

Poučavanje učenika s ADHD-om

Ivanović Reich, Antonela

Undergraduate thesis / Završni rad

2020

Degree Grantor / Ustanova koja je dodijelila akademski / stručni stupanj: **Josip Juraj Strossmayer University of Osijek, Faculty of Humanities and Social Sciences / Sveučilište Josipa Jurja Strossmayera u Osijeku, Filozofski fakultet**

Permanent link / Trajna poveznica: <https://um.nsk.hr/um:nbn:hr:142:673702>

Rights / Prava: [In copyright](#) / [Zaštićeno autorskim pravom.](#)

Download date / Datum preuzimanja: **2024-07-05**



FILOZOFSKI FAKULTET
SVEUČILIŠTE JOSIPA JURJA STROSSMAYERA U OSIJEKU

Repository / Repozitorij:

[FFOS-repository - Repository of the Faculty of Humanities and Social Sciences Osijek](#)



Sveučilište J. J. Strossmayera u Osijeku

Filozofski fakultet

Odsjek za pedagogiju

Antonela Ivanović Reich

POUČAVANJE UČENIKA S ADHD-OM

Završni rad

Mentor: doc. dr. sc. Gabrijela Vrdoljak

Osijek, 2020.

Sveučilište J. J. Strossmayera u Osijeku

Filozofski fakultet

Odsjek za pedagogiju

Antonela Ivanović Reich

POUČAVANJE UČENIKA S ADHD-OM

Završni rad

Društvene znanosti, polje psihologija, grana školska psihologija i psihologija
obrazovanja

Mentor: doc. dr. sc. Gabrijela Vrdoljak

Osijek, 2020.

IZJAVA

Izjavljujem s punom materijalnom i moralnom odgovornošću da sam ovaj rad samostalno napravio te da u njemu nema kopiranih ili prepisanih dijelova teksta tuđih radova, a da nisu označeni kao citati s napisanim izvorom odakle su preneseni. Svojim vlastoručnim potpisom potvrđujem da sam suglasan da Filozofski fakultet Osijek trajno pohrani i javno objavi ovaj moj rad u internetskoj bazi završnih i diplomskih radova knjižnice Filozofskog fakulteta Osijek, knjižnice Sveučilišta Josipa Jurja Strossmayera u Osijeku i Nacionalne i sveučilišne knjižnice u Zagrebu.

U Osijeku, datum 3.6.

Antela Kanović Reich, 0122226377

ime i prezime studenta, JMBAG

SAŽETAK

Hiperaktivni poremećaj je neurobiološki poremećaj mozga u kojem dominiraju tri glavna problema, a to su impulzivnost, nepažnja i hiperaktivnost. Obično se razvije i dijagnosticira u djetinjstvu jer se gotovo svi simptomi javljaju do 12. godine, koji će biti vidljivi i u daljnjem životu. Postoje tri tipa: poremećaj nedostatka pažnje s hiperaktivnosti, pretežno hiperaktivno-impulzivni tip; poremećaj nedostatka pažnje s hiperaktivnosti, pretežno nepažljivi tip; poremećaj nedostatka pažnje s hiperaktivnosti, kombinirani tip. Učenici koji imaju ADHD ne mogu dugo sjediti mirno na mjestu, svaka reakcija im odvraća pozornost, upadaju u riječ i prekidaju druge.. Kako bi poučavanje učenika bio što učinkovitije, učitelji trebaju posvetiti više vremena hiperaktivnim učenicima i pružiti im više vremena za rješavanje zadataka, te im prilagoditi zadatke. Upute za zadatke trebaju biti kratke, jasne i često ponavljane kako bi učenici bili stalno izloženi njima zbog često gubljenja koncentracije i interesa. Učenike treba nagraditi neposredno nakon određenog ponašanja kako bi ono bilo učinkovito, no važno je napomenuti da se nagrade trebaju mijenjati kako ne bi izgubile svoj učinak. Učenici s hiperaktivnim poremećajem trebaju imati asistente u nastavi kako bi im pomogli pri usvajanju gradiva. Asistenti bi trebali dodatno pojašnjavati zadatke, ponavljati pravila i voditi dnevnik o učenikovom razvoju. Preporučljivo je da budu u svakodnevnom kontaktu s roditeljima i učiteljima koji su primarni prenositelji znanja.

Ključne riječi: hiperaktivni poremećaj, nastavne strategije, ADHD i škola

SADRŽAJ

1.UVOD	1
2.POVIJEST ADHD-A	3
3.UTVRĐIVANJE POJMA ADHD.....	3
3.1.Kako se ponašaju djeca s ADHD-om?.....	3
3.2.Tri oblika ADHD-a	5
4.ADHD I ŠKOLA.....	8
4.1.Izgled učionice	8
4.2.Organizacija nastave prilagođena učenicima s ADHD-om.....	9
4.3.Kognitivne strategije	11
4.4.Disciplina u razredu.....	11
5.SAVJETI ZA ASISTENTE U NASTAVI	13
6.ZAKLJUČAK	14
7. POPIS LITERATURE	15

1.UVOD

Sve većem broju djece je dijagnosticiran hiperaktivni poremećaj, odnosno ADHD. Nažalost, i dalje postoje slučajevi koji nisu dijagnosticirani, te se takvu djecu smatra neodgovornom, lijenom, nemirnom ili bezobraznom. Nemogućnost sjedenja na jednom mjestu duži vremenski period, nepažnja, često upadanje u riječ učiteljima ili drugim učenicima, impulzivnost, samo su neki su od simptoma ADHD-a koji se mogu uočiti u razredu.

U prvom dijelu ovog rada opisana je povijest ADHD-a, utvrđivanje samog pojma kako bi on bio razumljiv, kao i njegovi oblici i svakodnevna ponašanja djece s ovim poremećajem. Opisana je dijagnostika u okviru čega su navedena ponašanja hiperaktivnog djeteta, kao i mogućnost utjecaja genetike na poremećaj.

U drugom dijelu opisuje se funkcioniranje djece s ADHD-om u školskom okruženju. Navedene su strategije koje su karakteristične u poučavanju učenika s ADHD-om za učitelje. Uz navedene strategije poučavanja, nalaze se savjeti koji se ne odnose izravno na poučavanje gradiva, već na lakšu prilagodbu učenika u obrazovni sustav (stvaranje rutine, položaj sjedenja učenika u razredu i ostalo). U radu s hiperaktivnom djecom često su uključeni asistenti, stoga su u radu navedeni savjeti i strategije kako učeniku olakšati usvajanje gradiva. Nadalje, navedeni su savjeti i upute za održavanje discipline u razredu s kojom učitelji često imaju problema.

2. POVIJEST ADHD-A

Barkley (1998) i Strock (2003) (prema Velki, 2012) navode da je hiperaktivni poremećaj prvi definirao i objasnio dr. Heinrich Hoffman (1845) u svom djelu „Priča o nemirnom Filipu“. U svojoj knjizi on je prikazao hiperaktivno dijete s njegovim specifičnim ponašanjem. Tek 1902. godine Sir George Frederick Still u svojim djelima prikazuje 43 djece koje je okarakterizirao kao djecu s poremećajima u ponašanju, koja su posljedica genetike. Hudson (2018) navodi da postoji genetska veza u ovom poremećaju jer se on uočava u obitelji, no ona ne mora biti jedini uzrok pojave ADHD-a. Nadalje, Hudson (2018) tvrdi da je Američka psihijatrijska asocijacija potvrdila daljnje korištenje imena „deficit pažnje, hiperaktivni poremećaj“ (ADHD), no u današnje vrijeme najčešće je korišten naziv „hiperkinetički poremećaj“.

3. UTVRĐIVANJE POJMA ADHD

Prema Hudson (2018) „deficit pažnje, hiperaktivni poremećaj“ (ADHD) je neurobiološki poremećaj mozga u kojem dominiraju problemi s hiperaktivnošću, impulzivnošću i nepažnjom. Hughes i Cooper (2009) navode da ovaj poremećaj zahvaća 3-5% djece i mladih, te je ujedno i najčešće dijagnosticirani poremećaj u Ujedinjenom Kraljevstvu.. On se obično razvija oko treće godine djetetova života, a neki od autora poput Hudson (2018) navode da simptomi moraju biti vidljivi do 12. godine.

3.1. Kako se ponašaju djeca s ADHD-om?

Kako bi se pobliže opisalo ponašanje hiperaktivne djece, potrebno je pobliže opisati sva tri dominantna problema.

Prema Velki (2018) hiperaktivno ponašanje djece dolazi u različitim oblicima s obzirom na dob i razvojni stupanj. Hiperaktivna djeca vrtićke i školske dobi većinu vremena provedu u stanju nemira, odnosno teško mirno sjede na stolici, a ono je popraćeno trešnjom rukama i nogama. Često se ustaju sa stolice u situacijama kada je od njih očekivano da sjede na mjestu, stalno trče ili se

penju u situacijama u kojima je to neprikladno. Svaki oblik obavljanja aktivnosti u miru i tišini njima predstavlja problem jer često previše pričaju. Takva djeca često propitkuju učiteljicu ili drugu djecu nepotrebnim pitanjima. Nadalje, Hudson (2018) navodi da se hiperaktivno dijete često može praviti važno, te biti zaigrano. Također ga karakterizira i kaotično ponašanje, odnosno u školi se pojavljuje bez adekvatnog pribora, nerijetko kasneći. Hughes i Cooper (2009) navode kako se takvo ponašanje tumači kao djetetovo nepoštivanje pravila zbog čega se uvode pedagoške mjere koje u većini slučajeva ne donose poboljšanje ponašanja. Velki (2018) navodi da su simptomi kod adolescenata manje primjetni. Oni se svode na vrpoljenje i osjećaj nespokoja.

Drugi problem koji karakterizira djecu s ADHD-om je impulzivnost. Velki (2012) opisuje impulzivnu djecu kao pojedince koji imaju problema s ponašanjem koje nije unaprijed osmišljeno, odnosno ono se odvija bez razmišljanja. Impulzivnost se javlja zbog poteškoća u kočenju. Djeca ne razmišljaju o svom ponašanju u određenim situacijama i naprave ono što im prvo „padne na pamet“. Važno je naglasiti da ona neposredno nakon nepromišljenog ponašanja znaju da je ono što su napravili pogrešno, ali često za to bude prekasno jer osjete posljedice vlastitog ponašanja. Impulzivna djeca su nestrpljiva, te za primjer možemo uzeti čekanje koje ovakvoj djeci stvara veliki problem. Npr. ona ne mogu čekati u redu u školskoj kuhinji na obrok stoga se često probijaju na početak reda ne uvažavajući drugu djecu. Također, čekanje rezultata nekog projekta može im stvarati nelagodu jer oni smatraju da rad nema smisla ako rezultati nisu odmah dostupni. Roditelji imaju problema s ovakvom djecom jer se ona ne boje opasnosti. Ne razmišljaju o posljedicama budući da iskaču kroz prozore učionica ili trče na cestu za loptom u igri. Barkley (2000) i Gardner (2002) (prema Velki, 2018) napominju kako druga djeca slušaju savjete roditelja dok impulzivna djeca nemaju razvijenu samoregulaciju. Hughes i Cooper (2009) ističu da se kognitivne funkcije, koje utječu na samoregulaciju i koje nam ne dopuštaju da se prepustimo nepromišljenom ponašanju, kod djece s ADHD-om se ne aktiviraju ili otežano rade. Naglašavaju da nastavnici trebaju više puta ponavljati pravila kako bi se takvi učenici u potpunosti posvetili zadacima.

Deficit pažnje je još jedan indikator hiperaktivne djece. Delić (2001) tvrdi da se nepažnja očituje u redovitom gubljenju školskog pribora kod učenika, teško usmjeravaju pažnju na rješavanje zadataka, te oni ostaju nedovršeni, ali razlog tomu nije neshvaćenost uputa ili bezobrazno ponašanje. Ignoriraju zadatke koji iziskuju mentalni napor, ali nasuprot tome, Campbell i Ewing (1990, prema Hughes i Cooper, 2009) tvrde da će djeca s deficitom pažnje ignorirati i prelagane i predvidljive zadatke. U svakom zadatku se trebaju uključiti novi segmenti, te rješavanje zadataka

treba biti nagrađeno. Ovakva djeca preferiraju neposredne nagrade, nad dugoročnim, stoga se koriste takve nagrade kako bi djeci usmjerili pažnju na rješavanje problema. Također, učenici s problemom nepažnje trebaju duže vremena za obavljanje zadataka, stoga bi oni trebali sami izabrati „svoj tempo“. Stručnjaci tvrde da takvi učenici imaju poteškoća s kontrolom motorike, ali da su sposobni riješiti zadatke uz dodatno vrijeme. Velki (2018) navodi kako nepažnja uvelike utječe na školski uspjeh učenika. Primjetno je da oni nerijetko prepisuju krivo riječi s ploče, dolaze u školu ili na izvannastavne aktivnosti u krivu smjenu ili vrijeme, ne ponesu novac za užinu. Ovakve propuste nastavnici često shvaćaju kao znakove neozbiljnog i razmaženog djeteta. Velki (2018) ističe kako je učenicima s ADHD-om lako odvući pažnju, stoga ih svaka kretnja drugog učenika ili nastavnika može ometi. Uz ometanje, pojavljuje se i komentiranje reakcije učenika ili nastavnika koje može ometati druge u razredu. Nepažnja se ne mora uvijek očitovati samo u ometanju drugih i skretanjem pažnje na sebe. Neki učenici često ostaju dugo neopaženi jer ako nema indikatora hiperaktivnosti, oni borave u klupama mirno, no ne obavljajući zadatke koji su im dani. Takvo ponašanje dovodi do neuspjeha u školi, te im se pripisuju osobine poput lijenosti i nesposobnosti. U ovakvim situacijama, stručni suradnici u školi bi trebali razgovarati s djetetom, te ukoliko ima potrebe uputiti dijete na daljnju dijagnostiku, kako bi se otkrio uzrok problema. Nažalost, u većini slučajeva to nije ishod situacije i djeca ostaju okarakterizirana kao nemarna.

3.2. Tri oblika ADHD-a

Cooley (2017) navodi i objašnjava tri oblika ADHD-a koje samo kvalificirani stručnjak može dijagnosticirati.

Prvi oblik koji navodi Cooley (2017) je **poremećaj nedostatka pažnje s hiperaktivnosti, pretežno hiperaktivno-impulzivni tip**. Simptomi ovog tipa najčešće se manifestiraju još u vrtićkoj ili predškolskoj dobi, no mogu se javiti i u višim razredima, odnosno kada zadaci od njih iziskuju veću koncentraciju. Ovaj tip poremećaja se očituje u tome da su djeca iznimno aktivna i nemirna, dižu se s mjesta u razredu i hodaju po istom. Velki (2018) napominje da je ovaj tip najčešće dijagnosticiran kod djece i adolescenata. Cooley (2017) i Velki (2018) navode da se ovaj tip može dijagnosticirati ako šest od ovih simptoma traju duže od šest mjeseci:

- ne može mirno sjediti na mjestu, te neprestano pokreće ruke i noge

- ne sjedi na stolici, nego se kreće po razredu ili u situacijama u kojima se od njega očekuje da bude miran
- ne poštuje čekanje u redu i pretječe druge
- upada u riječ drugima i prekida ih
- problem mu predstavlja igra u miru
- neprestano se kreće i ponaša se kao da ima „motorni pogon“
- trči ili se penje u situacijama u kojima je to neprimjereno
- ne poštuje pravilo „podizanja ruke“, više odgovor i kada nije prozvan
- prekomjerno i prečesto priča

Drugi tip koji navodi Cooley (2017) je **poremećaj nedostatka pažnje s hiperaktivnosti, pretežno nepažljivi tip**. Još jedan naziv koji se koristi za ovaj tip je „ADD“-„H“ koji upućuje na hiperaktivnost. Djeci kojima je dijagnosticiran pretežno nepažljiv tip nisu impulzivna i hiperaktivna, ali imaju poteškoća s nepažnjom, teško se organiziraju i postavljaju prioritete, često su umorni, te zaboravljaju. Zadatke koji su im dodijeljeni teško završavaju jer su izbezumljena i flegmatična, te se često okarakteriziraju kao lijena, neodgovorna, nemarna i neozbiljna. Ovaj tip ADHD-a teško se detektira jer njihovo ponašanje nije ometajuće, te se ono češće pojavljuje kod djevojčica. Dijagnoza dolazi nakon što se primijeti šest ili više simptoma koji utječu na život u najmanje dva okružja (npr. škola ili kuća):

- često griješi jer ne pridaje pažnju detaljima
- ne održava koncentraciju na zadacima
- zaboravlja stvari u svakodnevnom životu
- svaka reakcija mu odvraća pozornost
- ne obraća pažnju na osobu koja mu se obraća
- ignorira zadatke koji od njega iziskuju stalni mentalni napor
- često izgubi stvar potrebnu za zadatke
- nije organiziran
- ignorira date upute (u školi i u kući)

Posljednji tip poremećaja koji Cooley (2017) navodi je **poremećaj nedostatka pažnje s hiperaktivnosti, kombinirani tip**. Nastavnici obično djeci s dijagnosticiranim kombiniranim tipom pridaju najviše pažnje jer su ona impulzivna i imaju poteškoća s ponašanjem. Njihovo ponašanje utječe na njihov školski uspjeh. Ovakva djeca imaju simptome koji se javljaju u hiperaktivno-impulzivnom tipu i u nepažljivom tipu. Ovaj tip je primarno poremećaj kontrole impulsa jer on sprječava učenike da odrađuju aktivnosti u kojima ne uživaju. Učenici koji nemaju ADHD mogu se „natjerati“ da obave zadatke u kojima ne uživaju, no kod djece s dijagnosticiranim kombiniranim tipom to je gotovo neostvarivo. Ona ostaju mirna samo kada rade aktivnosti u kojima uživaju. Na primjer, simptomi hiperaktivnosti ne moraju se očitovati kada gledaju televiziju ili igraju videoigre, ali na satu neće sjediti mirno već se hodati po razredu i pričati s drugim učenicima.

Američka psihijatrijska udruga (2013) navodi da je za dijagnostiku poremećaja važno uočiti navedene simptome prije 12 godine jer se hiperaktivni poremećaj najčešće dijagnosticira u djetinjstvu. Važno je napomenuti da nije vjerodostojno prisjećanje simptoma iz djetinjstva u odrasloj dobi. Ponašanje koje je karakteristično za ovaj poremećaj mora biti prepoznato u više sredina, poput škole, kuće, crkve, no važno je naglasiti da ponašanja ne moraju biti ista u svakom području. U nekim situacijama on ne mora biti primijećen, npr. ako su djeca okupirana aktivnostima koje ih zanimaju, primaju neposredne nagrade nakon dobrog ponašanja, ako je u kontaktu s tehnologijom koja mu odvraća pozornost ili pak ako se nalazi u novom, nepoznatom okruženju. Iako simptomi mogu ukazivati na prisutnost ADHD-a, biološki marker ne postoji u dijagnosticiranju ADHD-a.

Štetni i progonistički pokazatelji koji se odnose na karakter, odnosno teško održavanje kontrole ili negativne emocije mogu biti predispozicije za poremećaj, no nisu karakteristične za isti. Postoje i okolinski čimbenici koji bi mogli signalizirati razvoj ADHD-a, no oni nisu pouzdani pokazatelji. Neki od tih indikatora su mala težina pri rođenju ili pak pušenje majke u trudnoći. Smatra se mogućim da na razvoj ADHD-a utječe stalna promjena udomiteljskih obitelji, konzumiranje alkohola majke u trudnoći ili izloženost neurotoksinima. Nadalje, Američka psihijatrijska udruga (2013) navodi da su genetski čimbenici važni pri dijagnosticiranju ADHD-a jer je nasljednost ovog poremećaja značajna. Poremećaj nije popraćen tipičnim tjelesnim oštećenjima, ali neke od anomalija se javljaju češće kod ljudi koji imaju ADHD, poput visokog nepčanog luka ili nisko položene uške.

4. ADHD I ŠKOLA

Kada se govori o djeci s hiperaktivnim poremećajem u školi uvijek se postavlja pitanje: Trebaju li djeca s ADHD-om pohađati redovnu školu? Hughes i Cooper (2009) zaključuju kako je odgovor „da”, iako njihovo opstajanje u njima ovisi o prilagodljivosti učenika. Iz tog razloga treba se istinski angažirati u obrazovanje, odnosno učenike s ADHD-om treba upoznati i priznati kao ravnopravne subjekte u školskom okružju, te im pomoći pri prilagođavanju. Sustav vrijednosti u obrazovanju treba svakom učeniku osigurati ravnopravno sudjelovanje u nastavi neovisno o problemima u ponašanju. Velki (2018) navodi kako učitelji mogu očekivati barem jednog učenika s hiperaktivnim poremećajem ponašanja u razredu. Njega je vrlo lako primijetiti, a najčešća ponašanja u razredu su: lijenost i nemotiviranost, nedosljednost (često se izmjenjuju dobri i loši dani), ne iskorištavanje svog potencijala, nemirnost, nemogućnost mirnog sjedenja na stolici, izbjegavanje mentalnog napora (rješavanje zadataka, čitanje) i ostalo.

4.1. Izgled učionice

Hudson (2018) navodi kako učenicima s ADHD-om bolje pogoduje sjediti u redovima (tradicionalan raspored), nego li u grupama gdje su učenici okrenuti jedni prema drugima jer to može dovesti do neželjenog ponašanja kod učenika s hiperaktivnim poremećajem. Takvi učenici bi trebali sjediti u prednjem dijelu učionice, bliže učiteljima. Bellgrove, Gill i Fitzgelard (2007) navode kako bi učenik trebao sjediti u prednjem dijelu učionice i odvojeni od ostatka razreda, ali i dalje uključeni u redovan način sjedenja. Ovime bi se smanjila mogućnost ometanja učenika, učitelj bi mogao bolje pratiti učenikov napredak i njegovo ponašanje i pružiti češće povratne informacije. Oni možda neće dobro podnijeti promjene, stoga se preporuča da sjede uvijek na istom mjestu, u istoj učionici. Hudson (2016) savjetuje da se stražnji dio učionice preuredi u kutak koji će učeniku služiti kao promjena aktivnosti. Također, poželjno je, ako je škola u mogućnosti, opremiti učionicu napunjenim vrećama kako bi učenik mogao promijeniti mjesto sjedenja kada mu je to potrebno. Velki (2007) navodi kako razred koji pohađa učenik s deficitom pažnje ne bi trebao brojati više od 15 učenika, a ako je to neizbježno, trebao bi se osigurati asistent u nastavi.

4.2.Organizacija nastave prilagođena učenicima s ADHD-om

Rief (2012) navodi se učenicima s ADHD-om treba omogućiti više vremena za obavljanje zadataka. Također, takvi učenici često imaju neki od poremećaja učenja, te problem s obrađivanjem informacija koje čuju, stoga možda trebaju više vremena da obradi i razmisli o svom odgovoru. Strategija koja pomaže učenicima je da učitelji, nakon što postave pitanje, omoguće pet sekundi vremena prije nego li prozovu nekog od učenika da odgovori. Nadalje, hiperaktivni učenici obično trebaju više prostora (npr. na stolu ili podu ako se tamo aktivnost odvija) kako bi bili što bolje organizirani ili kako bi smanjili probleme s drugim učenicima.

Velki (2018) tvrdi kako je iznimno važno stvoriti rutinu kada je riječ o djeci s hiperaktivnim poremećajem. Kako je problem organizacije izražen kod učenika, važno je da učitelj održi kontinuiranost aktivnosti kako bi učenici unaprijed znali što ih očekuje, te bi se problem organizacije ublažio. Barkley (2006) navodi kako bi se akademske aktivnosti trebale provoditi u jutarnjim satima jer tada učenici imaju najviše koncentracije. Popodnevni sati predviđeni su za aktivnije i neakademske predmete, poput tjelesne kulture.

Velki (2018) navodi kako zadaci trebaju biti prilagođeni hiperaktivnoj djeci. Učitelji trebaju dopustiti učenicima da se izraze kako oni žele, te im omogućiti rješavanje zadataka koji su u skladu s njihovim sposobnostima. Barkley (2006) tvrdi kako učenicima treba dopustiti slobodu u odabiru zadataka jer to utječe na produktivnost. Ako učenik ima problema s gradivom iz fizike, učitelj bi mu trebao omogućiti više zadataka od kojih bi on odabrao one koje će riješiti. Na ovaj način nastavnik nadzire opću prirodu zadataka, učenik ima slobodu.

Hudson (2018) tvrdi kako bi se djeci trebala omogućiti aktivnost i kretanje tokom sata jer učenici s ADHD-om imaju problem sa sjedenjem na mjestu duže vremena. Loptica za reduciranje stresa ili pak djelić tkanine će zaokupiti učenika. Pobjoljšat će mu koncentraciju i prevenirati će lupkanje olovke po stolu. Barkley (2006) predlaže da učenici na satu imaju dvominutnu stanku u kojoj bi se prošetalili po razredu ili, ako su u mogućnosti, otišli u školsko dvorište.

Velki (2018) naglašava kako bi učitelj trebao prenositi gradivo na zanimljiv način. U svoja predavanja treba uključiti humor, promjenu intonacije u glasu i komunicirati s učenicima kako bi održao pažnju učenicima.

Hudson (2018) naglašava kako je hiperaktivnim učenicima potrebno puno više vremena za obavljanje zadataka nego djeci bez poremećaja, stoga ni količina zadaće ne bi treba biti ista u oba slučaja. Preporuča se da se upute jasno dodjele učeniku, ali i da mu se zapišu. Ako učenik sam zapiše upute, savjetuje se pregledavanje.

Cooley (2017) navodi kako hiperaktivna djeca često završavaju radove i ispite na najbrži mogući način, a ne na najkvalitetniji. Oni su često nestrpljivi i ne ulože napor u rješavanje, stoga ne treba dopustiti učenicima da predaju ispite ubrzo nakon početka rješavanja. Učitelji trebaju naglasiti kako neće ocijeniti rad u koji nije uložena sav trud.

Cooley (2017) ističe važnost diferenciranja poučavanja. Svako dijete je drugačije i zbog toga ne postoji samo jedan način poučavanja za sve učenike. Svaki učenik ima svoje potrebe i prema njima se treba mijenjati kurikulum. Diferencijacija poučavanja će osigurati kvalitetnu individualnu nastavu za svakog učenika. Interesi učenika bit će otkriveni ako se u nastavni sat organiziraju različiti stilovi učenja, promjena tempa ili pak, stila. Ovakav pristup poučavanju neće samo otkriti jake strane učenika s hiperaktivnim poremećajem, već i učenika bez poteškoća koji također najbolje usvajaju gradivom kada ih se poučava tehnikom koja im najviše odgovara. Neke od diferencijacija poučavanja mogu biti smanjenje domaćih zadaća ili određivanje roka za predaju zadaća.

Cooley (2017) zaključuje kako bi učenje u grupama bilo iznimno korisno za učenicima s ADHD-om, osobito ako su u grupu uključeni učenici koji su spremni pomoći istima. Oni dobro reagiraju na učenike koji su empatični i strpljivi.

Špoljarić (2019) provodi istraživanje u kojemu je dokazano da su učenici s ADHD-om često obeshrabreni i razočarani školskim uspjehom jer često nailaze na neuspjehe, iako ulažu trud. Istraživanje je pokazalo kako su učenici imali više motivacije za rad, te poboljšali logičko mišljenje uz dodatan rad. Ovakvim učenicima treba više pažnje učitelja kako bi uspješno pratili nastavu.

4.3.Kognitivne strategije

Cooper i Huges (2009) navode kako ovakav oblik poučavanja učenika fokusira na „vježbanje i jačanje“ elemenata koji djetetu nedostaju.

Navode se primjeri poučavanja za nastavnike pri korištenju kognitivnih strategija u poučavanju učenika s ADHD-om:

- **korištenje unutrašnjeg dijaloga:** učenici često imaju problema s kontrolom i usklađivanjem mišljenja i postupaka, a u tome im može pomoći unutrašnji dijalog. Učitelji u početku pokušavaju isprobati poželjan način mišljenja verbalizacijom, a nakon toga koriste unutrašnji dijalog.
- **Poticanje samoosnaživanja očekivanog ponašanja:** Ervin i sur. (1996) prema Cooper i Huges (2009) preporučuju da učitelji samoosnažuju očekivana učenikova ponašanja putem izravnih uputa i modeliranja. Učitelji putem kognitivnih strategija učenika modeliraju njihovo ponašanje kako bi oni samostalno mogli obavljati školske zadatke, a nakon toga kao bi učenici sami sebe ohrabрили za obavljanje zadataka. Cilj je učenika pripremiti za samostalan rad i potaknuti ga na samoosnaživanje.
- **tehnike samoinstruiranja:** tehnike samoinstruiranja pomažu hiperaktivnim učenicima jer im omogućuju kontroliranje učenja. One za cilj imaju otkloniti nepoželjna ponašanja i afirmirati konformizam u ponašanju. Lerner i Lowenthal (1994; prema Cooper i Huges, 2009) zaključili kako tehnike samoinstruiranja reduciraju neke od simptoma hiperaktivnog ponašanja (poremećaj pažnje, problemi pri usvajanju pravila i uputa, lošijih socijalnih sposobnosti, itd.).

4.4.Disciplina u razredu

Istraživanje koje je provela Lešić (2018) je pokazalo da učitelji odgojne metode koriste gotovo uvijek, dok obrazovne koriste često. Učiteljice samoprocjenjuju da češće koriste obrazovne metode u radu s hiperaktivnom djecom, u odnosu na učitelje, ali u jednakoj mjeri koriste obrazovne postupke. Iz ovih rezultata istraživanja zaključuje se da učitelji više vremena posvećuju discipliniranjem učenika jer im ono predstavlja izazov.

Barkley (2006) navodi kako pravila i upute trebaju biti jasne, kratke i često prikazane kroz više vidljive i vanjske načine izvođenja, nego li s drugom djecom. Djeca bi pravila trebala ponavljati naglas ili upute trebaju biti istaknute u učionici. To je ključno za pravilno ophođenje s hiperaktivnom djecom jer je neučinkovito oslanjati se na sjećanja djece.

Posljedice nakon određenog ponašanja trebaju se dogoditi neposredno nakon ponašanja zato što njihovo odgađanje smanjuje njihovu uspješnost. Ovo se primjenjuje i na nagrade i na kazne uz napomenu da kazna ne mora biti oštra, ali mora uslijediti neposredno nakon ponašanja. Hudson (2018) navodi da kazne moraju biti realne, odnosno ne smiju biti ni previše blage, ali ni suviše oštre. Na primjer, ako učenik zakasni na sat, kazna može biti ostajanje duže 5 minuta nakon sata.

Barkley (2006) ističe kako se učenike s ADHD-om treba češće nagrađivati, uzmemo li u obzir poremećaje u njihovu ponašanju. Kao i češće nagrađivanje, preporuča se i češća prevencija neželjenog ponašanje, a ako to nije uspješno, dijete treba biti kažnjeno. Njihovo ponašanje mora se neprestano pratiti kako bi uvijek uputili povratnu informaciju. Vrlo je važno da se povratne informacije uvijek daju učenicima jer njihova učestalost održava praćenje pravila.

Nagrade se tokom vremena trebaju mijenjati ili rotirati kako ne bi izgubile svoju učinkovitost. Iako uočimo da je određena nagrada učinkovita, ona će vjerojatno izgubiti svoju vrijednost ako se bude često upotrebljavala. Nagrade bi se trebale mijenjati ili rotirati svaka dva do tri tjedna kako bi održala svoj utjecaj na djetetovo ponašanje. Velki (2018) naglašava kako ova djeca vjerojatno imaju podosta iskustva s kaznama stoga bi se djeca trebala pohvaliti, ističući uvažavanje pravila.

Predviđanje je iznimno važno kada se govori o djeci s hiperaktivnim poremećajem. Učitelji moraju isplanirati sve kada je riječ o ovladavanju njima, osobito kada se događa prijelaz iz jedne aktivnosti u drugu ili ako se mijenja okružja. Učenici moraju unaprijed biti informirani o promjenama pravila koji su posljedica promjena. Poželjno je da su učitelji uvijek „korak ispred“ učenika. Preporučljivo je da se prije promjena djeci ponove pravila, da ih se informira koje će biti nagrade ili kazne u novonastaloj situaciji

Velki (2018) navodi kako djeca s ADHD-om često tokom života iskuse nepovjerenje u odnosima stoga je preporučljivo povjeriti im ulogu u kojoj moraju biti odgovorni. Odgovorne uloge mogu pomoći njihovom moralnom razvoju. Barkley (2006) navodi da učenici koji imaju problema u ponašanju trebaju više javnih priznanja za njihovo odgovorno ponašanje od onih koji nemaju.

Barkley (2006) navodi da su pedagoške mjere uspješne samo dok se provode i da one zahtijevaju promjene tokom vremena kako bi bile učinkovite. Česti slučaj koji se događa u obrazovnoj sredini je da učenik dobro reagira na pedagošku mjeru, ali da se s vremenom reakcija pogoršava. To signalizira da su potrebne promjene (npr. mijenjanje nagrada, dosljednost u provođenju nagrada ili kazni).

5.SAVJETI ZA ASISTENTE U NASTAVI

Prema Velki (2018) asistenti u nastavi obično sjede uz dijete tokom nastave, detaljnije opisuju gradivo ili upute, pomažu mu da se usredotoči na zadatak i ostalo. Iako je on na nastavi kako bi pomogao učeniku, nerijetko i njemu treba pomoć stručnog suradnika. Obično se obraća pedagogu (ali uz njega i psihologu ili defektologu) ako se nađe u situaciji koju ne može kontrolirati. Poželjna je stalna suradnja sa stručnim suradnicima kako bi se pospješio razvoj učenika.

Romstein i Velki (2015) navode kako bi pomoćnik u nastavi trebao voditi dnevnik praćenja djeteta. U njega bi trebao zapisivati sve tehnike i metode koje je koristio u radu s djetetom, te njegov napredak. Dnevnik mu omogućuje najbolje rješavanje situacija u budućnosti jer su u njemu zabilježene metode koje najbolje odgovaraju djetetu. Također, on pomaže drugom asistentu, ako dođe do izmjene. Velki (2018) navodi ako dolazi do izmjene asistenata, na to se učenik treba pripremiti. Poželjno je da se djetetu daju informacije tko će i kada doći kako bi i ono bilo informirano. Nakon izmjene, preporučljivo je da se neko vrijeme ostane u razredu s djetetom i novim asistentom kako bi se svi prilagodili novonastaloj situaciji.

Romstein i Velki (2015) navode kako bi asistenti trebali biti u svakodnevnom kontaktu s roditeljima, a najbolji način za to bi bio vođenje tzv. komunikacijske bilježnice. U njoj bi se bilježile tehnike koje su korištene na nastavi kako bi roditelji pokušali primjenjivati iste. Uz roditelje, Velki (2018) navodi da je potreba suradnja i s učiteljima koji su primarni prenositelji znanja.

Romstein i Velki (2015) ističu kako bi pomoćnik u nastavi uvijek trebao imati kontrolu nad situacijom, čak i kada dođe do neželjenog ponašanja. Ovakva djeca često ne čuju što im se govori (npr. odvrća mu pozornost nešto drugo), no to nije razlog za povišeni ton glasa jer oni to ne rade svjesno. U ovoj situaciji, preporuča se da se ponovi rečeno, a zatim da učenik učini isto kako bi se dobila potvrda da je ovoga puta čuo. Nadalje, Velki (2018) navodi kako su učenici često impulzivni

i ljuti, stoga mogu često reći nešto što ne misle, no ni tada se ne bi trebala gubiti kontrola. Važno je prisjetiti se da su oni ipak samo djeca i da ne misle ono što izgovaraju, a uz to često su frustrirani zbog situacija u školi. Ružne komentare ne bi trebalo shvaćati osobno, no djetetu bi trebalo reći da to nije lijepo govoriti i da takvim postupkom može povrijediti druge ljude.

Velki (2018) napominje kako je važno uvoditi promjene kako djeca ne bi gubila interes za nastavom. Asistent uvijek ima prostora da uvodi određene promjene, ali ako se radi o većima, mora se posavjetovati s učiteljem. Zajednički se treba dogovoriti jesu li promjene izvedive, a ako jesu, kako će se provesti.

Nadalje, Velki (2018) ističe kako su djeca sklona manipulativnom ponašanju i ponekad će pokušati iskoristiti pomoć koju pružaju asistenti. Njihov zadatak nije pisati ili rješavati zadatke umjesto učenika, već ga samo usmjeravati. Ako je učeniku odvracena pozornost, potrebno ga je podsjetiti na rješavanje zadataka. Također, rješavanje ispita nije dopušteno. Umjesto toga, potrebno je ukazati učeniku da je preskočio zadatak ili mu vratiti koncentraciju na rješavanje ispita, ako je odlutao.

6.ZAKLJUČAK

U ovom radu obrađena je tema poučavanja učenika s ADHD-om koja je sve aktualnija zbog porasta broja djece kojima je dijagnosticiran hiperaktivni poremećaj.

Ovaj poremećaj prvi je objasnio dr. Heinrich Hoffman 1845. godine u svom djelu „Priča o nemirnom Filipu“, a od tada su pisani brojni radovi na ovu temu kako bi pobliže opisali ADHD. Postoje tri oblika ADHD-a od kojih svaki ima svoje osobitosti. Prvi tip, pretežno hiperaktivno-impulzivni tip, karakterizira nemogućnost dugog sjedenja na jednom mjestu, prekomjerno i prečesto pričanje, itd. Učenici koji imaju dijagnosticiran drugi tip, pretežno nepažljivi tip, često griješe u zadacima jer ne pridaju pažnju detaljima, neorganizirani su i svaka reakcija im odvraca pozornost. Zadnji oblik ADHD-a je kombinirani tip, odnosno ovaj oblik ima karakteristike prethodna dva. Ovaj tip je primarno poremećaj kontrole impulsa.

U ovom radu navedene su strategije namijenjene učiteljima i asistentima u nastavi kako bi poučavanje hiperaktivnim djece bilo što kvalitetnije. Učenici bi trebali sjediti u prednjem dijelu

učionice, blizu učitelja, kako bi oni bili u mogućnosti obraćati više pozornosti na učenike. Oni često imaju problema sa sjedenjem na jednom mjestu, stoga se preporuča dopustiti učenicima hodanje tokom sata ili uvođenje vježbi kako bi im se olakšao boravak u školi. Ovakvim učenicima potrebno je više vremena za rješavanje zadataka, te bi se trebao omogućiti izbor istih kako bi učenici bili više motivirani za rad. Oni često brzo predaju zadatke koje su riješili jer su nestrpljivi, iz tog razloga učitelji ne trebaju prihvaćati takve zadatke, već im predložiti da ih pregledaju još jednom.

Asistenti u nastavi obično sjede uz dijete tijekom nastave i pomažu mu na način da mu pojašnjavaju zadatke, provjeravaju je li shvatio gradivo, može li prepisati riječi s ploče i ostalo. Važno je naglasiti kako učenici često manipuliraju njihovom pomoći, te zahtijevaju da se umjesto njih pišu testovi ili rješavaju zadaci, što nije dopustivo. Asistenti trebaju biti u stalnom kontaktu s učiteljima i roditeljima, te je preporučljivo da vode dnevnik u koji će zapisivati sve tehnike koje su koristili poučavajući dijete.

Učenici s hiperaktivnim poremećajem imaju želju za učenjem novih sadržaja, ali često gube motivaciju jer dolaze do prepreka u školskom sustavu. Oni su često okarakterizirani kao lijeni i nezainteresirani za nastavu, ali u velikom broju slučajeva učitelji nisu dovoljno kompetentni za poučavanje učenika s ADHD-om. Ovakvim učenicima potrebno je posvetiti više vremena, osigurati više vremena za rješavanje zadataka i biti strpljivi u poučavanju istih.

7. POPIS LITERATURE

1. Američka psihijatrijska udruga. (2013). *DSM V - Dijagnostički i statistički priručnik za duševne poremećaje* (5.izdanje). Washington, DC: Publisher.
2. Barkley, R. (2006). *Attention-Deficit Hyperactivity Disorder*. New York: The Guilford Press.
3. Cooley, M. (2017). *Djeca s teškoćama u učenju i mentalnim smetnjama u redovnoj nastavi*. Zagreb: Kosinj.
4. Delić, T. (2001). Poremećaj pažnje i hiperaktivnost (ADHD). *Kriminologija & socijalna integracija*, 9 (1-2), 1-10.
5. Fitzgerald, M., Bellgrove, M. i Grill, M. (2007). *Handbook of Attention Deficit Hyperactivity Disorder*. West Sussex: John Wiley & Sons.
6. Hudson, D (2018). *Specifične teškoće u učenju što učitelji i nastavnici trebaju znati*. Zagreb: EDUCA, nakladno društvo d.o.o..

7. Hughes, L. i Cooper, P. (2009). *Razumijevanje djece s ADHD sindromom i pružanje potpore*. Jastrebarsko: Naklada Slap.
8. Lešić, M. (2018). *Primjena učiteljevih strategija rada i metodičkih postupaka u radu s djecom s teškoćama pažnje*. Neobjavljeni diplomski rad. Osijek: Fakultet za odgojne i obrazovne znanosti.
9. Rief, S. (2005). *How To Reach And Teach Children with ADD / ADHD: Practical Techniques, Strategies, and Interventions*. San Francisco: Jossey-Bass.
10. Špoljarić, T. (2019). *Primjena strategija za razumijevanje čitanja i samonadgledanja kodučenika s teškoćama čitanja i pisanja i ADHD-om*. Neobjavljeni diplomski rad. Zagreb: Edukacijsko-rehabilitacijski fakultet.
11. Velki, T. (2018). *Priručnik za rad s hiperaktivnom djecom u školi (2. izdanje)*. Jastrebarsko: Naklada Slap.
12. Velki, T. (2012). *Priručnik za rad s hiperaktivnom djecom u školi*. Jastrebarsko: Naklada Slap.
13. Velki, T. i Romstein, K. (2015). *Priručnik za pomoćnike u nastavi za rad s djecom s teškoćama u razvoju*. Osijek: Fakultet za odgojne i obrazovne znanosti .