

Prehľad druhov zdravotného postihnutia a odporúčania pre pedagógov

- [Študenti s poruchami zraku](#)

Základné informácie

Ľudia sa môžu s poruchou zraku narodiť, alebo ju získajú v priebehu života. Niektorí majú iba nepatrnú chybu, mnohí po korekcii okuliarmi, kontaktnými šošovkami alebo po operácii vidia dobre.

Relatívne malé percento ľudí nevidí dobre ani s pomocou okuliarov. Sú nevidiacimi alebo slabozrakými - v závislosti od charakteru a stupňa poškodenia zraku. Tieto osoby majú napriek noseniu predpísaných korekčných skiel problémy s vykonávaním zrakovej práce. Prevažná väčšina z nich má zachovaný určitý stupeň videnia, ktorý môžu využívať. Niektorí vidia nejasne/ rozmazane, alebo nedokážu odhadnúť vzdialenosť, alebo nie sú schopní rozlíšiť objekty, ktoré majú podobnú farbu alebo tvar. Iní vidia veci vo veľmi malej vzdialenosti, ale so vzdialenejšími, resp. ďalekými majú problémy, alebo majú redukované zrakové pole (tzv. tunelové videnie). Určité druhy poškodenia zraku sú sprevádzané až bolestivými pocitmi v očiach pri lesklých osvetlených/oslnených plochách. Pri iných poškodeniach zraku sa vyskytujú problémy s vnímaním hĺbky (schody, zvažujúce sa plochy, jamy na cestách). Sú ľudia, ktorí nevidia v šere, iní vidia iba časť obrazu, alebo na všetkom, na čo sa pozerajú, vidia fľaky.

Len veľmi malé percento (cca 4%) je úplne nevidiacich a minimum z nich nedokáže rozlíšiť svetlo od tmy.

Časť ľudí s poruchami zraku môže mať aj iné postihnutia, môžu byť napr. úplne nepočujúcimi alebo mať poškodený sluch. To môže znamenať, že nemajú využiteľné zvyšky zraku a sluchu, no častejšie to znamená, že majú zachované zvyšky zraku a sluchu.

Dôsledky pre štúdium

Nakoľko je zrak najdôležitejšou cestou pre získavanie informácií a pre štúdium nielen pre čítanie a písanie, ale aj pre sociálnu interakciu a praktické aktivity, zrakové postihnutie môže podstatne ovplyvňovať proces vzdelávania.

Prístup k vizuálnym informáciám

Veľa študentov má už zaužívaný systém prístupu k informáciám. Väčšinou používajú zväčšené písmo, zvukové nahrávky, texty v bodovom (Braillovom) písme, v elektronickej forme (na diskete) alebo kombináciu uvedených foriem.

Zväčšené písmo znamená tlačený text s použitím zväčšených písmen. Minimom je veľkosť písma 14, častejšie sa odporúča veľkosť 16 - 18. Takáto veľkosť sa dá dosiahnuť zväčšením pôvodného textu kopírovaním, ale kvalita je lepšia, ak sa text v danej veľkosti priamo vytlačí, resp. ak sa tlačí hrubým písmom (napr. v MS Word typ písma ARIAL/ VERDANA, veľkosť č.16, kvalitná tlač na bielom papieri, bold). Vo všeobecnosti je veľmi náročné čítať zväčšené písmo a veľa tých, ktorí využívajú zvyšky zraku, pokladajú za únavné čítať hocikaký text dlhšiu dobu. Na čítanie potrebujú kvalitné lokálne osvetlenie a predĺžený čas, aby si mohli častejšie robiť prestávky. Doba bezproblémového čítania zrakom je individuálna, napr. v niektorých prípadoch je to iba 10 minút, po ktorých vzniká potreba niekoľkominútovej prestávky.

Študenti, ktorí uprednostňujú zväčšené písmo, môžu - v závislosti od kondície svojho zraku - používať televíznu lupu (CCTV - uzavretý televízny okruh), ktorý prenáša zväčšenú stránku na monitor. Pomocou počítačového programu možno tiež zväčšiť písmo na monitore, ktoré umožňuje nezávislý prístup k informáciám v elektronickej forme. Častejšie sú však používané ručné lupy (napr. príložné, stojanové, svetelné, asferické,...).

Veľa študentov používa pri svojom štúdiu diktafón. Keďže tento systém sa opiera o zvuk, vyžaduje si prax a vysoký stupeň koncentrácie pozornosti a pamäti. Je ťažké sa učiť/zbierať informácie zo zvukových textov, hoci existuje technika, ktorá zrýchľuje hlasový výstup. Študent je na jednej strane nútený akceptovať osobnostné špecifiká a tempo prednášajúceho, na druhej strane je tu znížená prehľadnosť textu, neexistuje možnosť zdôrazňovania dôležitých či zaujímavých častí, podčiarkovania, a pod.

Bodové (Braillovo) písmo je založené na sústave vystupujúcich bodov, ktoré symbolizujú písmená. Pre dobrých znalcov je tento druh písma rovnocenný s čiernotlačou. Existuje však rozdiel v rýchlosti čítania bodového písma medzi ľuďmi, ktorí sú nevidiacimi od narodenia a tými, ktorí stratili zrak neskôr. Rýchlosť čítania bodového písma porovnateľnú s rýchlosťou čítania čiernotlače dosahujú tí, ktorí nemajú zrak od narodenia. Ostatní, ktorí ho stratili neskôr, potrebujú na čítanie takmer dvojnásobne viac času.

Do bodového písma možno text vytlačiť z bežného počítača na špeciálnej braillovskej tlačiarňi. Nakoľko sú však takéto texty hrubšie ako čiernotlač, sú náročnejšie na úložný priestor a ochranu pred poškodením.

Ťažšie možno previesť do bodového písma diagramy, tabuľky a rôzne obrazové informácie. V niektorých prípadoch možno informácie z týchto foriem sprostredkovať pomocou písomného alebo ústneho opisu. V zahraničí je už transformácia diagramov do taktilnej formy technicky vyriešená dávnejšie a postupne sa táto technika dostáva aj k nám. Na niektorých domácich pracoviskách (ÚNSS, Podporné centrum pre zrakovo postihnutých študentov UK, ZŠI pre nevidiacich) sa na spracovanie grafov do hmatom vnímateľnej formy používa prístroj ZYCHEM FUSER.

Sú študenti, ktorí uprednostňujú pomoc osobného asistenta ako výlučnú formu prístupu k informáciám alebo paralelne popri technickej pomoci. Všeobecne najvyužívanejší bývajú predčítavači, zapisovatelia informácií z vyučovania a zapisovatelia/ asistenti pri skúškach.

Technológia

Vývojom techniky sa zlepšili aj možnosti nevidiacich študentov. Pre prístup k informáciám možno používať hlasový výstup z počítača ("hovoriaci počítač"), texty možno vytlačiť do ľubovoľne zväčšeného písma alebo do bodového písma. K počítaču možno pripojiť špeciálnu klávesnicu s braillovským riadkom, tzv. braillovský display, ktorý v taktilnej forme (bodové písmo) sprostredkuje informácie, ktoré sú znázornené na obrazovke počítača. Bežná klávesnica môže byť adaptovaná alebo nahradená braillovsťou.

Ďalšou pomôckou je scanner (OCR). Podobne ako na kopírovací stroj sa naň položí tlačенý text, ten je potom pomocou špeciálneho programu načítaný do počítača a pretransformovaný do elektronickej formy. Veľa študentov v zahraničí využíva program na rozpoznávanie hlasom, ktorý im umožňuje diktovať text priamo do počítača. Na Slovensku, žiaľ, takáto technika zatiaľ nie je prístupná. Iné vybavenie, využívané mnohými študentmi, ktorí uprednostňujú bodové písmo, sú elektronické záznamníky, napr. Braille'nSpeak, EUREKA A4, a pod.

Priestorová orientácia a samostatný pohyb

Nevidiaci študenti potrebujú tréning mobility, aby sa oboznámili s prostredím. Ten môžu zabezpečiť krajské strediská Únie nevidiacich a slabozrakých Slovenska. Niektorí nevidiaci majú vodiaceho psa. Vodiace psy majú prístup všade - do úradov, rôznych inštitúcií, škôl, MHD,... Iní študenti používajú dlhú bielu palicu, ktorá slúži na skúmanie terénu pred kráčajúcim chodcom. Biela palica tiež upozorňuje okolojdúcich, že jej majiteľ je nevidiaci.

Dobré zvládnutie priestorovej orientácie a samostatného pohybu je znakom samostatnosti študentov, ktorá je základom ich bezproblémového a úspešného spoločenského začlenenia sa do univerzitnej komunity. Zlepšuje tiež ich vyhliadky na štúdium v zahraničí a je nevyhnutným predpokladom ich konkurencieschopnosti na dnešnom trhu práce.

Fyzický prístup

Ľudia s poruchami zraku sa dobre orientujú v známom prostredí. Preto je dôležité, aby spoločné priestory a chodby boli dobre priechodné - bez rozostavených stoličiek, polic a iných dočasných prekážok, ktoré by mohli viesť k úrazu. Pre ľudí so zvyškami zraku je vhodnou pomôckou farebné zvýraznenie (kontrast) vypínačov a zásuviek, zábradlí, rúčok na dverách a dobré osvetlenie.

Mnohí študenti ubytovaní v študentských domovoch tiež ocenia viac poličiek na ukladanie kníh v bodovom písme alebo na audiokazetách (zvukové knihy) a uzamykateľné skrinky na špeciálne technické vybavenie. Študenti s vodiacimi psami budú potrebovať prístup k priestoru určenému na venčenie psa.

Učebné stratégie

Ako pri všetkých postihnutých, aj v prípade študentov s poruchami zraku platí, že ich úspešnosť pri štúdiu je do určitej miery podmienená pozitívnym prístupom a spoluprácou školy a pedagogického zboru. V porovnaní so zdravými kolegami aj napriek tejto podpore bude musieť nevidiaci či slabozraký študent pracovať omnoho tvrdsie, aby preukázal svoj potenciál.

Základné odporúčania pre vyučujúcich:

- Pri zadávaní úloh alebo sprostredkúvaní informácií na prednáškach, seminároch, cvičeniach sa treba uistiť, že sú zrozumiteľné, prístupné pre všetkých študentov. Inštrukcie majú byť jasné a presné. Nie je napr. vhodné použiť výraz "za tým" pri niekom, kto nemôže vidieť, kam ukazujeme. Ak už študent má informácie o usporiadaní/ zariadení miestnosti, je lepšie povedať napr. "pri dverách" alebo "v zadnej časti miestnosti".
- Osvetlenie je pre ľudí s poruchami zraku veľmi dôležité. Požiadavky na jeho kvalitu sa rôznia; prudké svetlo môže byť rovnako problematické ako tmavé šero. Malé úpravy dokážu veľa a vo všeobecnosti nie sú drahé - napr. výmena žiaroviek. Pri vysvetľovaní sa treba postaviť na dobre osvetlené miesto tvárou k študentom, ale nie priamo pred okno, lebo tvár bude v tieni. Individuálne požiadavky je vhodné prediskutovať priamo so študentmi.
- Mnohým študentom s poruchami zraku vyhovuje sedieť blízko miesta, kde sa niečo odohráva, preto pomôže, ak sa dajú miesta na sedenie pružne meniť.
- Ak študenti potrebujú študijné texty vo zvukovej forme (načítané na audio-kazetách) alebo v bodovom písme, ocenia, ak dostanú zoznam študijnej literatúry v dostatočnom predstihu. Tiež pomôže, ak sú v zozname pri jednotlivých tituloch uvedené aktuálne strany a knihy sú zoradené podľa dôležitosti.
- Tlačené diagramy a texty v čiernotlači sú ľahšie rozlúštiteľné, ak sú čisté (dobrá tlač) a jednoduché na nelesklom papieri s dobrým farebným kontrastom. Uprednostňuje sa kvalitná čerň na bielom papieri. Vhodné je úhladné usporiadanie a nie veľa textu na jednej strane.
- Niektorým študentom pomáha nahrávanie prednášok na audio-kazety. Netreba sa znepokojovať, ak o to požiadajú, pretože to môže byť pre nich najefektívnejší spôsob, ako si zhrnúť materiál a myšlienky.
- Niektorí študenti používajú aj iné zmysly na prístup k informáciám, napr. potrebujú si ohmatať tvar prístroja. Počas demonštrácie väčšieho predmetu je pre nich výhodné položiť si svoju ruku na ruku učiteľa a tak vnímať objekt.
- Nevidiaci a slabozrakí študenti sú pri prijímaní informácií viac závislí od sluchového vnímania, preto treba čo najviac zredukovať vedľajšie zvuky, ktoré môžu pôsobiť rušivo. Tiež je dôležité rozprávať zreteľne.
- Je vhodné, ak sa pri vyučovaní každý hovoriaci predstaví menom.
- Videofilmy, rôzne názorné pomôcky a písanie na tabuľu majú pre nevidiacich a slabozrakých tiež svoju cenu. Všetok vizualizovaný materiál však musí byť

verbalizovaný (slovne opísaný) a všetky texty treba prečítať nahlas. Nové a nezvyčajné slová je potrebné vyhláskovať.

- Nevidiaci a slabozrakí študenti uprednostňujú písomné zadania pri skúškach v alternatívnej forme - v zväčšenom písme, načítané na audiokazetách alebo vytlačené do bodového písma. Je pre nich výhodné prezentovať vypracovanie zadania buď na počítači, alebo za pomoci zapisovateľa (osobný asistent predčíta otázky a zápíše/zakrúžkuje odpovede) alebo načítané na audiokazete. V prípade, že použijú hociktorú z uvedených foriem, treba rátať s tým, že budú potrebovať samostatnú miestnosť a predĺžený čas na vypracovanie zadania.
- [Študenti s poruchami sluchu](#)

Základné informácie

Existuje množstvo faktorov, ktoré ovplyvňujú schopnosť človeka počuť zreteľne a dostatočne na to, aby sa bez problémov orientoval v každodenných situáciách. Niektorí ľudia sa ako nepočujúci narodia, iní stratia sluch postupne alebo náhle, či už v detstve alebo v dospelosti. Väčšina z nich má isté zvyšky sluchu, ktoré je možné v každodennom živote využiť. Len malú skupinu tvoria nepočujúci s úplnou stratou sluchu. Treba si uvedomiť podstatný rozdiel medzi ľuďmi, ktorí sú prelingválne nepočujúci (stratili sluch ešte skôr, než sa naučili hovoriť), a tými, ktorí stratili sluch v neskoršom období života - postlingválne nepočujúci. Prelingválne nepočujúci si obyčajne ťažšie osvojujú hovorený a písaný jazyk, nakoľko toto osvojovanie sa vo všeobecnosti zakladá na počúvaní hovoreného slova. V dospelosti môže byť ich hovorený jazyk menej rozvinutý, a teda môžu uprednostňovať posunkový jazyk. Hovorená reč mnohých nepočujúcich alebo nedoslýchavých znie nezvyčajne, alebo je ťažko zrozumiteľná. Na základe zrozumiteľnosti ich rečového prejavu však nemožno posudzovať ich znalosť jazyka alebo inteligenciu.

Dôsledky pre štúdium

Pre väčšinu ľudí je sluch dôležitým prostriedkom pre prísun informácií (takmer každý komunikuje verbálne), ľahko sa teda môže stať, že nepočujúci je vo vzdelávacom prostredí v porovnaní s počujúcimi znevýhodnený, a to najmä pri skupinových diskusiách.

Komunikačné formy

Študenti môžu používať hovorenú reč, odzveranie z úst, posunkový jazyk, zvyšky sluchu prostredníctvom načúvacieho prístroja alebo rôzne kombinácie týchto foriem. Jednotliví študenti majú rôzne metódy, čo môže závisieť aj od stupňa ich postihnutia a veku, v ktorom nastala strata sluchu. Napríklad nedoslýchaví študenti alebo študenti, ktorí stratili sluch v neskoršom období života, sa budú spoliehať prevažne na odzveranie z úst, kým prelingválne alebo úplne nepočujúci budú pravdepodobne uprednostňovať posunkový jazyk.

Väčšina nepočujúcich a nedoslýchavých je schopná do istej miery odzerať z úst. Pre niektorých je odzveranie z úst dominantným spôsobom vnímania hovorenej reči osôb v okolí. Odzveranie z úst však nie je jednoduché a výsledok nie je vždy jednoznačný, pretože mnohé hlásky majú pri vyslovovaní podobný ústny obraz. Pri diferencovaní môžu pomôcť zvyšky sluchu a kontext. Viac času si však vyžaduje návyk na spôsob hovorenia určitej osoby. Ľudia s bradou a fúzmi, ktoré zakrývajú ich pery alebo ľudia s neznámym prízvukom môžu byť mimoriadne ťažko zrozumiteľní. Odzveranie z úst si vyžaduje zvýšenú koncentráciu, preto je v dlhších časových úsekoch vyčerpávajúce.

Niektorí ľudia, ak sa nachádzajú v prostredí, v ktorom nie sú schopní odzerať z úst samostatne, komunikujú prostredníctvom tzv. školených "tlmočníkov hovoreného jazyka". Tlmočník zreteľnou artikuláciou potichu zopakuje, čo bolo povedané. Zvyčajne pomáha, ak je

tlmočník oboznámený s predmetom prejavu. Takáto služba sa využíva v zahraničí u študentov, ktorí nepoužívajú alebo nedostatočne ovládajú posunkový jazyk a ich primárnou komunikačnou formou je hovorený jazyk.

Mnohí nepočujúci, i keď nie všetci, komunikujú pomocou posunkového jazyka, ktorý je samostatným jazykom s vlastnou gramatikou, syntaxou a posunkovou zásobou. Tí, ktorí ovládajú posunkový jazyk od detstva, pokladajú sami seba skôr za **Nepočujúcich** než za **nepočujúcich**. Tieto pojmy vyjadrujú pohľad dvoch vedných disciplín. **Nepočujúci** (s veľkým N) sú tí, ktorých primárnou formou komunikácie je posunkový jazyk a identifikujú sa s normami a hodnotami komunity nepočujúcich bez ohľadu na ich stratu sluchu. To znamená, že je to pohľad kultúrno - antropologický. Naopak, výraz **nepočujúci** (s malým n) znamená pohľad medicínsky a zahŕňa osoby, ktoré sú na základe svojej straty sluchu klasifikované ako nepočujúce bez ohľadu na formu komunikácie a identifikáciu sa so skupinou sluchovo postihnutých. Ich prvým jazykom je slovenčina, pri komunikácii obyčajne používajú hovorený jazyk, ktorý môže, ale nemusí byť podporený posunkovým jazykom.

Ak študenti so stratou sluchu využívajú posunkový jazyk ako hlavný spôsob komunikácie, resp. ako jeho súčasť, hovorený prejav učiteľov alebo iných študentov by mal tlmočiť tlmočník posunkového jazyka. V prípadoch, keď študent nepoužíva vlastný hlas, alebo si nedôveruje v jeho používaní, tlmočník môže ostatným prítomným pretlmočiť jeho posunky. U študentov, ktorí stratili sluch len nedávno, je menej pravdepodobné dokonalé zvládnutie posunkového jazyka, a mnohí z nich sa musia naučiť buď odzerať z úst alebo posunkový jazyk, aby sa úspešne začlenili do vzdelávacieho procesu.

Posunkový jazyk je rovnako bohatý ako hovorená reč a dokáže vyjadriť rovnaké významy a súvislosti. Pre odborné termíny niektorých akademických disciplín však nemusí byť zatiaľ vyvinutý dostatočný posunkový slovník. V takomto prípade musia študent, učiteľ a tlmočník do určitej miery improvizovať.

Niektorí študenti používajú okrem/ namiesto komunikačnej podpory tzv. zapisovačov poznámok. Ideálnymi zapisovačmi sú starší študenti (v zahraničí napr. využívajú postgraduálnych študentov) alebo ľudia oboznámení s danou disciplínou, ktorí navštevujú prednášky s cieľom urobienia poznámok pre nepočujúceho študenta. Túto úlohu môžu plniť aj kolegovia z krúžku/ ročníka. Zapisovanie poznámok pre tretiu osobu nie je jednoduché a vyžaduje si istý nácvik.

Niektorí študenti si prednášky nahrávajú a následne si ich nechajú prepísať. Iní, najmä prelingválne nepočujúci, môžu potrebovať pomoc pri písomnej forme jazyka. Hovorená forma jazyka sa totiž u počujúcich osvojuje ako prvá, a to pomocou sluchu a až po jej zvládnutí nasleduje písomná forma. Nepočujúci - vzhľadom na iný spôsob osvojovania si hovoreného jazyka - môžu mať problémy so zložitejšími vetnými konštrukciami a gramatikou hovorenej formy jazyka, ktorá sa značne líši od gramatiky posunkového jazyka. Ťažšie pre nich môžu byť aj isté spôsoby používania jazyka, ako napr. metafory alebo eufemizmy. Následne sa to môže prejaviť v problémoch s pochopením učebných textov, rozličných materiálov a taktiež pri písomných prácach. Tu môže nepočujúcemu pomôcť učiteľ, či už s použitím jazykových prostriedkov, gramatikou alebo osnovou písomnej práce.

Mnohí nepočujúci a nedoslýchaví študenti používajú sluchový aparát - **načúvací prístroj** aj vtedy, keď využívajú iné spôsoby komunikácie. Načúvacie prístroje nekompensujú stratu sluchu do takej miery, ako napr. korigujú okuliare krátkozrakosť. Načúvacie prístroje zosilňujú všetky hlásky rovnako, vrátane okolitého hluku, čo spôsobuje určité problémy. Žiaľ, stráca sa i vnímanie smeru, z ktorého hlásky vychádzajú. Nepreržitý prítok bezvýznamného hluku sprostredkovaný načúvacím prístrojom môže pôsobiť na niektorých ľuďoch veľmi vyčerpávajúco. Napriek tomu sú načúvacie prístroje pre mnohých ľudí, ktorí sa ich naučili využívať, výbornými doplnkami k iným komunikačným stratégiám.

Mnohí študenti považujú štúdium v bežnej vzdelávacej inštitúcii za izolujúce vzhľadom na ťažkosti vznikajúce pri komunikácii, preto uprednostňujú špeciálne školy pre nepočujúcich. Komunity nepočujúcich sa vyskytujú zvyčajne vo väčších mestách. U nás sa vytvárajú pri organizáciách Slovenského zväzu sluchovo postihnutých. Informácie o predchádzajúcich skúsenostiach vzdelávacej inštitúcie/ školy so študentmi so sluchovým postihnutím sú preto pre nepočujúceho uchádzača o štúdium dôležité už v čase výberu školy - pred podaním žiadosti.

Technológia

Pre väčšinu ľudí používajúcich načúvací prístroj je vhodná istá doplnková podpora na prednáškach, v divadle alebo na seminároch. Jednou z možností sú indukčné slučky umiestnené v miestnosti. Sú to prístroje, ktoré menia elektrický signál (z mikrofónu, TV...) na elektromagnetické pole v miestnosti, okolo ktorej je rozvinutá slučka, a tak umožňujú študentovi zachytávať a počúvať zosilnený zvuk pomocou načúvacieho prístroja. Niektorí študenti sú toho názoru, že **rádiové pomôcky** (mikroport, mikrolink) dávajú o niečo lepší zvuk, nakoľko môžu byť prispôbené na mieru - individuálne - podľa rozsahu sluchovej straty. Slučky a rádiové pomôcky pracujú na podobnom princípe: rečník používa mikrofón (rádiová pomôcka je obyčajne upevnená na **klípe**, ktorý sa môže prichytiť na klopu saka/ na oblečenie). Signál sa prenáša buď do slučky okolo miestnosti alebo do malej slučky zavesenej okolo krku. Táto ho vzápätí preniesie do študentovho načúvacieho prístroja. Na seminároch alebo iných sedeniach, kde je niekoľko rečníkov, možno použiť viacsmerne mikrofóny, alebo dať mikrofón kolovať.

Slučky sú buď zabudované v miestnosti, alebo môže ísť o prenosné systémy, zapojené do elektrickej siete. V každom prípade sa pred ich použitím musia zapnúť, aby sa skontrolovala kvalita ich príjmu. Rádiové pomôcky možno prenášať z miesta na miesto. Študenti ich môžu už vlastniť, alebo si ich budú musieť zaobstaráť. Ideálnym by bolo, keby škola s väčším počtom študentov so sluchovým postihnutím vlastnila indukčnú slučku ako súčasť svojho špeciálneho vybavenia. Rádiové pomôcky by mali byť pravidelne udržiavané a mali by byť nastavovateľné, aby vyhovovali aj v prípade, ak nastane ďalšie zhoršenie sluchu.

Niektorí študenti, hlavne nedoslýchaví, sú schopní používať telefón so zosilňovačom alebo jednoducho prepnutím sluchového aparátu do polohy "T". Ostatným umožňuje komunikáciu cez Minicom (textový písací telefón, ktorý sa používa v spojení s normálnym telefónom), a to buď priamo s iným užívateľom Minicomu alebo cez ústredňu. Na Slovensku takáto služba neexistuje a naši nepočujúci uprednostňujú faxy, ktoré sú chápané ako kompenzačné pomôcky.

V poslednom období sa veľkej obľube tešia mobilné telefóny s vibračným zvončením s možnosťou posielania správ SMS.

Fyzický prístup

Ubytovanie nepočujúcich študentov na internáte si vyžaduje niekoľko jednoduchých adaptácií, vrátane zvončeka a požiarneho alarmu, ktoré vydávajú svetelné záblesky. Odporúča sa umožniť prístup k textovému telefónu - faxu a k televízii s teletextom kvôli titulkom.

Učebné stratégie

Ako všetci postihnutí, tak aj študenti s postihnutím sluchu sa do veľkej miery spoliehajú na ústretovosť a podporu zo strany inštitúcie/ školy a vyučujúcich. Napriek tejto podpore musia však pracovať oveľa intenzívnejšie ako ostatní, aby zvládli požiadavky na nich kladené.

Nasledujúce návrhy ponúkajú pedagógom niektoré všeobecné odporúčania:

- Hovorte vždy tvárou k študentovi a vyslovujte zreteľne. Pokúste sa zachovávať prirodzený rytmus reči a nekričte. Vaše ústa a tvár - ako dôležité pomôcky na odznenie - nesmú byť zakryté rukami alebo inými predmetmi. Výraz tváre a gestikulácia dotvárajú význam vášho slovného prejavu, ale len vtedy, ak je vaša tvár

dobre viditeľná. Preto sa usilujte počas rozprávania nechodiť po miestnosti a prestaňte rozprávať, ak sa otočíte tvárou k tabuli alebo k obrazovke.

- Zabezpečte osvetlenie miestnosti tak, aby bola tvár každého z prítomných dobre osvetlená. Kým rozprávate, nestojte pred oknom alebo pred svetlom, nakoľko tým zabránite študentovi, aby zreteľne vnímal vašu tvár. Zvyčajne pomáha fluorescentné osvetlenie, pretože rovnomerne osvetľuje miestnosť.
- Ľudia, ktorí používajú oči, aby "počuli", nie sú schopní zapisovať si poznámky alebo čítať rozdané texty súčasne s odzeraním z úst alebo s koncentrovaním sa na tlmočníka. Je veľmi užitočné, ak mu pripravíte a vopred poskytnete poznámky a pracovné texty.
- Aj tlmočníci hovoreného a posunkového jazyka ocenia, ak dostanú poznámky k prednáške a pracovné texty vopred, pretože potom môžu zabezpečiť hladší priebeh prednášky.
- Steny miestnosti by mali byť podľa možnosti holé a jednofarebné a je tiež vhodné nosiť jednoduchý odev, ak sa na vás má študent koncentrovať dlhšiu dobu. Výrazné pásy a vzory na stenách a odeve pôsobia rozptyľujúco, či už pri odzeraní z úst alebo pri koncentrovaní sa na tlmočníka.
- Pre študentov so zvyškami sluchu je dôležitá akustická kvalita miestnosti. Akýkoľvek okolitý hluk spôsobuje ťažkosti. Najvhodnejšie sú často miestnosti s kobercami a závesmi. V prípade potreby vás na túto skutočnosť upozorní aj sám študent. Ak máte nejaké pochybnosti, spýtajte sa ho.
- Pre nepočujúcich môže byť problematická skupinová práca, nakoľko nedokážu rozlíšiť, kto práve hovorí, resp. koho majú odzerať. Pomôže podávanie mikrofónu, ale členovia skupiny by si mali zvyknúť naznačovať gestom, že začali rozprávať. Ďalšou možnosťou je, že prednášajúci alebo vedúci seminára ukáže na hovoriaceho. Povzbudzujte nepočujúcich študentov, aby avizovali, že niečo nezachytili.
- Pri oboznamovaní sa s novou slovnou zásobou/ terminológiou treba dohliadnuť na to, aby bol obsah zrozumiteľný a aby boli zrozumiteľné hovorené i písané slová, prípadne posunky. Je ťažké, až nemožné, porozumieť odzeraním neznáme slová, preto je vhodné napísať ich na tabuľu. Pravidelne kontrolujte, či vám všetci rozumeli, kým pôjdete vo výklade ďalej.
- Odzieranie je ťažké, keď nepoznáme kontext. Čím má prednáška lepšiu štruktúru, tým ľahšie sa dá pochopiť. Hovorené inštrukcie a popisy je výhodné doplniť rozmnoženými poznámkami k prednáške a použitím spätného projektoru.
- Prelingválne nepočujúci pravdepodobne nemajú osvojený slovník hovoreného jazyka v širšom rozsahu a asi dokonale neovládajú komplikovanejšiu gramatiku. Je vhodné používať stručné a jasné výpovede, vyhýbajúc sa, resp. vysvetľujúc žargón, abstraktné a nejednoznačné pojmy a komplexné štruktúry, ako napr. dvojité zápor. Ak máte pocit, že vám neporozumeli, neopakujte tú istú vetu. Pokúste sa vyjadriť tú istú myšlienku iným spôsobom. Majte na pamäti, že písomná práca takéhoto študenta môže obsahovať gramatické chyby, ktoré však nemusia nutne znamenať nedostatočné pochopenie danej problematiky.
- Pre nepočujúcich a nedoslýchavých študentov je výhodné, ak sú počas vášho hovorenia alebo vedenia diskusie vo vašej blízkosti. Kdekoľvek sa nachádzajú, skôr ako začnete hovoriť, uistite sa, že vám venujú pozornosť. Môžete to spraviť najlepšie blikaním svetla alebo dupaním na dlážku.
- Ak nepočujúci študent využíva služby tlmočníka, poskytnite mu časový priestor. Uvedomte si, že najmä počas kladenia otázok alebo diskusie vzniká pri tlmočení časový sklz. Pri veľmi intenzívnych debatách robte prestávky, aby si tlmočník oddýchol. Tlmočenie je vyčerpávajúca práca.

- Ak je prítomný tlmočník, oslovujte študenta, nie tlmočníka a pozerajte pritom na študenta, aby ste dali najavo, že beriete na vedomie názory študenta vyjadrené prostredníctvom tlmočníka. Ak práve nerozprávate priamo na tlmočníka, správajte sa, akoby tam nebol.
- Ak sa nachádzate mimo budovy, podmienky pre komunikáciu sú sťažené. Pomôže nácvik a je tiež dobré premyslieť si celú situáciu vopred.
- Pre prelingválne nepočujúcich nie sú niektoré otázky alebo zadania pri skúške jednoduché na porozumenie. Je vhodné prispôbiť formuláciu zadania alebo - ak je to možné - využiť služby tlmočníka, ktorý vysvetlí inštrukcie v posunkovej reči ešte pred začatím skúšky. Študenta tiež treba upozorniť posunkom alebo inou vhodnou metódou na hovorené inštrukcie počas skúšky, napr. informáciu o zostávajúcom množstve času.
- V niektorých prípadoch môže byť pre študentov vhodnejšie prezentovať svoju odpoveď na skúške posunkovou rečou. Túto alternatívu treba vopred dôkladne zvážiť, aby bolo zabezpečené presné a spravodlivé hodnotenie odpovede. Treba tiež rátať s predĺžením času na skúšku.
- [Študenti s psychickými chorobami](#)

Základné informácie

V živote každého človeka sa vyskytujú obdobia stresu a depresie. Reakcie niektorých ľudí na tieto obdobia však môžu viesť k pocitom a prejavom správania, ktoré sa vo všeobecnosti považujú za neprimerané, nevhodné a neprijateľné. Ich symptómy bývajú rôzne - úzkosť, ťažká depresia, zmeny v zmyslovom vnímaní, striedanie nálad, nutkavé konanie, obsesie, fóbie, bludné predstavy, zmenené správanie či pokusy o samovraždu. Bulímia a mentálna anorexia patria medzi čoraz bežnejšie psychické problémy, ktoré zasahujú mladých ľudí.

Niektoré druhy psychických chorôb

Fóbia - špeciálna forma strachu. Osoba s fóbiou trpí perzistentným a iracionálnym strachom zo špecifických objektov, aktivít alebo situácií a zároveň má nutkavú túžbu vyhnúť sa týmto ohrozujúcim situáciám. Na rozdiel od strachu, ktorý sa dá vôľou racionálne zvládnuť, fóbia je mimo vôľovej kontroly, objavuje sa náhle a ruší bežnú myšlienkovú činnosť. Často vedie k obsedantným myšlienkam, nutkavým úkonom, rituálnemu konaniu, ktoré majú zahnať fóbiu.

Najčastejšie fóbie:

- Agorafóbia - strach z otvorených priestranstiev, z davu
- Sociálne fóbie – strach, že osobu budú vidieť v ponižujúcej situácii
- Špecifické fóbie zo zvierat (napr. arachnofóbia - z pavúkov, kynofóbia - zo psov)
- Fóbia z neživých predmetov alebo zo situácií, napr. strach z výšky, strach zo špiny, z tmy, z búrky, strach z uzavretého priestoru - klaustrofóbia.
- Fóbia z choroby, poranenia : strach zo smrti, z rakoviny, pohlavných chorôb

Depresia - hlavné znaky depresívnej poruchy sú: smutná nálada, poruchy koncentrácie pri práci, beznádej, nechutenstvo spojené so stratou hmotnosti, poruchy spánku, ranné pesíma, často je prítomný predmetný alebo bezpredmetný strach. Typické je zníženie dynamogénnej zložky správania, a to tak v oblasti motoriky ako aj v oblasti myslenia (bradypsichizmus). Reč je tichá a pomalá. Nezriedka sa objavujú insuficienčné, hypochondrické a suicidálne myšlienky. Hĺbka depresívnej poruchy môže byť rôzna, od subdepresívnej až po veľkú depresiou označovanú v minulosti ako melanchólia.

Pre človeka trpiaceho depresiou strácajú zmysel jeho dovtedajšie aktivity, koníčky, zábava, sex. Prítomná je anhedónia, t.j. neschopnosť tešiť sa. Pre človeka trpiaceho depresiou je ťažké

dodržovať zabehané každodenné rutiny, nezriedka zanedbáva svoj zovňajšok. Netreba tiež podceňovať autoakuzачné a suicidálne tendencie.

Poruchy vnímania - môžu byť kvantitatívne lebo kvalitatívne. Pri kvantitatívnych môže ísť o zníženie vnímavosti - vnemy sú menej intenzívne, menej presné, napr. pri depresii vnemy strácajú živosť. Zvýšená vnímavosť sa prejavuje zvýšenou živosťou.

Pri kvalitatívnych poruchách vnímania dochádza k skresleniu obsahu vnemu. Môže ísť o **ilúzie**, kedy výsledný vnem obsahovo nezodpovedá pôvodnému podnetu. Ide vlastne o skreslené vnímanie reálnych podnetov (napr. pohybujúce sa konáre stromu za oknom vnímam ako postavu).

Ilúzie nemusia byť len zrakové, ale i sluchové, čuchové, dotykové, telové. Keď si je osoba vedomá, že došlo ku skresleniu vnímania, hovoríme o pseudoilúziách.

Pri psychických poruchách sa stretávame aj s **halucináciami**, čo sú vnemy, ktoré vznikajú bez adekvátneho zmyslového podnetu z vonkajšieho sveta. Osoba ich však popisuje ako jasné vnemy (hlasy, vidiny).

Bludy, bludné predstavy - predstavujú závažnú poruchu myslenia, bežnú napr. pri schizofréniách. Predstavujú chybné alebo iracionálne presvedčenia, ktoré sa udržiujú napriek evidentnej opačnej realite. Bludy vznikajú náhle alebo pozvoľne. Osoba je presvedčená o ich správnosti a ovplyvňujú celú jej myšlienkovú produkciu. Vzniku bludov často predchádza bludná nálada, vzťahovačnosť alebo aj poruchy vnímania. Medzi najčastejšie patrí blud perzekučný (prenasledovania), kverulačný, megalomanický.

Obsesie sú pochybnosti, strachy, predstavy, impulzy a myšlienky, ktoré sa neustále vracajú a pretrvávajú aj napriek snahe potlačiť ich. Obsesie sú vnímané ako nechcené invázie do vedomia a pre osobu sú neakceptovateľné. Sú sprevádzané **nutkavým jednaním**, ktoré môže mať niekedy charakter nezmyselných úkonov až rituálu, s cieľom potlačiť alebo zrušiť to, čo človeka ohrozuje. Niekedy môžu mať obsesie charakter chorobnej hĺbavosti, chorobnej pochybovačnosti.

Anorexia - je porucha jedenia, ktorá znamená drastické zníženie príjmu potravy s následkom chorobného úbytku telesnej hmotnosti. Strata váhy predstavuje 25%. Hladovanie pri anorexii môže byť natoľko extrémne, že vedie ku smrti. Anorexia sa vyskytuje 10-15 krát častejšie u žien ako u mužov, jej výskyt stúpa v období adolescencie.

Bulímia - je porucha jedenia, charakterizovaná opakovanými epizódami prejedania sa s následnou očisotou, ako je úmyselné zvracanie, užitie laxatív, alebo inými prostriedkami s cieľom zabrániť príbratiu na váhe. Bulimici sú si vedomí abnormality stravovania, majú strach zo straty kontroly nad jedením a po bulimickej epizóde trpia depresivitou, sebavýčitkami.

Mnohé z uvedených stavov sú dočasné a po odpočinku, medikamentóznej liečbe a/ alebo po terapii ustúpia. Iné sú dlhodobejšie a u postihnutej osoby sa striedajú obdobia dobrého a zhoršeného zdravotného stavu. Približne jeden zo štyroch ľudí zažije v priebehu života problémy psychického charakteru. U mnohých ľudí sa tieto problémy prejavujú vo veku od 18 do 25 rokov.

Na problémy psychického charakteru sa viaže mnoho mýtov. Je dôležité uvedomiť si, že najbežnejším znakom psychických chorôb sú utiahnutosť a depresia. Len malá časť ľudí s poruchami psychického zdravia sa stáva násilníkmi, alebo sa správa otvorene anti-sociálne.

Vplyv na štúdium

Z času na čas môže byť štúdium na vysokej škole stresujúce pre každého, no študentov s psychickými chorobami to môže ovplyvniť viac, než je bežné. Akademický tlak, izolovanosť, silná túžba po domove, nedostatok osobnej podpory, formovanie nových vzťahov alebo požívanie alkoholu a drog môžu u niektorých študentov spustiť problémy psychického charakteru. Dobré fungujúci systém osobnej asistencie a poradenstva, ktorý umožňuje študentom prediskutovať problémy hneď pri ich vzniku, rýchla a jasná spätná väzba na úlohy

a termíny, ktoré nekolidujú s požiadavkami paralelného štúdia, môžu pomôcť zmierniť stres u všetkých študentov a u niektorých môžu odvrátiť nástup prípadných ťažkostí.

Vedľajšie účinky medikamentózneho liečby, ktoré u mnohých psychicky chorých ľudí zapríčiňujú poruchy spánku a raňajšiu ospalosť/ otupenosť, môžu negatívne vplývať na ich schopnosť zvládnuť nároky práce.

Najväčšie bariéry tvorí prístup druhých ľudí a dezinformovanosť. Podstatné je preto dobré zaškolenie pracovníkov školy a informovanosť ostatných študentov. Často sú to práve priatelia alebo kolegovia, ktorí si ako prví všimnú, že sa postihnutý študent správa nezvyčajne, a ktorí ho dokážu nasmerovať k psychológovi alebo nakontaktovať na iné aktuálne zariadenie. Treba však brať do úvahy aj potreby ostatných študentov. Od priateľov či kolegov nemožno žiadať, aby boli neustále v strehu, či niekto nemá duševné ťažkosti, ani by sa nemalo pripustiť, aby si postihnutý študent svojim antisociálnym správaním monopolizoval pozornosť tútorov či učiteľov na úkor zvyšku študijnej skupiny.

Všeobecné stratégie

Ak je na univerzite zabezpečený kvalitný systém služieb, citlivo reagujúci na individuálne potreby všetkých študentov, majú z toho mimoriadny úžitok študenti, u ktorých by sa potenciálne mohli rozvinúť problémy psychického charakteru, ako aj tí, ktorí už v minulosti mali emocionálne ťažkosti. Prístupný personál (poradne, podporného/ študijného centra), učelia a tútori a rozvrh hodín, v ktorom je dostatok času na relaxáciu, cvičenie a sociálne aktivity, to všetko prispieva k tomu, že sa študentom lepšie koncentruje na štúdium a viac profitujú zo života na vysokej škole. V prípade, že vzniknú problémy, doporučuje sa odkázať študenta na kvalifikovanú pomoc (napr. psychológ, lekár). V niektorých vzdelávacích inštitúciách sa špecializovaná pomoc zabezpečuje v rámci psychologického poradne. Aj keď sa adekvátna pomoc zabezpečuje interne, môže byť užitočné získať bližšie informácie o ďalších zariadeniach, ktoré možno využiť v budúcnosti (centrá psychologických služieb).

K úspechu u mnohých študentov môže významne prispieť pružnosť v rámci spôsobov výuky a termínov. Študent napr. môže potrebovať vynechať na krátky čas vyučovanie (prednášky, semináre), alebo študovať doma - bez stresu skupinových diskusií.

Niektorí študenti ocenia možnosť odpočinúť si v nejakej vyčlenenej miestnosti, zvlášť ak bývajú ďaleko od miesta školy.

Pre niektorých študentov je obtiažne cestovať hromadnými dopravnými prostriedkami, preto treba hľadať alternatívne riešenie. V našich podmienkach je riešenie tohto problému v kompetencii študenta.

Krízové situácie

Krízové situácie sú zriedkavé. Napriek tomu má zmysel, a pôsobí to ukludňujúco na všetkých zúčastnených, ak je jasne stanovený postup, čo robiť v prípade, keď takáto situácia nastane. Vo väčšine prípadov jediné, čo treba, je pokojné správanie ("zachovať chladnú hlavu") od ostatných zúčastnených. Ak je študent vážne dezorientovaný, alebo jeho správanie ohrozuje jeho samého, resp. druhých, treba privolať lekára, rýchlu zdravotnícku pomoc, v extrémnych situáciách políciu.

Technológia

Pre študentov s poruchami psychického zdravia neexistuje žiadne jednoduché technické riešenie. Napriek tomu by za určitých okolností pre niektorých mohlo byť užitočné využívať technické vybavenie. Napr. pre študentov, ktorí trpia agorafóbiou (strach z voľných priestorov), alebo ktorých stresujú veľké skupiny ľudí, by bolo výhodné mať počítač a modem, aby mohli viac študovať doma.

Učebné stratégie

Vo vzťahu ku všetkým postihnutým študentom sa ako kľúčové javia pozitívny prístup a pružnosť zamestnancov. Nasledujúce návrhy ponúkajú základnú orientáciu/ usmernenie pre vyučujúcich:

- Ľudia s poruchami psychického zdravia mohli v minulosti zažiť odmietnutie zo strany okolia. Preto veľmi pomáha vytvorenie dobrých vzťahov a veľa povzbudzovania.
- Psychické problémy sa môžu prejavovať hocikedy. Treba si všimnúť väčšie zmeny v správaní sa svojich študentov, pretože môžu znamenať začiatok niečoho vážnejšieho.
- Brať ohľad na to, že ľudia s psychickými problémami potrebujú viac času, kým sa zžijú s novou situáciou a kým naplno ukážu svoje zručnosti a schopnosti. V ojedinelých prípadoch je vhodné hľadať alternatívne podmienky.
- Pod vplyvom medikamentózneho liečenia trpia študenti príležitostne jej vedľajšími účinkami, ako je napr. ranná otupenosť. To môže negatívne ovplyvniť ich schopnosť aktívne sa zúčastniť vyučovania.
- Zdravotný stav mnohých ľudí je premenlivý a mávajú dobré a zlé dni. Od učiteľov to vyžaduje istú pružnosť.
- Nezabúdať na hospitalizovaných študentov. Pravdepodobne je to pre nich skúsenosť, kedy sa cítia ohrození a izolovaní. Ocenia neprerušené kontakty s priateľmi, kolegami a pedagógmi, s ktorými majú bližší vzťah.
- Výuka a poradenstvo sú dve rôzne veci. Pedagógovia majú poznať svoje hranice a nerozpakovať sa odporučiť študenta k psychológovi, ak je to vhodné.
- Každé hodnotenie vedomostí, či už v rámci písomných skúšok alebo ústnych/praktických odpovedí, býva stresujúce a spôsobuje, že študentove výkony sú horšie ako inokedy. Cvik a dobrá duševná pohoda, prípadne predĺženie času na prípravu pri skúškach alebo na odovzdanie úloh, pomáhajú stres prekonať.
- Stáva sa, že niektorí študenti potrebujú posunúť termín skúšok alebo ich robiť doma, resp. v nemocnici.
- [Študenti s telesným postihnutím a motorickými ťažkosťami](#)

Základné informácie

Študenti s telesným postihnutím nie sú schopní vykonávať rovnaký rozsah fyzických aktivít ako ľudia bez postihnutia. Môžu mať pohybové ťažkosti, napr. pri chôdzi, alebo majú postihnuté horné končatiny, alebo pôjde o osoby s obmedzeným rastom.

Poznáme vrodené alebo získané postihnutia. Príčiny sú rôzne: od chorôb postihujúcich kosti (napr. krehkosť kostí), svaly (napr. myasthenia gravis, muskulárna dystrofia), kĺby (napr. artritída), nervy a šľachy (napr. detská mozgová obrna, skleróza multiplex), miechu (napr. poranenia miechy, rázštep chrbtice), po choroby postihujúce mozog (napríklad zápal mozgu, nádor, poranenie pri úrazoch, ochrnutie alebo hydrocefalus, ktorý sa často kombinuje s rázštepom chrbtice) a môžu zasiahnuť celkový vývin a rast.

Nie je dôležitá príčina, ale dôsledok. Ľudia s telesnými postihnutiami sa ľahko unavia a citlivo reagujú na teplotné zmeny. Niektorí trpia bolesťami, ktoré sa pri únave zhoršujú. Bolesť môžu tlmiť liekmi, ktoré môžu mať samé osebe nepríjemné vedľajšie účinky.

Väčšina postihnutí sa dá stabilizovať, ale niektoré (napr. muskulárna dystrofia, skleróza multiplex) majú progresívny charakter. Niekedy je stav ochorenia stabilizovaný, inokedy je zhoršený. Niektoré poruchy horných končatín (vrátane poranení získaných pri námahe) sa dajú vyliečiť, ak sa zachytia v akútnom štádiu, inak sa stanú chronickými. Niektorí študenti môžu mať porušenie jemnú motoriku rúk, ktorá ovplyvňuje ich schopnosť písať a nadobúdať ďalšie zručnosti, ale nezasiahne sebaobslužné aktivity.

Takmer pri všetkých týchto telesných postihnutiach ostane zachovaná schopnosť učiť sa. Ľudia, ktorí utrpeli poškodenie mozgu určitého stupňa, však môžu mať špecifické poruchy učenia, vrátane rôznych problémov vnímania, poznávania alebo pamäte.

Dôsledky pre štúdium

Najväčšiu bariéru pre ľudí s pohybovými ťažkosťami tvorí prostredie. U ľudí s poruchou **motoriky rúk** sa problémy zvyčajne viažu na každodenné činnosti, zručnosti - i pri štúdiu.

Časť študentov si vyrieši prípadné problémy na začiatku štúdia a pokladá toto riešenie za vyhovujúce po celú dobu jeho trvania. Iní, napr. postihnutí hydrocefalom, môžu potrebovať pomoc a pravidelnú podporu pri vykonávaní rôznych denných činností. Niektorým študentom s progresívnym ochorením (skleróza multiplex, svalová dystrofia, AIDS) sa však potreby menia, a teda budú potrebovať meniť v priebehu štúdia aj svoj podporný program.

Osobná podpora

Niektorí študenti potrebujú pri štúdiu pomoc - napr. na zapisovanie poznámok, vykonávanie pokusov, nosenie alebo otváranie kníh alebo na fyzické písanie úloh. Vybraný "zapisovateľ" by mal byť zaškolený, aby sa zaistilo, že jeho poznámky budú čitateľovi vyhovovať.

Iní študenti môžu potrebovať pomoc pri mobilite a každodenných sebaobslužných činnostiach, ako je používanie toalety, umývanie, obliekanie alebo jedenie. Hoci kolegovia z krúžku (spolužiaci) môžu príležitostne pomôcť, študent, ktorý potrebuje častú alebo pravidelnú pomoc, potrebuje osobného asistenta (riešenie tohoto problému je v kompetencii študenta). Osobnú a študijnú podporu môže poskytovať tá istá osoba, buď dobrovoľník alebo platený asistent. V takýchto prípadoch môžu byť náklady rozdelené medzi úrad **sociálnej starostlivosti**, ktorý zodpovedá za platenie osobnej asistencie, a invalidný dôchodok študentov s postihnutím.

Ak príležitostne pomáhajú kolegovia alebo pracovníci vzdelávacej inštitúcie, mali by dostať kvalifikované informácie. Študent, ktorý potrebuje pomoc, bude nepochybne v aktuálnej situácii schopný dať relevantné pokyny, ale bude lepšie, ak koordinátor alebo študent s postihnutím na začiatku informuje napr. o spôsobe prekonávania menších schodov s niekým na vozíku, o spôsoboch bezpečného dvíhania z vozíka a pod. Čo je po vysvetlení ľahké, môže byť bez vysvetlenia ťažké. Napríklad, vozíky sú často naprojektované tak, aby sa dali rozobrať. Nieкто, kto si myslí, že pomáha, sa poriadne vystraší, keď zistí, že omylom rozobral vozík na kusy, pretože ho nezdvíhal správne.

Fyzický prístup

Ak mal študent príležitosť oboznámiť sa s areálom školy skôr, ako začal študovať, mali by už byť identifikované oblasti možných ťažkostí. V aktuálnom prípade bude potrebné nainštalovať rampy alebo výtahy, presunúť tlačidlá výtahu do dosiahnuteľnej výšky, alebo vybudovať WC prístupné invalidným vozíkom. Pravdepodobne často bude nutné upraviť miestnosti, aby sa zabezpečil prístup na prednášky, semináre alebo iné stretnutia, vrátane zmien výšky pracovných stolov a sedadiel. Pri kontrole prístupnosti treba pamätať aj na knižnice, jedálne a spoločenské priestory. Zvlášť treba zabezpečiť dost' priestoru bez trvalo pripevnených sedadiel, aby mal študent na vozíku prístup k laviciam a stolom.

Pred začiatkom štúdia sa doporučuje prejsť budovu a skontrolovať všetky aktuálne priestory. Často pomôže vyznačiť najkratšie trasy medzi miestami výuky. V prípade veľkej bariérovosti v priestoroch školy sa osvedčuje zaradiť výuku krúžku so študentom s telesným postihnutím do bezbariérových priestorov - s obmedzenou frekvenciou presúvania. Niektoré problémy sa môžu riešiť využitím PC - napr. na prístup ku knižničným katalógom.

Študent s telesným postihnutím bude musieť zvážiť svoj spôsob dopravy. Ak má vlastný dopravný prostriedok, má ho spravidla označený, čo mu dovoľuje parkovať na vyznačených odstavných pruhoch alebo na vyhradených miestach. Ak neexistuje vyhovujúce parkovisko, mala by sa škola v spolupráci s miestnym úradom postarať o jeho zriadenie. Študenti, ktorí nemôžu použiť verejnú dopravu ani vlastné auto, budú pravdepodobne využívať taxíky.

Požiadavky na parkovanie a dopravu budú čiastočne závisieť od lokalít, medzi ktorými sa študent bude pohybovať (vrátane ubytovania a spoločenských priestorov) a od vzdialeností

medzi nimi. Aj pri zostavovaní rozvrhu bude nutné zohľadňovať časovú náročnosť na presun invalidným vozíkom v priestoroch školy.

Študenti bývajúci v študentských domovoch môžu potrebovať viacero úprav, napríklad:

- priestrannejšie izby, do ktorých je možné vojsť na vozíku a otočiť sa v ňom a aj umiestniť rozmerné vybavenie
- zariadenie a nábytok s vhodnou alebo nastaviteľnou výškou v spálňach, kúpeľniach, kuchyniach a priestoroch na štúdium
- dodatočné elektrické zásuvky
- zdvíhacie zariadenia a zábradlia v spálňach a kúpeľniach
- pre osobných asistentov izby v blízkosti alebo spojené so študentovou izbou
- prístup k telefónu, do pracovne, do spoločenskej miestnosti, do jedálne, bufetu a k iným spoločným zariadeniam
- určené parkovacie priestory.

Tí, čo trpia zvýšenou unaviteľnosťou, ako aj študenti so zdravotnými ťažkosťami, môžu potrebovať miesto na odpočinok aj počas dňa.

Technológia

Pre ľudí, ktorí majú nefunkčné horné končatiny, alebo majú obmedzenú funkčnosť končatín, existuje celá škála špecializovaného, ale aj všeobecnejšie prístupného vybavenia. Na robenie poznámok sa dajú využiť magnetofóny. Pre ľudí, ktorí nemôžu písať tak dobre alebo tak rýchlo ako ostatní, sú určené upravené klávesnice alebo špeciálny software. Podľa individuálnych potrieb môžu byť klávesnice zväčšené, inak tvarované, zredukované na dvanásťtlačidlové klávesnice, alebo úplne nahradené ukazovadlom, ktoré sa dá ovládať ktoroukoľvek pohyblivou časťou tela. Existuje počítačový program, ktorý podľa prvých písmen slova predvída, čo chce študent napísať, čo je zvlášť užitočné pre tých, ktorí píšu pomaly. Vo svete sa používa aj program, umožňujúci ovládanie počítača hlasom, žiaľ pre našich študentov je zatiaľ nedostupný.

Veľká bariérovosť našich vzdelávacích inštitúcií patrí u ľudí s telesným postihnutím k najzávažnejším prekážkam v prístupe k vzdelaniu. Miestnosti tiež bývajú málo priestranne, alebo mávajú nesprávnu teplotu a prístupné toalety, ak vôbec existujú, môžu byť ďaleko. V takých prípadoch stojí za zváženie využitie počítača a modemu na štúdium doma, kde prostredie lepšie vyhovuje individuálnym potrebám študenta.

Študenti, ktorí sú na invalidnom vozíku, alebo majú poškodenú chrbticu, budú potrebovať špeciálne stoličky a stoly. Tento problém by mala vyriešiť inštitúcia v spolupráci s odborníkmi. Hoci technická pomoc zmenila životy mnohých ľudí s telesným postihnutím, neodstraňuje všetky znevýhodnenia. Napríklad rýchlosť, akou niektorí študenti produkujú materiály, môže byť stále pomalá. V extrémnych prípadoch môže byť študent schopný napísať iba šesť alebo osem písmen za minútu. Tento fakt treba zohľadňovať pri plnení úloh a študijných povinností.

Poruchy vnímania

Študenti s neurologickými poruchami môžu mať problémy vnímania. Môže sa to prejavovať tým, že budú mať ťažkosti pri orientácii v komplikovanom areáli školy. Môžu sa báť pohybovať na nerovných plochách, alebo môžu mať ťažkosti pri používaní schodov. Pomôže "sprievodca" (napr. kolega z krúžku), ktorý ich sprevádza počas ich prvých dní v novom prostredí. Niektorí študenti môžu mať ťažkosti pri práci vyžadujúcej presnosť usporiadania, ako sú tabuľky alebo mriežky s viacnásobnou voľbou.

Každý študent s postihnutím by mal vedieť opísať svoje ťažkosti a svoje vlastné stratégie na ich zvládnutie.

Učebné stratégie

Ako všetci postihnutí študenti, aj študenti s telesným postihnutím sa spoliehajú do veľkej miery na spoluprácu inštitúcie a jej personálu. Nasledujúce návrhy poskytujú všeobecné odporúčania pre vyučujúcich:

- Študenti s telesným postihnutím potrebujú vydať mimoriadne fyzické úsilie pri vykonávaní bežných činností, a preto sa rýchlo unavia. Potrebujú čas na oddych a ten by im mal byť umožnený zvlášť pri skúškach a časovo limitovaných úlohách.
- Písomné záznamy alebo nahrávky prednášok pomôžu tým, ktorí vynechali výuku, alebo ktorí majú ťažkosti robiť si poznámky.
- Niektorí študenti využívajú služby osobného asistenta na zapisovanie poznámok alebo na vykonávanie praktických úloh a pokusov. Asistent by mal byť iba "rukami a nohami" študenta, nie jeho "mozgom".
- Nové a stresujúce situácie môžu zvyšovať svalové napätie a znižovať zručnosť a ovládanie, zvlášť u študentov s mozgovým poškodením. V takýchto prípadoch volíme individuálny prístup.
- Niektorým študentom môže robiť problémy menežovanie neorganizovaného času, ako je samoštúdium a spoločenské aktivity. Budú potrebovať podporu pri efektívnom a pozitívnom využívaní času.
- Zdravotný stav niektorých študentov môžu negatívne ovplyvňovať rôzne činitele, napr. vonkajšie podmienky, zmeny počasia. Osvedčuje sa pružnosť pri stanovovaní termínov úloh. Ak študent užíva lieky proti bolesti alebo iné lieky, môže negatívne ovplyvniť jeho schopnosť sústrediť sa.
- Študenti s problémami vnímania potrebujú podporu pri sledovaní alebo vykonávaní prác s tabuľkami a mriežkami. Odporúča sa prediskutovať najvhodnejší spôsob odovzdávania a prijímania materiálov na začiatku semestra medzi štyrmi očami.
- Invalidné vozíky zaberajú viac miesta než bežné stoličky. S týmto faktom treba rátať pri tvorbe rozvrhu (voľba miestnosti, jej zariadenie...). Ideálnym by bolo nechať dosť priestoru na to, aby sa študent mohol sám rozhodnúť, či chce sedieť vpredu alebo vzadu.
- Mimoriadne ťažkosti môže spôsobovať práca v teréne, povinná prax, exkurzie a študijné cesty, a tak sa musia vopred dobre napláňovať.
- Skúškové obdobie je čas, kedy treba rátať s aktuálnosťou rôznych úprav pre študentov v závislosti od ich postihnutia, napr. využitie zapisovateľa, použitie počítača, predĺžený časový limit, prestávky na oddych a samostatná miestnosť.

- [Študenti dlhodobu a chronicky chorí](#)

Základné informácie

Niektorí študenti majú dlhodobé alebo trvalé zdravotné ťažkosti, ktoré môžu ovplyvňovať priebeh ich štúdia. Príčinou môžu byť fyzické alebo zmyslové postihnutia. Aké sú dôsledky pre týchto študentov, je opísané na iných miestach. Ďalší študenti majú "skryté" alebo nie viditeľné postihnutia, akým je napr. limitovaná alebo kolísajúca schopnosť sústrediť sa (vitalita).

Existuje veľa neviditeľných postihnutí a ochorení. Sem patrí aj epilepsia, cukrovka, meningoencefalopatia (bližšie neurčená choroba mozgu a jeho plien, tiež známa ako syndróm chronickej únavy), alergická (senná) nádcha, chudokrvnosť, cystická fibróza, HIV, AIDS, astma, srdcové a iné chronické ochorenia.

Veľa ochorení môže byť stabilizovaných, niektoré môžu mať premenlivý charakter, iné sú progresívne. Nie je potrebné detailne informovať o každom, pretože ochorenie môže, alebo aj nemusí mať vplyv na študentovu schopnosť efektívne študovať. V konkrétnych prípadoch, ak nie je istota o ochorení alebo jeho dôsledkoch na štúdium, treba sa spýtať študenta. Ten by mal byť schopný poskytnúť relevantné informácie. Nasledujúce choroby sú charakterizované preto, lebo sú jednak bežné a jednak často zle chápané.

Epilepsia je chronické mozgové ochorenie rôznej etiológie, charakterizované opakujúcimi sa záchvatmi so stratou vedomia. Záchvaty sú symptómom postihnutia, nie príčinou. Je veľa typov epileptických záchvatov. Môžu byť generalizované, teda tie, ktoré zasahujú celý mozog, a parciálne, pri ktorých je zasiahnutá iba určitá časť mozgu. Väčšina ľudí užíva lieky, ktoré stabilizujú zdravotný stav. Stresové situácie negatívne vplyvajú na zdravotný stav epileptikov a môžu vyvolávať záchvaty.

Niektorí ľudia mávajú krátke, päť- až pätnásťsekundové záchvaty, známe ako výpadky vedomia. Tieto človeku zvyčajne nespôsobia stratu svalového tonusu a môžu prebehnúť bez toho, aby si ich ľudia v blízkosti všimli. Epileptik sa im zdá jednoducho zasnívaný. Môže to znamenať, že postihnutej osobe nechceme ujsť niekoľko (náhodných) častí vety alebo rozprávania, a tak môže pokladať stretnutie za mätúce, pretože jej chýbajú kľúčové body rozhovoru.

Keď človek dostane silný krčovitý záchvat, úplne stratí vedomie. Ľudia nablízku môžu pomôcť, aby sa pri záchvate neporanil pádom a aby mu nezapadol jazyk. Je vhodné, aby bol v stabilizačnej (kľudovej) polohe, kým nenadobudne vedomie. Nikdy sa ho nesnažme "krotiť", alebo mu niečo vkladať do úst, čo by mohol prehryznúť, prípadne sa pridusiť. Pri nekřcovitých záchvatoch sa dá urobiť málo - odvieť postihnutého z nebezpečenstva - ak je dezorientovaný a jemne ho upokojiť. Mnoho ľudí s epilepsiou máva záchvaty v noci, ich denné aktivity nebývajú zasiahnuté.

Fotosenzitívna epilepsia je zriedkavá forma epilepsie, pri ktorej bývajú záchvaty vyvolané mihotavými/ blikavými svetlami a niektorými vzormi.

Cukrovka (diabetes mellitus) postihuje okolo dvoch percent populácie. Ľudia s cukrovkou majú poruchu látkovej premeny, ktorá má za následok nedostatočnú tvorbu a zlé hospodárenie s inzulínom, udržiavajúcim hladinu cukru v krvi. Diabetes môže byť liečený diétou, celkovou úpravou životosprávy. Pri závažnejších stavoch sa podáva inzulín v injekciách, čo dovoľuje človeku viesť plnohodnotný aktívny život. U niektorých ľudí sa toto ochorenie môže prejavovať premenlivosťou nálady, problémami v schopnosti sústrediť sa. Ak stav nie je stabilizovaný, môže viesť k ďalším komplikáciám, ako je napr. poškodenie zraku.

V prípadoch, keď sa veľmi zníži hladina cukru v krvi, je diabetik ospalý, zmätený a ak sa nedostane pomoc, môže upadnúť do bezvedomia. Preto by mal okamžite zjesť kúsok cukru alebo glukózu. Ak stratil vedomie, je potrebná už odborná lekárska pomoc.

Astma je čím ďalej tým častejším ochorením, hoci nie vždy je taká ťažká, aby vplývala na študentovo štúdium. Astmu môže ovplyvňovať stres, kvalita vzduchu a dokonca i chlad. V dňoch, keď je dýchanie zvlášť obtiažne, môže študentovi pomôcť počítač doma. Pri práci v laboratóriách alebo dielňach je potrebné zabezpečiť dobrú ventiláciu.

Choroby vplyvajúce na zdravie a schopnosť sústrediť sa/ vitalitu zahŕňajú meningoencefalopatiu, srdcovo-cievne ochorenia, alergické ochorenia, ochorenia krvi a ochorenia z porúch metabolizmu. Študent s niektorým z týchto ochorení môže byť určitú dobu vo fáze asymptomatickej, ale stres, nejaká nehoda, môžu spôsobiť, že zdravotný stav kolíše. Pri zhoršení zdravotného stavu potrebuje chorý oddych a kľudový režim.

Dôsledky pre štúdium

Prejavy všetkých vyššie uvedených chorôb môžu byť rôzne v závislosti od veku, okolností a často od hladiny stresu. Stresom býva najčastejšie zasiahnutá výdrž a odolnosť. To znamená, že dôležité budú: šetriaca práca, plánovanie rovnomernej pracovnej záťaže a možnosť

posúvania termínov. V niektorých prípadoch budú študenti potrebovať študijné voľno. Aby po návrate dobehli učivo a zvládli študijné požiadavky, budú potrebovať aj systém efektívnej podpory. V praxi sa osvedčuje individuálny študijný program.

Väčšina študentov si vyrieši prípadné požiadavky na začiatku štúdia a pokladá to za uspokojivé po celú dobu. Niektorým študentom s progredujúcim ochorením sa však potreby menia, a teda budú potrebovať meniť svoj podporný program v priebehu štúdia.

Väčšina študentov s týmito ochoreniami sa nepokladá za "postihnutých", neradi hovoria o svojom zdravotnom stave a o špeciálnu podporu môžu požiadať až neskôr, keď ich ťažkosti pri štúdiu prerastú do problémov, ktoré nie sú schopní riešiť vlastnými silami. Niektorí sa mohli v minulosti stretnúť s predsudkami a negatívnymi reakciami okolia. Preto je zvlášť dôležité, aby publikované materiály vzdelávacej inštitúcie jasne uviedli, že študentom s týmito skrytými postihnutiami bude poskytovaná podpora.

Všeobecné stratégie

Treba rátať s tým, že niektorí študenti môžu potrebovať miesto, kde budú mať súkromie, aby si mohli vziať lieky, vrátane injekcií. Ak tento úkon vyžaduje asistenciu ďalšej osoby, treba kontaktovať zdravotnícke zariadenie. Ďalší môžu potrebovať miestnosť na odpočinok počas dňa, ak bývajú ďalej od miesta ich denného štúdia, alebo môžu potrebovať odvoz domov taxíkom, ak sa príliš unavia.

Pre viacerých študentov bude dôležitá diéta, prípadne budú jesť v špecifických časoch. Vhodné je umožniť im prístup k chladničke, aby si pomohli pri dodržiavaní diéty.

Pri niektorých študentoch treba uvažovať aj o otázkach zdravia a bezpečnosti. Ľudia so zdravotnými problémami zvyknú mať realistické predstavy o svojich obmedzeniach, ale s niektorými treba prediskutovať bezpečnosť istých činností, ako sú napr. laboratórne práce. Pracovníci a študenti, ktorí sú s danou osobou v najbližšom kontakte, majú byť informovaní, že je medzi nimi študent s narušeným zdravím, resp. s postihnutím, aby mu v aktuálnom prípade vedeli pomôcť.

Technológia

Viacerým študentom bude vyhovovať študovať doma, aby si šetrili energiu na čas, keď sa naozaj potrebujú zúčastniť prednášok či seminárov. Budú využívať osobný počítač, prípadne modem, aby mohli ľahko komunikovať s učiteľmi a spolužiakmi. Pre ďalších môže byť skôr užitočné nahrávať si prednášky (alebo mať niekoho, kto im robí poznámky), než aby si robili poznámky sami. Niekoľkí s fotosenzitívnou epilepsiou budú potrebovať špeciálne VDU obrazovky alebo filter obrazoviek.

Učebné stratégie

Ako pre všetkých študentov s postihnutím, aj pre študentov so zdravotnými ťažkosťami je užitočná bližšia spolupráca s pracovníkmi vzdelávacej inštitúcie. Nasledujúce návrhy ponúkajú niektoré všeobecné odporúčenia pre vyučujúcich:

- Na niekoho, napr. na ľudí s astmou, môže nepriaznivo vplyvať stres z nových situácií alebo časový tlak. Je užitočné všetko, čo napomôže, aby sa študenti cítili v pohode a sebaistí. Dôležité je tiež pomáhať študentom pripraviť sa na úlohy a skúšky.
- Ak schopnosť sústrediť sa kolíše, alebo je študent stresovaný, je vhodné umožniť mu posunutie termínov odovzdania úloh/ robenia skúšok.
- Na niektoré ťažkosti má vplyv prostredie. Napríklad prach, dym alebo vlhkosť môžu vyvolať astmatický záchvat. V niektorých prípadoch bude potrebné nájsť náhradné miesta na vyučovanie.
- Študenti, pre ktorých je robenie poznámok ťažké alebo unavujúce, môžu požiadať o nahrávanie prednášok alebo seminárov. Je vhodné umožniť im to.
- Študijné cesty, povinná prax, exkurzie, môžu vyžadovať individuálne plánovanie. Nie je vylúčené, že nepravidelné prestávky na jedlo a odpočinok, rovnako ako mimoriadny stres z cestovania, spôsobia niektorým študentom ťažkosti.

- Tiež skúšky a ich výsledky spôsobujú ďalší stres. Určite pomôže, ak sa študentom umožnia počas skúšok krátke prestávky (vrátane prestávok na jedenie), ktoré neskrátia čas určený na zodpovedanie otázok.
- V extrémnych prípadoch môže niektorým študentom pomôcť, ak budú môcť skladať skúšku doma alebo v nemocnici.
- [Dyslexia - základné informácie](#)

Dyslexia je vážnou biologicky podmienenou poruchou učenia a je najrozšírenejším postihnutím (v európskych krajinách okolo 4 - 8% žiakov ZŠ). Je oficiálne uznaná ako postihnutie (podobne ako mentálne, telesné a zmyslové postihnutie) v prevažnej väčšine európskych krajín i v Amerike a dyslektikom je poskytovaná všestranná pomoc, vrátane finančnej, najmä pri štúdiu (približne na úrovni pomoci nevidiacim - napr. USA, Kanada, Švédsko, UK) Na Slovensku dyslexia nemá štatút postihnutia/ handicapu, považuje sa za špecifickú poruchu učenia.

Z hľadiska zvolenia správneho pedagogického postupu pri vzdelávaní žiakov/ študentov so špecifickými poruchami učenia je potrebné včasné diagnostikovanie zo strany učiteľov a pedagogicko-psychologických poradní - o aký druh poruchy ide (dyslexia - vývinová porucha čítania, dysgrafia - porucha písania, dyskalkúlia - vývinová porucha počítania, dysortografia - problémy s chápaním a uplatňovaním pravidiel pravopisu). Tieto poruchy nezasahujú celkové akademické schopnosti, ale sťažujú učenie. Hoci niektorí ľudia môžu mať výrazné ťažkosti, ostatní sa do času začatia vyššieho vzdelávania naučia stratégie ich zvládania. To však neznamená, že ich podstatné ťažkosti zmiznú. U niektorých nemusia byť ich poruchy diagnostikované pred nástupom vyššieho vzdelávania možno preto, že ich vlastné zvládacie stratégie boli dostacujúce, aby prešli školou.

Využívanie špeciálneho prístupu a metód už od začiatku vzdelávacieho procesu (základy už v predškolskom veku) môžu teda viesť k dobrým výsledkom pri podpore alternatívnych študijných zručností a stratégií, ktoré pomáhajú zvládať daný problém. V prípadoch, ak sa tomuto problému nevenuje pozornosť (veľmi častá prax aj v našich podmienkach), žiak napriek vynaloženému úsiliu nedosahuje očakávané študijné výsledky, môže byť zo strany učiteľov a rodičov považovaný za lenivého alebo hlúpeho a vystavený posmechu spolužiakov. Negatívna odozva okolia, ktorú nedokáže ovplyvniť, potom neraz môže viesť u dyslektika k vážnym psychickým poruchám (depresia, apatia, alebo neakceptovateľné správanie s antisociálnymi až kriminálnymi prejavmi). Viaceré výskumy dokazujú, že väčšina psychických a emocionálnych porúch u dyslektikov vznikla práve ako následok traumatických skúseností z "boja s písmenami".

Výsledky výskumov tiež potvrdzujú, že dyslexia je veľmi často kombinovaná s vysokou inteligenciou, kreatívnym myslením a umeleckým talentom, vysoko prekracujúcim bežný priemer (niekoľko veľkých génirov boli dyslektici). Aj to je jeden z dôvodov, prečo týmto žiakom/ študentom treba venovať pozornosť ako ľuďom so špeciálnymi potrebami - aby mali príležitosť rozvinúť svoje danosti, inteligenciu a talent, aby neboli v dôsledku slabšej informovanosti, nekvalifikovaného prístupu, resp. ignorancie kompetentných vystavení stresu a negatívnym reakciám okolia.

Pri štúdiu dyslektikov pritom odporúčame:

Diagnostikovanie

Študenti s dyslexiou by mali mať diagnostické posúdenie nie staršie ako dva roky. Odporúčame, aby toto hodnotenie zahrnalo:

- detaily charakteru akýchkoľvek významných ťažkostí pri čítaní, písaní, hláskovaní, matematike a práci s číslami (ak je to vhodné) s využitím súčasných štandardizovaných testov a odborne stanovených procedúr kdekolvek je to možné,
- evidenciu akýchkoľvek kognitívnych alebo neurologických porúch (napríklad pri pamäti, vizuálnom vnímaní, fonologickom spracovaní alebo motorickej koordinácii), ktoré môžu mať nepriaznivý efekt na učenie,
- spôsob a mieru, do akej vyššie uvedené pravdepodobne ovplyvňuje učenie,
- dôkaz, že tieto ťažkosti nie sú zapríčinené nedostatkom inteligencie, motivácie alebo nedostatkom skúseností v písanej a hovorenej reči.

Diagnostické hodnotenie by mal vykonať psychológ/ pedagogický psychológ/ špeciálny pedagóg s kvalifikáciou pre špeciálne poruchy učenia. Na základe diagnostiky by mali príslušní odborníci navrhnúť užitočné spôsoby uspokojovania špeciálnych potrieb v procese vzdelávania.

Väčšine študentov prospejú dodatočné konzultácie so špecialistom na dyslexiu. Tieto konzultácie sa pritom nedotýkajú predmetu/ obsahu študentovho štúdia, ale sa zameriavajú na všeobecnejšie otázky týkajúce sa študentov so špecifickými poruchami učenia, ako sú alternatívne študijné zručnosti a stratégie opakovania, organizovanie pracovnej záťaže a zvládanie stresu. Pre dyslektických študentov je zvlášť vhodné kontaktovať sa so študentmi s podobnými ťažkosťami, aby sa podelili o svoje študijné techniky, alebo aby si poskytli vzájomnú podporu v svojpomocných skupinách.

Technické vybavenie

Pre študentov s poruchami písania môže pri písomných prácach vhodne poslúžiť počítač (PC), ktorý poskytuje nielen citateľný výstup, ale aj možnosť kontroly pravopisu. Hlasový výstup z počítača precíta, čo je napísané a dovoľuje študentovi reorganizovať prácu v jej priebehu. Pre dyslektikov je dôležité vedomie, že o tieto aspekty "je postarané", a to im dovoľuje sústrediť sa skôr na vyjadrovanie svojich myšlienok než na trápenie sa s mechanizmami písania.

Vo svete existuje množstvo rozličných dostupných počítačových programov, niektoré z nich, napr. Texthelp, sú špeciálne vytvorené pre dyslektických používateľov PC. Je možné adaptovať ich na naše jazykové prostredie, alebo - čo je aktuálne najmä v súvislosti s projektom INFOVEK - iniciovať tvorbu pedagogického a podporného software aj pre používateľov so špeciálnymi potrebami.

Niektorí dyslektici môžu využívať podobné technické vybavenie ako študenti s poškodením zraku, napr. diktafón/magnetofón na prednáškach, scanner a zvukové karty k PC. Základným predpokladom však je, že popri dostupnosti technických pomôcok sú vybavení aj zodpovedajúcimi technickými zručnosťami, ktoré im dovoľujú samostatne a efektívne využívať techniku.

Študijná literatúra

Odporúča sa včasná informovanosť o študijnej literatúre. Poskytnutie zoznamov literatúry v dostatočnom predstihu - s označením titulov, ktoré by mali mať prioritu, môže študentom pomôcť naplánovať si štúdium a pracovať s textami dlhší čas. Študentom, pre ktorých je ťažké robiť si poznámky a súčasne počúvať, pomôže, ak mu prednášateľ poskytne text prednášky pred vyučovaním - napríklad na diskete.

Učebné stratégie

Tak ako pri ostatných študentoch s postihnutím, aj mladí ľudia so špecifickými poruchami učenia sa budú spoliehať na pozitívne postoje a spoluprácu školy, na ktorej študujú. Nasledujúce riadky poskytujú všeobecné odporúčania pre vyučujúcich:

- Ľudia so špecifickými poruchami učenia nie sú viditeľne postihnutí, preto často dostávajú menej podpory než ľudia s telesným alebo zmyslovým postihnutím.
- Študenti môžu potrebovať na úlohy dlhší čas a ak je potrebné zvládnuť niekoľko úloh za krátku dobu, ocenia pohyblivý časový rámec na plnenie študijných povinností,

prelženie dostupného času. V ich prípade nie je vhodné preverovať nové poznatky (práve vysvetlenú látku), potrebujú dlhší čas na "uloženie" nových poznatkov.

- Pre niektorých študentov je najvhodnejšie robiť si zvukovú nahrávku prednášky/vyučovania, ako aj iných aktuálnych stretnutí. Hoci to môže učiteľov spočiatku iritovať, je dôležité dovoliť im to.
- Poskytnutie zoznamov literatúry vopred je vhodné pre tých, ktorí si potrebujú dať materiály spracovať do zvukovej formy, alebo ktorým čítanie trvá dlhšie.
- Väčšina dyslektikov nemá pri štúdiu problému, ak dostáva a poskytuje informácie v zvukovej forme. Môžu uprednostňovať to, že im budú skúšobné otázky prečítané, alebo pri skúškach využijú zapisovateľa. V prípadoch, keď je to možné, je vhodné nahradiť písomnú formu skúšky ústnou. Treba klásť priame a zreteľné (jednoznačné) otázky. Zbytočne abstraktný alebo umelý jazyk môže byť mätúci.
- U študentov so špecifickými poruchami učenia sa ich porucha môže zhoršovať stresom. Predĺženie času pri skúškach a iných formách hodnotení (odpovede), ktoré umožní pozorné prečítanie otázky a korigovanie rukopisu, a flexibilita pri určovaní termínov na vypracovanie úloh to pomáhajú zmierniť.
- V prípade písomnej skúšky môže študent so špecifickými poruchami učenia uprednostňovať použitie počítača. V prípade, že má zodpovedajúce technické zručnosti, malo by mu to byť umožnené. Treba potom rátať s predĺžením času, aby mohol vykonať kontrolu pravopisu a napísané vytlačiť (alebo odovzdá na diskete).
- U študentov, ktorí majú záujem pokračovať v štúdiu na VŠ, sa predpokladá určitá úroveň komunikačných, sociálnych, technických a akademických zručností. V prípade dyslektikov sú potrebné vyhovujúce techniky zvládania práce s informáciami - alternatívne formy.
- Velmi dôležitá je voľba odboru štúdia/povolania - predpokladá sa spolupráca s psychológom/poradenským pracovníkom z oblasti profesijného poradenstva.
- Pri prijímacích skúškach na vysokú školu navrhujeme konzultovať vyhovujúcu formu skúšky s uchádzačom, rešpektovať ním navrhovanú formu, aby sa mu zbytočne nezvyšoval stres. Najvhodnejšie je použiť postup ako u nevidiaceho uchádzača.
- nahradiť písomnú formu skúšky ústnou, alebo
- zabezpečiť asistenta, ktorý predčíta písomné zadanie a zaznačí odpoveď s možnosťou spätnej kontroly; v tomto prípade treba rátať s predĺžením času na vypracovanie až do výšky 100 %.