například dekou) palubu lodi. Úkolem třídy je se postupně nalodit na palubu lodi – lodi třídy. Vybraný dobrovolník vstoupí na palubu jako první a zve dalšího. Děti se postupně zvou až do poslední zbývající trojice – ta je vyzvána, aby se nalodila společně a je jí přidělen důležitý úkol – donést na palubu zásoby potravin.

Všichni jsou připraveni k vyplutí, ale nastává komplikace. Zjišťujeme, že v lodi je díra a na palubu natéká voda. Žákům položíme otázky: Kdo ze třídy by ji mohl opravit/ucpat/zachránit situaci? Proč právě on by to zvládl? Jak by to udělal? Dětem, které jsou izolované a méně se do hovoru zapojují, položíme doplňující hypotetické otázky: Mohly by to zvládnout také? Jak bychom jim mohli pomoci?

Na závěr se třídou celou aktivitu zreflektujeme. Během reflexe dáme dětem možnost vyjádřit se k tomu, co se ve třídě během aktivity dělo a zaměříme se na pojmenování kamarádského chování (vzájemná pomoc, spolupráce při opravě lodi aj.).

Cíle aktivity směrem k dítěti s ADHD:

- Všimáme si, jakou pozici zastává dítě ve třídě a pozorujeme jeho interakci se spolužáky.
- Pozorujeme reakci dítěte na zadané instrukce a jeho zapojení.
- Vytváříme prostor pro ocenění za splněný úkol.
- Pozorujeme a pojmenováváme prosociální chování dítěte.

Jako inspiraci na další aktivity pro práci s třídou můžeme doporučit metodický pokyn k programům [Odyssea](#) nebo zpracované jednotlivé aktivity ve [Scio nápadníku](#).

Pedagog se programu účastní v roli pozorovatele. Jeho účast je příležitostí, jak pozorovat své žáky v jiných situacích, než běžně zažívají při výuce. Učitelé v roli pozorovatele tak mohou rozpoznávat i další stránky osobnosti dětí a zmapovat si také jejich sociální dovednosti. Jak potvrzuje například třídní učitelka jednoho ze zapojených dětí s ADHD: „Bylo pro mě přínosné při programu vidět děti pracovat s někým jiným. Lépe jsem tak mohla sledovat, kdo jak reaguje, kdo se jak zapojuje, koho co zajímá a kdo naopak vyrušuje nebo na sebe poutá pozornost.“

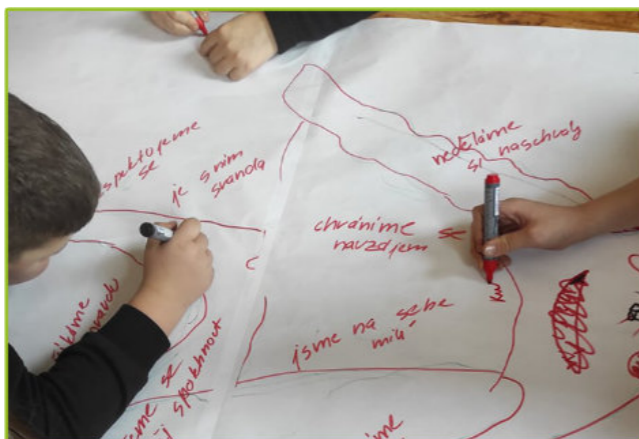
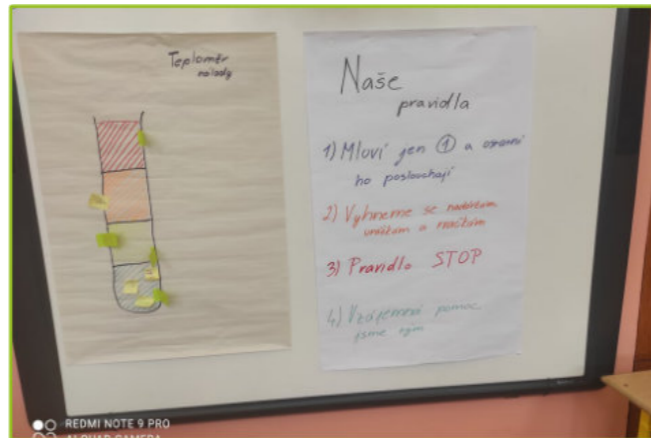
Ačkoliv má program předem danou určitou strukturu a témata, v praxi se nám osvědčilo jednotlivé aktivity upravovat a doplňovat tak, aby reflektovala aktuální dění ve třídě. Flexibilita a otevřenost dává možnost pružně reagovat na potřeby třídy i třídního učitele. Rozdíly v programu u jednotlivých tříd tak nejčastěji spočívají v rozdílném výběru některých zážitkových aktivit. V případě neobvyklých požadavků školy na výraznější úpravu programu je důležité se školou možnosti dobře vykomunikovat. Naši snahou je, aby koncept programu dodržel své cíle, tzn. aby nám umožnil pracovat s dítětem s ADHD v jeho třídním kolektivu. Zároveň se dle možností snažíme zohlednit jedinečné potřeby dítěte i školy a v rámci našeho konceptu je do programu aplikovat. V průběhu realizace projektu došlo k výraznější úpravě programu v případě jednoho dítěte, a to na základě konkrétních požadavků školy detailně vykomunikovaných s třídní učitelkou dítěte. Ta vnímala jako velmi důležité zařadit rovněž i individualizovanou práci s dítětem v oblasti motivace ke změně problémového chování. V tomto případě jsme zapojili do práce více i třídní učitelku a asistentku pedagoga, které jsme provedli praktickou ukázkou práce s pozitivní motivací u dítěte ve škole.

Pro potřeby zajištění citlivého přístupu a eliminaci rizika stigmatizace dítěte s ADHD v třídním kolektivu důrazně doporučujeme před třídou neuvádět spojitost programu s dítětem s ADHD. Cílem programu není vysvětlit ostatním dětem projevy či potřeby neklidného dítěte ani upozornit na problémy s tím spojené. Program je přínosem pro samotné dítě s ADHD, ale zároveň i pro celou třídu. Cílem je podpora třídního kolektivu, zdravých způsobů komunikace a řešení problémových situací. Aktivity, které jsou do programu zařazeny, dávají možnost přirozeně do dění zapojovat neklidné dítě a nenásilnou formou podporovat jeho pozici ve třídě. Téma vzájemného respektu, schopnosti uvědomovat si a adekvátně vyjadřovat své emoce je obecně využitelné a užitečné pro všechny děti, proto efekt programu TreDo přesahuje dítě s ADHD.

12.3. PRAKTICKÉ TIPY PRO VEDENÍ PROGRAMU TREDO

Tipy pro vedení Tréninku sociálně-emočních dovedností v třídním kolektivu:

- ✓ **Přijměte možnost vstoupit do kolektivu třídy s respektem k dětem i pedagogům.**
- ✓ **Počítejte s případnými posuny termínů z různých důvodů na straně dítěte či školy.**
- ✓ **Ujistěte dítě s ADHD, že v programu nebude označeno za problém.**
- ✓ **Vnímejte dítě s ADHD jako součást třídního kolektivu.**
- ✓ **Naslouchejte pedagogům a zohledněte potřeby třídy při výběru aktivit.**
- ✓ **Inspirujte se aktivitami z osvědčených zdrojů (např. Odysea, Scio apod.)**
- ✓ **Komunikujte s pedagogy a plánujte s nimi podobu další části programu.**
- ✓ **Průběžně informujte rodiče, jak spolupráce se školou probíhá.**
- ✓ **Vložit obrázek „TreDo – prostor třídy“ (varianta 1 nebo varianta 2)**
- ✓ **Vložit obrázek „TreDo – pravidla a teploměr nálady“**
- ✓ **Vložit obrázek „TreDo – aktivita Kamarád“**



13. Terénní poradna

13.1. POTŘEBA INDIVIDUÁLNÍHO ŘEŠENÍ PROBLÉMŮ

Rodiče i pedagogičtí pracovníci se při práci s dítětem s ADHD setkávají s celou řadou potíží, které jsou velmi konkrétní a vyžadují individualizovaný přístup k řešení. S ohledem na tyto specifické potřeby je nezbytné v rámci komplexní podpory nabídnout prostor pro individuální péči formou konzultací a poradenství. Konzultace věnované konkrétnímu dítěti a jeho potížím poskytují prostor k řešení konkrétních otázek, které si rodič či pedagog klade. Odborný pracovník může zmapovat historii dítěte, jeho projevy v rodinném i školním prostředí a získá tak ucelenější představu o možnostech další práce s dítětem. Během konzultace také odborný pracovník bere v potaz zpětnou vazbu rodiče či pedagoga, který vyhodnocuje využitelnost navržených doporučení. Navrhovaná řešení dalšího postupu tak zohledňují zkušenosti a možnosti dítěte, rodičů i pedagogů.

Terénní poradna poskytuje možnost řešení problémových situací jak v domácím, tak i ve školním prostředí. Mohou ji využít rodiče, učitelé i další pracovníci podílející se na práci s dítětem (například asistenti pedagoga, speciální pedagogové nebo školní psychologové). Poradna může být vedena jak prezenčně formou osobního setkání, tak i online.

13.2. TERÉNNÍ PORADNA NA ŠKOLÁCH

Doporučujeme, aby terénní poradna byla provázána s aktivitou TreDo. Konzultace tak může probíhat vždy v návaznosti na program ve třídě. Náplní konzultace je v první řadě společná reflexe dění v programu s pedagogickými pracovníky a domluva na dalším směřování programu. Následně mají pedagogičtí pracovníci možnost konzultovat libovolné situace, ve kterých si během výuky s dítětem nevědí rady. Poradenství vedou stejní odborní pracovníci, kteří pracují s třídou v programu TreDo. Při svých doporučeních tak mohou vycházet i z vlastní zkušenosti s prací se třídou a z pozorování, které probíhá v rámci prvního setkání programu TreDo.

Obsahově jsou konzultace pro pedagogické pracovníky zaměřené zejména na potíže spojené s projevy ADHD, které se negativně projevují ve školním prostředí – mají tedy negativní dopad na třídní klima nebo znevýhodňují žáka při učení a při začlenění do kolektivu. Mezi tématy, která pedagogové často řeší, patří například podpora motivace žáka, zamezení rušení ve výuce, zvládnutí emočně vypjatých situací během výuky nebo podpora pozice žáka v kolektivu třídy. Terénní poradna je pro pedagogy příležitostí ujasnit si některé své postupy nebo možnosti inspirovat se pro potřeby další práce s dítětem s ADHD. Z informací od samotných pedagogů vyplývá, že jsou pro ně důležité zejména praktické tipy a konkrétní doporučení, které jsme společně upravili na míru jejich požadavkům a možnostem. Jak to popisuje třídní učitelka, která využila Terénní poradnu: „Ocenila jsem hlavně tipy na nové, zajímavé aktivity.“

V návaznosti na TreDo tak vždy proběhnou nejméně čtyři konzultace v rámci Terénní poradny. Opakované konzultace dávají prostor pro zhodnocení pokroků a odborní pracovníci mají možnost reagovat na vzniklé komplikace a diskutovat nad dalšími způsoby řešení. Délku konzultace přizpůsobujeme složitosti a obsáhlosti řešených témat. I po realizaci čtyř konzultací vázaných na program TreDo je vhodné pedagogům nabídnout možnost dalšího využívání poradenství po celou dobu poskytování komplexní podpory dítěti.

Po poslední části programu TreDo požadujeme, aby se Terénní poradny zúčastnil také alespoň jeden z rodičů dítěte. Rodič se dozví o průběhu programu a má možnost na realizaci programu a jeho výsledky také reagovat. Společná schůzka rodičů se školou poskytuje prostor pro vzájemné sdílení informací o dítěti. Rodič s pedagogem mohou porovnat projevy dítěte v domácím a školním prostředí. To podporuje vzájemnou kooperaci rodiny se školou a jejich spolupráci na problémových oblastech. V případě potřeby lze do konzultace zapojit i samotného žáka, který tak má možnost se aktivně podílet na řešení svých problémů. Do Terénní poradny tak odborní pracovníci komplexní podpory vstupují jako nezávislý subjekt, který může navíc pomoci dobré komunikaci a spolupráci mezi školou a rodinou, což je jedním z předpokladů zvládnutí potíží spojených s ADHD ve školním prostředí.

13.3. TERÉNNÍ PORADNA PRO RODIČE

Kromě Terénní poradny na školách velmi doporučujeme nabídnout možnost poradenství také zcela nezávisle na programu TreDo, a to jak učitelům, tak i rodičům. V rámci poradenství se rodiče na odborné pracovníky mohou obrátit s různorodými tématy, které s dětmi s ADHD ve výchově řeší. Z našich zkušeností se nejčastěji jedná o zvládnutí emočních afektů, stanovení hranic ve výchově, motivace dítěte nebo nastavení společné komunikace. Výhodou individuálního poradenství je jeho zaměření na konkrétní otázky, které rodiče potřebují zodpovědět. Jak popisuje důvod konzultace jeden z odborných pracovníků: „Jedna z klientek potřebovala prodiskutovat velmi konkrétní a specifické téma. Chtěla vybrat co nejvhodnější pomůcku pro redukci stresu. Společně jsme tak zvolili kritéria, která by pomůcka měla splňovat a následně jsme se společně podívali i na e-shopy, která pomůcka by byla nejvhodnější.“

Praxe ukazuje, že pro mnoho rodičů je dostačující jedno setkání. Přesto je však vhodné jim možnost dalšího setkání nabídnout. Při opakovaném setkání se následně pracovník s klientem může věnovat dalšímu tématu, nebo je možnost přehodnotit navržená doporučení a případně se pokusit nalézt další postupy řešení.

Naše zkušenosti ukazují, že rodiče někdy více než rady a doporučení potřebují sdílet, jak je pro ně výchova dítěte obtížná a chtějí od odborného pracovníka podporu a povzbuzení, aby vytrvali. I to považujeme za smysluplný cíl Terénní poradny. Jak popisují například dvě maminky, které poradenství využily:

- „Poradenství v Centru mě nejvíce v první řadě pomohlo, že jsem našla místo, kde mi chtějí pomoci, kde mě chtějí vyslechnout.“
- „Využila jsem jednou, potřebovala jsem se vypovídat. Ulevilo se mi.“

V některých případech může mít obsah schůzky návaznost na jiné aktivity, které dítě v rámci komplexní podpory absolvuje – například Snoezelen, doučování nebo AHA studio. V tom případě je možné na problému souběžně pracovat i v rámci těchto aktivit. Terénní poradnu je vhodné také provázat se vzdělávacími kurzy. Pokud se rodič chce o tématu dozvědět více, lze mu doporučit konkrétní kurz nebo naopak v rámci poradenství může detailněji probrat otázky, na které během kurzů nezískal odpověď. Díky tomu má Terénní poradna potenciál pomoci efektivnímu propojení jednotlivých aktivit komplexní podpory a podporuje tak možnost dosažení co nejvíce komplexního řešení.

Při poradenské práci s rodinou i školou je vhodné kombinovat zkušenosti a znalosti odborného pracovníka s vlastními zkušenostmi klienta. Například odborný pracovník může zmapovat strategie, které rodič ve výchově používá a osvědčují se mu a zkusit je využít i při řešení dalších situací. Poradce musí mít na paměti, že ke každému klientovi je potřeba přistupovat individuálně, žádná doporučení nemají univerzální využití. Je třeba brát v úvahu potřeby klienta i dítěte a doporučení společně upravovat. Odborný pracovník tak nepřebírá za rodiče nebo pedagoga zodpovědnost, ale naopak posiluje jejich kompetence a nabízí způsoby, jakými mohou dále postupovat. Může také navrhnout různé postupy a být nápomocen

při zvažování, který z nich by byl v souladu s jejich způsobem práce. To zvyšuje motivaci a pravděpodobnost, že řešení bude aplikováno v praxi.

13.4. ONLINE FORMA TERÉNNÍ PORADNY

I terénní poradna může probíhat v online podobě. S ohledem na to, že pandemická situace přesunula mnoho lidských aktivit do online prostoru, klienti i konzultanti vnímají tuto možnost jako více přirozenou než kdy předtím. Mají-li obě strany vyhovující technické zázemí a snaží se překlenout jistou bariéru vyplývající z chybějícího osobního kontaktu, může být online konzultace alternativou osobního setkání.

Podmínkou je důvěra mezi klientem a poradcem, že obsah konzultace zůstane mezi nimi, včetně citlivých informací o dítěti či jeho rodině. Samozřejmostí je předpoklad, že není pořizován záznam rozhovoru a v místnosti není „tajně“ přítomna další osoba, která by jeho obsah neoprávněně slyšela.

Výhodou online formy terénní poradny, která se osvědčuje, je možnost setkání s minimálními časovými ztrátami spojenými s cestou do místa konání a také možnost realizovat rozhovor bez dalšího odkladu v případě nemoci či karantény jedné ze stran. Online forma je využitelná rovněž při společném setkání poradce, rodiče a pedagogů, kteří tak v době rozhovoru nemusí opustit svoje pracoviště či domov.

13.5. PRAKTICKÉ TIPY PRO VEDENÍ TERÉNNÍ PORADNY

Tipy pro realizaci poradny pro rodiče a pedagogy dětí s ADHD:

- ✓ **Nabídněte možnost jednorázové konzultace i dlouhodobé podpory.**
- ✓ **Poradenství může proběhnout ve škole, domácnosti nebo na Vašem pracovišti.**
- ✓ **Tam, kde je to vhodné, zkuste využít společnou konzultaci s rodiči i pedagogem.**
- ✓ **Dle situace se může poradenství účastnit i samotné dítě.**
- ✓ **Poradenství mohou v případě potřeby vést dva odborní pracovníci.**
- ✓ **Zaměřte se na podporu kompetencí rodičů a pedagogů.**
- ✓ **Nabídněte pohled respektující všechny zúčastněné strany.**
- ✓ **Ujistěte rodiče/pedagoga, že Vás v případě potřeby může opět kontaktovat.**



Závěrečné slovo realizačního týmu projektu

Komplexní péče o děti s ADHD a jejich rodiny je pro nás tématem, které považujeme při péči o tyto děti za naprosto klíčové. Mnohaleté zkušenosti z praxe nám dlouhodobě potvrzují, že dětem s ADHD nelze efektivně pomoci, jestliže se věnujete pouze vybranému problému nebo věc řešíte pouze s dítětem. Komplex projevů a potíží spojených s problematikou je příliš široký na to, aby ho stačilo uchopit pouze z jednoho úhlu pohledu. Nestačí řešit pouze existující školní mezery, nebo jen narušenou pozornost či afektivní výbuchy. Je třeba vnímat všechny dílčí oblasti potíží a pracovat s nimi. Pro samotné dítě přináší zvládnutí ADHD mnohé náročné výzvy. Není dostatečně zralé, aby tyto výzvy mohlo zvládat samo. Potřebuje tak pomoc a podporu ze strany okolí. Je důležité, aby tato podpora byla efektivní a zohledňovala všechny podstatné oblasti, v nichž má dítě potíže.

Ani tím to však nekončí. Problematika přesahuje osobu dítěte a má výrazný vliv i na rodiče, sourozence, případně další členy rodiny a také na jeho širší sociální prostředí – nejčastěji jsou to spolužáci a pedagogové. ADHD tak ovlivňuje přímo dítě, ale také další osoby a jejich vzájemné vztahy a kvalitu života. Tvrdě zasaženy mohou být sociální vztahy, klima v rodině i ve školní třídě.

Díky projektu Komplexní podpora dětí s ADHD jsme mohli propojit naše dosavadní zkušenosti z praxe s dalšími výzvami a vytvořit něco nového. V konkrétních aktivitách projektu – Snoezelen, doučování, AHA studio, poradenství i vzdělávání pro rodiče i v programech pro školy a především v jejich jedinečné kombinaci – vidíme do budoucna ještě velký potenciál.

Realizace projektu a zavádění nových aktivit komplexní péče nebyly pro nás jednoduché. V době pandemie COVID-19 jsme čelili mnohým neočekávaným výzvám, které nám práci komplikovaly a znemožňovaly pokračovat plynule podle našich plánů. S odstupem můžeme říct, že to vše nakonec bylo k dobru věci. Otestovali jsme online formu vícero aktivit, improvizovali jsme, učili se novým věcem ve ztížených podmínkách. Zažili jsme to, co se často popisuje slovy „těžko na cvičišti, lehké na bojišti.“ To, co jsme se naučili, teď předkládáme i Vám.

Uvědomujeme si, že problematika ADHD u dětí je složitá a možnosti pomoci dětem a jejich rodinám jistě nejsou zcela vyčerpány. Navíc stále v České republice přetrvává situace, kdy je komplexní péče pro rodiny s dětmi s ADHD nedostupná – jednoduše proto, že není dostatek pracovišť, která by se jí systematicky věnovala. Možná i Vy načerpáte z tohoto materiálu inspiraci pro práci s touto cílovou skupinou, která povede k rozšíření nabídky dostupných služeb. Přejeme Vám k tomu hodně úspěchů a radostí!

Použité zdroje

Budíková J. , & Křapková, L. (2014). Kuliferda a jeho svět. Praha: Raabe.

Drtílková, I. , & Šerý, O. et al. (2007). Hyperkinetická porucha/ADHD. Praha: Galén.

Goetz, M. (2009). Současný pohled na léčbu ADHD. *Remedia*, 19, 3: 190 – 196.

Grolimund, F. , & Rietzler, S. (2018). Jak se úspěšně učit s ADHD: Praktický rádce pro rodiče. Bratislava: Noxi.

Jucovičová, D. , & Žáčková, H. (2010). Neklidné a nesoustředěné dítě ve škole a v rodině. Praha: Grada.

Jucovičová D. , & Žáčková, H. (2013). Máte neklidné, nesoustředěné dítě? Metody práce s dětmi s ADHD především pro učitele a vychovatele. Praha: D + H.

Jucovičová D. , & Žáčková, H. (2015). Máme dítě s ADHD. Rady pro rodiče. Praha: Grada.

Kuželová, H. , Macek, M. , Raboch, J. , & Ptáček, R. (2014). Genetická variabilita u poruchy pozornosti s hyperaktivitou (ADHD). *Česká a slovenská neurologie a neurochirurgie*, 77/110 (4): 423–427.

Malá, E. (2002). Hyperkinetické poruchy. *Pediatric pro praxi*, 3(1): 14–17.

Příhodová, I. (2011). Porucha pozornosti s hyperaktivitou. *Česká a slovenská neurologie a neurochirurgie*, 74/107 (4): 408–418.

Stárková, L. (2016). ADHD ve světle současné psychiatrie a klinické praxe. *Pediatric pro praxi*, 17(1): 16–21.

Theiner, P. (2012). ADHD od dětství do dospělosti. *Psychiatrie pro praxi*, 13(4): 148 – 150.

Uhlíř, J. (2020). ÁDÉHÁDĚ. Jak na emoce dětí s ADHD. Praha: Raabe.

Vingrálková, E. (2016). Cvičení a terapie pro děti s autismem, Aspergerovým syndromem, ADD, ADHD, Poruchou smyslového zpracování a jinými poruchami učení. Olomouc: Fontána.

Wolfdieter, J. (2013). ADHD – porucha pozornosti s hyperaktivitou. Praha: Edika.

<https://www.canva.com/>

<https://pixabay.com/>

vlastní fotodokumentace



Seznam příloh

- Vstupní/výstupní dotazník pro rodiče (Příloha č. 1)
- Vstupní/výstupní dotazník pro dítě (Příloha č. 2)
- Plán práce s dítětem a rodinou (Příloha č. 3)
- Smlouva o využití služeb v rámci projektu „Komplexní podpora dětí s ADHD“ (Příloha č. 4)
- Motivační plán – šablona (Příloha č. 5)
- Motivační plán – ukázka (Příloha č. 6)
- AHA studio – titulní strana souboru pracovních listů FIE (Příloha č. 7)
- AHA studio – pracovní list FIE – ukázka (Příloha č. 8)
- Záznam z individuální jednotky Snoezelen (Příloha č. 9)

#1: VSTUPNÍ/VÝSTUPNÍ DOTAZNÍK PRO RODIČE

Jméno a příjmení dítěte:

Rok narození dítěte:

Jméno a příjmení rodiče:

Datum:

V každé položce vyjádřete intenzitu projevů u Vašeho dítěte na stupnici 1-7:

1 = nikdy

7 = vždy

(čím větší intenzita a častost projevu, tím vyšší bodový stupeň)

1. Dítěti dělá potíže udržet pozornost při plnění úkolů, snadno se rozptýlí věcmi, které nesouvisí s prováděným úkolem.	1	2	3	4	5	6	7
2. Dítě dělá chyby z nepozornosti, při práci přehlíží detaily.	1	2	3	4	5	6	7
3. Dítě se vyhýbá úkolům, které vyžadují soustředění, úsilí.	1	2	3	4	5	6	7
4. Dítě má potíže s dokončováním činností.	1	2	3	4	5	6	7
5. Dítě se neřídí pokyny druhých, reaguje jen na část pokynu.	1	2	3	4	5	6	7
6. Dítě ztrácí svoje věci (školní pomůcky, hračky, atd.).	1	2	3	4	5	6	7
7. Dítě zapomíná na své běžné denní povinnosti.	1	2	3	4	5	6	7
8. Dítě je pořád „v pohybu“ – jako by bylo poháněno motorem.	1	2	3	4	5	6	7
9. Dítě vyhrkne odpověď dříve, než se dokončí otázka, skáče druhým do řeči.	1	2	3	4	5	6	7
10. Pro dítě je náročné zvládat silné emoce (neadekvátní reakce, afekty).	1	2	3	4	5	6	7
11. Dítě na sebe upoutává pozornost nevhodným způsobem.	1	2	3	4	5	6	7
12. Dítě se dostává do konfliktů kvůli porušování pravidel.	1	2	3	4	5	6	7
13. Pro dítě je obtížné vyčkat, než na něj přijde řada, nevhodně zasahuje do konverzace či hry ostatních.	1	2	3	4	5	6	7
14. Neshody s vrstevníky dítě řeší nepřiměřeně (afekt, agrese, aj.).	1	2	3	4	5	6	7

Dokážeš se zklidnit, odpočívat,
dát se do pohody?



Ve škole nestíháš a nosíš si práci na doma?



Jak moc se Ti chce učit, připravovat
do školy?



Stává se ti, že ve škole vyrušuješ (např.
vykřikuješ, opouštíš své místo, děláš zvuky,
legrácky)?



Nadáváš si, když se ti něco nepodaří/
vzdáváš věci předem, protože si myslíš, že to
nezvládneš/ nevěříš si?



#3: PLÁN PRÁCE S DÍTĚTEM A RODINOU

Jméno a příjmení dítěte:

Rok narození rodiče:

Termín úvodní konzultace:

Termín závěrečné konzultace:

Cíle spolupráce:

.....

Vybrané aktivity:

.....

Název aktivity	Zahájení	Ukončení

.....
Podpis odborného pracovníka

.....
Podpis rodiče

#4: SMLOUVA O VYUŽITÍ SLUŽEB

v rámci projektu „Komplexní podpora dětí s ADHD“,

reg.č.CZ.03.2.X/0.0/0.0/17_076/0011497

Centrum pro rodinu a sociální péči

veřejná církevní právnická osoba

se sídlem: Biskupská 280/7, Brno-město, 602 00 Brno

zapsaná v registru evidovaných osob Ministerstva kultury pod reg.č. 8/1-07-707/1998

IČ: 44991584, DIČ: CZ44991584

zastoupená:

pro věci smluvní pověřena:

e-mail:

telefon:

dále též jen „CRSP“, „Realizátor projektu“ nebo „Poskytovatel služeb“ na straně jedné

a

Rodina/Klienti:

Dítě – jméno a příjmení:, nar.

bydliště:

Rodič (případně jiný zákonný zástupce, pěstoun apod.):

jméno a příjmení:

bydliště (nevyplňuje se, pokud je totožné s dítětem):

e-mail:

telefon:

dále též jen „Dítě jako podpořená osoba“, „Rodič/Rodiče“, „Rodina“ nebo „Klienti“ na straně druhé

uzavřeli níže uvedeného dne podle ustanovení § 1746 odst. 2 zákona č. 89/2012 Sb., občanského zákoníku tuto

smlouvu:

I. Projekt a jeho cíle

CRSP je Realizátorem projektu „Komplexní podpora dětí s ADHD“, reg. č. CZ.03.2.X/0.0/0.0/17_076/0011497 (dále jen Projekt), který je financován z Evropského sociálního fondu a státního rozpočtu České republiky. Hlavním cílem Projektu je ověření komplexního přístupu k práci s dětmi s poruchou pozornosti, hyperaktivitou a všemi dalšími symptomy, charakteristickými pro ADHD u dětí předškolního i školního věku a jeho prostřednictvím pomoci Dítěti i Rodině. Realizace Projektu probíhá v období od 1.11.2019 do 31.10.2021.

II. Předmět smlouvy

1. Poskytovatel se na základě této smlouvy zavazuje, že Dítěti a jeho Rodině (Klientům) umožní využití vybraných služeb z následující nabídky:

- Doučování Děti s ADHD
- Vzdělávací kurzy pro Rodiče Děti s ADHD
- AHA studio
- Snoezelen pro Děti s ADHD
- Trénink sociálně emočních dovedností v prostředí školní třídy
- Terénní poradna ve školách

Výběr konkrétních služeb proběhne na základě domluvy mezi Poskytovatelem a Rodinou (Klienty).

2. Klienti se na základě této smlouvy zavazují služby nabízené Poskytovatelem využít, jednotlivých aktivit se, za podmínek stanovených touto smlouvou v dohodnutých termínech, zúčastnit a v rámci svých možností se řídit pokyny a doporučeními odborných pracovníků Poskytovatele služeb.

III. Čas a místo poskytování služby

1. Poskytování služeb (účast Klientů v aktivitách) bude probíhat v období ode dne podpisu této smlouvy do ukončení Projektu, tj. nejpozději do 31.10.2021.

2. Místem poskytování služeb je sídlo Poskytovatele služeb: Biskupská 280/7, Brno, případně domácí prostředí Klientů nebo prostředí školy, kterou Dítě navštěvuje.

IV. Úhrada

1. Služby jsou Dítěti a Rodině poskytovány bezplatně.

2. Náklady služeb jsou hrazeny z finančních prostředků, získaných na základě projektu Poskytovatele služeb – viz čl. I.

V. Práva a povinnosti účastníků

Poskytovatel je povinen:

- Přístupovat ke každému Dítěti a ke každé Rodině s maximální odbornou péčí a s respektem k jeho/jejím individuálním potřebám.
- Zajistit ochranu všech osobních a citlivých osobních údajů, které se týkají Dítěte i jeho Rodiny a mlčenlivost o veškerých skutečnostech, se kterými se Poskytovatel služeb seznámí v průběhu poskytování služeb.

- Protože Klientem je m.j. nezletilé Dítě, postupovat „v nejvyšším zájmu Dítěte“ podle Úmluvy o právech dítěte (podle zákona č. 104/1991 Sb.).
- Před zahájením poskytování služeb srozumitelným způsobem seznámit Klienty s tím, jak využívání služeb (účast v jednotlivých aktivitách) bude probíhat, co je obsahem jednotlivých služeb a jaký cíl sledují.

Klienti jsou povinni:

- S pomocí odborného pracovníka vyplnit Monitorovací list podpořené osoby a dále Vstupní dotazník, který mapuje konkrétní potíže Dítěte.
- Dostavit se v předem dohodnutých termínech do místa poskytování služby a zúčastnit se naplánovaných aktivit.
- Podle svých schopností a sil se maximálně aktivně zapojovat při absolvování aktivit, navržených Plánem práce s Dítětem a Rodinou a dbát na uplatňování doporučení odborných pracovníků také v období mezi jednotlivými aktivitami.
- Vyplnit Výstupní dotazník, ve kterém budou opět mapovány konkrétní potíže Dítěte.

VI. Ukončení smluvního vztahu

K ukončení smluvního vztahu, založeného touto smlouvou dojde:

1. Splněním závazku Poskytovatele, tj. poskytnutím služeb (aktivit) v domluveném rozsahu.
2. Kdykoli, na základě dohody Klientů a Poskytovatele.
3. Klienti jsou oprávněni tuto smlouvu vypovědět bez uvedení důvodů.
4. Poskytovatel je oprávněn vypovědět tuto smlouvu, jestliže Klienti závažným způsobem porušují povinnosti, stanovené touto smlouvou.

VII. Ochrana osobních údajů – Informace pro Klienta

Poskytovatel shromažďuje a zpracovává osobní údaje Klientů a citlivé osobní údaje Dítěte jen v rozsahu, který je nezbytný pro poskytnutí služeb podle této Smlouvy.

Zpracování osobních údajů probíhá u Poskytovatele korektně, zákonným a transparentním způsobem a s maximální odpovědností. Zpracovávají se pouze osobní údaje uvedené v záhlaví této smlouvy (identifikační a kontaktní údaje) a dále údaje, které Rodiče dobrovolně sdělí Poskytovateli služeb. Veškeré zpracovávající osobní údaje jsou chráněny souborem personálních a technicko-organizačních opatření tak, aby k nim neměly přístup neoprávněné osoby a aby nemohly být zneužity. Osobní údaje Klientů ani citlivé osobní údaje Dítěte nejsou předávány třetím osobám, s výjimkou níže popsání případné kontroly. Právním důvodem zpracování osobních údajů Klientů je plnění na základě této smlouvy a plnění nezbytné pro splnění právních povinností a dále Souhlas Klientů se zpracováním citlivých osobních údajů Dítěte. Osobní údaje jsou u Poskytovatele uloženy po dobu, kterou Poskytovateli stanoví podmínky konkrétního dotačního titulu, z něhož je Projekt financován, ne však déle než 10 let od doby ukončení realizace Projektu. Jednou z podmínek Projektu je povinnost Poskytovatele služeb prokázat splnění povinností příjemce dotace,

zejména umožnit provedení kontroly účelného využití finančních prostředků věnovaných na podporu předemného Projektu. Všechny osoby, které mohou přijít s osobními údaji Klienta do styku, tj. zaměstnanci Poskytovatele, případní externí odborníci, jakož i případní zaměstnanci kontrolního orgánu, jsou zavázáni povinností mlčenlivosti o všech těchto údajích a skutečnostech. Poskytovatel zpřístupní osobní údaje Klienta těmto osobám jen v rozsahu nezbytném pro plnění jejich pracovních úkolů, respektive pro provedení kontroly.

Dítě/Rodina má/mají při zpracování jeho/jejich osobních údajů a osobních citlivých údajů následující práva:

- právo na přístup ke svým osobním a citlivým osobním údajům,
- právo na jejich opravu,
- právo na jejich výmaz („právo být zapomenut“),
- právo na omezení zpracování,
- právo na přenositelnost,
- právo vznést námitku proti zpracování,
- právo podat stížnost u dozorového orgánu a
- právo na informaci o zdroji osobních údajů.

Souhlas Klienta se zpracováním zvláštní kategorie osobních údajů, je obsažen v Příloze č. 1, která je nedílnou součástí této smlouvy.

VIII. Závěrečná ustanovení

1. Tato smlouva je vypracována ve dvou vyhotoveních, z nichž jedno obdrží Poskytovatel, druhé Dítě/Rodina.
2. Platnosti a účinnosti nabývá tato smlouva dnem podpisu obou zúčastněných stran.
3. Účastníci této smlouvy prohlašují, že si text smlouvy přečetli, prohlašují, že obsahu smlouvy rozumí. Tuto smlouvu uzavřeli dobrovolně a z vlastní vůle, na důkaz toho připojují své podpisy.

V, dne

.....
Podpis odborného pracovníka

.....
Podpis rodiče

#6: MOTIVAČNÍ PLÁN – UKÁZKA



#7: AHA STUDIO

titulní strana souboru pracovních listů FIE



#8: AHA STUDIO pracovní list FIE

4

Feuersteinovo Instrumentální Obhacování - Základní

© 2003
Jerusalem
All rights reserved to Prof. Feuerstein
and Ball S. Feuerstein

Jméno: _____ Datum narození: _____ Datum: _____
Stránka s chybou: D=Dodatečný bod; V=Velký; M=Malý

#9: ZÁZNAM Z INDIVIDUÁLNÍ JEDNOTKY SNOEZELÉN

Jméno:	Průvodce:
Cíle	Datum a čas:
Pomůcky	Projevy v průběhu
Metody/aktivity	před
	po
Hodnocení průběhu:	Plán pro další jednotku:

Poznámky:

