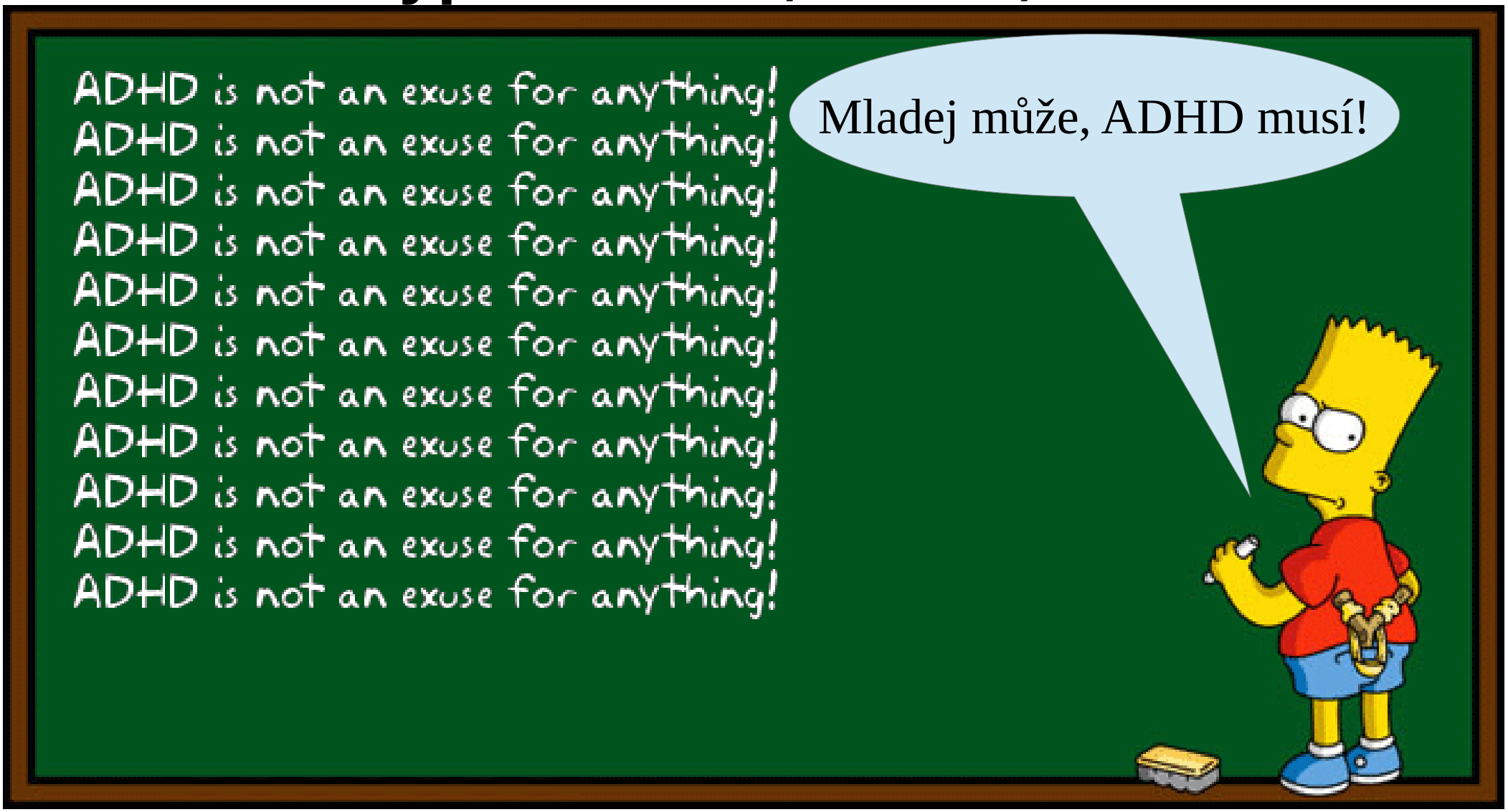
Hyperaktivita, ADHD, ADD



PhDr. Mgr. Jeroným Klimeš, Ph.D.
http://noty.klimes.us http://www.klimes.us

Téma: ADHD a ADD - jejích vztah k kreativitě a řemeslu, specifika poruch pozornosti na učení, upravování osnov a individuálních studijních plánů pro děti s poruchami pozornosti (ZUŠ), mentální kapacita

Čtyřpísmenná diagnóza

ADHD - Attention deficit hyperactivity disorder (ADHD)

Dvě poruchy:
A) porucha pozornosti
B) hyperaktivita

ADD - Attention deficit disorder

Pokud je přítomna jenom A) porucha pozornosti.
Klidné, ale „mimózní“ dítě
Neschopné organizace, ztrácející věci, ztrácející se v městě, v životě...

U nás se hyperaktivitě věnoval:

PhDr. **Michael Šebek**: **Neklidné děti a jejich výchova**. 1. vyd. Praha: Státní pedagogické nakladatelství, 1990. 128 s. Knihy pro rodiče. ISBN 80-04-23643-X. online: **http://sebek.klimes.us**

"Diagnosa ještě není zcela potvrzena laboratorně, ale zdá se, že máte krávy."

A)	**Porucha, trvající nejméně 6 měsíců, při níž se objevuje nejméně 8 z následujících 14 symptomů:**
1.	Často si neklidně pohrává s rukama, bezúčelně pohybuje nohama anebo se vrtí na židli. V době dospívání můžeme omezit kladnou odpověď na tuto položku pouze na takové případy, kdy adolescent hovoří o tom, že prožívá subjektivní pocity vnitřního neklidu.
2.	Má potíže s tím, aby vydržel/a klidně sedět i když je o to požádán/a.
3.	Lehko ho (ji) vyruší (případně odvedou od práce) vnější stimuly.
4.	Ve hrách s pevně stanovenými pravidly či ve společenských (resp. skupinových) situacích mu (jí) dělá potíže vyčkat, dokud na něj (ni) nepřijde řada.
5.	Často vyhrkne odpověď na otázku ještě předtím, než ji ten, kdo se ptá, vůbec stačil dovyslovit (což vede k častým chybám).
6.	Dělá mu (jí) potíže řídit se instrukcemi jiných osob (a není to kvůli opozičnickému, negativistickému chování ani kvůli nepochopení), například mu (jí) dělává potíže dodělat nějakou práci.
7.	Dělá mu (jí) potíže soustředit se, ať už na úkoly, nebo při hrách.
8.	Často „přebíhá“ od jedné nedokončené činnosti ke druhé.
9.	Dělá mu (jí) potíže hrát si tiše.

10. Často je nadměrně povídavý/á, překotně hovoří.

11. Často přerušuje jiné anebo jim skáče do řeči, například se plete do her jiných dětí.

12. Často to vypadá, jako že neposlouchá, co se mu (jí) říká.

13. Často ztrácí věci, které jsou nezbytné pro školní práci či celkově pro různé důležité činnosti, ať už doma, nebo ve škole (např. hračky, tužky, knihy, domácí úlohy).

14. Často se zapojuje do fyzicky nebezpečných činností, aniž by bral/a v úvahu možné následky (přitom to nedělá kvůli tomu, že by vyhledával/a nebezpečí pro nebezpečí), například vbíhá do vozovky, aniž by se předtím rozhlédl/a.

Poznámka: Výše uvedené položky jsou seřazeny v sestupném pořadí z hlediska důležitosti při diferenciální diagnostice založené na údajích získaných z celonárodního amerického terénního výzkumu kritérií DSM III-R pro výrazné poruchy chování (Disruptive Behavior Disorders).

B) Nemoc začíná obvykle před sedmým rokem věku.

C) Nesplňuje kritéria všezachvacující vývojové poruchy (Pervasive Development Disorder).

Ve věku:

3–5 let: 10 a více příznaků

6–12 let: 8 a více příznaků

13–18 let: 6 a více příznaků

Lidová mluva a zoufalí diagnostici

Jeden z mnoha odpadních košů, kam se hází vše, co se dá označit souslovím:

Problémové dítě

Jen o málo přesnější než nic neříkající termín:

Poruchy chování

Odborníci vcelku nevědí, co k tomu říci.

Je to vtip, protože to není vtip

"Diagnosa ještě není zcela potvrzena laboratorně, ale zdá se, že máte krávy."

Je to jasné! Máte poruchu chůze do schodů!

ŠTAFLITITIDA!

Stejnou logiku mají diagnózy přes jiné činnosti:

- Dyslexie = porucha čtení
- Dermatitida = dačo čudného na tlame

Pervazivní porucha pískání

Zní to vědecky, ale je to příznak bezmoci - nevíme, jak to přesněji uchopit.

Lochneska zvaná ADHD

Dobrá zpráva:

byla viděna

Špatná zpráva:

66% diagnóz je nesprávných

(jen každá třetí je správná)

Učitelé pak nevěří, že ADHD existuje...

Literatura - hrubé neshody v udávaných číslech

např. prevalence kolísá od 3,4 to 14 %

G. Frank Lawlis, PhD.: The ADD Answer

PsychoNeuroPlasticity Center in Lewisville, Texas

Diagnostický formulář, který využívá seznam behaviorálních příznaků je nespolehlivý a nesprávný (impulzivita, nedávání pozornosti, hyperaktivita)

The diagnostic form of using behavioral lists is not reliable or valid (impulsiveness, inattention, hyperactivity)

Podobné příznaky vidíme

- konflikty mezi rodiči a dětmi, poruchy sebepojetí, sourozenecká rivalita
- těžké kovy, metabolické problémy („hladovějící mozek“), hormonální nevyváženost, poruchy koordinace vidění-chování, drogová problematika

Pak je medikace stimulancii neefektivní, ba spíše škodlivá.

Já (JK) bych ještě dodal

citová deprivace v dětství, rozvod rodičů, zneužívání, nevyspání, počítačová závislost

Proč paradoxně pomáhají stimulantia?

Ritalin, kafe ap.

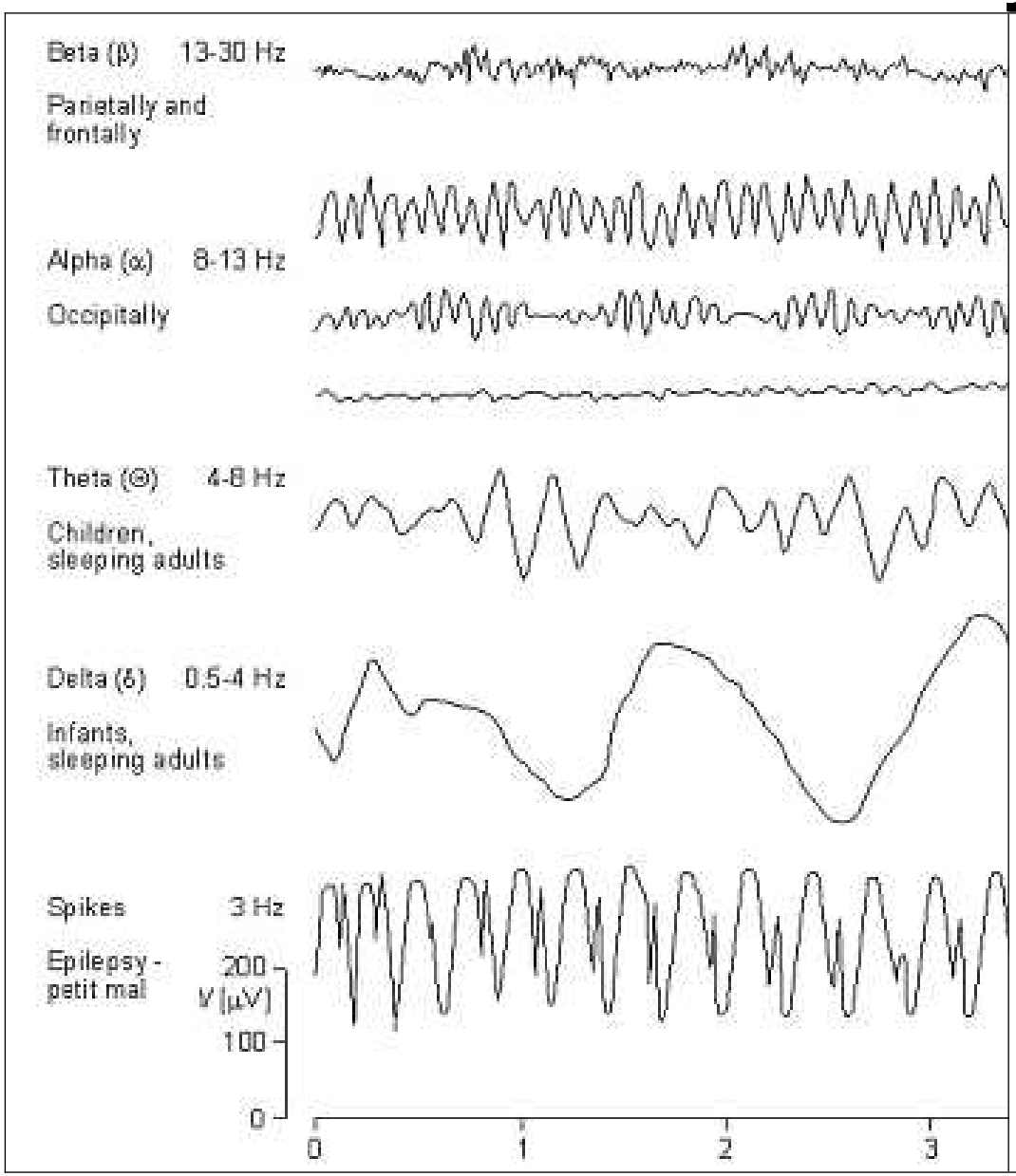
ADHD je specifická neurologická porucha s malou aktivitou ve frontálním laloku (za čelem) - tzv. exekutivní proces, tedy to, co organizuje, řadí a zpracovává informace.

Když tato oblast nefunguje dobře, člověk je zmaten z nových dat, ale mozek se nachází na hranici spánku, útlumu.

Váš mozek je jako dítě, které se vzteká, že má jít do postele a chce zůstat vzhůru, takže vyhledává cokoli, co by je stimulovalo, od samonaštvávání nebo vzrušení jakéhokoli druhu. (EL)

“Your brain is like a child who is resenting going to bed and fighting to stay awake, so it is looking from anything to stimulate itself, such as getting angry or excited by anything it can find.” (FL)

EEG vlny u ADHD



Beta vlny >13 Hertz – bdělost, řešení problémů

Alfa vlny 8 - 12 Hertz – odpočinek

Theta vlny 4 - 8 Hertz
hypnagogické stavy před usnutím - představivost

Delta vlny 0.5 - 4 Hertz
hluboký spánek

ADHD
Mozek jede s aktivovanými alfa a theta vlnami, jako by spal.

Frontální, čelní lalok

M. Šebek k EEG

15-40% případů má hračniční či slabě patologické EEG.

1) Záznam elektrické aktivity mozku svědčí o zpožděném zrání centrálního nervového systému.

2) Záznam svědčí o sníženém korovém zpracování podnětů. Podněty zvenčí nevyvolávají patřičnou elektrickou odezvu v kůže mozku.

3) V kůře se nevytváří dostatečné ohnisko vzrušení jako reakce na vnější podněty.

A) vývojové zpoždění – zaostávají za vrstevníky

B) nižší vzrušivost – v chronickém útlumu

Při zvýšení stimulace z prostředí hyperaktivní chování všeobecně klesá.

ADHD je velké části dědičná

hereditability rate 70-80%

74 % ADHD v populaci je dědičná, zbytek je z jiných příčin

5:1 poměr kluci:holky

V literatuře jsou různé poměry 2:1 - 5:1, vždy víc kluci

Debata: otázka mužského Y genu, nebo adaptace na mužské prostředí, tzn. válku, lov?

https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0165032723009230

ADHD je adaptace na válku, ne na ZUŠ

ADHD Rytíř v klidu je permanentně v poloviční narkóze. Probouzí se pouze v extrémních podmínkách bitvy.

Od svítání do 16:00 seká hlavy. V 16:15 si řekne, že by ještě chtělo podpálit a rozsekat tamhle tu vísku.

Vhodné spíše pro muže než pro ženy. Proto poměr 2:1 (až 5:1).

Pohlaví se liší v těch vlastnostech, kde v evoluční minulosti byly na ně kladeny odlišné požadavky.

ADHD nevýhodná ve škole, výhodná ve střední a pozdní dospělosti

Ženy milují činorodé krtečky a ti proto dobře rozmnožují své ADHD geny.

Najděte 7 rozdílů!

Vysoké psychomotorické ↑↑↑ tempo - vypadají věčně mladí

ADHD více než z poloviny nějak přetrvává do dospělosti

V literatuře nejrůznější údaje
https://www.nature.com/articles/s41380-023-02228-3
https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0165032723009230

Děti

okolo 5.41%, tzn. jeden z dvaceti
8.0 %

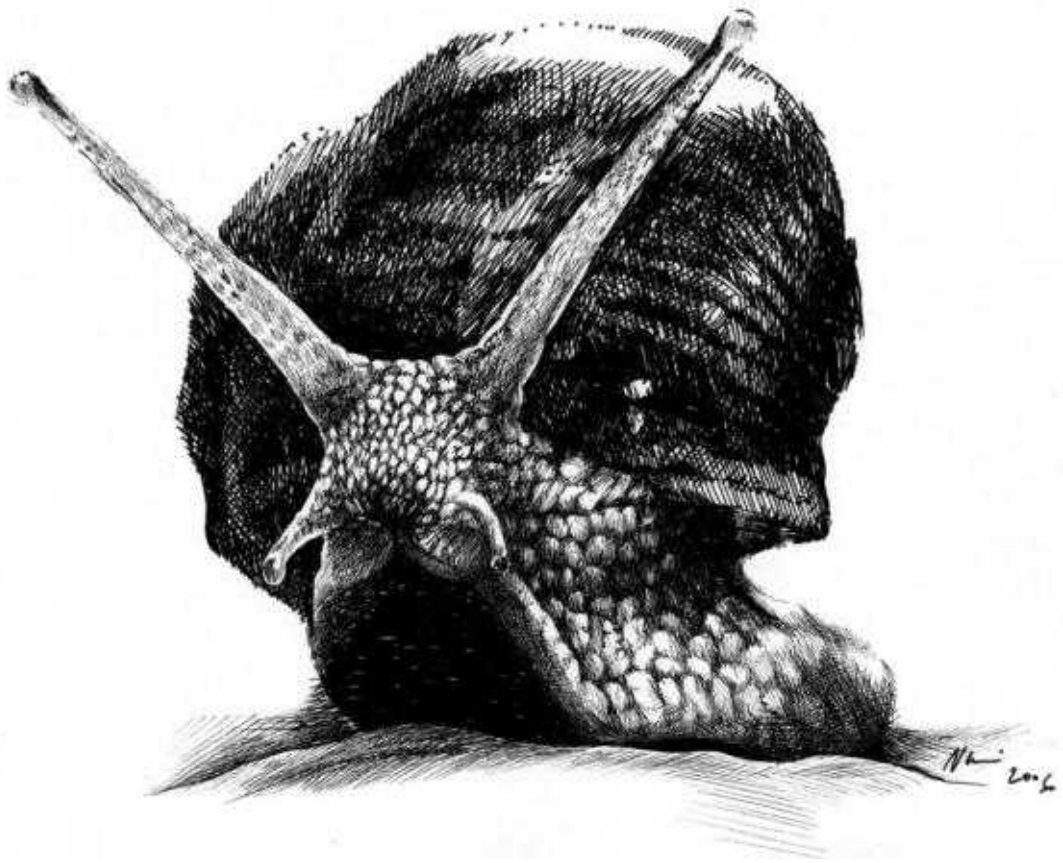
Dospělí

Celoživotní prevalence okolo 1,2 %

Cítí se dobře, když jedou na vysoké obrátky

V klidu upadají do deprese, alkoholismu, viz Menšík, lizard_jesus_christ

Proti sobě jdoucí tendence



Paměť a učení lépe fungují v pomalém, klidném tempu, kdy se hlava nudí a kdy při hraní jedné noty si už představujeme, co udělá ruka u následující noty.

Ale to bere dětem radost z odvážné adrenalinové jízdy.

Když ale jedou rychlou jízdou, tak si hry sice užívají, ale učení postupuje pomalu.

Hledání překryvu mezi těmito krajnostmi je úkolem pedagoga.

Dítěti je však třeba opakovat tuto divnou větu:

Čím pomaleji jedeš, tím dříve jsi v cíli.

Ve filharmonii dosahují profesionality hraním trivialit.

(Auto)Medikace - kafe!

Munden, Arcelus: Poruchy pozornosti a hyperaktivita
Alison Munden and Jon Arcelus, 1999: The ADHD Handbook

Obecně ADHD pomáhají všechny léky, které mění aktivitu dopaminu, noradrenalinu.

Stimulantia (od 1937)
Methylphenidat (Ritalin, Concerta)
cca 80 % funguje, tzn. 1/5 nefunguje.
Od 6 let 5 mg/den (=půl tablety)
max 60 mg/den u dospělých, narkolepsie

Antidepresiva, Antipsychotika,
antihypertensive léky
Sklony k drogám...

Vyhledávač vzrušení - Sensasion seeker

Idiot_1.mpg previs.mp4 autostimulation_stronger.mpg

autostimulace, popř. samonasírání

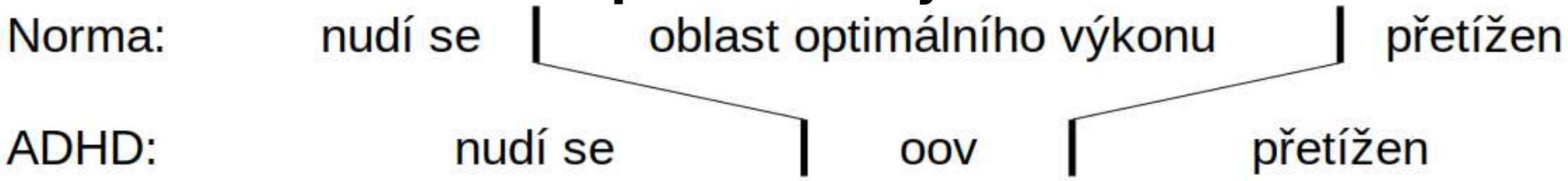
ADHD chumelení: cyklisti_sjezdovka_2019_09_YB_VTT_glace1.mp4

Bláhový nápad:

Vezme si takt a bude ho hrát padesátkrát dokola, až se to naučí.

Nebude - je to nuda.

Hranice mezi nudou a přetížením je tenká až běda



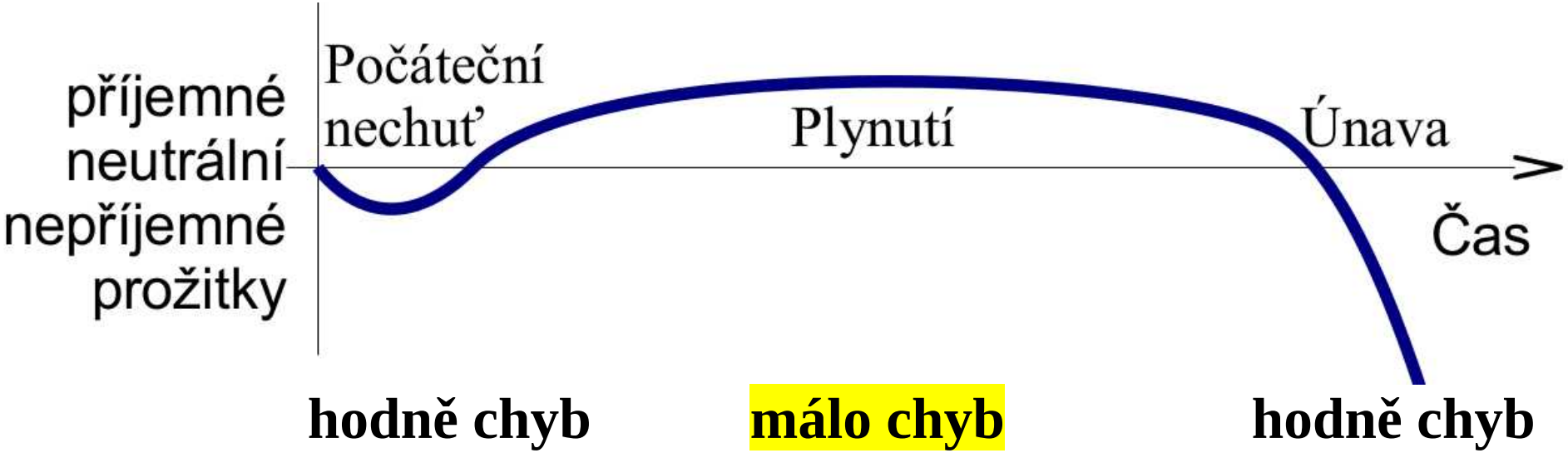
Piano ho nudí a přetěžuje zároveň

Skladby na koncert je třeba předrilovávat s různými autohandicapy.

Při hodině dělají blbosti, ale při koncertě se snadno hroutí, ztrácí.

Cimrmanzirkularschule

Únavová křivka



hodně chyb **málo chyb** **hodně chyb**

Příznaky únavy

Nárůst chybovosti

Hodně se hádá a diskutuje o „nesmyslnosti prstokladu“

Učitel/rodič mívá větší výdrž než dítě

Introspekcí tedy dospělí nedokáží odhadnout stav dítěte.

Hráč studiový - pro optimální výkon vyžaduje klid
Hráč pódiový - pro optimální výkon vyžaduje vzrušení a stres

Výhoda - kreativita

Kreativní umělec - nerad dělá jednu věc dokola

Reprodukční umělec - opakování nedělá problém, výbavnost

Tajemství kreativního umělce

A) generátor nápadů

B) filtr blbých nápadů

1 000 000 nápadů v poměru 999 blbých ku 1 dobrému	**Filtr blbých nápadů**	1000 dobrých nápadů **= jasný génius**

Zahraje chybu a zapřemýšlí: „To zní dobře. To zapíšu...“

Aleš Bílek: „Tady Mozartovi přeskočilo kolečko.“

Generátor nápadů je od Hospodina

Učitel je zbytečný

Snahy rodičů o rozvíjení kreativity jsou bláhové

Filtr blbých nápadů je od učitele/rodiče

Naučit ADHD syna řemeslo je nadlidský výkon.

Kreativita nebo blbost ADHD?

Naše wifina se jmenuje Pasol_jano_tri_voly, podle slovenské, Oravské písničky. Mnoho let si ji zpívám a noty jsem neviděl minimálně čtvrt století.

Teď jsem nahlédl do notového partu a co jsem zjistil:

A) Zpívám to na nápěv Černé oči jděte spát, tedy asi 3x pomaleji

B) Na slova Pasol Jano tri voly u betlémské salaši...

Je to kreativita nebo blbost?

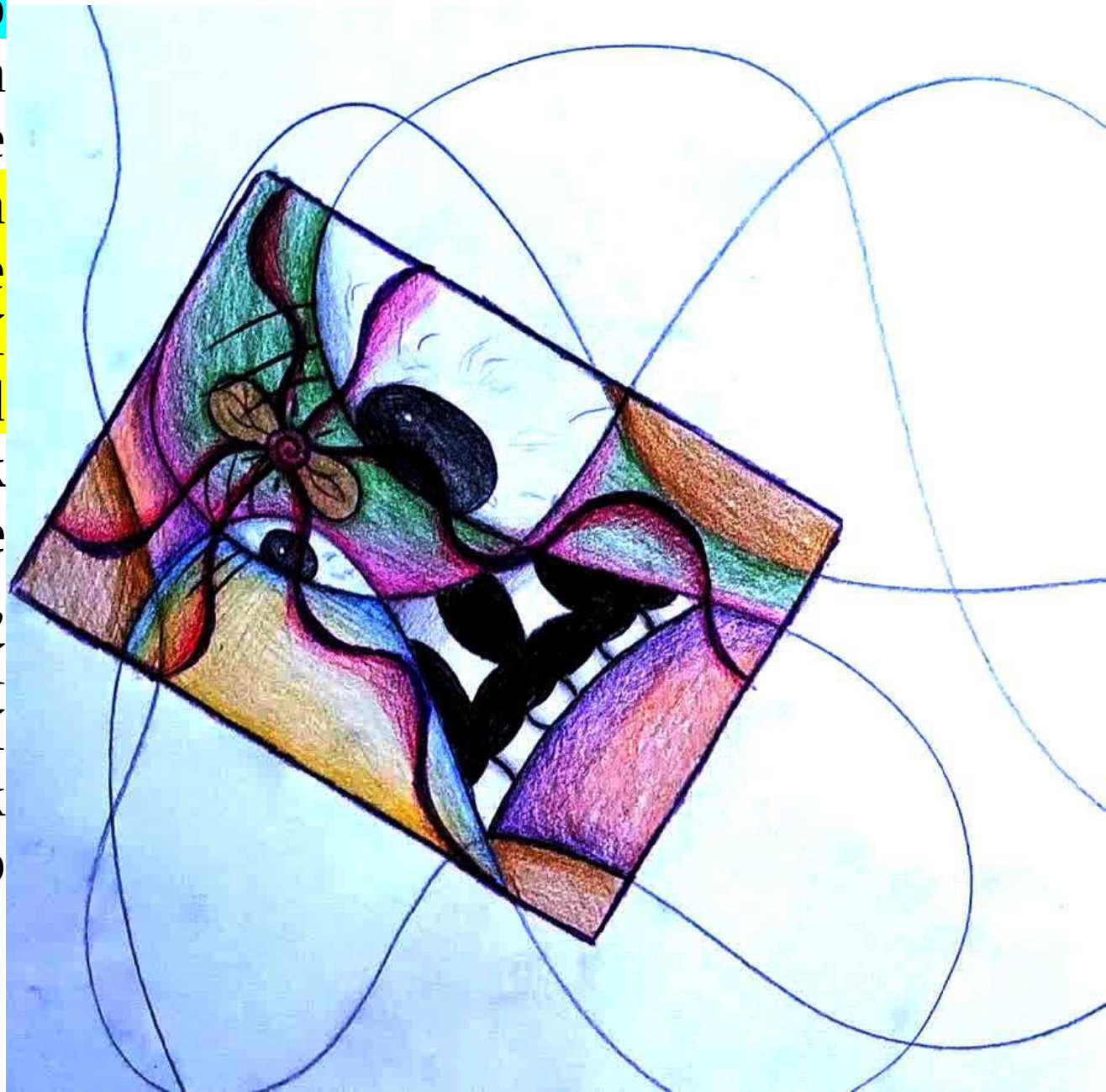
Když to dokážete prodat, tak genialita. :-)

Podobně hraje se D dur rock’n’roll, ale hrají se do něj omylem(?) hmaty z F dur rock’n’rollu.

Arteterapie - Metoda pohlednice - Magdaléna Westman

Instrukce: **Generátor**: Krátké bezmyšlenkovité čárání (může být i se zavřenýma očima) tužkou po čtvrtce (10-15 sekund) a následné vytvoření pohlednice z čáranice. **Filtr:** Člověk se na změť čar nejprve dívá ze všech možných stran a snaží se v nich vidět nějaký základ pro obrázek. **Vybraný výsek překryje sklíčkem ve velkosti pohlednice, obtáhne**, potřebné dokreslí (nemusí využít všechny čáry, ale nesmí gumovat) a obrázek dotvoří/domaluje do nějakého soudržného celku.

viz též Brain storming



Vštípivost a Výbavnost

Reprodukční umělci

Přehraje poprvé - nějaké chyby

Přehraje podruhé - polovina chyb

Přehraje potřetí až pomilionté - bez chyb

Fotografická či eidetická paměť je vcelku podmínkou nutnou vyšší kariéry.

Kreativní ADHD umělci

Přehraje potřetí až pomilionté - polovina chyb

Není schopen zahrát jednu skladbu dvakrát za sebou stejně:

A) nudí se (přidává své závěry, přírazy a kudrlinky - František Liszt)

B) hlava mu nedrží záznam

Komorbidita - 44 %

Depresivní příznaky, dysthymie…

Poruchy spánku

Třeba klást rodičům na srdce - potřebují více spát než normální děti.

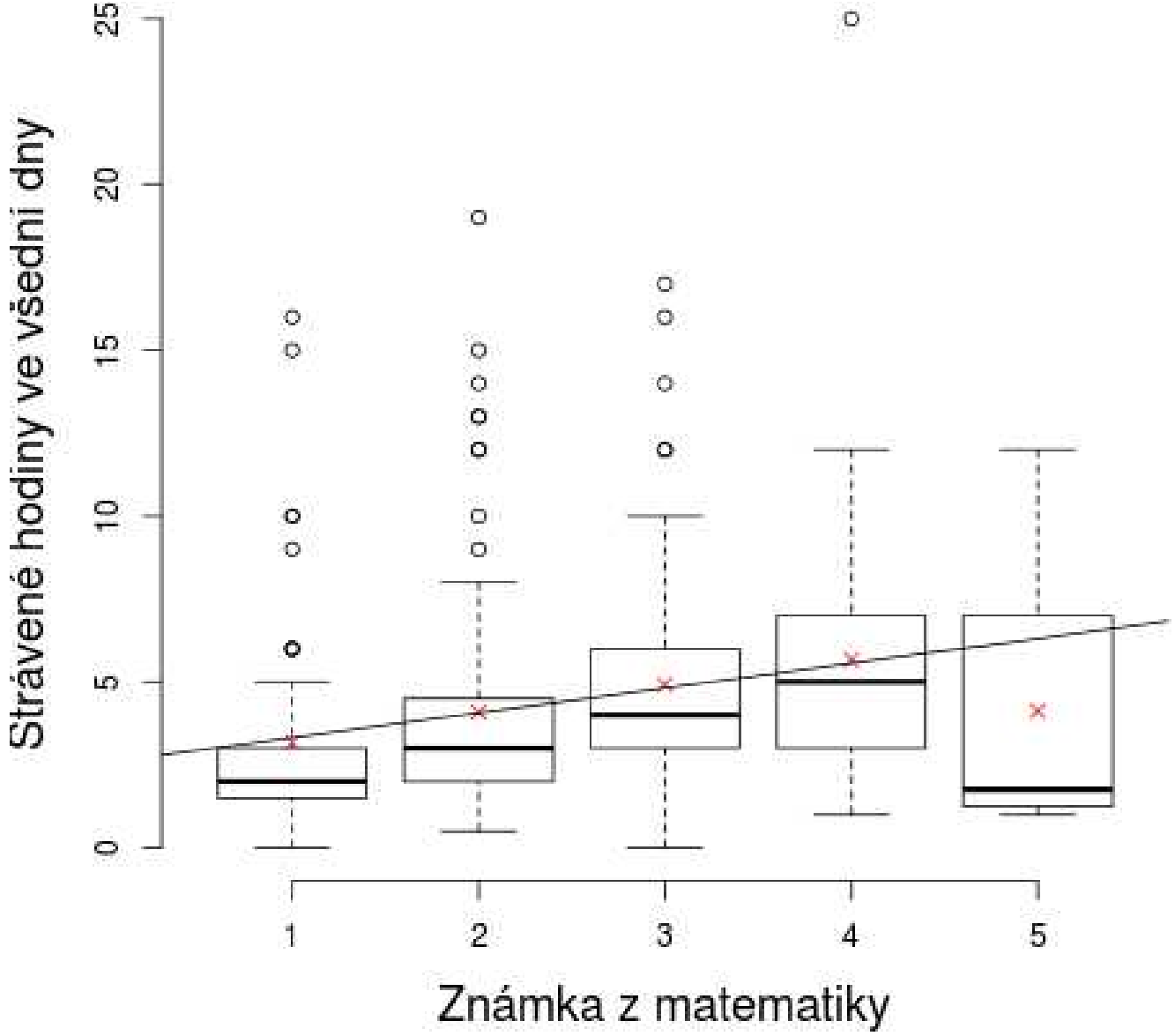
Sebevražednost

Prevalence sebevražedných pokusů u ADHD je 18.9%,
u populace bez ADHD 9.3%

Drogy a závislostní chování (PC)

K obojímu mají větší predispozice než zdravá populace.

Známka z matematiky versus digitální zařízení (DZ)



Každá hodina nad 2,5 hodiny zhoršuje známku o 1,3 stupně.

313 žáku ZŠ a gymnasií

Čeština to samé.

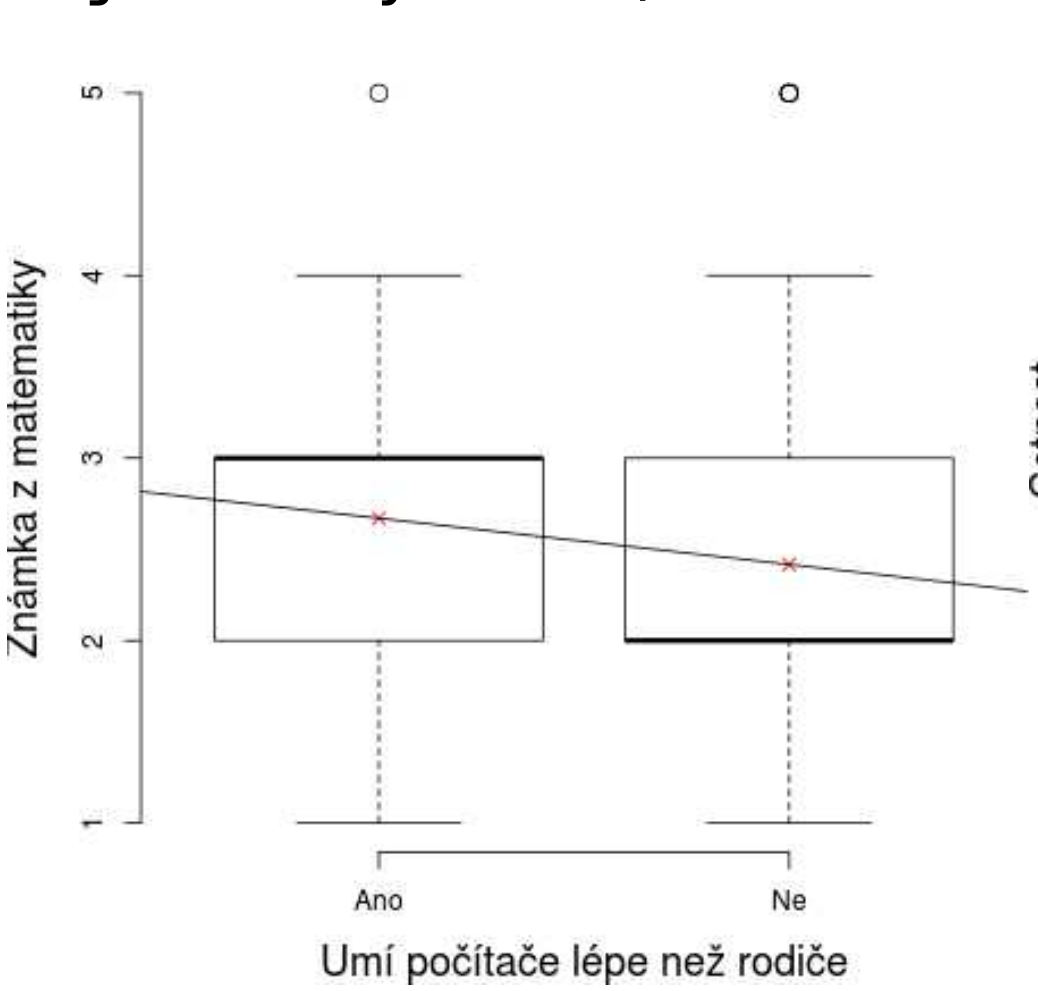
Regresní přímka:

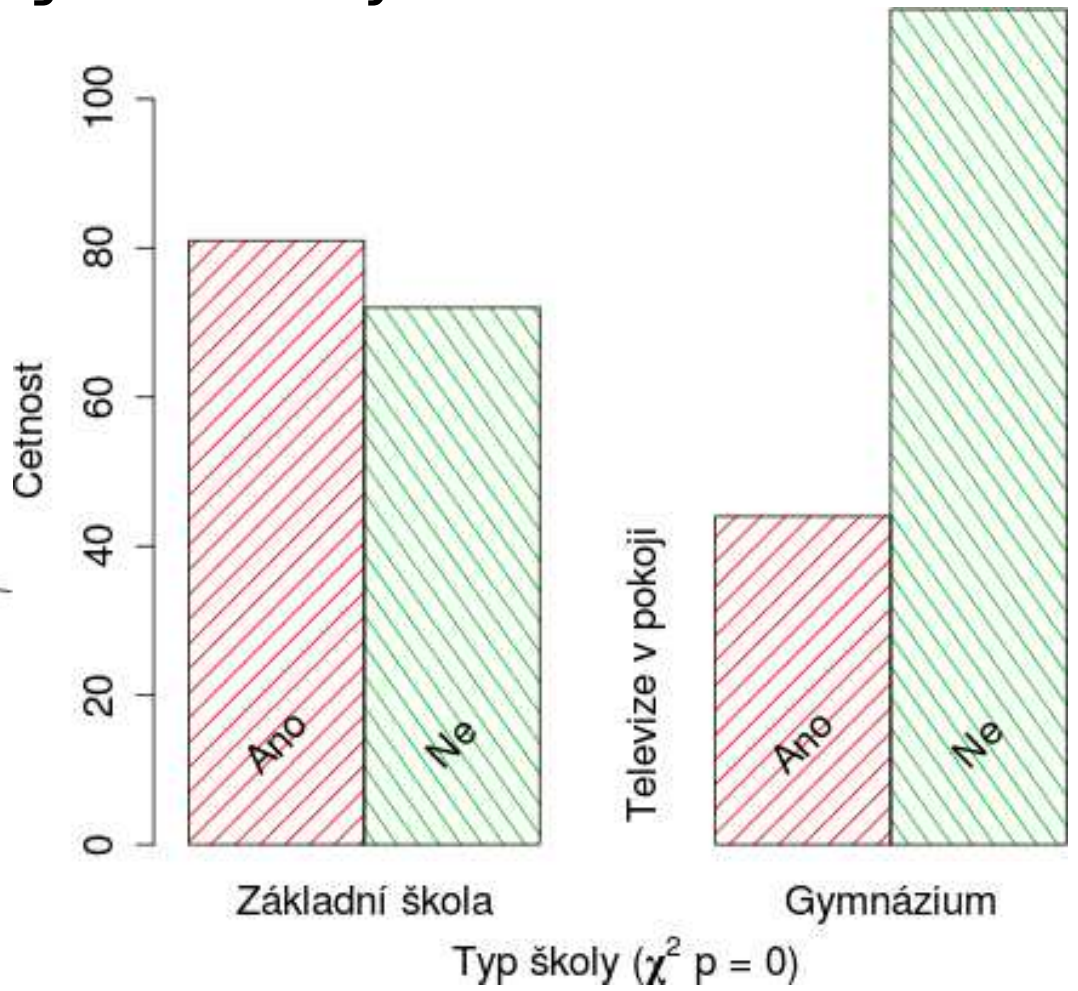
čas_ve_vsední_dny=
0,75 × známka_z_matematiky + 2,57

známka_z_matematiky= 1,34×čas_ve_všední_dny - 3,44

Zásada č. 1 -
Dítě do zletilosti nemá mít vlastní digitální zařízení, vyjma mobilu, který ale večer odevzdá rodičům

Zejmená ty děti, které mají sklony k závislostem.





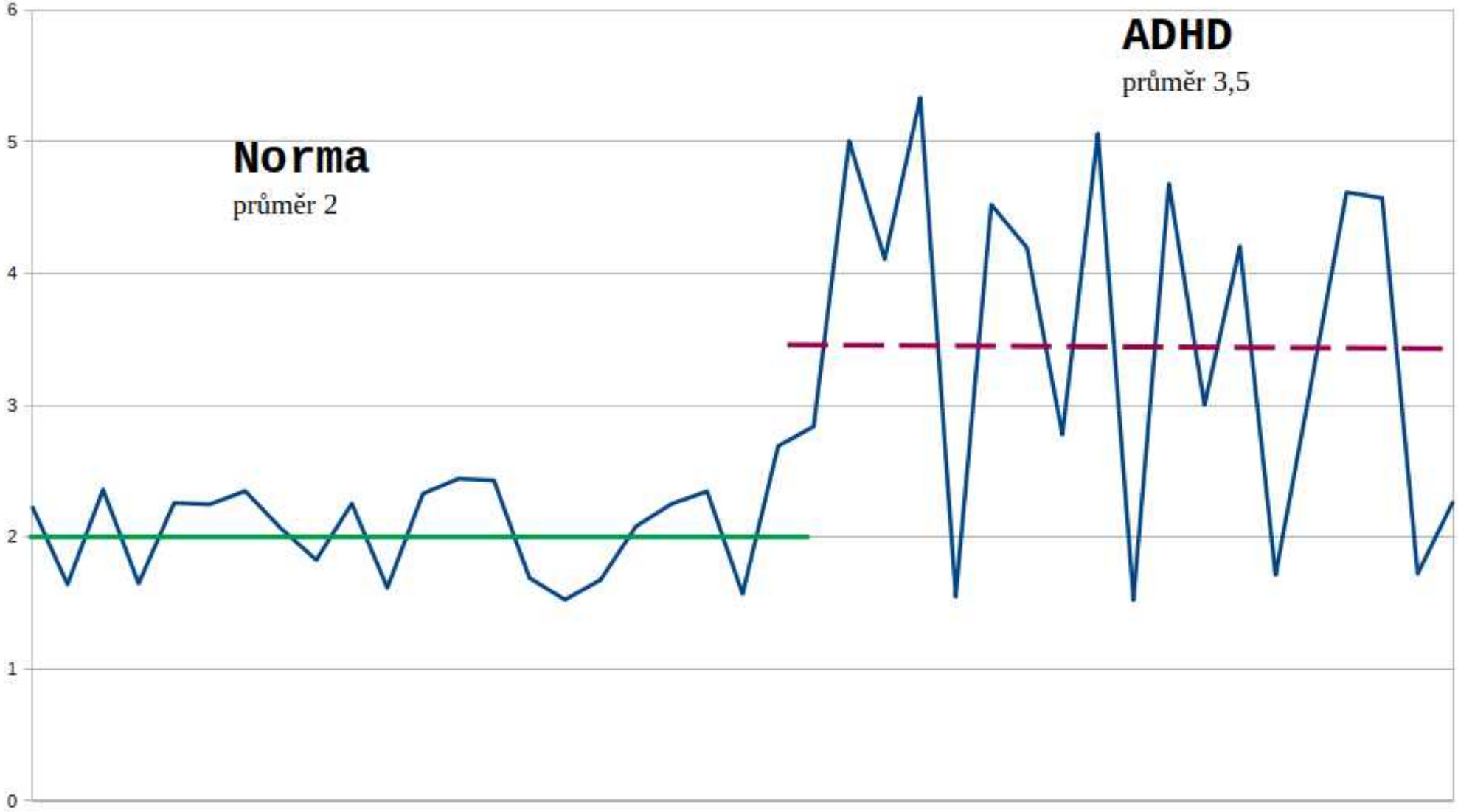
Doporučení sv. Prokopa: Zapřáhněte ďábla do pluhu tak, aby Vám vyráběl elektřinu

Sklony k závislostem *je možno* přesměrovat na užitečnou činnost.

Místo mastění her mastit MuseScore!

Kolísavý výkon

Aby dostali své špatné výkony nad požadované minimum, musejí podávat hodně nadprůměrný výkon, např. F. Liszt.



Procesní kapacita

Odečítejte postupně od 100 sedm.

Odečítejte postupně od 100 sedm a mezi to říkejte jméno nějakého zvířete.

Odečítejte postupně od 100 sedm a mezi to říkejte jméno nějakého zvířete a značku auta.

Odečítejte postupně od 100 sedm a mezi to říkejte jméno nějakého zvířete, značku auta a křestní jméno politika.

Procesní kapacita v Texasu

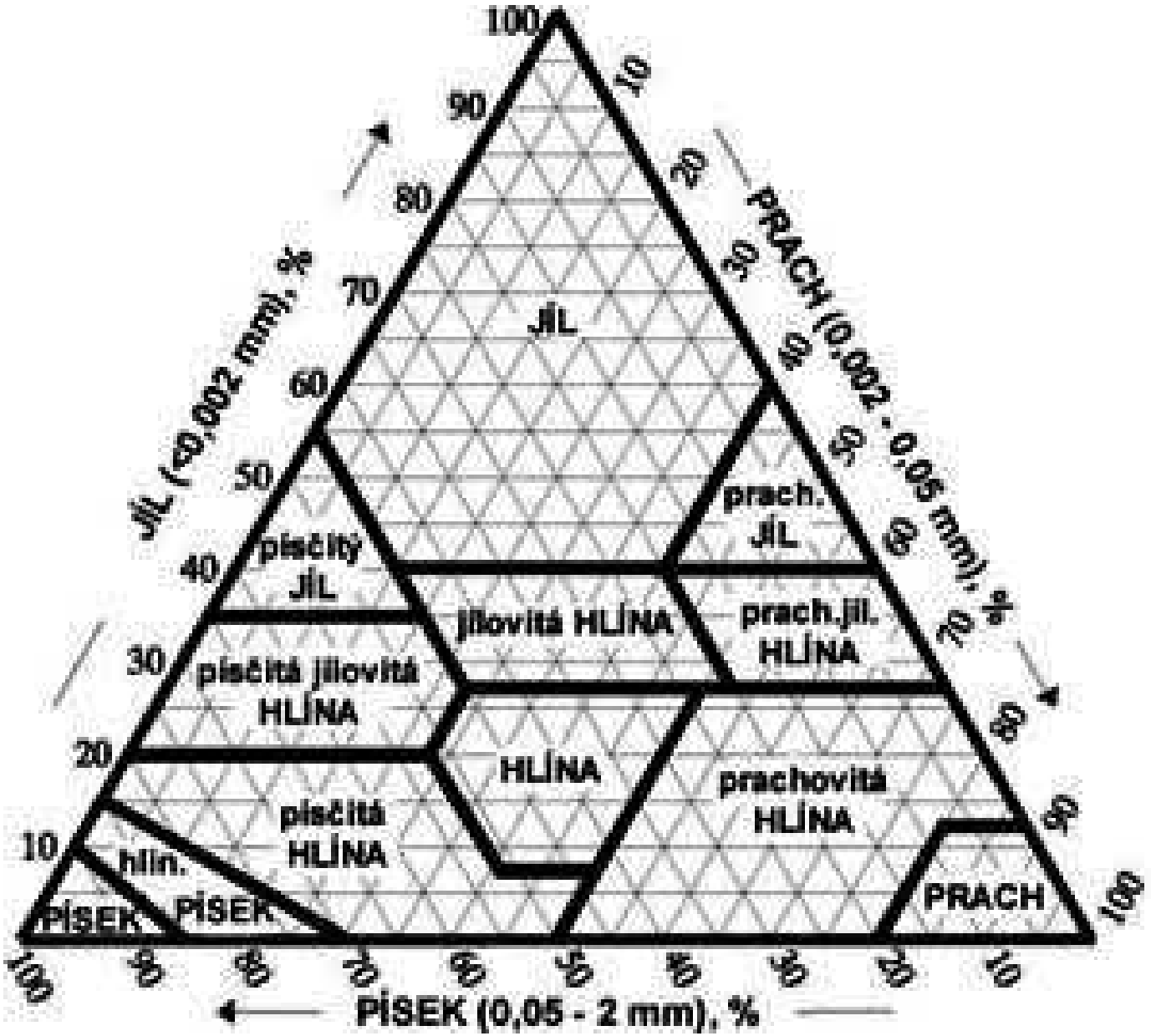
Konec jedné učitelky v Texasu - po autohavarii se jí prudce snížila procesní kapacita. Není schopná monitorovat dění ve třídě.

Texas, Huntington

Dr. Tucker

Notová osnova je trojosý graf

Zachycuje trvání, výšku a časovou polohu + ostatní



Tak mi řekněte, co to je?

Je v tom:
20% jílu
40% písku
40% prachu

Je to dlouhé Í.

Předznamenání - mor na ADHD

Když je malá procesní kapacita, předznamenání to dorazí.
Vyhybáme se moc výjímkám

Psát si prstoklad a předznamenání všude, kde je možné čekat problém.

Nekáráme dítě, že si píše do not prstoklad a posuvky.

Je to kompenzační strategie - neškodná.

ADHD - dejte raději na trumpetu, nebo ještě lépe na bicí!

Neúspěch - naučená bezmoc

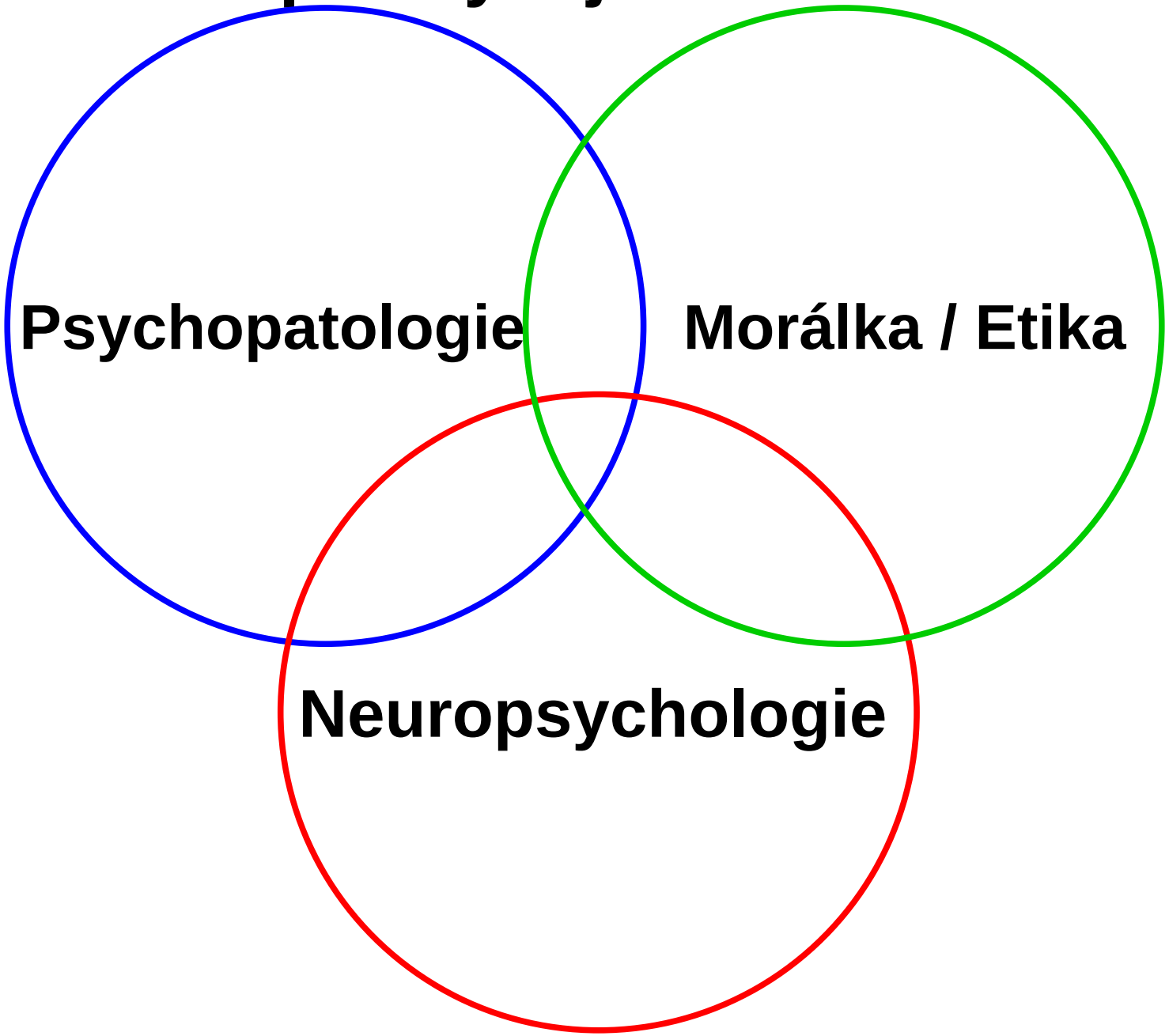
Mají tendenci vzdávat úkoly předem, dříve než je zkusí.

Učitelka hudební výchovy - dá noty.
Naučte se to do konce hodiny. (Nemůže si to zkoušet z not, aby nerušil.)
Ergo je třeba dávat noty týden předem, aby si to mohl vyzkoušet doma.

Nenechávat děti objevovat skladbu bez předehrání.

a jiné „výzvy“
rezignovat na velké umění

Tři překrývající se oblasti



Do jaké oblasti patří toto?

Jsou tito kluci psychicky normální?

Blbost (chyba) ani bezcharakternost není nemoc, porucha

ale může to být hřích/vina - nebývá to jen prostý omyl či nevědomost.
autohavarie_chyby_Speed_Mistakes.mp4

Většina rodičů, co zanedbává, týrá, zneužívá děti jsou z psychologického hlediska normální. Jen bezcharakterní.

V posudku

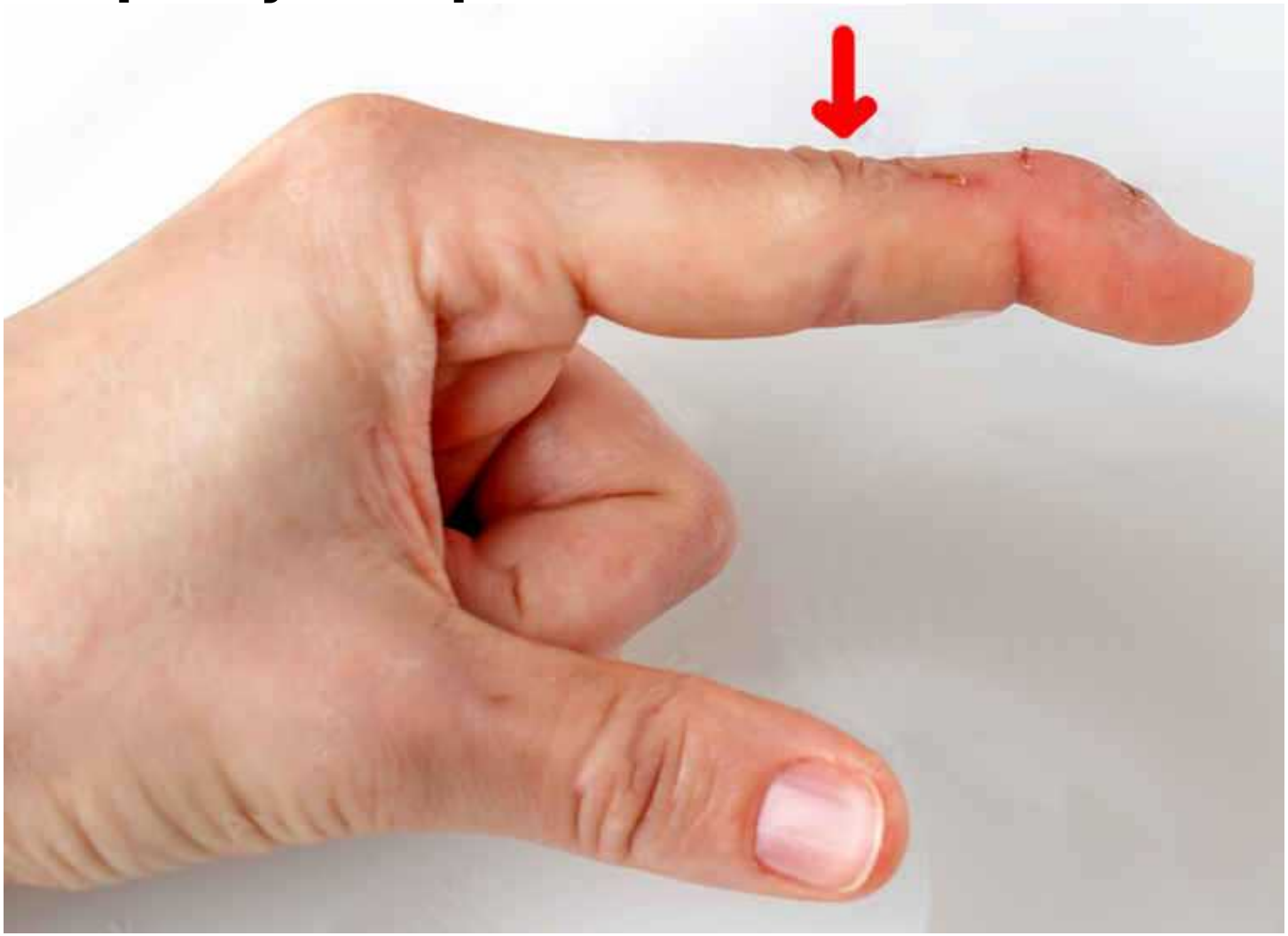
Rodič nechce nebo nemůže nevyvolávat konflikty s druhým rodičem.
Morálka ↑ charakter ↑Psychická nemoc

Nemoc (zlomená noha) - je většinou 24 hodin denně 365 dnů v roce
Morálka, charakter - situační, v úterý ano, ve čtvrtek ne. Vůči nadřízeným ne, vůči blízkým lidem ano.
Dítě má ADHD jen v středu odpoledne, když mají zeměpis s pančelkou Zemákovou...

Řemeslo urychluje učení, snižuje mentální zátěž

Automatizovat správné návyky. Správné držení ruky (volné zápěstí, úderová technika ap.) má velkou prioritu, byť ne největší.

Nebezpečné prohybání prstů



Parazitní pohyby ruky - Přimačkávací technika

Dítěti lítají prsty všude možně, proto je třeba hrát „akordicky“, na jednotlivá postavení.

V následujícím Rondu od Kabalevského jsou pouhá tři postavení:

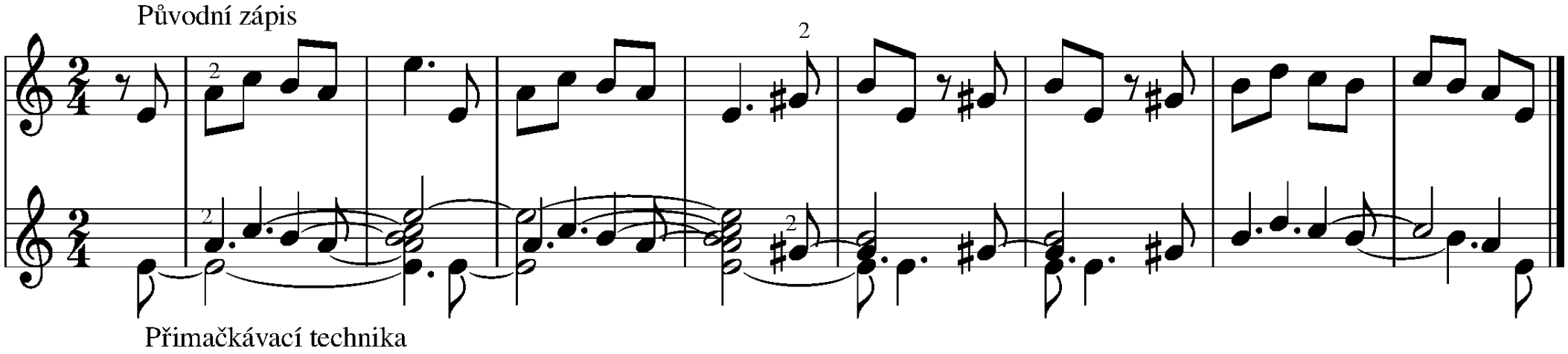
EAHCE

EG$^{\#}$AHC

EAHCD

Ta není třeba dítěti vysvětlovat. Objeví je samo díky instrukci.

Přimačkávej klávesy a drž je tak dlouho, dokud nebudeš prst zase potřebovat



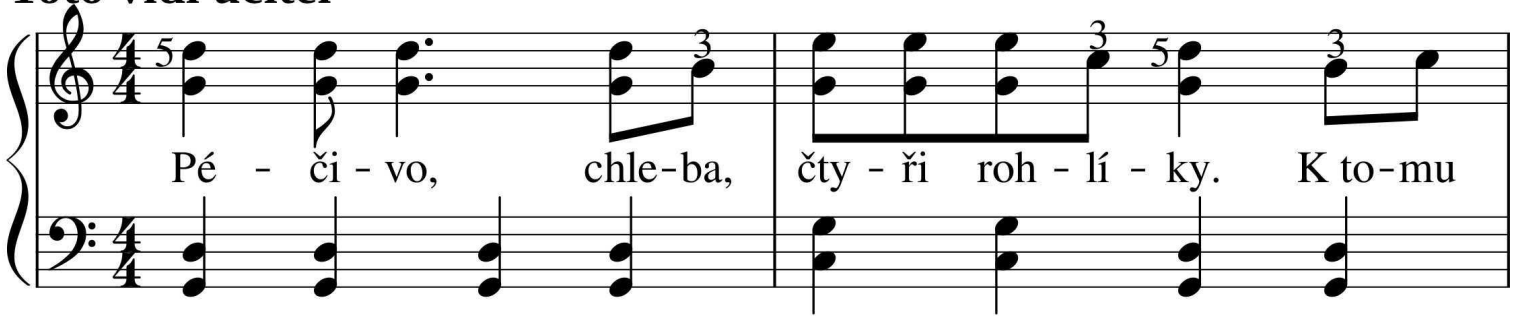
Poruchy pozornosti v praxi

„Erlane, zahraj tuto skladbu,“ říkám a dávám před něj noty, které zná. On začne hrát a po celou dobu kouká do not a ne na ruce.

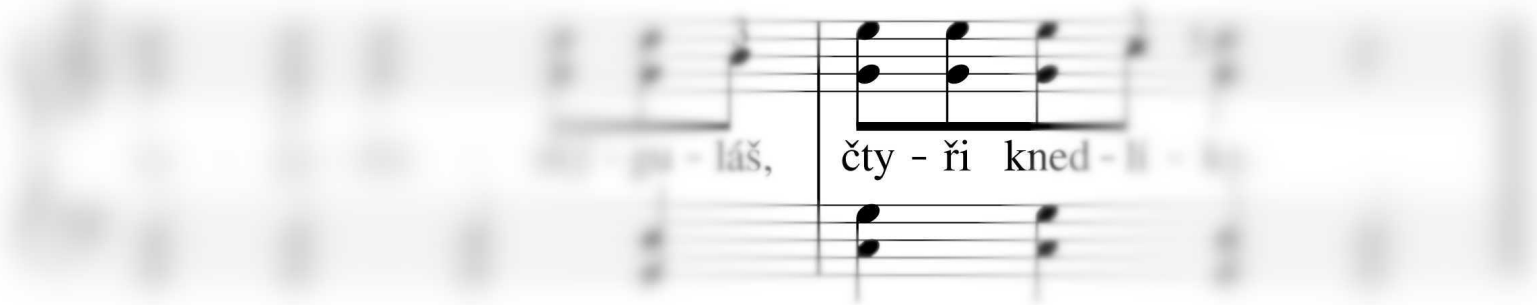
Když dohraje, povídám mu: **„To jsi zahrál hezky, ale hrál jsi jinou skladbu, než na kterou jsi se celou dobu koukal.“**

„Vážně? Aha...“

Toto vidí učitel



Toto nehybně fixuje ADHD žák



Hledí skrz papír do dálky jako by z jeden bod. Fixuje „čtyři“ a nejede očima po řádcích. Nevyhodnocuje informace z not.

Poruchy pozornosti a vývoj inteligence

Rychlost nárůstu inteligence v dětství jen volně souvisí s konečnou inteligencí v dospělosti.

Mnohé geniální děti se vyznačují tím, že mají pomalejší nástup - jako děti vypadají hloupé, ale déle rostou, takže časem přerostou své vrstevníky. Tedy ne každé geniální dítě je prodigy od útlého věku.

Pro poruchy pozornosti je velká diskrepance mezi technikou a neschopností se naučit skladbu sám

S učitelem/rodičem zahraje i hodně obtížné skladby, ale sám má problém se naučit i jednoduchou koledu.

Tedy chyba je hrát pár těžkých skladeb za rok. Je třeba neustále opakovat starší skladby, které už začíná být schopen si sám zopakovat.

Nové skladby se vlastně učí učit přes opakování starých skladeb.

Musí se skladbu naučit třeba desetkrát za zuškovou kariéru.

Dyslexie a dyskalkulie

Vlak ještě ani nedospěl na malé nádražíčko, a John, Zuzana, Ti[redacted] a Ro[redacted] už stáli u okna, protože mysleli, že jim jejich starší spojenci Na[redacted] a Pe[redacted] Bl[redacted] určitě přijdou naproti a budou je čekat na nástupišti, dost možná i s maminkou anebo s vysloužilým pirátem kapitánem Flintem, který bydlí na obytném člunu a je to vlastně pan Tu[redacted], strýček Bla[redacted] děvčat. Nečekal je však nikdo.

7+2=11 Je na tom něco divného?

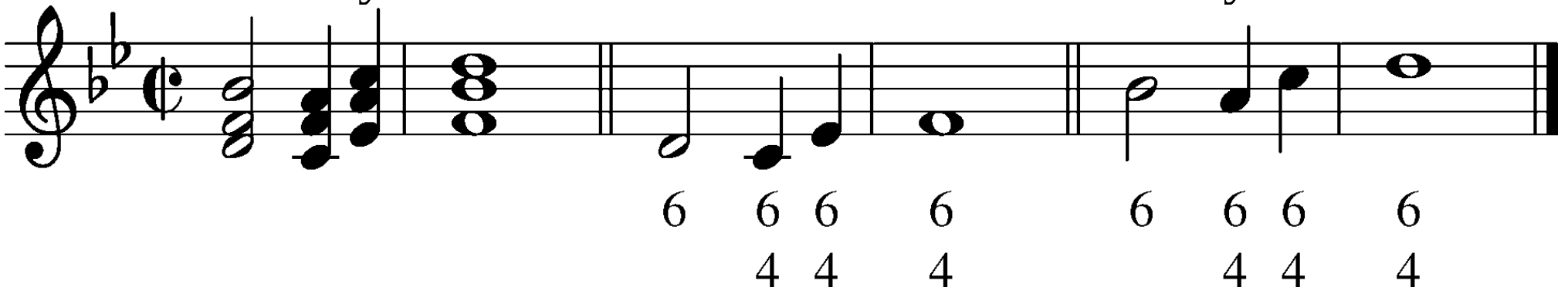
d=b

q=p

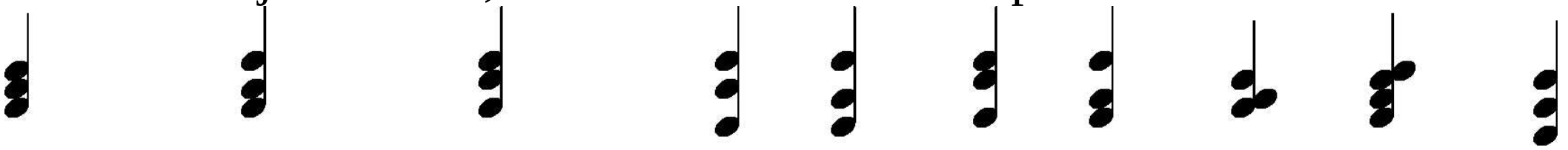
V notách f=a=c

Tvarové či globální čtení not

Generál bas bylo vlastně to samé - basová linka + tvary akordů.



Přečte se jedna z not, dočítá se tvar akordu i s prstokladem.



Střední nota je G. Odpověď: Kvintakord e moll. Prsty levá 531, pravá 135

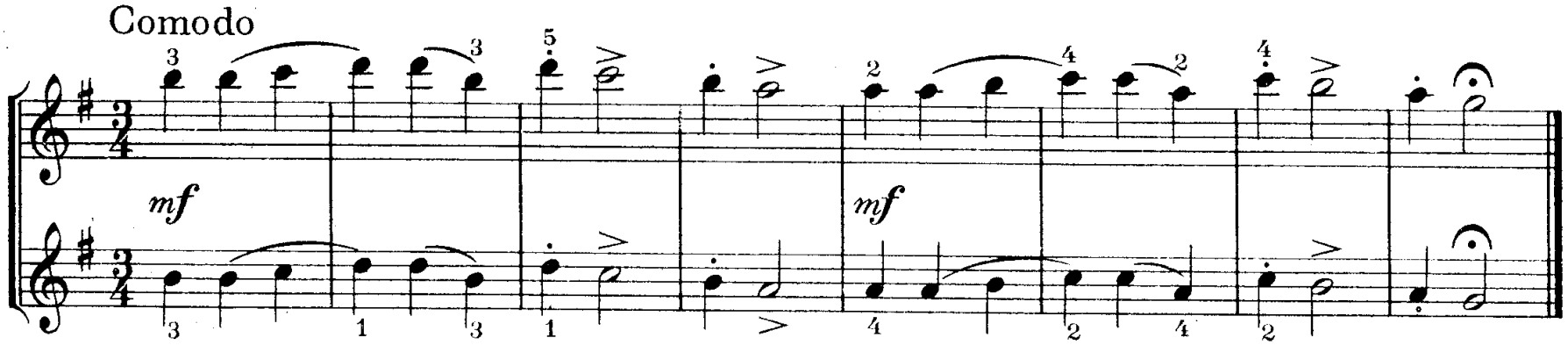
Doporučení pro učitele

Děti řeší poruchy pozornosti tím, že se učí noty zpaměti.

Hrát s nimi věci, které jsou velmi lehké a dají se hrát z listu:

Jindřich Máslo: Malým pro radost

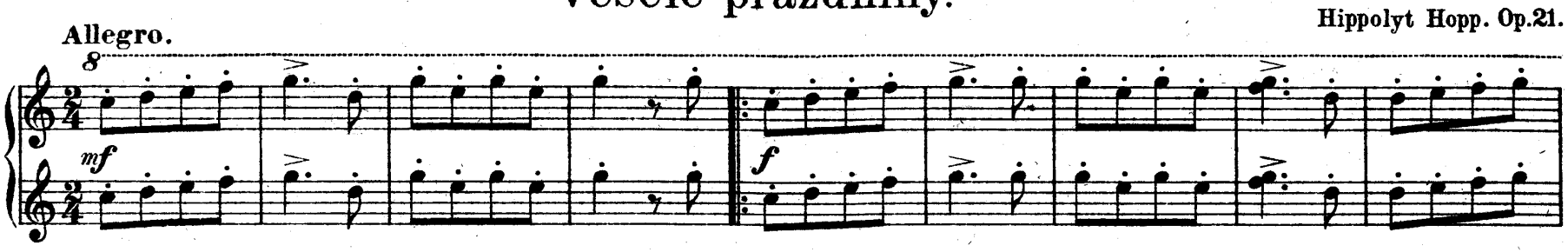
2. (2.) Když jsem šel do Prahy



Toto není kompenzace malé inteligence, ale poruch pozornosti.

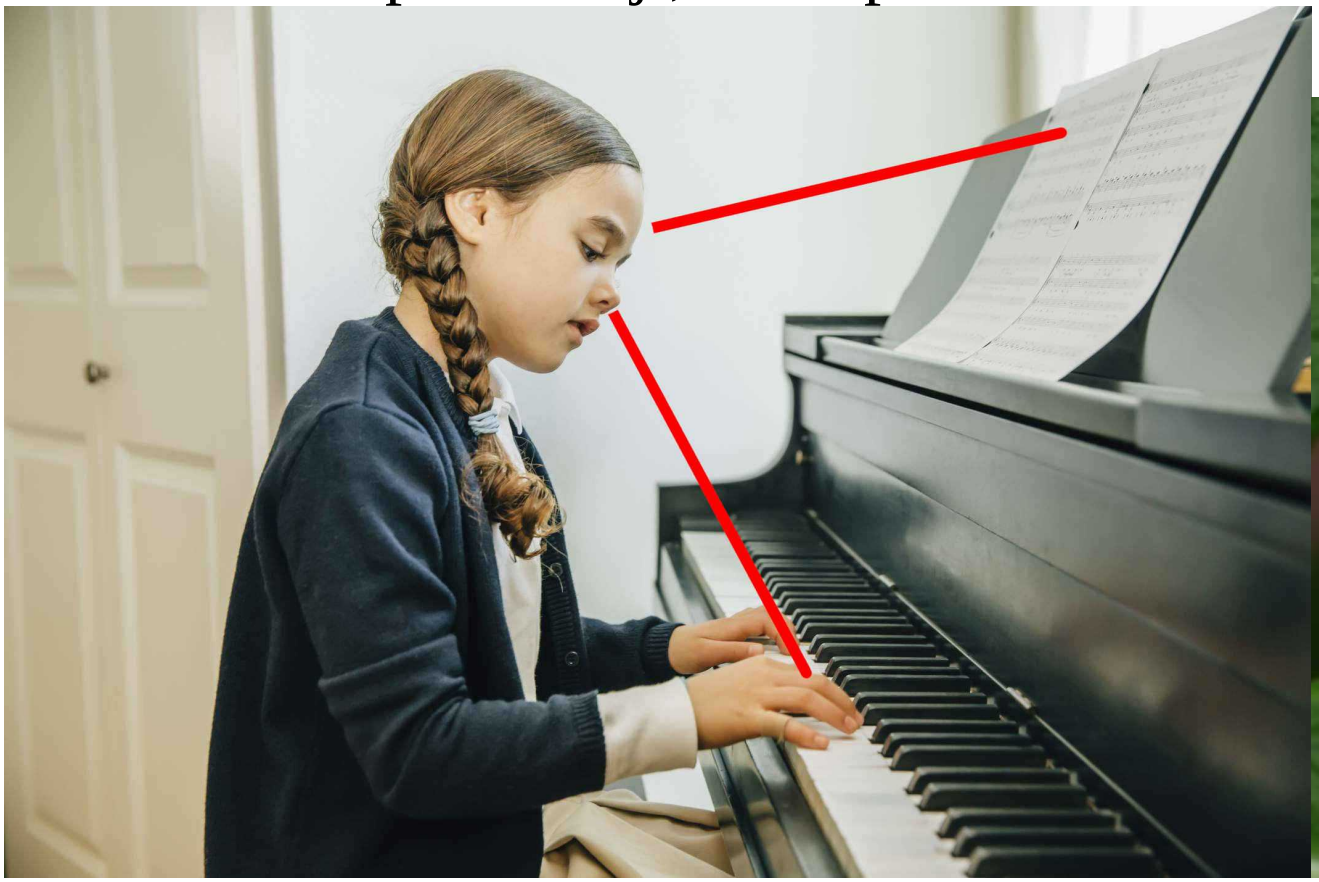
Hippolit Hopp: Dětem pro radost, Den Kindern zur Freude!

Veselé prázdniny.



Minimalizovat přeskoky očima z rukou do not a zpět

Čím méně přecházejí, tím lépe - skočí třikrát a jsou zcela ztracení



Připomenout Jaroslava Ježka a jiné slepé klavíristy

Na naučit **píďalkovat**:

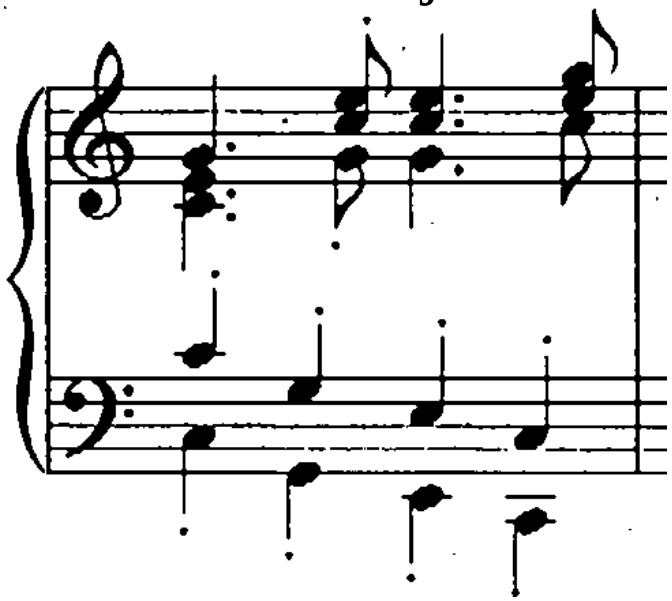
Kde máš palec, dáš čtvrtý

Držet ruku na jednom místě (nemusí skákat) a nezapamatovatelná (líbící se) melodie, např. Jesus ist meine Freude

Kompenzace poruch vnímání pomocí inteligence

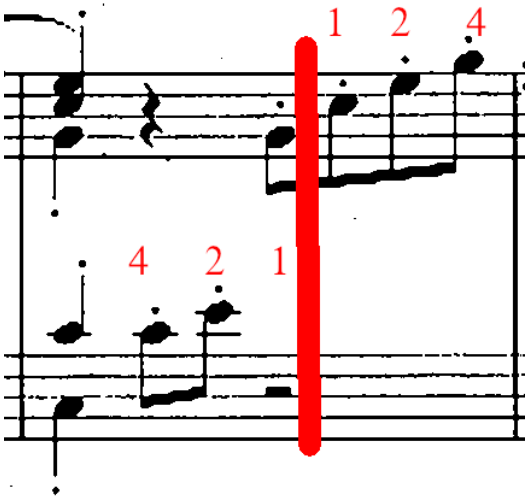
Mladej může, ADHD musí!

Akordické zjednodušení:



9 not plus prstoklad
nebo jedna informace:
Obraty C dur kvintakordu

8 not nebo
Velký C dur kvintakord v oktávách



Dva C dur kvintakordy
symetricky levá pravá:
421 124

Podobná místa hrát jedním
prstokladem bez ohledu na černé.

Hodně krátkých, lehkých skladeb - žádné „výzvy“!

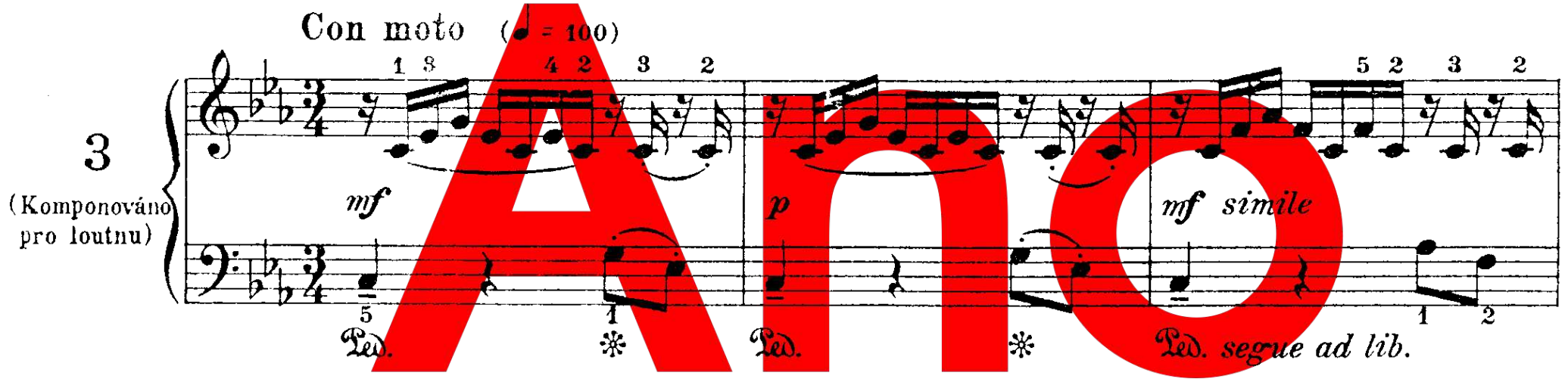
Zjednodušené úpravy, např. Für Elise bez střední části.

Často opakovat a opracovat skladby za delší časové období

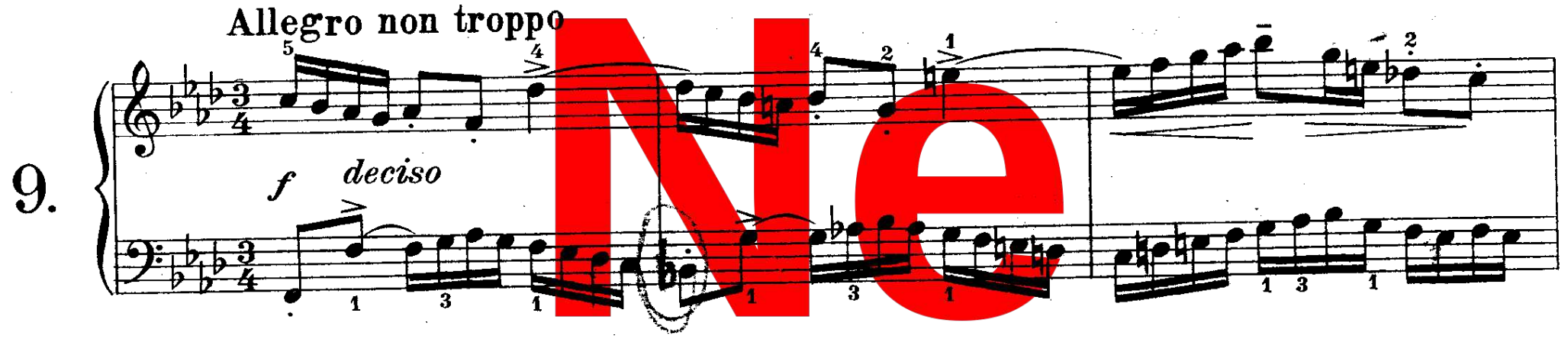
Udržovat široký repertoir skladeb z minula

Křísení skladby nutí dítě znova načíst kdysi známý notový materiál

Akordická, logická sazba - Všechny akordy určujeme



Vyhybáme se nelogickým, nezapamatovatelným melodickým linkám



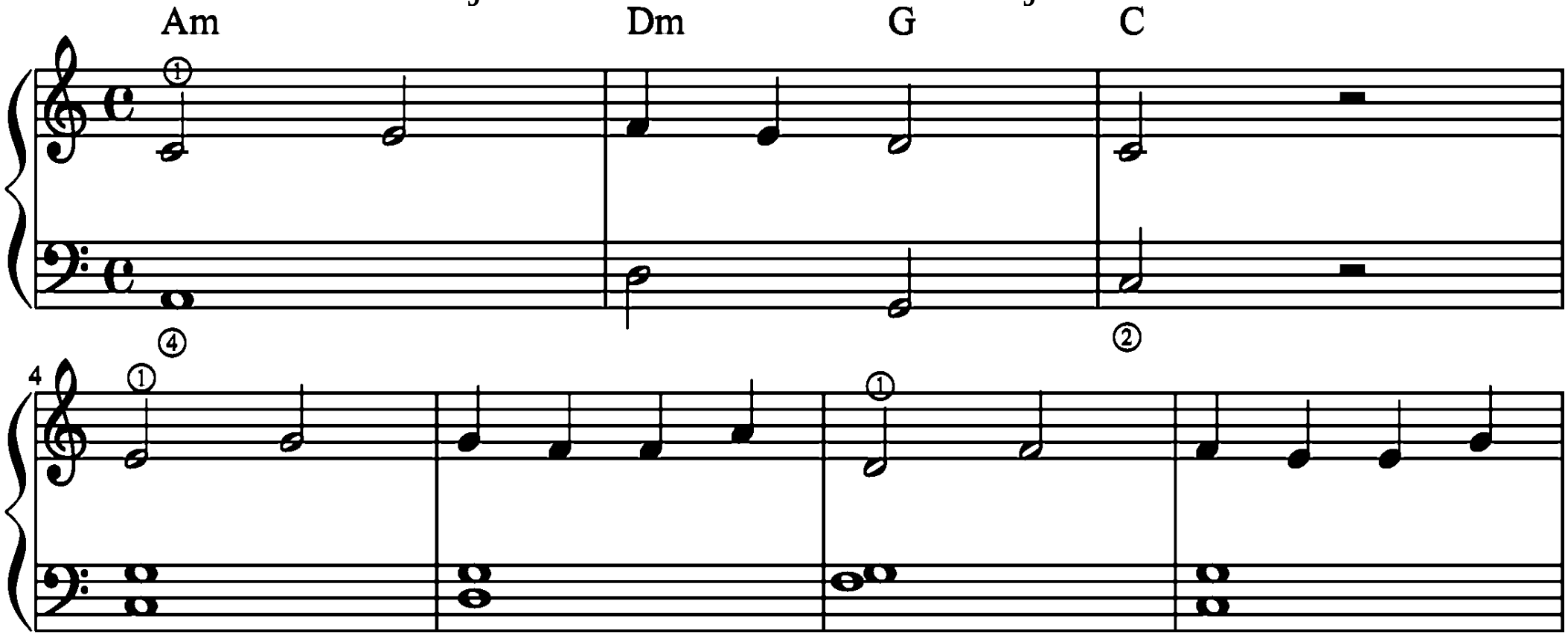
Poruchy pozornosti hodně krotí vlastní psaní not a improvizování

Vezmi si jednoduchou lidovou píseň, reklamní jingle či výraznou melodii.

Zkus to napsat do not - ručně/Musescore

Vymysli doprovod - co nejméně not, co nejlepší zvuk

Jako auta - na co nejméně benzínu urazit co nejdelší štreku.



Učíme hru podle akordických značek

Já písnička

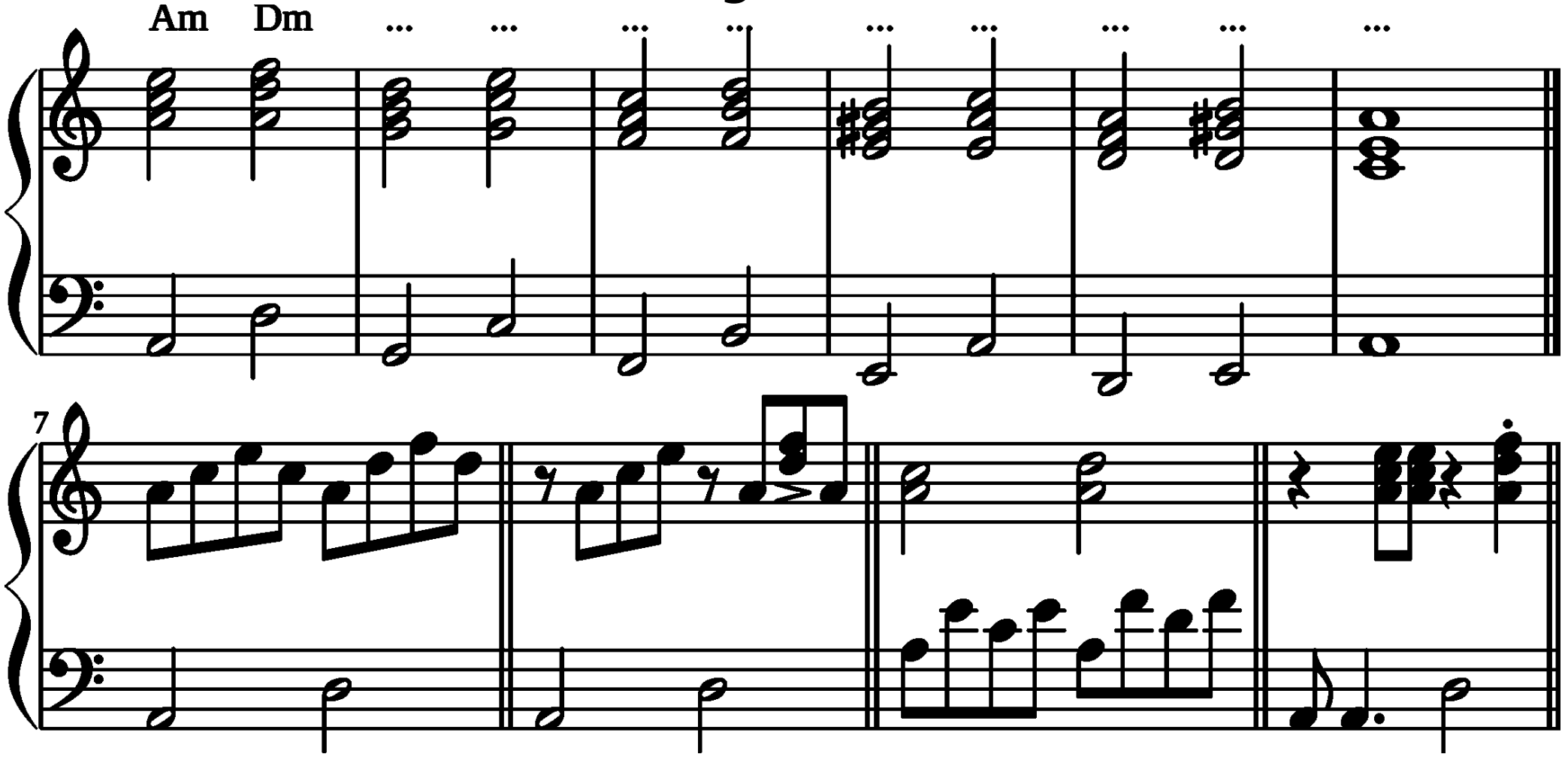
Písničky podle sluchu
Umět zahrát písně několikerým stylem.
Ovládat „otřepané základy“, jako je ostinátní bas
Umět jednoduché improvizace na dva tři akordy
Hodně grify - boogy woogy

Základní „mechanický“ šustrflek

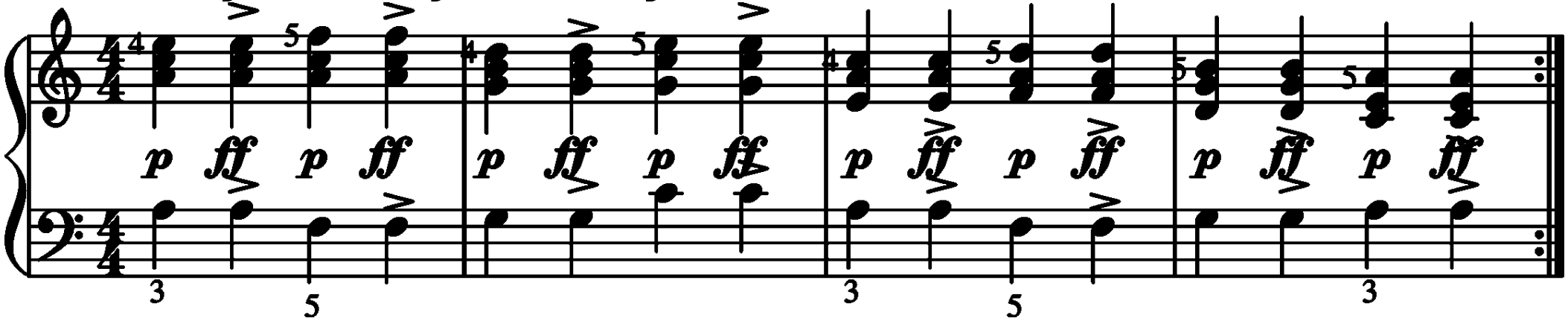
Analog trojčlenky v matematice - mechanická metoda pro každého (blbečka) a generuje dobrý zvuk.

Johann Pachelbel: Kánon D dur - Go West - Vzdej dík...

Schuster Fleck von Kirnberger



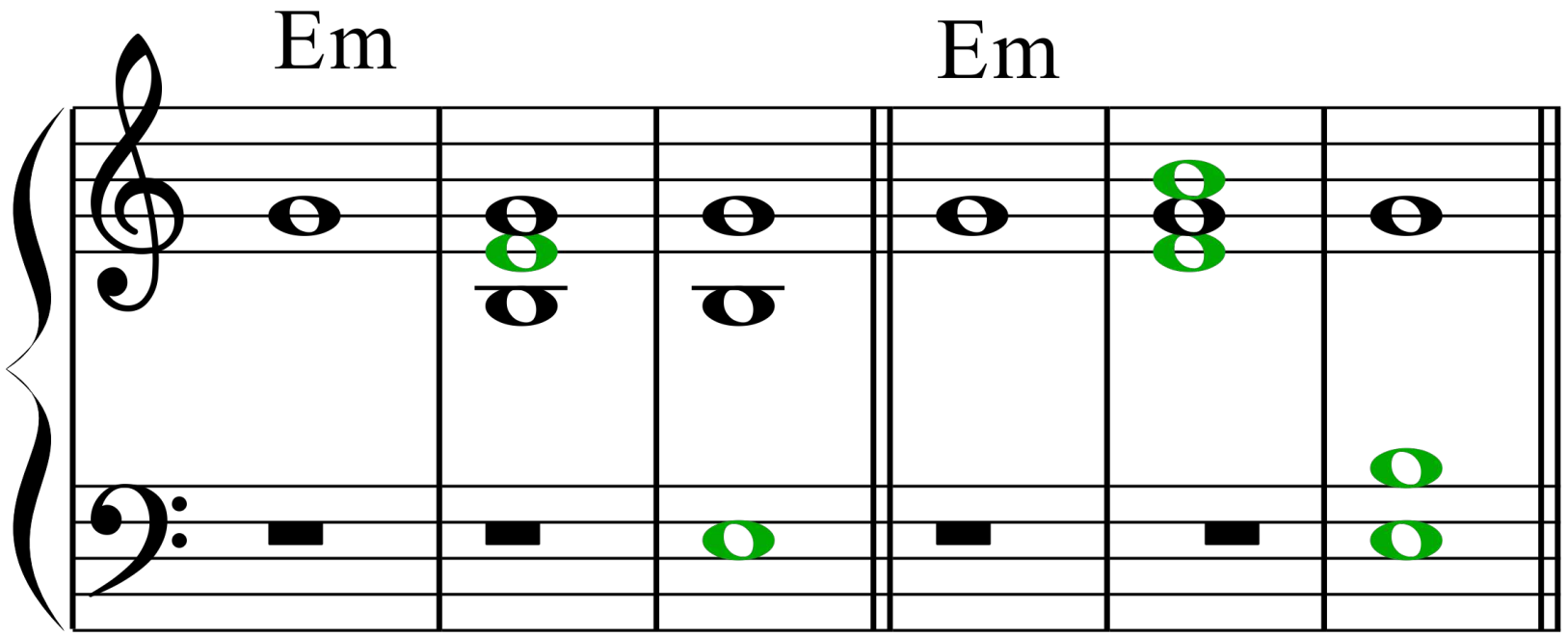
Tři sestry: Život je takový (Fanánek, Sáhula)



Tříprstá harmonie - mechanická technika

Stvořit člověka s deseti prsty byla od Hospodina ryzí rozmařilost.
Tři prsty stačí! To všichni varhaníci vědí. :-)

http://harmonie.klimes.us



1) Vzít notu z melodie (NE bas!)
2) Akordickou značku A) dolu || B) okolo
3) A) Prosřední notu dolu || B) okolní dolu
4) Kde to blbě zní - opravit metodou pokus omyl.

Individuální studijní plán

ADHD neznamená *opožďování* oproti běžným osnovám (není to retardace), ale mají mít zcela **jiné osnovy**.

Nejsou o rok dva zpoždění, ale jdou jinou cestou, jiný druh muzikantů.

Do osnov zahrnout opakování starších skladeb. Ne jít furt dopředu.

Efektní krátké skladby - ne nudný klasicismus „myslivečci“. Simplifikované *jejich* oblíbené melodie - nelpět na hraní originálu

Rachmaninov - sextakordy ne širokou sazbu ap.

Memory

Dr. Michael Šebek: Odebírání bonbónů

Jak udržet v pozornosti středoškolské studenty

Altruistická manipulace prof. Mrzeny

Prof. Mrzena měl před sebou vždy zasedací pořádek a přednášel. Když viděl, že někdo neposlouchá, tak se ho zeptal:

Nemyslíš si, doufám Vincíku, že Kafka byl nějaký druhořadý písálek?

JV (Naprosto zmaten spolehajíc se jen na svou krátkodobou paměť předchozí věty): "Neeeee, rozhodně ne."

VM: To bych ti ani neradil, protože Kafku znají i v Americe. Četl jsi jeho román Amerika?

JV: Ne

VM: To je škoda, protože to bych ti dal z fleku jedničku.

a Vincík, co seděl za mnou, dával zase chvíli pozor. Bez výtky či pokárání.

Jak se dá změnit výtka v pochvalu

Altruistické manipulace s dětmi

Blížíme se s Erlánkem k přechodu. Když jsme tak 10 metrů od něho, tak se ho zeptám: Erlánku, a to víš, že auta jsou nebezpečná?
EK: Ano.
JK: A co by ti mohly udělat?
EK: Přejet a byl bych v nemocnici.
JK: Co děláme na přechodě?
EK: Musíme se rozhlédnout, jestli nejede auto.
A zrovinka zrovna stojíme na přechodu a Erlánek se rozhlíží jak o život.
JK: Jé, ty jsi tak šikovný...
Když je na to čas a trpělivost tak je to lepší varianta než klasické: "Kam to lezeš, ty debile! To nevíš, že tě můžou auta zabít?!!!"

Stupnice, 6N a vůbec vše nepříjemné

V hudební škole jsem potkal žákyni druhého cyklu. Tak jsem zavzpomínal, co jsem v jejím věku hrával:

"To taky hrajete Arabesky od Debussyho?"

"Já nehraju vážnou hudbu."

"Proč?"

"Já na to nemám techniku."

"Technika není problém. Stačí hrát stupnice."

"Ale mě stupnice nebaví."

"To by bylo divné, kdyby vás bavily. Ty nebaví nikoho, ty jsou jen dobré na tu techniku."

"Ale já **n**ikdy **n**edělám **n**ic, **n**ač **n**emám **n**áladu."

Těchto šest N mi vyrazilo dech. Jenže i tato holka hraje na piano a sní o kariéře Madony, která má ještě dnes v krvi katolický dril z dětství. Ta umí těžce makat, i když nemá náladu, i když je unavená či ospalá.

Děkuji Vám za pozornost

PhDr. Mgr. Jeroným Klimeš, Ph.D. www.klimes.us

Literatura

Lawlis G. Frank: The ADD Answer. PsychoNeuroPlasticity Center, Lewisville Texas; online: http://theaddanswer.com/excerpts.htm

Šebek Michael: Neklidné děti a jejich výchova

Munden Alison, Arcelus Jon: The ADHD Handbook. Jessica Kingsley Publishers Ltd., London, Philadelphia, 1999; in Czech:

Munden Alison, Arcelus Jon: Poruchy pozornosti a hyperaktivita. Portál, Praha, 2002

Riefová Sandra F.: Nesoustředěné a neklidné dítě ve škole. Portál, Praha, 1999