

Specifika v komunikaci učitelů
a
rodičů s neurovývojovou poruchou pozornosti

Kateřina Všeticková

Bakalářská práce
2024



Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně
Fakulta humanitních studií

Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně

Fakulta humanitních studií

Ústav pedagogických věd

Akademický rok: 2023/2024

ZADÁNÍ BAKALÁŘSKÉ PRÁCE

(projektu, uměleckého díla, uměleckého výkonu)

Jméno a příjmení: **Kateřina Všetická**
Osobní číslo: **H21684**
Studijní program: **B0111A190011 Sociální pedagogika**
Forma studia: **Kombinovaná**
Téma práce: **Specifika v komunikaci učitelů a rodičů s neurovývojovou poruchou pozornosti**

Zásady pro vypracování

Zpracování rešerše a studium odborné literatury.
Vymezení terminologie a teoretických východisek z oblasti komunikace, problematiky neurovývojových poruch pozornosti a úlohy sociálního pedagoga v pomoci rodinám.
Příprava metodiky výzkumu, zpracování projektu k výzkumu a stanovení výzkumného problému.
Realizace kvantitativního výzkumu formou dotazníku.
Zpracování a vyhodnocení získaných dat, včetně jejich interpretace.
Prezentace výsledků výzkumu, jejich shrnutí a doporučení pro praxi.

Forma zpracování bakalářské práce: **tištěná/elektronická**

Seznam doporučené literatury:

- HALLOWELL, M. Edward a John J. RATEY, 2007. Poruchy pozornosti v dětství a v dospělosti. PBtisk Příbram: Návrat domů. ISBN 978-80-7255-145-5.
- HARTL, Pavel a Helena HARTLOVÁ, 2010. Velký psychologický slovník. Praha: Portál. ISBN 978-80-7367-686-5.
- CHRÁSKA, Miroslav, 2016. Metody pedagogického výzkumu: základy kvantitativního výzkumu. Praha: Grada. ISBN 978-80-247-5326-3.
- MUNDEN, Alison, 2006. Poruchy pozornosti a hyperaktivita – přehled současných poznatků a přístupů pro rodiče a odborníky. Praha: Portál. ISBN 80-7367-188-3.
- WEISS, Margaret, Lily HECHTMAN a Gabrielle WEISS, 2000. ADHD in Parents. [online] Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry.

Vedoucí bakalářské práce: **Mgr. Anna Petr Šafránková, Ph.D.**
Ústav pedagogických věd

Datum zadání bakalářské práce: **10. ledna 2024**
Termín odevzdání bakalářské práce: **26. dubna 2024**

Mgr. Libor Marek, Ph.D.
děkan



doc. Mgr. Jakub Hladík, Ph.D.
ředitel ústavu

Ve Zlíně dne 10. ledna 2024

PROHLÁŠENÍ AUTORA BAKALÁŘSKÉ PRÁCE

Beru na vědomí, že

- odevzdáním bakalářské práce souhlasím se zveřejněním své práce podle zákona č. 111/1998 Sb. o vysokých školách a o změně a doplnění dalších zákonů (zákon o vysokých školách), ve znění pozdějších právních předpisů, bez ohledu na výsledek obhajoby ¹⁾;
- beru na vědomí, že bakalářská práce bude uložena v elektronické podobě v univerzitním informačním systému dostupná k nahlédnutí;
- na moji bakalářskou práci se plně vztahuje zákon č. 121/2000 Sb. o právu autorském, o právech souvisejících s právem autorským a o změně některých zákonů (autorský zákon) ve znění pozdějších právních předpisů, zejm. § 35 odst. 3 ²⁾;
- podle § 60 ³⁾ odst. 1 autorského zákona má UTB ve Zlíně právo na uzavření licenční smlouvy o užití školního díla v rozsahu § 12 odst. 4 autorského zákona;
- podle § 60 ³⁾ odst. 2 a 3 mohu užít své dílo – bakalářskou práci – nebo poskytnout licenci k jejímu využití jen s předchozím písemným souhlasem Univerzity Tomáše Bati ve Zlíně, která je oprávněna v takovém případě ode mne požadovat přiměřený příspěvek na úhradu nákladů, které byly Univerzitou Tomáše Bati ve Zlíně na vytvoření díla vynaloženy (až do jejich skutečné výše);
- pokud bylo k vypracování bakalářské práce využito softwaru poskytnutého Univerzitou Tomáše Bati ve Zlíně nebo jinými subjekty pouze ke studijním a výzkumným účelům (tj. k nekomerčnímu využití), nelze výsledky bakalářské práce využít ke komerčním účelům.

Prohlašuji, že

- elektronická a tištěná verze bakalářské práce jsou totožné;
- na bakalářské práci jsem pracoval(a) samostatně a použitou literaturu jsem citoval(a). V případě publikace výsledků budu uveden(a) jako spoluautor.

Ve Zlíně 26.4.2024

*1) zákon č. 111/1998 Sb. o vysokých školách a o změně a doplnění dalších zákonů (zákon o vysokých školách), ve znění pozdějších právních předpisů, § 47b
Zveřejňování závěrečných prací:*

(1) Vysoká škola nevydělčně zveřejňuje disertační, diplomové, bakalářské a rigorózní práce, u kterých proběhla obhajoba, včetně posudků oponentů a výsledku obhajoby prostřednictvím databáze kvalifikačních prací, kterou spravuje. Způsob zveřejnění stanoví vnitřní předpis vysoké školy.

(2) Disertační, diplomové, bakalářské a rigorózní práce odevzdané uchazečem k obhajobě musí být též nejméně pět pracovních dnů před konáním obhajoby zveřejněny k nahlížení veřejnosti v místě určeném vnitřním předpisem vysoké školy nebo není-li tak určeno, v místě pracoviště vysoké školy, kde se má konat obhajoba práce. Každý si může ze zveřejněné práce pořizovat na své náklady výpisy, opisy nebo rozmnoženiny.

(3) Platí, že odevzdáním práce autor souhlasí se zveřejněním své práce podle tohoto zákona, bez ohledu na výsledek obhajoby.

pracoviště vysoké školy, kde se má konat obhajoba práce. Každý si může ze zveřejněné práce pořizovat na své náklady výpisy, o písy nebo rozmnoženiny.

(3) Platí, že odevzdáním práce autor souhlasí se zveřejněním své práce podle tohoto zákona, bez ohledu na výsledek obhajoby.

2) zákon č. 121/2000 Sb. o právu autorském, o právech souvisejících s právem autorským a o změně některých zákonů (autorský zákon) ve znění pozdějších právních předpisů, § 35 odst. 3:

(3) Do práva autorského také nezasahuje škola nebo školské či vzdělávací zařízení, užije-li nikoli za účelem přímého nebo nepřímého hospodářského nebo obchodního prospěchu k výuce nebo k vlastní potřebě dílo vytvořené žákem nebo studentem ke splnění školních nebo studijních povinností vyplývajících z jeho právního vztahu ke škole nebo školskému či vzdělávacímu zařízení (školní dílo).

3) zákon č. 121/2000 Sb. o právu autorském, o právech souvisejících s právem autorským a o změně některých zákonů (autorský zákon) ve znění pozdějších právních předpisů, § 60 Školní dílo:

(1) Škola nebo školské či vzdělávací zařízení mají za obvyklých podmínek právo na uzavření licenční smlouvy o užití školního díla (§ 35 odst.

3). Odpirá-li autor takového díla udělit svolení bez vážného důvodu, mohou se tyto osoby domáhat nahrazení chybějícího projevu jeho vůle u soudu. Ustanovení § 35 odst. 3 zůstává nedotčeno.

(2) Není-li sjednáno jinak, může autor školního díla své dílo užít či poskytnout jinému licenci, není-li to v rozporu s oprávněnými zájmy školy nebo školského či vzdělávacího zařízení.

(3) Škola nebo školské či vzdělávací zařízení jsou oprávněny požadovat, aby jim autor školního díla z výdělku jím dosaženého v souvislosti s užitím díla či poskytnutím licence podle odstavce 2 přiměřeně přispěl na úhradu nákladů, které na vytvoření díla vynaložily, a to podle okolností až do jejich skutečné výše; přitom se přihlédne k výši výdělku dosaženého školou nebo školským či vzdělávacím zařízením z užití školního díla podle odstavce 1.

ABSTRAKT

Vývojové poruchy úzce spojeny s dětským věkem a věří se, že s nástupem dospělosti se příznaky vytrácí. Až samotní pacienti, kteří začali ve zvýšené míře v posledních letech navštěvovat odborníky, spustili debatu o tom, že se možná nejedná pouze o „dětský neklid“, ale že u některých osob mohou potíže přetrvat až do dospělosti a nadále výrazně ovlivňovat jejich život. Tato závěrečná práce se věnuje tomu, jak může neurovývojové porucha pozornosti ovlivnit schopnosti komunikovat, jak ovlivňuje rodičovské kompetence a dopad jejich diagnózy na školní přípravu jejich dětí. Práce si dává za cíl upozornit na specifika komunikačních dynamik mezi učiteli a rodiči, kteří trpí ADHD či jinou neurovývojovou poruchou pozornosti v komunikaci mezi rodičem s ADHD a učitelem jeho dítěte, potažmo dětí. Porozumění této dynamice komunikace je zásadní pro rozvoj nové dimenze rozvoje spolupráce mezi oběma zkoumanými skupinami.

Klíčová slova: rodič s ADHD, porozumění, komunikace, učitel, kompetence

ABSTRACT

Developmental disorders closely associated with childhood. It is believed that symptoms disappear with the onset of adulthood. Only the patients themselves, who have begun to visit specialists to an increased extent in recent years, have started a debate about the fact that it may not be just "childish restlessness", but that in some people the difficulties can persist into adulthood and continue to significantly affect their lives. This final thesis is devoted to how neurodevelopmental attention disorder can affect the ability to communicate, how it affects parental competence and the impact of their diagnosis on their children's school preparation. The thesis aims to draw attention to the specifics of the communication dynamics between teachers and parents who suffer from ADHD or other neurodevelopmental attention disorders in the communication between a parent with ADHD and his child's teachers, i.e. children. Understanding this dynamic of communication is essential for the development of a new dimension in the development of cooperation between the two research groups.

Keywords: parents with ADHD, understanding, communication, teacher, competence

**„Problém nebývá v tom, co neříkáme,
ale v tom, co neslyšíme.“**

(RNDr. Jiří Plamínek, CSc.)

Prohlašuji, že odevzdaná verze bakalářské/diplomové práce a verze elektronická nahraná do IS/STAG jsou totožné

OBSAH

1 NEUROVÝVOJOVÉ PORUCHY POZORNOSTI, JEJICH VÝVOJ A DĚLENÍ	15
1.1 Počátky ADHD	15
1.2 Lehká mozková dysfunkce nebo neurovývojová porucha pozornosti?	16
1.3 Druhy neurovývojových poruch a jejich specifika	17
1.4 Symptomy ADHD	18
1.5 Nejčastější mýty o ADHD	23
1.6 Dědičnost ADHD	24
2 VZTAH UČITEL A RODIČ	27
2.1 Povinná školní docházka v životě rodiče s ADHD	27
2.2 Vztah mezi učitelem a rodičem s ADHD	27
3 SPECIFIKA KOMUNIKACE RODIČŮ S ADHD	29
3.1 Oblasti komunikace, ve kterých může dospělý selhávat	29
4 PEDAGOGICKÁ KOMUNIKACE	31
4.1 Vývoj učitelské profese	31
4.2 Současné trendy v komunikaci školy a rodiče žáka	33
4.3 Osobnost učitele, aneb co by učitel měl vědět o komunikaci	34
4.4 Komunikace podporující dobrý vztah mezi učitelem a rodičem s ADHD	35
5 VÝZKUM	38
5.1 Výzkumné otázky	38
5.2 Výzkumné cíle	38
5.3 Výzkumný vzorek	39
5.4 Technika sběru dat	40
6 ANALÝZA DAT A JEJICH INTERPRETACE	41
6.1 Zpracování dat	41
Dílčí cíl 1	41
Dílčí cíl 2	43
Dílčí cíl 3	46
Dílčí cíl 4	49
Dílčí cíl 5	51
7 ZÁVĚR A DOPORUČENÍ	53
7.1 Závěr	53
7.2 Doporučení	54
7.3 Tipy ke zlepšení komunikace s rodičem s ADHD	54
7.4 Diskuze	55

ÚVOD

Neurovývojové poruchy pozornosti byly dříve odborníky i laiky považovány za dětské diagnózy, z kterých dítě tzv. „vyroste“. Tyto diagnózy prošly dlouhým vývojem, který taktéž popisuje tato práce, včetně změn, kterými prošly v posledních letech. V současnosti se stále častěji mluví o poruše pozornosti s hyperaktivitou (dál jen ADHD) dospělosti. Ostatní diagnózy jako ADD či hyperkinetický syndrom s novou mezinárodní klasifikací nemocí ustupují do pozadí. Protože ADHD je v zastoupení neurovývojových poruch nejčastější, budeme se věnovat především jemu. Píší o něm třeba Radek a Hana Ptáčková ve své knize ADHD Variabilita v dětství a dospělosti. „Přibližně od r. 1775, kdy nalézáme první zmínky o specifických vývojových oslabeních v lékařských učebnicích, do dnešního dne bylo publikováno více sto tisíc (100,000) vědeckých studií o veškerých možných souvislostech ADHD.“ (Ptáček, 2024) V této práci se budeme zabývat především psychickým stavem dospělých s ADHD a komunikací s učiteli jejich dětí. Je známo, že lidé s ADHD mají potíže se soustředěním a pozorností, mohou být neklidní a impulzivní, mají problémy s komunikací. ADHD má téměř vždy dopad na celý život člověka, od jeho výkonu v domácím prostředí, přes produktivitu práce až po vztahy. Dospělost je považována za období, v kterém již mají mít lidé vyrovnané emoce a stálejší vztahy než v adolescentním věku. V některých výzkumech byl zjištěn fakt (Hirsch, 2018), že dospělí, kterým byla v dětství diagnostikována porucha pozornosti, mají některé typické obtíže i v dospělém věku. Například se u nich objevuje častější rozvodovost, jsou častěji účastníky dopravních nehod. Nás zajímá, jaký dopad má porucha pozornosti na jejich rodičovské schopnosti, jak je ovlivňuje a zda mají rodiče nějaká specifika spojená právě s poruchou pozornosti. Cílem této práce je porozuměním a analýzou komunikačních dynamik mezi učiteli a rodiči, kteří trpí ADHD či jinou neurovývojovou poruchou pozornosti pochopit tyto odlišnosti a navrhnout možná řešení, která by mohl nabídnout sociální pedagog. Současná generace rodičů by nám měla poskytnout dostatečný vzorek lidí, kteří mají poruchu pozornosti a zároveň jsou ochotni se podělit o své zkušenosti. Náš výzkum se opírá nejen o české, ale i anglofonní a další zahraniční zdroje (Finsko, Kanada).

TEORETICKÁ ČÁST

● 1 NEUROVÝVOJOVÉ PORUCHY POZORNOSTI, JEJICH VÝVOJ A DĚLENÍ

Do nedávna si laická i odborná veřejnost myslela, že ADHD a jeho podoby jsou jenom dětskou záležitostí, kterou v dospělosti není třeba řešit. V posledních přibližně dvaceti letech se čím dál více setkáváme s tím, že mladí i starší dospělí mají přetrvávající obtíže. Porucha pozornosti/hyperaktivita (ADHD) v dospělosti se objevuje jako vzrušující nová oblast zájmu. (Weiss M., et al., 2000) Mnohé z nich zavedou jejich problémy do ordinací klinických psychologů či psychiatrů.

Je těžké určit, nakolik je zatěžující diagnóza pro samotného dospělého, a kdy je k tomuto kroku přimějí například jejich rodiče nebo partneři. O tom píše například jiné závěrečné práce z různých univerzit v českém prostředí. Například bakalářská práce Anety Viktorové z Univerzity Palackého v Olomouci se zabývá tématem ADHD a jeho vlivem na sociální vztahy v dospělosti. Diplomová práce Jany Lozinčákové z Masarykovy univerzity v Brně se věnuje Spokojenosti v partnerských vztazích u žen se symptomatologií ADHD. I my se budeme věnovat tématu vztahů dospělých osob s ADHD, ale v jiném směru. Naším cílem je zjistit, jak komunikují dospělí s ADHD, zda má jejich diagnóza vliv na školní přípravu jejich dětí a na komunikaci s vyučujícím jejich dětí.

○ 1.1 Počátky ADHD

Již v antické filozofii se setkáváme se slovem akrasia (z řeckého „a” – bez, „kratos” – vůle či moc). Toto slovo označovalo situace, kdy jedinec (bez ohledu na věk) podlehl svým impulzům a jednal proti svému záměru. Aristoteles a někteří další autoři chápali akraši jako relativně stabilní vlastnost charakteru. (Bobonich a Destrée, 2007)

Další významné zmínky o ADHD pocházejí (Barkley, 2015) z r. 1775 století z díla německého lékaře Melchoira Adama Weikarda (1742-1803). Jednalo se pravděpodobně už o třetí vydání. První dvě (z let 1770 a 1773) musel vydat anonymně. Je potřeba si uvědomit obraz doby, ve které publikuje. Církev ani politická scéna nebyla ochotna přijmout fakt, že se nejedná o šílenství, případně o projevy čarodějnictví. M. A. Weikard byl velmi skeptický a kritický k církvi a jejím praktikám exorcismu aplikovaných nejen na lidech s ADHD (i když jej tak ve své době ještě nenazýval), ale i dalších duševně nemocných. Proto jeho učebnice vyvolala mnoho negativních reakcí na všech úrovních, od církve, přes politické vrstvy až po medicínské kruhy. Weikard ve své práci popisuje symptomy, které jsou takřka totožné k symptomům dnešní poruchy pozornosti. Autor pracuje s případovými studii. Ještě za jeho života přebírají Weikardovu teorii jeho žáci a kolegové, kteří ji dále rozvádějí, především však v roce 1798 Alexander Crichton (*1756 - †1856). V 19 století se podobnými potížemi u dětí

zabývali další lékaři. Je možné jmenovat například německého lékaře Heinricha Hoffmana, či britského lékaře George Stilla.

Další významný pokrok ve výzkumu ADHD zaznamenáváme v období pandemie Španělské chřipky. V USA, kde se lékaři věnují péči o děti, které tuto infekční chorobu přežily, působí dětská lékařka Shirleyová (1939), která zkoumá předčasně narozené děti. Také ona zmiňuje syndrom příznaků, které korespondují k ADHD, zároveň jako první nachází pozitivní důsledky ADHD, které popisuje jako „smysl pro estetiku“. Zde také vzniká poprvé myšlenka „lehkého poškození mozku“.

○ 1.2 Lehká mozková dysfunkce nebo neurovývojová porucha pozornosti?

Diagnóza ADHD byla předmětem zájmu odborníků, především v prostředí zahraniční odborné literatury. Český Stručný psychologický slovník však uvádí: „ADHD attention deficit hyperactivity disorder = porucha hyperaktivity.“ (Hartl, Hartlová, 2004) Dále pojem nerozvádí. Název se mnohokrát upravoval, proto rodiče v různém věku mohou mít pokaždé jinou primární diagnózu, ovšem dopad na jednotlivce je ve velké většině velmi podobný. Jako první se používalo označení lehká dětská encefalopatie (dále jen zkr. LDE). LDE byla syndrom příznaků, který popisoval neklidné, živé, nepozorné a impulzivní dítě. V této době se věřilo i v odborných kruzích, že jde o výhradně dětskou diagnózu, ze které děti tzv. „vyrostou“. Stejně tak se přistupovalo k i lehké mozkové dysfunkci (dále jen LDM). Obě diagnózy spojuje význam, který jim je přikládán pouze v dětském věku. V sedmdesátých letech 20. stol. se začaly především v medicíně používat pojmy hyperkinetický a hypokinetický syndrom.

Na přelomu 21. století existoval částečný rozkol terminologie v závislosti na oboru. V oblasti školství byl používán pojem specifické poruchy chování (např. MŠMT, 2001). V oblasti medicíny byla dlouhodobě upřednostňována mezinárodní klasifikace nemocí, dále jen MKN. S pojmem hyperkinetické poruchy (dle MKN) se tak dodnes setkáváme zejména v dětské psychiatrii. Psychologové na rozdíl od psychiatrů nebyli vázáni konkrétní klasifikací. Terminologie pro ně byla spíše záležitostí osobní preference či toho, s kým profesně spolupracovali. Někteří z nich tak upozorňovali odbornou veřejnost na aktuálnost pojmu ADHD.

Náhled na ADHD se mění podle toho, jak se mění naše poznatky o jeho příčinách. Mezinárodní klasifikace nemocí dle WHO, 10. revize (dále jen MKN-10) jednoznačně vedla ke sjednocení náhledu na problematiku ADHD tím, že stanovila závazná diagnostická kritéria. Diagnostický a statistický manuál duševních nemocí, 4. a 5. revize (dále jen DSM-IV a DSM-V) zásadním způsobem změnil

přístup k problematice ADHD díky sjednocení diagnostiky. Diagnostická kritéria byla plně akceptována v klinické i vědecké praxi a ovlivnila celkový přístup k diagnostice, léčbě i výzkumu této poruchy (Ptáček, 2017). Psychiatři v České republice, stejně jako ve Velké Británii (odkud pochází autorka výroku, pozn. autora) dávají přednost při určování psychických diagnóz přednost diagnostickým kritériím podle MKN – 10 (dnes už MKN-11, pozn. autora, Munden, Arcelus, 2006). MKN-11 je pro nás zásadním mezníkem, protože na ADHD poprvé není nahlíženo jako na onemocnění dětí. MKN-11 totiž na ADHD pohlíží jako na onemocnění, které je nyní možné diagnostikovat za přesně stanovených podmínek i v dospělosti. To výrazně usnadňuje práci především psychiatrům, kteří tak nyní mohou konečně mohou předepisovat medikaci i dospělým s ADHD. V USA již dříve bylo možné díky DSM-V předepisovat medikaci dospělým s ADHD díky tomu, že používají jiná diagnostická kritéria, která nejsou tak přísná jako v MKN-11.

○ 1.3 Druhy neurovývojových poruch a jejich specifika

V lednu roku 2022 vstoupila v platnost MKN-11, díky které došlo ke sjednocení terminologie. Manuál tak obsahuje ADHD se třemi klinickými obrazy po vzoru DSM-5. MKN-11 oproti DSM-5 neuvádí název s lomítkem, tj. plný název je Attention Deficit Hyperactivity Disorder. Kritéria diagnózy jsou však ekvivalentní těm uvedeným v DSM-5 (World Health Organization, 2022). Všechny však mají jeden společný znak, a tím je nepozornost. Podle symptomatologie se odlišují jednotlivé poruchy pozornosti. I zde se nám výrazně promítne působení MKN-11.

Tématu druhů neurovývojových poruch se dotkneme spíše okrajově. V případě zájmu o bližší seznámení s jednotlivými detaily doporučuji na konci této práce na literaturu vhodnou nejen pro odborníky, ale i pro laickou veřejnost, která se tématu věnuje podrobně.

Specifikátory základního klinického obrazu dle MKN-11 (Mezinárodní klasifikace nemocí, leden 2023)

- 6A05.0 Porucha pozornosti s hyperaktivitou, převážně nepozorná prezentace
- 6A05.1 Porucha pozornosti s hyperaktivitou, převážně hyperaktivně-impulzivní projev
- 6A05.2 Porucha pozornosti s hyperaktivitou, kombinovaná prezentace
- 6A05.Y Porucha s hyperaktivitou, jiná specifikovaná prezentace
- 6A05.Z Porucha pozornosti, prezentace nespecifikována

ADHD stejně jako třeba autismus není vidět na první pohled, přesto lidé s ADHD mohou být svým chováním a projevem nápadní. Projevy ADHD se liší nejen s věkem, ale také vlivem pohlaví, přesto mohou být projevy ADHD u každého jedince jedinečné. Z neurobiologického hlediska je možné vysvětlení vyšší míra citlivosti vůči thyroidovému hormonu, jenž má 70 % jedinců s ADHD a 64 % jedinců s SPU, čímž by se potvrdila spojitost mezi těmito poruchami již na úrovni genetických predispozic (Závěrková, 2018). U dospělých jedinců je dlouhodobě ADHD poddiagnostikováno, což může vést k problémům ve vzdělávání, práci a mezilidských vztazích.

○ 1.4 Symptomy ADHD

Symptomy ADHD se z dětství do dospělosti přenášejí v částečně pozměněné podobě. Je nutné definovat, co je symptom a co příznak. Za symptom označujeme subjektivní vnímání odlišnosti, to nás většinou přivede do ordinace lékaře. Příznak je diagnostické kritérium a vždy ho musí posoudit lékař. Je patrná především zvýšená emocionální labilita, dráždivost, impulzivita a poruchy pozornosti. Hyperaktivita, která bývá v dětství často dominantním symptomem, v dospělosti ustupuje a projevuje se řadou kvalitativně odlišných symptomů jako např. vnitřním neklidem, zvýšenou impulsivitou, obtížnou kontrolou nálad, netrpělivostí, nedodržováním pravidel (např. omezené rychlosti při jízdě autem), nervozitou, potřebou neustálých změn (Ptáček a Ptáčková, 2019). Dále Barkley (2010) uvádí, že ADHD má vliv nejen na deficit pozornosti, ale z velké míry se jedná také o poruchu exekutivních funkcí. Ty negativně ovlivňují řadu oblastí denního fungování jako time management, schopnost organizování, motivaci, koncentraci a schopnost sebedisciplíny. Žít s ADHD je velmi náročné až vyčerpávající. Jedinec zažívá každodenně desetkrát více stresu než jiní lidé. K dosažení cílů musí vynaložit minimálně dvojnásobné úsilí než ostatní (Závěrková, 2016). Během života projde člověk s ADHD několika důležitými mezníky, které výrazně mohou ovlivnit jeho život. Platí to však i naopak, ADHD může ovlivnit tyto mezníky.

Nejčastěji uváděné symptomy ADHD u dospělých

Porucha pozornosti je nejčastější příznak v dospělosti, kdy nahrazuje nápadnější hyperaktivitu u dětí. Tento symptom již není tak nápadný jako hyperaktivita, a právě to je jedním z důvodů proč je ADHD u dospělých poddiagnostikováno. Nepozornost není důsledkem volných procesů či nedostatečných kognitivních schopností. Pozornost bývá kolísavá v přímé souvislosti s únavou. Člověk s ADHD se soustředí na všechno, není schopen selektivního vnímání. Porucha pozornosti způsobuje jedinci potíže ve dvou úrovních. Jednou úrovní je, jak dospělý s ADHD působí na okolí. Zde jsou problémy s organizováním práce, chaotičností, zapomětivostí, neschopností systematického řešení úkolů. Neschopnost se soustředit na úkol vede k tomu, že dospělý s ADHD má

problém s dokončováním úkolů, dělá práci na poslední chvíli. Všechny tyto nedostatky okolí vidí a je schopné je rozeznat. Druhou úrovní je pak neschopnost uspořádat si své vnitřní prostředí, myšlenky, vypořádat se s denním sněním, mohou mít potíže s vyjádřením svých myšlenek a s rozhodováním. Lidé s poruchou pozornosti se mohou vyhybat úkolům, které vyžadují velké duševní úsilí. Velmi časté je zapomínání či ztrácení věcí denní potřeby (klíče, mobilní telefon, peněženka, atp.) Lidé s ADHD mají velké sklony k prokrastinaci. Zvláště u dívek a žen může dojít k vlivem většího zastoupení poruchy pozornosti před hyperaktivitou ke špatnému vyhodnocení situace a dívky a ženy mohou být následkem toho mylně diagnostikovány.

Hyperaktivita je přílišná motorická aktivita, která do jisté míry odolává behaviorální kontrole. Ptáček že u dospělých se hyperaktivita neprojevuje příliš navenek, ale spíše je popisována jako vnitřního neklid, který nelze ovládnout. Různé diagnostické manuály uvádí, že se hyperaktivita může projevit také jako ošívání, poklepávání, nadměrná činnosti rukou či prsty na rukách a nebo nohách, či nadměrným mluvením. Lze ji tedy definovat jako nadměrný neklid či nepřiměřenou činnost, kterou unavují dospělí s ADHD svoje okolí.

Impulzivní chování je spojená se schopností plánování a rozhodování. Vyvolává nepřiměřené reakce na podněty z okolí a přímo souvisí s vznikem rizika. Impulzivita také může odrážet touhu po okamžité odměně a neschopnost odložit aktivitu, která vyvolá pocit uspokojení. Impulzivita též znamená tendenci jednat na podněty z okolí bezprostředně a bez zvážení případných důsledků. Impulzivita úzce souvisí s jevy, které u dospělých s ADHD často vidáme, jako například impulzivní přejídání či neuvážené impulzivní nakupování. Mohou být netaktní v komunikaci, zvláště pokud jsou v afektu, mohou pod vlivem emocí první, co je napadne. Vlivem impulzivity mohou končit častěji jejich partnerské vztahy. Mohou tak mít sklony k sexuálně rizikovému chování. Lidé s vysokou mírou impulzivity bývají vnímáni jako nespolehliví a nepředvídatelní.

Poruchu opozičního vzdoru lze definovat jako neposlušnost, provokativní chování vůči autoritám. Může se také projevovat přenášením viny za své chování na druhého člověka. V případě, že jsou příznaky opozičního vzdoru silné a člověk porušuje společenské normy a pravidla dlouhodobě, jedná se o poruchu chování.

Hyperfokus znamená schopnost soustředit se velmi dlouho / i několik hodin) na to, co dospělého s ADHD zajímá. Hyperfokus by nemohl vzniknout, pokud by daný jedinec neměl: zájem, motivaci a vnitřní motivaci. Hyperfokus lze vyjádřit také jako *hyperflow*.

Hyperfocus je postaven na několika podmínkách, které jej charakterizují:

1. Jedinec musí být schopen se soustředit na úkol

2. Úkol musí jedinci poskytnout zážitek,
3. Úkol musí vyžadovat nějaké dovednosti
4. Úkol má jasný cíl a poskytuje ihned zpětnou vazbu
5. Jedinec si nemusí uvědomovat své myšlenky díky zaujetí úkolem
6. Jedinec má kontrolu nad svými činy
7. Jedinec nevnímá při plnění úkolu plynutí času

Emocionální labilita, uvádí se také jako emocionální dysregulace je ve své podstatě nízkou frustrační tolerancí charakterizovanou zhoršeným vnímáním stresu, výbuchy vzteku. Může vyvolávat zesílení symptomů premenstruačního syndromu u žen. Emoční labilita byla zkoumána (Hirsh et al., 2018) a byl prokázána významná souvislost mezi impulzivitou a sebedpřijetím. Dospělí s ADHD mají častěji sklony k pravidelnému užívání návykových látek, především alkoholu a rekreačních drog, a také k emočně podmíněnému přejídání. To je způsobeno částečně biologickými příčinami, a také právě emocionální labilitou, kdy návyková látka či jídlo mohou přinést dočasný pocit uspokojení a tím navodit zklidnění emocí. Někteří odborníci uvádějí, že dospělí s ADHD vykazují vyšší výskyt suicidálních myšlenek.

Na **mentální neklid** se zaměřovali už na konci 18. stol. A. Crichton (o kterém jsme již psali v kapitole Počátky ADHD) popisoval děti s těkavými myšlenkami a vnitřním neklidem.

Barkley (2012) definuje **exekutivní funkce** jako soubor mimointelektových duševních schopností používaných k seberegulaci v průběhu času k dosažení cílů. Exekutivní funkce sídlí převážně v prefrontální části šedé kůry mozkové. Úzce souvisí se schopnostmi regulace, především pak s regulací chování, emocí, schopnost plánování, schopnost koncentrace, a především pracovní paměť. Běžně člověk s ADHD nebude selhávat v oblasti krátkodobé paměti, ale tzv. pracovní paměť mu bude činit velké problémy. Jednou z nejvíce zasažených oblastí je tzv. učení se ze zkušenosti. Učitelé i rodiče uvádějí, že dítě stejnou situaci projde mnohokrát, a přesto není schopno si z ní nic odnést a udělá vždy stejnou chybu. Schopnost učit se vlastními zkušenostmi je obtížná i pro dospělé s ADHD.

Vlivem toho, že jsou dospělí s ADHD vnímáni jako nespolehliví, emočně labilní a nevyzrálí, mohou trpět nedostatkem přátel, mohou se jim rozpadat vztahy a někteří z nich nemusí být schopni založit rodinu. Tito lidé snadno propadají do **úzkosti**, samoty a časem u nich může nastat klinické projevy deprese. V takovou chvíli je nutné se poradit s lékařem, který upraví medikaci a k lékům na léčbu ADHD předepíše medikaci na klinickou depresi.

Dospělí s ADHD budou častěji laicky řečeno „sovami“. Jak píše Závěrková (2018), jedinci s ADHD usínají později v noci a doba potřebná k usnutí je zhruba jednu hodinu. Takový jedinec se pak budí unavený, i přesto, že spal dostatečný počet hodin. Lidem s ADHD se obvykle špatně vstává, což potvrzuje i tento výzkum. Rodiče s ADHD byli dotázáni, co jim dělá největší potíže v denní rutíně spojené se školní docházkou. 61,5 % rodičů uvedlo, že je pro ně nejtěžší ráno vstát.

Westby pak uvádí **soubor symptomů, které nelze přisuzovat zhoršené pozornosti**, ale jsou podle něj jednoznačně součástí diagnózy:

- zhoršená hrubá a jemná motorika
- problémy s pracovní pamětí, s plánováním, řešením a dokončováním úkolů
- potíže s rozvržením sil pro práci na zadaném úkolu
- potíže se sebemonitorovanými organizačními strategiemi – problém s efektivní organizací svých myšlenek, činností a úkolů
- problémy s dodržováním pokynů
- potíže s time managementem
- motivační dysfunkce v reakci na odměny nebo tresty
- snížená tolerance k prodlevám a snížené zpoždění uspokojení
- opožděná internalizace řeči

Také Barkley (2010) shrnuje, že má ADHD má vliv nejen na deficit pozornosti, ale z velké míry se jedná také o poruchu exekutivních funkcí. Tyto dále negativně ovlivňují řadu oblastí denního fungování jako time management, schopnost organizování, motivaci, koncentraci a schopnost sebedisciplíny

Lidé s ADHD pak mohou trpět dalšími psychiatrickými diagnózami jako specifické vývojové poruchy učení, úzkostné poruchy, poruchy nálad a tikové poruchy, fobické a afektivní poruchy (především deprese a emoční poruchy) a vyšší tendence k experimentům s návykovými látkami. Zajímavostí je časté spojení ADHD s fobickým stavem misofonie. Na sociálních sítích byl zaznamenán zvýšený výskyt těchto komorbidit. Mělo by být předmětem dalšího zkoumání.

Ptáček uvádí, že dříve byly symptomy v důsledku špatně nastavených diagnostických kritérií špatně vyhodnocovány a mylně považovány za projevy jiné psychopatologie, např. poruch osobnosti či afektivních poruch.

1.4 Proč je dobré o svém ADHD vědět

Dříve bylo ADHD vnímáno jako nálepka, jako něco negativního, něco, za co by se člověk měl stydět. Dnes již víme, že stejně jako ostatní (především psychiatrické) diagnózy, i ADHD je součástí nás samotných, nelze jej vyléčit, vyoperovat, ani jinak odstranit. Jsou součástí některých z nás, a oni se s nimi musí naučit pracovat, a především žít.

Celkově tedy vědomí o přítomnosti diagnózy ADHD může jedinci pomoci lépe porozumět sobě samému, lépe zvládat symptomy, zlepšit mezilidské vztahy a efektivněji využívat dostupné zdroje a podporu. Nadeau & Spencer (1995) se shodují na tvrzení, že ADHD u dospělých lze úspěšně diagnostikovat a léčit.

6 důvodů, pro které je dobré vědět o ADHD:

Snadnější porozumění sobě samému - umožňuje jedinci lépe porozumět svým jedinečným vlastnostem, chování a reakcím. Tím se může zvýšit sebeuvědomění, sebeporozumění a následně sebezpřijetí.

Jednodušší porozumění svým vlastním potřebám - vědomí o svém ADHD pomáhá identifikovat specifické potřeby a výzvy spojené s touto poruchou, což umožňuje lépe zacílit vyhledávat podporu a strategie pro zvládnání těchto potřeb.

Lepší efektivita řízení symptomů - pomáhá lépe porozumět svým individuálním projevům a lépe řídit své chování, emoce a pozornost pomocí vhodných strategií a technik.

Usnadnění vzdělávání a práce - může vést k identifikaci vhodných strategií a podpůrných opatření pro úspěšnější zvládnání školního a pracovního prostředí, včetně organizace práce, časového managementu a komunikačních dovedností. Také může pomoci při volbě vhodného povolání.

Usnadnění mezilidských vztahů – uvědomění si svých limitů daných ADHD umožňuje lepší porozumění a komunikaci s ostatními lidmi, včetně rodinných příslušníků, přátel, kolegů a učitelů. To může vést ke zlepšení mezilidských vztahů a sociální interakce.

Lepší využití podpory a zdrojů – může pomoci jedinci vyhledat vhodné lékařské, terapeutické a pedagogické zdroje a podporu pro zvládnání této poruchy a dosahování svých cílů.

○ 1.5 Nejčastější mýty o ADHD

S ADHD jsou celé dekády spojeny mýty. Nejčastějším z nich je, že ADHD neexistuje a je smyšlené pouze lidmi, kteří potřebují omluvu pro své nežádoucí chování. Ptáček uvádí, že od roku 1775, kdy poprvé čteme o specifických vývojových oslabeních, bylo provedeno přes sto tisíc studií o různých souvislostech ADHD. Mnohdy i sami rodiče dětí s ADHD mají obavu, zda se jejich děti nestaly pouze obětmi jakéhosi podvodu, zvláště, pokud je jejich dětem podávána medikace. (Ptáček, 2019). Nedávná studie R. Rosea (2010) ve Spojeném království zjistila, že 50 % praktických lékařů a 20 % odborných lékařů nevěří, že ADHD je „skutečný neurologický stav“. (Gwernan-Jones, 2015) Medikace samotná je pak také dalším mýtem. Dalším mýtem, který je spojen s ADHD je, že lidé, kteří trpí ADHD mají nižší intelektové schopnosti. Toto tvrzení taktéž vychází od Ptáčka (Ptáček, 2019), který uvádí, že mýtus platil především v dobách, kdy na diagnózu bylo pohlíženo jako na „lehké poškození mozku“. Ze studií známe nový pojem „dvakrát výjimeční lidé“.

- 1. ADHD neexistuje** - tento mýtus panoval především v době od osmdesátých let 20. století. přibližně do přelomu století. Shodně jej popisují Ptáček (2023) a zmiňuje jej i Kendíková (2019).
- 2. Když se dítě s ADHD unaví, bude klidnější** - mýtus se opírá o tvrzení, že pokud dítě bude intenzivně sportovat, hyperaktivitu „vyběhá“. Opak je však pravdou. Příliš velké přetížení může zhoršit symptomy ADHD.
- 3. Když člověk o svém ADHD ví, bude se na něj vymlouvat** - panuje představa, že člověk s diagnózou bude vyžadovat mnoho nepřiměřených úlev. Kendíková (2019) zmiňuje, že pokud se takto děje, je potřeba pomýšlet na to, že se může jednat o signál, kterým si jedinec s ADHD říká o pomoc, pokud si s některými běžnými situacemi neví rady.
- 4. Není správné měnit chování nemocného pomocí medikace** - medikace v některých případech může být vhodným řešením, zejména pokud se ADHD váží na další diagnózy. Medikaci lze využívat krátkodobě k překlenutí zvýšené intenzity vlivem nastalých situací, případně dlouhodobě, pokud jedinci léčivý přípravek vyhovuje a nezpůsobuje mu vedlejší účinky.
- 5. ADHD s věkem odezní** - i když se příznaky ADHD dodnes spojují především s dětským

věkem, nikam nezmizí ani během dospělosti. Přetrvávají často v mírnější, pozměněné formě. V průzkumech bylo prokázáno, že a kolem 80% adolescentů, jimž byla ADHD diagnostikována v dětství, má obtíže i v dospělosti. Totéž platí pro 60% dospělých (Kendíková, 2019).

6. Člověk s ADHD nemůže být nadaný

- dítě i dospělý s ADHD může vykazovat v pásmu nadprůměru či nadání. ADHD jako takové nezasahuje intelektovou stránku osobnosti. V případě, kdy není zřejmé, zda jde pouze o jednu z možností, je nutné správně identifikovat, které z vlastností, které u dítěte s ADHD sledujeme, jsou spojeny s přítomností ADHD, a které jsou způsobeny přítomností nadání. Tito lidé se nazývají „**dvakrát výjimeční**“. Jedná se o lidi obdařené nadáním či talentem, kteří ale zároveň trpí některou handicapem různého druhu a intenzity (včetně ADHD). V roce 2005 proběhla studie malého rozsahu, kterou provedly Věra Hajná a Šárka Portešová na malém vzorku dětí v Brně. Studie zkoumala nadané děti, přičemž 6 z nich byly dvakrát výjimečné děti. (Hajná, Portešová, 2025)

o 1.6 Dědičnost ADHD

ADHD je psychiatry považováno za vysoce familiární. Více než polovina rodičů s ADHD bude mít dítě s ADHD a přibližně čtvrtina dětí s ADHD bude mít partnera s ADHD (Faraone, 1997). V mnoha z těchto rodin má ADHD více než jeden sourozenec (Faraone et al. in Weiss, 1996). „Nezřídka se stává, že rodič, který vyplňuje hodnotící škálu ADHD u dítěte, klinickému lékaři sdělí, že měl nebo dokonce má podobné potíže. Rodič se také může vyjádřit k příznakům ADHD manžela/manželky. Pokud má kliník nebo rodič podezření na ADHD, je rozumné poskytnout hodnotící škálu ADHD“ (Barkley a Connors et al., 1998) „a formulář pro rozhovor nebo anamnézu ADHD u dospělých.“ (Barkley, 1998, Weiss, 2000). Harpin (2005) uvádí, že genetické aspekty ADHD způsobují, že dospělí s ADHD pravděpodobněji budou mít děti s ADHD. To může přinášet problémy, zejména proto, že úspěšnost dětí s ADHD je velmi ovlivněna přítomností rodičovského ADHD. ADHD u rodičů a dětí tedy může vést k začarovanému kruhu obtíží. (Harpin, 2005) Toto tvrzení potvrzuje i výzkum realizovaný v rámci této práce. Bylo zjištěno, že u 84,7 % rodičů alespoň některé z jejich dětí má také diagnózu ADHD. Za znepokojující lze považovat fakt, že až 38,5% rodičů uvedlo, že všechny jeho děti trpí ADHD stejně jako rodič.

2 ZÁKLADNÍ ŠKOLA JAK MEZNÍK V ŽIVOTĚ RODIČE S ADHD

Každý jedinec s ADHD může mít různou kombinaci příznaků a intenzitu projevů, může také kolísat v závislosti na situaci, vztazích, stupni zátěže, zdravotním stavu a životním prostředí ve kterém žije. Důležité jsou také různé sociální role, které jedinec s ADHD musí zastávat. Jednou z nich je role rodičovská. Ta je často spojená s vysokým stupněm fyzické i psychické zátěže a je pojena také s mírou únavy. Murphy a Barkley uvádí, že dospělí s ADHD mívají častěji rozpad manželství, vykazují horší pracovní výsledky, jsou pravidelnými účastníky dopravních nehod a mívají více interpersonálních problémů než dospělí, kteří ADHD nemají. (Murphy, Barkley, 1996) Můžeme se domnívat, že některé tyto obtíže budou mít přímý vliv na fungování rodiny a výchovu dětí. „Příznaky ADHD mohou být spojeny jak s rodičovskými deficity, tak se silnými stránkami rodičovství. Děti se mohou těšit z nadšení, bezmezné energie a hravosti rodičů s ADHD. (Weiss, 2000). V dospělosti jsou prokazatelně největšími mezníky plnoletost, ukončení vzdělání případně nástup na vysokou školu (studuje-li), nástup do zaměstnání, uzavření manželství či soužití v trvalém dlouhodobém vztahu v jedné domácnosti a narození dětí. Ve všech těchto meznících se ADHD projeví a bude ovlivňovat jejich průběh. ADHD není vázána na roční období, určitý věk, životní etapu, jako tomu bývá u jiných duševních poruch či onemocnění, a neprobíhá v určitých intervalech či pravidelných periodách (Závěrková, 2016).

● 2 VZTAH UČITEL A RODIČ

○ 2.1 Povinná školní docházka v životě rodiče s ADHD

Důležitou změnou v životě celé rodiny je nástup dítěte na základní školu. Toto období představuje důležitý mezník v životě dítěte i jeho rodičů a může vyvolávat různé emocionální reakce a stresové situace. Rodiče mohou pociťovat smíšené emoce od radosti a hrdosti až po nervozitu, úzkost a strach. Rodiče mohou mít obavy z úspěchu svého dítěte ve škole a zda zvládne adaptaci na prostředí základní školy. Tyto obavy mohou být umocněny u rodičů, kteří sami zažili problémy spojené s jejich diagnózou v rámci školní docházky. Tito rodiče se stávají potencionálně rizikovými, protože mohou nevědomě přenášet svoji negativní zkušenost na svoje dítě (děti). Nástup dítěte do první třídy může vyžadovat od rodičů rozhodnutí ve školních záležitostech, jako je výběr školy, komunikace s učiteli a plánování školních a mimoškolních aktivit. Tato rozhodnutí mohou být doprovázena pocitem tlaku a odpovědnosti. Pro rodiče s ADHD může být situace, kdy se má rozhodnout velmi stresující. Dále může rodič s ADHD pociťovat diskomfort v oblasti komunikace.

○ 2.2 Vztah mezi učitelem a rodičem s ADHD

Průcha definuje vztah mezi školou a rodinou následovně: „Vztah mezi rodiči a školou významně ovlivňuje úspěšnost výchovně-vzdělávacího procesu, učení žáků a jejich osobnostní rozvoj. Předpokladem tohoto partnerství je vzájemná otevřenost, informovanost a ochota komunikovat.“ (Průcha, 2001).

Naslouchání je dalším klíčem k efektivní komunikaci. **Pokud bude učitel nejen poslouchat, ale také naslouchat**, získá více informací o dětech a jejich rodinách. Zároveň ukážete rodičům, že si vážíte jejich zkušeností, nápadů a názorů a že jejich obavy bere vážně.

Informování učitele o svém ADHD je individuální rozhodnutí, které by mělo být založené na osobních potřebách, preferencích a okolnostech každého jednotlivce. Důležité je udržovat otevřenou a konstruktivní komunikaci mezi rodičem a učitelem ve prospěch dítěte. Osobně za nejdůležitější ve vztahu mezi učitelem a rodičem žáka považují respekt a vzájemnou důvěru. V tu chvíli se může učitel podařit získat potřebné informace, které mohou vést k tomu, že se rodič učitel se svým ADHD svěří. Tato skutečnost otevírá novou dimenzi spolupráce.

Stejně jako ve všech pomáhajících profesích, i v pedagogice se jeví jako důležitá otázka, jaká komunikace s osobou s duševním onemocněním je vlastně účinná. Martina Venglářová uvádí, že místem, kde se odehrává všechna práce je vztah mezi lidmi. (Venglářová a Mahrová, 2008)

Komunikace je pak nástrojem vztahu. Je to stejné, jako kdybyste někomu, kdo nevidí na písmenka, říkala „tak se víc snaž“. Jenže ten člověk potřebuje brýle, bez nich to nezvládne. S ADHD je to stejné. Člověk nemůže nic dělat, pokud on sám a jeho okolí neví o tom, co chování způsobuje.

Finský autor Latvala (2012) v článku Posílení spolupráce mezi domovem a školou uvádí, že spolupráce mezi domovem a školou je složitý a mnohorozměrný jev. Za spolupráci mezi domovem a školou lze považovat i komunikaci mezi učitelem a rodičem a vytváření komunikačních sítí mezi rodiči ve třídě. Každá z těchto stran přispívá k úspěchu spolupráce. Základním předpokladem pro realizaci spolupráce je efektivní komunikace a otevřená výměna informací mezi stranami. (Latvala, 2012) Taktéž jiný finský zdroj uvádí, že učitelů, kteří se této studii zúčastnili, je spolupráce s rodinou přirozenou součástí pracovní náplně učitele. Funkčnost spolupráce je jednoznačným ovlivňujícím faktorem pracovní pohody. Pokud je spolupráce funkční, podporuje pohodu učitele v práci. Pokud jsou naopak problémy ve spolupráci, je to pro učitele vyčerpávající. V případě, že nedojde k narovnání vztahu mezi učitelem a rodičem, nemůže nastat partnerství. Takový vztah pak bude vyčerpávat všechny zúčastněné strany. Za samozřejmost považujeme také dopad na žáka, který je součástí tohoto tripartitního vztahu učitel-rodič-žák. Nejlépe vystihuje vztah člověka s ADHD a druhé osoby (učitele nevyjímaje) věta, že symptomy ADHD samy o sobě nejsou pro vztah destruktivní. Reakce partnera na symptomy a reakce na ně ano.

● 3SPECIFIKA KOMUNIKACE RODIČŮ S ADHD

Vzhledem k ústřednímu tématu celé práce, kterým je komunikace, nás zajímá, jakým způsobem komunikují osoby s ADHD a jaká jsou specifika v jejich komunikaci.

„Ačkoli ADHD nemusí být doprovázeno významnými obecnými jazykovými zpožděními, důkazy ukazují silnou souvislost mezi ADHD a poruchami komunikace, zejména expresivními, pragmatickými a diskurzivními deficity.“ (Westby, 2021)

○ 3.1 Oblasti komunikace, ve kterých může dospělý selhávat

Je pravděpodobné, že i když lidé s ADHD umí zpravidla používat správně, tzn. mají dostatečnou slovní zásobu, správnou morfologii a syntax, budou vykazovat problémy s **pragmatickými schopnostmi**. To zahrnuje schopnost správně vybrat a používat slova, intonaci, gesta a mimiku. Expresivní schopnosti komunikace jsou klíčové pro sebevyjádření a sebereprezentaci, pro budování vztahů s ostatními lidmi. Jsou nezbytné pro porozumění v různých sociálních situacích. Lidé s ADHD mívají potíže s porozuměním podtextu, to pak úzce souvisí se vztahovačností, která může časem na základě tohoto deficitu vzniknout. Stejně tak mohou špatně interpretovat neverbální komunikaci.

Dospělí s ADHD mohou mít problémy v oblasti **expresivních schopností** a dodržováním implicitních pravidel komunikace. Nevědomky porušují pravidla sociální komunikace, především (vyplývá také z našeho výzkumu) jsou často velmi hluční a expresivní ve verbálním i neverbálním projevu. Dále mají potíže s narušováním osobního prostoru, mohou působit nezdvořile až „hubatě“. Mohou mít potíže s porozuměním podtextu, což zřejmě souvisí se vztahovačností, která může časem na základě tohoto deficitu vzniknout.

Jedinci s ADHD mívají potíže v oblasti **diskurzivních schopností**. Mají obtíže v relevanci, tzn. v souvislosti své výpovědi s tématem, které se probírá. Chybí jim schopnost rychle a operativně organizovat myšlenky, při vyprávění příběhu pak udržet sled událostí a udržet linii příběhu. Vyprávění člověka s ADHD může být hůře srozumitelné, může mít potíže vyzdvihnout důležité informace, přeskakovat v čase. Obvykle mívají problém v přizpůsobení se komunikaci druhého člověka, například úroveň detailů, nebo způsob prezentace v závislosti na situaci, v které konverzace probíhá.

I u dospělých osob s ADHD bývá někdy pozorováno **používání internalizovaného jazyka**. Internalizovaný jazyk je jakýmsi vnitřním dialogem, který vedeme sami se sebou. Používáme ho k regulaci našich emocí, motivace a vzrušení. Když nemáme dobrou emoční kontrolu, dokážeme pomocí tohoto vnitřního hovoru mírnit naše počáteční emoce. Pokud dospělý s ADHD potíže s emoční kontrolou nemá, používá pravděpodobně tento vnitřní jazyk k regulaci emocí a motivace.

Kanadský manuál pro blízké osoby s ADHD vysvětluje příčiny možných nevhodných způsobů komunikace následovně. Mozek osob s ADHD potřebuje neustálou stimulaci. V případě, že se mu této stimulace nedostane, může za účelem zvednutí hladiny adrenalinu vyvolat hádku či emočně vypjatou situaci. Adrenalin člověku s ADHD pomáhá navodit pocit koncentrace a klidu. Tento vzorec je dlouhodobě nefunkční a může mít proto časem tendence zesilovat. Konfliktní chování vyvolané nedostatkem adrenalinu se může stát kdekoliv a s kýmkoliv. Proto je nutností, aby i učitel, byl připravený a měl dostatek znalostí, aby dokázal takovou situaci zvládnout. (CADDAC, AOC, ©2021).

Závěrem lze říci že dospělí s ADHD mají v oblasti komunikace nejčastěji problém se správným výběrem slov při konverzaci. Ačkoliv mohou mít bohatou slovní zásobu, mohou mít potíže s vyjadřováním, udržením tématu. Při vyprávění příběhu mohou přeskakovat v čase, jejich výklad může být méně srozumitelný až zmatený. Tempo řeči bude pravděpodobně rychlejší a mohou působit upovídaně. Tempo řeči má ale spojitost také s temperamentem a s úrovní schopnosti sebekontroly. Agresivní chování je součástí poruch chování, která není zcela běžnou součástí života rodičů s ADHD.

ADHD je často spojováno se specifickými vývojovými poruchami učení. Dá se proto očekávat, že v písemné formě komunikace mohou rodiče vykazovat známky přítomnosti specifických vývojových poruch učení, nejčastěji pak dysortografie a dysgrafie. Jejich vzkazy mohou být méně srozumitelné a hůře čitelné. To může být jednou z mnoha příčin, proč rodiče upřednostňují pro komunikaci využívání aplikací a sociálních sítí před papírovým deníčkem.

● 4PEDAGOGICKÁ KOMUNIKACE

„Pedagogická komunikace je výměna informací mezi účastníky výchovně-vzdělávacích cílů. Pedagogická komunikace se řídí osobitými pravidly, které určují pravomoce jejich účastníků.“ (Nelešovská, 2005 str. 27)

Výchova a vzdělávání byly spjaty s předáváním poznatků o pracovních dovednostech, ale také s všeobecným věděním, jako jsou poznatky o přírodě, nauka o člověku, mravní tradice a hodnoty. Krásným příkladem toho je předávání si znalosti řemesel. Jedinci se specializovali na své řemeslo, kterému pak učili i další generace. Nedílnou součástí ústně tradovaného věděním bylo napříč kulturami i náboženství. Předávání těchto znalostí se věnovali stařešinové, kněží, šamani či náčelníci kmenů, dnes bychom je souhrnně mohli označit za prvotní edukátory. (Průcha, 2002).

V dnešní době již není pedagogická činnost jen o edukativním procesu. Učitel pracuje nejen s žákem, ale přichází do přímého kontaktu s rodičem. Tak, jako každý učitel je individualita, stejně tak i rodič je každý jiný. Úroveň komunikace ovlivňuje tedy především porozumění. U rodičů s ADHD může být schopnost porozumění oslabena. Aby byla komunikace konsenzuální, je nutné, aby měli rodič a učitel správně nastavený komunikační kanál, aby se dokázali vzájemně vnímat, respektovali se a důvěřovali si.

○ 4.1 Vývoj učitelské profese

První vzdělávání a výchova probíhaly v prostředí širší rodiny či kmene. Dospělí předávali dětem zkušenosti, návody, jak přežít, kulturní vzorce a normy a pravidla chování, které jejich společnost přijala za vlastní. Později došlo k předávání základů řemesel. Díky autoritám v rodině či kmene docházelo k předávání zvyků a později ke vzniku náboženských norem, které zastřešovali k tomu zvolení lidé jako šamani nebo náčelníci kmene, později pak králové, knížata a náboženští představitelé. V antickém Řecku a ve Spartě jsme poprvé zaznamenali osoby, které byly zvoleny k výuce mladých a později dětí. Ve spisech Marca Fabia Quintiliana *Základy řečnictví* můžeme nalézt poznatky o vývoji učitelské profese v antickém Římě. Je zde doloženo, že učitelé se specializovali na jednotlivé obory – gramatiku, geometrii, hudbu, rétoriku, a dokonce rozdělovali žáky podle jejich schopností. (Průcha, 2002).

Ve středověku převzala právo vyučovat a vzdělávat katolická církev. Výuku nejčastěji zajišťovali kněží, či pověřeni mniši v kláštorech. První instituce mimo církve, byly univerzity. Průcha uvádí, že až od doby vzniku univerzit začínají působit také měšťanské školy, kde učí jejich absolventi. Velkou změnou pohledu prošlo učitelské povolání v období humanismu. Autoři jako J. H. Pestalozzi, J. J. Rousseau, a především J. A. Komenský zdůraznili význam vzdělání pro děti, navrhli dílčí systémové změny, které je nutné provést, aby vzdělávání bylo efektivní.

Za nejvýznamnější krok v rozvoji pedagogického poslání můžeme považovat reformy císařovny Marie Terezie. Současně se zavedením školní docházky totiž poprvé dochází i k jednotnému vzdělávání učitelů. Tito učitelé zastávali post intelektuální vrchnosti, společně s knězem a také s politickými představiteli obce. Ze začátku mohl být učitelem pouze muž, který prošel 6-měsíčním kurzem. Tyto kurzy můžeme považovat za první propracovaný systém vzdělávání učitelů. Plat učitele nebyl příliš vysoký, a někteří učitelé se propadali do bídy. Proto na sebe brali i další povinnosti v obci, například jako zapisovatel u obecních záležitostech, či jako varhaník v kostele - například J. J. Ryba.

Po vzniku samostatného Československa byl veden dlouhý boj o prosazení uceleného systému vzdělávání učitelů měšťanských a obecních škol na univerzitách. Za zvláštní lze považovat fakt, že samotné univerzity byly proti a významné osobnosti různých univerzit hledaly argumenty, proč není vznik pedagogické fakulty nutný. Nakonec se univerzitám podařilo pedagogické vzdělání odklonit mimo akademickou půdu a to tak bylo nutné šířit alternativní cestou. První Škola vysokých studií pedagogických vznikla v Praze, druhá pak v Brně. V dalších letech se pak šířilo do dalších velkých měst v celém Československu. Jako poslední před válkou byla otevřena pobočka ve Zlíně, na popud Tomáše Bati, který si vyžádal vznik této instituce u samotného T. G. Masaryka. K přerušení vedl počátek 2. světové války.

V poválečném období již známe pedagogické fakulty jako součást univerzit. Ty poskytovaly pedagogické vzdělání pro všechny stupně škol kromě předškolního. Během následujících období došlo ještě několikrát k proměnám přípravy budoucích pedagogů. Od r. 1964 již pedagogické fakulty zůstaly součástí univerzit. Po r. 1989 dochází k novému rozvoji pedagogiky. V ČR zahájily činnost projekty v oblasti alternativních a inovativních směrů ve vzdělávání.

Ze současného zákona o pedagogických pracovnících (zákon č. 563/2004 Sb.) vyplývá, že pedagogickým pracovníkem se nerozumí pouze učitel, ale také další personál, který se účastní vzdělávacího a výchovného procesu. Ze zákona vyplývá, že dalšími pracovníky jsou učitel, pedagog v zařízení pro další vzdělávání pedagogických pracovníků, vychovatel, speciální pedagog, školský

logoped, psycholog, pedagog volného času, asistent pedagoga, trenér, metodik prevence v pedagogicko-psychologické poradně, vedoucí pedagogický pracovník.

○ 4.2 Současné trendy v komunikaci školy a rodiče žáka

V současnosti existuje více modelů, jak může škola s rodiči komunikovat a spolupracovat. Jedním z nich je klasický, byť však již zastaralý, model postavený na setkání učitele na běžných třídních schůzkách, které se konají obvykle skupinově s rodiči všech žáků třídy současně s možností individuální konzultace po skončení oficiální části. Tyto třídní schůzky se konají bez přítomnosti žáka.

Modernějším pohledem je možnost tripartitní třídní schůzky (viz. dále) a **projekt „Rodiče vítání“**. Rodiče vítání byl primárně online magazín pro odbornou i laickou veřejnost. Nyní také uděluje školám, které jsou otevřené rodičům a jsou nakloněny spolupráci s nimi certifikát. Ten lze získat pouze na základě plnění 7 závazných a dvou volitelných podmínek. Za základní podmínky se považuje, že škola s rodiči komunikuje partnerským způsobem, že se škola zaručí, že na třídních schůzkách nebude probírán prospěch, a chování jednotlivých žáků. Další z podmínek je umožnění konzultací školního psychologa rodině. Součástí projektu jsou tzv. **tripartitní třídní schůzky** které jsou další z podmínek. Kritériem je i schopnost nabídnout rodičům doporučit službu externích odborníků jako jsou psychologové, logopedi, mediátoři, apod. V případě zájmu všechny podmínky pro získání certifikátu naleznete v přílohách této práce. S politováním musíme říct, že v okresech, kde probíhal výzkum k této bakalářské práci v době jejího vzniku je celkem pouze 9 škol s tímto certifikátem a žádná z nich se výzkumu nezúčastnila.

Zřejmě nejmodernějším přístupem ke komunikaci školy s rodinou jsou právě tripartitní třídní schůzky. Třídní schůzky se zúčastní nejen učitel a rodič, ale také samotný žák. Taková třídní schůzka je velkým přínosem a jeví se jako nejlepší řešení právě pro rodiče, kteří trpí poruchami pozornosti. Délku schůzky je možné přizpůsobit nejen potřebám dítěte, ale také schopnosti rodiče udržet pozornost. Bez ohledu na to, zda škola usiluje o certifikaci Rodiče vítání se čím dál více škol k modelu tripartitních třídních schůzek uchyluje.

Projekt **Začít spolu** - mezinárodní vzdělávací program pro ZŠ a MŠ, který je v ČR realizován se souhlasem Ministerstva školství, mládeže a tělovýchovy a je plně v souladu s Rámcovým vzdělávacím programem České republiky. V dokumentu **Kompetentní učitel 21. století** (2011) je

jasně definována kompetence učitele v oblasti komunikace se žáky, plánování výuky, hodnocení výuky, v utváření podnětného prostředí pro výchovný a vzdělávací proces. Současně také hovoří o kompetenci v komunikaci a spolupráci s rodinou. Začít spolu považuje za klíčový předpoklad právě intenzivní komunikaci a spolupráci s rodičem postavenou na důvěře a partnerském vztahu učitele a rodiče žáka. Začít spolu si klade za cíl nejen rozšíření komunikačních dovedností u učitelů v praxi, ale také se zaměřuje na soustavnou přípravu budoucích učitelů, kteří v současnosti studují na pedagogických fakultách českých i evropských univerzit.

○ 4.3 Osobnost učitele, aneb co by učitel měl vědět o komunikaci

Sociální komunikace probíhá formou mluveného slova, dále pomocí neverbální komunikace, která se dělí na různé typy podle jejího využívání, poslechu a porozumění. Jeví se, že právě poslední jmenované je v současné době velkým problémem. To platí i v pedagogické komunikaci. Náš výzkum se zabývá specifiky komunikace mezi učitelem a rodičem se speciálními potřebami. V takovém případě může mít komunikace mnoho bariér, které se mohou na první pohled zdát nepřekonatelné. Pokud oba účastníci komunikace budou mít stejné informace, stejnou míru respektu a důvěry k druhému účastníkovi komunikace, je možné navázat nejen správný směr v komunikaci, ale také rovnocenné partnerství. Informace, které si mezi sebou dva lidé vyměňují mohou být osobního nebo informativního charakteru. V osobní komunikaci dochází k výměně pocitů, postojů nálad nebo přání. Během informativního rozhovoru dochází především ke sdělování faktů, které se nedotýkají osobních pocitů a vnitřních procesů člověka.

Hned několik autorů shodně uvádí, že osobnost učitele by měla být vyzrálá, kulturně bohatá a současně dobře se orientující ve svém oboru. Učitel by neměl být kompetentní pouze k odbornosti v oblasti pedagogiky a didaktiky, ale současně by měl mít psychologické, poradenské, manažerské a komunikační schopnosti.

Je zřejmé, že učitel, který přichází do kontaktu s různými typy osobnosti u rodičů by měl velmi dobře ovládat prvky asertivní komunikace, umět správně používat techniku aktivního naslouchání a další techniky v komunikaci. Komunikace mezi učitelem a rodiči má svá pravidla, přičemž vedení osobního pohovoru by měl převzít pedagog. Čapek vymezil základní pravidla, která by měl učitel dodržovat při komunikaci s rodičem. Stručně lze shrnout následovně: dbát na to, aby mu rodič rozuměl, volit kratší věty, vyhýbat se cizím slovům, neuhýbat, nemlžit, nelhat, nevymlouvat se a mluvit konkrétně a jednoznačně, vyhýbat se expresivním výrazům a přehnaným emocím,

nepřehánět, nevěnovat se extrémům, ponechat prostor pro rodiče, pro jejich odpovědi a otázky. (Bruščíková, 2017)

Před mnoha staletími český myslitel a pedagog Jan Amos Komenský vyslovil úvahu:

„Řeč necht' souhlasí s rozumem mluvícího, tak naslouchajícího. Mluvícího, aby nevyjadřoval něco jiného než cítí, naslouchajícího, aby se to hodilo k jeho chápavosti. Jinak budeš mluvit marně.

Řeč necht' se shoduje s okolnostmi, kdo, co, proč, kdy, kde mluví, neboť kdo má mnoho vykonat, musí mluvit málo, kde není dost času, nesmí být řeč rozvláčná.

Nemluv vše, co bys mohl nebo co víš, ale jen to, co prospívá. Prázdné nádoby duní. Je lépe neříci sto věcí, jež by měly být řečeny než říci jednu, jež měla být zamlčena.“ (Nelešovská, 2005)

○ 4.4 Komunikace podporující dobrý vztah mezi učitelem a rodičem s ADHD

Principy platné v pedagogické komunikaci jsou totožné s principy, které jsou platné i v běžném životě. V prostředí školy bude formálnější a bude mít užší zaměření na žáka a jeho rodinu. Ačkoliv se jedná o komunikaci na profesionální formální úrovni, neměla by chybět empatie a lidskost.

1. **Empatie** – rodiče, kteří vyhledají pomoc učitele, jsou zpravidla v těžké situaci a nezvládají svoje povinnosti. Úkolem učitele je, aby se pokusil vnímat rodiče a pokusit se mu navrhnout možnosti spolupráce a ujistit rodiče, že na problém není sám.
2. **Respekt** – vzájemná úcta je pro vztah nutností. Respekt znamená akceptovat druhého takového, jaký je, včetně snahy o porozumění jeho motivům a překážkám v jeho životě. Tento princip platí oboustranně, tedy jak ze strany učitele k rodiči, tak i směrem od rodiče k učiteli.
3. **Dobrý úmysl** – jedná se o jednoduchý princip založený na neustálém opakování, že vše, co se chystám udělat je vždy v zájmu toho druhého a s dobrým úmyslem. Učitel by se měl vždy ujistit, že jedná v zájmu dítěte i rodiče.
4. **Flexibilita** – učitel je schopen reagovat na aktuální situaci rodiče a jeho potřebu a aktuální schopnost spolupráce.
5. **Důvěra** – ta je základem pro dobrý vztah. V případě, že k vám rodič bude mít důvěru, že jej nezklamete a nepoužijete jeho slabost v podobě ADHD proti němu, snadněji se vám se svým

problémem svěří. Součástí tohoto principu by měla být důvěra i v oblasti zacházení s informacemi.

6. **Partnerství** – Učitel a rodič by měli vytvořit plán spolupráce který bude založen na informaci, že rodič trpí ADHD. Společně by měli hledat příčiny potíží a hledat možnosti jejich řešení.
7. **Profesionalita** – v tomto principu stojíme před rodičem jako ten, kdo problematice rozumí, má představu, co ADHD je a jeho potencionální rizika. Nikdy neposuzujeme zdravotní ani psychický stav rodiče!
8. **Objektivita** – popisovat pouze fakta a praktická doporučení
9. **Zmínit pozitiva** – pro společnou komunikaci je důležité hledat pozitivní stránky na probírané situaci

Ve Finsku byla provedena studie, která měla za cíl zjistit, jaké zkušenosti mají třídní učitelé se spoluprací domova a školy. Podle učitelů, kteří se studie zúčastnili, je spolupráce s rodinou přirozenou součástí pracovní náplně učitele. Funkčnost spolupráce je jednoznačným ovlivňujícím faktorem pracovní pohody. Pokud je spolupráce funkční, podporuje pohodu učitele v práci. Pokud jsou naopak problémy ve spolupráci, je to pro učitele vyčerpávající.

PRAKTICKÁ ČÁST

● 5 VÝZKUM

○ 5.1 Výzkumné otázky

Výzkumné otázky jsou rozděleny na jednu hlavní a 5 dílčích otázek, které z hlavní výzkumné otázky vycházejí.

Hlavní výzkumná otázka

Jaká existují specifika v komunikaci učitelů a rodiči, kteří vykazují známky ADHD?

Tato výzkumná otázka se snaží zjistit jaké překážky stojí ve správné komunikaci učitelů a rodičů s ADHD.

Při sestavování dotazníků nám vyplynuly dílčí výzkumné otázky, které s tímto tématem úzce souvisí:

1. Jak ovlivňuje komunikace učitele směrem k rodiči s ADHD postoj rodiče vůči škole?

Z kontextu teoretické části této práce vychází otázka, jaké postoje a potřeby tedy mají rodiče, kteří mají komunikační bariéry a jak ovlivňují jejich emoční nastavení vůči škole.

2. Jaká očekávání mají rodiče, kteří vykazují známky přítomnosti ADHD a co ve skutečnosti nejvíce potřebují?

3. Jak vnímají komunikaci s rodičem s ADHD rodiče učitelé základních škol?

Zajímá nás, zda učitelé základních škol registrují mezi rodiči svých žáků ty, kteří by mohli trpět ADHD a jak vnímají komunikační zvyklosti a další symptomy těchto rodičů.

4. Jaká je úroveň kompetencí učitelů základních škol ke správnému vyhodnocení možné přítomnosti ADHD u rodiče žáka?

Tato výzkumná otázka se zaměřuje na zhodnocení kompetencí učitelů základních škol k základní prediagnostice ADHD u rodičů jejich žáků v případě, že vykazují známky přítomnosti ADHD.

5. Jak vnímají problematiku dospělých s ADHD lidé z řad neodborné veřejnosti?

Otázka odpovídá na to, jak působí lidé s ADHD na laickou veřejnost, která netrpí ADHD a s tím spojenou potřebu zvýšené míry podpory.

○ 5.2 Výzkumné cíle

Tento výzkum se zaměřuje na analýzu komunikační dynamiky rodičů s ADHD a na komunikaci těchto rodičů s učiteli jejich dětí na základní škole. Komunikace osob s ADHD má svá specifika. Společně s teoretickou částí si tento výzkum klade za cíl především vyvolat diskuzi na toto téma.

Hlavní výzkumný cíl

Cílem výzkumu je zjistit, jaká specifika se nacházejí v komunikaci učitelů základních škol a rodičů trpících ADHD.

Dílčí cíle:

1. Zjistit, jak ovlivňuje způsob komunikace učitele postoj rodiče s ADHD vůči škole.
2. Zjistit, jaká očekávání má rodič s ADHD od učitelů svých dětí.
3. Zjistit, jak vnímají učitelé základních škol komunikaci s rodičem, který vykazuje známky ADHD.
4. Zjistit, jakou úroveň kompetencí mají učitelé základních škol ke správnému vyhodnocení pravděpodobnosti, že by rodič mohl trpět ADHD.
5. Zjistit, jak vnímají problematiku dospělých osob s ADHD lidé, kteří ADHD nemají.

Výzkumné cíle, stejně jako výzkumné otázky v hlavním výzkumu, jsou rozděleny na jeden hlavní cíl, a dílčí cíle, které z hlavního cíle vycházejí.

○ 5.3 Výzkumný vzorek

Dotazníkový výzkum byl proveden na 3 skupinách obyvatel ČR, z toho dvou homogenních. Kontrolní skupina A je základním souborem rodičů různých generací. Dotazovaní ADHD sami netrpí. Odpovědělo 42 osob. Základním souborem jsou lidé, kteří byli osloveni pomocí platformy Facebook na skupinách pro rodiče s dětmi. Jedná se o výběrový dostupný soubor dle toho, kteří rodiče se dobrovolně rozhodli na dotazník odpovědět. 4 odpovědi byly z tohoto šetření vyřazeny, protože kontrolní otázkou bylo zjištěno, že trpí ADHD. Zajímalo nás, jakou míru empatie vůči lidem s ADHD chovají ti, kteří ho sami nemají a jaký mají náhled na nutnost poskytování podpory ze strany školy. Výzkumným souborem B, výběrovým dostupným, jsou rodiče s neurovývojovými poruchami pozornosti. Rodiče s tímto handicapem vyšli z celostátního vzorku dobrovolníků, kteří se zúčastnili projektu přes 6 uzavřených tematických skupin pomocí platformy Facebook o celkovém počtu 27.613 členů. Všechny tyto skupiny se shodně věnují dospělým s ADHD, kteří zde sdílejí své zážitky, zkušenosti, kontakty na odborníky a navzájem si poskytují podporu. Dotazník byl z důvodu nasycení vzorku otevřen pro odpovědi pouze 56 hodin.

Výzkumným souborem C jsou učitelé základních škol z Olomouckého kraje, odkud pochází autorka této bakalářské práce. Jednotlivé okresy Jeseník, Olomouc a Prostějov byly záměrným výběrem

Prostějov s cílem pokrýt geograficky a na základě velikosti obcí výzkumný vzorek. Smyslem bylo zajistit zastoupení učitelů z různých velikostí škol, od velkých městských až po malotřídní školy na malých obcích. V těchto 3 okresech bylo osloveno celkem 172 škol, tj. všechny dostupné. Vrátilo se 37 odpovědí od konkrétních vyučujících. Z velké většiny škol nepřišla žádná zpětná vazba. Celkem 97 škol jsem oslovila následně ještě telefonicky, protože k dotazníku nepřicházely žádné odpovědi. Po představení projektu z většiny telefonicky oslovených škol byla zpětná vazba taková, že se jim téma líbí a proto můj dotazník svým pedagogickým pracovníkům rozešlou. Není možné určit statisticky, z kterých škol přesně odpovědělo kolik pedagogů, protože někteří odpovídající pro odpověď využili soukromý email. Současně to není významné pro naši práci. Při telefonických rozhovorech s některými řediteli a zástupci ředitele vyšlo najevo, že hlavními příčinami velkého počtu nezodpovězených dotazníků je přílišný tlak dotazníkových šetření na učitele základních škol a také nevhodně zvolené období, kdy probíhaly zápisy do prvních tříd ZŠ.

○ 5.4 Technika sběru dat

Pro potřeby výzkumu byly vytvořeny tři dotazníky. Na dotazník označený jako A odpovídali rodiče bez neurovývojové poruchy pozornosti. Na dotazník značený B rodiče s neurovývojovou poruchou pozornosti a na dotazník označený jako C odpovídali učitelé základních škol. Každý z nich oslovil jinou skupinu podle zaměření dotazníku. Dotazníky obsahovaly uzavřené, polouzavřené a otevřené otázky, v dotazníku A byly dvě hodnotící škály, v dotazníku B, v dotazníku C jedna. Za stejný čas odpovědělo na dotazník A odpovědělo 42 respondentů, na dotazníku B 78 respondentů a na dotazník C 37 respondentů. V dotazníku A nebylo specifikováno, zda odpovídající smí nebo nesmí trpět ADHD. Pomocí kontrolní otázky bylo zjištěno, že na něj odpověděli 4 lidé s ADHD. Tyto odpovědi byly dodatečně vyřazeny z hodnocení.

● 6 ANALÝZA DAT A JEJICH INTERPRETACE

Na základě informací, které nám poskytla pilotáž bylo zjištěno, že 70 % dospělých s ADHD subjektivně pozoruje zhoršení symptomů po narození dítěte. A to navzdory výsledku otázky, ve které jsme se ptali, jak moc ovlivňovalo před narozením dítěte. 10 ze 14 respondentů uvedlo, že již před narozením dítěte pociťovali výraznou přítomnost symptomů ADHD. Zajímavostí je, že 6,8 % dospělých pozorovalo, že došlo ke zmírnění obtíží po odchodu ze zaměstnání na mateřskou/rodičovskou dovolenou.

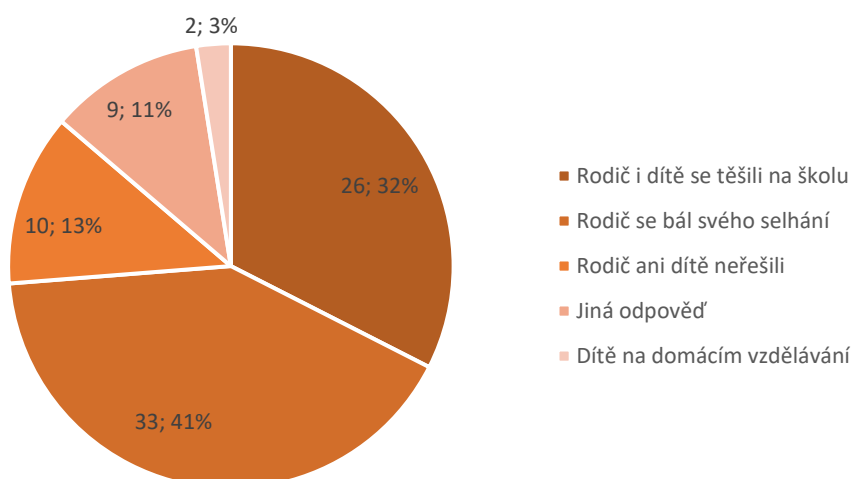
Na základě dlouhodobého pozorování příspěvků na uzavřených skupinách platformy Facebook byla definována nejčastější témata, která se týkala rodičovství osob s ADHD. Nejčastěji se týkala školního prostředí jejich dětí, především pak nároku na zvýšenou podporu ze strany školy a možností medikace u dětí. Z odpovědi na otázku, zda mají rodiče s ADHD problém svému okolí svěřit, že trpí ADHD v pilotáži 77,8 % rodičů odpovědělo, že nemají zábrany svěřit se se svým ADHD okolím.

○ 6.1 Zpracování dat

1. Všechny poznatky, které nám výzkum odhalil jsou zpracovány pomocí popisné metody výzkumu. Všechny tabulky a grafy byly vytvořeny pomocí aplikace MS Excel. Množství získaných dat je nad možnosti interpretace každé otázky zvlášť. Odpovědi proto byly v rámci výzkumu a hodnocení shrnuty do okruhů, které korespondují s výzkumnými otázkami. Tyto grafy jsou interpretovány v kontextu této práce.

○ Dílčí cíl 1

Z výzkumu vyplývá, že 33,4 % všech odpovídajících rodičů s ADHD se těšilo na první třídu společně se svým dítětem. Významnou skupinu pak tvoří rodiče, kteří odpověděli, že již před nástupem dítěte na základní školu měli obavy ze svého možného selhání. Rodič vstupuje do komunikace s obavami. Toto tvrzení podporuje graf č. 1. s názvem Emoce spojená s nástupem dítěte do první třídy.

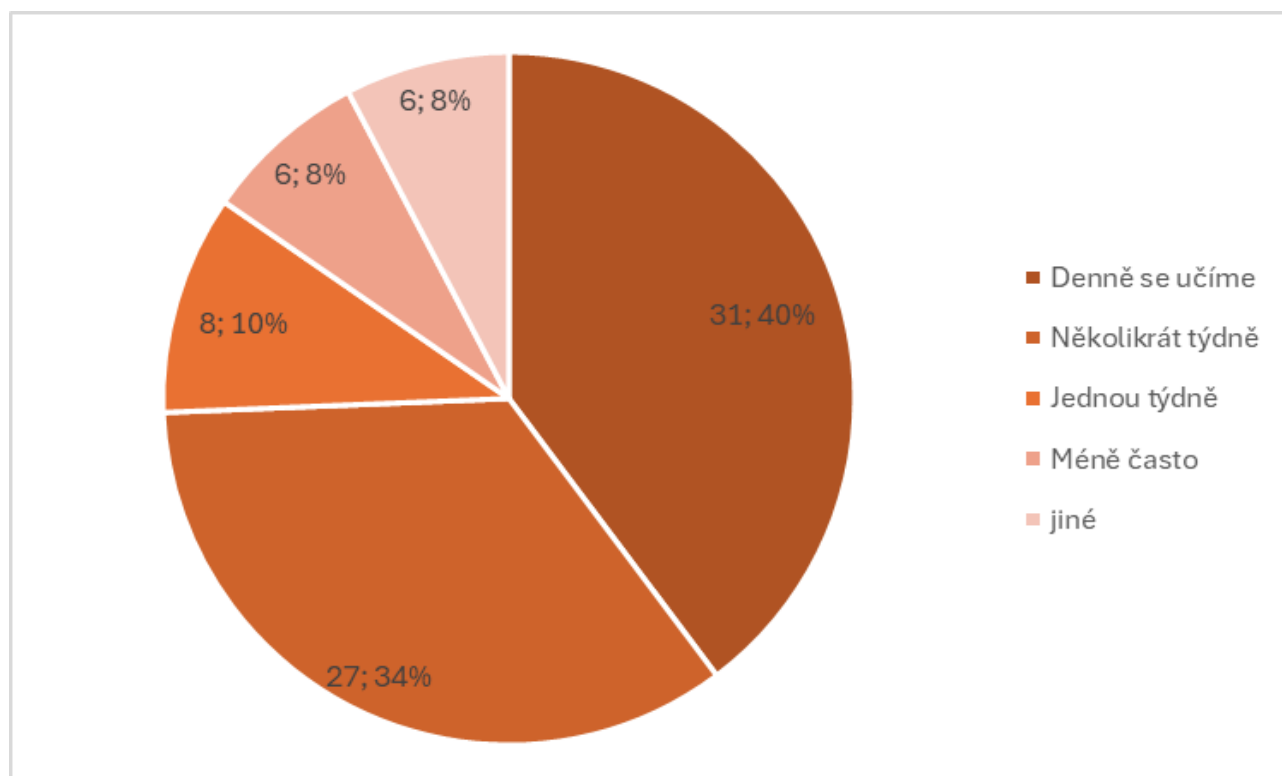


Graf č.1 Emoce spojená se vstupem dítěte do první třídy

Rodiče s ADHD si dle tohoto výzkumu jsou vědomi svých nedostatků, které mohou nastat, již v době před nástupem dítěte k povinné školní docházce. Můžeme usuzovat, že u rodiče, který bude mít obavy, které učitel nevyvrátí, dojde k vytvoření nedůvěry ze strany rodiče ke školnímu prostředí a bude pak méně ochotný s učitelem vytvořit partnerský vztah. Zároveň však 70,1 % z nich odpovědělo, že se s učitelem vidá pouze jednou za 3 měsíce na třídních schůzkách.

Rodiče s ADHD uvádí, že již s narozením dítěte u 70,5 % u sebe pozorovali zhoršení symptomů, které demonstrují ADHD. 7,7 % z nich uvedlo, že se jejich symptomy zmírnily s nástupem na mateřskou/rodičovskou dovolenou. Právě tato skupina rodičů může vykazovat během zvýšení zátěže vlivem nových povinností opětovný propad k symptomům ADHD. Vzhledem ke zmírnění jejich příznaků mohlo dojít k vysazení medikace. S nástupem velké zátěže vlivem návratu do zaměstnání (pokud k němu dojde) a zároveň s nástupem do školních povinností mohou tito rodiče vykazovat velkou míru stresu způsobenou zátěží spojenou s těmito povinnostmi. Tím také může dojít k zintenzivnění projevů ADHD. Pokud v takové situaci učitel nedokáže správným způsobem komunikovat s rodičem s ADHD, může dojít k narušení již tak rizikového vztahu.

Výzkum také prokázal, že rodiče mají snahu pravidelně pracovat společně se svými dětmi na domácí přípravě, domácích úkolů, a dalších povinnostech spojených se školou, jak ukazuje graf č. 2. V případě, že učitel bude s rodinou komunikovat s respektem ke specifickým rodiny a bude tím vytvářet vztah postavený na důvěře, může tuto motivaci prohlubovat a zajistit tím dítěti rodinné prostředí, kde škola bude vnímána jako přátelský a bezpečný prostor. 16,7 % z nich uvedlo, že se intenzita symptomů nezměnila.



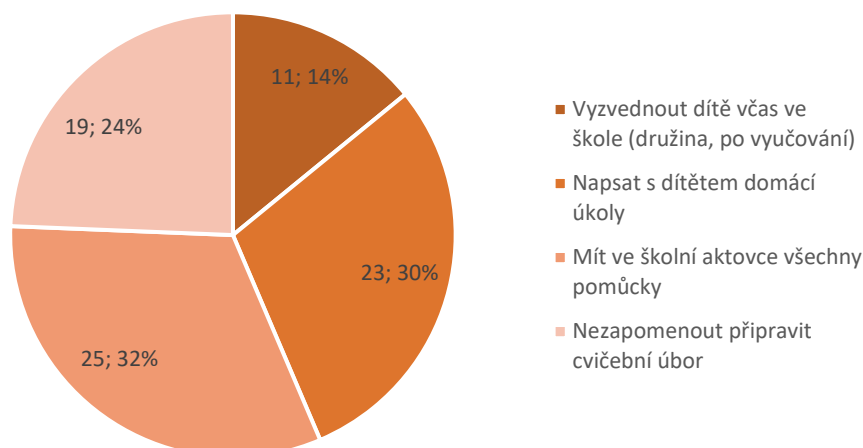
Graf č. 2 Pravidelnost v přípravě na vyučování a plnění domácích povinností

○ Dílčí cíl 2

Jaká očekávání mají rodiče, kteří vykazují známky přítomnosti ADHD a co ve skutečnosti nejvíce potřebují?

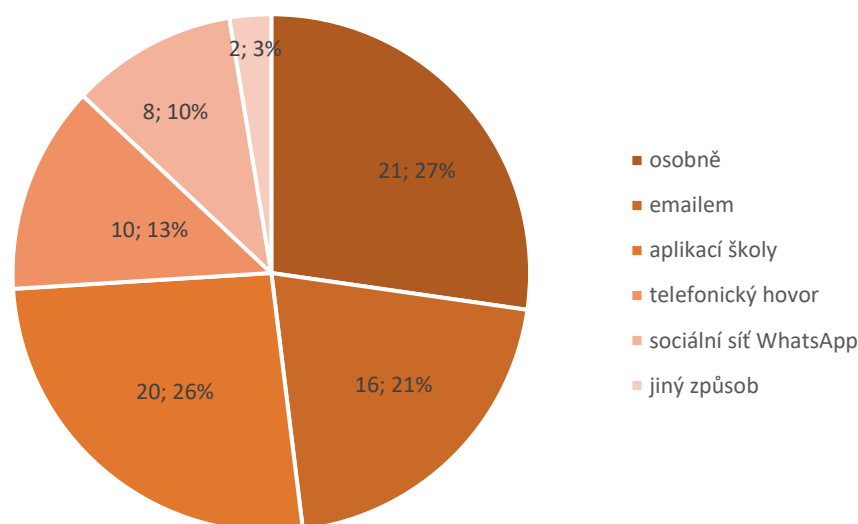
Množství stráveného času u školních povinností svých dětí samozřejmě neovlivňuje pouze přítomnost diagnózy ADHD, ale také jednotlivé osobnostní rysy jednotlivých rodičů, množství dětí, zkušenosti a zkušenost z vlastního dětství. Výzkumy také potvrzují vliv úrovně vzdělání rodičů a sociokulturní prostředí rodiny.

Rodičů s ADHD, jsme se dotazovali, jaká činnost z odpolední rutiny jim činí největší potíže. Z grafu č. 3 jednoznačně vyplývá, že největší problémy mají rodiče s dodržení času při vyzvednutí dítěte ze školy, vypracováním domácích úkolů, zajištěním všech potřebných pomůcek a v přípravě cvičebního úboru na další den. Rodiče mohli uvést pouze jednu odpověď, která je nejvíce vystihuje.



Graf č. 3 Nejčastější nedostatky, které rodiče přiznávají v odpolední rutině

S uvedenými odpověďmi nejvíce korespondují odpovědi na otevřenou otázku: Kdybych mohla rozhodovat o tom, jak by mi škola měla pomoci, vybrala bych si... Rodiče odpovědi pomocí dlouhé zprávy. Nejvíce rodičů se shoduje na tom, že jim chybí tolerance k jejich odlišnostem. Nejvíce by ocenili vyšší míru empatie a pochopení. Dále pak uváděli praktické návrhy. Uvítali by, kdyby si jejich děti mohly nosit domů pouze sešity a učebnice, které použijí při vypracování domácích úkolů. Rodičům by to usnadnilo orientaci, a tím by déle udrželi pozornost na vypracování úkolu samotného. Dále navrhovali, aby dítěti pomohl s vypracováním pracovník školy. Také by uvítali častější používání některé ze sociálních sítí a interních systémů škol, jak ukazuje následující graf č. 4. Rozložení jednotlivých možností pro komunikaci je rovnoměrné.



Graf č. 4 Způsoby komunikace navrhované rodiči s ADHD

Posledním okruhem, který byl často zmiňován byla pomoc v oblasti time managementu. Rodiče uvedli na hodnotící škále pravděpodobnost, s jakou zapomenou na nepravděpodobnou akci, která proběhne během výuky, například výlet do ZOO či divadelní představení. Výsledek ukazuje následující graf č. 5. Větší polovina rodič uvedla, že na akci jednoduše zapomene. Zajištěním

častějšího kontaktu rodiče s ADHD a učitele jeho dítěte se může podařit minimalizovat tyto situace. Je potřebné zmínit, že zmatečné chování a zapomínání na školní akce nedopadá pouze na vztah učitel x rodič, ale přímo dopadá i na samotné dítě.

Rodiče s ADHD sami navrhli, co by jim nejvíce pomohlo ke zvládnutí školní docházky jejich dětí:

„Kdyby si děti mohly nechávat pomůcky ve škole...“

„Online přehled aktivit, domácích úkolů a všeho, abych to měla na jednom místě a mohla vše zkontrolovat. Skříňka ve škole na věci pro školu.“

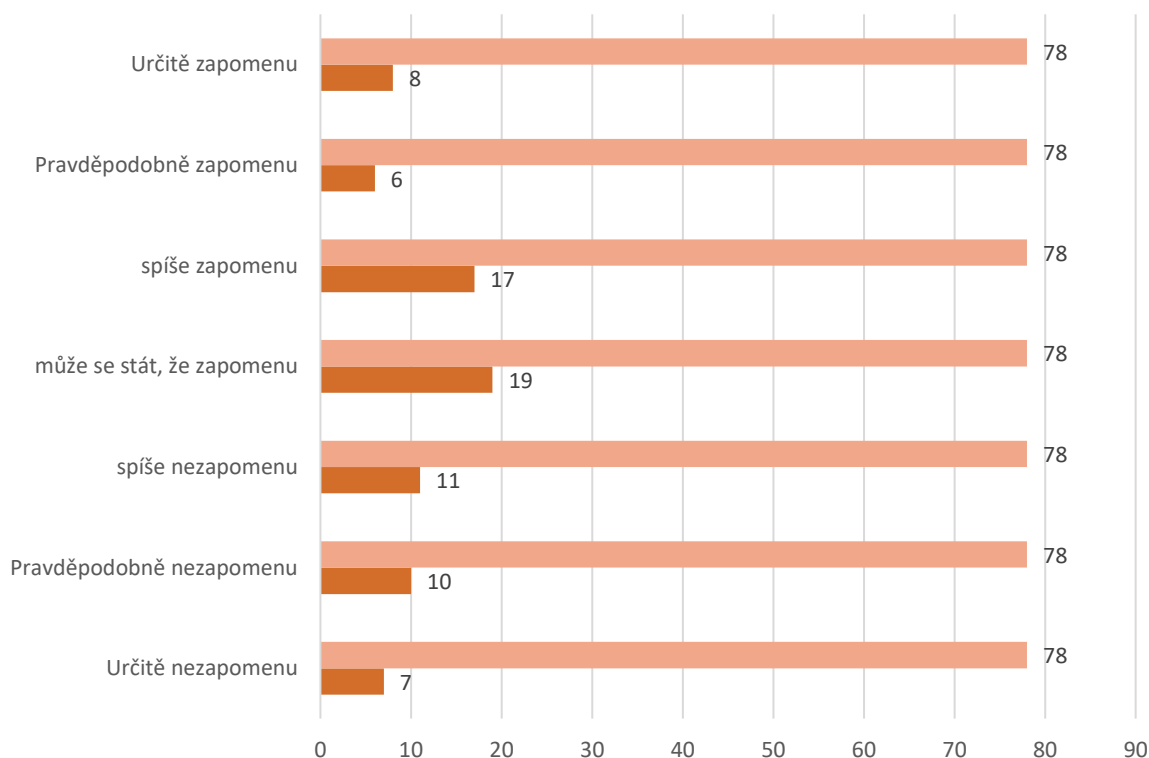
„Moje nedůslednost často končí tím nedodělaným úkolem, kdy dám přednost něčemu jinému... Ráda bych se přemohla, ale když vím, co se dělo kolem mě na prvním stupni ZŠ, tak mi ten nedodělaný úkol nepřijde tak důležitý. Asi by mi škola udělala největší radost tím, že nechá děti dělat to, co je baví...“

„Nejednat z pozice moci, opravdu spolupracovat. U nás to muselo jít přes stížnost a ředitele, ten je poměrně progresivní. Mám pocit velké křivdy, že moje dítě díky tomu, že škola nespocovala, tak jak by měla došlo k panickým atakám, antidepresivům a sebepoškozování.“

„Aby se učitelé zajímali o příčiny problémů a neřešili jen následky.“

„Naučila jsem se s Adhd fungovat a diář je můj kamarád.“

„Vzhledem k tomu, že my se snažíme a zatím nemáme žádné problémy, tak mě moc nenapadá, ale narazila jsem na dobré učitelky. Uvidíme co přinese druhý stupeň. Vyšli mi vstříc i s věcmi jako, že hlídali, aby moje děti pily a jedly což je nadstandart, ale mám děvčata, v případě chlapců bych asi byla v úplně jiné situaci. A opravdu je to o přístupu, školka pro mě byla mnohem náročnější, pořád jsem vše zapomínala. Hodně pomáhá, že manžel se školou pomáhá hlídá a vše si pamatuje. Být samozivitelka, tak bych opravdu potřebovala ze strany školy pomoc, abych věci nezapomínala a pochopení...“



Graf č. 5 |Pravděpodobnost, že rodič zapomene na aktivitu mimo školní rozvrh

Rodiče s ADHD také uvedli, které ranní činnosti, které jim činí největší potíže. Výčet těchto činností reflektuje obtíže, které uvádíme v teoretické části této práce. Mezi největší problémy označili ranní vstávání, přípravu snídaně a svačiny. Také jim činí problémy dohlédnout na děti během ranní hygieny a oblékání. Cca desetina rodičů uvedla, že má velký problém zachovat ráno klid a zvládnout ráno bez křiku.

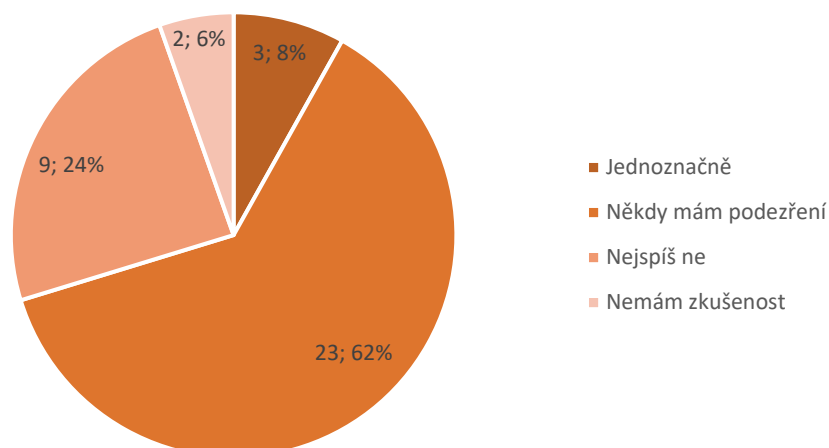
○

○ **Dílčí cíl 3**

Jak vnímají komunikaci s rodičem s ADHD rodiče učitelé základních škol?

Domníváme se, že tato kapitola je nejzajímavější, protože vzájemně vyvrací názory jedné skupiny na druhou. Současně v tomto okruhu hrají roli i odpovědi lidí z kontrolního vzorku, na rozdíl od dvou předchozích.

Z odpovědí učitelů základních škol je zřejmé, že učitelé se dělí na dvě skupiny. Na ty, kteří se již s rodičem s ADHD setkali, a na ty, kteří nemají žádnou zkušenost. Ptali jsme se učitelů základní škol, zda si myslí, že by poznali ADHD u dospělé osoby. Rozložení odpovědí vyjadřuje následující graf č. 7.



Graf č. 7 Zkušenosti učitelů s rodičem s ADHD

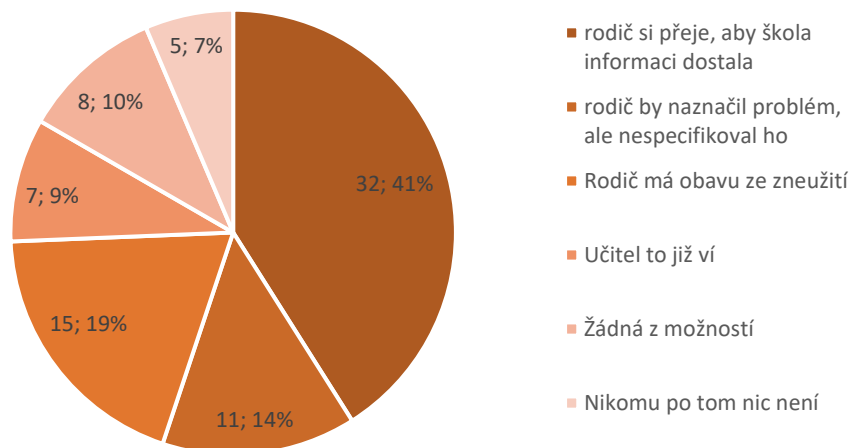
Na otevřenou otázku, jak hodnotí rodiče komunikaci mezi vámi a rodičem trpícím ADHD učitelé nejčastěji odpověděli že ADHD komunikaci neovlivňuje (27 %) a že u rodiče pozorují potíže s pozorností (35,1 %). Na začátku dotazníku určeného učitelům základních škol jsme položili otázku, zda učitelé souhlasí s tvrzením, že by si rodiče s ADHD měli umět poradit sami, bez pomoci druhé osoby. 62,2 % učitel uvedlo, že si myslí, že by si rodič s ADHD měl umět poradit sám. 37,8 % pak, že potřebují pomoc druhé osoby. Téměř na konci stejného dotazníku jsme se dotazovali, zda je nutná pomoc rodině, kde alespoň jeden z rodičů trpí ADHD. Učitelé odpověděli v 80,6 % případů, že rodina potřebuje poskytnutí pomoci. Jeví se, že vyplněním dotazníku, který byl zaměřen i na rozpoznání ADHD u dospělé osoby došlo k uvědomění jejich limitů a proto přehodnotili potřebu pomoci rodičům s ADHD. Došlo tedy k navýšení počtu učitelů, kteří by byli ochotni rodiči s ADHD pomoci.

Učitelé v otevřené otázce hodnotili komunikační schopnosti rodičů s ADHD. Zde jsou jejich odpovědi:

- „Záleží na délce rozhovoru, čím kratší, tím lepší.“
- „Záleží na nastavení komunikačního kanálu na straně vyučujícího. Komunikace musí být jasná a srozumitelná s konkrétními požadavky na splnění.“
- „Skákání do řeči, nesouvislý tok myšlenek“
- „Někdy je pro rodiče problém pojmout všechny sdělované informace.“
- „Oslabené, ale snaží se“
- „Kladně. Kdo přijde na třídní schůzky nebo volá, napíše email.. má zájem a snahu něco řešit.“
- „Mluví rychle a překotně. Často odbíhá od tématu.“
- „Je to individuální. Někteří jsou snaživí, jiní laxní.“
- „Je potřeba s ním umět pracovat.“
- „Náročnější než běžného“
- „Osoba s ADHD je vznětlivější.“
- „S takovým rodičem je většinou komunikace velmi špatná.“

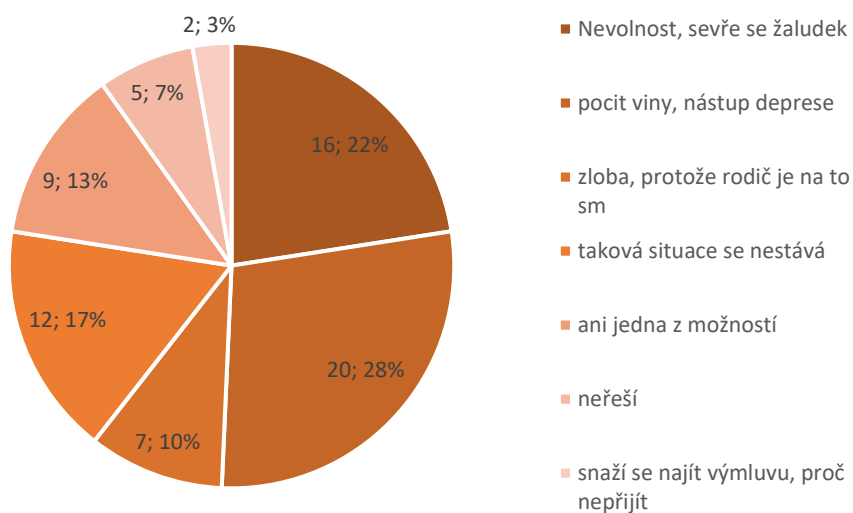
Je zřejmé, že učitel přistupuje k problému ADHD právě podle množství zkušeností, které s ním má. V případě, že se rodiče začnou svěřovat se svým problémem s ADHD, zvýší se počet učitelů, kteří budou muset získat dostatečné dovednosti ke zvládnutí komunikace s rodičem s tímto syndromem. Samotní rodiče by se se svým ADHD svěřili v případě, že by škola musela s jejich diagnózou pracovat. Následující graf č. 8 naznačuje rozložení poměru rodičů, kteří by se s ADHD svěřili, a kteří

by si tuto informaci z nějakého důvodu nechali pro sebe. Za alarmující lze považovat obavy rodičů ze zneužití této informace ze strany učitele.



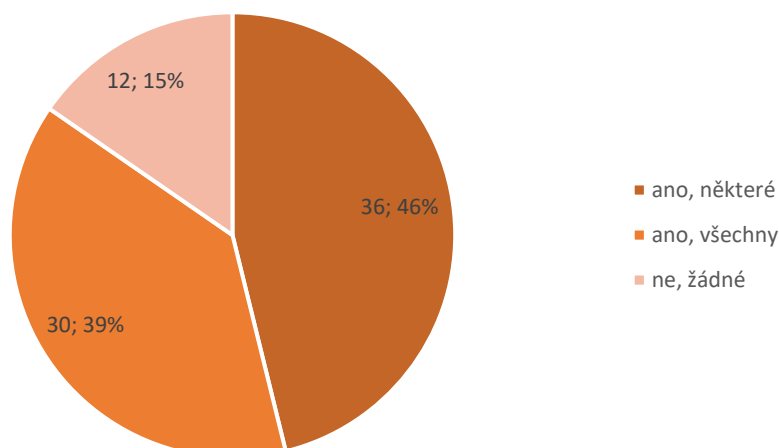
Graf č. 8 Ochota informovat učitele o diagnóze ADHD u rodiče

U rodičů s ADHD vzniká riziko, že při nesprávné prezentaci některých témat, zvláště pak výtky ze strany učitele, dojde ke vzniku emočních vln. Ty mohou být spojeny s mnoha negativními emocemi jako zloba, ale také pocity viny, jak ukazuje graf. č. 9.



Graf č. 9

97,3 % učitelů základní škol uvedlo, že je studium pedagogiky nepřipravovalo na komunikaci s rodičem se specifickými potřebami, včetně ADHD. Učitelé také uvádějí, shodně s rodiči, že si všímají familiarity v diagnóze ADHD. V případě, že je ADHD diagnostikováno jejich žákovi, je velká pravděpodobnost, že jím trpí také alespoň jeden z rodičů. To potvrzuje i graf č. 10, který vychází z odpovědí rodičů na otázku, kolik jejich dětí má taktéž ADHD.



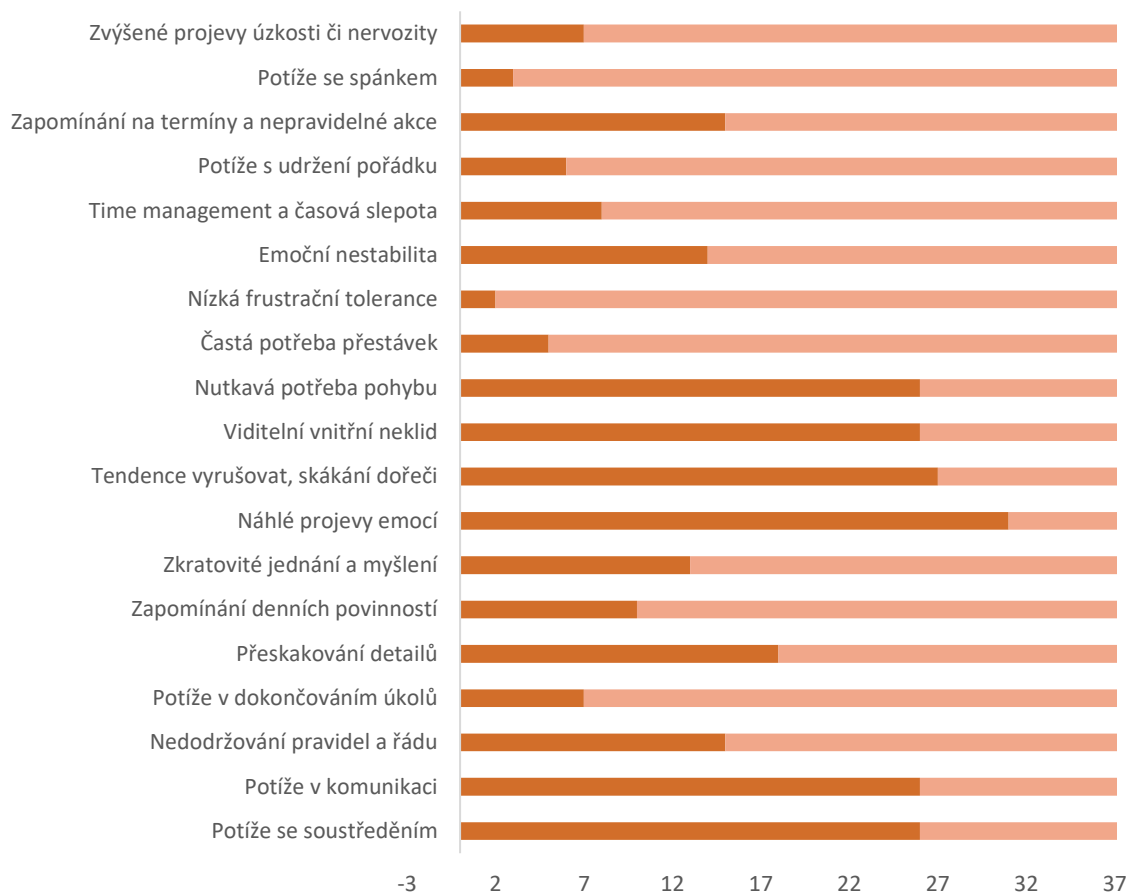
Graf č. 10

Učitelé si v komunikaci nejvíce všimají toho, že rodič má obtíže s udržení pozornosti a schopností držet se tématu. Též ses shodují na tom, že je pro rodiče s ADHD porozumět kontextu hovoru a zapamatovat si některá fakta. Ta úzce souvisí s další schopností, a tou je organizace myšlenek. má tendence skákat do řeči, hlasitosti verbálního projevu. Považují rodiče s ADHD za velmi hlučné. Také zdůrazňují význam motorického neklidu a impulzivity.

○ Dílčí cíl 4

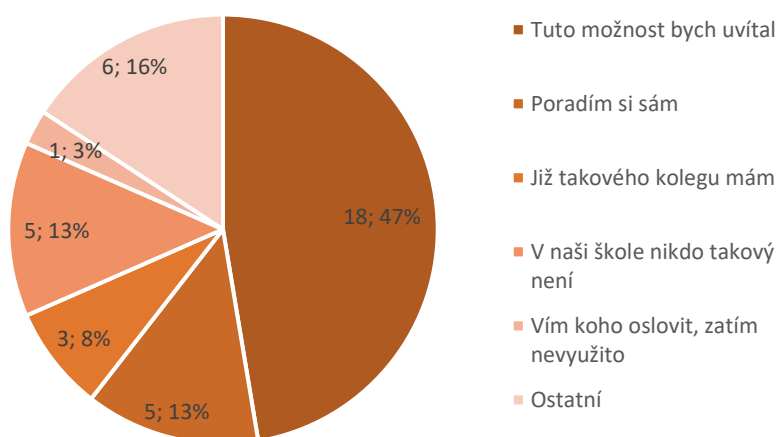
Jaká je úroveň kompetencí učitelů základních škol ke správnému vyhodnocení možné přítomnosti ADHD u rodiče žáka?

Učitelé základních škol v současné době pracují především se žákem. Čím dál častěji se rozšiřuje názor, že by měl pracovat nejen se žákem, ale také jeho rodinou. V případě přítomnosti ADHD u žáka je vhodné ověřit, zda rodič také netrpí touto diagnózou. ADHD vykazuje vysokou familiárnost, jak ukazuje graf č. 11 a přítomnost ADHD u více členů rodiny může snižovat schopnost přípravy a soustředění v domácím prostředí. Učitelé uvádějí, že nejsou jisti, zda by byli schopni rozpoznat přítomnost poruchy pozornosti u rodiče. Ptali jsme se proto učitelů na nejtypičtější příznaky, které jsou schopni vyzorovat během relativně krátké chvíle doby trvání třídních schůzek. Jeví se, že učitelé jsou schopni rozlišit jednotlivé znaky ADHD u dospělého i během velmi krátké doby. Hlavním tématem tedy není, zda mají dostatek kompetencí k jeho rozpoznání, ale zda jsou připraveni na možnost, že budou muset rodiče oslovit se svým podezřením. Rodič trpící poruchou pozornosti taktéž může u sebe pozorovat odlišnosti. Velmi časté je, že si rodič odlišností začne všimnout ve chvíli, kdy je jeho dítěti ADHD diagnostikováno a on u sebe pozoruje shodné či podobné symptomy. Práce s rodinou je součástí oblasti působnosti sociálního pedagoga, který by měl být kompetentní najít pro rodinu se specifickými potřebami vhodná řešení.



Graf č. 11 Symptomy, které učitelé rozeznají i během krátkého rozhovoru

Učitelé se svěřili, že i kdyby u rodiče poznali, že mají ADHD, nevěděli by, zda jej mají komunikovat a jak. Také 73 % u nich uvedlo, že nemají časový prostor pro práci nad rámec běžné komunikace s rodinou. V případě, že by mělo možnost využít spolupráce s pověřeným kolegou, uvítali by ji. Následující graf popisuje, jaké jsou možnosti učitelů ve využití takové pomoci. Je zřejmé, že učitelé vědí, na koho se obrátit v případě, že mají rodiče, který vyžaduje specifickou individuální práci. Viz. graf č. 12.



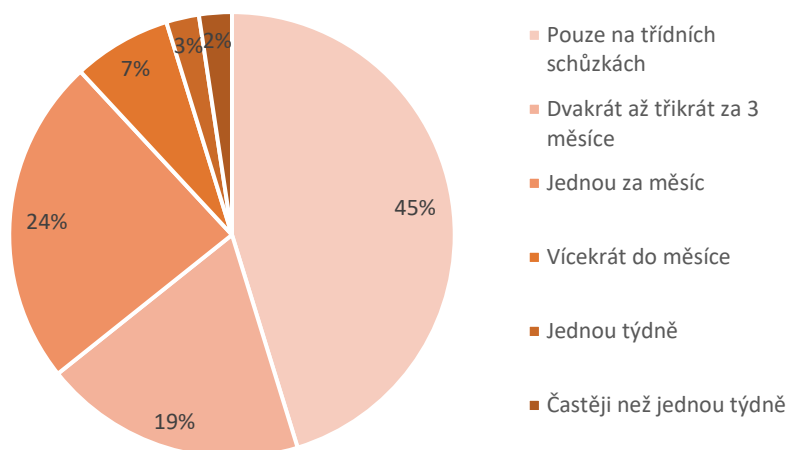
Graf č. 12 Potřeba podpory pro učitele při jednání s rodičem s ADHD

Na otázku, jaké metody by použili při práci s rodičem s ADHD uvedlo 80 % rodičů, že nemají s takovým typem podpory zkušenost a nevěděli by, jak reagovat na tuto důvěrnou informaci. 13 % by odeslalo rodiče na odborné pracoviště (ordinace lékaře, psychologická poradna, atp.). Pouze 7 % učitelů by pracovalo s touto informací samo.

○ Dílčí cíl 5

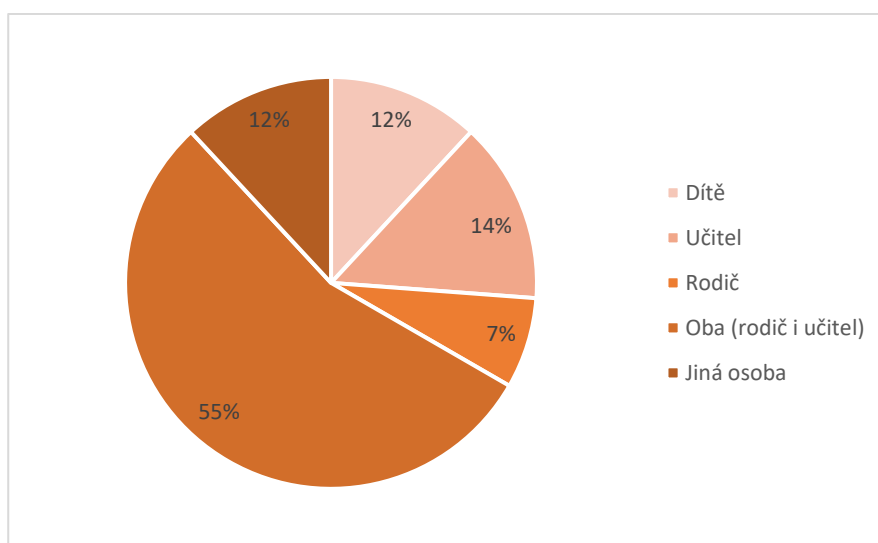
Jak vnímají problematiku dospělých s ADHD respondenti z řad neodborné veřejnosti?

Otázka odpovídá na to, jak působí lidé s ADHD na laickou veřejnost, která netrpí ADHD a s tím spojenou potřebu zvýšené míry podpory. 62 % odpovídajících sdělilo ze zdravého vzorku odpovědělo, že má ve svém okolí dospělého, který má diagnostikované ADHD (vyjma sebe). Z toho můžeme usuzovat, že přítomnost těchto lidí v populaci není nikterak neobvyklá a že se s ní zdraví lidé se s nimi běžně setkávají. V odpovědích bylo zaznamenáno, že na rozdíl od rodičů s ADHD se rodiče bez ADHD setkávají s učiteli svých dětí častěji. Viz. graf č. 13.



Graf č. 13 Frekvence setkávání rodičů bez ADHD s učiteli jejich dětí

Ptali jsme se rodičů ze vzorku A, zda by se svěřili třídnímu učiteli, kdyby měli dlouhodobý problém a nedokázali ho sami řešit. 78,6 % rodičů uvedlo, že by se učiteli svěřili. Současně 88,1 % rodičů ze vzorku A uvádí, že neregistrují problémy v komunikaci mezi nimi a učitelem jejich dětí. Pouze 11,9 % z nich uvedlo, že mají problémy v komunikaci. Otázka dále nerozvádí, o jaké problémy se jedná. Rodiče označili za nejčastějšího původce překážek v komunikaci oba účastníky komunikace, teda současně učitele i rodiče. Viz. graf č. 14.



Graf č. 14 Kde vidí příčinu bariéry v komunikaci osoby bez ADHD

Bylo zjištěno, že mezi rodiči bez ADHD panuje názor, že učitelé základních škol z větší poloviny nejsou schopni rozeznat ADHD u rodiče svého žáka. 59,5 % rodičů si myslí, že učitel ADHD u rodiče není schopen rozpoznat. Toto tvrzení se nám podařilo vyvrátit splněním cíle č. 3.

Dále jsme se ptali rodičů bez ADHD, zda může být příčinou nedorozumění to, že učitelé netuší, že by rodič mohl trpět ADHD. 71,4% rodičů odpovědělo, že jsou přesvědčeni, že příčinou nedorozumění mezi učitelem a rodičem může být to, že učitel netuší, že by rodič mohl mít problém s ADHD a současně, že si myslí 78,6 % rodičů bez ADHD myslí, že pokud učitel o omezení na straně rodiče bude vědět, mohlo by to vést k usnadnění komunikace mezi učitelem a rodičem s ADHD. Závěrečnou otázkou bylo, zda by z jejich pohledu laika potřebovali rodiče s ADHD vyšší míru podpory. 61,9 % odpovídajících je přesvědčeno, že rodiče s ADHD potřebují jiný přístup a vyšší míru podpory ze strany učitele jejich dětí.

● 7 ZÁVĚR A DOPORUČENÍ

○ 7.1 Závěr

Tato bakalářská práce se zaměřila na rodiče s ADHD a jejich schopnost porozumění a analýzou komunikačních dynamik. Současně s tím jsme zjistili, že hlavní možností školy, jak získat rodiče s ADHD ke spolupráci je správně komunikovat ve prospěch rodiče. Na jeho straně je totiž neodstranitelná překážka pro komunikaci, kterou je jeho vlastní mozek. V teoretické části je popsán vývoj českého školství a s tím spojený vývoj profese učitele. Osobnost učitele hraje zásadní roli v ochotě ke komunikaci u rodiče s ADHD. Rodiče vykazují zájem o spolupráci v případě, že učitel bude brát na vědomí jeho „problém s ADHD“ a bude vykazovat dostatečnou míru empatie. Jeví se, že čím větší míru empatie vykazuje učitel vůči rodiči, který vykazuje známky ADHD, tím ochotněji rodič bude spolupracovat se školou. Současné učitele studium na pedagogické fakultě nepřipravuje na komunikaci s rodiči, kteří mají specifické požadavky v oblasti komunikace. To je třeba změnit. Máme-li vytvářet bezpečný prostor a vhodné prostředí pro proces vzdělávání a výchovy dítěte, je nezbytné, aby rodič a učitel vytvořili partnerství a společně pracovali na přípravě dítěte pro budoucí život. Na první pohled se může jevit, že spolupráce s rodičem se specifickými nároky znamená větší zátěž pro učitele, zároveň však právě tyto rodiče mohou být obohacením pro proces získávání zkušeností nejen pro výkon učitelského povolání, ale též pro jeho osobnostní rozvoj. Úsilí, které věnují učitelé zlepšení komunikace s rodičem se specifickými potřebami bude odměněno lepšími a spokojenějšími vztahy. Tato partnerská spolupráce pozitivně ovlivní všechny, kteří se procesu komunikace účastní, tj. učitele, rodiče a především žáka. Žáci, jejichž rodiče budou vykazovat pozitivní vztah k učiteli i ke škole, budou mít lepší vstupní podmínky pro získání lepšího prospěchu.

Rodiče dle výsledků výzkumu mají i přes svá vlastní omezení snahu pomoci dítěti s domácí přípravou na školu, při psaní domácích úkolů a v dalších oblastech, které souvisí se školním prostředím. Většina rodičů uvedla, že jim nadměrná zátěž ze strany školy způsobuje stres a únavu, která se zpětně negativně odráží na domácí pohodě rodiny v podobě zvýšené impulzivity. Rodiče potřebují, aby jim učitel pomohl najít způsoby, jak zajistit vyšší míru podpory ze strany školy. Tyto vztahy by bylo vhodné hlouběji ověřit. Někteří učitelé po vyplnění dotazníku sami změnili rétoriku a vyjádřili nutnost pomoci rodinám, kde alespoň jeden z rodičů trpí ADHD. V případě, že se jeví, že rodič o svém ADHD nemá tušení, ověřili jsme, že právě učitelé základní škol jsou kompetentní zhodnotit základní symptomy ADHD. Za předpokladu, že učitel bude dostatečně empatický, může

průběžně komunikovat své podezření a dovést rodiče k diagnóze a následně ke správné terapii, která pozitivně ovlivní život celé rodiny.

○ 7.2 Doporučení

V rámci vzdělávání budoucích učitelů bude nutné zaměřit se více na témata jako je spolupráce s rodinou a komunikace s rodiči se speciálními potřebami (tělesné, zdravotní i duševní postižení). U učitelů základních škol v praxi se jeví jako nejvhodnější pravidelné školení, praktický výcvik, který je na tyto situace připraví. Zároveň doporučuji, aby učitelé v komunikaci s rodičem se speciálními potřebami pomáhal některý z členů školního poradenského pracoviště, zvláště vhodný se jeví školní psycholog či speciální pedagog. Jako příklad dobré praxe může posloužit projekt Rodiče vítáni. Školy zahrnuté v tomto projektu nabízejí tyto služby nejen svým žákům, ale v případě potřeby také rodičům. Další z možností je využití sociálního pedagoga, který je kompetentní v oblasti poradenství. Je schopen rodiči pomoci zajistit kontakt na potřebné odborníky z řad lékařů, psychologů a psychoterapeutů, pedagogicko-psychologických poraden, specializovaných center zabývajících se terapií při ADHD či Center duševního zdraví. V případě nutnosti je schopen poskytnout základní intervenci i svojí fyzickou přítomností v rodině, pokud získá souhlas rodiny. Jako další řešení, které povede ke zlepšení komunikace rodiče s ADHD a učitele je zavedení tripartitní třídní schůzky jako běžného standardu na všech základních školách. Během ní má učitel více prostoru rodiče poznat. Zde by bylo možné také citlivě komunikovat podezření učitele na přítomnost ADHD. Za přítomnosti některého z členů školního poradenského pracoviště, případně sociálního pedagoga je pak možné navrhnout rodiči způsoby řešení a možnosti poskytnutí vyšší míry podpory.

○ 7.3 Tipy ke zlepšení komunikace s rodičem s ADHD

- rodič s ADHD možná bude potřebovat klást otázky, které mu pomohou zůstat soustředěný, nebo si dělat poznámky, aby si nápad uložil na později – **neberte si to osobně**.
- **Udržujte oční kontakt**, abyste se ujistili, že rodič s ADHD dává pozor.
- Snažte se používat přímější a **kratší věty**.
- Naslouchejte **otevřeně a bez odsuzování** – vžijte se do jejich situace.
- **Nevytvářejte si domněnky** o motivaci rodiče s ADHD.

- Věnujte pozornost nejen tomu, co říkáte, ale také tomu, jak to říkáte – **tón dělá rozdíl**. Je potřeba si uvědomit, že rodič s ADHD nemusí správně rozklíčovat nejen verbální stránku sdělení, ale také vaši intonaci.
- **Při agresivním jednání, zachovejte klid, schůzku ukončete a domluvte si jiný termín**. Je vhodný také doprovod, který si rodič přivede, který mu pomůže zachovat klid.

○ 7.4 Diskuze

V rámci této bakalářské práce byly definovány pouze výzkumné cíle a výzkumné otázky. Jejím hlavním smyslem není provést rozsáhlý empirický výzkum, ale vyvolat diskuzi na téma komunikace učitelů a rodičů se specifickými potřebami. Tato práce má pouze demonstrovat možný výskyt slabých míst. Měla by posloužit jako podklad pro další výzkum, ale také k zamyšlení, jak můžeme společně lépe komunikovat a hledat cesty k ještě lepší spolupráci.

Pro zajímavost vkládáme některé výroky a „rady“, s kterými se osobně ve svém životě setkaly dospělé ženy s ADHD a podle jejich slov jim příliš nepomáhají.

Jsou to odpovědi, které uvedly jako komentáře na uzavřené skupině Nepozorné (ADHD) ženy, platformy Facebook

„Když oni dneska to ADHD taky přiklepnou každému „harantovi“, který ve škole zlobí.“

„Seš pomalá, nepraktická a líná bordelářka. Kdyby ses víc snažila, šlo by to.“

„Každý má tak trochu ADHD.“

„Tak se trochu soustřed', ne?“

„Kdyby sis ty věci dávala na stejný místo, tak je teď nemusíš hledat.“

„Dřív nic takového nebylo, stačil pásek nebo vařečka.“

„Vidíš, když se snažíš, všechno jde.“

„Kdybys furt nedělala něco jiného, než máš, stihla bys to.“

„Vždyť Vám to diagnostikovali před 35 lety, to už žádné LMD nemůže mít vliv.“

(klinický psycholog s letitou praxí)

SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY

BARKLEY, R. A., PETERS, H. (2012). The Earliest Reference to ADHD in the Medical Literature? Melchior Adam Weikard's Description in 1775 of "Attention Deficit" (Mangel der Aufmerksamkeit, *Attentio Volubilis*). *Journal of Attention Disorders*, 16(8), 623–630. [online]. 2012 [cit. 2024-04-20]. Dostupné z: <https://doi.org/10.1177/1087054711432309>

BARKLEY, R. A., FISHER, M.: *Predicting Impairment in Major Life Activities and Occupational Functioning in Hyperactive Children as Adults: Self-Reported Executive Function (EF) Deficits Versus EF Tests*. [online]. 2011 [cit. 2024-04-18]. Dostupné z: https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/87565641.2010.549877?casa_token=tCkiRqdo0jsAAAA%3Azz0xzVPwIzdvdY7A9hrx15Y_uOriTkANJApmTgVEOGuA5022mmewjV69pp3-6LVrde0hZ5YZiyOzag

BARKLEY, R. A.: *History of ADHD*. [online]. 2015 [cit. 2024-04-18]. Dostupné z: <https://www.guilford.com/excerpts/barkley2.pdf?t=1>

BOBONICH, C., D'ESTRÉE, P. (Eds.). (2007). *Akrasia in Greek philosophy: From Socrates to Plotinus*. Brill. [online]. 2007 [cit. 2024-03-20]. Dostupné z: <https://dokumen.pub/qdownload/akrasia-in-greek-philosophy-from-socrates-to-plotinus-9004156704-9789004156708-n-8230540.html>

BLAHOVÁ, K.: *Komunikace učitele s rodiči žáků*. Diplomová práce. Vedoucí práce: PhDr. Daniela Nováková, Ph.D. Plzeň: Západočeská univerzita v Plzni, Fakulta pedagogická. [online]. 2023 [cit. 2024-03-15]. Dostupné z: Digitální knihovna Západočeské univerzity. https://dspace5.zcu.cz/bitstream/11025/54239/1/Diplomova%20prace_Blahova.pdf

BRUŠTÍKOVÁ, J.: *Vzájemná informační podpora ředitelk mateřských škol*. Vedoucí Majerčíková, Jana. Zlín: Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně. Fakulta humanitních studií, Ústav školní pedagogiky, 2017. Dostupné také z: <http://hdl.handle.net/10563/39555>.

DANKA, M., N.: *Historie ADHD: Vývoj diagnostické kategorie*. [online]. 2023 [cit. 2024-02-14]. Dostupné z: <https://www.akrasia.cz/wiki/historie-adhd/>

GWERNAN-JONES, R., *ADHD, parent perspectives and parent–teacher relationships: grounds for conflict*. [online]. 2015 [cit. 2024-03-28]. Dostupné z:

<https://nasenjournalsonline.wiley.com/doi/10.1111/1467-8578.12087>

HAJNÁ, V., PORTEŠOVÁ, Š.: *Sebepojetí nadaných dětí a dětí "dvakrát výjimečných"*.

Sborník prací Filozofické fakulty brněnské univerzity. P, Řada psychologická. 2005, vol. 53, iss. P9, pp. [65]-75 ISBN 80-210-3717-2 ISSN 1211-3522 Stable URL (handle): [online]. 2005 [cit.

2024-03-10]. Dostupné z:<https://hdl.handle.net/11222.digilib/114222> Access Date: 20. 02. 2024

HARTL, P.: *Stručný psychologický slovník*. [online]. 2004 [cit. 2024-04-10]. Dostupné z: <https://www.bookport.cz/kniha/strucny-psychologicky-slovník-3256/>

HARTL P., HARTLOVÁ, H.: *Psychologický slovník*. Praha: Portál, 2000, 776 s. ISBN 807178303X

HIRSCH et al., 2018, Emotional dysregulation is a primary symptom in adult Attention-Deficit/Hyperactivity Disorder (ADHD). [online]. 2018 [cit. 2024-03-20]. Dostupné z: DOI: 10.1016/j.jad.2018.02.007

KRISTLOVÁ, K.: *Spolupráce školy a rodiny u znevýhodněných žáků Cooperation between school and family at the disadvantage pupils*, Diplomová práce. Vedoucí práce: Prof. PaedDr. Radka Wildová, Praha, Univerzita Karlova Pedagogická fakulta, [online]. 2023 [cit. 2024-03-10].

Dostupné z:

<https://dspace.cuni.cz/bitstream/handle/20.500.11956/180439/120442686.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

KENDÍKOVÁ, J.: *ADHD krok za krokem. Vše, co potřebujete vědět o ADHD*. Raabe, 2019, 156 s. ISBN 9788074964381.

Kompetentní učitel 21. století: Mezinárodní profesní rámec kvality ISSA © Step by Step Česká republika, o. s., Praha 2011. [online]. 2011 [cit. 2024-04-24]. Dostupné z:

<https://www.zacitspolu.eu/wp/wp-content/uploads/2019/10/kompetentni-ucitel-21.-stoleti.pdf>

LATVALA, Juha-Matti. Kodin ja koulun yhteistyön tehostaminen. *NMI-Bulletin. Oppimisen ja oppimisvaikeuksien erityislehti*, 2012, 22.1: 29-41. Česky: LATVALA, Juha-Matti. Zlepšení spolupráce mezi domovem a školou. *Bulletin NMI. Special journal of learning and learning problems*, 2012, 22.1: 29-41. [online]. 2012 [cit. 2024-04-25]. Dostupné z: <https://bulletin.nmi.fi/2012/01/17/kodin-ja-koulun-yhteistyon-tehostaminen/>

MURPHY, K.: Attention deficit hyperactivity disorder adults: Comorbidities and adaptive impairments. [online]. 1996 [cit. 2024-04-08]. Dostupné z: DOI:[10.1016/S0010-440X\(96\)90022-X](https://doi.org/10.1016/S0010-440X(96)90022-X)

MURPHY, K., BARKLEY, R.A.: *Attention deficit hyperactivity disorder adults: comorbidities and adaptive impairments*. [online]. 1996 [cit. 2024-04-22]. Dostupné z: DOI: [10.1016/s0010-440x\(96\)90022-x](https://doi.org/10.1016/s0010-440x(96)90022-x)

MAHROVÁ G., VENGLÁŘOVÁ M. a kol., *Sociální práce s lidmi s duševním onemocněním*. Praha: Grada, [online]. 2008, [cit. 2023-04-10]. Dostupné z:

<https://www.bookport.cz/kniha/socialni-prace-s-lidmi-s-dusevnim-onemocnenim-2801/>

NELEŠOVSKÁ, A.: *Pedagogická komunikace v teorii a praxi*. Bratislava: Grada, 2005
170 s. ISBN 8024707381

SPENCER, T., NADEAU, J: *Cognitive Therapy in the Treatment of Adults With ADHD: A Systematic Chart Review of 26 Cases*. *Journal of Cognitive Psychotherapy*, 1999, Vol 13, Issue 3, p215. ISSN 0889-8391, Academic Journal. [online]. 1995 [cit. 2024-04-19]. Dostupné z: DOI 10.1891/0889-8391.13.3.215

PACLT, I.: *Hyperkinetická porucha a poruchy chování*, Grada, Praha 7, 2007, 240 s. ISBN 978-80-247-1426-4.

PTÁČEK, R.: *Mýtus - ADHD neexistuje*. [online]. 2019 [cit. 2024-04-10]. Dostupné z: <https://radekptacek.cz/mytus-adhd-neexistuje>

PTÁČEK, R., PTÁČKOVÁ, H.: *ADHD – variabilita v dětství a dospělosti*. Praha: Karolinum, 2023, 128 s. ISBN 978E80E246E2930E8

PTÁČEK, R.: Podkast. [online]. 2022 [cit. 2024-04-18]. Dostupné z: <https://podcasts.apple.com/is/podcast/mozkovna-16-radek-pt%C3%A1%C4%8Dek-adhd/id1554838748?i=1000538043152>

PRŮCHA, J.: *Alternativní školy a inovace ve vzdělávání*. Praha: Portál 2012, 192 s. ISBN: 978-80-7178-999-4.

PRŮCHA, Jan, Eliška WALTEROVÁ a Jiří MAREŠ. *Pedagogický slovník*. 3., rozš. a aktualiz. vyd. Praha: Portál, 2001, 322 s. ISBN 80-7178-579-2.

PRŮCHA, Jan (ed.). *Pedagogická encyklopedie*. Vyd. 1. Praha: Portál, 2009, 935 s. ISBN 978-80-7367-546-2.

PRŮCHA, J.: *Učitel: současné poznatky o profesi*. Praha, Portál, 2002, 152 s. ISBN 8071786217.

ROSE, R.: A Response to Fintan O'Regan's Exclusion from School and Attention Deficit Hyperactivity Disorder. [online]. 2020 [cit. 2024-04-07]. Dostupné z: https://www.researchgate.net/publication/234091385_Addressing_the_Challenges_of_School_Exclusion_for_pupils_labeled_as_having_ADHD_A_Response_to_Fintan_O'Regan's_Exclusion_from_school_and_Attention_Deficit_Hyperactivity_Disorder

STARCK, M., GRÜNWARD, J., SCHLARB, A. A.: *Occurrence of aDhD in parents of aDhD children in a clinical sample*. [online]. 2016 [cit. 2024-03-18]. Dostupné z: <https://www.tandfonline.com/doi/epdf/10.2147/NDT.S100238?needAccess=true>

WEISS, M., WEISS, G., HECHTMANN, L.: *ADHD in parents*. [online]. 2000 [cit. 2024-03-22]. Dostupné z: <https://doi.org/10.1097/00004583-200008000-00023>

WESTBY, C., WATSON, S. M. R.: *ADHD and Communication Disorders*. [online]. 2021 [cit. 2024-02-12]. Dostupné z: <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/abs/10.1002/9781119606987.ch23>

BERNHARDT, H.: *Comprendre et naviguer avec succès dans une relation avec un TDAH lorsque vous n'avez pas un TDAH*. [online]. 2021 [cit. 2024-03-22]. Dostupné z:

<https://caddac.ca/wp-content/uploads/Conseils-pour-comprendre-le-cerveau-TDAH.pdf>

ADHD u dospělých. [online]. 1988 [cit. 2024-03-11]. Dostupné z:

<https://www.nzip.cz/clanek/677-adhd-u-dospelych>

SEZNAM POUŽITÝCH ZKRATEK

ADHD - Attention deficit hyperactivity disorder

SEZNAM OBRÁZKŮ

PRÁCE NEOBSAHUJE OBRÁZKY

SEZNAM TABULEK

Práce neobsahuje tabulky

14

SEZNAM PŘÍLOH

Příloha P I: Dotazník pro kontrolní vzorek A

Příloha P II: Dotazník pro rodiče s ADHD

Příloha P III: Dotazník pro učitele základních škol

P IV: Kritéria pro získání certifikátu Rodiče vítáni

PŘÍLOHA P I: DOTAZNÍK PRO KONTROLNÍ VZOREK A

1. Jaké je vaše pohlaví? *

Označte jen jednu elipsu.

- muž
- žena
- jiné

2. Kolik je vám let? *

Označte jen jednu elipsu.

- 18-24 let
- 25-34 let
- 35-44 let
- 45-49 let
- 50-59 let
- 60 a více let

3. Trpíte ADHD? *

Označte jen jednu elipsu.

- ano
- ne

4. Jste pedagogem na základní škole?

Označte jen jednu elipsu.

- ano
- Ne

5. Jak často komunikujete s třídním učitelem vašeho dítěte? *

Označte jen jednu elipsu.

- pouze na třídních schůzkách
- dvakrát a vícekrát za 3 měsíce
- Každý měsíc aspoň jednou
- častěji než jednou za měsíc
- jednou týdně
- častěji než jednou za týden

6. Kdybyste měli dlouhodobý problém, o kterém víte, že nemá snadné řešení, byste se s ním třídnímu učiteli svého dítěte? * svěřili

Označte jen jednu elipsu.

- ano
- Ne

7. Jsou v komunikaci mezi vámi a kterýmkoliv učitelem vašeho dítěte nějaké problémy?

Označte jen jednu elipsu.

- ano
- Ne
-

8. Kdo je podle vás nejčastějším původcem problémů v komunikaci učitele a žáka? * rodiče

Označte jen jednu elipsu.

- dítě
- učitel
- rodič
- oba (rodič i učitel)
- jiná osoba

9. Znáte osobně dospělého, který "má ADHD"? * vyjma vás, pokud jím trpíte vy sami

Označte jen jednu elipsu.

- Ano
- Ne

10. Komunikuje s vámi vyučující vašich dětí dle vašich potřeb? *

Označte jen jednu elipsu.

- ano
- Ne

11. Potřebují podle vás rodiče, kteří trpí nějakou formou handicapu vyšší míru empatie, než rodiče, kteří handicap nemají?

Označte jen jednu elipsu.

- ano
- Ne

12. Potřebují z vašeho pohledu rodiče, kteří trpí ADHD jiný typ komunikace, než * rodiče bez ADHD?

Označte jen jednu elipsu.

- ano
- Ne

13. Mají dle vás rodiče s ADHD častěji děti s ADHD? *

Označte jen jednu elipsu.

- ano
- ne

14. Je pro učitele důležité, aby věděli, že rodič trpí ADHD? *

(nezávisle na tom, zda si to rodič přeje, aby to učitel věděl) Označte jen jednu elipsu.

- ano
- Ne

15. Příklad by si podle vás rodiče s ADHD, aby to o nich učitelé jejich dětí věděli, kdyby s tím učitel musel pracovat?

Označte jen jednu elipsu.

- ano
- ne

16. Může být překážkou v komunikaci vzájemné nepochopení způsobené nedostatečnou empatií ze strany pedagoga?

Označte jen jednu elipsu.

- ano
- Ne

17. Může být příčinou problémů ve vzájemné komunikaci učitele a rodiče s ADHD to, že učitel neví o diagnóze rodiče?

Označte jen jednu elipsu.

- ano
- Ne

18. Potřebují rodiče, kteří trpí ADHD vyšší míru podpory ze strany učitele, než rodič, který ADHD netrpí?

Označte jen jednu elipsu.

- ano
- Ne

19. Rozeznají podle Vašeho mínění učitelé ZŠ mezi rodiči ty, kteří pravděpodobně nebo jistě trpí ADHD?

Označte jen jednu elipsu.

- ano
- ne

20. Usnadnilo by komunikaci mezi učitelem a rodičem s ADHD, kdyby učitel o diagnóze rodiče věděl?

Označte jen jednu elipsu.

- ano
- ne

21. *Poděkování*

*Děkuji Vám za Vámi strávený čas u mých otázek. Velmi si cením Vašich odpovědí.
s přáním hezkého dne Kateřina Všeticková*

PŘÍLOHA P II: DOTAZNÍK B PRO RODIČE S ADHD

Základní údaje

2.

1. Máte děti?

*

Označte jen jednu elipsu.

- ano
- ne

* Označuje povinnou otázku

2. Jsem

*

Označte jen jednu elipsu.

- Muž
- Žena
- nechci uvádět

3. Je mi

Diagnostika ADHD se začala prosazovat cca v 80. letech minulého století. Předpokládáme však, že stejné symptomy měli i lidé před touto dekádou a diagnózy se dočkali až jako dospělí.

*

Označte jen jednu elipsu.

- 18-24 let
- 25-34 let
- 35-44 let
- 45-50 let
- 51-60 let
- 61 a více let

4. Byla mi diagnostikována

*

Označte jen jednu elipsu.

- lehká mozková dysfunkce
- hyperkinetický syndrom
- ADHD
- ADD

5. Diagnózu jsem získal

*

Označte jen jednu elipsu.

v předškolním věku

- v mladším školním věku

- V pubertě
- V adolescentním věku
- v dospělosti
- Lékař má podezření, na neurovývojovou poruchu pozornosti, ale na diagnózu teprve čekám

6. Žiji:

Tato otázka je pro nás důležitá, potřebujeme vědět, kolik rodičů s ADHD žije sdětní osamoceně, kolik v trvalém partnerském vztahu a kolik z nich má děti pouze v soudem stanovený čas. Tato otázka ověřuje, jak pevné vztahy lidé s ADHD utvářejí, protože to má přímý dopad na školní přípravu Vašich dětí.

*

Označte jen jednu elipsu.

- Žiji v úplné rodině (partner, partnerka, děti)
- Jsem rozvedený samoživitel/ka
- Jsem rozvedený/á a děti máme ve střídavé péči
- Jsem vdovec/vdova samoživitel/ka

7. Jsem rodičem

*

Označte jen jednu elipsu.

- 1 dítěte
- 2 dětí
- 3 dětí
- 4 a více dětí
- 9.

8. 1. stupeň základní školy navštěvuje

*

Označte jen jednu elipsu.

- jedno
- dvě
- Více z nich
- všechny
- žádné

9. Trpí některé z Vašich dětí takéž ADHD?

*

Označte jen jednu elipsu.

- ano, některé
- ano, všechny
- ne, žádné

11.

10. Po narození dítěte

ADHD se v zátěži může projevit různým způsobem. Únava může ovlivnit symptomy, zajímá nás, jakým způsobem.

*

Označte jen jednu elipsu.

- se nezměnila intenzita symptomů ADHD
- zhoršila intenzita symptomů ADHD
- zmírnila intenzita symptomů ADHD

- Jiné:

Vliv Vašeho ADHD na školní docházku Vašich dětí

11. Před nástupem mého dítěte do první třídy jsem cítil/a:

*

Označte jen jednu elipsu.

- radost, já i dítě jsme se těšili
- já jsem se těšil/a, dítě se bálo
- já jsem se bál/a selhání, dítě se těšilo
- ani já, ani dítě jsme to neřešili
- Jiné:

12. Domácí přípravě svého dítěte (dětí) se věnuji

*

Označte jen jednu elipsu.

- Denně
- Několikrát týdně
- Jednou týdně
- Méně často

Jiné:

13. Z ranních činností spojených se školní docházkou mých dětí mi největší potíže dělá:

Vyberte max. 3 věci, pokud se týkají Vás a vaší rodiny

*

Zaškrtněte všechny platné možnosti.

- vstát ráno včas
- připravit snídani a svačinu
- Dohlédnout na hygienu dětí
- Stihnout autobus
- Být včas ve škole
- žádná z možností

Jiné:

14. Když jde moje dítě se školou do divadla nebo do ZOO:

*

Označte jen jednu elipsu.

Pravidelně na to zapomenu 1 2 3 4 5 6 7 Přesně si to pamatuji

15. Abych podpořil/a školní přípravu svého dítěte,

Označte jen jednu elipsu.

- Pravidelně se společně učíme
- Pomáhám dítěti s domácími úkoly
- Motivuji dítě ke čtení a psaní
- Organizuji a sleduji časový plán dětí
- Kontroluji, zda má dítě všechny pomůcky, které má mít
- Jiné:

16. Vyberte, která činnost z odpolední rutiny spojené se školní přípravou Vašich dětí Vám činí největší potíže:

*

Označte jen jednu elipsu.

- vyzvednout dítě včas ve školní družině, případně po vyučování
- udělat s dítětem (dětmi) domácí úkoly
- mít v aktovce všechny potřebné pomůcky
- nezapomenout cvičební úbor na další den

17. Když moje dítě zapomene doma pomůcku, sešit nebo cvičební úbor:

*

Označte jen jednu elipsu.

- zlobím se na sebe a cítím se provinile, že jsem na to nedohlédl/a
- zlobím se na dítě, je úplně neschopné
- zlobím se na paní učitelku, která dítěti dala poznámku
- neřeším to
- Jiné:

Komunikace a vztah s učiteli Vašich dětí

Tato sekce se zaměřuje na komunikaci mezi Vámi a pedagogy ve škole, kterou navštěvuje Vaše dítě.

18. S učitelem/učitelkou svého dítěte se vídám

Označte jen jednu elipsu.

- Denně
- Několikrát týdně
- Jednou týdně

- Několikrát do měsíce
- Jednou za čtvrt roku na třídních schůzkách

19. Když se mnou chce učitel/ka mého dítěte mluvit, protože "zase něconemělo":

*

Označte jen jednu elipsu.

- sevře se mi žaludek a je mi nevolno
- cítím se provinile, dostávám depresi
- zlobím se, protože mi nikdo nepomáhá
- bráním se zuby nehty, že moje dítě mělo všechno
- drže se obořím na učitele/učitelku, co si to vymýšlí
- snažím se z toho vykrotit a vymyslet si co nejlepší výmluvu
- taková situace se mi nestává
- Jiné:

20. Paní učitelka mého dítěte

*

Označte jen jednu elipsu.

- je přísná a vyžaduje dodržování pravidel bez ohledu na to, že mám ADHD
- mi nabídla nadstandartní pomoc a nové strategie, když se dozvěděla, že mám ADHD
- je hodná a empatická, má pro mé odlišnosti pochopení
- mě nic neví, jenom mě kritizuje, měla by si zamést před vlastním prahem
- je zlá, odmítám s ní cokoliv řešit a jdu rovnou za ředitelem školy
- Jiné:

21. Pokud paní učitelka kárá moje dítě, protože stále zapomíná, nechodí včas do školy anebo nepíše domácí úkoly, jakou emoci to ve mě vyvolává?

*

Označte jen jednu elipsu.

- zlost
- pocit nespravedlnosti
- radost
- ignoruji to, je mi to "šumák"
- myslím si o ní své
- řeknu jí od plic, jaká je to "kráva"
- pokusím se najít nějakou dobrou výmluvu
- urazím se
- dostanu pocit méněcennosti a propadnu depresi
- Jiné:

22. Myslím, že by učitel byl empatičtější a ochotnější mi pomoci, kdyby věděl, že mám ADHD:

*

Označte jen jednu elipsu.

- ano
- ne

23. Kdybych věděl/a, že moje ADHD učitel/ka bude muset brát v úvahu,

*

Označte jen jednu elipsu.

- chtěl/a bych, aby věděl/a, že mám ADHD
- naznačil/a bych, že mohu mít problémy, ale nespecifikoval/a bych ho
- ne, nic po tom učitelům není, poradím si sám
- ne, mám obavu, aby to neupoužil/a proti mě
- Jiné:

24. Preferuji, aby se mnou učitel komunikoval

Označte jen jednu elipsu.

- osobně
- přes email
- přes aplikaci užívanou školou
- telefonický hovor
- Jiné:

25. Co by mi pomohlo ke zvládnutí školních povinností mých dětí?

*

Zaškrtněte všechny platné možnosti.

- pravidelný režim
- kalendář
- psychoterapie
- podpora ze strany školy
- kdyby mé dítě nemuselo některé věci nosit domů
- pochopení paní učitelky, pro některé mé odlišnosti
- myslím, že žádnou pomoc nepotřebuji

26. Kdybych mohl/a rozhodovat o tom, jak by mi škola měla pomoci, vybrala bych si:

Zde nám můžete sdělit svůj názor na vaše onemocnění, a jak by Vám mohla škola pomoci, aby případně Vaše dítě nebylo negativně ovlivněno Vaším ADHD.

Uveďte svoji odpověď:

PŘÍLOHA P III: DOTAZNÍK PRO UČITELE ZÁKLADNÍCH ŠKOL

Základní informace

1. Jsem

*

Označte jen jednu elipsu.

- Žena
- Muž

2. Učím

*

Označte jen jednu elipsu.

- na 1. stupni ZŠ
- na 2. stupni ZŠ

3. Učím

*

Označte jen jednu elipsu.

- 0 - 5 let
- 6 - 10 let
- 11 - 20 let
- 21 - 30 let
- 31 let a více

4. Souhlasíte s tvrzením, že dospělý s ADHD by si měl umět poradit bez pomoci druhých?

*

Označte jen jednu elipsu.

- Ano
- Ne

5. Poznáte, že rodič by mohl trpět ADHD?

*

Označte jen jednu elipsu.

- Ano, jednoznačně
- Někdy mám podezření
- Nejspíš ne
- Ne, nemám s ADHD zkušenost
- Nevím

Specifika v komunikaci dospělých osob s ADHD

6. Přípravovalo Vás studium pedagogiky na možnost, že budete komunikovat s rodičem, který by měl ADHD?

Označte jen jednu elipsu.

- Ano
- Ne

**7. Jak se podle Vás nejčastěji projevuje dospělý s ADHD v oblasti
Základních komunikačních dovedností
(skákání do řeči, nedočkavost apod.)**

Označte jen jednu elipsu.

Bez odlišností 1 2 3 4 5 Nedodržuje základní pravidla

**8. Jak se podle Vás nejčastěji projevuje dospělý s ADHD v oblasti
Udržení pozornosti během rozhovoru o délce 5 a více minut**

*

Označte jen jednu elipsu.

Udrží pozornost 1 2 3 4 5 Neudrží pozornost

**9. Jak se podle Vás nejčastěji projevuje dospělý s ADHD v oblasti
Udržení pozornosti během třídních schůzek (déle než 30 minut)**

*

Označte jen jednu elipsu.

Bez odlišností 1 2 3 4 5 Úplně se ztrácí v hovoru

**10. Jak se podle Vás nejčastěji projevuje dospělý s ADHD v oblasti
Hlasitost verbálního projevu**

*

Označte jen jednu elipsu.

Bez odlišností 1 2 3 4 5 Rodič je nadměrně hlučný

**11. Jak se podle Vás nejčastěji projevuje dospělý s ADHD v oblasti
Udržení krátkodobé paměti**

*

Označte jen jednu elipsu.

Pamatuje si vše 1 2 3 4 5 Má potíže s pamětí

**12. Jak se podle Vás nejčastěji projevuje dospělý s ADHD v oblasti
Motorického neklidu**

(nepokoj během rozhovoru, klepání nohou, pohyby prstů na rukách apod.)

*

Označte jen jednu elipsu.

Rodič je běžně klidný 1 2 3 4 5 Stále se nějak hýbe

**13. Jak se podle Vás nejčastěji projevuje dospělý s ADHD v oblasti
Impulzivita a emotivnosti projevu**

*

Označte jen jednu elipsu.

Bez odlišností od normy 1 2 3 4 5 Má tendence přehánět

**14. Jak se podle Vás nejčastěji projevuje dospělý s ADHD v oblasti
Organizace vlastních myšlenek**

*

Označte jen jednu elipsu.

Bez odlišností 1 2 3 4 5 Má problém udržet myšlenky

15. Jak se podle Vás nejčastěji projevuje dospělý s ADHD v oblasti

Porozumění v kontextu rozhovoru

*

Označte jen jednu elipsu.

Bez odlišností 1 2 3 4 5 Má potíže s porozuměním

16. Jak se podle Vás nejčastěji projevuje dospělý s ADHD v oblasti

Rychlosti toku myšlenek

*

Označte jen jednu elipsu.

Bez odlišností 1 2 3 4 5 Skáče z tématu na téma bez souvislostí

17. Prosím, zaškrtněte, které z uvedených charakteristik ADHD jste schopni rozeznat během krátkého času, který s rodičem strávíte, například během třídních schůzek či konzultací.

*

Zaškrtněte všechny platné možnosti.

- Potíže se soustředěním
- Potíže v komunikaci
- Potíže s dodržováním předem daných pravidel a řádu
- Potíže s dokončováním úkolů
- Časté přeskokování detailů, i když na ně jako učitel upozorním
- Časté zapomínání na denní úkoly a povinnosti.
- Zkratovité, bezmyšlenkovité jednání
- Náhlé projevy emocí nebo reakce, které se mohou jevit neuvážené.
- Tendence vyrušovat ostatní v konverzaci, skákání do řeči (např. během třídních schůzek či konzultací s jiným rodičem)
- Viditelný vnitřní neklid a pnutí
- Nutková potřeba se hýbat (klepání nohou, pohyby prsty na rukách, hraní si vlasy apod.)
- Častá potřeba změny nebo přestávek

- Nízká frustrační tolerance
- Rychlá změna nálad a emoční nestabilita
- Potíže s efektivním plánováním času
- Potíže s udržení pořádku kolem sebe
- Zapomínání na termíny a povinnosti (např. návštěva divadla či sportovní akce)
- Potíže se spánkem (člověk může vypadat vyčerpaný, i když pro to není objektivní důvod)
- Zvýšené projevy úzkosti či nervozity

Spolupráce mezi rodičem s ADHD a učitelem

18. Jak hodnotíte komunikační schopnosti rodiče trpícího ADHD vůči Vám?

*

19. Jak hodnotíte komunikaci mezi Vámi a rodičem trpícím ADHD?

*

Označte jen jednu elipsu.

- ADHD komunikaci neovlivňuje
- Rodič má potíže s pozorností
- Rodič má obtíže se pamětí, musím jej motivovat, aby si zapisoval poznámky
- Rodič se školou nekomunikuje
- Jiné:

20. Zde je prostor pro Vás, abyste nám napsali, jak pracujete s rodičem, který sám trpí ADHD.

V případě, že takovou zkušenosti nemáte, napište pouze "nemám zkušenost"

*

21. Jaké metody využíváte, případně byste využili v případě, že Vás rodič požádá o pomoc v souvislosti s jeho ADHD?

*

22. Máte jako pedagog časový prostor pro práci nad rámec běžné komunikace s rodinou, pokud rodič trpí ADHD?

*

Označte jen jednu elipsu.

- Ano
- Ne

23. Využili byste možnosti spolupráce s kolegou, který by společně s Vámi s takovou rodinou pracoval?

Například sociální pedagog či někdo ze školního poradenské pracoviště Vaší školy

*

Označte jen jednu elipsu.

- Tuto možnost bych uvítal
- Nepotřebuji pomoc, poradím si sám
- Již jsem takového kolegu oslovil a pomáhá mi
- V naší škole není nikdo takový, kdo by mi mohl pomoc
- Jiné:

Souvislost mezi ADHD u rodiče a domácí přípravou a přípravou na výuku u žáka

Tato sekce sleduje možnost, že by příčinou nepřipravenosti dítěte mohl v konečném důsledku být roztěkaný a nesoustředěný rodič.

24. Má dle Vašeho mínění ADHD u rodiče vliv na školní přípravu dítěte?

*

Označte jen jednu elipsu.

- Ano
- Ne

25. Je nutná pomoc rodině, pokud je příčinou nepřipravenosti žáka rodič trpící ADHD?

Označte jen jednu elipsu.

- Ano
- Ne

26. Jak byste popsali vliv ADHD u rodiče na připravenost dítěte na výuku z Vašeho pohledu?

PŘÍLOHA P VI

Vysvětlující komentář ZŠ

ZÁKLADNÍ POŽADAVKY

Tyto požadavky jsou pro úspěšnou certifikaci závazné (povinné). Škola je musí naplnit alespoň jedním z uvedených způsobů tak, aby byli spokojeni jak rodiče, tak pracovníci školy. Škola může kritérium naplňovat i pouze jedním z uvedených

Kritérium	Komentář
1. Rodiče se dostanou bez problémů do školy, včetně odpoledních hodin.	
<ul style="list-style-type: none">• U vstupních dveří je viditelně umístěn označený zvonek, rodiče po zazvonění do školy vpustí pověřená osoba.• U vstupních dveří je viditelně uvedeno telefonní číslo, na které má rodič zavolat, aby ho do školy pustila pověřená osoba.	Škola samozřejmě dbá na bezpečnost dětí. Rodič by měl mít možnost své věci ve škole vyřídit. Podstatné je to, aby bylo obecně známé, do kdy rodiče ve škole vždy najdou někoho, kdo jim podá základní informace. Škola by měla k rodičům svých žáků přistupovat způsobem, který se liší od režimu pro cizí návštěvníky. Rodiče by měli mít možnost užívat prostředí školy v souladu se zájmy svých dětí – za

předpokladu, že bude zachována bezpečnost prostředí školy pro všechny.

2. Rodičům jsou dostupné kontakty na všechny učitele a vedení školy.

- Rodiče dostávají na začátku školního roku tištěný aktuální seznam s kontakty, mobilní telefon nebo e-mail na třídního učitele.
- Škola má aktualizované webové stránky, obsahující jména všech vyučujících a vedení školy. Na stránkách jsou uvedeny kontakty (e-mail, telefon) na vedení školy a spojovatelku, ideálně na všechny zaměstnance školy.
- Rodiče mají možnost si aktuální kontakty dohledat ve školním informačním systému.

Ideální samozřejmě je, když škola kombinuje všechny tyto možnosti. Základní telefonní čísla do ředitelny mohou být vyvěšena na cedulce u vchodu, běžně by měly být všechny kontakty, e-maily, pevné linky (případně mobilní čísla) dostupné na webové stránce školy. Telefonní číslo či osobní e-mail na třídního učitele by měli rodiče dostat konkrétně, přímo od něj a s jeho svolením. Kontaktní údaje mohou být individuálně dostupné i ve školním informačním systému či dalších elektronických produktech s chráněným přístupem – elektronická žákovská knížka apod.

3. Rodiče mají k dispozici informace o tom, co a kdy se ve škole děje.

- Rodiče dostanou na začátku školního roku tištěnou informaci o tom, kdy jsou školní prázdniny, kdy se konají třídní schůzky, dny otevřených dveří a další významnější akce pro rodiče a žáky školy.
- Tyto informace má škola stále dostupné na svém webu a průběžně je aktualizuje.
- Tyto informace jsou dostupné ve školním informačním systému.

Škola samozřejmě může vyhovět požadavku jedním letáčkem vloženým prvního září do žákovské knížky, ale to není právě uživatelsky komfortní. Některé školy informují rodiče průběžně každý týden pomocí speciálního informačního sešitku, ale běžný, dostupný a plně funkční způsob je dnes týdenní školní program na webu, kde jsou v kalendáři zaznamenány všechny školní akce mimo běžný rozvrh.

způsobů (výjimkou je kritérium č. 4, kde jsou závazné obě jeho části). (1. 7. 2021)

Kritérium

Komentář

4. Komunikace mezi školou (učitelem) a rodiči

- a) S rodiči komunikujeme partnerským způsobem (**závazné**)
- b) Rodičům zaručujeme, že při třídních schůzkách neprobíráme prospěch a chování jejich dítěte před ostatními rodiči (**závazné**).

a) Kritérium, které má značně „neostré“ hranice a je třeba oboustranného maximálního pochopení a respektu, aby komunikace mohla být partnerská. Zvláště v konfliktních situacích je velmi obtížné, aby komunikace probíhala důstojně a uspokojivě pro všechny zúčastněné. Je rozumné v takových případech přizvat k diskuzi mediátora nebo například zástupce zřizovatele školy, v každém případě osoby nezávislé a nepodjaté. Každá záležitost by vždy měla být „dořešena“. A to tak, že obě strany se rozejdou spokojeny s tím, že se dohodly a situaci vyřešily, anebo s tím, že jsou dohodnuty, kdy, kdo a kde se sejde k dalšímu řešení.

b) Dnes již nejsou žádnou výjimkou různá „trojstranná“ setkání za účasti pedagoga, rodiče a dítěte. Tento typ individuální konzultace, který nahrazuje tradiční podobu třídních schůzek, je náročný pro všechny zúčastněné. Přináší však mnoho výhod, např. zaměření na silné či slabé stránky konkrétního dítěte. Neobvyklou není ani metoda, kdy před či po „hromadné“ schůzce s rodiči sedí učitelé ve své třídě a rodiče na ně „stojí frontu“ za dveřmi. Není to uživatelsky příliš příjemné, ale požadavek respektu k soukromí takové opatření splňuje. Kritérium č. 4 je členěno do dvou částí. Pro jeho naplnění jsou v tomto případě závazné obě části.

5. Se záměrem přihlásit se ke značce **Rodiče vítáni jsme seznámili rodiče dětí, které využívají služeb naší školy.**

- Rodiče byli seznámeni s údaji uvedenými v certifikačním formuláři, s údaji souhlasí a jsou ochotni to potvrdit.

Toto kritérium je klíčové. Kdo jiný by měl posoudit skutečnost, že škola se k rodičům chová opravdu vstřícně a naplňuje všechna kritéria, ke kterým se hlásí.

Škola tedy o schválení kritérií požádá zástupce rodičů – ať už to budou členové rodičovské organizace, nebo jednotlivci, kteří jsou mezi rodičovskou veřejností evidentně aktivní. Škola za účelem ověření splnění tohoto kritéria, uvádí kontaktní údaje na jednoho či více zástupců rodičů (jméno, e-mailová adresa, telefon). S touto skutečností musí být rodiče seznámeni a musí s tím souhlasit.

6. Pořádáme školní akce pro rodiče v termínech a hodinách, které jim umožní se jich opravdu zúčastnit.

Pokud chce škola skutečně na akci pozvat rodiče, měla by ji pořádat nejlépe v odpoledních hodinách, případně večer (záleží na typu akce). Většina rodičů chodí do práce. Akcí, které pořádá škola, by se jistě rádi zúčastnili, ale musí to pro ně být možné. V dopoledních hodinách může výjimečně proběhnout akce jedné třídy, když se na tom většina rodičů dohodne, ale určitě ne celoškolské akce.

Kritérium	Komentář
Informační tabule o značce Rodiče vítání je viditelně umístěna u vstupu do školy.	
<ul style="list-style-type: none">• Položka je zařazena mezi závazné (povinné), platnost je však odložena až po udělení značky. Zde se škola vlastně zavazuje, že tak v budoucnu učiní.	Zdánlivě jde jen o formalitu, ale pro fungování značky je to velmi důležité. Je tak zajištěno, že opravdu všichni rodiče, učitelé i žáci mají možnost si přečíst, k čemu se škola zavázala, a mohou případně vznést dotaz či pochybnost o správném plnění toho či onoho kritéria. Vyvěšení kritérií slouží také k tomu, aby rodiče získali přehled o dalších možnostech spolupráce se školou a mohli je případně iniciovat. Dialog mezi všemi aktéry školního života je hlavním smyslem značky Rodiče vítání.

VOLITELNÉ POŽADAVKY

Tyto požadavky jsou volitelné – pro základní stupeň certifikace musí škola naplňovat minimálně 2 kritéria. Pro všechna kritéria by mělo platit, že je škola naplňuje již nějakou dobu, je zapojena většina lidí, kterých se to týká atd. Jako minimální zkušenost doporučujeme jeden školní rok. Např. kritérium č. 13 naplňuje škola, která má již delší čas aktivní webovou diskuzi, lidé o ní vědí, využívají ji. Ne škola, která si zřídila před 2 měsíci facebookovou stránku, má 10 fanoušků a na svém webu o tom nemá ani zmínku.

Není také účelem přihlásit se k velkému množství kritérií – dobrou spolupráci s rodiči dělá především kvalita naplnění kritérií, až následně jejich kvantita. Proto vybírejte jen ta kritéria, o nichž jste přesvědčeni, že je spolehlivě a kvalitně naplňujete.

Kritérium	Komentář
<p>1. Dbáme na to, aby zápis do školy byl společenskou událostí příjemnou pro rodiče i děti. Myslíme přitom na potřeby dětí i rodičů.</p>	<p>Definice „příjemnosti“ jistě může být subjektivní, ale velmi pravděpodobně ji naplníte už tím, že zápis není jen úřední akt, ale rodiče s dětmi přivítáte, děti si mají při čekání kam sednout, mají si s čím hrát a k dispozici je i zcela minimální občerstvení (např. káva a čaj). Některé školy zapojují do organizace zápisu starší spolužáky, kteří pomáhají s programem pro budoucí prvňáčky.</p>
<p>2. Naši pedagogové nabízejí konzultační hodiny pro žáky i rodiče.</p>	<p>Toto kritérium považujeme za naplněné tehdy, když jsou na webu veřejně přístupným způsobem vypsány konkrétní hodiny, kdy je učitel k dispozici i mimo vyučování. Za naplnění kritéria nepovažujeme možnost, že se žák či rodič telefonicky domluví na konzultaci a je mu vyhověno. To je spíše společenská slušnost a samozřejmost.</p>
<p>3. Nabízíme rodičům kromě žákovské knížky a třídních schůzek i další způsob, jak je pravidelně informovat o prospěchu dítěte.</p>	<p>Podrobnější informování rodičů o práci dětí bývá zvykem spíše na 1. stupni. Oblíbené jsou týdenní plány, které mohou sloužit zároveň i jako podklad pro sebehodnocení a hodnocení dětí na konci týdne. Pokud se ovšem k tomuto kritériu hlásíte, měli byste jej naplňovat minimálně globálně na 1. stupni, nemělo by jít o individuální aktivitu jednotlivých učitelů.</p>

Kritérium	Komentář
<p>4. Kromě společných třídních schůzek organizujeme i konzultace ve trojici učitel– dítě–rodič.</p>	<p>Mluvíme-li o trojici, není to nutně jen trojice. Pokud se strany dohodnou, mohou samozřejmě přijít s dítětem oba rodiče, případně může být přítomen i další učitel či pracovník školy. Dítě by nemělo být z tohoto procesu vynecháno, vyjma takových případů, kdy je třeba řešit určité věci jen mezi rodiči a učiteli. Pro toto kritérium je podstatné, že škola možnost setkání ve trojici umožňuje, podporuje ji a aktivně rodičům nabízí.</p>
<p>5. Konfliktní situace ve škole řešíme tak, aby se jich mohli zúčastnit všichni, jichž se záležitost týká, včetně rodičů a dítěte/děti.</p>	<p>V tomto případě jde hlavně o to, aby škola nerozhodovala o dítěti bez vědomí rodičů, případně bez dítěte samého. Samozřejmě nelze taxativně stanovit, kdo jsou „všichni ti, jichž se to týká“, ale za chybný považujeme takový postup, kdy škola nevyužívá řešení běžných i konfliktních situací k tomu, aby dětem, rodičům a dalším stranám poskytovala možnost se na řešení podílet a za řešení přijímat zodpovědnost.</p>
<p>6. ŠVP a další školní dokumenty zpřístupňujeme na webu školy.</p>	<p>Kritérium je naplněno, pokud je zveřejněn kompletní školní vzdělávací program školy. Vedle samotného ŠVP doporučujeme jako vhodné, aby školy zveřejňovaly i souhrn nejdůležitějších bodů (nebo komentované kapitoly ŠVP), což umožní rodičům snáze posoudit, jakým způsobem se na konkrétní škole co učí.</p> <p>V uveřejněných materiálech doporučujeme vysvětlovat všechny odborné termíny a zkratky, aby jim všichni co nejlépe porozuměli.</p> <p>Nelze se odvolávat pouze na to, že ŠVP je k nahlédnutí ve škole – zkusme si to každý představit sám na sobě. Také uvítáme, když potřebné informace získáme snadno pomocí internetu v dobu, kdy na ně máme čas a klid.</p> <p>Mezi další školní dokumenty patří: školní řád, výroční zprávy, inspekční zpráva, řád školní družiny, preventivní program atd.</p>

7. Nabízíme rodičům konzultace našeho školního psychologa / výchovného poradce.

Školy již běžně mají v týmu svých pracovníků výchovného poradce, speciálního pedagoga, školního psychologa či logopeda. V takovém případě je vhodné, aby rodiče i žáci měli k dispozici informace o tom, kdy, kde a co je jim který odborník schopen a připraven poskytnout.

Školy, které nemají tyto odborníky přímo ve svých týmech, zajišťují tyto služby formou spolupracujících odborníků (externistů), kteří se školou spolupracují natolik úzce, že je možno rodiče předem informovat, kdy bude ve škole který odborník přítomen a co je jim schopen a připraven poskytnout.

Ideální a v praxi běžné je informovat o takových službách na webu školy.

Kritérium	Komentář
8. Rodiče mají možnost ovlivňovat způsob stravování svých dětí ve škole.	Škola má zavedený systém, jak mohou rodiče komentovat a připomínkovat úroveň a skladbu jídelníčku (např. schránka na připomínky, veřejně známá e-mailová adresa apod.). Zároveň se považuje za samozřejmé, že prostřednictvím svých zvolených zástupců v rodičovském sdružení a radě školy mají možnost spolurozhodovat o tom, zda například budou ve škole automaty na pití, sladkosti, jak bude vypadat v rámci hygienických norem jídelníček ve školní jídelně.

<p>9. Rodiče našich žáků i zájemci o naši školu mají možnost po domluvě navštívit vyučování.</p>	<p>Na webu školy jsou s dostatečným (alespoň měsíčním) předstihem zveřejněny termíny dnů otevřených dveří a je jasně uvedeno, na koho je třeba se telefonicky obrátit, pokud zájemce stojí o to navštívit individuálně některou vyučovací hodinu.</p>
<p>10. Zveme rodiče do vyučování, aby se zúčastnili společné práce se svým dítětem.</p>	<p>Splněním tohoto kritéria se nemyslí pouhá možnost navštívit hodinu svého dítěte (tomu se věnuje kritérium předchozí), ale takový systém vyučování, který umožňuje rodiči pracovat se svým dítětem na nějaké úloze. Výtvarná práce, řešení úlohy v matematice nebo nějakém přírodovědném předmětu, ale třeba i společné cvičení v rámci tělesné výchovy nebo zapojení do třídního nebo školního projektu. Smyslem takové aktivity je seznámit rodiče se schopnostmi jejich dětí mimo domácí prostředí. Přínosnou je i výměna rolí, tedy na situace, kdy je to právě dítě, které svého rodiče při práci vede – „vzdělává“.</p>
<p>11. Organizujeme školní akce, na kterých mohou rodiče a další rodinní příslušníci spolupracovat s dětmi a potkávat se s učiteli.</p>	<p>Za splnění tohoto kritéria považujeme tehdy, když se jedná o několik akcí do roka, při nichž se mají možnost potkat děti a rodiče z různých ročníků téže školy.</p>
<p>12. Umíme rodičům doporučit službu externího odborníka – dětského psychologa, logopeda, mediátora apod.</p>	<p>Škola tuto službu přehledně inzeruje na webu, spolu s kontaktním číslem na osobu, která je schopná konkrétního odborného pracovníka doporučit (kontaktní osobou bývá nejčastěji výchovný poradce školy).</p>
<p>13. Poskytujeme rodičům na webových stránkách prostor pro otevřenou diskusi o škole. (Např. diskuzní fórum, moderovaná kniha návštěv. Nejedná se o jednosměrnou komunikaci pomocí formuláře na vzkazy škole.)</p>	<p>Za splnění tohoto kritéria nepovažujeme tehdy, pokud je na webu uveden e-mailový kontakt například na ředitele, který odpoví na případné dotazy, případně pokud je zde umístěna schránka na vzkazy. To považujeme za jednosměrnou komunikaci. Splnění kritéria opravdu vyžaduje prostor, kde mohou rodiče navzájem o škole komunikovat, případně diskusi moderuje pověřený pracovník školy.</p>

Kritérium	Komentář
<p>14. Na naší škole funguje nezávislá rodičovská organizace s vlastní právní subjektivitou (podle nového občanského zákoníku obvykle zapsaný spolek).</p>	<p>Pokud kritérium splňujete, uveďte prosím do kontaktního formuláře (identifikační údaje) název organizace, její IČ, jméno a spojení na reprezentanta rodičovské organizace. Pozor, toto volitelné kritérium není rozhodné pro naplnění závazného kritéria č. 5. To může a musí být naplněno i v případě, kdy na škole není ustavena rodičovská organizace.</p>
<p>15. Rodiče mají možnost po domluvě využívat prostory školy k vlastním akcím.</p>	<p>Kritérium považujeme za splněné i v případě, že jde o placené služby – pronájem tělocvičny, školní jídelny, počítačové učebny. Jde především o to, že je to služba volně přístupná rodičům, ne jen firmám, s nimiž uzavírá škola obchodní vztah.</p>
<p>16. Pořádáme vzdělávací semináře pro rodiče na téma výchovy a vzdělávání.</p>	<p>Kritérium považujeme za splněné, pokud škola nabízí alespoň dvakrát ročně akci – seminář, setkání s odborníkem nebo pověřeným pracovníkem školy na téma spojené s výchovnými a vzdělávacími problémy v rodině a ve škole. O akcích by měla škola informovat s dostatečným předstihem na svém webu.</p>
<p>17. Pořádáme „kurikulární odpoledne“, v nichž rodičům vysvětlujeme, co, jak a proč ve škole učíme.</p>	<p>Mělo by jít o setkání, na nichž škola rodičům objasňuje, co a proč se v jejich škole učí, a to s důrazem především na nové a rodičům obvykle neznámé metody. Za součást tohoto vzdělávání považujeme i setkání pro rodiče prvňáků a předškoláků, na nichž je škola seznamuje se svým vzdělávacím programem a informuje je o postupech v jednotlivých vzdělávacích oblastech (například ve výchově ke čtenářství nebo sexuální výchově). Jako velmi vhodnou formu doporučujeme pravidelnou „rodičovskou kavárnu“, kde je vždy předem stanovené téma, ale zároveň se mohou rodiče doptat na věci, kterým ve vyučování nerozumějí, případně</p>

si mohou prostřednictvím webu předem objednat, o čem by příští kavárna měla být.

Po vyplnění [online dotazníku](#) obdrží osoba uvedená jako tzv. kontaktní potvrzovací e-mail o proběhlé certifikaci. Po naší kontrole zasláných údajů vám pošleme e-mail s dalšími informacemi a poté fakturu na uhrazení poplatku. Po zaplacení faktury obdrží škola certifikát, samolepku a ceduli se seznamem kritérií, která splňuje. Současně umístíme školu na mapu škol nesoucích značku Rodiče vítáni.

Potřebujete poradit?

Pokud máte dotaz k registraci či k čemukoliv jinému, obraťte se prosím, na kolegyni Kláru Stáňovou (tel. č. : 247 040 447, klara.stanova@wolteskluwer.com).

