



Univerzita Hradec Králové
Poradenské centrum

STUDIUM NA UHK S PORUCHAMI UČENÍ

*pro studenty se specifickými poruchami učení
a jejich pedagogy*

AUTORKY:

Mgr. Kateřina Juklová, Ph.D.

Mgr. Jana Dlouhá, Ph.D.

RECENZOVALY:

Mgr. Lucie Slezáková Misařová

PhDr. Blanka Křováčková

Poděkování za spolupráci na textu patří dále:

Janě Maissnerové, pracovníci Střediska podpory pro studenty se specifickými potřebami Augustin

GRAFICKOU ÚPRAVU TEXTU PROVEDL:

Bc. Vít Luštinec

*Text vznikl za podpory institucionálního rozvojového projektu
Poradenského centra UHK na rok 2012.*

Úvod - 4

MÁM POTÍŽE PŘI UČENÍ – JE TO SPU?¹ JAK TO POZNÁM? - 5

SPU POD DROBNOHLEDEM - 10

NIC NENÍ ZTRACENO! - 16

CHCI STUDOVAT NA VYSOKÉ ŠKOLE A MÁM SPU - 19

ORGANIZACE PODPORY STUDENTŮ SE SPU NA UHK - 21

JAK ZAČÍT VĚCI ŘEŠIT? - 24

V ČEM MOHOU POMOCI PEDAGOGOVÉ? - 25

INSPIRACE PRO PRÁCI NA VLASTNÍM STUDIJNÍM STYLU -27

Závěr - 29

Použitá literatura - 30

1 SPU = specifická porucha učení

ÚVOD

Milá studentko, milý studente se specifickou poruchou učení,

dostává se vám do ruky text, který byl vytvořen pro vás. Jeho záměrem je rozšířit vaše znalosti o původu, projevech a možných důsledcích vašich obtíží a ujistit vás, že nejste na svou poruchu sami.

Na UHK existuje tým lidí, který je vám ochoten naslouchat, poskytnout podporu a provázet vás při řešení studijních i jiných obtíží. Je však fér zmínit, že bez vaší aktivity, snahy a úsilí to nepůjde.

Následující stránky by vás měly přesvědčit, že i se specifickými poruchami učení je možné studovat. V jednotlivých kapitolách se dozvíte:

- které konkrétní studijní činnosti bývají vlivem SPU negativně ovlivněny
- co jsou „dys“ poruchy, jaké jsou jejich příčiny, projevy a výskyt v populaci
- jak postupovat při podání žádosti o podporu
- s čím je možné se obrátit na pedagogy
- s čím mohou pomoci pracovníci Poradenského centra UHK
- a také to, jak můžete na sobě zapracovat sami (inspirace pro práci na vašem vlastním studijním stylu)

Příprava textu byla vedena snahou ukázat vám, jak se na sebe i na svět dívat optimisticky a jak věci mohou fungovat, pokud budete chtít. Nyní nezbývá než vám popřát hodně zdarů!

Autorky

MÁM POTÍŽE PŘI UČENÍ – JE TO SPU? JAK TO POZNÁM?

Existuje skupina typických obtíží, které se u určitého procenta studentů vysokých škol objevují po jejich přestupu ze střední školy (případně už dříve), ale právě na vysoké škole se stávají markantnější. Obecně lze říci, že studenti se SPU neradi čtou a pracují s textem, mají často pocit, že nestačí pracovnímu tempu svých kolegů, což může vést ke vzniku pocitů méněcennosti.

Které konkrétní studijní činnosti bývají vlivem SPU negativně ovlivněny (volně podle Barletta, Moodyho, 2004 a Pospíšilové, 2009)?

- **Zaznamenávání poznámek na přednáškách** – v čase, který na přednáškách studenti mají k dispozici, mají problém si vytvořit užitečné poznámky, se kterými by mohli následně pracovat. Mívají obtíže po sobě přečíst své zápisky, které jsou neúplné a nesystematické.
- **Formulování odpovědí při výuce** – veškerou energii věnují psaní poznámek, a proto často pociťují nemožnost pružně reagovat na dotazy vyučujícího.
- **Psaní referátů a seminárních prací** – tyto aktivity jsou rovněž studenty se SPU neoblíbené, zejména pro množství gramatických chyb, které v jejich průběhu udělají. Problémem bývá také čas, který jim na tvorbu práce z pravidla nepostačuje.
- **Práce s literárními zdroji** – pociťují neklid, postupují v porovnání s kolegy pomaleji a mohou mít obtíže jak s jejich přečtením, tak následně s pochopením. Při práci s delšími texty se rychle unaví a neudrží na potřebnou dobu pozornost, což má dopad na porozumění i na zapamatování.
- **Prezentace referátů** –bývá častou noční můrou studentů se SPU. Mají obavy ze znemožnění se před vyučujícím i kolegy vlastním příliš pomalým tempem čtení a značnou chybovostí. Proto se mnohdy celou noc učí příspěvek z paměti. Ráno pak působí unaveně a vystresovaně, což jejich výkonu samozřejmě nepřidá.
- **Osvojování si cizích jazyků** – je pro studenty se SPU jedna z nejnáročnějších činností. Vrací se opět do období začátků školní

docházky a mohou mít potíže velice obdobné jako při osvojování si psané a čtené formy mateřského jazyka.

- **Organizace studijních povinností** – díky kombinaci všech předchozích obtíží a větším časovým nárokům na studium může mít student pocit, že nad svými studijními povinnostmi nemá kontrolu. Udělat si ve vlastním studiu řád se nějak nedaří a pokaždé, když si myslí, že to možné bude, jej něco „překvapí“, „doběhne“ či „zradí“.

Pokud jste díky výše uvedenému výčtu obtíží zjistili, že mnohé z nich vám nejsou cizí, stále ještě není jisté, že SPU trpíte. Nyní je třeba posoudit, zda problémy s učením ve škole nejsou způsobeny jinými obtížemi, např. smyslovým handicapem, sníženou motivací ke studiu, častou absencí ve škole, psychickou poruchou nebo celkovým opožděním intelektových schopností.

Další oporou pro vaše uvažování může být níže uvedený **screeningový dotazník**. Jedná se o orientační metodu, která pomůže míru vašich potíží kvantifikovat a vyvodit z nich doporučení pro další kroky. **Zkuste se otestovat!**

„SCREENINGOVÝ DOTAZNÍK NA PORUCHY UČENÍ PRO DOSPĚLÉ“²

Vyberte vždy nejméně jednu odpověď z možností udávaných za každou otázkou.
U každé otázky zakroužkujte číslo pod zvolenou odpovědí:

1. Zaměňujete podobně vypadající slova jako například pes a pas?

Zřídka	Někdy	Často	Většinou
1	2	3	4

2. Zaměňujete podobně vypadající číslice například 21 a 12?

Zřídka	Někdy	Často	Většinou
1	2	3	4

3. Stává se Vám, že se při čtení textu na řádce či na stránce ztratíte?

Zřídka	Někdy	Často	Většinou
1	2	3	4

4. Dělá Vám obtíže určit správně nalevo a napravo?

Zřídka	Někdy	Často	Většinou
1	2	3	4

5. Máte potíže s pravopisem?

Zřídka	Někdy	Často	Většinou
1	2	3	4

6. Potřebujete si opakovaně číst jeden text (jeden odstavec, jednu větu), abyste mu porozuměli?

Zřídka	Někdy	Často	Většinou
1	2	3	4

² Převzato a upraveno dle online screeningového dotazníku pro dospělé – <http://www.wdnf.info/profilercz> (autor – Ian Smythe)

7. Zmate Vás, když dostanete současně zadáno několik úkolů?

Zřídka	Někdy	Často	Většinou
1	2	3	4

8. Chybujete, když po telefonu zapisujete vzkazy?

Zřídka	Někdy	Často	Většinou
1	2	3	4

9. Míváte obtíže najít správný výraz, když hovoříte?

Zřídka	Někdy	Často	Většinou
1	2	3	4

10. Když píšete, míváte obtíže vyjádřit své myšlenky na papír?

Zřídka	Někdy	Často	Většinou
1	2	3	4

11. Jak snadné je pro Vás vyslovovat slova jako například „nejnebezpečnější“?

Velmi snadné	Celkem snadné	Obtížnější	Velký problém
1	2	3	4

12. Jak snadné pro Vás bylo zapamatovat si malou násobilku?

Velmi snadné	Celkem snadné	Obtížnější	Velký problém
1	2	3	4

13. Jak snadné je pro Vás jmenovat abecedu?

Velmi snadné	Celkem snadné	Obtížnější	Velký problém
1	2	3	4

14. Jak snadné je pro Vás číst nahlas před posluchači?

Velmi snadné	Celkem snadné	Obtížnější	Velký problém
1	2	3	4

POKYNY K VYHODNOCENÍ TESTU:

1. Sečtete body (číselné hodnoty) u všech otázek.
2. Pokud je Váš výsledek v rozmezí 40 až 56 bodů, s vysokou pravděpodobností máte některou z poruch učení.

Co poradit uchazeči či studentovi VŠ, který po vyplnění screeningového dotazníku zjistil, že má symptomy SPU?

- Výsledek je pouze orientační, obraťte se proto na Středisko podpory pro studenty se specifickými potřebami Augustin na UHK, které zajistí komplexní diagnostiku SPU a nabídne příslušnou podporu.
- I přesto, že se u vás SPU potvrdí, nezoufejte. Současná strategie péče o studenty se SPU nabízí celou řadu možností.
- Na základě odborného vyšetření vám budou nabídnuty vhodné způsoby vypořádání se s obtížemi, které vám SPU přináší.
- Je možné také požádat o úpravu podmínek při přijímacích zkouškách nebo v celém průběhu studia (nejčastěji se jedná o prodloužení času).
- Na požádání budete podpořeni také v jednání s jednotlivými vyučujícími v souvislosti s vašimi specifickými potřebami.
- Budou vám zpřístupněny informace o strategiích efektivního učení a nabídnuta možnost využívat kompenzační pomůcky (čtecí programy, opravy pravopisu apod.).
- **Celá tato brožura je určena právě vám. Najdete v ní poučení o příčinách, projevech a výskytu specifických poruch učení, pokyny, jak postupovat při žádosti o jednotlivé služby a v neposlední řadě také inspiraci pro práci na vašem vlastním studijním stylu.**

SPU POD DROBNOHLEDEM

CO PORUCHA UČENÍ VLASTNĚ ZNAMENÁ?

O specifické poruše učení hovoříme v případě, kdy průměrně nebo nadprůměrně inteligentní dítě/člověk má obtíže při osvojování si čtení, psaní a/nebo počítání. Porucha se projevuje zejména nedokonalou schopností vnímat, mluvit, a jak bylo uvedeno výše – číst, psát, ovládat pravopis nebo počítat. V důsledku toho je tedy narušena schopnost učení, která souvisí především se začátkem školní docházky.

JAK OBTÍŽE SPJATÉ SE SPU VZNIKAJÍ?

Obtíže pojící se se SPU vznikají nerovnoměrným vyžíváním mozkových funkcí. Na jejím vzniku se podílí dědičné faktory a tzv. lehké mozkové dysfunkce (LMD)³. V případě LMD se jedná o drobná poškození mozku získaná v době před porodem, při porodu nebo časně po něm.

Podle rozborů případů dětí se SPU byly rozlišeny 4 čtyři skupiny dětí s dyslexií (Michalová, 2004):

- zhruba u 50 % případů dyslektických dětí bylo prokázáno **drobné poškození mozku ve smyslu LMD**
- asi u 20 % byly nalezeny důkazy o **přítomnosti poruch v blízkém příbuzenstvu dítěte**
- u dalších 15 % případů byly objeveny **oba předchozí vlivy**
- u 15 % osob se SPU **není příčina poruch jasná**

KTERÝMI SPECIFICKÝMI PORUCHAMI UČENÍ TRPÍ LIDÉ NEJČASTĚJI?

Nejčtenějšími SPU jsou dyslexie, dysortografie, dysgrafie a dyskalkulie. V případě dyslexie jde o poruchu ve vyjadřování řeči psanou (v psaní) a ve zpracování psané řeči (ve čtení). Objevuje se při osvojování si čtení. Jedinec má problémy s:³

- rozpoznáním a zapamatováním si jednotlivých písmen

³ Studujte i s SPU na VŠ, online. Dostupné z: www.lli.vutbr.cz/data/files/vut-prirucka-2012-02-a5-422.pdf

- rozlišováním písmen tvarově podobných (často zaměňuje tyto dvojice písmen: b-d, s-z, t-j)
- rozlišením zvukově podobných hlásek (a-e-o, b-p)
- spojováním hlásek v slabiku a souvislým čtením slov. Porucha může postihnout rychlost čtení, správnost čtení, porozumění čtenému textu

Dyslexie se většinou nevyskytuje v izolované formě, ale často ve spojitosti se specifickou poruchou pravopisu – **dysortografií**. Mezi nejčastější dysortografické chyby patří:

- opomíjení psaní diakritických znamének
- obtíže v rozlišování slabik lišících se tvrdostí
- vynechávání, přidávání či přehazování pořadí písmen ve slově
- záměny písmen tvarově či zvukově podobných
- obtíže v určování konců a začátků slov a vět (psaní velkých písmen na začátku věty, spojení hlásky s písmenem, grafické nerozlišování předložek od slov)
- porucha postihuje také proces aplikace gramatického učiva

Dysgrafie je specifická porucha grafického projevu, postihuje zejména celkovou úpravu písemného projevu, osvojování jednotlivých písmen, napodobení tvaru, spojení hlásky s písmenem a řazení písmen. V rámci poruchy dochází k:

- záměnám tvarově podobných písmen
- písmo je neuspořádané, těžkopádné, neobratné
- občas dochází ke směšování psacího a tiskacího písma
- obtížím při dodržování výšky písma
- jedinec píše pomalu a namáhavě
- obsah napsaného v časové tísni nekoresponduje se skutečnými jazykovými schopnostmi
- často lze vysledovat chybný úchop psacího náčiní
- samotné psaní vyžaduje velkou koncentraci pozornosti, a v důsledku toho už nezbývá čas na soustředění se na obsahovou a gramatickou stránku projevu

Dyskalkulie je specifickou poruchou matematických schopností ve smyslu neschopnosti operovat s číselnými symboly. Příznaky dyskalkulie jsou velice pestré, ne všechny se však vyskytují u všech jedinců:

- narušení matematické schopnosti manipulace s předměty konkrétními či nakreslenými a jejich přiřazování k symbolu čísla (paralelní přiřazování čísla k počtu a naopak, přidávání, ubírání, sestavování, odpočítávání na počítadel atd.)
- porucha schopnosti řadit předměty podle velikosti nebo rozpoznávat vztahy v dimenzi více – méně
- vážne schopnost slovně označovat operační znaky, pochopení matematické terminologie ve smyslu určování o ... více, o ... méně, ... krát více/méně; nezvládnutí slovního označení matematických úkonů, množství a počtu prvků nebo i jen odpočítávání číselné řady
- problémy činí i na slovní výzvu ukázat počet prstů, označit hodnotu napsaného čísla atd.
- neschopnost číst matematické znaky a jejich kombinace, symboly, jako jsou číslice, vícemístná čísla apod. – v tomto případě se jedná o podobu dyslexie v oblasti čtení číslic a čísel
- narušená může být i schopnost psát numerické znaky, problémy s grafickým prostorem
- nezvládnutí provádění matematických operací – jejich zaměňování, nahrazování složitějších jednoduššími, jedinec řeší písemně i velice lehké úlohy
- porucha v chápání matematických pojmů a vztahů mezi nimi, v chápání čísla jako pojmu
- jedinec dále nedovede z paměti spočítat příklady, které by vzhledem ke své inteligenci a dosaženému fyzickému i mentálnímu věku měl zvládnout zcela bez obtíží

KTERÉ DALŠÍ PORUCHY SE PROMÍTÁJÍCÍ DO OBTÍŽÍ S OSVOJENÍM UČIVA?

Dyspinxie – specifická porucha kreslení, která je charakteristická nízkou úrovní kresby, neschopností zobrazit určité předměty a jevy adekvátně k fyzickému a mentálnímu věku.

Dysmúzie – specifická porucha hudebních schopností, narušení schopnosti vnímání a reprodukce hudby a rytmu. Relativně patří mezi častější specifické poruchy, nemá ale tak závažný dopad na výuku jako výše uvedené.

Dyspraxie – specifická porucha obratnosti, schopnosti vykonávat složité úkony. Může se projevat jak při běžných denních činnostech, tak ve vyučování. Jedinci s touto poruchou bývají pomalí, neobratní, nešikovní, neupravení, jejich výrobky jsou nevzhledné. Obtíže se mohou projevit při psaní, v rámci předmětů jako jsou výtvarná, hudební a tělesná výchova, pracovní činnosti, ale i v řeči.

JAK SE SPU VYVÍJÍ V PRŮBĚHU ŽIVOTA?

Specifické poruchy učení se typicky objevují již na prvním stupni ZŠ a přetrvávají obvykle po celou dobu školní docházky. Když tyto děti dospějí, stav jejich poruch bývá různý. Řada lidí, kteří v dětství trpěli některou ze SPU, mají tuto poruchu vyřešenou či kompenzovanou ještě na prahu dospělosti, u jiných mohou příznaky přetrvávat až do dospělosti a působit nemalé obtíže. Podle výzkumů amerických vědců⁴ přetrvávají SPU do dospělosti asi u 70 % případů. Sledované dospělé, kteří měli diagnostikovanou některou ze SPU v dětství, rozdělili do 3 skupin:

- Přibližně 1/3 dospělých lidí „dozraje“ a je bez následků. Jedná se ve větší míře o jedince, kteří trpěli nezralostí nervového systému.
- Druhá třetina tzv. kompenzuje. U těchto jedinců mohla již i proběhnout reedukační péče, ale rozsah poruchy přetrvává až do dospělosti. Jako kompenzační mechanismy využívají počítač, kalkulačtor atd. Tito lidé si dále podle svých schopností přizpůsobují pracovní prostředí, životní podmínky i rodinné prostředí.
- Třetí skupina jedinců zahrnuje ty zbývající, kteří ani nedozrají, ale ani nekompenzují. Tato skupina volí často únikové strategie a má problémy hlavně v sociální oblasti. Jedinci se mohou dostávat až na okraj společnosti a mít obtíže s dodržováním a respektováním norem a pravidel.

4 Tyl, 2001 In: Bartoňová, M. Kapitoly ze specifických poruch učení. Vymezení současné problematiky. Brno: Paido, 2004. ISBN 80-210-3613.

Jakým způsobem se může SPU promítat do života dospělých?

V dospělosti mohou přetrvávat problémy, z nichž mnohé přesahují rámec vzdělávání. Bartoňová (2004) zmiňuje některé z nich:

- narušená schopnost sekvenčního zpracování, uspořádání
- zhoršené vnímání a motorika
- obtíže v komunikaci: nepřesné porozumění řeči v konverzaci, těžkopádné vyjadřování, zdlouhavé chápání pokynů, udržení pozornosti na tématu, dlouhé mezery, skákání do řeči
- obtíže v organizaci sebe sama, v časovém rozvržení své práce
- méně efektivní pracovní paměť, zapomínání důležitých faktů, jmen, vzkazů, zapomínání informací, následně po přečtení
- obtíže v soustředění
- nedostatečná orientace v čase, pletení termínů, dat
- snížená schopnost vyjádřit se smysluplným způsobem bez přípravy
- soustavné obtíže s rozlišováním pravé a levé ruky, pravé a levé strany

Tak toto byl výčet dílčích příznaků. SPU může mít však celkový negativní dopad na psychiku dospělého člověka. Jaký?

Dospělý jedinec se SPU je ve větší míře než ostatní populace vystaven nadměrnému tlaku současné společnosti, která je výrazně zaměřená na úspěch, kariéru a peníze. Velké tempo doby a další faktory způsobují, že člověk se SPU má obtíže s porozuměním nových informací, není schopen rychle a v odpovídající kvalitě reagovat na změny.

Obtížně se také orientuje ve vztazích a v sociální komunikaci. Je tak vystaven extrémnímu stresu, který je doprovázen řadou konfliktů a může vést k frustraci, apatii, depresi.

Díky hyperaktivitě mohou tito dospělí jedinci působit neklidně, mají poruchy soustředění, působí na své okolí rušivě. Časté jsou krajní změny nálad, výbuchy hněvu, podrážděnost. V pracovním a osobním životě mají obtíže s organizací, s plánováním úkolů, často zapomínají na schůzky, bývají roztržití. Mívají

problém s využitím svého potenciálu a dosažením stanovených cílů. Těžko se přizpůsobují v povolání, mají problém respektovat nadřízeného a jejich problémy se mohou promítat i do rodinného života.

Pro tyto těžkosti se často také u dospělých se SPU objevují poruchy sebehodnocení a pocity méněcennosti. Ti, kteří to tak mají, se pak mají tendenci podceňovat a při volbě povolání často volí strategii úniku od zátěže. Dalšímu učení se mají tendenci vyhýbat a raději volí povolání zaměřené na manuální práci.

Jak mohou lidé se SPU ještě trpět ve vztahu ke společnosti?

Laické okolí má často pochybnosti o jejich intelektu, pro ně samotné je pak porucha zdrojem negativních emocí, nízkého sebehodnocení, problémových sociálních vztahů a zkušeností. V jejich prožívání se mohou objevovat některé z následujících projevů:

- zažívání pocitů nejistoty
- nižší úroveň vytyčovaných cílů
- obava ze selhání
- nedostatek pozitivních očekávání
- strach z odhalení
- opakující se pocity bezmocnosti (naučená bezmocnost)
- konflikty v rodině
- oslabení sociálních sítí v důsledku nadměrného množství času věnovanému učení
- nadměrná výkonová orientace
- konflikt ctížádostivosti a reality

Specifické poruchy učení tak sekundárně ovlivňují celou osobnost, zvláště způsob, jakým jedinci sami sebe hodnotí a jakým se začleňují do společnosti (Kocurová, 2007).

NIC NENÍ ZTRACENO!

Předchozí kapitola na vás mohla zapůsobit jako „studená sprcha“ a možná jste nabyli dojmu, že nemůžete usilovat o přijetí na VŠ nebo vám nezbývá než zanechat studia a zaměřit se na manuálně orientovanou práci. Není tomu tak.

Současná společnost věnuje stále větší pozornost a podporu znevýhodněným skupinám, jejichž obtíže nejen sleduje a zkoumá, ale také se aktivně zabývá možnostmi, jak jim život ve společnosti usnadnit a jak jejich vzdělávací příležitosti co nejvíce vyrovnat s běžnou populací.

U jedinců se SPU je na základě odborné diagnostiky možné realizovat kompenzační a některé reedukační postupy.

Kompenzace znamená vypracování náhradních mechanismů z oblasti nenarušených funkcí či technické podpory, které využíváme k učení.

Reedukací se rozumí uplatnění takových speciálně pedagogických metod, které rozvíjejí nebo upravují porušené funkce a činnosti. V praxi bývá často reedukace a kompenzace zaměňována s prostým doučováním. To však samo o sobě zpravidla nedokáže obtíže při SPU účinně řešit.⁵

Není tedy možné zůstat u konstatování poruchy, důležité je znát její rozsah a ve spolupráci s odborníky řešit, jak se s konkrétními obtížemi vypořádat. V mnohých poradenských zařízeních jsou již dnes nabízeny technické pomůcky a postupy ke kompenzaci, jako např.:

- diktafony
- memo tabulky
- využívání různých postupů textových editorů (např. podbarvování textu apod.)

Zejména v zahraničí jsou pak pro studenty se SPU nabízeny další služby:

- nahrávání studijních textů (využíváno i nevidomými studenty)
- předčitatelské služby

⁵ Blažková, R.; Matoušková, K.; Vaňurová, M.; Blažek, M.: Poruchy učení v matematice a možnosti jejich nápravy. Paido, Brno 2000.

- organizace self help groups studentů s obdobnými obtížemi
- individuální tutoring se zpracováním individuálních vzdělávacích plánů

Jak tedy zpracovat na své větší úspěšnosti?

Obecně lze doporučit vyměnit dosavadní postoj typu „kdo uteče, vyhraje“ za postoj „stavění se k potížím čelem“. Budeme-li se vlastním strachům a obtížím vyhýbat, nikdy jim neutečeme. Doběhnou nás obvykle ve chvílích, které budou pro nás důležité. Je proto daleko lepší se jimi, přestože to není příjemné a bezbolestné, pod vedením odborníka zabývat. Na čem především je třeba zpracovat?

- **Podrobením se odborného vyšetření co nejpřesněji identifikovat rozsah obtíží.**
- **Rovněž za asistence odborníka analyzovat, jakým způsobem své obtíže dosud kompenzujete.**
- **Vyhodnotit, zda jsou kompenzace efektivní a dostatečné.**
- **V případě, že dospějete k závěru, že dosavadní způsoby řešení vašich obtíží, mají značné mezery a že nevedou ke zvládnutí studijních požadavků, je třeba se zamyslet nad dalšími možnostmi a postupně je pod odborným vedením vyzkoušet.**
- **Klíčová je zejména revize práce s textem (čtení a psaní), ale také reflexe ostatních studijních návyků.**

Co vám může pomoci?

Říkáte si při čtení předchozích doporučení, že jste už něco podobného zkusili? Pochybujete, že se vám investovaný čas a energie vrátí? Pamatujte si, že všechno, co stojí v životě za to, není bez námahy. Vaše úsilí ale nemusí být bezbřehé a může efektivně využívat některých zásad:

- Najděte si odborníka, kterému budete důvěřovat, a který bude schopen a ochoten se vašimi problémy detailně a individuálně zabývat.
- Při hodnocení vašeho stavu nezůstávejte jen u identifikace toho, co se vám nedaří, ale vnímejte také to, co naopak dokážete. Jistě máte své silné stránky, které je třeba pro kompenzaci těch slabších využít.

- Vaše silné stránky mohou být navíc zdrojem vašeho realističtějšího sebehodnocení.
- Při práci na svých studijních dovednostech si stanovujte cíle, které budou co nejkonkrétnější, budou odpovídat vašim možnostem a budou vymezeny i časově.
- Využívejte zkušeností kolegů se stejnými problémy – ideální jsou svépomocné skupiny, které se pravidelně scházejí.

Jak neztrácet naději?

SPU je handicap, který ovšem není nepřekonatelný a neměl by jedincům bránit v jejich seberealizaci. Bohužel však někteří jedinci používají tuto diagnózu jako omluvu. Omluvu pro svůj neúspěch, pro svou lenost a různá životní zklamání. Existují však jedinci se SPU, kteří i navzdory svým potížím dokázali svých životních cílů dosáhnout a stali se respektovanými občany. Patří mezi ně i mnohé slavné osobnosti, např. Thomas Alva Edison, Isaac Newton, Albert Einstein, Hans Christian Anderson či Winston Churchill.⁶

6 Zelinková, O. Cizí jazyky a specifické poruchy učení. Havlíčkův Brod: Tobiáš, 2005. ISBN 80-7311-022-9.

CHCI STUDOVAT NA VYSOKÉ ŠKOLE A MÁM SPU

Systém současné podpory osob se SPU v České republice je dokladem toho, že studovat vysokou školu možné je. Podle statistik se výskyt nečastější poruchy učení, dyslexie, v současné době odhaduje v České republice asi na 2 %, při poměru chlapci – dívky 10:1.⁷ Ve vysokoškolské populaci odpovídá celkovému zastoupení v celé populaci tj. 2 – 5%.⁸

Podle odborníků mají dospělí jedinci se SPU v porovnání s dětmi spoustu výhod:

- dokáží přesně pojmenovat své problémy, čímž je snadnější zajistit potřebnou nápravu (kompenzaci a reedukaci)
- k překonání problémů s učením obvykle využívají mnohem větší množství strategií
- dokáží vnímat problémy vyplývající ze SPU jako výzvu k dalšímu zdokonalování
- mají rozvinutější vůli a věnují učení a práci na sobě více času
- využívají již existující životní zkušenosti k „zocelení“ celé své osobnosti
- dokáží být častěji méně závislí na okolí a více vnímat vlastní přednosti
- u určité skupiny jedinců se SPU se objevují dokonce výjimečné schopnosti (talent)

Nejčastější uplatnění nacházejí lidé s SPU v oblasti **strojírenství, programování počítačů, umění, modelování designu.**⁹

Dle Siegelové¹⁰ patří mezi časté silné stránky dospělých se SPU **talent k hudbě, v tanci, herectví, sportu nebo v různých technických dovednostech.** Stejná autorka uvádí příklad Agathy Christie, která měla velké potíže v psaní a při výuce cizích jazyků a přesto nakonec dosáhla obrovských úspěchů.

Autorky baterie pro diagnostiku SPU u adolescentů a dospělých (Pavla Cimlerová, Daniela Pokorná, Eva Chalupová) uvádí také řadu silných stránek osob s „dys“, zejména dyslektiků:

- dobrá schopnost vizuální paměti
- schopnost trojdimenzionální vizualizace
- schopnost laterálního myšlení – tvořivost
- více holistický (celostní) pohled na svět
- dobré kinestetické dovednosti
- schopnost kritického myšlení
- bohatá „barevná“ paměť
- schopnost multisenzorického (vícesmyslového) vnímání
- nadšení

Na závěr kapitoly uvedme ještě motto výše uvedených autorek:

„Profesionálně úspěšní dyslektici jsou často posuzováni jako ti, kteří dosáhli úspěchů navzdory své dyslexii, ve skutečnosti jsou mnozí úspěšní právě proto, že jsou dyslektici.“

7 Studujte i s SPU na VŠ, online.

8 Pedersen, 2006.

9 Girloy, Miles, T. R., 1996; Thompson, M., 2001, cit dle http://userweb.pedf.cuni.cz/ksppg/poradna/specificke_poruchy/projevy.php.

10 Siegelová (1999), cit dle Pokorná (2010).

ORGANIZACE PODPORY STUDENTŮ SE SPU NA UHK

Možnosti podpory pro studenty se specifickými potřebami poskytované na UHK jsou vymezeny v několika dokumentech dostupných na webových stránkách UHK.¹¹ Výchozím dokumentem pro poskytování podpory na všech VŠ jsou aktuálně platná pravidla MŠMT pro financování zvýšených nákladů na studium studentů se specifickými potřebami. Na ně navazuje Rektorský výnos „Podpora uchazečů a studentů se specifickými potřebami na UHK“ a Metodický pokyn k realizaci podpory uchazečů a studentů se specifickými potřebami na UHK, které aplikují pravidla podpory do prostředí UHK. Konkretizace podpůrných služeb je uvedena v navazujícím dokumentu – Standard činnosti Střediska Augustin.

V rámci Poradenského centra Univerzity Hradec Králové (dále jen PC UHK) jsou uchazečům/studentům se SPU k dispozici služby různého charakteru:

- **kompletní diagnostika poruch učení včetně funkční diagnostiky**
- **poradenství v souvislosti s výběrem vhodného studijního oboru**
- **úprava podmínek přijímacího řízení**
 - ✓ informování vyučujících participujících se na přijímacím řízení
 - ✓ zpřístupnění informací a materiálů souvisejících s přípravnými kurzy a přijímacím řízením
 - ✓ možnost využití kompenzačních pomůcek a adaptivních technologií v průběhu skládání přijímacích zkoušek
 - ✓ v odůvodněných případech možnost skládat přijímací zkoušku s využitím navýšení časového limitu o max. 50% ze standardního času zkoušky
- **zajištění specifické podpory v průběhu studia a při ověřování studijních výsledků**
 - ✓ informování vyučujících o specifických potřebách studenta
 - ✓ zpřístupnění informací a materiálů souvisejících se studiem

11 Dokumenty jsou dostupné na www.uhk.cz/augustin

- ✓ v odůvodněných případech zajištění individuální výuky (např. výuka cizích jazyků)
- ✓ poskytnutí studijní asistence (např. nácvik specifických dovedností)
- ✓ časová kompenzace při testech a zkoušení
- ✓ zapůjčení kompenzačních pomůcek a možnost zácviku v jejich používání (software pro práci s textem Easytutor)
- ✓ metodická pomoc vyučujícím a poskytnutí praktických doporučení pro výuku studentů se SPU

➤ **individuální reedukace v jednotlivých oblastech**

- ✓ na základě podrobného vyšetření je nabízena možnost individuálních konzultací od zkušené psycholožky za účelem rozvoje a úpravy porušených funkcí

➤ **skupinový nácvik efektivních studijních strategií pod odborným vedením**

- ✓ nácvik probíhá formou pravidelných setkání ve skupině studentů s obdobnými potížemi
- ✓ jeho cílem je seznámit účastníky s možnostmi obohacení vlastního studijního stylu o nové, efektivnější aktivity, které si vyzkouší a vyhodnotí jejich efektivitu
- ✓ skupiny mají často charakter svépomocných podpůrných společenství a podporují vznik nových přátelských vztahů

➤ **individuální či skupinová podpůrná psychoterapie**

- ✓ v rámci Poradenského centra jsou rovněž k dispozici psychologové, kteří mohou pomoci se zvládnutím různých náročných životních situací a problémů, ať už se SPU souvisí či nikoli

➤ kariérové poradenství

- ✓ také pro studenty se SPU jsou určeny nabídky diagnostiky a kurzů souvisejících s profesním rozvojem jako např. možnost získat svůj profesní a osobnostní profil a zjistit své silné a slabé stránky
- ✓ výcvik v komunikačních dovednostech
- ✓ timemanagement – nácvik zvládnání kontroly nad vlastním časem
- ✓ koučování – vedení k vytýčování si efektivních cílů a k využívání vlastního potenciálu při zachování spokojenosti

JAK ZAČÍT VĚCI ŘEŠIT?

Po přečtení předcházejících pasáží jste se toho již o SPU dost dozvěděli. Víte již také, že přímo na UHK existují střediska, která nabízejí různé formy podpory. Možná jste teď trochu zmatení a nevíte, čím začít. Proto je tu pro vás stručný návrh kroků, jak postupovat.

1. V případě, že zvažujete studium na UHK a máte současně obavy, zda kvůli SPU studium zvládnete, kontaktujte Středisko podpory pro studenty se specifickými potřebami Augustin.¹² Dostane se vám všech potřebných informací.
2. Pokud jste již studentem UHK, a zvažujete, zda využít některé ze služeb, rovněž se obraťte na výše uvedené středisko.
3. Pokud se rozhodnete o službu požádat, je třeba doložit SPU formou zprávy z Pedagogicko-psychologické poradny, která nesmí být starší než dva roky. Pravděpodobně již takovou máte, a pokud ne, středisko zajistí odborníka, který diagnostiku provede.
4. K zařazení do evidence je nutné sjednat si s pracovníkem střediska osobní setkání, doložit SPU a absolvovat funkční diagnostiku, kterou se ověří skutečný dopad SPU na studium. Následně na to budete moci čerpat různé formy podpory.
5. V případě, že jste již řádně zaevidováni a máte zájem o některou ze služeb, je potřeba o ni zažádat prostřednictvím formuláře „Žádost o službu“, který naleznete na webu Střediska Augustin.
6. Rozšiřující informace je možné najít v následujících dokumentech:
 - ✓ Aktuálně platná pravidla MŠMT pro financování zvýšených nákladů na studium studentů se specifickými potřebami
 - ✓ Rektorský výnos „Podpora uchazečů a studentů se specifickými potřebami na UHK“
 - ✓ Metodický pokyn k realizaci podpory uchazečů a studentů se specifickými potřebami na UHK
 - ✓ Standard činnosti Střediska Augustin
 - ✓ Webové stránky Střediska Augustin a Pedagogicko-psychologické poradny Poradenského centra UHK

V ČEM MOHOU POMOCI PEDAGOGOVÉ?

Jak již bylo zmíněno v dřívějších pasážích, SPU ve svých důsledcích nesouvisí pouze se studijními obtížemi, ale velice často se negativně odráží také na sebehodnocení jedince. Díky opakovaným nezdarům může být školní prostředí studentem vnímáno jako místo, kde zažívá zejména selhání. To může být velmi stresující a negativně ovlivnit studijní výkon včetně motivace. Proto je vhodné, aby pedagog zaujal ke studentovi **adekvátní a profesionální přístup**. Měl by být s jeho obtížemi seznámen a poskytnout mu jistotu v podobě předem domluvených konkrétních podmínek. Pro zvýšení sebedůvěry studenta lze doporučit podněcovat jej k činnostem, díky kterým se bude moci přiměřeným způsobem aktivně a úspěšně podílet na průběhu vyučování. Přestane se tak aktivitě vyhýbat. S tím souvisí také zejména zadávání vhodných úkolů, které by měly být studentem splnitelné a způsob komunikace se studentem před jeho kolegy. K udržení motivace studentů se SPU je důležité, aby jejich snaha byla korunována alespoň drobnými a dílčími úspěchy, nikoli pouze chybováním, které přináší pocity selhání a beznaděje.

Z hlediska technické realizace výuky ve své podstatě lze pedagogům doporučit podniknout všechna opatření, která jim zajistí kvalitní výuku respektující individuální studijní styl studentů a podporující vnímání nových informací, jejich porozumění a zapamatování.

Z hlavních zásad jmenujme zejména:

- **zapojení co nejvíce smyslových modalit** studenta během výuky – tj. vedle sluchu také zrak i aktivní pohyb (tzv. multisenzoriální přístup)
- dbát na **udržení pozornosti studentů** v celém průběhu výuky (prokládáním monologu otázkami, střídáním různých činností, pestrostí informací i využívaných metod)
- umožnit studentům **vytvořit si předem představu o obsahu výuky** (vypracovat osnovu a zaslat ji studentům případně poskytnout předem celou přednášku)
- umožnit studentům **uplatnit individuální způsob tvorby poznámek** (u studentů se SPU to bývá často využívání notebooku či podtrhávání a vpisování do předem vytištěného textu)

- v neposlední řadě je vhodné se **domluvit na formě zkoušení** (studenti se SPU obvykle upřednostňují zkoušení ústní před písemným)
- pokud je nutné provést ověřování znalostí písemně, na základě doporučení odborníka **poskytnout studentovi se SPU více času**

Při naplňování těchto zásad mohou být užitečné jednak moderní technologie a dále tvořivost pedagoga a snaha o pestrost:

- interaktivní technologie – zejména tabule, dataprojektor a notebook umožní vizualizaci, zapojení více smyslů a pomohou udržet pozornost
- používat co nejvíce názorných pomůcek a metod zážitkové pedagogiky
- vytvářet optimistickou atmosféru, nevidět pouze problémy, ale také dílčí úspěchy studenta a hledat, jak by věci mohly fungovat

Je důležité mít na paměti, že cílem adekvátního pedagogického přístupu není studenta litovat či mu snižovat studijní požadavky, ale podpořit jej ve studiu způsobem, který je vhodný pro jeho možnosti.

INSPIRUJTE SE PRO PRÁCI NA VLASTNÍM STUDIJNÍM STYLU

V případě poruch učení bývají nejčastějšími problémy potíže s koncentrací na práci s textem, obtížné zapamatování a následný stres a tréma při prezentaci naučeného.

✓ **Strukturujte čtený text**

Pro práci s textem lze doporučit využít předpoklad dobré vizuální paměti u větší části dyslektiků a vést je ke grafickému strukturování odborného textu. Student se učí strukturovat graficky nečleněný text podle klíčových slov a myšlenek v jednotlivých odstavcích.

V další strategii se student za pomoci učitele učí **zpracování textu v několika krocích**. V prvním se jen s oporou o zdůrazněná slova a nadpisy snaží o základní orientaci a pochopení obsahu textu a teprve v další fázi čte běžným způsobem.

✓ **Čtete s porozuměním**

Číst s porozuměním znamená vnímat uspořádání vět a slohu, všímat si podstatných jmen, sloves a spojovacích výrazů.

V další fázi je třeba si přivyknout na textové zvláštnosti a žánry často používané ve studovaném oboru. To usnadní rozpoznání kontroverzí a dvojsmyslností v textu.

Vrcholem dovedností spjatých se čtením je tzv. kritické myšlení, které bývá označováno jako schopnost „číst mezi řádky“. Jde o schopnost ponechat si od čteného textu odstup a analyzovat argumentaci, nacházet a kriticky hodnotit důležité výrazy a pasáže, umět ohodnotit důvěryhodnost zdrojů a oprávněnost tvrzení. K jeho rozvíjení je třeba si při čtení průběžně klást otázky typu:

- Jaké jsou hlavní argumenty textu?
- Čím autor argumenty dokládá?
- Jaká hypotéza se skrývá za uvedenými důkazy?
- Je text důvěryhodný?
- Jakým způsobem autor uvažuje?
- Lze důkazy vyvrátit?

✓ **Učte se dělat poznámky**

Poznámky jsou podstatné pro další učení, proto je třeba věnovat nácviku jejich pořizování odpovídající pozornost. Co pro jejich tvorbu pomůže?

- Seznámit se předem s programem přednášky, s klíčovými slovy.
- Při výkladu si klást otázky – Proč o dané věci přednášející mluví? Jak daná věc souvisí se zbytkem tématu?
- Být pozorní k často se opakujícím pojmům – vždy si vyhledat jejich význam.
- Rozhodovat se, které informace jsou důležité a které méně.
- Vytvářet si vlastní závěry, kresby, diagramy, mentální mapy.

✓ **Nacvičujte psaní seminárních prací**

Obdobně jako na čtení je vhodné zaměřit pozornost na nácvik psaní odborných prací, které jsou často předmětem hodnocení na vysoké škole a dyslekticko – dysortografické studenty významně handicapují.

Studentům se doporučuje **písemné zpracování textu ve dvou fázích**. V první se soustředí na myšlenky, jejich strukturaci a formulaci a teprve ve druhé pak na administraci a jazykovou správnost.

Na seminární práci (eseji) se doporučuje pracovat ve třech krocích:

- shromažďování a výběr relevantních materiálů
- studium a analýza materiálů
- zpracování, interpretování a diskutování materiálů

Tyto postupy jsou doporučovány všem studentům, ale u jedinců s poruchou učení, hlavně tam, kde se přidružuje i symptomatika LMD (porucha posloupnosti), je třeba pro fixaci postupů systematického výcviku.

✓ **Vyzkoušejte tipy od svých kolegů**

Strategie, které se osvědčily při překonávání problémů se studiem na VŠ u studentů se SPU, lze shrnout do následujících bodů:

- psaní seminárních prací s pomocí druhé osoby (diktování textu)
- čtení otázek v testech v obráceném pořadí (nejdříve možné odpovědi, pak otázky)

- důkladná příprava na zkoušky
- vyhledávání zajímavostí při učení (motivace)
- zpřehlednění učiva (přehledy, kategorie)
- využití různých smyslů při učení (zrak, sluch, hmat)

Z oblasti technické podpory sem řadíme běžné nástroje pro kompenzaci SPU, např. Word s nástrojem na opravu pravopisu, ale také méně obvyklé pomůcky jako Screenreader, programy zvýrazňující čtený text apod. Další tipy a doporučení lze najít v rozšiřujících pramenech a příručkách.¹³

¹³ Pospíšilová, 2009

ZÁVĚR

Nastal čas se rozloučit. Doufáme, že pro vás byl daný text alespoň zčásti užitečný. Nezapomeňte však na to, že tímto vaše cesta za poznáním nekončí. Přejeme vám hodně úspěchů!

*„Jenže já jsem dysgrafik a dyslektik
v srdci mám žár a v oku mám tik
a na plicích vodu a v rukou mám třes
a v duši mám blues a chtěl bych hrát jazz
a místo toho hraju jenom ping-pong
a stejně si připadám jako king-kong
protože jsem dysgrafik a asociál
a je mi jedno, co bude dál, co bude dál...“
(Xindl X)*

POUŽITÁ LITERATURA

Augustin. [online] [cit. 11. 02. 2013] Dostupné z: <http://www.uhk.cz/cs-cz/fakulty-a-pracoviste/rektorat/poradenske-centrum/augustin/Stranky/default.aspx>

BARLETT, D., MOODY, S. Dyslexia in the Workplace. London, Philadelphia: Whurr Publishers Ltd., 2004.

BARTOŇOVÁ, M. Kapitoly ze specifických poruch učení I. Vymezení současné problematiky. Brno: MU, 2004. s. 128. 1. vyd. ISBN 80-210-3613-3.

BLAŽKOVÁ, R.; MATOUŠKOVÁ, K.; VAŇUROVÁ, M.; BLAŽEK, M.: Poruchy učení v matematice a možnosti jejich nápravy. Brno, Paido, 2000.

CIMLEROVÁ, P., POKORNÁ, D., CHALUPOVÁ, E., a kol. Diagnostika specifických poruch učení u adolescentů a dospělých osob. IPPP 2007. ISBN 978-80-86856-41-4.

KOCUROVÁ, M. Dilemata diagnostiky poruch učení na vysoké škole. 2007. [online] [cit. 11. 02. 2013] Dostupné z: www.asociacevsp.cz/files...dyslexii/poruchy-uceni-CVUT.ppt

MICHALOVÁ, Z. Specifické poruchy učení na druhém stupni ZŠ a na školách středních. Havlíčkův Brod, Tobiáš, 2004.

Příručka pro pedagogy a studenty. Slezská univerzita v Opavě. [online] [cit. 11. 02. 2013] Dostupné z: www.slu.cz/su...1/prirucka-pro-pedagogy-a-studenty

POSPÍŠILOVÁ, Z. Psychosociální aspekty dyslexie u dospělých jedinců. (12. 11. 2009). [online] [cit. 11. 02. 2013] Dostupné z: www.virtuniv.cz/images/5/57/Pospisilova_Slunecnice2009.ppt

Rektorský výnos. Podpora uchazečů a studentů se specifickými potřebami na UHK. [online] [cit. 11. 02. 2013] Dostupné z: <http://www.uhk.cz/cs-cz/o-univerzite/uredni-deska/uredni-deska-uhk/Documents/Ridici%20akty/Rektorske%20vynosy/2012/13%20-%20Podpora%20uchazečum%20a%20studentum%20se%20specifickými%20potřebami%20na%20UHK.pdf>

„Screeningový dotazník na poruchy učení pro dospělé“. Převzato a upraveno dle online screeningového dotazníku pro dospělé – <http://www.wdnf.info/profilercz> (autor – Ian Smythe).

SIEGEL, L.S. Learning Disabilities: The roads We have Traveled and the Path to the Future. In: R.J. Sternberg, L. Spear-Swerling (Ed.). Perspectives on Learning Disabilities, Biological, Cognitive Contextual. Colorado, Oxford: Westview Press, 1999, s. 159 – 175, cit. Dle POKORNÁ, V. Vývojové poruchy učení v dětství a dospělosti. Portál, Praha, 2012. ISBN 978-80-7367-773-2.

Studujte i s SPU na VŠ. [online] [cit. 11.02.2013] Dostupné z: www.lli.vutbr.cz/data/files/vut-prirucka-2012-02-a5-422.pdf

THOMPSON, M., 2001, cit dle GIRLOY, D. e., MILES, T. R. (1996). Dyslexia at College. 2nd ed. Routledge, London.; cit dle http://userweb.pedf.cuni.cz/ksppg/poradna/specificke_poruchy/projevy.php

TYL, 2001 In: Bartoňová, M. Kapitoly ze specifických poruch učení. Vymezení současné problematiky. Brno: Paido, 2004. ISBN 80-210-3613.

Zelinková, O. Cizí jazyky a specifické poruchy učení. Havlíčkův Brod: Tobiáš, 2005. ISBN 80-7311-022-9.

