

VÝZVY A OBTÍŽE STUDENTŮ S ADHD NA VYSOKÉ ŠKOLE

CHALLENGES AND DIFFICULTIES OF STUDENTS WITH ADHD IN HIGHER EDUCATION

Radmila Dačevová, Tereza Hormanďlová

Katedra speciální a inkluzivní pedagogiky, Pedagogická fakulta, Brno

Abstrakt

ADHD je neurovývojová porucha, která se často spojuje s dětstvím, avšak její symptomy přetrvávají i do dospělosti a mohou výrazně ovlivňovat kvalitu života jedince. Příspěvek se zaměřuje na úskalí, se kterými se mladí dospělí s ADHD potýkají, a to jak v osobním, studijním, tak i profesním životě. Výzkumná studie vychází z analýzy případových studií studentů vysokých škol a poskytuje vhled do jejich individuálních zkušeností a strategií zvládnání ADHD. Výsledky analýzy ukazují, že mladí dospělí s ADHD čelí řadě výzev, včetně problémů s organizací času, impulzivitou, exekutivních dysfunkcí a sociálními interakcemi. Cílem tohoto příspěvku je zvýšit povědomí o ADHD u studentů vysokých škol a poskytnout užitečné informace pro zvládnání této poruchy.

Klíčová slova: ADHD, případová studie, intervence

Abstract

ADHD is a neurodevelopmental disorder often associated with childhood, but its symptoms persist into adulthood and can significantly affect an individual's quality of life. This paper focuses on the challenges that young adults with ADHD face, both in their personal, academic, and professional lives. The research study is based on an analysis of case studies of college students and provides insight into their individual experiences and coping strategies for ADHD. The results of the analysis show that young adults with ADHD face a number of challenges, including problems with time management, impulsivity, executive dysfunction, and social interactions. The aim of this paper is to raise awareness of ADHD in university students and to provide useful information for managing this disorder, which may contribute to better academic performance.

Keywords: ADHD, case study, intervention

1 ÚVOD

ADHD bývá zpravidla spojováno s obdobím dětství a málo kdo si uvědomuje, že obtíže spojené s touto poruchou přetrvávají i do dospělosti. V českém prostředí existuje minimum údajů o ADHD v dospělosti. Uvádí se (Krmíček at al., 2011; Miovský at al., 2018), že se celosvětově prevalence ADHD v dospělosti pohybuje mezi 2,5–4,3 %, téměř u 15 % dětí přetrvává porucha až do dospělosti a u zhruba 50 % jsou to jen některé symptomy. Mladí dospělí s ADHD tak čelí specifickým výzvám, které mohou ovlivňovat jejich akademický, profesní i osobní život.

2 TEORIE

ADHD (Attention Deficit Hyperactivity Disorder) je v Mezinárodní klasifikaci nemocí (ICD-11) zařazeno pod kódem 6A05¹. Příčiny vzniku jsou multifaktoriální, kombinující biologické, neurologické, genetické a enviromentální faktory. Obecně se předpokládá, že člověk se s ADHD narodil, ale projevy se mohou objevit i později, např. po zlomové životní události. ADHD se často pojí s oslabením exekutivních funkcí, jako je plánování, rozhodování a úsudek. Tyto deficity mohou přetrvávat do dospělosti a mohou se projevovat (Brown, 2004; Maté, 2011) vnitřním neklidem, roztěkaností, špatným plánováním, workoholismem apod. Jednotlivé symptomy se však mohou stát výraznějšími a náročnějšími na zvládnání. Mladí dospělí tyto projevy často kompenzují užíváním návykových látek, zálibou v rizikových sportech či hazardu, což vyžaduje nové strategie a přístupy. To potvrzují i studie, které se tomuto problému věnovaly (Green & Rabiner, 2012; Sedwick, 2018; Pirozzi, 2022).

3 METODOLOGIE VÝZKUMU

Klíčovým tématem výzkumné studie byla analýza případových studií vysokoškolských studentů s diagnózou ADHD. K analýze bylo podrobeno pět studií. Výzkumný soubor tvořili tři ženy (20, 24, 24 let) a dva muži (20, 23 let). Ke zjištění potřebných údajů byla použita sekundární analýza dat. Analýza byla prováděna tak, že získaný materiál byl podroben technice otevřeného kódování.

1 Více na 11. revize Mezinárodní klasifikace nemocí (MKN-11) – ÚZIS ČR

Výsledkem bylo identifikování klíčových kategorií, které jsme následně začali deskriptivně zpracovávat, a to v souvislosti s cílem výzkumného šetření, což bylo identifikovat a analyzovat specifické výzvy a obtíže, kterým čelí studenti s ADHD během jejich studia na vysoké škole a jak je překonávají. V souladu s cílem byly formulovány výzkumné otázky: *Jak se ADHD projevovalo u těchto studentů v dětství? Jak jsou u nich aktuální symptomy ADHD? S jakými obtížemi či výzvami se potýkají studenti při studiu na vysoké škole? Které strategie se ukázaly při zvládnání obtíží nejúčinnější?*

4 VÝSLEDKY

Při analýze dat bylo zjištěno, že v období dětství se u studujících kombinovaly projevy nepozornosti, hyperaktivity a impulzivity, což mělo vliv na jejich školní výkon a sociální interakci, ve které často selhávali. Tyto projevy se objevují u studujících i v současné době, ale v souvislosti s věkem studujících mají jinou podobu (jednání bez rozmyšlení, chaotické myšlení, potíže se spánkem a odpočinkem, workoholismus, depresivní stavy, skákání do řeči, neuznávání autorit, problémy s plánováním učiva, odevzdáváním seminárních úkolů aj.). Při studiu na vysoké škole mají studující často sklon k prokrastinaci a stresu. Potýkají se s výkyvy nálad a frustrací. Mají potíže s dokončováním úkolů, udržením pozornosti na přednáškách, a i s krátkodobou pamětí, což má vliv na úspěšné zvládnutí zkoušek, a tedy i celého studia. Studující si vytvořili různé strategie, které jim pomáhají překonat obtíže spojené s ADHD (vytvoření systému a pořádku ve věcech, multitasking, používání kalendáře či aplikace v mobilu, používání sluchátek, věnování se oblíbeným činnostem, zvýšená fyzická aktivita, spánková hygiena, aj.).

5 ZÁVĚRY A DISKUSE

Závěrem lze říci, že studenti s ADHD na vysoké škole čelí mnoha výzvám jak v osobním, tak akademickém životě. Tyto výzvy mohou ovlivnit jejich celkovou pohodu. Výsledky studie ukazují, že je důležité poskytovat studujícím s ADHD adekvátní podporu a zdroje, které jim pomohou zvládat jejich specifické obtíže. Vysoké školy by měly zvážit zavedení programů a služeb zaměřených na podporu studentů s ADHD, jako jsou například workshopy na téma Time Managementu,

techniky zvládnání stresu, podpůrné skupiny či různé mentoringové programy. Přítomnost ADHD u vysokoškolských studentů je téma, kterému se nedostalo ani zdaleka takového množství výzkumu jako dětskému ADHD, proto je dobré se k tomuto tématu vracet a zkoumat ho. Budoucí studie by mohly, např. zkoumat efektivitu různých intervencí a strategií, které mohou studentům s ADHD pomoci dosáhnout jejich plného potenciálu.

6 LITERATURA

- Brown, T. E. (2005). *Attention deficit disorder: The unfocused mind in children and adults*. Yale University Press.
- Green, A. L., & Rabiner, D. L. (2012). What do we really know about ADHD in college students? *Neurotherapeutics*, 9(3), 559–568.
- Krmíček, V., & Drtílková, I. (2011). Dotazníková studie příznaků ADHD u studentů LF.
- Maté, G. (2011). *Scattered minds: The origins and healing of attention deficit disorder*. Vintage Canada.
- Miovský M. (2018). *Diagnostika a terapie ADHD: dospělí pacienti a klienti v adiktologii*. Grada Publishing as.
- Pirozzi, M. (2022). The Perception of the College Experience for Students with ADHD. *International Society for Technology, Education, and Science*.
- Sedgwick, J. A. (2018). University students with attention deficit hyperactivity disorder (ADHD): A literature review. *Irish Journal of Psychological Medicine*, 35(3), 221–235.