

Přístupy a doporučení pro distanční výuku u studujících se specifickými potřebami a dalším znevýhodněním

Anna Kucharská a kol.



**PEDAGOGICKÁ
FAKULTA**
Univerzita Karlova

Přístupy a doporučení pro distanční výuku u studujících se specifickými potřebami a dalším znevýhodněním

Anna Kucharská a kol.



Univerzita Karlova, Pedagogická fakulta
Praha, 2021

Recenzovaly:

Doc. PhDr. Lea Květoňová, Ph.D.

Mgr. Barbora Čalkovská

Materiál je součástí publikace:

DISTANČNÍ VZDĚLÁVÁNÍ JAKO NÁSTROJ ROZVOJE VYSOKÝCH ŠKOL.

Distanční vzdělávání a blended learning – obecná doporučení a návody.

Hlavní manažerka centrálního rozvojového projektu:

PhDr. Lucie Rohlíková, Ph.D.

Hlavní koordinátoři projektu za Univerzitu Karlovu:

prof. MUDr. Milena Králíčková, Ph.D. a MUDr. Josef Fontana

Hlavní koordinátorka projektu za Rektorát Univerzity Karlovy:

Mgr. Pavla Satrapová

Autoři publikace:

Martin Bílek, Igor Červený, Josef Fontana, Jan Jindra, Jana Kočí, Milena Králíčková, Anna Kucharská, Zbyněk Tonar, Martin Vejražka

Grafické zpracování:

Robin Martenek

Partneři projektu:

Projekt spojil 25 vysokých škol, aby společně sdílely zkušenosti a systematicky pracovaly na rozšiřování nabídky a zlepšování kvality distančního vzdělávání a blended learningu v České republice. Publikace vznikla v rámci centrálního rozvojového projektu Distanční vzdělávání jako nástroj rozvoje vysokých škol. Jednotlivé partnerské vysoké školy v rámci tohoto projektu vytvářely svou koncepci distančního vzdělávání a blended learningu, zvyšovaly specifické kompetence svých pracovníků a připravovaly konkurenceschopnou a flexibilní nabídku studia.

Publikace je určena ke vzdělávacím a metodickým účelům. Je také zveřejněna formou webového rozhraní na: www.rdvs.cz

Vznik publikace byl podpořen rozvojovým projektem Distanční vzdělávání jako nástroj rozvoje vysokých škol (číslo projektu C33-2021).

Univerzita Karlova, 2021

ISBN: 978-80-7603-293-4

***Tato metodická publikace k podpoře studentů
se specifickými potřebami vznikla ve spolupráci autorského týmu:
Anna Kucharská, Lenka Dobešová, Kateřina Holubová, Tereza Hradilová,
Andrea Hudáková, Kristýna Janyšková, Monika Kadrnožková, Ivan Kačur,
Simona Kostelanská, Olga Kučerová, Pavla Presslerová, Hana Sotáková,
Klára Špačková, Pavlína Šumníková, Šárka Vohlídalová,
Anna Vozková, Blanka Štefaničová***

Poděkování:

Děkujeme všem kolegům z vysokých škol, kteří přispěli materiálu svými zkušenostmi, podněty a připomínkami. Zvláštní poděkování recenzentům za jejich podnětné připomínky.

Obsah

Úvod	11
1. Podpora studentů se specifickými potřebami při studiu na vysoké škole a v době distančního vzdělávání	15
1.1 Obecné informace k podpoře studentů se SP ve vysokoškolském vzdělávání	15
1.2 Jak užívat pojmy spojené se specifickými potřebami, aneb předsudky a mýty vůči osobám s postižením	20
1.3 Dopady online výuky na studující se specifickými potřebami – doporučené přístupy (v obecné podobě)	22
1.4 Sledování průběhu distanční výuky u vysokoškoláků i u studujících se specifickými potřebami – nové perspektivy	31
2. Zátěž, stres a psychické zdraví ve vysokoškolském vzdělávání	39
2.1 Úvod	39
2.2 Pár informací o stresu – proč ho zažíváme a jak nás ovlivňuje	40
2.3 S čím se potýkají studující se specifickými potřebami – zdroje stresu navíc	41
2.4 Jak nás stres ovlivňuje a jak ovlivňuje vysokoškolské vzdělávání	44
2.5 Prokrastinace	46
2.6 Zvýšená únava v online prostředí	48
2.7 Copingové strategie	49
2.8 Sociální opora	51
2.9 Podpora psychického zdraví v době distanční výuky	52
2.10 Závěr	55
Literatura	57
3. Distanční výuka u vysokoškolských studentů se zrakovým postižením	63
3.1 Popis skupiny, základní terminologie, dopady na vzdělávání	63
3.2 Specifické těžkosti studentů této skupiny v online výuce/při distančním vzdělávání (s rozlišením A1/A2)	69
3.3 Podpůrné technické/technologické přístupy k modifikacím v online výuce	70

3.4 Podpůrné přístupy vyučujících, modifikace výuky – před výukou, ve výuce, při atestování	76
3.5 Přístupy studentů – jak se na výuku připravit, o co a jak žádat, co pomáhá ve výuce, jak na zpracování úkolů ve výuce i pro atestování, jak na atestování	78
3.6 Další doporučené přístupy	80
3.7 Závěr	84
Literatura	84

4. Distanční výuka vysokoškolských studentů se sluchovým postižením	85
4.1 Popis skupiny, základní terminologie, dopady na vzdělávání	85
4.2 Specifické těžkosti studentů této skupiny v online výuce/při distančním vzdělávání	89
4.3 Technické/technologické přístupy k modifikacím v online výuce	93
4.4 Podpůrné přístupy vyučujících, modifikace výuky – před výukou, ve výuce, při atestování	103
4.5 Přístupy studentů – jak se na výuku připravit, o co a jak žádat, co pomáhá ve výuce, jak na zpracování úkolů ve výuce i pro atestování, jak na atestování atd.	106
4.6 Další doporučené přístupy/další možnosti podpory	111
4.7 Závěr	111
Literatura	112

5. Distanční výuka u vysokoškolských studentů s pohybovým postižením	115
5.1 Studenti s pohybovým postižením – základní terminologie, dopady na vzdělávání, specifické potřeby	115
5.2 Specifické těžkosti studentů této skupiny v online výuce/při distančním vzdělávání (s rozlišením C1/C2 a jednotlivých typů postižení)	121
5.3 Podpůrné technické/technologické přístupy k modifikacím v online výuce	123
5.4 Podpůrné přístupy vyučujících, modifikace výuky – před výukou, ve výuce, při atestování	124
5.5 Přístupy studentů – jak se na výuku připravit, o co a jak žádat, co pomáhá ve výuce, jak na zpracování úkolů ve výuce i pro atestování, jak na atestování	128

5.6 Další doporučené přístupy studentům/další možnosti podpory	131
5.7 Závěr	131
Literatura	132
6. Distanční výuka u vysokoškolských studentů se specifickými poruchami učení	133
6.1 Studenti se specifickými poruchami učení – základní terminologie, dopady na vzdělávání, specifické potřeby	133
6.2 Specifické těžkosti studentů této skupiny v online výuce/při distančním vzdělávání	144
6.3 Podpůrné technické/technologické přístupy k modifikacím v online výuce	148
6.4 Podpůrné přístupy vyučujících, modifikace výuky – před výukou, ve výuce, při atestování	151
6.5 Přístupy studentů – jak se na výuku připravit, o co a jak žádat, co pomáhá ve výuce, jak na zpracování úkolů ve výuce i pro atestování, jak na atestování	153
6.6 Další doporučené přístupy	157
6.7 Závěr	158
Literatura	159
7. Distanční výuka u vysokoškolských studentů s poruchou autistického spektra	161
7.1 Popis skupiny, základní terminologie	161
7.2 Specifické těžkosti studentů s PAS na VŠ	165
7.3 Podpůrné technické/technologické přístupy k modifikacím v online výuce	169
7.4 Podpůrné přístupy vyučujících, modifikace výuky – před výukou, ve výuce, při atestování	170
7.5 Doporučení pro studenty s PAS při distanční výuce	173
7.6 Další doporučené přístupy – kde hledat pomoc?	176
7.7 Závěr	177
Literatura	177
8. Distanční výuka u vysokoškolských studentů s jinými obtížemi	179
8.1 Studenti s jinými obtížemi – základní terminologie, dopady na vzdělávání, specifické potřeby	179

8.2	Specifické těžkosti studentů této skupiny v online výuce/při distančním vzdělávání (dle jednotlivých typů problémů)	197
8.3	Podpůrné technické/technologické přístupy k modifikacím v online výuce	200
8.4	Podpůrné přístupy vyučujících, modifikace výuky – před výukou, ve výuce, při atestování	201
8.5	Přístupy studujících k distanční výuce	205
8.6	Další doporučené přístupy/další formy pomoci	210
8.7	Závěr	211
	Literatura	211

9.	Distanční výuka u studujících s ekonomickým či sociálním znevýhodněním (SEZ)	213
9.1	Popis skupiny, základní terminologie, dopady na vzdělávání	213
9.2	Specifické těžkosti studentů této skupiny v online výuce / při distančním vzdělávání	216
9.3	Podpůrné technické/technologické přístupy k modifikacím v online výuce	218
9.4	Podpůrné přístupy vyučujících, modifikace výuky – před výukou, ve výuce, při atestování	219
9.5	Přístupy studentů – jak se na výuku připravit, o co a jak žádat, co pomáhá ve výuce, jak na zpracování úkolů ve výuce i pro atestování, jak na atestování	219
9.6	Další doporučené přístupy/další možnosti podpory	219
9.7	Závěr	220
	Literatura	220

Úvod

Předložený materiál si klade za cíl informovat vyučující, ale i samotné studenty se specifickými potřebami¹ o možnostech podpory a modifikací v době distanční výuky. Protože je potřeba myslet na variabilitu studentů se speciálními potřebami a na různé přístupy ke studiu v době distanční výuky, které se již usadily a užívají se, ale i na obtíže spojené s online formami výuky, má naše metodická publikace širší charakter. Domníváme se, že nelze pouze podat v bodech doporučení, jak je potřeba výuku modifikovat a co konkrétně mají vyučující vysokých škol či studenti udělat. Naším záměrem je podat v jednom dokumentu základní údaje o potížích studentů se specifickými potřebami ve vysokoškolském studiu, podobně jako vzhled do přístupů, které mají kompenzační či rehabilitační charakter. Zmiňujeme proto i obecnější aspekty problematiky, které na jedné straně vyučujícím poskytnou důležité informace pro porozumění specifickým nárokům studentům se specifickými potřebami, a na straně druhé upozorní na možná rizika z hlediska studentů se specifickými potřebami i východiska pro jejich řešení.

Každá kapitola v naší publikaci má svůj autorský tým, který se podílel na přípravě podpůrného textu. Jednotlivé kapitoly mají velmi podobnou strukturu.

Publikace obsahuje nejprve úvodní kapitolu, která seznamuje čtenáře se základní terminologií a typologií specifických potřeb u studentů vysokých škol. Typologie, se kterou pracuje MŠMT², vychází z daného typu postižení/znevýhodnění, s důrazem na projevy a obtíže ve vysokoškolském studiu. V obecném rámci dále seznamuje s odbornými pracovišti vysokých škol, která se podporou studentů se specifickými potřebami zabývají a představuje jen velmi stručně základní podpůrná/servisní opatření. Zmíněny jsou i základní možnosti přístupů k distanční výuce u studentů se specifickými potřebami.

¹ Zatímco v preprimárním, primárním a sekundárním vzdělávání se pracuje s pojmem speciální vzdělávací potřeby (dle Zákona č. 561/2004 Sb., o předškolním, základním, středním, vyšším odborném a jiném vzdělávání), ve vysokoškolském vzdělávání se již pracuje s pojmem specifické potřeby, případně speciální potřeby. Přestože dle platné legislativy na Univerzitě Karlově používáme termín speciální potřeby, používáme v naší metodické publikaci více v České republice užívaný termín „specifické“ potřeby, se kterým ostatně pracuje také metodika MŠMT. Ve shodě s ní se také držíme maskulinního pojmu „studenti“ se specifickými potřebami, případně užíváme neutrální termín „studující“ se specifickými potřebami.

² Č. j. MSMT-351/2021-2 - Pravidla pro poskytování příspěvku a dotací veřejným vysokým školám Ministerstvem školství, mládeže a tělovýchovy pro rok 2021, dostupné z: <https://www.msmt.cz/vzdelavani/vysoke-skolstvi/pravidla-pro-poskytovani-prispevku-a-dotaci-verejnym-vysokym-2>

Situace, kterou naše společnost zažila v souvislosti s nouzovým stavem a lockdownem, stejně jako s odtržením jedinců od sociálních skupin a náročnými pracovními či studijními podmínkami, přinesla zvýšený výskyt psychických obtíží různého druhu. Ale i před zavedením distanční výuky bylo vysokoškolské studium pro mnoho studentů stresující. Nad rámec tématu jsme proto zařadili text ke stresu ve vysokoškolském prostředí, neboť jak se ukázalo, dobrá psychická kondice a péče o psychické zdraví je jedním z účinných faktorů úspěšného studia na vysoké škole, a to nejenom u studentů se specifickými potřebami a nejenom v době vynucené distanční výuky.

Od třetí kapitoly se již věnujeme studentům vysokých škol podle typologie, kterou používá MŠMT pro označení studentů se specifickými potřebami. Každá z nich podává vstupní charakteristiky, aby vyučující měli vhled do situací, které studenty tíží a které potřebují řešit – aby obstáli v daném předmětu a ve studiu vůbec, ale také, aby obstáli i v distanční výuce.

V rámci každé kapitoly, kterou věnujeme jedné kategorii studentů se specifickými potřebami (3-9), jsme se snažili dodržet podobnou strukturu textu. Zahajujeme ji úvodní teoretickou pasáží, která podává základní vhled do problematiky dané kategorie. Zpracováno je také téma dopadů do vzdělávání u studentů s konkrétními obtížemi. Jsou zmíněny i specifické potřeby studentů dané kategorie ve studiu a ve prospěch studia.

Následující podkapitola dává doporučení, jaké technické prostředky lze v distančním studiu na vysoké školy využívat a na co je potřeba myslet při organizaci studia u studentů s určitým druhem obtíží. Rozšířením je pak další podkapitola, která již podává konkrétní doporučení pro vyučující, jak ke studentům se specifickými potřebami v distanční výuce přistupovat a co jim pomáhá. Následující podkapitola je naopak směřována ke studentům (i když samozřejmě předpokládáme, že i předchozí texty budou pro ně podnětné), na co mají pamatovat, o co mohou žádat a co jim může v distanční výuce pomoci.

Jednotlivé kapitoly obsahují také odkazy na webové stránky, které danou problematiku rozšiřují a na odborné literární zdroje, které by mohli využít zejména vyučující vysokých škol pro další obeznámení se s širokou problematikou specifických potřeb.

Postupně se tedy seznámíme se všemi kategoriemi studentů se specifickými potřebami, na které pamatuje metodický materiál MŠMT, který upřesňuje možnosti péče a podpory. Zabývali jsme se ale také další skupinou, která si podporu při studiu zaslouží, a to studenty se socioekonomickým znevýhodněním, kterých se také distanční výuka významně dotkla.

Původním záměrem naší publikace bylo, že oddělíme texty, které budou

určeny pro vyučující a pro studenty. Nakonec jsme svůj záměr nedodrželi a ponecháváme text v jednoduše podobě, pro obě cílové skupiny. A to především z toho důvodu, že jsme si vědomi toho, že by vyučující měl vědět, co je doporučováno studentům. I studenti mohou vědět, jaká jsou naše doporučení pro vyučující. Domníváme se, že tak můžeme podpořit vzájemnou spolupráci a informovanost obou skupin.

Věříme, že náš materiál najde své čtenáře a že z něj budou čerpat nejenom vyučující studentů se specifickými potřebami a samotní studenti se specifickými potřebami, ale také další skupiny ohrožených studentů, kteří by tak mohli získat inspiraci, že i oni mohou při studiu využívat odborných poradenských služeb, které vysoké školy nabízejí všem studentům, kteří je potřebují.

Anna Kucharská a kolektiv pracovníků Univerzity Karlovy
V Praze, dne 11. 9. 2021

1. Podpora studentů se specifickými potřebami při studiu na vysoké škole a v době distančního vzdělávání

Anna Kucharská, Šárka Vohlídalová, Anna Vozková, Kristýna Janýšková, Monika Kadrnožková

1.1 Obecné informace k podpoře studentů se SP ve vysokoškolském vzdělávání

Studující se specifickými potřebami na vysokých školách

Na vysokých školách, v souladu s obecně platnými právními předpisy v České republice (*např. Listina základních práv a svobod ze dne 16. prosince 1992, čl. 26*), ale i v souladu s legislativou jednotlivých vysokých škol, studují studenti se specifickými potřebami. Univerzity poskytují podporu studentům i uchazečům se specifickými potřebami tak, aby byly vytvořeny podmínky pro úpravu studia a prostředí pro využití jejich maximálního potenciálu.

Poskytování služeb studentům se specifickými potřebami (či se specifickými nároky/speciálními potřebami, dle terminologie jednotlivých vysokých škol) a jejich financování je podpořeno i **Pravidly pro poskytování příspěvku a dotací veřejným vysokým školám MŠMT³** pro rok 2021. V daném dokumentu jsou mj. specifikovány standardy opatření poskytovaných studujícím vysokoškolákům v jednotlivých kategoriích zdravotního postižení.

Specifické potřeby jsou důsledkem interakce mezi zdravotním postižením nebo zdravotním stavem studenta a jeho studijním prostředím. Důležité je, že vycházejí výhradně z aspektů relevantních pro studium na vysoké škole. Diagnóza a medicínské hledisko jsou důležité jako vstupní kritérium, pro poskytování podpůrných opatření je však důležitější **tzv. funkční princip**.

Ten zohledňuje, že i v rámci stejných diagnóz a problémů mohou mít jednotlivci rozdílné potřeby a rozdílné silné stránky. Důležitý je tedy **praktický**

³ Č.j. MSMT-351/2021-2 - Pravidla pro poskytování příspěvku a dotací veřejným vysokým školám Ministerstvem školství, mládeže a tělovýchovy pro rok 2021, dostupné z: <https://www.msmt.cz/vzdelavani/vysoke-skolstvi/pravidla-pro-poskytovani-prispevku-a-dotaci-verejnym-vysokym-2>

dopad na činnosti související se studiem konkrétního oboru/programu. Z tohoto důvodu musí studující absolvovat tzv. **funkční diagnostiku**, aby bylo možné určit, do které kategorie studentů spadá a jaká konkrétní podpůrná opatření bude při studiu využívat dle metodiky MŠMT. Jednotlivé kategorie studentů se specifickými potřebami ukazují tabulka 1.

Tabulka 1. Kategorie studentů se specifickými potřebami dle metodiky MŠMT

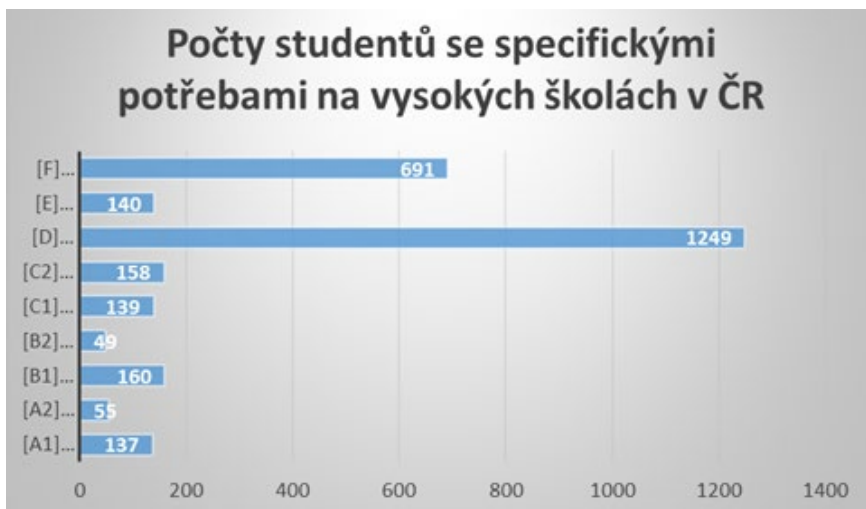
A	Student se zrakovým postižením
A1	uživatel zraku
A2	uživatel hmatu/hlasu
B	Student se sluchovým postižením
B1	uživatel mluveného jazyka
B2	uživatel znakového jazyka
C	Student s pohybovým postižením
C1	s postižením dolních končetin
C2	s postižením horních končetin
D	Student se specifickými poruchami učení
E	Student s poruchou autistického spektra
F	Student s jinými obtížemi – studující s psychickými poruchami, narušenou komunikační schopností, nebo chronickým somatickým onemocněním

Počty studentů se specifickými potřebami se na vysokých školách postupně zvyšují, což ukazuje na zvyšující se zájem o evidenci ze strany studentů, ale také možná na efektivitu nastavovaných opatření pro studium. Ze statistik MŠMT, zveřejněných na webu *Asociace poskytovatelů služeb studentům se specifickými potřebami na vysokých školách*, můžeme porovnat vývoj jejich počtu v čase:

- např. v roce 2012 bylo prostřednictvím statistik MŠMT evidováno 854 studentů se specifickými potřebami (z celkového počtu 303 121 studentů, tj. 0,28 %),
- zatímco v roce 2020 to bylo již 2916 studentů (z celkového počtu 263 498, tj. 1,1 %).

Z grafu 1 lze vyčíst rozložení studentů se specifickými potřebami dle příslušné kategorie v roce 2020. Nejpočetnější skupinou jsou studenti se specifickými poruchami učení (kategorie D) a studenti s jinými obtížemi (kategorie F).

Graf 1. Počty studentů se specifickými potřebami na vysokých školách v ČR



Zdroj: Peňáz (2021, 12. 9.)⁴

Většina vysokých škol či univerzit má své **vnitřní předpisy a opatření**, které upravují **poskytování služeb studentům se specifickými potřebami**. Doporučujeme čtenářům prostudovat konkrétní dokumenty dané instituce.

Například na Univerzitě Karlově se jedná o *Opatření rektora č. 23/2017, Standardy podpory poskytované studentkám/studentům a uchazečkám/uchazečům o studium se specifickými potřebami na Univerzitě Karlově*, na Masarykově univerzitě se jedná o *Směrnici MU č. 9/2014 O studiu osob se specifickými nároky na Masarykově univerzitě* a podobně.

Postupy a opatření ve prospěch studentů se specifickými potřebami mohou být v něčem odlišné, v jádru však mají **podobné principy**. Například školy zřizují **specializovaná pracoviště**, která zajišťují servis a podporu osob se specifickými potřebami. Jak k tomu jednotlivé instituce přistoupí, záleží na konkrétních institucích a také na počtu studentů se specifickými potřebami.

Na větších univerzitách obvykle fungují větší **specializovaná pracoviště**, k nim patří například Centrum Carolina (UK), Teiresias (MUNI), Alfons (VUT), Elsa (ČVUT) a další. Tato univerzitní centra či střediska podpory studentů se specifickými potřebami (dále jen univerzitní centra/střediska podpory SSP) koordinují služby a podpůrná opatření pro studenty a zároveň mohou nabídnout

⁴ www.ap3sp.cz

i informace vyučujícím v oblasti specifických potřeb. Přehled dalších specializovaných pracovišť je možné dohledat na webových stránkách *Asociace poskytovatelů služeb studentům se specifickými potřebami na vysokých školách*.⁵

Organizace podpory studujících se specifickými potřebami a podpůrná/servisní opatření

Organizace podpory studentů se specifickými potřebami závisí na tradici, aktuálním stavu, ale také na počtu studentů se specifickými potřebami.

Například na Univerzitě Karlově se postupně zvyšuje jejich počet, proměňují se i oblasti poskytované podpory. Protože má univerzita více fakult, fungují zde tzv. **kontaktní osoby na jednotlivých fakultách**⁶, které zodpovídají za podporu studentů na fakultní úrovni, komunikují se studujícími, vyučujícími a dalšími stranami, pokud je to potřeba. Systém organizace podpory na Univerzitě Karlově lze dohledat na uvedených stránkách a zahrnuje celou řadu centralizovaných i decentralizovaných služeb⁷, pro všechny kategorie studentů se specifickými potřebami. Na webových stránkách jednotlivých univerzit čtenář najde informace k příslušným formám podpory a službám pro studenty se specifickými potřebami.

Často zmiňovaným termínem jsou **podpůrná opatření** (dle MŠMT **servisní a organizační opatření**, případně se můžete setkat i s jinými názvy v rámci vysokých škol), což jsou formy podpory, které jsou studujícím se specifickými potřebami dostupné. Existují různá opatření, která jsou dána kategorií, do které student spadá a doporučením vzešlým z tzv. funkční diagnostiky. Studující přitom nemusí mít potřebu čerpat všechna opatření ze své kategorie.

Pokud určité opatření v dané kategorii studující potřebuje, měla by mu ho vysoká škola poskytnout. Škola může poskytnout služby i nad rámec metodiky MŠMT, pokud potřebnost těchto služeb vzejde z funkční diagnostiky studenta.

K daným opatřením dle Metodiky MŠMT patří například:

- zapůjčení a využívání pomůcek;
- individuální výuka a individuální studijní plán;
- adaptace studia;
- studijní a osobní asistence;
- prostorová orientace;
- nácvik studijních a pracovních strategií;
- tlumočnický a přepisovatelský servis;

⁵ <https://www.ap3sp.cz/podpora-pri-studiu-na-vs/adresar-odbornych-pracovist>

⁶ <https://centrumcarolina.cuni.cz/CC-66.html>

⁷ <https://centrumcarolina.cuni.cz/CC-25.html>

- časová kompenzace při plnění studijních povinností a kontrol studia.

Kromě služeb pro studenty se specifickými potřebami velmi často nabízejí vysoké školy a univerzity také další služby, jako například **psychologické a jiné poradenství, psychoterapeutické služby, sebezvojové kurzy a skupiny, konzultace zaměřené na plánování studia** apod. Ty mohou využívat jak studenti se specifickými potřebami, tak i všichni ostatní a jsou hrazeny jiným způsobem.

Podrobný popis podpůrných opatření lze dohledat v *Pravidlech pro poskytování příspěvku a dotací veřejným vysokým školám MŠMT* (článek 3).⁸

Funkční diagnostika a zařazení studenta mezi studenty se specifickými potřebami

Aby student nebo studentka mohli využívat služeb a podpůrných opatření dle metodiky MŠMT, je nutné, aby doložili vhodnou **zdravotní nebo psychologickou dokumentaci** a absolvovali **funkční diagnostiku**. Jedná se zpravidla o rozhovor se studentem, případně užití dalších metod, na základě kterých je zpracována zpráva, kde se zaznamenává, jaké specifické potřeby studující má, jak k němu přistupovat a jaká podpůrná opatření může čerpat. Poté dochází k evidenci studenta⁹ a nastává možnost čerpání služeb a forem podpory.

Posudek funkční diagnostiky lze **modifikovat kdykoli v průběhu studia**, podle aktuálního zdravotního/psychického stavu studenta nebo nově se objevujících specifických potřeb. Může jít o např. o změnu zdravotního/psychického stavu, přinášející požadavky na úpravu posudku, případně i nové nároky, které studium ve vyšších ročnících přináší.

Distanční výuka, se kterou se započalo v souvislosti s opatřeními proti onemocnění COVID-19, kladla na studenty se specifickými potřebami nové požadavky. Proto v některých případech bylo nutné, aby již evidovaný student požádal o **úpravu posudku právě z důvodu distanční výuky** – samozřejmě ne všichni studenti to potřebovali či této možnosti využili. Z našich zkušeností vyplývá, že toho využila spíše menší skupina studentů se specifickými potřebami. Náš materiál si klade za cíl informovat vyučující i studenty se specifickými potřebami na vysokých školách o specifických nárocích studentů dané kategorie v distanční výuce, ale také dát náměty, co by studujícím se specifickými potřebami konkrétně mohlo pomoci. Konkretizace těchto možností je uvedena v příslušných kapitolách našeho materiálu (konkrétně kapitoly 2-7).

⁸ <https://www.msmt.cz/file/54834/>

⁹ Aby bylo možné čerpat na studenta se specifickými potřebami zvýšené finanční prostředky, musí být tyto podmínky splněny do 31. října daného akademického roku.

1.2 Jak užívat pojmy spojené se specifickými potřebami, aneb předsudky a mýty vůči osobám s postižením

„Kvalita vztahu majoritní společnosti vůči lidem se zdravotním postižením bývá poznamenána nejen nedostatkem informací, nýbrž také existencí předsudků a mýtů, které z nedostatku informací pramení.“ (Michalík, 2011).

Účelem textu v této části kapitoly je mimo jiné vybavit čtenáře základním povědomím o životní realitě studentů s postižením a poukázat na možné předsudky, se kterými se tito studenti mohou setkávat (jak na půdě univerzity, tak v každodenním životě). Právě uvědomění uvedeného může mít za cíl změnu případného nevhodného předsudečného nastavení jak v nás samotných, tak i v ostatních lidech, se kterými student během svého studia přichází do kontaktu.

Nejčastějšími jsou předsudky:

- Podceňující: lidé s postižením si zaslouží politování a soucit, jsou bezmocní a závislí na pomoci druhých, tj. těch „pomáhajících“, kteří nejlépe vědí, co je pro ně nejlepší; „lidé s postižením si zaslouží soucit a politování např. (lidé se zrakovým postižením proto, že jsou bezmocní, nemožoucí, žijí ve světě tmy...)”.
- Odmítavé: lidé s postižením jsou neužiteční, zatěžující, neproduktivní, a tudíž parazitující, postižení je pro ně trest.
- Protektivní (ochranné): „...lidé s postižením potřebují ochranu; ... jsou tak opuštěni, neobejdou se bez naší pomoci”.
- Hostilní: lidé s postižením mají mnoho neoprávněných a nezasloužených výhod; „...mají samé výhody; ...mají všechno zadarmo; ...kdo se má na ně dívat; ...jen na ně doplácíme.”

Předsudky mohou být však také „pozitivní“:

- Idealizující: „lidé se zrakovým postižením mají chybějící smysl kompenzován zbystřením ostatních smyslů, jsou mravně lepší než ostatní.”
- Heroizující: život s postižením je hrdinstvím, mravní výzvou ostatním a zaslouží si obdiv; „...nikdo by nedokázal to, co oni, všechno skvěle zvládají, nepotřebují žádnou pomoc” (Michalík, 2011).

Terminologie a nejčastější terminologické nešvary

Nedílnou součástí podpůrného procesu, ze které vlastně celý proces podpory vyrůstá, je terminologie. Již samotný způsob, jakým o studentovi uvažujeme,

a zejména jakým o něm hovoříme, významně ovlivňuje chování jak nás samotných, tak samozřejmě i okolí a zejména samotného studenta. Zejména v případech, kdy student své postižení zcela nepřijal, může nevhodně zvolené slovo přinést zklamání, stud či dokonce přerušit slibně nastartovaný proces podpory. Student k nám bude mít důvěru pouze tehdy, bude-li se cítit respektovaný, a to na všech úrovních, včetně té komunikační. Níže uvádíme některá doporučení, jak se studenty a o studentech s pohybovým postižením hovořit. Zároveň jej prosím neberte zcela dogmaticky – každý student je jiný a vyhovuje mu něco jiného.

Tabulka 2. Vhodný versus nevhodný jazyk v označování studentů se specifickými potřebami	
Studenti se sluchovým postižením	
Nevhodný jazyk	Vhodný jazyk
<i>Naši fakultu navštěvují dva sluchově postižení. / ... navštěvují dva sluchově postižení studenti.</i>	<i>... dva studenti se sluchovým postižením.</i>
<i>Je hluchý (hluchoněmý)</i>	<i>Student je neslyšící/má sluchové postižení.</i>
Studenti s tělesným postižením	
Nevhodný jazyk	Vhodný jazyk
<i>Vozíčkář, invalida. Naši fakultu navštěvuje vozíčkář. Upoután na vozík. Je na vozíku/používá vozík.</i>	<i>Student na vozíku (s přiznanou invaliditou). Naši fakultu navštěvuje student na vozíku.</i>
Diagnóza	
Nevhodný jazyk	Vhodný jazyk
<i>Trpí... Student trpí psychickým onemocněním/trpí epilepsií.</i>	<i>Je/má diagnózu... Student má psychické onemocnění/má epilepsii/má diagnózu epilepsie.</i>

„Úcta je vyjádřením vědomí hodnoty člověka a musí být zniternělá, aby pronikla do myšlení a prožívání pomáhajícího tak silně, že potom navenek vyzařuje z každého jeho slova (např. z pozdravení, oslovení, hodnocení), činu (vstup do místnosti, zadání úlohy, poskytnutí nutné pomoci), postoje (vyjádření očekávání, důvěra, dávání potřebného času, trpělivost) a metod pomoci (volba úkolu, k jehož zvládnutí je třeba snaha, ale je dosažitelný, respektování momentálního stavu a možností atd.)“ (Lechta, 2010 in Michalík et al., 2011).

1.3 Dopady online výuky na studující se specifickými potřebami – doporučené přístupy (v obecné podobě)

Distanční výuka na vysokých školách

Distanční výuka, která byla na vysokých školách zavedena v souvislosti s preventivními epidemiologickými opatřeními proti šíření onemocnění COVID-19, nebyla metodicky řízena a sledována ze strany MŠMT v tak velké míře jako např. v primárním a sekundárním vzdělávání (samozřejmě kromě základních regulačních výnosů, které nastavovaly základní pravidla, jak se má výuka realizovat podle aktuálního stavu epidemie). **Pokyny k distanční výuce a její realizaci nastavovaly jednotlivé vysoké školy** s tím, že zpravidla umožňovaly volbu mezi jednotlivými platformami a využívání dalších interaktivních programů pro vyučující.

Zatímco v prvním semestru, kdy se distanční výuka realizovala (tedy letní semestr akademického roku 2019/20), panovaly určité disproporce v zajištění, a i v kvalitě distanční výuky, o zimním semestru 2020/21 se již dá hovořit jako o období s dobrým zajištěním distanční výuky, jak ukazují i některé provedené průzkumy realizované jednotlivými vysokými školami (např. Wildová, 2021). Postupně se také ve větší míře začalo diskutovat o nutnosti **více sledovat potřeby studujících se specifickými potřebami** a začaly vznikat první metodické materiály, které si kladly za cíl dávat alespoň základní doporučení, jak uzpůsobit distanční výuku pro tuto skupinu studentů (např. kol., 2020).

V této kapitole shrneme obecné principy, které vstupují do přípravy distanční výuky u studujících se specifickými potřebami.

Doporučené obecné přístupy ke studujícím se specifickými potřebami

Zřejmě není příliš nutné popisovat, že mezi studujícími se specifickými potřebami je velká **variabilita**. Vychází ze samotných typů postižení/znevýhodnění, ale také z osobnosti studujících, jejich zkušeností i schopností zvládat náročné situace. Jak se ukázalo v rámci distanční výuky, studenti se specifickými potřebami **mohou být více ohroženi** tím, že nemají možnost osobního setkávání a možnost řešit potíže na základě osobní komunikace. Mohou pociťovat obavy či dokonce strach ozvat se a požadovat specifický přístup, který jim z titulu jejich specifických potřeb může napomoci zvládnout distanční vzdělávání.

Základním pravidlem pro úspěšné studium studujících se specifickými

potřebami je, aby měli **dostatek informací jak k samotnému studiu**, tak k **modifikacím**, které jim mohou pomoci vyrovnávat jejich znevýhodnění. A modifikace se **týkají nejenom prezenční výuky, ale měly by být poskytovány i v průběhu distanční výuky** – synchronní i asynchronní (s uplatněním specifických přístupů dle potřeb studujících se zdravotním postižením/znevýhodněním).

Distanční výuka, tak jak jsme ji zažili v minulých letech, byla náročnou situací pro všechny zúčastněné – jak studující, tak i vyučující. Po téměř dvou letech můžeme reflektovat pozitivní zkušenosti a specifikovat doporučení, která mohou studentům se specifickými potřebami pomoci ve **zvládnání nároků distanční výuky**.

Včasné informace a vhodná platforma výuky

První pravidlo, které bychom mohli identifikovat, je, aby se ke **studentovi dostala včas informace o konkrétní platformě, kde bude výuka probíhat a také odkaz na webové stránky, které lze využít pro orientaci ve využívání dané platformy**.

Ze strany vyučujících je důležitá **volba vhodné platformy**, která by měla být studentům jednoduše dostupná (např. MS Teams, Zoom, Meet, Moodle apod.) a zároveň by **neměla vyžadovat nadstandardní ICT kompetence**. Studentům se specifickými potřebami by velmi pomohlo, kdyby mohli pracovat v jedné až dvou platformách a na práci v nich si takto mohli lépe zvyknout.

Metodická podpora pro distanční výuku

Řada vysokých škol připravila různé tutoriály, které si kladly za cíl poskytnout metodické pokyny k distanční výuce i atestování (viz tabulka 3).

Tabulka 3. Odkazy na metodické pokyny k distanční výuce na některých vysokých školách

Univerzita Karlova	www.karlovkaonline.cz
Masarykova univerzita	https://www.muni.cz/studenti/jak-si-poradit-s-distancni-vyukou
Univerzita Palackého v Olomouci	https://www.upol.cz/nc/kalendar/akce/cal/////3389/
Jihočeská univerzita v Českých Budějovicích	https://www.jcu.cz/o-univerzite/aktuality/informace-k-omezeni-provozu-na-jihoceske-univerzite-od-7-12-2020

Západočeská univerzita v Plzni	https://info.zcu.cz/clanek.jsp?id=3093
Technická univerzita v Liberci	https://www.fp.tul.cz/fakulta/distancni-vzdelavani
Univerzita Jana Evangelisty Purkyně v Ústí nad Labem	https://www.ujep.cz/cs/covid-19-info
Ostravská univerzita	https://alive.osu.cz/archiv/online-vyuka-v-dobe-koronavirove/

Informace o platformách by měla být sdělena studujícím buď přímo (např. formou elektronické komunikace - mail, studijní informační systém), případně se může stát součástí charakteristiky předmětů, které slouží k popisu cílů, metod a požadavků v daném předmětu (např. na PedF UK se tyto informace nacházejí v anotaci předmětu v SIS, v oddíle Deskriptory).

Jako příklad uvádíme přehled nejčastěji užívaných platforem pro distanční výuku, jak se užívají na Univerzitě Karlově, je zobrazen v tabulce 4.

Tabulka 4. Výukové platformy - jejich specifika i možnosti využití u studujících se specifickými potřebami

Výuková platforma	Způsob využití	Specifika využití u studujících se SP	Webová adresa s informacemi pro uživatele
<i>Platforma doplňující prezenční setkání</i>			

MS Teams	<p>MS Teams je softwarová platforma, která umožňuje správu distanční výuky skrze psanou komunikaci, videohovory, datové úložiště pro ukládání souborů a integraci dalších aplikací do daného prostředí. Studenti, učitelé a zaměstnanci mohou bez problémů spolupracovat, vytvářet obsah a sdílet zdroje z jedině, jednoduché platformy, kterou si snadno osvojí. Nejedná se o tradiční LMS (<i>learning management system</i>, česky systém pro řízení studia), jako je například užívaný Moodle. Aplikace svým uživatelům nabízí sdílení obrazovky, video a audio přenos (souběžně se sdílením obrazovky), záznam komunikace, „hlasovou schránku“ pro zanechání zprávy, pokud nejste přítomni a veřejné videokonference i s neregistrovanými účastníky.</p>	<p><i>Zrakové postižení</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - aplikace přístupná s odečítačem obrazovky, ale s jistými omezeními; - možnost ústního zkoušení při atestu; - možnost užití klávesových zkratk, ale má často opožděnou odezvu – doporučujeme například Skype. <p><i>Sluchové postižení</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - možnost konzultace formou videokonference; - možnost připnutí osob na schůzce (připnout); - možnost zapnutí živých titulků (další možnosti, zapnutí živých titulků); - možnost přepisu záznamu schůzky v Teams – vygenerování souboru pouze s titulky návod.¹⁰ <p><i>Tělesné postižení</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - možnost využití klávesových zkratk; - možnost nahrání videokonference pro další využití. <p><i>Studenti se specifickými poruchami učení, studenti na spektru autismu a studenti s psychickými problémy / zdravotním znevýhodněním</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - možnost zasílat upomínky na čas konání online videokonference prostřednictvím emailu; - rozeslat offline link ke stažení proběhlé videokonference. - možnost vytvářet samostatné místnosti pro potřeby studentů. 	<p>Microsoft Teams - přihlášen¹¹</p> <p>Office 365 pro studenty¹²</p>
----------	---	--	---

¹⁰ <https://support.microsoft.com/cs-cz/office/%C3%BAprava-p%C5%99episu-z%C3%A1znamu-sch%C5%AFzky-v-teams-2f461386-e39a-4444-b9e2-5787da1da11b>

¹¹ <https://www.microsoft.com/cs-cz/microsoft-teams/log-in>

¹² <https://sit.pedf.cuni.cz/pro-studenty/office-365-pro-studenty>

Zoom

Zoom je videokonferenční nástroj vhodný pro realizaci online výuky (video konference nebo webináře). Aplikace umožňuje jak běžné funkce (ztišení mikrofonů účastníků, sdílení plochy, chatování mezi účastníky nebo zaznamenávání konference ve formě videa), tak funkce pokročilé (např. možnost sdílení prezentace, přepínání na whiteboard nebo zadávání předem připravených anket). Je třeba brát v potaz, že existují různé rozdíly v licencích ZOOM. Základní licence BASIC umožňuje maximálně 40 minut hovoru pro 100 účastníků, plná licence až 30 hodin pro 300 účastníků a streamování (Youtube nebo Facebook). Plnou licenci pro UK si lze zajistit v registračním formuláři.¹³

Zrakové postižení

- nahrávání schůzky;
- skryté titulky;
- klávesové zkratky nezávislé na odečítači obrazovky;
- možnost ústního zkoušení formou videokonference.

Sluchové postižení

- automatický přepis během videokonference (propojení s Web Captioner – lze spustit pouze v prohlížeči Chrome), odkud se text promítá i do platformy Zoom ve formě titulků);
- možnost rozvržení oken pro znakování;
- možnost ovládání pomocí hlasu;
- možnost zvětšení a přepínání okna s videem.

Tělesné postižení

- možnost využití klávesových zkratk;
- možnost nahrání videokonference pro další využití.

Studenti se specifickými poruchami učení, studenti na spektru autismu a studenti s psychologickými problémy / zdravotním znevýhodněním

- možnost zasílat upomínky na čas konání online videokonference prostřednictvím emailu;
- rozeslat offline link ke stažení proběhlé videokonference;
- možnost vytvářet samostatné místnosti pro potřeby studentů.

Zoom pro univerzitu Karlovu¹⁴

Zoom - přihlášení obecně¹⁵

Free captioning right in your browser (Google Chrome)¹⁶

¹³ https://forms.office.com/Pages/ResponsePage.aspx?id=2naS4DT5hkC_ClGwogQUovb6y23sm-hErgcSQARAEupUOE1WUUNTSjdUTjFCTO9HVTDtLVFMxWINGRCQIQCN0PWcu

¹⁴ <https://cuni-cz.zoom.us/>

¹⁵ <https://zoom.us/signin>

¹⁶ <https://webcaptioner.com/>

Google Meet	<p>Google Meet je intuitivní, jednoduchá a bezplatná aplikace od společnosti Google pro uskutečnění videokonferencí. Schůzky lze vytvářet prostřednictvím Google účtu a připojit se stačí pouze přes odkaz.</p> <p>Z chatu lze bez problému přejít do videohovoru a spolupráci na dokumentech vylepšit připojením přes video. Skrze videokonferenci lze sdílet vybrané okno. Výhodou je jednoduché ovládání a silení záznamů, nevýhodou poté špatné sdílení obrazovky, výkyvy kvality a znemožnění privátní komunikace. Nelze zde také ukládat materiály jako například v MS Teams při vytvoření dané skupiny.</p>	<p><i>Zrakové postižení</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - odečítač obrazovky; - zkratkové klávesy; - možnost ústního zkoušení formou videokonference; - možnost uložení videonahrávek na Google disk. <p><i>Sluchové postižení</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - možnost automatického přepisu (zatím pouze v AJ), přepis je přehledný, titulky i informují o tom, kdo právě hovoří; - není zcela přívětivé sdílení obrazovky (rozložení oken). <p><i>Tělesné postižení</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - možnost využití klávesových zkratk; - možnost nahrání videokonference pro další využití (nahrávání pouze přes PC). <p><i>Studenti se specifickými poruchami učení, studenti na spektru autismu a studenti s psychologickými problémy / zdravotním znevýhodněním</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - možnost zasílat upomínky na čas konání online videokonference prostřednictvím emailu či Google kalendáře; - rozeslat offline link ke stažení proběhlé videokonference. 	<p><i>Google Meet - přihlášení¹⁷</i></p>
<p>Platforma pro organizovanou podporu výuky</p>			

¹⁷ <https://meet.google.com/>

Google Classroom	<p>Google Classroom umožňuje vzdálenou podporu výuky, komunikaci, sdílení materiálů, zadávání úkolů a známkování prací. Do obsáhlého cloudového úložiště Googlu (virtuální třída) lze ukládat školní materiály, tvořit testy s automatickým hodnocením, posílat oznámení, přidávat odkazy a soubory, přijímat a zadávat úkoly a se studenty komunikovat. Nutnost zřízení Google účtu.</p>	<p><i>Zrakové postižení</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - organizované jednoduché úložiště materiálů, především přednášek, např. ve Wordu; - uložení souborů pro možnost stažení, zvětšení a dalších úprav. <p><i>Sluchové postižení</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - přehledná jednoduchá organizace studijních materiálů; - úkoly i oznámení lze zasílat všem nebo pouze vybraným studentům (narozdíl od Moodle), ale nemožnost dočasně skrýt materiály jako lze v Moodle; - pro složitější strukturu kurzu je vhodnější Moodle. <p><i>Tělesné postižení</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - možnost získání studijních materiálů a prezentací dopředu; - úložiště pro soubory typu Word pro další úpravu studentem. <p><i>Studenti se specifickými poruchami učení, studenti na spektru autismu a studenti s psychickými problémy / zdravotním znevýhodněním</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - možnost seřazení opor a literatury dle relevance důležitosti; - možnost vracet se k materiálům. 	<p>Google Classroom - přihlášen¹⁸</p>
------------------	---	---	--

¹⁸ <https://edu.google.com/products/classroom/>

Fakultní Moodle	<p>Moodle je určen pro vytváření a správu vzdělávacích kurzů. Umožňuje snadnou publikaci studijních materiálů, zakládání diskusních fór, sběr a hodnocení elektronicky odevzdávaných úkolů, tvorbu online testů a řadu dalších možností. V Moodle lze zadávat a dostávat od studentů úkoly, zveřejňovat soubory s četbou, odkazy na video, podcasty, interaktivní úkoly a další formy studijních opor. K odevzdaným úkolům lze poskytovat studentům zpětnou vazbu, tvořit a vyhodnocovat testy. Možnost skrytí témat dopředu.</p>	<p><i>Zrakové postižení</i> - možnost získání prezentací, sylabů a dalších studijních materiálů přehledně na jednom místě a to i s předstihem.</p> <p><i>Sluchové postižení</i> - komplexně a přehledně organizované informace týkající se výuky, zakončení předmětu, deadlinů pro odevzdání prací atd.; - zadávání a kontrola úkolů, vedení docházky, získávání odznaků a certifikátů; - možnost textové i audiovizuální podoby; - odevzdávání domácích prací, možnost zpětné vazby; možnost prostudování podkladů před samotnou výukou a vytváření předtočené přednášky/podcastu;</p> <p><i>Tělesné postižení</i> - možnost získání studijních materiálů a prezentací dopředu; - uložení pro soubory typu Word pro další úpravu studentem. <i>Studenti se specifickými poruchami učení, studenti na spektru autismu a studenti s psychickými problémy / zdravotním znevýhodněním</i> - možnost seřazení opor a literatury dle relevance důležitosti; - jasné a strukturované instrukce ke každému úkolu; - možnost aktualit, srozumitelné a viditelné instrukce k atestu; - možnost vracet se k materiálům.</p>	<p><i>Moodle pro výuku - Univerzita Karlova¹⁹</i></p> <p><i>Moodle pro výuku - Pedagogická fakulta - Univerzita Karlova²⁰</i></p>
-----------------	---	--	---

Vysoké školy také poskytují pro užívání výukových platform různé systémy podpory. Jako příklad uvádíme uživatelskou podporu na Univerzitě Karlově – podobné informační přístupy jsou i na ostatních vysokých školách.

- Helpdesk MS Teams UK: teams-podpora@cuni.cz
- Helpdesk ZOOM UK: zoom@lfp.cuni.cz
- Helpdesk Moodle UK: moodle-help@ruk.cuni.cz

¹⁹ <https://dl1.cuni.cz/>

²⁰ <https://dl1.cuni.cz/course/index.php?categoryid=2>

Distanční výuka a přístupy ke studujícím se specifickými potřebami ve výuce

Důležitým pravidlem by mělo být to, že při distanční výuce studujících se specifickými potřebami je potřeba, aby online **výuka byla přizpůsobena studijním potřebám konkrétního studenta a upravena v souladu s posudkem funkční diagnostiky.**

Aby byl student informován ještě před zahájením výuky, lze doporučit dostatečně **jasnou strukturu daného předmětu** (harmonogram online výuky, témata předmětu, kvalitní a různé studijní opory, jasné požadavky na zpracování průběžných úkolů, příprava na atest), která pomůže všem studentům v orientaci, studujícím se specifickými potřebami pak může významně pomoci ke zvládnutí nároků předmětů.

Významným pomocníkem v online výuce jsou **studijní opory**. Měly by být zajištěny ve více formách, tedy nejen písemně, ale také například formou videa či audionahrávkami, přičemž by měly být k dispozici studentovi po celou dobu kurzu tak, aby se k nim mohl zpětně vracet dle svého zdravotního/psychického stavu. Mimo nabídky video/audio nahrávek je vhodné doplnit studijní opory **prezentací, skripty či určitou písemnou osnovou** pro zajištění lepší orientace ve výkladu látky. Pro snazší orientaci **ve studijní literatuře** je možné upozornit na hlavní tituly či konkrétní kapitoly.

Samotné plnění průběžných úkolů může být v rámci zpracování textů u studujících se specifickými potřebami **časově navýšeno**, tedy tam, kde je toto doporučení dáno posudkem funkční diagnostiky. Pro studenty se zhoršenou orientací v organizaci studia a plnění termínů je vhodné průběžně zasílat **shrnující instrukce s důležitými termíny.**

Atestování v době distanční výuky

U formy atestu je vhodné vycházet **z posudku funkční diagnostiky** (preference ústní či písemné zkoušky). Opět je zde možnost navýšení časového rozpětí přípravy na atest či samotného atestu. Atest je možné provést přes již ověřenou aplikaci, kterou je student zvyklý používat či se s ním domluvit na aplikaci, která je v rámci jeho potřeb nejvhodnější. Někteří studenti i v online výuce, pokud to daná epidemiologická opatření umožňovala, využívali prezenční formy atestování, i když ostatní studenti byli atestováni distančně.

Konzultace a individuální výuka – prezenčně i distančně

Během distanční výuky je také vhodné průběžně nabízet **individuální konzultace či realizovat individuální výuku**, a to jak synchronní online formou,

tak formou chatu či emailové konverzace opět v závislosti na zdravotním/psychickém stavu studenta. V době nouzového stavu bylo v některých případech možné, aby probíhala individuální výuka prezenčně – a mohla být uplatněna právě na studující se specifickými potřebami.

1.4 Sledování průběhu distanční výuky u vysokoškoláků i u studujících se specifickými potřebami – nové perspektivy

Zkušenosti s distanční výukou a její perspektivy

Distanční výuka, která byla zavedena na vysokých školách v souvislosti s nouzovým stavem a epidemiologickými opatřeními proti šíření onemocnění COVID-19, byla pro všechny **novou zkušeností**. Jednotlivé vysoké školy zaváděly její pravidla a také sledovaly její efektivitu. Zejména se řešilo, zda může být distanční výuka **plnohodnotným prostředkem vysokoškolského vzdělávání** a jak nastavit mimořádná opatření a zajistit potřebný standard i v těch studijních programech nebo v jejích částech, kde nelze požadované obsahy předávat studujícím distanční formou (např. lékařské či učitelské studijní programy, programy s velkou mírou praktické výuky a programy přípravy pro regulovaná povolání). Proto se také pozornost věnovala pečlivému **sledování efektivity distanční výuky** formou evaluačních dotazníkových šetření.

Na Univerzitě Karlově proběhla **dvě celouniverzitní šetření** – jedno ihned po prvním semestru distanční výuky (tedy letní semestr akademického roku 2019/20), druhé po druhém semestru (zimní semestr akademického roku 2020/21). Výsledky, jak o nich referuje Wildová (2021), přinášejí zajímavé výsledky.²¹

Jak již bylo uvedeno výše, **první semestr vykazoval dílčí problémy**, a to jak u vyučujících, tak u studentů. Přestože řada vysokých škol má zkušenosti s kombinovaným studiem, kde jsou významným předpokladem pro jeho realizaci studijní opory pro distanční vzdělávání, situace, kterou jsme zažili, byla zcela jiná. Jednalo se o významný přesun podílu výuky do virtuálního prostředí, bez možností kontaktní výuky. Wildová uvádí, že *„... v prvním online semestru se určité obtíže objevily, a to na straně vyučujících i studentů, což bylo dáno tím, že jsme se všichni učili, jak online platformy využívat, jak aktivně pracovat při distanční výuce, jak organizovat přednášky a semináře zcela novým*

²¹ <https://vzdelavani21.cz/V21-21.html?news=13120&locale=cz>

způsobem tak, aby naplnily své cíle a zároveň obsahovaly interaktivní prvky vedoucí k aktivitě, spolupráci a vzájemné diskusi“.

Spokojenost s distanční výukou po prvním semestru byla podle šetření Univerzity Karlovy uváděna na jednotlivých fakultách mezi 58 až 68 %, zatímco **ve druhém sledovaném období** to bylo již 82 %. Druhý semestr tedy prokázal, že se **vyučující i studenti v nových podmínkách výuky zorientovali a zajistili kvalitně vzdělávací obsahy „na dálku“**.

Lze konstatovat, že distanční výuka **přinesla pozitivna i negativa**:

- Mezi pozitivna lze označit to, že byla ve větší míře studenty potvrzena vyšší účast na online přednáškách, než když se měli dostavovat do učeben – zejména v případech, kdy vyučující využívali předtočené přednášky (Wildová, 2021) nebo dávali studentům k dispozici po nějakou dobu (např. týden) streamované přednášky.
- Pozitivně lze vnímat i to, že byly řešeny nové formy vzdělávání, které se jindy zavádějí poměrně dlouho – nyní bylo potřeba zajistit vše okamžitě.
- Došlo také ke zvýšení kompetencí (vyučujících i studentů) využívat nové technologie ve vzdělávání.
- Sledujeme-li negativní ohlasy, bývá v největší míře uváděna sociální izolace, nemožnost setkávání a chybějící interakce mezi vyučujícími a studenty.

Tabulka 5 cituje provedený výzkum na Univerzitě Karlově (2021) a jeho nejdůležitější výsledky z hlediska pocítovaných obtíží.

Tabulka 5. Hodnocení výuky na dálku

Co vám během studia na dálku působilo největší problémy?

STUDENTI

- 73 % mnoho času u počítače
- 66 % chybějící osobní interakce s vyučujícími a studenty
- 61 % celková náročnost situace
- 53 % praktickou výuku nelze nahradit virtuální
- 49 % sebedisciplína, motivace, time management

VYUČUJÍCÍ

- 87 % chybějící interakce se studenty či kolegy
 - 62 % praktická výuka se online nahradit nedá anebo jen velmi limitovaně
 - 56 % nedostatečná zpětná vazba a komunikace ze strany studentů
 - 52 % příliš mnoho času u počítače
 - 45 % pasivita, neaktivita studentů
-

Zdroj: Dotazníkové šetření Univerzity Karlovy provedené po letním semestru v červnu 2020 a po zimním semestru 2020 (Wildová, 2021)

Až čas ukáže, nakolik se distanční prvky ve vysokoškolském vzdělávacím prostředí **stanou běžnou součástí** i ve studijních programech akreditovaných v prezenční formě studia. *Národní akreditační úřad* vydal v červenci 2021

(tedy po třetím semestru zkušeností s distanční výukou), a to na základě mnoha dotazů a zájmu vysokých škol o větší využití online forem výuky a jejich zakomponování do prezenční výuky, vyjádření, které na jedné straně přiznává **pozitivní zkušenost s online výukou**, na druhé straně chápe **přímou výuku jako osobní setkání mezi vyučujícími a studenty**, a nikoli jako online setkávání v reálném čase. Podobně byla diskutována možnost využití již získaných **online přednášek jako materiálu nahrazující přímou výuku**. „NAÚ zastává názor, že videonahrávky přímou výuku nahradit nemohou. Výklad vyučujícího při přednášce je určován nejen obsahem vzdělání, ale také konkrétními posluchači, kterým je nezbytné podobu výkladu při přednášce přizpůsobovat. Zatímco tedy část přímé výuky za přítomnosti studentů a vyučujícího v učebně je v souladu s výše uvedeným možné nahradit online výukou v reálném čase, na videonahrávky je třeba pohlížet jako na audiovizuální studijní opory, které mohou přímou výuku vhodně doplnit nebo rozšířit, nikoliv však nahradit“.

Za pozitivní lze označit to, že se o celé problematice bude nadále jednat. Podle informací z NAÚ by měl k využívání nových metod ve vzdělávání přispět projekt *Rozvoj standardů pro zajišťování kvality vzdělávací činnosti pro různé formy studia s ohledem na aktuální metody a zkušenosti se vzděláváním na dálku*.

Poměrně jasné vyjádření NAÚ uvedené výše se promítlo do doporučení, jak bude následující akademický rok (tedy 2021/22) realizován na Univerzitě Karlově (podobně k tomu přistupují i další ostatní vysoké školy). Označuje očekávané podzimní období, kdy může vzniknout potřeba využívání distančních prvků vzdělání z důvodu opětovného šíření onemocnění COVID-19, jako **„hybridní podzim“** (lze chápat jako současné využívání prvků přímé kontaktní výuky s prvky distančními).

Mezi doporučeními pro hybridní podzim je uváděno, co je nezbytné pro případný přechod do distančního vzdělávání – **pravidelné informování vyučujících a studentů o aktuální situaci a zřízení studijního tutora**, který by byl k dispozici v případě jakýchkoli obtíží. Dále se doporučuje využívání **jedné platformy pro výuku** pro fakultu nebo alespoň pro studijní program a opětovná **metodická podpora** ke zvýšení dovedností v metodických i technických aspektech distanční výuky.

Doporučení jsou vydána i **garantům studijních programů a garantům předmětů**. Pokud nedojde ze zhoršení epidemiologické situace, má být uskutečňována v prezenčních programech **kontaktní výuka**, neboť stávající univerzitní i celonárodní standardy neumožňují plošné zavádění prvků online výuky do prezenční formy studia. **Inovativní přístupy však univerzita**

podporuje, je ale na garantech (programů, předmětů), aby zvážili případné využití distančních prvků a současně monitorovali naplňování obsahu studia a zajištění kvality (zajištění výstupů z učení). Zdůrazňováno je i to, že má být **zohledněna forma výuky** (přednáška, seminář, cvičení) a **forma hodnocení** (ústní nebo písemná zkouška, klauzurní práce, test apod.). Přípustné je, aby **přednášky, které jsou doprovázeny semináři**, se v případě velkých počtů studujících konaly hybridně (část studentů na učebně, část studentů online) či online, ovšem za předpokladu dodržení online výuky v reálném čase a/nebo video záznamu přednášky, který bude k dispozici studujícím po celou dobu semestru. Hybridní výuka může být vhodná v případech, kdy pro studující nebude možné se jí účastnit ze zdravotních důvodů nebo důvodu karantény.

Materiál obsahuje celou řadu dalších doporučení, jak po **metodické stránce**, tak z hlediska **organizace**. Lze je vyhledat na webu Univerzity Karlovy.²²

Metodická podpora distanční výuky u studujícím se specifickými potřebami a sledování její účinnosti

Skupinou, které by měla být věnována zvláštní pozornost v distanční výuce, je skupina studujících se specifickými potřebami - mohou být ve větší míře ohroženi nemožností osobního setkání a řešení studijních záležitostí „face to face“, případně jejich postižení/znevýhodnění může přinášet specifické nároky z hlediska technického zabezpečení distanční výuky či vyžaduje jiné metodické a didaktické přístupy k výuce.

Proto se také některé vysoké školy zabývaly otázkou, co konkrétně jednotlivé skupiny studentů podle kategorizace MŠMT mohou potřebovat k zajištění účinného distančního vzdělávání, jaké jsou jejich specifické potřeby v online výuce a jak je možné podpořit studující se specifickými potřebami v užívání technických prostředků pro nový způsob výuky.

Na Univerzitě Karlově vznikl první materiál již na podzim 2020, autory byli pracovníci Akademické poradny Pedagogické fakulty, kteří alespoň rámcově připravili vstupní informace vyučujícím studentů se specifickými potřebami (kol., 2020). Podnětné informace ve prospěch distanční výuky u studentů se sluchovým postižením byly v průběhu akademického roku 2020/21 postupně dostupné na webových stránkách s názvem *Neslyšící a nedoslýchaví studenti na UK*.²³

²² <https://karlovkaonline.cz/uncategorized-cs/doporuzeni-hybridni-podzim-2021-2022/>

²³ <https://neslysicinauk.ff.cuni.cz/vyuka-na-dalku/>

Na Pedagogické fakultě UK proběhlo začátkem roku 2021 evaluační šetření mezi studujícími se specifickými potřebami, které se mj. týkalo i zkušeností s distanční výukou. Druhou oslovenou skupinou, která se vyjadřovala k percepci pozitivních i negativních stránek distanční výuky, byli kontaktní pracovníci na katedrách, kteří jsou pověřeni koordinací podpory studentů se specifickými potřebami na dané katedře. Byly dosaženy zajímavé výsledky, uvádíme jen nejdůležitější shrnutí (Kucharská & Janyšková, 2021).

Jako pozitivní aspekt distanční výuky bylo mezi studenty, ale i vyučujícími uváděno, že distanční výuka může být pro studenty se specifickými potřebami pohodlnější a komfortnější – studenti studují z domova. Studium na dálku může být jako vnímáno jako šance pro ty, kteří se nemohou z důvodu aktuálního stavu prezenční výuky zúčastnit. Pro studenty s psychickým onemocněním prostředí domova skýtá pocit bezpečí. Během distanční výuky mohou mít respondenti k dispozici větší množství studijních materiálů než obvykle, což kvitují. Zároveň si studenti mohou pořídit záznam online výuky, který umožňuje učení podle jejich aktuálních časových i zdravotních možností. Komunikační online platformy (v případě, že funguje internetové spojení) mohou svým uživatelům zprostředkovat dokonce lepší porozumění než účast na kontaktní výuce.

Jako negativní aspekty se respondentům jevilo to, že online výuka je náročnější, a to po všech stránkách, zejm. z hlediska pracovního nastavení (motivace, pozornost). Může mít negativní dopad na psychickou pohodu – izolovanost a omezené kontakty se spolužáky mohou psychicky na studenty se specifickými potřebami doléhat, a tak zhoršovat psychický stav. Rozvolnění kontaktu mezi studenty a fakultou přináší omezenou možnost vyhledat pomoc v případě potřeby, ztěžuje i půjčování elektronických a kompenzačních pomůcek či registraci mezi studenty se specifickými potřebami. Uváděny byly i problémy s orientací a využíváním online komunikačních platform u studentů se specifickými potřebami.

Náš materiál, který jsme připravili pro vyučující vysokých škol, ale také pro samotné studenty se specifickými potřebami, vychází ze zkušeností týmu pracovníků Univerzity Karlovy, které byly získány v posledních třech semestrech, kdy se distanční výuka uskutečňovala. Je to podnět pro další posun v přístupech ke studentům se specifickými potřebami v distanční výuce, ať se koná synchronně či asynchronně.

Užitečné odkazy

- AP3SP (2021, 29. 8.). *Asociace poskytovatelů služeb studentům se specifickými potřebami na vysokých školách*. Dostupné z: <https://www.ap3sp.cz/>

- Centrum Carolina – UK Point (2021, 29. 8.). *Nabídka služeb*. Univerzita Karlova. Dostupné z: <https://centrumcarolina.cuni.cz/CC-25.html>
- Google for Education (2021, 12. 9.). *Where teaching and learning come together*. Google for Education. Dostupné z: <https://edu.google.com/products/classroom/>
- Google Meet (2021, 12. 9.). Špičkové videokonference. Google Meet. Dostupné z: <https://meet.google.com/>
- Jihočeská univerzita v Českých Budějovicích (2020, 7. 12.). *Informace k omezení provozu*. JČU. Dostupné z: <https://www.jcu.cz/o-univerzite/aktuality/informace-k-omezeni-provozu-na-jihoceske-univerzite-od-7-12-2020>
- Masarykova univerzita (2021, 10. 9.). *Jak si poradit s distanční výukou?* MUNI. Dostupné z: <https://www.muni.cz/studenti/jak-si-poradit-s-distanzni-vyukou>
- Microsoft Teams (2021, 9. 9.). *Vítá vás Microsoft Teams*. Microsoft. Dostupné z: <https://www.microsoft.com/cs-cz/microsoft-teams/log-in>
- Moodle pro výuku 1 (2021, 12. 9.). *Moodle pro výuku 1. Vyhledávání kurzů*. Univerzita Karlova. Dostupné z: <https://dl1.cuni.cz/>
- MŠMT (2021, 28. 1.). *Pravidla pro poskytování příspěvku a dotací na rok 2021*. Dostupné z: <https://www.msmt.cz/file/54834/>
- Parmová, N. (2020, 9. 4.). *Online výuka v době koronavirové*. OU alive. Dostupné z: <https://alive.osu.cz/archiv/online-vyuka-v-dobe-koronavirove/>
- Pedagogická fakulta SIT (2021, 10. 9.). *Office 365*. PedF UK. Dostupné z: <https://sit.pedf.cuni.cz/pro-studenty/office-365-pro-studenty>
- Technická univerzita v Liberci (2021, 10. 9.). *Doporučení pro zajištění výuky distanční formou*. TUL. Dostupné z: <https://www.fp.tul.cz/fakulta/distanzni-vzdelavani>
- Univerzita J. E. Purkyně (2021, 11. 9.). *Vracíme se do normálu. Prezenční výuka a zkoušení povoleny všem*. UJEP. Dostupné z: <https://www.ujep.cz/cs/covid-19-info>
- Univerzita Karlova (2021, 12. 9.). *ZOOM pro Univerzitu Karlovu*. Univerzita Karlova. Dostupné z: <https://zoom.us/join>
- Univerzita Karlova (2021, 12. 9.). *Žádost o licenci ZOOM*. Univerzita Karlova. Dostupné z: https://forms.office.com/Pages/ResponsePage.aspx?id=2naS4DT5hkC_ClgWogQUovb6y23sm-hErgcSQARAEupUOE1WUUNTSjdUTjFCT09HVTdLVFMxWINGRCQlQCNOPWcu
- Univerzita Karlova (2021, 29. 8.). *karlovkaonline.cz*. Dostupné z: www.karlovkaonline.cz
- Univerzita Palackého v Olomouci. (2020, 9. 10.). *Distanční výuka*. UPOL.

- Dostupné z: <https://www.upol.cz/nc/kalendar/akce/cal/////3389/>
- Web Captioner (2021, 12. 9.). *Free captioning right in your browser*. Web Captioner. Dostupné z: <https://webcaptioner.com/>
 - Západočeská univerzita (2020, 21. 9.). *Západočeská univerzita má přejít na distanční výuku*. ZU. Dostupné z: <https://info.zcu.cz/clanek.jsp?id=3093>
 - ZOOM (2021, 12. 9.). *Sign in*. ZOOM. Dostupné z: <https://cuni-cz.zoom.us/>

Literatura

- AP3SP (2021, 29. 8). *Asociace poskytovatelů služeb studentům se specifickými potřebami na vysokých školách*. Dostupné z: <https://www.ap3sp.cz/>
- AP3SP (2021, 29. 8). *Podpora při studiu na VŠ. Možnosti podpory*. [Vztaženo obecně k univerzitním studentům se speciálními vzdělávacími potřebami]. Dostupné z: <https://www.ap3sp.cz/podpora-pri-studiu-na-vs/moznosti-podpory/>
- AP3SP (2021, 29. 8). *Podpora při studiu na VŠ. Adresář odborných pracovišť*. Dostupné z: <https://www.ap3sp.cz/podpora-pri-studiu-na-vs/adresar-odbornych-pracovist/>
- Centrum Carolina – UK Point (2021, 29. 8). *Nabídka služeb*. Univerzita Karlova. Dostupné z: <https://centrumcarolina.cuni.cz/CC-25.html>
- Kol. autorů (2020). *Online výuka u studentů se speciálními potřebami – nároky a možnosti zvládnutí. Metodické doporučení pro pracovníky PedF UK*. Univerzita Karlova, Pedagogická fakulta. Dostupné z: https://pedf.cuni.cz/PEDF-260-version1-studenti_se_sp_on_line_vyuka_27_10_2020_final.pdf
- Kucharská, A., & Janyšková, K. (2021). *Studenti se specifickými potřebami v době distanční výuky na vysoké škole*. Konference Kvalita života 2021 – Kariéra, rodina a COVID-19, Prešov.
- Michalík et al. (2011). *Zdravotní postižení a pomáhající profese*. Portál.
- MŠMT ČR (2021). *Pravidla pro poskytování příspěvků a dotací veřejným vysokým školám pro rok 2021. Příloha č. 3 Metodický pokyn k financování zvýšených nákladů na studium studentů se specifickými potřebami*. Dostupné z: <https://www.msmt.cz/vzdelavani/vysoke-skolstvi/pravidla-pro-poskytovani-prispevku-a-dotaci-verejnym-vysokym-2>
- Národní akreditační úřad (2021, 15. 7). *Stanovisko NAÚ k využívání online výukových metod*. Dostupné z: <https://www.nauvs.cz/index.php/cs/aktualni-sdeleni>
- Univerzita Karlova (2021, 29. 8). *www.karlovkaonline.cz*. Dostupné z: www.karlovkaonline.cz

- Univerzita Karlova (2021, 22. 9.). *Doporučení: hybridní podzim 2021/2022*. Dostupné z: <https://karlovkaonline.cz/uncategorized-cs/doporuceni-hybridni-podzim-2021-2022/>.
- Univerzita Karlova (2021, 22. 9.). *Neslyšící a nedoslýchaví studenti na UK*. Dostupné z: <https://neslysicinauk.ff.cuni.cz/vyuka-na-dalku/>
- Univerzita Karlova, Pedagogická fakulta (2021). *Hodnocení služeb pro studenty se speciálními potřebami v roce 2020 - ESF pro VŠ II na UK. CZ.02.2.69/0.0/0.0/18_056/0013322*.
- Wildová, R. (2021, 9. 8). *Prezenční výuka zahrne i distanční prvky*. Dostupné z: <https://vzdelavani21.cz/V21-21.html?news=13120&locale=cz>

2. Zátěž, stres a psychické zdraví ve vysokoškolském vzdělávání

Anna Vozková

2.1 Úvod

Možná vás napadá, proč jsme sem zařadili tuto kapitolu. Distanční výuka se velmi často odehrává během doby, kdy není možné z nějakého důvodu uskutečňovat výuku prezenční. Do budoucna je samozřejmě reálné, že se prvky distanční výuky stanou běžně používanými pro svou praktičnost a přístupnost. Na druhou stranu je možné, že tyto materiály otevíráte opět v době, kdy výuka probíhá nedobrovolně distančně a v takových chvílích je podle nás důležité věnovat **zvýšenou pozornost péči o psychickému zdraví** u studujících i vyučujících. Je důležité mít na paměti, že problémy v distanční výuce mohou plynout jak ze specifík daného postižení/onemocnění, tak i ze situace samotné, v níž se výuka odehrává.

Doporučení týkající se psychického zdraví a zvládnání stresu během pandemie (nebo podobných situací) můžete také nalézt na stránkách většiny zdravotnických a vzdělávacích organizací (například amerického Centra pro kontrolu a prevenci nemocí nebo na Covid portálu Ministerstva vnitra), následující podkapitola tak není vyčerpávajícím přehledem, ale spíše podnětem k zamýšlení o tom, proč o svém psychickém zdraví nyní více přemýšlet, jaký vliv má zvýšená stresová zátěž na studium a studující se SP²⁴ a kde najdete další informace.

Abychom věděli, co vlastně potřebujeme změnit a co se s námi děje, potřebujeme porozumět některým důležitým procesům, které se často dějí i ostatním lidem. I to nám může pomoci, pokud si uvědomíme, že v tom nejsme sami, nejsme divní, nejsme slabí. A jak řekl Francis Bacon: *Scientia est potentia*.²⁵

Hodně zde obsažených informací už budete znát, tušit, někdy jste je slyšeli. Rádi bychom vás však podpořili v tom, abyste se **zkusili zamyslet**, jak se to, co zde budete číst, odráží ve vašem životě.

Zvýšená hladina stresu a psychických obtíží na vysokých školách je všeobecně problémem už delší dobu (v některých amerických zdrojích se například hovoří o *The College Mental Health Crisis*), není to tedy něco, co by se objevilo až nyní a vysvětlení tohoto tématu by zabralo jednu celou další publikaci. Podle

²⁴ V textu je využívána zkratka studující se SP = se specifickými potřebami.

²⁵ V poznání je síla.

Americké asociace pro zdraví na vysokých školách (American College Health Association, 2021), jsou stres a další psychické obtíže rozsáhlým problémem. Během roku 2020 a 2021 zažívalo **akutní vysoký stres** 32,8% studujících!

Studující na vysoké škole jsou vystaveni různým stresorům, jako jsou nové situace, noví lidé, změna prostředí, změna jejich role, zhoršení prospěchu apod. A ukazuje se, že míra pocíťovaného stresu mezi vysokoškoláky stoupá, viz například norská studie prováděná mezi lety 2010–2018 (Knapstad et al., 2021) nebo porovnání stejných dotazníků z roku 1988 a 2010 u vysokoškolských studentů (Janusis & Weyandt, 2010).

Velká část studujících zažívá **největší stresovou zátěž** v rámci celého svého dosavadního života právě na vysoké škole (Pfeifer, Kranz, & Scoggin, 2008) a je tak pochopitelné, že ne vždy jsou připraveni a vědí, jak se se stresem vypořádat. Během této doby navíc ještě stále dochází k vývoji čelního laloku v mozku (což má například za následek stále probíhající osvojování a upevňování exekutivních funkcí nebo zlepšování regulace emocí, více například uvádí Seladi-Schulman (2020).

Navíc **studující se specifickými potřebami** mohou zažívat ještě vyšší hladinu stresu než ostatní, což zjistilo už několik studií (např. Heiman, 2006, Reiff et al., 2001). První výzkumy věnující se pandemií také ukazují, že studenti se SP mohou být v tomto období více zranitelní. Například se ukázalo, že pro ně byla nepředvídatelnost a pocit nedostatku kontroly mnohem více stresující než pro běžné studující. V důsledku toho u nich docházelo ke zhoršování pozornosti a schopnosti soustředit se, problémům se spánkem nebo k větší izolaci. V souvislosti s distanční výukou se také více obávali, že budou mít horší známky a nebudou zvládat požadavky online výuky (Zhang et al., 2020).

2.2 Pár informací o stresu – proč ho zažíváme a jak nás ovlivňuje

Stres je **normální reakcí organismu** (těla i mysli) na požadavky okolí, výzvy, zátěž. Každý ho v nějaké míře zažíváme, může být jednorázový, dlouhodobý až chronický. Způsobují ho jak zcela běžné situace a stresory, jako je škola nebo práce, tak výrazné události až traumatické neočekávané situace, jako je například právě pandemie, přírodní katastrofy, trestné činy apod. Jak se vypořádat se stresem uvádí v několika bodech také *Národní americký institut mentálního zdraví (National Institute of Mental Health)*.²⁶

²⁶ <https://www.nimh.nih.gov/sites/default/files/documents/health/publications/stress/19-mh-8109-5-things-stress.pdf>

Do určité míry stres potřebujeme, protože je adaptivní **reakcí organismu na potenciální hrozbu**. Abychom stres nezažívali, museli bychom žít ve vakuu, bez podnětů, bez lidí. Jak ale upozorňují lékaři Večeřová-Procházková a Honzák (2008), nedostatek podnětů a nuda mohou být paradoxně velmi silným stresorem. Což jsme si bohužel také mohli během posledních několika měsíců ověřit.

To, jestli se pro nás stres stane problémem, záleží na tom, kolik a jak silných stresorů musíme v určitý okamžik řešit a jak dlouho na nás působí. Co jsou **stresory**? Jsou to podněty, které vyvolávají stresovou reakci. Mohou mít různou podobu (Bryce, 2001):

- a) Fyzické stresory a prostředí - hluk, teplo, ruch kolem nás;
- b) katastrofy - přírodní nebo způsobené lidským faktorem;
- c) velké životní změny - svatba, přestup na vysokou školu;
- d) *hassles*, tzv. každodenní problémy - zmeškání autobusu, vylitá káva na koberec;
- e) osobnostní stresory - perfekcionismus, nízké sebevědomí.

Z výše uvedeného mimo jiné vyplývá, že stresorem mohou být i pro nás příjemné události. V seznamu stresových událostí, který vytvořili psychologové Holmes a Rahe (1967) je například svatba na 7. místě. Jedná se o tzv. *škálu životních událostí*²⁷ si ji můžete zkusit vyplnit.

Pokud jste si ji vyplnili a napočítali více než 300 bodů, neznamená to, že je nutné hned začít panikařit. Uvedené hodnoty jsou totiž pouze orientační a je důležité vědět, že každý z nás **vnímáme různé stresory odlišně**. To, co může být pro někoho velmi traumatické a stresující, může být pro někoho jiného pouze střední zátěž. Díky tomu se může stát, že se v našem okolí nemusíme setkat vždy s úplným pochopením, protože to, co vnímáme jako velmi stresující, ostatní mohou vidět jinak. Nepochopení může vést k tomu, že sami začneme zpochybňovat, co cítíme a vnímáme, případně se za to stydět.

2.3 S čím se potýkají studující se specifickými potřebami – zdroje stresu navíc

Jak už je zmíněno výše, studenti se specifickými potřebami mohou zažívat vyšší míru stresu. Důvodem může být i to, že na rozdíl od svých vrstevníků se musejí vypořádat s některými odlišnými problémy. Pokud jste studující se SP, v následujících řádcích možná zjistíte, že to, s čím bojujete a co řešíte,

²⁷ <http://nadacesirius.cz/kviz/tabulka1/>

nezažíváte pouze vy. A pokud jste vyučující, můžete získat lepší náhled a pochopení na obtíže svých studentů.

Hong (2015) a Squires a Counterme (2018) ve svých člancích zmiňují několik bariér a obtíží, které mohou studující na VŠ zažívat. První z nich je možné nazvat **identitní krizí**, kdy studenti cítí rozpor mezi tím, že jsou studující se SP a tím, že chtějí být bráni jako normální/běžní studující. Často se chtějí zbavit nálepky „speciální“ a vyhnout se speciálnímu zacházení za každou cenu. Mají v sobě obrovskou touhu spolehnout se jen na sebe, ukázat, že na to mají.

Může docházet ke dvěma problémům, prvním je tzv. **sebestigmatizace** (self-stigma), kdy jedinec přijme stigma a stereotypy spojené s jeho postižením a zvnitřní si je/ztotožní se s nimi. Jako jedno z řešení se pak může snažit za každou cenu „*nebýt jako ti ostatní se stejným postižením*“. Časté je to například u lidí s psychickými problémy, které jsou opředeny velkým množstvím negativních stereotypů, s určitou nadsázkou najdete hodně z nich např. ve videu „Zapomeňte na filmy!“²⁸

Druhým je tzv. **imposter syndrom** (syndrom podvodníka). Lidé s tímto syndromem mají nedostatek sebedůvěry a přetrvávající pocit, že si nezaslouží úspěchy, kterých dosáhli. Pochybnosti jsou tak velké, že mohou vést k extrémům jako je stálé přepracování nebo až paralyzující strach z neúspěchu. (tipy, jak se s tímto vypořádávat nabízí v krátkém článku např. Sherman (2013).

Studující se SP také někdy nejsou schopni dostatečné sebereflexe a **odhadnutí vlastních limitů** (především dokud si neumí představit studium na VŠ a jeho náročnost), s tím se pak pojí i problém pojmenovat přesně, jakou úpravu potřebují. Zde je vhodné zmínit, že funkční diagnostiku je možné provést znovu a upravit její výsledky (což je vhodné například pro účely distanční výuky).

Důležitou schopností je tzv. **sebeobhajoba** (*self-advocacy*), tedy schopnost obhájit své potřeby a práva a ozvat se, pokud jsou tato práva narušována. Schopnost sebeobhajoby může být u studujících se SP zhoršená a sami studující si často ani nejsou jistí, na co mají nárok, jaké služby by mohli využívat.

S tímto problémem se často potýkají například **studující s psychickými obtížemi**, Weiner a Wiener (1996) ve svém výzkumu zjistili, že mnoho z nich se bojí si o pomoc říci, protože nevěří, že si ji skutečně zaslouží. Také někdy pociťují vinu, za to, že jsou vůbec v akademickém prostředí anebo nemají dostatek informací o tom, jaká jsou jejich práva a možnosti, na co vlastně

²⁸ <https://www.youtube.com/watch?v=DvYpk6U1nb0>

mají nárok. Nevnímají své problémy jako postižení, a proto nemají pocit, že by mohli mít nárok na pomoc pro studující se SP, který však rozhodně mají.

Problematické může být i **vnímání okolí**. Studující může váhat, zda o svém znevýhodnění mluvit, aby nebyl okolím odsouzen nebo s ním okolí nezačalo zacházet jinak. Obavy mohou mít také z reakce vyučujícího, z toho, zda studujícímu uvěří, že skutečně potřebuje speciální podmínky, že udrží informace v tajnosti a často neví, nakolik vlastně bude daná pomoc efektivní a užitečná. Stejně tak další personál (a to i ten, který se věnuje práci se studujícími se SP) nevnímají studenti vždy jako přístupný a nápomocný.

V tomto ohledu jsou nejvíce ohroženi studující s tzv. **skrytým postižením** (tzn. postižením / znevýhodněním, které není vidět na první pohled, např. psychické onemocnění, poruchy učení nebo ADHD), kteří se mohou obávat říct si o pomoc, aby nebyli vnímáni jako slabí a neschopní. Stein (2013, str. 157), to pojmenovává jako dilema „*vztah ceny a zisku*“, což znamená, že dochází k porovnávání zisku z úprav a služeb pro lidi se SP s cenou toho, že riskují potenciální vystavení se negativním stereotypům. Velmi často se tak snaží vyhnout pomoci a úpravám až do chvíle, než je to bezpodmínečně nutné, než to tzv. bouchne (Hong, 2015). Následkem toho však může být významná psychická zátěž, zhoršené známky a další problémy.

Další problémy jsou často dány **konkrétním typem znevýhodnění/postižení**. Například lidé s ADHD jsou častěji stresováni orientací v mezilidských vztazích a komunikaci, organizací studia a plánováním (Fleming a et al., 2018). U studujících s Aspergerovým syndromem (poruchou autistického spektra) to také mohou být sociální vztahy a aktivity, zvykání si na nový život, přestup na VŠ a nezávislost, případně specifické akademické výzvy jako jsou skupinové práce nebo nutnost dodržovat stanovené deadliny (Glennon, 2001).

Kromě odlišných problémů však studující se SP řeší také to samé, co jejich kolegové a kolegyně, na vysokoškolské poradce se obracejí kromě problémů spojených s konkrétním typem SP i se **stejnými problémy** jako jejich vrstevníci – deprese, poruchy příjmu potravy, agresivita a hostilita, rodinné problémy a sociální fobie (Coduti et al., 2016).

Ovšem u lidí se SP je všeobecně vyšší úzkostnost, obavy z akademických výkonů a co je velmi důležité a závažné, jsou také **tendence k sebeпоško-zování a sebevražedné sklony** (Fleming et al., 2018). Sebevražedné sklony jsou nejčastější u studujících s psychickými obtížemi a fyzickým postižením. Coduti (2016) uvádí, že více než polovina studujících se SP měla někdy během svého života sebevražedné sklony.

2.4 Jak nás stres ovlivňuje a jak ovlivňuje vysokoškolské vzdělávání

Vysoká míra stresu může vést k rozvoji psychických problémů a podílí se také na rozvoji různých fyzických obtíží. K nejčastějším patří například vysoký krevní tlak, infarkt, bolesti hlavy, bolesti pohybového ústrojí, zvýšená náchylnost k infekcím apod. V rámci psychiky stres způsobuje problémy s pamětí, deprese, úzkosti apod. (Bryce, 2001).

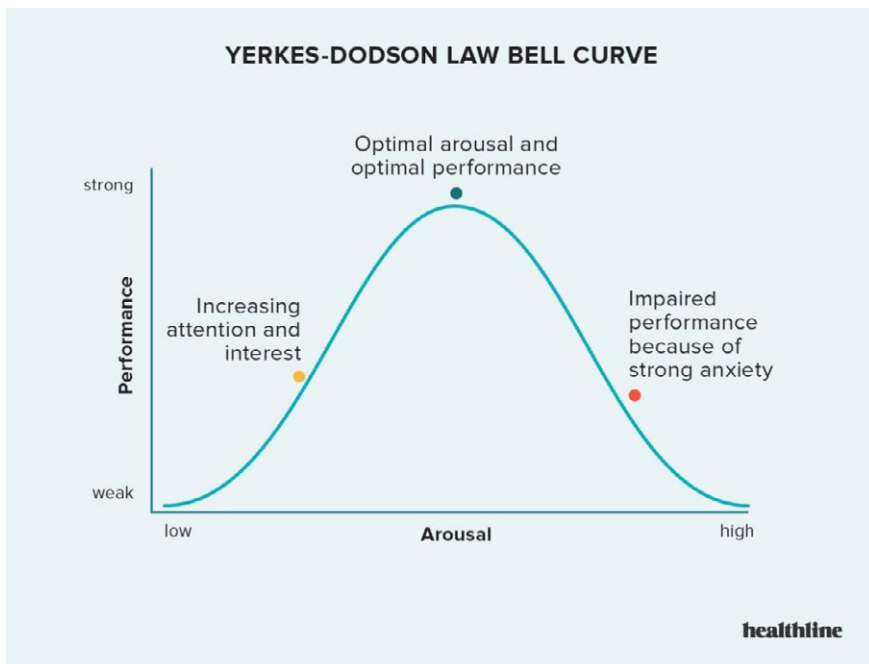
U studujících na vysoké škole (a nejen u nich) je míra stresu spojená s **pocitovanou kvalitou života**.²⁹ Tzn., že čím vyšší míru stresu pocítujeme, tím se snižuje kvalita našeho života. Tlak, který studující na vysoké škole zažívají, může vést až ke zhoršení kvality života v různých aspektech: fyzické, psychické, zdravotní, sociální apod.

Studie prováděné na univerzitních studentech ukazují, že mezi stresem a zhoršenou kvalitou života je blízký vztah a obojí má pak spojitost se zhoršenou kvalitou spánku, zhoršenými mentálními schopnostmi, s vyšší mírou depresivity a s neefektivními adaptačními strategiemi (Ribeiro et al., 2018).

Stres má nepochybně vliv na **akademické výkony** (Stoliker & Lafreniere, 2015). Křivka tzv. Yerkes-Dodsonova zákona (Obrázek 1), která bývá využívána nejen pro vysvětlování stresu, ale celkově pro nabuzení organismu (*arousal*), ukazuje, že pro úspěšné fungování určitou míru nabuzení potřebujeme. Pokud je však míra nabuzení (v tomto ohledu stresu) příliš vysoká, náš výkon se začíná zhoršovat. Optimální je pohybovat se v tzv. komfortní zóně, kdy je míra stresu na takové úrovni, že to podporuje náš výkon. Pokud se však dostane za tuto zónu, přichází únava a pokud je míra stresu příliš velká nebo trvá příliš dlouho, může docházet až k syndromu vyhoření (*burnout*).

²⁹ Dle *World health organization* je kvalita života naše individuální vnímání toho, jaká je naše pozice v životě v kontextu kultury a v systému hodnot, kde žijeme, a to ve vztahu k našim cílům, očekáváním, životnímu stylu a zájmům.

Obrázek 1. Křivka Yerkes-Dodsonova zákona.



Zdroj: Pientrangelo, Ann. (2020, 22. 10.) What the Yerkes-Dodson Law Says About Stress and Performance. *Healthline*.³⁰

Syndrom vyhoření mezi studenty a akademickými pracovníky není neobvyklý a významně snižuje akademickou úspěšnost (Schaufeli et al., 2002). Ovlivňuje také naše zapálení a vášně pro daný studijní obor a celkové zapojení do studia nebo práce. Na zapojení do studia má také vliv naše pocítovaná osamělost a vnímaná self-efficacy³¹ (Stoeber et al., 2011). Pozornost syndromu vyhoření by měla být věnována významně u studentů **medicíny**, kteří jsou vystaveni příliš velkému stresu velmi často (Ribeiro et al., 2017), ale samozřejmě se může objevit i u studujících jiných oborů.

³⁰ <https://www.healthline.com/health/yerkes-dodson-law#stress-performance-bell-curve>

³¹ Self-efficacy (do češtiny někdy překládána jako osobní zdatnost) – v psychologii velmi zkoumaný a používaný koncept, odkazuje k tomu, co si myslíme o našich schopnostech a o tom, co s nimi dokážeme zvládnout. Důležité je, že nejde o to, jaké reálně máme schopnosti, ale o naše přesvědčení o nich. Self-efficacy má poté vliv na naše reálné výkony.

Pokud se vám třeba teď stává, že se hůř soustředíte, není to nic neobvyklého. Vliv stresu na **pozornost** je poměrně zkoumanou oblastí, ukazuje se například, že akutní stres nám zhoršuje schopnost záměrného rozdělení pozornosti (Sänger et al., 2014). Na druhou stranu se ale také ukazuje, že určitá míra stresu nám pomáhá odfiltrovat nedůležité informace a soustředit se na podstatné (Booth & Sharma, 2009).

V souvislosti s tím můžeme zmínit také tzv. *Easterbookovu hypotézu*, v rámci které se dochází k podobnému závěru, a sice, že pokud se zvyšuje naše nabenutí, zužuje se naše pozornost a jsme schopni soustředit se pouze na menší množství podnětů.

Stres a pozornost je stále zkoumané téma, není proto jednoduché uvést všeobecně platné a jasné závěry, nicméně zajímavé výsledky přinesl v tomto směru například výzkumný tým Bangassera (2019), kteří se domnívají, že může hrát důležitou roli i pohlaví. Konkrétně, pokud jsme vystaveni chronickému stresu, je možné, že muži mají větší problémy s udržením pozornosti.

Pokud nejsme schopni dobře se soustředit, je pochopitelné, že tím utrpí i naše **schopnost učit se**. I když to nemusí platit vždy, jak upozorňuje Joels (2006). V literatuře zabývající se stresem se můžete setkat jak s teoriemi, podle kterých stres zhoršuje paměť a schopnost učit se, tak i s teoriemi, podle kterých je v tomto ohledu stres naopak prospěšný. Je možné výše zmíněné shrnout tak, že důležitá je míra stresu a doba, po kterou jsme mu vystaveni, do určité míry nám stres může pomoci. Chronický nebo velmi silný stres však naši schopnost učit se spíše zhoršuje, zajímavý článek o tomto tématu napsal například Sanders (2014).

Stres také může ovlivňovat **kvalitu spánku**, i to může být důvodem poměrně vysokého počtu problémů se spánkem mezi vysokoškolskými studenty. Spánková deprivace má pak vliv na kognitivní schopnosti, zhoršené soustředění, zhoršení školního výkonu, iritabilitu, depresi a samozřejmě únavu (Ribeiro et al., 2018).

2.5 Prokrastinace

Dalším fenoménem, který se stresem také významně souvisí, je prokrastinace. Co je vlastně prokrastinace? Podle Tice a Baumeister (1997) se jedná o způsob **obránného chování**, které však paradoxně zvyšuje naši míru stresu a zhoršuje zdravotní stav. Koresponduje se vzorci chování, které upřednostňují *krátkodobý zisk ovšem za cenu dlouhodobých následků*. Co se bohužel ukázalo, je, že prokrastinace nezlepšuje naše výkony, i když si někdy můžeme

myslet opak. Znáte termín *deadline-induced panic* (panika vyvolaná blížícím se termínem odevzdání)?

K většímu psychickému zdraví nepomáhá ani to, že lidé, kteří více prokrastinují, mají sami k sobě menší soucit (**self-compassion**), což ještě více zvyšuje jejich stres. I to může být důvodem, proč osvědčené rady „*jak přestat prokrastinovat*“ nemusejí být vždy účinné, především u silných prokrastinátorů. Naopak, zaměřit se na zvýšení pochopení a schopnost odpustit sám sobě může být dobrým začátkem, radí např. Sirois (2014). Příklady ve formě *mindfulness cvičení* (česky *všímavost*) si můžete sami vyzkoušet.³²

To, co pravděpodobně zažíváte v rámci studia nebo práce na vysoké škole, je tzv. **akademická prokrastinace**, což je tendence odkládat akademické úkoly, s čímž se pojí významná úzkost. Podle *Americké asociace pro zdraví na vysokých školách* (American College Health Association, 2015), vnímalo prokrastinaci v akademickém životě jako zatěžující a problematickou 76,1% studujících, nejedná se tedy vůbec o malý problém, který by se týkal jenom vás.

Při řešení prokrastinace je prvním a základním krokem vědět, **proč vůbec prokrastinujeme**. Každý z nás máme většinou nějakou svou teorii, proč k tomu dochází, velmi často to vnímáme jako osobnostní chybu (*jsme líní, nedisciplinovaní*) nebo jako problém s *time-managementem*. Burka a Yuen (1982), však upozorňují, že na základě jejich zkušeností je prokrastinace spíše vyjádřením nějakého vnitřního konfliktu a **způsobem obrany** našeho sebevědomí.

Důvody mohou být poměrně rozdílné. Senecal (1995) shrnuje závěry různých výzkumů, které uvádějí, že se často jedná o problém **motivace**, roli zde hraje tzv. vnitřní motivace, proč vlastně studujeme, zda je to naše rozhodnutí, náš cíl, anebo naopak, zda jsme tzv. motivováni zvnějšku. A také jak máme pocit, že máme naše studium pod kontrolou, nebo zda si v něm připadáme bezmocně. Důležité také je, že příčinou prokrastinace většinou není nedostatek našich kompetencí, ale spíše **nedostatek naší sebedůvěry** při jejich uplatňování tzv. *self-efficacy* (Farran, 2004).

U prokrastinace se často objevuje strach ze selhání, úzkost spojená s výkonem, perfekcionismus. Především **zvýšené procento depresí a úzkostí** mezi prokrastinujícími jedinci je důležité. Problém s **regulací vlastního chování** může také stát za větší tendencí k prokrastinaci, často se toto objevuje například u poruchy ADHD.

³² Roflikova, M. (2021, 5.9.). Tipy na každý den. Český mindfulness institut. Dostupné z: <http://www.mindfulness-institut.cz/tipy-na-kazdy-den/>

Z modernějších výzkumů pak také vyplývá, že významný vliv na akademickou prokrastinaci má závislost na smartphonu (Ling Li et al., 2020). Schválně, kolikrát během čtení tohoto textu jste se potřebovali podívat na svůj telefon? Případně pokud ho čtete na telefonu, kolikrát jste zavřeli prohlížeč a šli třeba na Facebook?

2.6 Zvýšená únava v online prostředí

Příčinou prokrastinace může být někdy také i jednoduše únava a nedostatek sil věnovat se danému úkolu. V online prostředí je také potřeba dávat si pozor na únavu. Sice se většinou nemusíme pohybovat mezi učebnami nebo přebíhat z budovy do budovy, takže fyzická únava může být nižší. Na druhou stranu nedostatek pohybu, podnětů a zvýšené nároky na pozornost v online prostoru jsou problémy, které bychom neměli zanedbávat.

Vědci se Stanfordské univerzity tak přišli s termínem **Zoomová únava** (*Zoom fatigue*). Čím konkrétně je tato únava způsobena? Zprvė, jednoduše tím, že každý z nás sleduje všechny přítomné v každém okamžiku (*everyone is looking at everyone, all the time*), z běžných posluchačů se stávají svým způsobem také mluvčí, i přes to, že nemluví, ostatní na ně totiž pořád koukají. Navíc tváře na monitoru mohou být příliš velké a příliš blízko. Zkuste si představit, že mluvíte běžně s lidmi na takovou dálku, jako je váš monitor právě teď, vyhovovalo by vám to?

Oproti běžným poradám nebo výuce má také online prostředí a videohovory jednu výhodu/nevýhodu. Neustále **vidíme sami sebe**. I když jen jako malé čtverečky, nemusí nám to být vůbec příjemné. Naštěstí některé platformy umožňují tuto funkci vypnout, na druhou stranu se nám potom může stát, že úplně zapomeneme, že máme vlastně zapnutou kameru, pokud zrovna nejsme úplně aktivní.

Během videohovoru se také nemůžeme tolik hýbat jednoduše proto, že naše kamery nejsou zatím schopné nás sledovat a pohybovat se s námi. A v neposlední řadě můžeme mít velký problém číst a vysílat signály druhého člověka, ať už proto, že ho nevidíme celého, nebo proto, že mikrofon zkresluje hlas druhého člověka. To, co tak běžně vnímáme přirozeně a podvědomě, musíme najednou **dekódovat kognitivně**.

Pokud vás toto téma zajímá více, doporučujeme podívat se na stránky Stanfordské univerzity a text Leightona (2021). V rámci výzkumu je možné i vyplnit dotazník o zoomové únavě.³³

³³ Stanford. Study about your experience while attending video conferences. *Stanford*. Dostupné z:

Jak by se podle vás daly tyto problémy řešit?

Autorky Fosslien a Duffy (2020) ve svém článku otisknutém v časopisu *Harvard Business Review*³⁴ nabízí několik tipů:

- umožnit studentům, ale i vyučujícímu vypnout si kameru;
- pamatujte na to, že je důležité se čas od času na chvilku koukat mimo monitor;
- mít naplánované přestávky, aby bylo možné se projít;
- snažte se vyhnout multitaskingu, který významně zhoršuje naši schopnost zapamatování;
- zkuste se ve skupině domluvit na tom, aby jejich pozadí bylo co nejjednodušší (ideálně bílá zeď), případně aby si takové pozadí nastavili virtuálně;
- zkuste se zamyslet, které přednášky jsou skutečně potřeba řešit v online prostředí a co je možné nahradit třeba četbou.

Kromě únavy z videohovorů také například *Yaleova univerzita* doporučuje zamyslet se nad tím, kolik času skutečně potřebujeme **strávit u monitorů** a případně se pokusit ho redukovat. Podle nich je dobré:

- zařazovat krátké pauzy s fyzickým cvičením (stačí jen udělat několik dřepů nebo chvilku běžet na místě);
- zvažte, zda během některých hodin můžete vypnout obrazovku (dát jí do režimu spánku), kamera vám může zůstat zapnutá;
- snažte se využívat co nejvíce nedigitálních zdrojů;
- zaměřte se na nastavení vaší obrazovky, také je možné pořídit si filtry na obrazovku, abyste redukovali tzv. modré světlo.

Další příklad naleznete ve článku *Student Accessibility Services*.³⁵

2.7 Copingové strategie

Copingové strategie jsou někdy překládány jako **strategie zvládnání stresu**, jejich cílem je zvládnout problém způsobující stres a emoce s ním spojené. Existuje různé dělení těchto strategií, jedno ze základních je na aktivní a vyhýbavé.

https://stanforduniversity.qualtrics.com/jfe/form/SV_3f9xepi9ryP7WK2

³⁴ Fosslien L., Duffy. M. W. (2020, 29. 4.). How to Combat Zoom Fatigue. *Harvard Business Review*. Dostupné z: <https://hbr.org/2020/04/how-to-combat-zoom-fatigue>

³⁵ Student Accessibility Services. (2021, 6. 9.). Screen Time Reduction and Self-Care Tips. Yale University. Dostupné z: <https://sas.yale.edu/covid-19/screen-time-reduction-self-care-tips#>

Strategie aktivní se projevují tím, že aktivně reagujeme na stresor, snažíme se vypořádat s problémem nebo s negativními emocemi s ním spojenými. Patří sem takové strategie jako plánování, vyhledání pomoci, akceptace apod.

Druhou možností jsou tzv. **vyhýbavé strategie**, které zahrnují například rozptylování se nebo vytěsnění a odmítání problému. Tyto strategie jsou většinou spojené se zhoršeným akademickým, fyzickým a psychickým působením, proto se někdy označují také jako maladaptivní (Freire et al., 2020).

Copingové strategie, které studující, ale celkově všichni z nás, využíváme, jsou velmi rozdílné a jsou závislé na individuálních charakteristikách. Také v různých situacích můžeme použít jinou strategii. Známe například následující příklady ze Seznamu *copingových strategií* (Tobin et al., 1989) a dotazníku *Akademické copingové strategie* (Sullivan, 2010):

- hledání řešení problému;
- sociální podpora – rodina, přátelé, psychologická pomoc;
- vyjádření emocí;
- vyhýbání se problémům;
- odpojení se od ostatních lidí – izolace;
- fyzická aktivita nebo cvičení;
- snaha udržet si nadhled a humor;
- akceptace, že nemohu s problémem nic dělat;
- obviňování sebe nebo druhých;
- zapojení se do aktivit, které mě rozptýlí (sledování filmu, televize, internet);
- užívání alkoholu a drog.

Tento seznam by mohl pokračovat ještě poměrně dlouho, protože copingových strategií je skutečně hodně. V závislosti na tom, co bylo výše řečeno, které z nich byste označili za aktivní a které za vyhýbavé? Které vy sami někdy děláte? Které děláte nejčastěji? A které děláte a nebyly zde uvedeny? Využíváte někdy strategie, které nejsou úplně vhodné? A proč? Mimochodem, někdy mezi copingové strategie bývá řazena i prokrastinace.

Ribeiro (2018) zdůrazňuje, že je velmi důležité pomáhat vysokoškolským studentům rozvíjet copingové strategie, protože stejně jako většina populace mají studující tendence utíkat i k těm méně vhodným strategiím jako je alkohol, sociální izolace, ignorování a vytěsňování stresu. Oproti běžné populaci mají vysokoškolští studenti vyšší procento **zneužívání alkoholu** (ale naopak nižší procento zneužívání nikotinu a jiných návykových látek) (Hunter & Eisenberg, 2010). Zajímavé je, že zneužívání alkoholu a celkově návykových látek je mezi studujícími se SP naopak méně časté (Coduti et al., 2016; Umucu & Lee, 2020).

Jakou strategii zvolíte, je dáno různými faktory. Groomes & Leahy (2002) například zjistili, že je to spojeno i s mírou **přijetí/nepřijetí určitého znevýhodnění**. Lidé, kteří své postižení/znevýhodnění přijímají hůř, vnímají určité situace jako více zatěžující. Poukazují více na překážky a volí méně vhodné copingové strategie jako např. vytěšňování a vyhýbání se problémům. Například lidé s ADHD (ale nejenom oni) mají také tendenci k sebeobviňování, kdy například sami sobě říkají, že jsou zklamáním, že jsou hloupí, což následně prohlubuje jejich depresivitu (Overbey et al., 2011).

Často se stává, že i přes to, že si uvědomujeme, že některé způsoby řešení našich problémů a stresu nejsou příliš efektivní a chtěli bychom je **změnit**, ne vždy je to pro nás lehké. Každý z nás podvědomě i vědomě víme, že je důležité zdravě jíst, cvičit, relaxovat, mít efektivní time-management. A často také máme pocit, že na to nemáme čas a energii. Prvním krokem ke změně bývá hlubší zamyšlení se nad tím, jak aktuálně problémy řešíme. Ideální v tomto ohledu může být například vyhledání psychologické pomoci, protože nám může nabídnout nezaujatý pohled a celý proces významně urychlit.

2.8 Sociální opora

Co vás napadne, když se řekne sociální opora a koho byste zařadili do svého okruhu?

Podle Sullivana (2010) tvoří sociální opora třetí kategorii copingových strategií. Především mladí lidé mívají mnohem více sociálních kontaktů a během distanční výuky mohou o tento velmi důležitý zdroj opory přijít. Dostatek sociální opory je také řazen k **protektivním faktorům** mezi vysokoškolskými studenty vůči akutním stresovým poruchám apod. (Ye et al., 2020) a celkově zvyšuje psychické zdraví jedinců.

Velmi důležitou úlohu má rodina a přátelské vztahy jako prevence negativních důsledků stresu i u lidí se SP a na jejich přizpůsobení na univerzitě (Fleming et al., 2018; Murray et al., 2013). Ovšem ukazuje se také, že mohou mít větší problém **vyvažovat své studijní a nestudijní aktivity**, kam patří například zaměstnání, sociální aktivity a rodinné povinnosti. Studující se SP tráví často významně méně času nestudijními aktivitami, protože mají některé povinnosti navíc, jako je organizování speciálních úprav a své podpory při studiu. Často se také oproti svým vrstevníkům musejí učit delší dobu (Reed & Kennett, 2017). Možná i v důsledku toho mohou cítit méně sociální opory (Heiman, 2006).

Na druhou stranu tento problém je pravděpodobně rozšířený i mezi ostatními vysokoškolskými studujícími, protože *Americká asociace pro zdraví*

na vysokých školách (American College Health Association), uvádí že v jejím dotazníkovém šetření v roce 2021 uvedlo 53% studujících, že se během posledního roku cítili někdy **osaměle**. Zajímavé je, že tyto výsledky zřejmě nebyly ovlivněny pandemií, protože v 2014 uvádělo osamělost dokonce 59,2% studujících.

Míra potřeby socializace je samozřejmě velmi individuální, a ne vždy platí úměra, že s větším počtem kontaktů automaticky vzrůstá sociální opora, kterou pocítujeme (více lidí neznamená více spokojenosti). Důležitější než kvantita je kvalita daných vztahů (Murray et al., 2013).

Během distanční výuky mohou studující o velké množství sociální opory od spolužáků, kamarádů i vyučujících přijít, protože nemusí vnímat **online kontakt jako dostatečný**. Jak moc to bude pro jedince problematické, patrně záleží na tom, na jakou míru sociální opory byl zvyklý dříve. Pro jedince, kteří jsou zvyklí na hodně sociální opory a kontaktu, může mít distanční výuka a izolace horší dopad, způsobuje jim výraznější pocity osamocení (Szkody et al., 2020).

Řešením mohou být online setkání studentů zorganizovaná univerzitou, případně alespoň podpora takových setkání, krátký čas během online přednášek věnovaný sdílení aktuálních situací v životech studentů, tipů, jak zvládají učení doma nebo jen zajímavých zdrojů, které objevili. Protože studující se mohou během online výuky cítit zavaleni úkoly, může být vliv univerzity/fakulty/katedry na zorganizování takových setkání velmi důležitý.

Stejně tak je vhodné zapojení do zájmových aktivit na univerzitě (spolků), vrstevnických skupin, které mohou pořádat poradenská centra, případně i terapeutických skupin nebo i zapojení do podobných aktivit mimo univerzitu. Víte, jaká je nabídka takových aktivit na vaší fakultě? Zapojujete se do dění univerzity i mimo výuku?

2.9 Podpora psychického zdraví v době distanční výuky

Během pandemie začala být otázka psychického zdraví mnohem důležitější než kdy jindy. Jak uvádí NÚDZ (Národní ústav duševního zdraví) ve své tiskové zprávě, „v souvislosti s pandemií covid-19 a souvisejícími restriktivními opatřeními vzrostl v květnu 2020 výskyt **duševních onemocnění u dospělé populace ČR téměř na 30 %**.“ Podle jejich posledního výzkumu z listopadu 2020 výskyt duševních onemocnění neklesá, odborníci naopak upozorňují na další možné zhoršení. V předchozích obdobích se jednalo o 20%

populace, nárůst je to tedy velmi významný³⁶ (Národní ústav duševního zdraví, 2021).

V rámci vysokých škol je důležité zmínit, že zvláště vysoký výskyt duševních onemocnění je **u mladých dospělých**. Podle dat NÚDZ se zvýšil oproti předpandemickému období výskyt deprese a rizika sebevraždy 3x a výskyt úzkostných poruch 2x.

Z těchto dat také vyplývá, že psychické problémy nejsou vůbec ojedinělým problémem, jak se můžeme někdy domnívat. A vysokoškolsky vzdělané populaci se rozhodně nevyhýbají. Z dalších dostupných statistik vyplývá, že v roce 2021 v Americe uvedlo **38,2% studujících, že byli diagnostikováni** s nějakou formou psychických obtíží (*American College Health Association, 2021*). Lze očekávat, že u nás toto číslo nebude výrazně nižší. Jen zlomek těchto lidí se však obrátí na odbornou pomoc nebo jsou evidováni jako studující s psychickými obtížemi.

Navíc v souvislosti se zvýšeným stresem se i mezi běžně psychicky zdravou populací může objevit tzv. **akutní stresová reakce**, která se dle MKN-10 rozvíjí u „jedinců bez zjevné duševní poruchy v reakci na výjimečný fyzický a duševní stres“. Její symptomy jsou proměnlivé a zahrnují počáteční stav „zármutku“, snížení pozornosti, neschopnost pochopit podněty a dezorientaci. Objevit se však může také nadměrná aktivita a roztěkanost nebo i panické úzkostné ataky (problémy s dýcháním, pocení, závratě apod.). Takováto reakce by měla zmizet do několika dnů.

Z dlouhodobého hlediska se pak mohou objevit i tzv. **poruchy přízpůsobení**, ty jsou reakcí na výraznou změnu nebo stresovou událost. Jedná se subjektivní obtíže, emoční poruchy, které významně zasahují do našeho sociálního fungování. K příznakům patří např. depresivní nálada, úzkost, strach, pocit neschopnosti řešit situace, plánovat dopředu, změny ve zvládnání denních povinností apod. (MKN-10) V extrémním případě pak může dojít i k rozvoji **posttraumatické stresové poruchy**.

K tomu, abyste potřebovali vyhledat psychologickou nebo podobnou pomoc tak nemusíte mít diagnostikovanou žádnou poruchu, občas každého z nás něco vychýlí z rovnováhy. Dnes už víme, že není pouze duševní zdraví a duševní nemoc, ale že se jedná o určité **kontinuum** (viz Obrázek 2). Každý z nás se na něm během života pohybuje a zvýšený stres, negativní události, krize apod. nás mohou vychýlit mimo pocit duševní pohody a nemusí to rovnou znamenat, že se u nás rozvine nějaká duševní nemoc. Záleží na mnoha

³⁶ <https://www.nudz.cz/files/pdf/tz-opatruj-se.pdf>

faktorech, jak rychle se nám opět podaří vrátit se zpátky, nicméně jsou určité změny a projevy, u kterých bychom měli zpozornět, především pokud trvají příliš dlouho a jsou pro nás výrazně neobvyklé. Kdy se tedy už „něco děje“?

Americká Národní aliance psychických onemocnění (NAMI) uvádí například následující varovné příznaky:³⁷

- významný strach, úzkost, obavy, pocity viny;
- nadměrné pocity smutku nebo vzteku;
- pocity zmatku a problémy soustředit se;
- problémy s vnímáním vlastních pocitů;
- příliš rychlé a výrazné změny nálad;
- vyhýbání se sociálním kontaktům, problém navázat s druhými kontakt, porozumět jim;
- změny spánku, pocity zvýšené únavy;
- změny v jídle – jím víc nebo výrazně méně;
- změny v sexuálním chování;
- zvýšené užívání alkoholu a dalších návykových látek;
- fyzické obtíže bez zjevné fyzické příčiny (bolesti hlavy, nevolnosti, vágní bolesti);
- problém se zvládnutím každodenních úkolů;
- pocity odpojení od reality.

Obrázek 2. Co je duševní zdraví?



Zdroj: NUDZ. (2021, 6. 9.). Co je duševní zdraví? NA ROVINU.³⁸ (na webu se můžete dozvědět více o stigmatizaci psychických onemocnění nebo o duševním zdraví).

³⁷ <https://www.nami.org/About-Mental-Illness/Warning-Signs-and-Symptoms>

³⁸ <https://narovinu.net/dusevni-zdravi-a-nemoc>

V tomto ohledu neexistuje jednotná rada, kritérium, které by fungovalo u každého. Pro každého je normální něco jiného a vychylení z normy vypadá u každého jinak. Například pro introvertního člověka je setkání s kamarády jednou týdně normální, pro někoho významně společenského, kdo byl zvyklý trávit každý večer venku, už to dlouhodobě může být významná odchylka. Jak zmiňujeme výše, je potřeba vnímat vše individuálně v kontextu vás, vašich blízkých, vašich studujících nebo kolegů, případně pokud si nejste jistí, obrátit se na odbornou pomoc.

2.10 Závěr

Předchozí text obsahuje velmi zhuštěné informace, které by samy o sobě vydaly na několik knih (a mnoho knih už o tomto tématu skutečně existuje). Jeho cílem nebylo nabídnout vám vyčerpávající přehled všech dostupných informací, ale spíše vás zkusit podnítit k zamyšlení, co během distanční výuky můžete zažívat jak jako studenti, tak i jako vyučující.

Je zřejmé, že stres a psychické obtíže na vysokých školách jsou časté a měli bychom jim věnovat pozornost. Studující se SP mohou navíc zažívat zvýšenou míru stresu, protože musejí řešit i přidružené problémy, které se jejich vrstevníků většinou netýkají. Stres má vliv na naše výkony a psychickou pohodu a může tedy ovlivňovat i naši schopnost zapojit se úspěšně do distanční výuky. Ta sama o sobě může být významně náročnější i proto, že online prostředí nás může více vyčerpávat. Výsledkem zvýšeného stresu a únavy pak může být i zvýšené procento času, který věnujeme prokrastinaci. Díky čemuž se můžeme dostat až do začarovaného kruhu stres-únava-prokrastinace-stres a tak dále.

Porozumět účinkům a fungování stresu nám může pomoci být i sami k sobě více chápaví. Naše snížená výkonnost, únava nebo problém se soustředit totiž nemusí být dána leností nebo naší neschopností.

Velkou pozornost bychom tak měli věnovat strategiím, pomocí kterých stres zvládneme, tomu, zda jsou funkční a dlouhodobě udržitelné, zda nám pomáhají stresové situace řešit, nebo nám naopak stres ještě zvyšují. V souvislosti s tím je pak také důležité mít dostatečnou sociální oporu, která může mít významný ochranný efekt.

Pokud cítíte, že je toho na vás během distanční výuky moc, pocítujete některé z výše uvedených varovných příznaků nebo se jen potřebujete s někým poradit, je vždy dobrou možností obrátit se na poradenské centrum vaší univerzity, případně na pracoviště, které se věnuje studujícím se specifickými

potřebami. Ne vždy jsou si studující (ale i vyučující) jistí, zda už daný problém je skutečně dostatečně závažný, aby bylo potřeba ho řešit, obávají se, že to řeší zbytečně a nechťejí pracovníky zatěžovat. Většinou však platí, že pokud už začnete zvažovat, že požádáte o pomoc, má to své opodstatnění. Pracovníci poradenských center by měli být připraveni vás případně i odkázat, pokud je potřeba obrátit se někam jinam.

Pokud máte pocit, že už byste možná pomoc potřebovali, je možné použít screeningové online testy, které připravili odborníci z dané oblasti – více na „Otestuj se“³⁹ Na stejné stránce najdete i užitečné informace o psychickém zdraví a psychohygieně.

Dobrym začátkem může být i prozkoumání kvalitních online zdrojů, skvělá je v tomto ohledu například organizace Nevypust duši.⁴⁰ Naleznete zde například skvělé infografiky nebo tipy na relaxační cvičení. Stejně tak je možné využít i materiály a videa, které dali dohromady psychologové od Hasičů ČR⁴¹ nebo od Armády ČR.⁴²

Protože téma duševního zdraví je velmi aktuální, začínají také vznikat i první mobilní aplikace v českém prostředí, prozatím jsme zaznamenali například Napanikař!⁴³, kterou vytvořila brněnská studentka VUT Veronika Kamenská společně se svými kolegy (Häckl, 2021). Nebo PPP – první psychologická pomoc, kterou vytvořila pracovní skupina Českomoravské psychologické společnosti (dostupné pro Android⁴⁴).

Vždy je také možné anonymně kontaktovat některou z krizových linek, jako je například Linka Bezpečí, ta je určena i studentům VŠ až do 26 let⁴⁵ nebo linka První psychologické pomoci⁴⁶. V rámci krajů však existují i další oblastní linky, někdy může být výhodnější obracet se na ně, protože vás mohou lépe odkázat na další péči v daném kraji.

V neposlední řadě, pokud se rozhodnete vyhledat psychologickou nebo jinou pomoc mimo univerzitu, může být dobrým pomocníkem rozcestník od Nevypust duši⁴⁷ nebo nově vzniklá databáze terapeutů.⁴⁸

³⁹ Otestuj se (2021, 7. 9.). Opatruje se. Otestuj se. *Národní ústav duševního zdraví*. Dostupné z: <https://www.opatruj.se/otestujte-se>

⁴⁰ <https://nevypustdusi.cz/>

⁴¹ <https://tvhasici.cz/>

⁴² <https://www.psychologove.army.cz/>

⁴³ <https://napanikar.eu/>

⁴⁴ <https://play.google.com/store/apps/details?id=cz.nic.ppp&hl=cs&gl=US>

⁴⁵ <https://www.linkabezpeci.cz/>

⁴⁶ <http://linkapsychickepomoci.cz/>

⁴⁷ <https://nevypustdusi.cz/kde-hledat-pomoc/>

⁴⁸ <https://www.terapie.cz/>

Rádi bychom se zde vyhnuli tomu, že se všemi psychickými problémy je nutné navštěvovat psychologa, psychiatra nebo jiného odborníka na duševní zdraví. Mnoho problémů a obtíží jistě zvládnete sami, případně s dopomocí knih, videí či webových stránek. Na druhou stranu, některé situace už odbornou pomoc vyžadují a její oddalování často prohlubuje naše problémy, až se z původně malé obtíže může stát problém ovlivňující celý náš život. Řešit něco, když už to takzvaně „hoří“, většinou znamená, že to bude vyžadovat delší a intenzivnější řešení.

Literatura

- American College Health Association (2021). *American College Health Association-National College Health Assessment III: Reference Group Executive Summary Spring 2021*. Silver Spring, MD: American College Health Association.
- American College Health Association (2015). *American College Health Association-National College Health Assessment II: Reference Group Executive Summary Fall 2014*. Hanover, MD: American College Health Association.
- Bangasser, D. A., Eck, S. R., & Sanchez, E. O. (2019). Sex differences in stress reactivity in arousal and attention systems. *Neuropsychopharmacology*, 44(1), 129–139.
- Booth, R., & Sharma, D. (2009). Stress reduces attention to irrelevant information: Evidence from the Stroop task. *Motivation and Emotion*, 33(4), 412–418.
- Bryce, C. P. (2001). *Stress management in disasters*. Pan American Health Organization.
- Burka, J. B., & Yuen, L. M. (1982). Mind games procrastinators play. *Psychology Today*, 16(1), 32.
- Coduti, W. A., Hayes, J. A., Locke, B. D., & Youn, S. J. (2016). Mental health and professional help-seeking among college students with disabilities. *Rehabilitation Psychology*, 61(3), 288.
- Farran, B. (2004). *Predictors of academic procrastination in college students* (Doctoral dissertation, ProQuest Information & Learning).
- Fleming, A. R., Edwin, M., Hayes, J. A., Locke, B. D., & Lockard, A. J. (2018). Treatment-seeking college students with disabilities: Presenting concerns, protective factors, and academic distress. *Rehabilitation psychology*, 63(1), 55.
- Fosslien L., & Duffy. M. W. (2020, 29. 4.). How to Combat Zoom Fatigue. *Harvard Business Review*. Dostupné z: <https://hbr.org/2020/04/>

how-to-combat-zoom-fatigue

- Freire, C., Ferradás, M. D. M., Regueiro, B., Rodríguez, S., Valle, A., & Núñez, J. C. (2020). Coping strategies and self-efficacy in university students: a person-centered approach. *Frontiers in psychology*, 11, 841.
- Glennon, T. J. (2001). The stress of the university experience for students with Asperger syndrome. *Work*, 17(3), 183-190.
- Groomes, D. A., & Leahy, M. J. (2002). The relationships among the stress appraisal process, coping disposition, and level of acceptance of disability. *Rehabilitation Counseling Bulletin*, 46(1), 14-23.
- Häckl, Mertha (2021, 7. 2.). Nepanicárte, nabádá Veroničina mobilní aplikace. Zachraňuje životy ve 150 zemích. *IDNES*. Dostupné z: https://www.idnes.cz/onadnes/vztahy/aplikace-nepanikarte-veronika-kamenska-panika-stres-uzkost.A210204_145128_ona-vztahy_jup
- Heiman, T. (2006). Social support networks, stress, sense of coherence and academic success of university students with learning disabilities. *Social psychology of education*, 9(4), 461-478.
- Holmes, T. H., & Rahe, R. H. (1967). *The social readjustment rating scale*. *Journal of psychosomatic research*.
- Hong, B. S. (2015). Qualitative analysis of the barriers college students with disabilities experience in higher education. *Journal of College Student Development*, 56(3), 209-226.
- Hunt, J., & Eisenberg, D. (2010). Mental health problems and help-seeking behavior among college students. *Journal of adolescent health*, 46(1), 3-10.
- Janusis, G. M., & Weyandt, L. L. (2010). An exploratory study of substance use and misuse among college students with and without ADHD and other disabilities. *Journal of Attention Disorders*, 14(3), 205-215.
- Joëls, M., Pu, Z., Wiegert, O., Oitzl, M. S., & Krugers, H. J. (2006). Learning under stress: how does it work? *Trends in cognitive sciences*, 10(4), 152-158.
- Knapstad, M., Sivertsen, B., Knudsen, A. K., Smith, O. R. F., Aarø, L. E., Lønning, K. J., & Skogen, J. C. (2021). Trends in self-reported psychological distress among college and university students from 2010 to 2018. *Psychological medicine*, 51(3), 470-478.
- Leighton, J. (2021, 23. 2.). Stanford researchers identify four causes for „Zoom fatigue” and their simple fixes. Stanford News. Dostupné z: <https://news.stanford.edu/2021/02/23/four-causes-zoom-fatigue-solutions/>
- Li, L., Gao, H., & Xu, Y. (2020). The mediating and buffering effect of academic self-efficacy on the relationship between smartphone addiction and academic procrastination. *Computers & Education*, 159, 104001.

- Murray, C., Lombardi, A., Bender, F., & Gerdes, H. (2013). Social support: Main and moderating effects on the relation between financial stress and adjustment among college students with disabilities. *Social Psychology of Education, 16*(2), 277-295.
- Národní ústav duševního zdraví (2021, 6. 9.). Co je duševní zdraví? NA ROVINU. Dostupné z: <https://narovinu.net/dusevni-zdravi-a-nemoc/>
- Národní ústav duševního zdraví (2021, 15. 2.). V důsledku pandemie covid-19 se s duševním onemocněním potýká téměř každý třetí dospělý. NUDZ. Dostupné z: <https://www.nudz.cz/files/pdf/tz-opatruj-se.pdf>
- Otestuj se (2021, 7. 9.). Opatruje se. Otestuj se. *Národní ústav duševního zdraví*. Dostupné z: <https://www.opatruj.se/otestujte-se>
- Overbey, G. A., Snell Jr, W. E., & Callis, K. E. (2011). Subclinical ADHD, stress, and coping in romantic relationships of university students. *Journal of Attention Disorders, 15*(1), 67-78.
- Pfeifer, T. A., Kranz, P. L., & Scoggin, A. E. (2008). Perceived stress in occupational therapy students. *Occupational Therapy International, 15*(4), 221-231.
- Pientrangelo, Ann. (2020, 22. 10.) What the Yerkes-Dodson Law Says About Stress and Performance. *Healthline*. Dostupné z: <https://www.healthline.com/health/yerkes-dodson-law#stress-performance-bell-curve>
- Reed, M. J., & Kennett, D. J. (2017). The Importance of University Students' Perceived Ability to Balance Multiple Roles: A Comparison of Students with and without Disabilities. *Canadian Journal of Higher Education, 47*(2), 71-86.
- Reiff, A. et al., (2001). Etanercept therapy in children with treatment-resistant uveitis. *Arthritis & Rheumatism: Official Journal of the American College of Rheumatology, 44*(6), 1411-1415.
- Ribeiro, Í. J., Pereira, R., Freire, I. V., de Oliveira, B. G., Casotti, C. A., & Boery, E. N. (2018). Stress and quality of life among university students: A systematic literature review. *Health Professions Education, 4*(2), 70-77.
- Roflikova, M. (2021, 5. 9.). Tipy na každý den. Český *mindfulness institut*. Dostupné z: <http://www.mindfulness-institut.cz/tipy-na-kazdy-den/>
- Sanders. R. (2014, 11.1.). New evidence that chronic stress predisposes brain to mental illness. *Berkeley News*. Dostupné z: <https://news.berkeley.edu/2014/02/11/chronic-stress-predisposes-brain-to-mental-illness/>
- Sänger, J., Bechtold, L., Schoofs, D., Blaszkewicz, M., & Wascher, E. (2014). The influence of acute stress on attention mechanisms and its electrophysiological correlates. *Frontiers in behavioral neuroscience, 8*, 353.
- Seladi-Schulman, Jill (2020, 20. 4.) What to Know About Your Brain's Frontal Lobe. *Healthline*. Dostupné z: <https://www.healthline.com/health/>

frontal-lobe

- Senecal, C., Koestner, R., & Vallerand, R. J. (1995). Self-regulation and academic procrastination. *The journal of social psychology, 135*(5), 607–619.
- Sherman, R. O. (2013). Imposter syndrome: When you feel like you're faking it. *American Nurse Today, 8*(5), 57–58.
- Schaufeli, W. B., Martinez, I. M., Pinto, A. M., Salanova, M., & Bakker, A. B. (2002). Burnout and engagement in university students: A cross-national study. *Journal of cross-cultural psychology, 33*(5), 464–481.
- Sirois, F. M. (2014). Procrastination and stress: Exploring the role of self-compassion. *Self and Identity, 13*(2), 128–145.
- Stanford. Study about your experience while attending video conferences. *Stanford*. Dostupné z: https://stanforduniversity.qualtrics.com/jfe/form/SV_3f9xepi9ryP7WK2
- Stein, K. F. (2013). DSS and accommodations in higher education: Perceptions of students with psychological disabilities. *Journal of Postsecondary Education and Disability, 26*(2), 145–161.
- Stoeber, J., Childs, J. H., Hayward, J. A., & Feast, A. R. (2011). Passion and motivation for studying: predicting academic engagement and burnout in university students. *Educational Psychology, 31*(4), 513–528.
- Stoliker, B. E., & Lafreniere, K. D. (2015). The influence of perceived stress, loneliness, and learning burnout on university students' educational experience. *College student journal, 49*(1), 146–160.
- Student Accessibility Services (2021, 6. 9.). Screen Time Reduction and Self-Care Tips. *Yale University*. Dostupné z: <https://sas.yale.edu/covid-19/screen-time-reduction-self-care-tips#>
- Sullivan, J. R. (2010). Preliminary psychometric data for the academic coping strategies scale. *Assessment for Effective Intervention, 35*(2), 114–127.
- Squires, M. E., & Countermine, B. (2018). College students with disabilities explain challenges encountered in professional preparation programs. *Exceptionality Education International, 28*(1).
- Szkody, E., Stearns, M., Stanhope, L., & McKinney, C. (2020). Stress-Buffering Role of Social Support during COVID-19. *Family process*.
- Tice, D. M., & Baumeister, R. F. (1997). Longitudinal study of procrastination, performance, stress, and health: The costs and benefits of dawdling. *Psychological science, 8*(6), 454–458.
- Tobin, D. L., Holroyd, K. A., Reynolds, R. V., & Wigal, J. K. (1989). The hierarchical factor structure of the Coping Strategies Inventory. *Cognitive therapy and research, 13*(4), 343–361.

- Umucu, E., & Lee, B. (2020). Examining the impact of COVID-19 on stress and coping strategies in individuals with disabilities and chronic conditions. *Rehabilitation psychology, 65*(3), 193.
- Večeřová-Procházková, A., & Honzák, R. (2008). Stres, eustres a distres. *Interní medicína pro praxi, 10*(4), 188-192.
- Weiner, E., & Weiner, J. (1996). Concerns and Needs of University Students with Psychiatric Disabilities. *Journal of Postsecondary Education and Disability, 12*(1), 2-9.
- Ye, Z., Yang, X., Zeng, C., Wang, Y., Shen, Z., Li, X., & Lin, D. (2020). Resilience, social support, and coping as mediators between COVID-19-related stressful experiences and acute stress disorder among college students in China. *Applied Psychology: Health and Well-Being, 12*(4), 1074-1094.
- Zhang, H., Nurius, P., Sefidgar, Y., Morris, M., Balasubramanian, S., Brown, J., & Mankoff, J. (2020). *How Does COVID-19 impact Students with Disabilities/ Health Concerns?* arXiv preprint arXiv:2005.05438.

3. Distanční výuka u vysokoškolských studentů se zrakovým postižením

Pavλίna Šumníková, Lenka Dobešová

3.1 Popis skupiny, základní terminologie, dopady na vzdělávání

Typologie postižení zraku

Za závažné postižení zraku je většinou považována taková úroveň vizuální percepce, při které je zrak užíván se značným omezením.

Co je slepota? Mnoho lidí se domnívá, že nevidomí jedinci nemají žádné vidění, a tudíž žijí v naprosté tmě. Představy o slepotě si spojují intaktní jedinci s tmou, kdy „šátrají“ po věcech nebo zakopávají o nábytek. Ve skutečnosti jen 10 % všech lidí, kteří jsou diagnostikováni jako nevidomí, jsou totálně nevidomí. Většina nevidomých reaguje na světelné podněty nebo pohybující se objekty, a nežijí tedy ve světě totální tmy – řadí se do kategorie „prakticky nevidomých“.

Lze vymezit **pět typů narušení vizuální percepce**:

Ztráta zrakové ostrosti, postižení širě zorného pole, okulomotorické problémy, obtíže se zpracováním zrakových informací v centrálním nervovém systému a poruchy barvocitu. Není neobvyklé, má-li zrakově postižený problémy současně v několika z těchto oblastí.

Student se **ztrátou zrakové ostrosti** nevidí zřetelně. Má obtíže s rozlišováním detailů, ale nemusí mít potíže s identifikací velkých předmětů. Stupeň poškození je velmi rozdílný.

Postižení zorného pole znamená omezení prostoru, který ZP vidí. Při této vadě se může, ale nemusí, projevit omezení zrakové ostrosti. Ztrátu zorného pole je obtížné změřit, zejména u malých dětí, neboť praxe ukazuje, že spolupracovat na vyšetření je dítě schopno až přibližně od pěti let věku. Pokud má jedinec výpadek v centru zrakového pole, bude mít problémy při pohledu přímo před sebe a bude se dívat stranou, aby viděl zřetelněji. Výpadek periferního vidění se může objevit v horním, dolním nebo postranním poli. Při pohybu v prostoru naráží postižený na předměty na té straně, kde je výpadek. Nemusí mít však problém při práci nablízko. Mohou

se projevit potíže s diskriminací barev, případně se zhoršuje vidění za šera a při adaptaci na změnu osvětlení.

Okulomotorické poruchy nastávají při vadné koordinaci pohybu očí. Student může mít potíže při používání obou očí, při sledování pohybujícího se předmětu nebo při jeho prohlížení, předmět sleduje nejprve jedním, pak druhým okem. Při pohledu na blízký předmět, se při okulomotorické poruše může jedno oko stáčet dovnitř, druhé zevně, nebo se obě asymetricky stácejí dovnitř. Objevují se obtíže s přesně mířenými pohyby a při uchopování předmětu. Může se projevit i nystagmus, rytmické, trhavé mimovolní pohyby očí. Nystagmus nepatří mezi poruchy koordinace očních svalů.

Problémy zpracování zrakových podnětů vznikají u dětí a dospělých s poškozením zrakových center CNS. Studenti s kortikálním postižením zraku, tzv. korovou slepotou, mají problémy se zpracováním zrakové informace, i když není poškozena sítnice ani zrakový nerv. U dítěte se objevují problémy s interpretací zrakové informace a jejím spojením s ostatními smyslovými vjemy při vytváření zrakového obrazu.

Z hlediska **narušení barevného vnímání** se rozeznávají poruchy, které postihují vnímání barvy červené a zelené, a to 8 % u mužů, zatímco u žen je výskyt poruch barevné percepcce pouze 0,4%. Lze vymezit poruchu částečnou, při níž postižený nevidí červenou barvu, to je protanop, nebo vidí červenou barvu hůře - protanomal. Narušené vnímání zelené barvy - deuteranop, zhoršené vnímání zelené barvy - deuteranomali. Percepcce, která neumožňuje vnímání modré barvy - tritanopie, případně zhoršené vnímání modré barvy - tritanomálie. Příčinou monochromatismu je skutečnost, že osoba s touto vadou má v čípcích pigment jen pro jednu základní barvu, v jejichž odstínech vnímá barevně okolí a může být monochromat pro barvu modrou, zelenou a červenou. Při achromazii je jedinec totálně barvoslepy, nemá žádné čípkové pigmenty, v tyčinkách je přítomen rhodopsin, který umožňuje adaptaci na světlo a tmu, vidění je pak v podstatě černobílé.

Rozdělení zrakových vad podle stupně

Stupně zrakového postižení lze rozdělit do následujících skupin:

- **Slabozrakost** je definována jako stav charakteristický snížením zrakové ostrosti obou očí, a to i s brýlovou korekcí. Tento stav působí postiženému potíže v běžném životě. Podle stupně postižení rozlišujeme slabozrakost lehkou, střední a těžkou. Slabozrakost je vada orgánová, poškozeno může být zevní i vnitřní oko, zrakové dráhy nebo zrakové centrum. Vada může být stacionární i progresivní.

- **Zbytky zraku** – osoby se zbytky zraku mají dolní hraniční míru vnímat zrakem. Pro ilustraci lze uvést, že osoba s takovým handicapem může číst písmo o velikosti plakátového písma. Orientace v prostoru za použití zraku není zpravidla možná.
- **Slepota (amauróza)** je neschopnost jedince vnímat zrakem, i když je zachováno určité zrakové čítí (světlocit). Definice *Světové zdravotnické organizace WHO* a její mezinárodní klasifikace chorob uvádí, že osoby nevidomé jsou ty, jejichž ostrost zraku s co nejlepší korekcí se pohybuje od maxima 3/60 po stav, kdy jedinec nevnímá světlo. Z výše uvedeného vyplývá, že slepotu lze rozdělit na praktickou (světlocit je zachován, příp. je zachována projekce) a totální (úplná absence vidění). Při poškození zorného pole v rozsahu 5 stupňů a méně lze jedince považovat jako prakticky nevidomého.

Dopady zrakového postižení/znevýhodnění na vzdělávání

Z odborné literatury definujeme tři základní omezení, které zrakové postižení působí.

1. Rozsah a rozmanitost zkušeností

Člověk s těžkým zrakovým postižením je po celý život vystaven informačnímu deficitu. V rovině psychiky lze toto dlouhodobé neuspokojování potřeby vizuálních podnětů nazývat senzoričkou deprivací. Vliv senzoričké deprivace lze dokázat např. opožďováním psychomotorického vývoje těžce zrakově postiženého dítěte. V pozdějším věku stále pocituje zrakově postižený své znevýhodnění. Toto tvrzení lze doložit údajem o tom, že 80–90 % informací přicházejících z okolí vnímáme zrakem, tudíž při jeho absenci nebo značném omezení má jedinec méně zkušeností se světem jako takovým.

2. Schopnost pohybu – mobility

Již jen představa, že nám někdo zaváže oči a nechá nás stát na méně známém či neznámém místě, v nás vzbuzuje pocit bezradnosti v dané situaci. Zrakově postižený jedinec se musí naučit vyrovnávat se s maximální závislostí na člověku, který jej „vodí“ – průvodce nevidomého. Nebo se rozhodne pro zvládnutí a překonání vnitřní bariéry – strachu – a započne s pozvolným osamostatňováním prostřednictvím nácviku mobility. Známé trasy může zvládat bez průvodce. Jsou však situace a trasy, kdy je vhodné o pomoc požádat. Nevidomý člověk je mobilní, jestliže je schopen shromažďovat a využívat dostatečné informace o svém životním prostředí tak, aby přešel úrazům a aby dosáhl zamýšleného cíle bez větší námahy. Odborná literatura dále upozorňuje

na potřebu zvládnutí základních technik, které jsou cílem vyučovacího procesu, neboť mobilita není vrozenou dovedností a vyžaduje metodické vedení rozvoje přirozených schopností.

3. Redukování kontroly prostředí a vlastní osoby v prostředí

Toto třetí omezení má spíše „sociální“ charakter. Pomůže možná malá zkouška nebo představa. Vidící člověk může ve společnosti, v učebně zavřít oči a zkusit identifikovat lidi po hlase, nebo se pokusit zapojit do hovoru – bez vizuální kontroly okolí. Velmi rychle zjistí, že postrádá oční kontakt, gesta.

Tato „komunikační“ bariéra může být i ze strany spolužáků, kteří nevědí, jak se mají chovat k těžce zrakově postiženému dítěti. Mnohdy přiznávají pocit ostychu pramenící z neznalosti.

Zrakové postižení omezuje člověka také v oblasti sebeobslužných dovedností, které jsou potřebné při hygieně, oblékání, péči o domácnost a péči o dítě. Tyto aktivity jsou odvislé od věku jedince (předškolák, školák, dospělý, ...).

Výše zmíněná tři omezení lze charakterizovat jako objektivní důsledky slepoty.

Pokud má studující zrakové postižení či oslabení zrakových funkcí, dochází k problémům při vzdělávání. Projevy zrakových vad najdeme v řadě studijních aktivit a mohou mít tyto společné znaky:

- poruchy zrakové diferenciací – hledání rozdílů nebo shod mezi číslicemi, písmeny, šablonami, obrysy, obrázky, symboly, poruchy vnímání barev, vnímání čáry, řádku, prostoru, potíže při překreslování, obkreslování, hledání detailu v textu, obrázku, neschopnost spojování teček podle předlohy, vpisování do čtverečků, orientace na řádku, v textu, chybovost v přepisování textu;
- poruchy pozornosti a soustředění;
- zvýšená chybovost jak při čtení, tak i při psaní a počítání;
- rychlá a zvýšená unavitelnost;
- bolesti hlavy až zvracení, slzení, pálení očí, mrkání, tik, natáčení hlavy aj.

Větší či menší problémy se zrakovým vnímáním u studujících se zrakovým postižením se projevují ve všech vzdělávacích oblastech i vzdělávacích oborech. Kromě čtení, psaní a počítání jsou obtížné činnosti jako práce s mapou, drobné manuální činnosti, prohlížení přírodnin, orientace a činnost v tělocvičně a mnoho dalších. Specifické problémy se objevují u studentů, kteří při vzdělávání znak používat vůbec nemohou. Tito studující potřebují podpůrná opatření a techniku nejen k získání znalostí, dovedností, aby mohli plnit studijní výstupy, ale i výcvik v mnohých speciálních dovednostech. Teprve využitím speciálních dovedností (práce s kompenzačními pomůckami, speciální

technikou a aplikacemi atd.) mohou studenti disponovat klíčovými kompetencemi a úspěšně studovat.

Student se zrakovým postižením, který se hlásí na vysokou školu, by měl mít osvojené dovednosti, které mu umožní v co největší možné míře kompenzovat nedostatky v uvedených oblastech. Obecnou minimální dovedností studentů se specifickými potřebami je infromatická a technická gramotnost, jež umožňuje využívání specifických kompenzačních a reedukačních pomůcek a technologií a zajišťující maximální nezávislost na individuální asistenci. U studentů se zrakovým postižením se jedná:

- **V případě uživatelů zraku** (lehce zrakově postižený) o hardwarové a softwarové prostředky pro vizuální přizpůsobení vizuálních dokumentů tištěných i elektronických, přizpůsobení aplikačního prostředí pro práci s dokumenty i systémového prostředí pro práci s aplikací;
- **v případě uživatelů hmatu** (těžce zrakově postižený, nevidomý) o znalost šestibodové i osmibodové normy bodového písma (pokud jeho sledování nebrání zdravotní stav studenta), včetně specifické oborové normy a normy platné pro zápis jazyka, který je předmětem studia jazyky a schopnosti efektivní práce s hmatovými dokumenty, vč. hmatové grafiky; dále znalost práce s odečítačem obrazovky, hmatovým displejem a hlasovým syntetizérem včetně syntézy jazyka, který je předmětem studia; student je schopen samostatné editace dokumentů textových i symetrických dokumentů tabulkových, určených pro vizuální tisk; uživatel hmatu/hlasu navíc i dokumentů určených pro hmatový tisk.

Specifické potřeby studentů této skupiny (s rozlišením A1/A2)

Pro potřeby vysokoškolského studia jsou studenti se zrakovým postižením podle metodiky MŠMT rozděleni do dvou skupin: A1/A2.

A1 Lehce zrakově postižený/Uživatel zraku

Osoba, jejíž zraková vada stále umožňuje práci zrakem (a to i s textem), s běžnými formáty dokumentů, včetně vizuálních. Někdy vyžaduje i editovatelný formát textového dokumentu. Úprava obrazu většinou spočívá ve zvětšování nebo jiných změnách optického charakteru. Pokud je třeba, může využívat i odečítače obrazovky.

A2 Těžce zrakově postižený/Uživatel hmatu/hlasu (A2)

Osoba, která pracuje buď s hmatově tištěnými dokumenty nebo s odečítači

obrazovky (v kombinaci s hmatovým displejem nebo hlasovým výstupem), a tedy vyžaduje editovatelný formát textového dokumentu, příp. dokument obsahově i formálně adaptovaný.

V rámci vstupní a následných kontrolních funkčních diagnostik se ukazují tyto potřeby studentů:

- časová kompenzace při práci s psaným textem;
- zpřístupnění studijní literatury;
- časová kompenzace při práci s digitalizovanými nebo jinak zpřístupněnými studijními materiály;
- úprava velikosti písma (zvětšený černotisk);
- nároky na práci s multimédií – kompenzace nepřístupných dokumentů;
- využívání speciálních pomůcek při studiu (včetně softwaru);
- požadavek individuální výuky: příležitostné, přechodné či soustavné.

Dále jsou v rámci funkční diagnostiky řešeny i osobní potřeby vyplývající z daného postižení (naplňování na základě dohody studenta s vyučujícím):

- osobní asistence: příležitostná, pravidelná, trvalá;
- studijní asistence jednorázová, příležitostná, pravidelná;
- prostorová orientace: jednorázová, příležitostná;
- preference zkoušení: písemné či ústní;
- navýšení času při zkoušení;
- poskytování studijních podkladů (prezentací) v elektronické podobě.

Studenti se zrakovým postižením mají nárok používat tyto služby a opatření:

- a) Zpřístupnění obsahu výuky a studijní literatury (editovatelné elektronické dokumenty, needitovatelné dokumenty, audiodokumenty);
- b) hmatové dokumenty, hmatová grafika;
- c) asistence při studiu;
- d) zapůjčení pomůcek;
- e) individuální výuka (příležitostná / přechodná /soustavná);
- f) časová kompenzace při plnění studijních povinností a kontrol studia;
- g) prostorová orientace (intenzivní/příležitostná).

Závěrem této kapitoly

Jednotliví studenti se zrakovým postižením se liší v míře podpory, kterou jejich znevýhodnění z hlediska dopadů vyžaduje. Studenti mají různé typy zrakového postižení, které se liší nejen diagnózou, ale také funkčními dopady. Je důležité mít na paměti, že je rozdíl, zda využívají zbytků zraku, či jsou

nevidomí. Toto dělení je nastaveno i při podpoře studentů na vysokých školách. Ke každému studentovi je třeba přistupovat individuálně.

Student se zrakovým postižením, který se hlásí na vysokou školu, by měl mít osvojené dovednosti, které mu umožní v co největší možné míře kompenzovat nedostatky, způsobené sníženým zrakovým vnímáním, které se projevují ve všech vzdělávacích oblastech i vzdělávacích oborech. Kromě čtení, psaní a počítání jsou obtížné činnosti jako práce s mapou, drobné manuální činnosti, prohlížení přírodnin, orientace a činnost v tělocvičně a mnoho dalších.

Vždy se najdou studenti, kteří vědomě nevyhledávají podporu poskytovanou vysokými školami nebo využívají neformální podporu ze strany rodičů a přátel. Musíme vždy vzít v úvahu jedinečnost každého člověka, tedy i studenta se zrakovým postižením.

Užitečné odkazy

- Centrum Carolina – UK Point (2021, 29. 8.). *Nabídka služeb*. Univerzita Karlova. Dostupné z: <https://centrumcarolina.cuni.cz/CC-25.html>
- Dopady zrakového postižení a oslabení zrakového vnímání na vzdělávání (2021, 10. 9.). *Katalog podpůrných opatření*. Dostupné z: <http://katalogpo.upol.cz/zrakove-postizeni-nebo-oslabeni-zrakoveho-vnimani/2-dopady-zrakoveho-postizeni-a-oslabeni-zrakoveho-vnimani-na-vzdelavani/>

3.2 Specifické těžkosti studentů této skupiny v online výuce/při distančním vzdělávání (s rozlišením A1/A2)

Studenti se sníženou zrakovou ostrostí

Studenti se sníženou zrakovou ostrostí mohou trpět zvýšenou unavitelností očí, potřebují delší čas, mohou se špatně orientovat v textu, a tím i ve vlastním učitelově výkladu. To platí i pro online výuku, kde je základem sledování vizuálních podnětů na počítačové obrazovce. Někdy nemusí být dobrý signál, a tudíž nemusí být vyučující zřetelně slyšet, což je další, přídatná bariéra.

Studenti se zrakovým postižením, kteří přicházejí na vysokou školu, mají ale trénink ve využívání moderních technologií, je to v současné době jejich zásadní zdroj informací při získávání materiálů ke studiu, nemávají většinou s jejich používáním problém.

Studenti s úplnou ztrátou zraku

Studenti s úplnou ztrátou zraku nemohou využít vizuální podporu, někteří proto využívají počítač s hlasovým výstupem či digitální čtecí zařízení s hlasovým výstupem. Proto musí být při online výuce s vypnutým mikrofonem, mají-li souběžně pracovat s pomocným textem.

Závěrem této kapitoly

Jak jsme již zmínili výše, studenti se zrakovým postižením jsou rozděleni do dvou skupin: A1/A2, tedy studenti se sníženou zrakovou ostrostí a studenti s úplnou ztrátou zraku. Studentům se sníženou zrakovou ostrostí zraková vada stále umožňuje práci zrakem (a to i s textem), s běžnými formáty dokumentů, včetně vizuálních. Někdy vyžadují i editovatelný formát textového dokumentu. Úprava obrazu většinou spočívá ve zvětšování nebo jiných změnách optického charakteru. Pokud je třeba, mohou využívat i odečítače obrazovky.

Nevidomí studenti pracují buď s hmatově tištěnými dokumenty nebo s odečítači obrazovky (v kombinaci s hmatovým displejem nebo hlasovým výstupem). To vyžaduje editovatelný formát textového dokumentu, příp. dokument obsahově i formálně adaptovaný.

Výše uvedené možnosti obtížejí nejsou studijního charakteru, byť se studiem úzce souvisejí.

Užitečné odkazy

- Centrum Carolina - UK Point (2021, 29. 8.). *Nabídka služeb*. Univerzita Karlova49. Dostupné z: <https://centrumcarolina.cuni.cz/CC-25.html>
- Průvodce pomůckami - Zrakové vady. (2021, 12. 9.). *SPEKTRA v.d.n.* Dostupné z: <https://spektra.eu/pruvodce-zrakove-vady/>

3.3 Podpůrné technické/technologické přístupy k modifikacím v online výuce

Pro lepší orientaci ve výkladu spojeném s prezentací studenti vítají **zaslání prezentace, případně sylabu či osnovy přednášky, s předstihem**, aby se s materiály mohli dopředu seznámit. Zejména v předmětech, kde vyučující sdílí tabuli, na kterou píše, je pro takové studenty obtížné souběžně si

⁴⁹ Konkrétní příklad z Univerzity Karlovy týkající se obecně studentů se specifickými potřebami; na ostatních veřejných vysokých školách v ČR by měla být situace obdobná.

zapisovat poznámky a kontrolovat text na tabuli. Zde může pomoci jak zmíněné zasílání studijních podkladů, tak i **možnost přednášku si nahrát**. Zaslání prezentací s předstihem je vhodné i z toho důvodu, že studenti, kteří při sledování obrazovky PC trpí únavou a pálením očí, si mohou prezentaci vytisknout a vpsívat si do ní vlastní poznámky.

Důležité je, aby prezentaci zaslal vyučující **v přístupném a odemčeném souboru** (prohledávané PDF, Word, PPT) aby s ní student mohl pracovat, vyhledávat si v ní, graficky ji upravit, zvětšovat písmo atd. Záleží na dohodě se studentem, jaký formát právě jemu vyhovuje. V případě potřeby umožní převod do potřebného formátu **program ABBYY FineReader**. Tento software umožňuje převod obrázkových dokumentů do digitálních, editovatelných formátů, zejména do **aplikací Microsoft Word, Microsoft Excel, Microsoft Powerpoint**, do formátů *RTE, HTML* a také do prohledávatelných *PDF*.

Specifika podpory studentů s úplnou ztrátou zraku

Je doporučeno zasílat studentům informace či **prezentace v jednoduché černobílé formě, ideálně ve formátu Word**, velmi přínosné je, pokud mohou studenti získat **materiály před přednáškou**. Důležité je, aby student se soubory mohl pracovat, vyhledávat si v nich, zvětšovat písmo, používat čtecí zařízení. Záleží na dohodě se studentem, jaký formát právě jemu vyhovuje.

Atesty

U písemných atestací, vzhledem k náročnějšímu zpracování textů, potřebují studenti se SP **navýšit časový limit**, případně lze volit ústní zkoušení, pokud byla tato modifikace doporučena v posudku funkční diagnostiky. Vyučující může taktéž případně tolerovat ortograficky nepřesné zápisy slov a termínů.

Platformy pro online komunikaci

Distanční výuka probíhá převážně online formou, a proto je třeba volit takové nástroje, které by mohl používat i zrakově postižený a jsou přístupné s asistivními technologiemi. Za tímto účelem může zrakově postižený používat PC se speciálními softwary, notebook či mobilní telefony a tablety s hlasovým výstupem.

- *Google Meet* - poměrně dobře přístupným nástrojem pro online komunikaci a videokonferenci. Je možné ho používat přes *Android* i *iOS*, ve *Windows 10* funguje v **prohlížečích Chrome, Edge** i *Firefox*. Je třeba

být přihlášen k účtu *Google*. Když vás ke schůzce někdo pozve, účet *Google* není třeba.⁵⁰

- *Zoom* – videokonferenční nástroj vhodný pro online výuku a je přístupný odečítačům obrazovky. V této aplikaci je možné se orientovat i pomocí klávesových zkratk. Je vhodný pro **ústní zkoušení formou videokonference**. *Zoom* umožňuje, jak běžné funkce ztišení mikrofonů účastníků, sdílení plochy, chatování mezi účastníky nebo zaznamenávání konference ve formě videa, tak funkce pokročilé, jako například možnost sdílení prezentance.⁵¹
- *Microsoft Teams* – i tento nástroj je přístupný s odečítačem obrazovky, ale s jistými omezeními. Pro studenty se zrakovým postižením, kteří potřebují využívat klávesové zkratky, není tato platforma vhodná. *Teams* je služba společnost *Microsoft*, lze v něm pořádat schůzky v podobě audio/video hovoru. Opět funguje ve *Windows 10*, na platformě *Android* i *iOS*. Lze také použít běžný internetový prohlížeč bez nutnosti instalace aplikací.⁵²
- *Skype* – další prostředek komunikace, lze jej využívat jak pro osobní komunikaci, tak i jako pracovní nástroj při výuce. Lze ho používat na stolním PC i mobilních zařízeních (*Windows*, *iOS*, *MacOS*, *Android*).⁵³

Využití jednotlivých platforem můžeme sledovat z následující výpovědi:

„...Já už jsem zvládla asi 5 platforem a vše úspěšně. No a v tomto týdnu jsem se naučila sdílet prezentaci přes Zoom. Vyučující byla tak hodná, že mi umožnila zkoušku nanečisto, během které mi radila, ať si tam najedu myš. Když jsem odpověděla, že myš nemám, řekla, ať tedy použiju touchpad.“ (Studenti se zrakovým postižením se orientují a obsluhují počítač prostřednictvím klávesových zkratk, pozn. aut.)

*„No, naštěstí je má počítačová gramotnost přiměřená, takže jsem si na to přišla sama. Dokonce jsem udělala velký objev, že dnešní odečítače umožňují prezentaci spustit tak, abych ji viděla i já. **Takže jsem snad poprvé v historii prezentovala jako vidící** (když nepočítám předchozí používání prezentace v textové podobě). Jasně, mohla jsem*

⁵⁰ http://www.tyflokabinet.cz/clanky/google_meet_s_odecitacem

⁵¹ <https://www.portal-pelion.cz/jak-na-zoom-s-odecitacem-obrazovky/>

⁵² http://www.tyflokabinet.cz/index.php/clanky/schuzky_teams_s_odecitacem

⁵³ <https://www.portal-pelion.cz/kde-chybi-zrak-muze-pomoc-skype/>

to poslat, ale chtěla jsem prostě zkusit, jestli se to dá naučit. A je to i příjemnější, protože jsem v kontaktu s tím, co vidí ostatní (když mi to někdo posouval, byl to docela adrenalin).”... (Výpověď studentky UK)

Je tedy důležité vědět, jaké technologie student používá a jak s nimi umí pracovat. Na základě toho se pak volí nástroj, ve kterém bude komunikace probíhat. Neboť je nutné, aby tento nástroj zvládl ovládat student sám, aby nepotřeboval asistenci další osoby, aby se mohl ve virtuálním prostředí pohybovat samostatně za pomoci technologií, se kterými umí pracovat.

Při používání nástrojů online komunikace je nezbytné zajistit kvalitní internetové připojení tak, aby výuka mohla probíhat kvalitně bez přerušení, toto platí jako pro vyučující, tak pro studenty.

Při výuce matematiky může být dobře využitelný nástroj ozvučená kalkulačka, která je navržena přímo pro potřeby zrakově postižených. Jedná se o mobilní **aplikaci VOCalc**. Aplikace má velmi dobře čitelný a kontrastní vzhled. Pro nevidomé jsou tlačítka přístupná.

Jaká výpočetní technika by mohla pomoci?

Jedná se o speciální softwary ve formě čtecích zařízení či softwarových lup. Jsou vhodné ke čtení, psaní, ke zpřístupnění a zpracování informací, dokáží také zvětšovat text. PC může mít hlasový či hmatový výstup. Nevidomý uživatel obsluhuje počítač (digitální čtecí zařízení s hlasovým výstupem) pouze pomocí klávesnice (klávesových zkratk), slabozraký uživatel obsluhuje počítač (digitální zvětšovací lupa) pomocí zvětšovacího programu, kdy vidí pouze malou část obrazovky. Tyto pomůcky slouží především pro komunikaci a získávání informací, a to nejenom při distanční výuce, ale i v běžném životě.

- **Čtecí zařízení:** Software převádějící informace do alternativního výstupu (hlasový - informace jsou předčítány počítačem - nebo hmatový - pomocí brailského řádku jsou informace převáděny do Braillova písma).
- **Softwarové lupy:** Program, který zvětšuje informace na obrazovce počítače. Možná je i kombinace hlasového výstupu, jakožto hlasová podpora.
- **Brailský řádek:** Zobrazuje informace pomocí Braillova písma. Využívají ho většinou ti uživatelé, kteří jsou nevidomí od narození či dětství. Důležitý komponent při práci s odbornými a rozsáhlými texty. Brailský řádek se připojuje k PC, speciální brailský řádek může samostatně sloužit jako zápisník.
- **Čtečky tištěných předloh:** Čtečky převádějí tištěnou předlohu na hlasový výstup.

- **OrCam My EyeOrCam:** Malá kamera, která je magnety přichycena k nožičkám brýlové obruby. Kamera snímá prostor před uživatelem, dotykovými gesty hlasovým výstupem sděluje informace, které kamera sejme. Studenti takto mohou předčítat knihy či text před sebou. Další pomůcky pro zrakově postižené: diktafony, digitální zápisníky, Pichtův psací stroj.

Služba digitalizace studijních materiálů

Materiály jsou zpracovávány na základě *Pravidel pro poskytování příspěvku a dotací veřejným vysokým školám Ministerstvem školství, mládeže a tělovýchovy podle Metodiky k úpravám elektronických textů pro zrakově postižené čtenáře.*

O digitalizaci žádá studující příslušné referáty na základě povinné či doporučené studijní literatury. Materiál k digitalizaci přinese studující sám/sama nebo se na jeho zapůjčení domluví s pracovníky střediska vysoké školy, které je pověřeno touto agendou.

Titul je vždy připravován v co nejkratším možném termínu. Přesto doporučujeme vzhledem k náročnosti digitalizace zadávat požadavky co nejdříve. Lhůty se běžně pohybují od řádu dnů (v případě krátké předlohy či převodu do formátu *PDF*) až po řády měsíců (v případě textů rozsáhlých nebo po formální a obsahové stránce velmi komplexních, příp. špatně dostupných).

Součástí digitalizace je také proces adaptace původní předlohy, tedy soustava takových redakčních úprav, v jejichž důsledku bude elektronický zdroj smyslově přístupný cílové skupině, a to při udržení co největší informační hodnoty předlohy.

Další podpůrné služby pro studenty se zrakovým postižením:

- braillový tisk (možný také soutisk – černotisk + Braillovo písmo);
- černotisk/barevný tisk;
- zvětšování textových materiálů;
- vazba tištěných materiálů (kroužková vazba);
- konzultace pro práci se studijním systémem, vyhledávání v knihovních databázích;
- kurzy práce s výpočetní technikou a platformami pro distanční výuku;
- tyflografický tisk na fuseru – hmatový termotisk;
- studovna – možnost práce se speciálními softwary (*JAWS*, *Zoomtext*, *NVDA*);
- informační a poradenské služby pro studentky a studenty.

Na úpravy výukových materiálů digitalizaci studenti upozorňují následovně:

„Z pozice člověka s těžkým zrakovým postižením je pro mě nesmírně důležité vědět, přes jakou platformu probíhá komunikace, zadávání úkolů atd. Je potřeba, aby tyto platformy byly plně přístupné s hlasovým výstupem (odečítačem obrazovky). Pro většinu studentů s těžkým zrakovým postižením jsou přednášky velmi důležitým zdrojem informací. Vhodné jsou např. Zoom meeting, Google Meet). Některé fakulty se v době covidové pandemie (především v počáteční fázi) dostaly k tomu, že vyučující studentům zasílali pouze stránky v učebnicích, které si měli nastudovat, problém byl v tom, že studenti s těžkým zrakovým postižením nemuseli mít přístup k veškeré literatuře v digitální podobě. Jako další velký problém vnímám přístupnost videokonferenčních nástrojů, z nichž některé nejsou příliš dobře ovladatelné s hlasovým výstupem. Obecně pro člověka s těžkým zrakovým postižením je situace složitější, protože nevidí na ostatní účastníky. Může pro něj být složitější přihlašovat se, komunikaci hodnotím jako složitější než v offline podobě.

Určitě by při online výuce pomohlo, kdyby vyučující mohl poslat materiály v přístupném formátu. Tedy například PDF rozpoznané přes OCR, ne pouze obrázkové PDF, což vyučující rádi posílají. Dále, pokud se posílají nějaké tabulky, grafy, tak požádat vyučující, zda by byli tak hodní a pokusili se vytvořit nějaký jejich popis nebo příslušný materiál předali centru digitalizace. Případně poskytl studentovi možnost individuální konzultace, kde by ho například s grafy či tabulkami detailněji seznámili.

Pro komunikaci je potřeba vybírat vhodné nástroje, které jsou přístupné s odečítačem hlasu obrazovky, případně, pokud to nejde jinak, tak studentovi umožnit, aby například úkol vypracovával tak, jak je zvyklý a měl možnost jej odevzdat například prostřednictvím emailu, nikoliv přes nějaký program, který není dobře přístupný a student není potom schopen samostatně úkol odevzdat. Dále by bylo vhodné, aby vyučující poskytl větší časovou kompenzaci studentovi s těžkým zrakovým postižením, protože čtení materiálů jim trvá delší dobu než studentům bez postižení. To je však výhoda u distanční výuky, že si zde student může volit čas strávený se studiem dle vlastních potřeb.”
(Výpověď studentky PF UK)

Závěrem této kapitoly

Jak již bylo zmíněno, student se zrakovým postižením, který se hlásí na vysokou školu, by měl mít osvojené dovednosti, které mu umožní v co největší možné míře kompenzovat nedostatek přístupu k informacím způsobený zrakovým postižením. Obecnou minimální dovedností studentů se specifickými potřebami je inženýrská a technická gramotnost, jež umožňuje využívání specifických kompenzačních a reedukačních pomůcek a technologií a zajišťující maximální nezávislost na individuální asistenci.

Užitečné odkazy

- Centrum Carolina – UK Point (2021, 29. 8.). *Nabídka služeb*. Univerzita Karlova. Dostupné z: <https://centrumcarolina.cuni.cz/CC-25.html>
- Ceník služeb. (2021, 8. 9.) *ELSA*. Dostupné z: https://www.elsa.cvut.cz/index.php?m=pro_verejnost&menu=cenik-sluzeb
- Pélion (2021, 9. 9.). *Pélion – vzdělávací portál o výpočetní technice pro zrakově postižené*. Dostupné z: <https://www.portal-pelion.cz/>

3.4 Podpůrné přístupy vyučujících, modifikace výuky – před výukou, ve výuce, při atestování

Studenti se sníženou zrakovou ostrostí

Pro lepší orientaci ve výkladu spojeném s prezentací studenti vítají **zaslání prezentace, případně sylabu či osnovy přednášky, s předstihem**, aby se s materiály mohli dopředu seznámit. Zejména v předmětech, kde vyučující sdílí tabuli, na kterou píše, je pro takové studenty obtížné souběžně si zapisovat poznámky a kontrolovat text na tabuli. Zde může pomoci jak zmíněné zaslání studijních podkladů, tak i **možnost přednášku si nahrát**. Zaslání prezentací s předstihem je vhodné i z toho důvodu, že studenti, kteří při sledování obrazovky PC trpí únavou a pálením očí, si mohou prezentaci vytisknout a vpisovat si do ní vlastní poznámky.

Důležité je, aby prezentaci zaslal vyučující **v přístupném a odemčeném souboru**, aby s ním student mohl pracovat, vyhledávat si v ní, graficky ji upravit, zvětšovat písmo atd. Záleží na dohodě se studentem, jaký formát právě jemu vyhovuje. V případě potřeby umožní převod do potřebného formátu program *ABBYY FineReader*. Tento software umožňuje převod obrázkových dokumentů do digitálních, editovatelných formátů, zejména do aplikací

Microsoft Word, Microsoft Excel, Microsoft Powerpoint a do formátů RTE, HTML a také do prohlídatelných PDF.

Studenti s úplnou ztrátou zraku

Je doporučeno zasílat studentům informace či **prezentace v jednoduché černobílé formě, ideálně ve formátu Word**, velmi přínosné je, pokud mohou studenti získat **materiály před přednáškou**. Důležité je, aby student se soubory mohl pracovat, vyhledávat si v nich, zvětšovat písmo, používat čtecí zařízení. Záleží na dohodě se studentem, jaký formát právě jemu vyhovuje.

Atesty

U písemných atestací potřebují studenti se SP **navýšit časový limit**, případně lze volit ústní zkoušení, pokud byla tato modifikace doporučena v posudku funkční diagnostiky. Vyučující může taktéž případně tolerovat ortograficky nepřesné zápisy slov a termínů.

U testů potřebují navýšení časového limitu, případně lze volit ústní zkoušení. Vyučující může taktéž případně tolerovat ortograficky nepřesné zápisy slov a termínů.

Přístupy, zkušenosti a dovednosti jednotlivých studentů se mohou lišit, jak ukazuje následující výpověď:

„Blížím se již ke konci studia, proto jsem online výuku již příliš nezažíla. Měla jsem sice na právech ještě několik volitelných předmětů, ale to bylo úplně na začátku distanční výuky, kdy nám vyučující posílali prezentace a různé studijní materiály přímo mailem nebo případně přes informační systém, což mi plně vyhovovalo. Víceméně všechny studijní materiály byly čitelné i pro čtecí zařízení, takže jsem s tím byla naprosto spokojená a plně mi tento způsob distanční výuky vyhovoval. Pomohlo mi to tedy všechny předměty úspěšně absolvovat. Zkoušky byly písemné (většinou přes Moodle), což mi také lépe vyhovovalo než ústní.

Myslím, že tento způsob distanční výuky se opustil a nahradila ho současná online výuka, na kterou já moc nejsem a mám s ní jen malou zkušenost. Jen s několika zkouškami, a z toho mi jednu posunuli na pozdější termín kvůli tomu, že mě vzhledem k technickým problémům zkoušející jen slyšeli, a neviděli. Přitom se jednalo o zkoušku, kde, jak sami řekli, stejně nebyly otázky, ke kterým by se daly někde

najít odpovědi. Přesto jsem ji musela dělat znovu v pozdějším termínu, což mi dost zkomplikovalo studijní situaci.

Při dalším studiu by mi určitě pomohly před zkouškou prezentace nebo nějaké písemné podklady ideálně předem, což jsem předtím tehdy neměla. Kdyby mě u těch distančních ústních zkoušek nemuseli zkoušející nutně vidět a stačilo jim, že mě slyší, bylo by to dobré.”
(Výpověď studentky FHS a PF UK)

Závěrem této kapitoly

Z pohledu studentů se zrakovým postižením se stále neuspokojivě řeší přednášky, semináře a cvičení. Mnozí vyučující opomínají uzpůsobit výklad, odkazují na prezentované grafy a obrázky. Jako hlavní doporučení lze uvést zapůjčení prezentace v elektronické podobě studentovi tak, aby byly prezentace ve formátech přístupných čtecím zařízením.

Užitečné odkazy

- Pedagogická fakulta Univerzita Karlova (2021). *Hodnocení služeb pro studenty se speciálními potřebami v roce 2020 – ESF pro VŠ II na UK. CZ.02.2.69/0.0/0.0/18_056/0013322.*⁵⁴

3.5 Přístupy studentů – jak se na výuku připravit, o co a jak žádat, co pomáhá ve výuce, jak na zpracování úkolů ve výuce i pro atestování, jak na atestování

Doporučení studentům

- nechte si vypracovat funkční diagnostiku, se zprostředkováním služeb vám pomůže vaše fakultní kontaktní osoba;
- na základě zkušeností z předchozích studií jasně a slušně formulujte své požadavky směrem k vyučujícím;
- vhodná forma digitalizace studijních materiálů či zpřístupnění online výuky prostřednictvím programů nemusí být pro všechny vyučující

⁵⁴ <https://pedf.cuni.cz/PEDF-1972.html>

přístupná. Formáty, které potřebujete k úspěšnému studiu, můžete konzultovat buď s vyučujícím, nebo s digitalizačním pracovištěm, kde vám poradí nebo vaše studijní materiály přímo digitalizují.

Služba digitalizace studijních materiálů pro studenty se zrakovým postižením

Materiály jsou zpracovávány na základě *Pravidel pro poskytování příspěvku a dotací veřejným vysokým školám Ministerstvem školství, mládeže a tělovýchovy* podle *Metodiky k úpravám elektronických textů pro zrakově postižené čtenáře*.

O digitalizaci žádáte na základě povinné či doporučené studijní literatury. Materiál k digitalizaci přinese studující sám/sama nebo se na jeho zapůjčení domluví s pracovníky střediska. Titul je vždy připravován v co nejkratším možném termínu. Přesto doporučujeme vzhledem k náročnosti digitalizace zadávat požadavky co nejdříve. Lhůty se běžně pohybují od řádu dnů (v případě krátké předlohy či převodu do formátu *PDF*) až po řády měsíců (v případě textů rozsáhlých nebo po formální a obsahové stránce velmi komplexních, příp. špatně dostupných).

Součástí digitalizace je také proces adaptace původní předlohy, tedy soustava takových redakčních úprav, v jejichž důsledku bude elektronický zdroj smyslově přístupný cílové skupině, a to při udržení co největší informační hodnoty předlohy.

Příprava elektronického dokumentu může mít s ohledem na povahu předlohy a požadavky uživatele několik podob (z konkrétní použité také pramení časová náročnost celého procesu).

Další podpůrné služby pro studenty se zrakovým postižením:

- braillský tisk (možný také soutisk – černotisk + Braillovo písmo);
- černotisk/barevný tisk;
- zvětšování textových materiálů;
- vazba tištěných materiálů (kroužková vazba);
- konzultace pro práci se studijním systémem, vyhledávání v knihovních databázích;
- kurzy práce s výpočetní technikou a platformami pro distanční výuku;
- tyflografický tisk na fuseru – hmatový termotisk;
- studovna – možnost práce se speciálními softwary (*JAWS*, *Zoomtext*, *NVDA*);
- informační a poradenské služby pro studentky a studenty.

Závěrem této kapitoly

Na základě již nabytých zkušeností absolventů se zrakovým postižením dodáváme, že pracovníci poradny vaší fakulty nebo univerzitního centra/střediska podpory SSP jsou schopni zařídit řadu věcí, které vám mohou vaše studium usnadnit. Je proto dobré být s fakultním koordinátorem v kontaktu a sledovat nabídku služeb. Může zprostředkovat například zapůjčení kompenzačních pomůcek nebo zajistit asistenci apod. Je škoda tyto služby nevyužívat, nemusíte je složitě shánět jinde – v rámci univerzity jsou vám takto dostupné.

Užitečné odkazy

- Centrum Carolina – UK Point (2021, 29. 8.). *Nabídka služeb*. Univerzita Karlova.⁵⁵ Dostupné z: <https://centrumcarolina.cuni.cz/CC-25.html>

3.6 Další doporučené přístupy

Na základě následujících výpovědí se pokusíme shrnout, jak se jednotliví studenti se zrakovým postižením se situací online výuky vypořádali:

„Zatímco se online výuka v předchozím semestru zkoušela „nanečisto“, v letošním školním roce už se z ní stal denní chleba. Chybějící kontakt se spolužáky ale i s vyučujícími, celé dny strávené u počítače, ale i větší pohodlí – to všechno potkalo každého současného studenta či studentku. Jak se ale studuje online se zrakovým postižením?

Je zřejmé, že online výuka určitě sedí každému z nás jinak. Někomu plně vyhovuje, někdo s ní zápasí. Nejinak tomu je i v případě zrakově postižených. V následujícím článku budu popisovat vlastní zkušenosti, které jsem doposud nasbírala. Neznamena to však, že to tak vnímají všichni...“

Online výuka mě zaskočila na Erasmu *„Mě osobně pandemie zasáhla na Erasmu, a tak jsem své první zkušenosti s online výukou musela nasbírat právě tam. Dříve jsem nepatřila mezi největšího znalce a fanouška videohovorů a různých chatovacích platform.“*

⁵⁵ Konkrétní příklad z Univerzity Karlovy týkající se obecně studentů se specifickými potřebami; na ostatních veřejných vysokých školách v ČR by měla být situace obdobná.

Používala jsem WhatsApp a Skype, pro chatování pak převážně Messenger. O to více mě znejistilo, když má hostující univerzita přišla s tím, že pro výuku bude používat několik vzdělávacích a chatovacích platforem, o kterých jsem nic netušila. Jednalo se třeba o aplikaci Matrix, v rámci které jsme do každého předmětu měli vytvořenou skupinu, do které přispívali jak studenti, tak vyučující.

Samotná výuka pak probíhala až na jednu výjimku pomocí videokonferencí, a to v programu Big Blue Button nebo přes Zoom. Začátky byly krušné, co si budeme povídat. Všechny aplikace jsem se musela naučit ovládat pomocí hlasového výstupu. Naštěstí mi v tom pomohlo tamní centrum pro studenty se specifickými potřebami, ale i různé tutoriály a asistence rodiny a přátel.“

Na domovské univerzitě jako znalec „Druhý online semestr, tentokrát už na domovské univerzitě, se po dvou dnech (ano, dvou dnech) přesunul z prezenční opět do online výuky. Potěšilo mě však, že jsem narozdíl od spolužáků už uměla většinu online softwarů používat. Dostala jsem se mnohdy tak i do role poradce. Jedinou aplikací, kde mi znalosti chyběly, byl MS Teams, i ta mi ale především kvůli své dobré přístupnosti pro odečítače obrazovky brzy nečinila problémy.“

Jak tedy hodnotím online výuku obecně? „Moje pohledy na ni jsou dost smíšené. Největším problémem je pro mě asi nemožnost lidského kontaktu. U ostatních studentů tento problém částečně nahrazuje kamera. Ta však v případě studenta se zrakovým postižením není příliš efektivní. Možná si řeknete, že přece ostatním do obličeje nevidím ani při prezenční výuce. To je sice pravda, přesto pohled do tváře nahrazuje lidská přítomnost kolem vás, ruch třídy nebo prostě to, že si člověk před hodinou může popovídat se spolužáky, probrat zkoušky, úkoly ale i jiné radosti a strasti studentského života. V online světě se to vše vytrácí a jediné, co vám zbyde, je zařízení, ze kterého se ozývají známé i méně známé hlasy. U těch známých je to samozřejmě lepší – umíte si hlas spojit s někým, koho znáte osobně, a to ať už učitelem, tak spolužákem. V těch neznámých však vaším jediným vjemem je jejich hlas. Stalo se mi tak, že mě celý semestr vyučovala profesorka, kterou jsem mohla poznat jen pomocí jejího hlasu.“

Hodina i ve vlaku „Na druhou stranu se ale můžete připojit kdekoli a odpadá vám tak trable s dojížděním nebo třeba s tím, jak trávit dlouhé pauzy mezi hodinami. Hodinu už jsem tak sledovala třeba i cestou vlakem. Na druhou stranu bývá často problém se na vše soustředit, především, když vám během výuky chodí různá upozornění na poštu a zprávy z jiných stránek.“

Zapnutá kamera je pro mě hodně zvláštní pocit „Během výuky nemám problém si zapnout kameru, ale necítím se při tom dobře. I když mi samotná kamera příliš užítku nepřinese, snažím se komunikaci usnadnit alespoň ostatním. **Problémem je, že nemůžu kontrolovat, jestli je kamera správně nastavená, jestli jsem v ní vidět celá nebo co je zrovna v pozadí.** Už jsem v tom získala cvik, ale když zrovna není kamera vyžadována, raději ji nechávám vypnutou.“

Postižení se vytrácí? „S problematikou kamer souvisí tak trochu i to, že se během online výuky dá dobře skrýt fakt, že vlastně mám nějaké postižení. Tím, že některé hodiny probíhaly zcela bez kamer se stalo, že téměř celý semestr spolužáci, které neznám osobně, ale i někteří učitelé, vůbec nevěděli o mém zrakovém postižení – a mnozí neví dodnes. To je případ třeba volitelných jazykových kurzů, kde se schází studenti z celé univerzity a vyučují je učitelé z jiných fakult. Protože se tam za celý semestr nevyskytl žádný problém se sledováním lekcí – učebnici jsem si stáhla v adaptované formě a k ostatnímu mi stačil můj hlas, **mohla jsem si pro jednou užít pocit běžného studenta, který nevyžaduje žádné adaptace.**

Je třeba ale dávat pozor na to, že přesun do online prostředí automaticky neznamená usnadnění pro studenty se zrakovým postižením. Problematické třeba zůstává sdílení obrazovky, které je pro odečítače obrazovek nerozpoznatelné.“

Příliš mnoho hlasů „Poslední věcí, kterou bych ráda zmínila, je **problematika kombinování online přednášky a svého hlasového výstupu v počítači.** V mnoha hodinách je vyžadováno nejen poslouchat vyučujícího, ale i společně pracovat na různých úkolech

nebo třeba překladech. Vzniká tím taková situace, kdy je potřeba poslouchat jak vyučujícího a spolužáky, tak hlasový výstup, který mi předčítá text. V rámci jednoho zařízení proto pro mě není možné obojí skloubit. Musela jsem přijít s novým řešením – zatímco s texty a úkoly pracuji na počítači, přednášku nechávám hrát na iPadu. U počítače mám pak sluchátka, do kterých si pouštím hlasový výstup, takže to pak neruší ani ostatní. Ačkoli mi po technické a praktické stránce online výuka vyhovuje, nemůžu se dočkat, až se zase vrátím do třídy mezi spolužáky.” (zdroj: Ostravská univerzita)

Závěrem této kapitoly

Vyhodnocujeme-li další situace vysokoškoláka, mezi neopomenutelné aktivity patří také zkoušky. Pro písemné zkoušení lze text připravit v digitální podobě a zkoušku provést písemně. Ústní zkoušky problémem nebývají. Zápočty, seminární práce studenti se zrakovým postižením vyhotovují na dostupné technice, mnohdy za asistence osob z technického centra VŠ nebo spolužáků.

Užitečné odkazy

Seznam center pro podporu studentů se zrakovým postižením:

- AP3SP (2021, 29. 8.). *Asociace poskytovatelů služeb studentům se specifickými potřebami na vysokých školách*. Dostupné z: <https://www.ap3sp.cz/>

Organizace – podpora studentů se zrakovým postižením:

- Sjednocená organizace nevidomých a slabozrakých ČR. (2021, 10. 9.). *SONS*. Dostupné z: <https://www.sons.cz/>
- Knihovna a tiskárna pro nevidomé K. E. Macana. (2021, 18. 9.). *KTN*. Dostupné z: <https://www.ktn.cz/intro>
- Tyfloservis. (2021, 12. 9.). *Tyfloservis, o. p. s.* Dostupné z: <https://www.tyfloservis.cz/>
- Okamžik. (2021, 10. 9.). *Okamžik z. ú.* Dostupné z: <https://www.okamzik.cz/>
- Centrum Carolina – UK Point (2021, 29. 8.). *Nabídka služeb*. Univerzita Karlova. Dostupné z: <https://centrumcarolina.cuni.cz/CC-25.html>
- Ceník služeb. (2021, 8. 9.) *ELSA*. Dostupné z: https://www.elsa.cvut.cz/index.php?m=pro_verejnost&menu=cenik-sluzeb
- Několik příběhů (1. 10. 2020). *Studenti se speciálními potřebami na MFF*. Dostupné z: <https://www2.karlin.mff.cuni.cz/~krump/ssp/pribehy.html>

3.7 Závěr

Jednou z možností aktivního začlenění dospělého člověka do intaktní společnosti je absolvování vysokoškolského studia. Tímto studiem dostává mladý člověk odpovídající poznatky a informace ve zvoleném vědním oboru, které následně může využívat ve své profesi. Student se zrakovým postižením je plně integrován mezi intaktní populaci. Student je ve většině případů adaptován na prostředí majority, svoje postižení akceptuje a využívá všech svých kompetencí ke studiu i na výkon profese.

Z výpovědí je patrná snaha a velký zájem o studium, schopnost studentů se zrakovým postižením, kteří studují na vysoké škole, pracovat s informačními technologiemi a zdokonalovat se v jejich užívání. Zraková vada se v online výuce u mnohých „skryla“ a oni si zažili to, po čem celý život touží: být „normálním“, běžným studentem. Avšak je potřeba podpořit úsilí studujících vhodnou technickou podporou, přístupnými online platformami, vstřícným postojem vyučujících a také poskytováním individuálních konzultací, kde mohou být vhodné přístupy nastaveny.

Literatura

- Hanousková, M. (2014). *Metodika k úpravám elektronických textů pro zrakově postižené čtenáře*. Brno: Masarykova univerzita. Dostupné z: http://www.teiresias.muni.cz/download/Methodika_VII.pdf
- Květoňová, L. (2007). *Vysokoškolské studium se zajištěním speciálně pedagogických potřeb*. Brno: Paido.
- Lovasová, V., Voříšková, K., Albrechtová, L., & Rubicius, M. (2021). Distanční výuka a žáci se SVP. (soubor doporučení pro distanční výuku). CZ.02.3.62/0.0/0.0/16_037/0003942.
- Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy ČR (2011). *Dodatek č. 2 k „Pravidlům pro poskytování příspěvku a dotací veřejným vysokým školám Ministerstvem školství, mládeže a tělovýchovy, č.j. 2 434/2011-33 ze dne 28. ledna 2011“, specifikující financování zvýšených nákladů na studium studentů se specifickými potřebami (č.j.: 23 728/2011-30)*. MŠMT.
- Pedagogická fakulta Univerzita Karlova (2021). *Hodnocení služeb pro studenty se speciálními potřebami v roce 2020 - ESF pro VŠ II na UK*. CZ.02.2.69/0.0/0.0/18_056/0013322.

4. Distanční výuka vysokoškolských studentů se sluchovým postižením

Andrea Hudáková, Kateřina Holubová, Tereza Hradilová

4.1 Popis skupiny, základní terminologie, dopady na vzdělávání

Základní informace

Jediné, co mají všichni studenti se sluchovým postižením studující na vysokých školách v ČR společné, je fakt, že **slyší jinak, než je běžné**. Ve všech dalších ohledech – osobnostních, sociálních, studijních, ale i „sluchových“ – je každý z nich úplně jiný.

Proměnných, které stojí za unikátností každého jednoho studenta se sluchovým postižením, je nekonečná řada. **První, co většinu lidí při setkání s takovým studentem zajímá, je, co a jak (ne)slyší a čemu (ne)rozumí**. Netvrdíme, že míra ztráty sluchu v decibelech (podle níž bychom mohli vymezit skupinu neslyšících a skupinu nedoslýchavých studentů) a typ sluchové vady (příčemž pro některé vady sluchu je typické, že dotyční „slyší, ale nerozumí“) jsou okolnosti zcela nepodstatné. Nicméně, považujeme za nebytné zdůraznit, že v žádném případě nejsou jediné určující či nejdůležitější.

Zůstaneme-li ještě u oblasti spojené úzce se zvuky a sluchem, jednotliví studenti se dále liší např. v těchto aspektech:

- **Kdy a jak se začala jejich sluchová vada projevovat:** Zda to bylo před tím, než si intuitivně odposlechem osvojili mluvenou češtinu (*prelingválně*), nebo sluch ztratili/ztráceli až v pozdějším věku (*postlingválně*), a zda šlo o proces postupný, nebo jednorázový (zapříčiněný např. úrazem, nemocí nebo farmakoterapií).
- **Zda (ne)slyší na obě uši stejně.**
- Jaké a v kterých situacích (ne)používají **pomůcky, přístroje a technologie** a jak a co s nimi (ne)slyší a co (ne)vnímají jinými smysly (zejm. zrakem či hmatem). Může se jednat o osobní kompenzační pomůcky (*sluchadla, implantáty, osobní indukční smyčky, FM systémy* aj.) nebo různá méně či více specializovaná zařízení (např. *asistivní technologie* ve smartphonech či *fonendoskopy* pro neslyšící zdravotníky).

- Zda je jejich **slyšení v čase konstantní, nebo proměnlivé**: Nejen že jsou některé sluchové vady progresivní (a některé naopak reverzibilní), ale u některých lidí se stává to, že se jejich (ne)slyšení nepředvídatelně mění např. i v průběhu jednoho dne.
- Zda (ne)mají **ušní šelest (tinnitus)** či jiné „**onemocnění spojené se sluchem**“: Soustředíme-li se na *tinnitus*, ten sám o sobě (nehledě na další sluchové vady, které dotyčný může mít) velmi rušivě, nepříjemně a zcela nepredikovatelně ovlivňuje psychický stav a kognitivní procesy „svého majitele“ a může ho na určitý čas zcela „vyřadit z běžných činností“.

Z dalších důležitých oblastí nelze opomenout minimálně následující:

- Jak každého ze studentů individuálně formovala jeho **dosavadní vzdělávací trajektorie**: Nejde pouze o dosažené stupně vzdělávání a jejich oborové či profesní zaměření, ale také o studium ve *školách pro sluchově postižené* vs. *ve školách hlavního vzdělávacího proudu* a vzdělávací a komunikační postupy, metody a filozofie v těchto školách uplatňované.
- **Studijní program, který student právě studuje**: Podstatné není ani tak oborové směřování (přírodovědné vs. humanitní obory aj.), ale především **organizace studia** (obor s malým vs. velkým počtem pedagogů a spolužáků, kreditový systém s volným přístupem studiím vs. ročníkový systém s pevným rozvrhem, formy studia: velké přednášky vs. malé laboratorní skupiny, množství a charakter praxe, zapojení jiných osob – např. pacientů, práce s nástroji/přístroji aj.) a v neposlední řadě **počet studentů se sluchovým postižením, kteří studují/studovali daný obor**.
- **Sebepojetí studenta** a to, zda se (ne)identifikuje se *studenty se specifickými potřebami*, resp. zda sám sebe vnímá jako *studenta se sluchovým postižením*, či ne. S tím souvisí i to, zda si je vědom svých silných stránek, ale i limitů a dále *specifických potřeb* a možností, jak na ně v univerzitním vzdělávacím procesu efektivně reagovat. Otázka identity je ještě složitější, protože někteří studenti se mohou **identifikovat s jazykovou a kulturní minoritou neslyšících**, zatímco jiní se mohou cítit jako *studenti se sluchovým postižením*, ale nikoli jako *členové komunity neslyšících*.
- Zda má student ještě **další specifické potřeby nesouvisející se sluchovým postižením**: Student může mít souběžné zrakové či pohybové postižení, specifické poruchy učení, poruchy autistického spektra či jakékoli somatické či duševní onemocnění. Vedle toho ale může být také zahraničním studentem aj.

Na českých vysokých školách by studenti se specifickými potřebami měli procházet tzv. *funkční diagnostikou*. Jejím výstupem je velmi individualizovaný „soupis návrhů pedagogicko-organizačních doporučení“, jejichž cílem je vytvářet takové podmínky, aby každý student se specifickými potřebami mohl rozvíjet svůj studijní potenciál na maximum bez toho, aby byl zbytečně omezo-
ván a brzděn překážkami vyplývajícími např. z toho, že jeho sluchové vní-
mání se pohybuje v pásmu nestandardu. Výstupy z funkční diagnostiky jsou **základním zdrojem informací pro každého vyučujícího**, který se dozví, že bude učit studenta s nějakými specifickými potřebami. Jakým způsobem, kdo a kdy s nimi dotyčně vyučující seznámí, se v jednotlivých českých vysokých školách liší. Nicméně, univerzální rada zní: dotazem na pracovníky univerz-
itních center/středisek podpory SSP či jiných odborných pracovišť vysoké školy vyučující nikdy nic nezkaží.

U studentů se sluchovým postižením by ve funkční diagnostice měly být mj. zohledněny všechny skutečnosti zmíněné výše. Vedle toho jsou studenti se sluchovým postižením zařazováni do (*pod*)kategorí B1 (*uživatel mluveného jazyka*) a B2 (*uživatel znakového jazyka*). Zatímco studenti zařazení do kategorie B1 preferují v komunikaci face-to-face mluvenou nebo psanou češtinu (příp. slovenštinu, maďarštinu, angličtinu aj.), studenti zařazení do kategorie B2 český znakový jazyk (příp. slovenský znakový jazyk, ruský znakový jazyk aj.).

Toto dělení je pouze administrativní a v žádném případě nevyovídá nic o tom, které jazyky student (ne)ovládá a jaké v nich má kompetence v jed-
notlivých složkách, jako jsou percepce, produkce a interakce. Nelze z něj vy-
vozovat ani to, jak student komunikuje s rodinou a přáteli, které jazyky a jak používal ve svém dosavadním vzdělávání, jaké jsou jeho studijní strategie, jaké má predispozice pro studium daného oboru, které služby a formy pod-
pory (tlumočení, přepis aj.) a v jakých situacích bude při studiu využívat aj.

Na tomto místě bychom chtěli zdůraznit, že se občas setkáváme s poněkud unáhlenými a značně schematizujícími názory typu: „*Uživatelé českého znakového jazyka neumějí česky, protože je pro ně čeština cizím jazykem.*“ Tyto názory jsou jednak nevhodně zjednodušující, z kontextu vytržené a velmi zavádějící, také způsobují mnoho zbytečných nedorozumění, komplikací a frustrací. Upozorňujeme proto všechny zúčastněné, kteří se dozvědí, že je čeká interakce se studentem zařazeným do kategorie B2, aby si důkladně přečetli celou jeho funkční diagnostiku, včetně doporučení pro komunikaci s tímto studentem (nebo v jeho přítomnosti) v různých situacích. Pokud tyto informa-
ce funkční diagnostika neobsahuje, považujeme za vhodné obrátit se na od-
borného pracovníka, který funkční diagnostiku zpracovával, nebo jiného

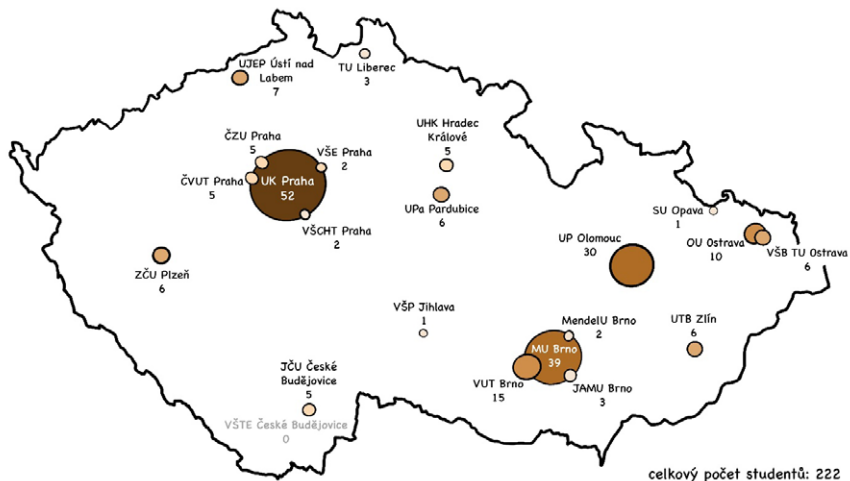
odborníka s žádostí o konzultaci na toto téma. Dále je užitečné způsob/y komunikace konzultovat také s daným studentem a samozřejmě se v každé interakci empaticky a pružně přizpůsobovat konkrétní komunikační situaci.

Závěrem této kapitoly

Neexistuje žádný *prototypický student se sluchovým postižením*. Každý student je originálem, jenž je výslednicí nespočtu proměnných. Tento fakt s sebou často přináší mnoho terminologických obtíží. Abychom se jim vyhnuli, rozhodli jsme se pro účely tohoto textu používat generické označení **neslyšící student** a označovat jím všechny studenty se sluchovým postižením, bez ohledu na výše zmíněná hlediska a s vědomím, že každý ze studentů je jedinečný a jako k jedinečné osobnosti je k němu třeba přistupovat.

Aktuálně na českých veřejných vysokých školách **eidujeme 222 neslyšících studentů** (resp. studentů se sluchovým postižením; srov. obrázek 1). Jejich počet se přitom stále zvyšuje. Avšak reálně jich je mnohem více, protože mnozí další neslyšící studenti nejsou evidováni – většinou proto, že své sluchové postižení tají. O neslyšících studentech studujících na soukromých vysokých školách nemáme žádné informace.

Obrázek 1. Počet neslyšících studentů na veřejných VŠ v ČR za akademický rok 2020/2021.



Zdroj: Holubová, K. (2021, 29. 8). Statistiky AP3SP včetně aktuálního počtu studentů se specifickými potřebami na VŠ. *Asociace poskytovatelů služeb studentům se specifickými potřebami na vysokých školách*. Dostupné z: <https://www.ap3sp.cz/rozsirujici-informace/statistiky/>

Užitečné odkazy

Díky těmto odkazům si lze vytvořit základní představu o tom, jak je možné zajistit, aby české univerzity byly co nejvíce bezbariérové pro studenty se specifickými potřebami, včetně studentů neslyšících. Zdroje jsou rámcové, nezohledňují specifika *distanční výuky (distance learning)* a už vůbec ne tzv. *nouzové distanční výuky (emergency remote teaching)*.

- AP3SP (2021, 29. 8.). *Asociace poskytovatelů služeb studentům se specifickými potřebami na vysokých školách*. Dostupné z: <https://www.ap3sp.cz/>
- MŠMT ČR (2021, 28. 8.). *Pravidla pro poskytování příspěvků a dotací veřejným vysokým školám pro rok 2021. Příloha č. 3 Metodický pokyn k financování zvýšených nákladů na studium studentů se specifickými potřebami*. Dostupné z: <https://www.msmt.cz/vzdelavani/vysoke-skolstvi/pravidla-pro-poskytovani-prispevku-a-dotaci-verejnym-vysokym-2>

4.2 Specifické těžkosti studentů této skupiny v online výuce/při distančním vzdělávání

Prototypický neslyšící student neexistuje

Originalita každého neslyšícího studenta a z ní vyplývající originální specifické potřeby, jež byly načrtnuty v kapitole 4.1, se dále snoubí s originalitou každé vyučovací jednotky. Svou roli hraje osobnost vyučujícího (týmu vyučujících), téma výuky (a širěji studovaný obor), délka a organizace vyučovací jednotky, její cíle a pedagogické přístupy a metody uplatňované k jejich dosažení, zapojení informačních a komunikačních technologií (ICT), internetové připojení, spolužáci a příp. další přítomné osoby (každá zvlášť i jako jeden sociální celek), denní doba (a s ní spojená příp. únava) aj. Z těchto důvodů nelze sestavit univerzální přehled potenciálních těžkostí, s nimiž se můžeme při distanční výuce, již se účastní také neslyšící studenti, setkat. **Pokud víme, že do naší distanční výuky bude zapojen neslyšící student, je vždy nutno vzít v potaz následující skutečnosti a organizaci výuky jim přizpůsobit:**

- **Vycházíme z toho, co platí pro prezenční výuku neslyšících studentů** (viz užitečné odkazy na konci této kapitoly). Proto je prvotní **důkladně se seznámit s funkční diagnostikou** a následně se příp. **poradit s pracovníky center/středisek podpory SSP** a dalšími specialisty, příp. se samotným neslyšícím studentem (více v kapitolách 4.3, 4.4. a 4.5).
- **Neslyšící studenti vnímají vše okolo sebe zejména/výhradně**

zrakem: Většinou nemohou zapojit zároveň zrak a sluch, jak to běžně dělají lidé (vyučující, spolužáci...), kteří dobře slyší a vidí. Pokud zrak a sluch souběžně zapojit mohou, sluchové vnímání nikdy není zcela identické jako u ostatních studentů, a navíc spotřebovává velké množství energie a pozornosti neslyšícího studenta.

- Měli bychom vždy zajistit, aby neslyšící studenti mohli **vnímat vše, co ve výuce probíhá, všemu rozuměli** a zároveň aby se mohli **plnohodnotně zapojit do všech aktivit spojených se studiem**.
- **Organizace výuky by měla být přehledná**, aby se v ní neslyšící studenti dobře orientovali. To se netýká pouze výuky realizované formou videokonferencí, chatů aj. probíhajících v reálném čase, ale také všech výukových aktivit, tzn. i těch, které probíhají asynchronně a nejsou v daném čase přímo řízené žádným vyučujícím.
- Výuka neslyšících studentů klade **jiné a mnohdy vyšší nároky na efektivní užívání informačních a komunikačních technologií**, než je ve vysokoškolském prostředí obvyklé. Potřebné specifické postupy a technologie by měli ovládat jak samotní neslyšící studenti, tak i – a v podstatě zejména – jejich vyučující, a v neposlední řadě také spolužáci a všechny další zapojené osoby (tlumočníci, prepisovatelé...). S běžnými problémy (např. zřízení účtu nebo nastavení kamery) jistě mohou pomoci zaměstnanci univerzitních laboratoří *výpočetní techniky*. Na každé univerzitě by však mělo existovat také **speciální pracoviště, na které by se mohli všichni zainteresovaní obracet se záležitostmi ne zcela běžnými, spojenými právě s uživateli se specifickými potřebami, včetně neslyšících studentů**. Na Univerzitě Karlově se v tomto směru nadmíru osvědčil web *NaNUK: Neslyšící a nedoslýchaví studenti na UK*.⁵⁶ *Tipy a doporučení pro vyučující a studenty Univerzity Karlovy*, jehož služeb – včetně operativních rad či konkrétní pomoci – využívají neslyšící studenti a jejich vyučující z mnoha českých vysokých škol.

Studenti v utajení

Z dosud uvedeného jasně vyplývá, že **máme-li designovat výuku tak, aby na ní mohli bezbariérově participovat neslyšící studenti, je nutné, aby vyučující dotyčné studenty dobře znali a komunikovali s nimi o jejich specifických potřebách a o způsobech, jak s nimi co nejefektivněji pracovat**. V praxi se však poměrně hojně setkáváme s tím, že studenti nechťejí

⁵⁶ <https://neslysicinauk.ff.cuni.cz/>

„prozradit“, že „špatně slyší“. To pochopitelně bývá problémem i při běžné prezenční/kontaktní výuce. Při distanční výuce pak komplikace nejdnou nabobtnají do nezvladatelných dimenzí a jediným řešením bohužel bývá ukončení studia nebo jeho přerušování do doby, než bude obnovena kontaktní výuka.

Od začátku pandemie onemocnění COVID-19 jsme se setkali s téměř 30 takovými utajenými uchazeči, studenty či čerstvými absolventy českých vysokých škol. Důvody, proč tají své sluchové postižení, jsou dle jejich slov následující (dle četnosti seřazeny sestupně):

- *Nechtěl/a jsem obtěžovat / nechtěl/a jsem, aby kvůli mně dělali něco navíc;*
- *nechtěl/a jsem vzbuzovat pozornost / lítost / aby se na mě pak všichni koukali;*
- *nechtěl/a jsem, aby to ve škole věděli / aby toho věděli příliš hodně / aby věděli, že mám nějaké problémy, protože jsem měl/a či mám obavy, že by mě měli vyučující za něco podřadného / za něco méně než mí spolužáci;*
- *nechtěl/a jsem, aby lidi vůbec věděli, že špatně slyším, protože by mě považovali za sluchově postiženého – to je něco, s čím ještě nejsem úplně smířen/a;*
- *nemám pocit, že bych něco potřeboval/a / zatím žádné úlevy nebo moc úlev nepotřebuji, vždycky to nějak sám/a vymyslím atd. (někteří by prý před covidovou pandemií tento důvod uvedli na prvním místě);*
- *nechtěl/a jsem, aby lidi vůbec věděli, že špatně slyším, protože to neví ani moje rodina a byli by zklamaní, že jsem jim to dlouho neřekl/a / bojím se jejich reakce;*
- *nechtěl/a jsem, aby lidi vůbec věděli, že špatně slyším, protože bych asi už nemohl/a studovat obor, který studuji / byl/a bych od studia tohoto oboru odrazován/a atd.*

Tento stav je alarmující. Bohužel má hlubší kořeny a my ho na univerzitní půdě můžeme měnit jen krok po kroku tím, že se budeme **soustavně snažit vytvářet bezpečné a důvěryhodné prostředí, v němž se studenti nebudou obávat mluvit o svých specifických a specifických potřebách**. Jen tak budeme schopni vytvořit prostředí, ve kterém se budou moci naplno věnovat studiu, nikoli vyčerpávajícímu vypořádávání se s problémy a svízeli způsobenými tím, že „špatně slyší“.

Závěrem této kapitoly

Bezbariérové distanční vzdělávání neslyšících studentů je realizovatelné pouze v těch případech, kdy **vyučující, spolužáci a další zapojené osoby a samozřejmě samotní neslyšící studenti vědomě dodržují určitá pravidla**, která byla rámcově předestřena v této kapitole a vybrané detaily jejich

konkrétních aplikací jsou dále uvedeny v kapitolách 4.3, 4.4 a 4.5.

Významným vodítkem, jak distanční výuku navrhnout a realizovat, jsou **funkční diagnostiky jednotlivých neslyšících studentů**. Nesmíme je však pojímat dogmaticky, ale jako flexibilní rámec, od něhož se můžeme odrazit. Navíc se můžeme v praxi setkat se studenty, kteří funkční diagnostiku zatím neabsolvovali, protože až pod tlakem způsobeným distanční výukou poprvé veřejně deklarovali, že patří mezi neslyšící studenty. V případě jakékoli nejistoty doporučujeme konzultovat (ne)adekvátnost konkrétních vzdělávacích postupů s **pracovníky odborných univerzitních pracovišť**, nejčastěji označovaná jako **centra nebo střediska podpory SSP**.

Užitečné odkazy

Tyto odkazy mohou čtenářům pomoci zorientovat se v tom, jaké formy podpory jsou běžné na našich vysokých školách při prezenční výuce, tzn. jsou východiskem pro modifikace při výuce distanční.

- AP3SP (2021, 29. 8.). *Podpora při studiu na VŠ. Možnosti podpory*. Dostupné z: <https://www.ap3sp.cz/podpora-pri-studiu-na-vs/moznosti-podpory/>
- Centrum Carolina – UK Point (2021, 29. 8.). *Nabídka služeb*. Univerzita Karlova. Dostupné z: <https://centrumcarolina.cuni.cz/CC-25.html>
- FF UK (2015, 29. 8.). *Ústav jazyků a komunikace neslyšících. Služby*. Univerzita Karlova, Filozofická fakulta. Dostupné z: <https://ujkn.ff.cuni.cz/cs/sluzby/>

Následující odkazy obsahují informace a doporučení ohledně vysokoškolského vzdělávání neslyšících studentů během koronavirové pandemie a obecněji během distanční výuky.

- World Federation of the Deaf (2020, 6. 4.). *Access to Higher Education for Deaf Students During the COVID-19 Pandemic*. Dostupné z: <https://wfdeaf.org/news/access-to-higher-education-for-deaf-students-during-the-covid-19-pandemic/>
- ÚJKN (2020, 29. 8.). *NaNUK: Neslyšící a nedoslýchaví studenti na UK. Tipy a doporučení pro vyučující a studenty Univerzity Karlovy*. Univerzita Karlova, Filozofická fakulta. Dostupné z: <https://neslysicinauk.ff.cuni.cz/>
- ÚJKN (2020, 29. 8.). *NaNUK: Neslyšící a nedoslýchaví studenti na UK. Doporučení pro vyučující a studenty UK. Online výuka*. Univerzita Karlova, Filozofická fakulta. Dostupné z: <https://neslysicivyukanadalku.ff.cuni.cz/>
- NaNUK – Neslyšící a nedoslýchaví studenti Univerzity Karlovy (2020,

4.3 Technické/technologické přístupy k modifikacím v online výuce

Jak už bylo řečeno, distanční výuka neslyšících studentů klade na všechny zúčastněné specifické nároky v oblasti užívání digitální techniky a ICT. Níže se zastavíme u nejčastějších studijních situací vyskytujících se v distančním vzdělávání a ke každé připojíme tipy a doporučení, jak je co nejlépe zvládnout. Při tom je třeba mít stále na zřeteli, že **v praxi je vždy nutno znovu a znovu se přizpůsobovat konkrétním podmínkám a situaci.**

Organizace výuky, learning management systems a videokonference

Základním předpokladem úspěchu jakéhokoliv vzdělávání je zajistit, aby všichni zainteresovaní věděli, **co, kdy a v jaké formě se od nich očekává.** Proto je v podstatě nezbytné vytvořit pro každý vyučovaný předmět jakési *centrální operační středisko* neboli *learning management system* (LMS). Jde o platformy jako *Moodle* či *Google Classroom*, příp. softwary vyvinuté pro podporu týmové spolupráce, jako je např. *MS Teams* či cloudové balíčky pro komunikaci a spolupráci, např. *Office 365 Education*. Všechny tyto nástroje umožňují ***asynchronní práci studentů bez přímé interakce s vyučujícím v reálném čase, jež by měla být základem každé kvalitní distanční výuky.***

V univerzitní praxi se pro tyto účely osvědčila platforma *Moodle*, která mj. umožňuje:

- ***na jednom místě shromáždit a přehledně zveřejnit všechny důležité informace týkající se organizace výuky***, jako jsou sylaby, podmínky úspěšného zakončení předmětu, deadlines pro odevzdávání domácích prací aj.;
- ***vést přehlednou evidenci o průchodu jednotlivých studentů předmětem***, k čemuž lze využít různých funkcí, jako je sledování plnění jednotlivých úkolů dle kritérií, která nakonfiguroval vyučující, přehled docházky, získávání odznaků, udělování certifikátů aj.;
- ***shromáždit a dle potřeby zveřejňovat studijní materiály***, jež mohou mít textovou, audiovizuální aj. podobu;
- ***vytvářet široké spektrum interaktivních výukových a testových aktivit***;
- ***odevzdávat domácí práce*** a vytvářet tak ***portfolia jednotlivých***

studentů, přičemž ke všem aktivitám, jež studenti v Moodle provádějí, lze poskytovat *efektivní zpětnou vazbu*;

- *cíleně podporovat vzájemnou spolupráci mezi studenty.*

Jakkoli je používání LMS důležité při vzdělávání obecně, u distanční výuky neslyšících studentů je v podstatě nezbytné, protože se díky němu ani studenti, ani vyučující nemusejí obávat, že se ke studentům nedostanou informace, jež vyučující sdělil pouze ústně, nebo se k nim dostanou, ale ve zkrácené podobě.

Jako alternativa situací, při kterých by se během kontaktního vzdělávání vyučující a studenti sešli osobně, jsou v distančním vzdělávání často využívány tzv. *videokonference*. Probíhají v reálném čase a k dispozici je nespočet platform, na nichž je lze realizovat. Každá z nich má své výhody a nevýhody. Na základě intenzivních osobních zkušeností se domníváme, že **pro videokonferenci, jíž jsou přítomni také neslyšící účastníci (a příp. probíhá tlumočení, přepis aj.) je nejvhodnější platforma Zoom (spouštěná jako aplikace, nikoli přes webové rozhraní).**

Přednáška

Pokud se naši přednášky realizované formou videokonference zúčastní neslyšící student, je důležité nepodcenit následující kroky:

- **Zjistit si, co vše je nutné pro smysluplné zapojení daného neslyšícího studenta do výuky.** Zjistit, zda bude probíhat tlumočení, přepis, zápis, titulkování, nebo bude student využívat poslech (např. s nějakými speciálními pomůckami propojenými se svým počítačem) a odezírání, bude pracovat s nějakým speciálním softwarem, ... **Vše vychází z funkční diagnostiky jednotlivých studentů** a základní pravidla pro realizování všech forem podpory jsou při distanční výuce obdobná jako u prezenční výuky. V případě nejistoty je vhodné **obrátit se s žádostí o konzultaci na specializované odborníky**. Jako nezbytné se jeví **konzultovat situaci s dotyčným studentem a samozřejmě také s tlumočníky, přepisovateli, zapisovateli atd., s nimiž budeme na přednášce spolupracovat.**
- **Promyslet a naplánovat, jak bude probíhat tlumočení, přepis, zápis, titulkování vidí aj., tzn. všechny formy podpory, které budou do výuky zapojeny.** S tím by měli každému vyučujícímu pomoci odborní pracovníci specializovaných univerzitních center/středisek podpory SSP. Cenné rady lze nalézt také na webu NaNUK: *Neslyšící a nedoslýchaví studenti na UK. Tipy a doporučení pro vyučující a studenty Univerzity Karlovy.*
- Všem zúčastněným, tj. studentům, tlumočnickům, přepisovatelům atd.,

předem **oznámit, na které platformě bude výuka probíhat** (u opakovaných přednášek zachovat jednu a tutéž platformu) a **zaslat odkaz k připojení**.

- Vyučující, neslyšící student i tlumočníci, přepisovatelé a zapisovatelé by se měli **před první videokonferencí naučit používat danou platformu, včetně funkcionalit spojených specificky s přítomností neslyšícího účastníka**. Dále je nutné, aby neslyšící studenti, tlumočníci, přepisovatelé a zapisovatelé (a nejlépe všichni účastníci) měli staženou aktuální verzi komunikační platformy. Také se osvědčuje spojit se předem s výše uvedenými účastníky a vše „natrénovat“. Jako výhodné se ukázalo, když na začátku videokonference vyučující seznámí alespoň s některými funkcionalitami i ostatní studenty (např. skrytí okénka s tlumočnickem, používání emotikonů pro hlášení se o slovo, protože při použití *hlásící se ručičky* se u některých platformech úplně změní rozmístění okének s účastníky na ploše atd.).
- **Minimálně vyučující a tlumočníci by měli mít po celou dobu trvání přednášky zapnutou kameru**. Kamery a mikrofony musejí být funkční, s dobrým rozlišením a zároveň je důležité **dostatečně silné a stabilní internetové připojení**, aby byl přenos zvuku, a hlavně obrazu plynulý, nesekal se, nevyskytovali se v něm „duchové“ a šmouhy za pohybujícími se končetinami. Zapnutou kameru by měl mít po celou dobu přednášky také neslyšící student, protože tlumočníci, přepisovatelé, zapisovatelé aj. potřebují kvůli zpětné vazbě průběžně sledovat jeho obličej. Nejvýhodnější je, pokud mají během přednášky kameru zapnutou všichni účastníci přednášky.
- Čím více účastníků videokonference má zapnutou kameru, tím menší jsou okénka s jejich obrazy. Proto si **neslyšící student, tlumočníci, přepisovatelé, zapisovatelé atd. potřebují mluví, kteří se právě projevují (v češtině nebo v českém znakovém jazyce), zvětšit**. K tomu se používá funkce *připínání jednoho nebo více videí* (např. v platformách Zoom a G Suite se nazývají PIN, příp. MULTIPIN). Ty bohužel nejsou součástí všech videokonferenčních platformech, ale i u těch, jejichž součástí jsou, je většinou musí vyučující (resp. svolavatel videokonference) **na začátku přednášky neslyšícímu studentu a tlumočnickům (resp. všem, kteří to potřebují) v nastavení povolit používat**. Účastníci, kteří je používají, si potom musí vybraná videa přesunout a připnout. Na toto musí přednášející myslet a **na začátku každé přednášky chvíli počkat, než si všichni vše nastaví tak, jak potřebují**.

- S výše řečeným těsně souvisí i fakt, že veškeré změny mluvčího musí vyučující oznámit. Proto se **všichni účastníci musí hlásit o slovo, počkat, až je vyučující vyvolá jménem** (tlumočník i přepisovatel toto jméno zahrnou do tlumočeného projevu/přepisu), **chvíli počkat a teprve pak začít hovořit**. Jinak nemají neslyšící student, tlumočníci, přepisovatelé aj. nejmenší šanci zjistit, kdo právě hovoří.
- Vedle toho je potřeba neustále myslet na to, že **přepis i tlumočení se zobrazují s několikasekundovým časovým zpožděním, jež se pochopitelně projevuje i v reakcích neslyšícího studenta**, např. při odpovědích na otázky vyučujícího nebo při reakcích na jeho pokyny.
- Vnímání, co se na obrazovce děje, je složité a namáhavé. Sledování pouze zrakem, s minimální či nulovou sluchovou oporou je ještě mnohem namáhavější. *Navíc znakové jazyky jsou svojí povahou trojdimenzionální, a na obraze jsou předávány pouze dvojrozměrně*, takže porozumění je mnohem náročnější než „naživo ve 3D“. Toto je třeba mít neustále na paměti, **poskytovat neslyšícímu studentovi, tlumočnickům, přepisovatelům atd. dostatek času, nespěchat, neustále si ověřovat, že vše funguje, nepřehánět délku přednášek a častěji, než je běžné při prezentační výuce, zařazovat přestávky**, kdy si všichni účastníci vypnou kameru a mikrofon a na chvíli se mentálně „odpojí“.
- Opakovaně bylo zdůrazňováno, že **neslyšící studenti vnímají vše pouze/převážně zrakem**. Proto není možné, aby vyučující např. simultánně komentoval prezentaci, již sdílí na obrazovce s účastníky přednášky. Slyšící student totiž zrakem sledují prezentaci a sluchem vnímají komentář vyučujícího, ale neslyšící studenti musí přenášet zrakovou pozornost mezi prezentací a „připínovaným“ obličejem mluvčího (pokud odezírá), tlumočnicka (pokud přednášku sleduje v českém znakovém jazyce) či přepisem/titulky (pokud přednášku vnímá v psané češtině). Při každém sdílení obrazovky se navíc ještě zmenšuje plocha obrazovky, na níž jsou viditelné „obdélníčky s účastníky“. Z toho důvodu je nutné, aby se vyučující k tomu, co sdílí na obrazovce, vyjadřoval nikoli simultánně, nýbrž sekvenčně, tzn. **poskytnout vždy dostatek času na sledování prezentace (obrázku, filmu...) a pak dostatek času na sledování komentáře vyučujícího**.
- Obecně je vždy užitečné, pokud vyučující – samozřejmě v souladu se svými pedagogickými postupy a záměry – neslyšícímu studentovi, tlumočnickům, přepisovatelům, zapisovatelům atd. **předem poskytnout (nejlépe v LMS) k prostudování podklady, z nichž bude při výuce**

čerpát, s nimiž bude pracovat a příp. je bude sdílet na obrazovce. To platí i při prezenční výuce. Při distančním způsobu vzdělávání je to ještě důležitější a vztahuje se to na veškeré podklady, jež budou při výuce využívány, tzn. i na studentské referáty atd.

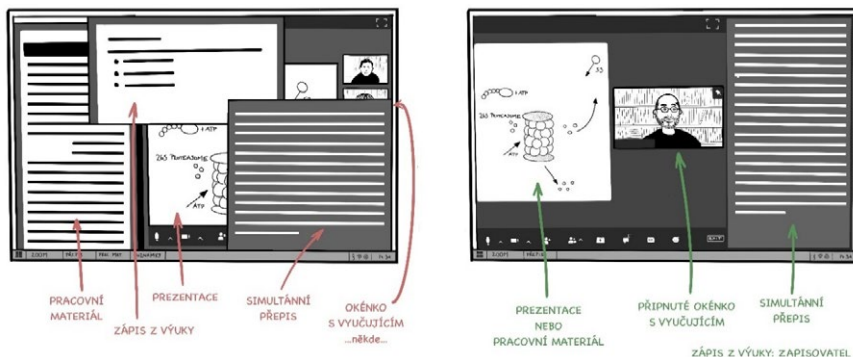
- Zatímco tlumočníci jsou vidět na obrazovce, přepisovatelé mají při přednášce kameru většinou vypnutou. **Přepis se zobrazuje buď ve formě titulků** (zobrazitelných všemi účastníky přednášky a někdy také ve formě souvislého dokumentu přístupného v rámci dané videokonferenční platformy), **nebo v samostatném dokumentu** (*Text on Top, Google Doc.* aj.), k němuž mají přístup ti účastníci přednášky, kterým vyučující nebo přepisovatel zašle přístupový odkaz. **Na formě výstupů vhodné pro danou přednášku je potřeba se předem domluvit s přítomným neslyšícím studentem a přepisovateli** (mj. proto, aby byli všichni na konkrétní formu přepisu adekvátně technicky připraveni a aby všem zainteresovaným forma přepisu vyhovovala - např. neslyšící studenti, kteří mají také specifické poruchy učení, potřebují přepis ve speciálním formátování).
- V každém odborném diskursu se objevuje mnoho odborných termínů. **Pro zvýšení přehlednosti a jasnosti výkladu je vhodné, aby vyučující všechny odborné termíny, vlastní jména atd. psal do chatu, na sdílenou tabuli nebo jiné médium, jež se všem přítomným zobrazují na obrazovce.** Pro neslyšícího studenta, tlumočníky, přepisovatele, zapisovatele atd. je to nezbytnost, pro ostatní studenty příjemný bonus přispívající k efektivnímu průběhu přednášky.

Na obrázku 2 je vlevo zachycen monitor neslyšícího studenta, který se účastní distanční výuky, při níž mají studenti sledovat pracovní materiál a zároveň prezentaci. Tato výuka není z hlediska neslyšícího studenta vyučujícím optimálně zorganizovaná. Neslyšící student má navíc nevhodně uspořádané činnosti na obrazovce, konkrétně (a) má komunikační platformu zobrazenou přes celou obrazovku, takže mu okénko s přepisem překrývá prezentaci a videa s účastníky videokonference, (b) nemá „zapínané“ (zvětšené a na obrazovce vhodně umístěné) okénko s vyučujícím a (c) celkově má nevhodně zvolené zobrazení všech okének, překrývají se mu a student v podstatě není schopen výuku sledovat.

Vpravo (opět na obrázku 2) je stejná výuka s vhodnou organizací výuky ze strany vyučujícího - v jednu chvíli studenti pracují buď s prezentací, nebo s pracovním materiálem. Student má navíc funkčně uspořádanou plochu monitoru, tzn. v jedné části obrazovky má spuštěnou platformu s vlastní videokonferencí (sdílená obrazovka s prezentací/pracovním materiálem) a okénko

s vyučujícím a v druhé části má otevřený dokument s přepisem. Vedle toho ještě po výuce dostane zápis z výuky, který vytvořil zapisovatel.

Obrázek 2. Monitor neslyšícího studenta, který se zúčastní distanční výuky vedené formou videokonference: vlevo nevhodná organizace výuky a uspořádání činností na ploše monitoru, vpravo vhodné vedení výuky a přehledné uspořádání činností na ploše).



Zdroj: Holubová, K. (2021). Monitor neslyšícího studenta, který se zúčastní distanční výuky vedené formou videokonference.

- Ačkoli se výše popsané kroky mohou jevit jako poněkud zdlouhavé, obtížné či dokonce zbytečné, apelujeme na to, aby jim vyučující věnovali dostatek pozornosti a času. Určitě se to vyplatí. Přesto stále zůstává mnoho míst, ve kterých se může něco „pokazit“. Z toho důvodu je výhodné mít **tři pojistky: (1) Vědět, na koho se obrátit s žádostí o rychlou technickou pomoc** (tzn. být v kontaktu např. s odborníky ze specializovaného univerzitního centra/střediska podpory SSP). **(2) Mít se studenty, tlumočníky, přepisovateli, zapisovateli aj. domluven způsob, jak kontinuálně kontrolovat, že vše pobíhá technicky dobře, příp. jak oznamovat, že se vyskytl problém.** **(3) Mít předem promyšlené „plány B, C atd.“ a domluvená krizová a náhradní řešení.** Předejte se tak nejen časovým průtahům a komplikacím, ale také trapným momentům, kterých se obávají nejen vyučující, ale zejména neslyšící studenti: že budou zdržovat, strhávat na sebe pozornost, „vymýšlet si specialitky“, „kazit ostatním studentům výuku“ a ještě v porovnání s nimi budou mít „úlevy“.

Interaktivní výuka (semináře, cvičení, laboratorní práce, ...)

V základních rysech se řídíme postupy popsanými u přednášek. Navíc je nezbytné pamatovat na následující:

- Ještě důležitější než u přednášek, je **domluvit se se všemi účastníky na pravidlech komunikace a předávání slova**, jimiž se všichni účastníci videokonference budou důsledně řídit.
- V průběhu interaktivní výuky potřebují někteří neslyšící studenti i tlumočníci překlíkávat mezi jednotlivými „připnutými mluvčími“, popř. si je různě přesouvat na obrazovce. To vyžaduje čas a zrakovou pozornost. Na toto musí vyučující myslet a **při každém střídání mluvčích vždy chvíli počkat, aby si všichni mohli vše nastavit tak, jak potřebují**.
- Pokud se jedná o výuku interaktivní, je třeba myslet i na to, jak se bude na dění ve skupině aktivně podílet neslyšící student. Každý student je jiný a do komunikace se začleňuje po svém. Pomineme-li všechny ostatní faktory a zůstaneme přísně u komunikačního a jazykového chování, **vždy je nezbytné předem se se studentem (a následně tlumočníky, přepisovatel...) domluvit, jak se bude do komunikace zapojovat**. To, že některým studentům pro percepci vyhovuje znakový jazyk a jiným mluvená či psaná forma mluveného jazyka, je zřejmé. Studenti se ale liší i v tom, jak se sami vyjadřují – **někteří preferují český znakový jazyk** (jejich projev tlumočnick tlumočí do mluvené češtiny), **jiní raději píšou** (např. do chatu s přepisovatelem, který jejich projev přečte nahlas), **jiní mluví nahlas česky**. A abychom byli důslední: **Jeden a tentýž student může v různých situacích (i v rámci jedné vyučovací hodiny) přepínat mezi několika způsoby percepce a několika způsoby produkce nebo je různě kombinovat**. Všichni přítomní by s tím měli počítat a být na to předem připraveni.
- Při dělení studentů do skupin (*breakout rooms*) nesmí vyučující zapomenout, že **do skupiny, v níž je neslyšící student, musí vždy ručně přiřadit také tlumočnicka, přepisovatele, zapisovatele atd.**
- Výše bylo vzpomenuo, že k splavnosti výuky velmi pomáhá, když přednášející (vyučující) poskytuje neslyšícímu studentovi, tlumočnickům, přepisovatelům, zapisovatelům atd. podklady, podle nichž se mohou na tlumočení, přepis, zápis atd. připravit, nastudovat danou problematiku, osvojit si pravopis odborných termínů, vlastních jmen aj. Pokud u interaktivní výuky není možné takové podklady poskytnout, je vhodné **zpřístupnit jim v dostatečném časovém předstihu alespoň rámcová témata, odborné termíny a jména, která by se v rámci interaktivní výuky mohla vyskytnout apod.**

Samostudium

Podklady k samostudiu je žádoucí umísťovat do LMS, např. *Moodle*.

- **Předtočené přednášky** je potřeba – na základě předcházející domluvy s neslyšícím studentem a příp. dalšími zainteresovanými osobami – s dostatečným předstihem před zpřístupněním v LMS opatřit překladem do českého znakového jazyka a/nebo titulky, příp. přepisem (v textovém dokumentu). Pokud to je jen trochu možné, je žádoucí upřednostnit audiovizuální záznamy před audiozáznamy (*podcasty*).
- Obdobně jako u přednášek postupujeme u **studijních videomateriálů (filmů)**, příp. audiomateriálů.
- **Textové materiály** (souvislé texty, prezentace, ...) se pochopitelně titulky ani přepisem neopatřují. Je samozřejmě možné zajistit k psanému textu překlady do českého znakového jazyka. Není však technicky proveditelné a ani žádoucí překládat veškeré texty, které musí neslyšící studenti přečíst a nastudovat. V rámci Univerzity Karlovy např. platí, že se překládají texty, které „nahrazují” výuku, která by při režimu prezenční výuky proběhla jako přednáška, seminář atd. s „živým tlumočením”.
- U neslyšících studentů se ještě více než u studentů ostatních opakovaně osvědčuje ***doplnit samostudium častějšími a/nebo pravidelnými konzultacemi.***

Konzultace

I při distanční výuce by studenti měli mít možnost „konzultací s živým vyučujícím v reálném čase” (s tlumočením, přepisem, příp. zápisem, pokud některou z těchto služeb využívají), nelze je odkázat výlučně na e-mailovou komunikaci, příp. chatování v reálném čase. **Konzultace pak probíhají na videokonferenčních platformách a řídí se podobnými pravidly jako přednášky, semináře a další interaktivní výuka.**

Pokud konzultace probíhají v malém počtu studentů či individuálně, není nezbytné realizovat je na videoplatformě umožňující „připínání videí”. V případě konzultací vztahujících se k předmětu, u něhož souběžně probíhá výuka formou videokonferencí, se jako užitečné osvědčuje využívat tutéž platformu jako u výuky, protože všichni zúčastnění jsou na ni už zvyklí a umí ji používat, což eliminuje příp. technické a organizační obtíže.

Atestace

Při atestacích v **zásadě platí vše, co bylo řečeno u přednášek, interaktivní výuky (seminářů, cvičení, laboratorních prací, ...), samostudia i konzultací.** Zároveň jde ale o situace ještě **mnohem více zatížené stresem**, do jisté míry určující další studentův (často nejen studijní) osud. Proto je

opravdu *extrémně důležité*, aby se na ně všichni přítomní dobře technicky připravili. Níže přinášíme výčet několika vybraných bodů, které v žádném případě nelze ignorovat:

- **I u atestací je potřeba mít připravené krizové varianty pro případ, že se něco technicky pokazí.** Zpravidla je však nutné volit „*mnohem méně kompromisní*“ řešení než při běžné výuce. Například zatímco při výuce je možné v některých případech a po dohodě všech zúčastněných nahradit přepis s živým přepisovatelem automatickým přepisem, při atestacích by toto byl krok velmi riskantní a nelze se k němu uchýlovat.
- Stejně jako při prezenční výuce je nejvýhodnější, když při atestacích působí ti tlumočníci a přepisovatelé, kteří byli přítomni na (distanční) výuce. Pokud to z nějakého závažného důvodu není možné, může tlumočit/přepisovat i jiný – náležitě odborně vybavený – tlumočnick/přepisovatel. **Stane-li se však, že na daný termín není možné sehnat tlumočnicka/přepisovatele či tlumočnick/přepisovatel svou již domluvenou účast na atestaci zruší, je nutno atestaci přesunout na jiný – z hlediska zajištění tlumočení/přepisu – příhodnější termín.**
- **Při skupinových atestacích je z důvodu přehlednosti komunikace vhodné volit zkoušení v malých skupinách, příp. ve dvojicích.**
- Pokud je součástí atestace část, ve které studenti něco píšou na papír, sleduje je při tom kamera a v určitém okamžiku mají přestat psát, je nezbytné *domluvit se předem se studentem, jakým způsobem mu dáme signál k ukončení práce, když nás „přes kameru a počítač“ neslyší* (např. poslat mu SMS na telefon).
- **Pokud je součástí atestace sdílené video** (včetně videonahrávek s překlady do českého znakového jazyka), **je nutné klást ještě větší důraz na technickou přípravu atestace**, počítat např. s tím, že ne u všech studentů se bude video zobrazovat plynule, **a mít pro tyto případy připravený „plán B“** (např. použít OBS nebo online prezentace, např. AhaSlides).
- **Na veškeré technické záležitosti a možné komplikace by měl vyučující myslet s dostatečným předstihem, vše včas prokonzultovat s kompetentními osobami a dobře vyzkoušet**, nejlépe s těmi studenty, tlumočníky či přepisovateli, kteří budou atestaci přítomni.

Závěrem této kapitoly

Za výuku a za to, že bude přínosná pro všechny studenty daného předmětu, je zodpovědný vyučující. Je-li součástí výukové skupiny také neslyšící

student, vyučující se při distanční výuce neobejde bez jistých specifických technických dovedností, příp. i speciálního technického vybavení. Stejně tak se bez specifických dovedností z oblasti ICT a příp. bez potřebné techniky neobejde ani samotný neslyšící student a dále ani tlumočníci, přepisovatelé aj. ***Jak s osvojováním potřebných informačně-komunikačních kompetencí, vymyšlením technických řešení designovaných přímo na konkrétní výukové (a potažmo i komunikační) situace, tak s půjčováním potřebného technického vybavení by měla všem výše jmenovaným pomáhat specializovaná pracoviště,*** jež by měla být součástí každé vysoké školy v ČR. Rady, postupy a inspiraci je možno hledat i na různých jiných platformách. V ČR se v tomto směru osvědčuje jedinečný web *NaNUK: Neslyšící a nedoslýchaví studenti na UK. Tipy a doporučení pro vyučující a studenty Univerzity Karlovy*, jež má od března 2020 tisíce zhlédnutí a jeho technický poradce na něm odpovídá na desítky (v některých obdobích i stovky) dotazů měsíčně. Obracet se na tento web mohou i specialisté působící v univerzitních centrech/střediscích podpory SSP, protože detailní vyladění technických parametrů tak, aby vyhovovaly potřebám distanční výuky, již se zúčastní také neslyšící studenti, je záležitostí natolik specializovanou, okrajovou, a navíc velmi dynamicky se vyvíjející, že pro některé může být obtížné plně se v ní orientovat. Ke zdárnému technickému zvládnutí distanční výuky doporučujeme i specializované stránky *NaNUK: Neslyšící a nedoslýchaví studenti na UK. Doporučení pro vyučující a studenty UK. Online výuka a NaNUK: Neslyšící a nedoslýchaví studenti na UK. Doporučení pro vyučující a studenty UK. Potřebná technická nastavení pro distanční výuku.*

Při distanční výuce, do níž je zapojen také neslyšící student, se zřejmě více než kdy jindy projevuje, že vyučující není a nemůže být sólový hráč a že **základem vzdělávání je týmová spolupráce.** V tomto případě jsou členy týmu kromě vyučujících také tlumočníci, přepisovatelé, zapisovatelé, „technická podpora“ a příp. další odborníci. Pro efektivní předávání informací v rámci tohoto týmu se osvědčilo přidělit všem členům týmu práva pro přístup do LMS, např. *Moodle*. Každopádně je nevyhnutelné ***zapojit je všechny do seznamu kontaktů pro zasílání informací ke každému konkrétnímu předmětu.***

Již tak technicky a pedagogicky poměrně složitá situace se ještě může zneprůhlednit v případě, že máme **ve výukové skupině více neslyšících studentů.** V tu chvíli je pochopitelně nutno vzít v potaz individuální specifické potřeby každého z nich a vše sladit do funkčního celku (při vědomí, že ve výuce musíme zohlednit i mnoho dalších faktorů, které nesouvisejí s přítomností neslyšících studentů).

Užitečné odkazy

Na těchto odkazech lze získat mnoho užitečných technických a technologických tipů pro distanční výuku neslyšících studentů.

- ÚJKN (2021, 29. 8.). *NaNUK: Neslyšící a nedoslýchaví studenti na UK. Typy a doporučení pro vyučující a studenty Univerzity Karlovy*. Univerzita Karlova, Filozofická fakulta. Dostupné z: <https://neslysicinauk.ff.cuni.cz/>
- ÚJKN (2021, 29. 8.). *NaNUK: Neslyšící a nedoslýchaví studenti na UK. Doporučení pro vyučující a studenty UK. Online výuka*. Univerzita Karlova, Filozofická fakulta. [Sekce Pro vyučující a sekce Pro studenty]. Dostupné z: <https://neslysicivyukanadalku.ff.cuni.cz/>
- ÚJKN (2021, 29. 8.). *NaNUK: Neslyšící a nedoslýchaví studenti na UK. Doporučení pro vyučující a studenty UK. Potřebná technická nastavení pro distanční výuku*. Univerzita Karlova, Filozofická fakulta. Dostupné z <https://neslysicinauk.ff.cuni.cz/distancnivyukenastaveni/>
- ABA (2021, 29. 8.). *Zoom: Accessibility for Deaf and Hard-of-Hearing*. American Bar Association, Commission on Disability Rights. [Týká se PRO verze + je potřeba mít vždy právě aktuální verzi Zoomu]. Dostupné z: <https://www.courts.wa.gov/content/publicUpload/Interpreters/ZOOM%20ASL%20TIPS%20zoom-accessibility-tips.pdf>
- Microsoft (2021, 29. 8.). *Best practices for setting up and running a Teams meeting or Live event for the deaf and hard of hearing*. Dostupné z: <https://support.microsoft.com/en-us/topic/best-practices-for-setting-up-and-running-a-teams-meeting-or-live-event-for-the-deaf-and-hard-of-hearing-6d5ff6ac-c6f3-434b-ac95-c6e2e15ff0ac>

4.4 Podpůrné přístupy vyučujících, modifikace výuky – před výukou, ve výuce, při atestování

Desatero pro vyučující

Distanční vzdělávání neslyšících studentů v podstatě stojí a padá na tom, jak se k němu postaví vyučující. Ostatně, to se jako červená nit prolíná kapitolami 4.1, 4.2 i 4.3.

Zde jsme se pokusili zformulovat desatero klíčových doporučení pro vyučující, mezi jejichž studenty je i neslyšící student:

- **Základ přípravy na přítomnost neslyšícího studenta na distanční výuce je stejný jako u prezenční výuky:** Studium funkční diagnostiky daného studenta a dalších podkladů, konzultace s pracovníky

odborných pracovišť, domluva s konkrétními tlumočnický, přepisovateli, zapisovateli aj., kteří budou s vyučujícím přítomni ve výuce, a v neposlední řadě se samotným studentem.

- **U distanční výuky neslyšících studentů platí všechna komunikační aj. pravidla uplatňovaná při výuce prezenční.** Jen je potřeba **zohlednit specifické okolnosti a podmínky**, jež s sebou přináší distanční výuka (větší důraz na samostatnou práci; každodenní mnohahodinové zatěžování zraku sledováním monitoru; specifika komunikace na videokonferenčních platformách, ...), a **vhodně na ně reagovat.**
- **Všichni (vyučující, studenti, tlumočníci, přepisovatelé...) máme dlouholeté osobní zkušenosti s prezenční výukou. Distanční výuka a zvl. tzv. nouzová distanční výuka (emergency remote teaching) je pro většinu z nás novinkou, s níž se teprve sžíváme.** Jako k nové – a logicky do jisté míry stresující – životní a studijní situaci je k ní třeba přistupovat. **Vyučující by si měl jasně a realisticky (!) stanovit, čeho, jak a proč chce ve výuce dosáhnout. To vše s vědomím všech okolností, včetně zapojení neslyšícího studenta.**
- Distanční výuka není ani „prezenční výuka nahrazená samostudiem odborných textů a odevzdáváním domácích úkolů“, ani „prezenční výuka kompletně realizovaná formou videokonferencí“. Jde o zcela **osobitý způsob vzdělávání promyšleně a účelně kombinující různé synchronní a asynchronní aktivity.** S tím, že **na distanční výuce bude participovat také konkrétní neslyšící student, by měl vyučující počítat při plánování výuky/semestru i každé jednotlivé vyučovací jednotky/hodiny.**
- To nejdůležitější, co si musí při výuce neslyšících studentů vyučující neustále uvědomovat, je fakt, že **neslyšící student musí ve všech situacích, kdy slyšící studenti používají souběžně zrak a sluch, používat sekvenčně zrak.** Při distanční výuce je to klíčové zejm. při výuce realizované formou videokonferencí. **Jednotlivé aktivity, které neslyšící student vykonává s využitím zraku (= všechny, které vykonává), musí následovat za sebou. A je to právě vyučující, kdo musí vymyslet a zařídit, aby to takto probíhalo (srov. např. Obrázek 4).**
- Distanční výuka, při níž je přítomen neslyšící student, vyžaduje od všech zúčastněných určité nestandardní technické a technologické kompetence a někdy také technické a technologické vybavení (**podrobně v kapitole 4.3).**
- U prezenční výuky je důležité v průběhu výuky vyhodnocovat

vhodnost užívaných řešení (včetně tzv. služeb, jako je tlumočení, přepis, zápis, titulkování apod.) a příp. realizování změn a úprav. U distanční výuky je to ještě důležitější.

- Protože **většina neslyšících studentů má s distanční výukou na vysoké škole malé zkušenosti, uchazeči dokonce nulové,** může se stát, že nevědí, jak se v některých situacích chovat, jak technicky vyřešit vzájemnou komunikaci, na koho se obrátit aj. Není proto překvapivé, že se vše nemusí podařit na první pokus, např. konzultace s vyučujícím před začátkem semestru, na niž si student neobjedná přepis, protože nemá osobní zkušenost s přepisem při konzultacích realizovaných formou videokonference, a vyučujícího nenapadlo se se studentem na těchto technických záležitostech při plánování konzultace domluvit. **S klidnou hlavou a vstřícným postojem na všech stranách se jistě podaří vše postupně vyladit – třeba „na druhý pokus“.**
- Distanční vzdělávání – jako vše nové či neobvyklé – může být u všech zúčastněných provázeno nejistotou, obavami, psychickým tlakem aj. Mějme proto na paměti, že méně je někdy více, stres a neopodstatněný tlak na výkon jsou zbytečné a nadměru vyčerpaný či dokonce zhroucený student či vyučující ničemu a nikomu neprospějí. **Více než kdy jindy je na místě klid, rozvaha, pochopení a vzájemná domluva.**
- A jedno doporučení na závěr: **Nepausalizujme.** Přistupujme ke každému neslyšícímu studentu nově, neporovnávejme jednotlivé studenty mezi sebou ani to, jak se konkrétní student chová v různých (pro nás možná srovnatelných) situacích. **Přistupujme ke každému z nich a ke každé studijní situaci s otevřenou myslí, bez předsudků a stereotypních postojů.**

Závěrem této kapitoly

Distanční výuka přináší do vzdělávání nové podmínky, formy organizace práce, postupy, pomůcky, technické možnosti a komunikační nástroje. To vše se promítá i do univerzitního vzdělávání neslyšících studentů. **Na nové podmínky se musí adaptovat nejen vyučující a samotní neslyšící studenti a jejich slyšící spolužáci, ale také tlumočníci, přepisovatelé, zapisovatelé, ...** Všichni „automaticky“ víme, že tabule bývá v čele třídy, na bílou tabuli se píše fixem, na zelenou či černou křídou, je nám jasné, kde bývá ve třídě umístěn dataprojektor a jak se používá, jak bývají uspořádány lavice, jak se upozorňuje na konec vyučovací hodiny... **Úkolem každého vyučujícího je, aby ve své distanční výuce zautomatizoval nové „jistoty“,** např. že

ve výuce, již je přítomen neslyšící student, musí mít všichni zapnutou kameru, spuštěné zobrazení přepisu jako titulků a musí se hlásit o slovo. Tyto *rutiny* se stanou nejen předpokladem efektivní výuku dané skupiny studentů, ale také určitou kotvou, která všem zúčastněným pomůže **soustředit se výuku, neřešit technické a podávat co nejlepší vzdělávací výkon.**

Užitečné odkazy

Mnohé vysoké školy v průběhu pandemie způsobené onemocněním COVID-19 pro své vyučující vytvořily podpůrné metodické materiály, nejedny z nich se přímo nebo částečně zaměřují i na distanční vzdělávání studentů se specifickými potřebami, tzn. i na distanční vzdělávání neslyšících studentů. Níže připojujeme dva příklady z Univerzity Karlovy:

- Univerzita Karlova (2021, 29. 8.). *karlovkaonline.cz*. Dostupné z: www.karlovkaonline.cz
- Kol. autorů (2020). *Online výuka u studentů se speciálními potřebami - nároky a možnosti zvládnutí. Metodické doporučení pro pracovníky PedF UK*. Univerzita Karlova, Pedagogická fakulta. Dostupné z: https://pedf.cuni.cz/PEDF-260-version1-studenti_se_sp_on_line_vyuka_27_10_2020_final.pdf

4.5 Přístupy studentů - jak se na výuku připravit, o co a jak žádat, co pomáhá ve výuce, jak na zpracování úkolů ve výuce i pro atestování, jak na atestování atd.

Desatero pro studenty

Neslyšících studentů u nás na vysokých školách studuje jen pár stovek (srov. Obrázek 2). Jedná se ani ne o jedno promile ze všech studentů veřejných vysokých škol, o soukromých vysokých školách statistiky neexistují). To znamená, že mnozí z nich se při svém studiu opakovaně dostávají do situace **prvních neslyšících studentů, se kterými se daný vyučující setkává**. Ani pro jednu stranu se nejedná o jednoduchou situaci. Distanční výuka situaci ještě komplikuje, protože **ani vyučující, ani neslyšící studenti často netuší, jak ji nejlépe naplánovat a realizovat, aby se do ní neslyšící studenti mohli účelně zapojit**.

Na základě našich osobních zkušeností se domníváme, že by neslyšícím studentům, které čeká distanční výuka, mohly pomoci tyto kroky:

- **být otevřený: Říct, že slyším jinak, než je obvyklé.**

- **být proaktivní:** Obrátit se s žádostí o konzultaci, jak řešit různé situace spojené s distanční výukou, na svého funkčního diagnostika a/nebo pracovníky univerzitního centra/střediska podpory SSP, hledat v různých zdrojích – na Univerzitě Karlově se velmi osvědčil web *NaNUK: Neslyšící a nedoslýchaví studenti na UK. Tipy a doporučení pro vyučující a studenty Univerzity Karlovy*, jehož součástí je i interaktivní sekce, v níž odborný poradce odpovídá na zasláné dotazy.
- **být kreativní:** Každý problém má řešení. Jen je potřeba neulpívát na starých (a pro distanční výuku často nefunkčních či málo funkčních) postupech a hledat, jak k různým situacím přistupovat nově. Mnoho tipů lze získat např. na webu Univerzity Karlovy *NaNUK: Neslyšící a nedoslýchaví studenti na UK. Doporučení pro vyučující a studenty UK. Online výuka*, v sekci *Pro studenty*.
- **nebát se:** Každý rozumný vyučující (stejně tak tlumočník, přepisovatel, ...) přivítá, když sám student navrhne možná řešení různých studijních situací, prodiskutuje je s ním a vyučující (tlumočník, přepisovatel, ...) pak může pro svou výuku vybrat některé z nich. Zároveň každý vyučující (tlumočník, přepisovatel, ...), kterému záleží na tom, jak jeho výuka probíhá, uvítá zpětnou vazbu a je přístupný hledání a ověřování dalších případných řešení, pokud se ta původní ukáží jako ne zcela vyhovující.
- **sdužovat se:** I když neslyšících studentů studuje na českých univerzitách poměrně málo, vždy je možnost se s některým z nich poradit, sdílet své zkušenosti, tipy, nápady. Kde ostatní neslyšící studenty hledat? Například na facebookové skupině, založené na Univerzitě Karlově, avšak plně otevřené neslyšícím studentům ze všech vysokých škol v ČR, *Neslyšící a nedoslýchaví studenti Univerzity Karlovy*.

Mnoho dalších cenných rad a nápadů lze získat na různých zahraničních fórech sdružujících neslyšící vysokoškolské studenty a/nebo akademiky a vědce (některé skupiny mají oborové zaměření, např. *Atomic Hands*, *AMPHL - Association of Medical Professionals with Hearing Losses* nebo *Deaf and Hard-of-Hearing STEM Professionals*).

To nejmenší, co lze udělat, je sledovat novinky týkající se distanční výuky na webu univerzitního centra/střediska podpory SSP zabývajících podporou studentů se specifickými potřebami.

- **vybavit se:** Pro bezproblémové zapojení do distanční výuky potřebuje každý neslyšící student umět používat některé speciální funkce (např. PIN ve videokonferencích) a mít kvalitní technické vybavení (webkameru, notebook s velkým monitorem apod.). Každý neslyšící student by se

měl tyto potřebné funkce naučit používat a pořídit si potřebnou techniku. Buď to zvládne vlastními silami, nebo ho zaučí a techniku zapůjčí univerzitní centrum/středisko podpory SSP zaměřené na podporu studentů se specifickými potřebami.

- **plánovat:** Je vynikající, když je v distanční výuce nastaveno vše tak, aby se do ní bez problémů mohl zapojit i neslyšící student. Vždy se ale může něco nečekaného stát, něco přestane fungovat, někomu selže připojení, ... Proto je dobré mít vymyšlená náhradní řešení, nejen plán B, ale také C a raději i D a E, a umět je používat. Je např. tak trochu k ničemu, když student využívající při přednáškách přepis zajišťovaný přepisovatelem má jako „plán B“ využití automatického přepisu, ale automatický přepis si nikdy nevyzkoušel, neví, jak se k němu připojit, jak si co nastavit apod. Takový „plán B“ jako by ani neexistoval.
- **připravovat se:** V rámci technické přípravy na distanční výuku realizovanou formou videokonference je dobré věnovat se i zdánlivým detailům. Je například dobré zautomatizovat si, že je potřeba vždy zkontrolovat, že mikrofon u neslyšícího studenta je vypnutý (když celá třída poslouchá spolužákovo kručení v břiše, na výuku se moc nesoustředí...). A pak jedna citlivější záležitost: Mikrofony někdy dosti zkreslují přenášený zvuk, a tak se může stát, že se neslyšící student, který je zvyklý běžně používat mluvenou češtinu a okolí mu bezproblémově rozumí, dostane do situace, kdy mu není rozumět. Co s tím? Například domluvit se předem s vyučujícím, že kdyby se to stalo, vyzve studenta, aby odpovídal formou psaní do chatu. Podobně je potřeba předem s vyučujícím domluvit, jak v tomto případě pojmout prezentaci nebo referát neslyšícího studenta (lze využít video s titulky, seminární práci atd.).
- **přízpůsobovat se:** Kromě videokonferencí jsou při distanční výuce neslyšících studentů využívány také audiovizuální záznamy, často s projevy (ať už autorskými, či překlady) v českém znakovém jazyce. Aby bylo mluvčím českého znakového jazyka (včetně neslyšících studentů) rozumět, musejí svůj projev v některých ohledech přízpůsobovat a vzít mj. v potaz, že projev realizovaný v prostoru je přenášen ve dvou dimenzích, což příjemcům (vyučujícím, spolužákům, tlumočnickům, ...) znesnadňuje porozumění. Doporučujeme nebýt před kamerou zhroucený na židli, být vhodně osvětlený, být dobře nastaven v zorném poli kamery (kamera musí snímat obličej a celý znakovací prostor), vyjadřovat se přiměřenou rychlostí a tempem, pečlivě a přesně (s precizními tvary rukou, zřetelnou mimikou, přehledným využíváním viditelného znakového prostoru) atd.

- **být slušný:** Není ostuda ani drzost (ba naopak!) otevřeně s vyučujícími, tlumočníky, přepisovateli, spolužáky, pracovníky odborných pracovišť aj. hovořit o svých specifických potřebách, hledat vhodná řešení, zkoušet je zavést do praxe, reflektovat je a poskytovat všem zainteresovaným zpětnou vazbu, navrhopvat nová řešení a postupy, ... Veškerá komunikace by však vždy měla zůstat v rovině slušnosti a neměla by sklouznout k nátlaku, vynucování, konfliktům apod.

Ke každé životní situaci můžeme přistupovat různými způsoby. Dva možné přístupy k distanční vysokoškolské výuce ilustruje obrázek 3.

Obrázek 3. Neslyšící studentka při distanční výuce: nahoře bez podpory, dole s podporou.



Zdroj: Holubová, K. (2021). Neslyšící studentka při distanční výuce.

Závěrem této kapitoly

Někdy se může zdát, že distanční výuka vynucená celosvětovou koronavirovou epidemií je v případě neslyšících studentů vysokých škol jednou velkou komplikací, která nikomu nepřinesla nic dobrého.

Určitě lze z této situace vytěžit i nějaká pozitiva a dosud neodhalené možnosti, např.:

- Souběžné sledování tlumočení a přepisu zobrazeného formou titulků, přibližování obličejů mluvčích během výuky realizované formou videokonferencí (obé např. v Zoomu), používání různých technických a technologických pomůcek (osobních indukčních smyček, automatických přepisů, ...) aj., jež při prezenční výuce nejdou použít vůbec, nebo je to složitější než při distanční výuce, která je principiálně postavena na využívání ICT.
- Velmi snadné nahrávání částí výuky realizovaných formou videokonferencí a využívání těchto audiovizuálních záznamů (příp. zahrnujících překlady do českého znakového jazyka a/nebo titulky/přepis) v pedagogickém procesu.
- Přístup k velkému množství informací/akcí, jež jsou v masmédiích a na sociálních sítích přístupny v českém znakovém jazyce (nebo jiném národním znakovém jazyce či v mezinárodním znakovém systému) a/nebo s titulky/přepisem.
- Téměř neomezená dostupnost obrovského množství zahraničních odborných přednášek, konferencí, seminářů... probíhajících v mezinárodním znakovém systému (nebo v některém z národních znakových jazyků) a/nebo s titulky/přepisem. Často se jedná o akce, jichž by se „běžný český neslyšící vysokoškolák“ prezenčně nikdy neměl možnost zúčastnit.
- Skokové zvýšení ICT gramotnosti vyučujících, studentů, tlumočnicků, přepisovatelů, ... Doufáme, že nabyté dovednosti a zkušenosti budou všichni využívat i v prezenční výuce a posunou ji tak pedagogicky do jiných dimenzí, než byla před příchodem onemocnění COVID-19.

Užitečné odkazy

Odkazy na zdroje použité v této kapitole:

- ÚJKN (2021, 29. 8.). *NaNUK: Neslyšící a nedoslýchaví studenti na UK. Typy a doporučení pro vyučující a studenty Univerzity Karlovy*. Univerzita Karlova, Filozofická fakulta. Dostupné z: <https://neslysicinauk.ff.cuni.cz/>
- ÚJKN (2021, 29. 8.). *NaNUK: Neslyšící a nedoslýchaví studenti na UK. Doporučení pro vyučující a studenty UK. Online výuka*. Univerzita Karlova, Filozofická fakulta [Sekce Pro vyučující a sekce Pro studenty]. Dostupné z: <https://neslysicivyukanadalku.ff.cuni.cz/>
- NaNUK - Neslyšící a nedoslýchaví studenti Univerzity Karlovy (2020, 29. 8.). *NaNUK*. Facebook. Dostupné z: <https://www.facebook.com/neslysicinauk>
- Atomic Hands (2018, 1. 1.). *Atomic Hands*. Dostupné z: <https://www.atomichands.com/>

- AMPHL. (2021, 29. 8.). *AMPHL – Association of Medical Professionals with Hearing Losses*. Dostupné z: <https://www.amphl.org/>
- Described and Captioned Media Program (2020, 29. 8.). *Deaf and Hard-of-Hearing STEM Professionals*. Dostupné z: <https://dcmp.org/series/608-deaf-and-hard-of-hearing-stem-professionals>

4.6 Další doporučené přístupy/další možnosti podpory

K tématu distančního vzdělávání neslyšících univerzitních studentů (a širěji studentů se specifickými potřebami) lze dohledat téměř nepřeborné množství odkazů, většinou zahraničních. Z těch, které se vztahují k českému prostředí a dosud nebyly v kapitole 4 zmíněny, vybíráme následující dva:

- ÚJKN (2020, 1. 1.). *NaNUK: Neslyšící a nedoslýchaví studenti na UK. Tipy a doporučení pro vyučující a studenty Univerzity Karlovy. Užitečné odkazy*. Univerzita Karlova, Filozofická fakulta. Dostupné z: <https://neslysicina-uk.ff.cuni.cz/uzitecne-odkazy/>
- VDV. Nadace Olgy Havlové (2021, 29. 8.). *Jak pandemie ovlivnila přístup ke vzdělání znevýhodněných studentů*. Dostupné z: <https://www.vdv.cz/clanky/vzdelavani/dopad-pandemie-na-pristup-znevychodnenych-studentu-ke-vzdelani/>

4.7 Závěr

Studium vysoké školy není triviální záležitostí. V několika uplynulých semestrech jsme se všichni ocitli ve zcela nových podmínkách – vysokoškolské studium se transformovalo do distančního režimu. Znenadání jsme byli hozeni do vody a každý jsme plavali, jak jsme uměli. Čím lepší jsme měli „předcovidový“ trénink (zkušenosti s různými formami výuky, ICT dovednosti a v našem případě i promyšlený a funkční systém podpory spojený s výukou neslyšících studentů), tím menší a kratší byl počáteční šok a následně lepší naše (studentské i učitelské) výkony. Zkrátka: Měli jsme natrénováno a trénink jsme v pravou chvíli zúročili.

Avšak pokud náhodou někde něco nefunguje, není třeba házet flintu do žita. Nic není definitivní, vše je v pohybu a vše se dá dohnat a dopilovat. Nemusí se vždy všechno povést hned napoprvé či napodruhé. Někdy to chce jen čas a zkoušet, vymýšlet, upravovat, diskutovat nad možnými řešeními. Než se vše vyladí ke spokojenosti všech stran, může to nějaký čas trvat. Základem je

komunikace: nebát se zeptat (vyučující studenta, pověřeného pracovníka aj. i student vyučujícího, pověřeného pracovníka aj.), připomenout se, pokud by bylo potřeba, a hlavně nerezignovat. Po malých krůčcích – s trpělivostí, vůlí a pokorou – se dá dosáhnout mnohého.

Stejně jako komunikace je důležitá **spolupráce**. Vzdělávání neslyšících studentů (distanční i prezenční) stojí a padá na spolupráci mnoha zapojených subjektů: samotných studentů a jejich vyučujících, ale také spolužáků, pracovníků jednotlivých ústavů/kateder a fakult, pracovníků odborných univerzitních center/středisek podpory SSP a v neposlední řadě tlumočnicků, přepisovatelů, zapisovatelů, titulkářů, ... Těm všem je určen tento text.

Literatura

- ABA (2021, 29. 8). *Zoom: Accessibility for Deaf and Hard-of-Hearing*. American Bar Association, Commission on Disability Rights. Dostupné z: <https://www.courts.wa.gov/content/publicUpload/Interpreters/ZOOM%20ASL%20TIPS%20zoom-accessibility-tips.pdf>
- AMPHL (2021, 29. 8). *AMPHL - Association of Medical Professionals with Hearing Losses*. Dostupné z: <https://www.amphl.org/>
- AP3SP (2021, 29. 8). *Asociace poskytovatelů služeb studentům se specifickými potřebami na vysokých školách*. Dostupné z: <https://www.ap3sp.cz/>
- AP3SP (2021, 29. 8). *Podpora při studiu na VŠ. Možnosti podpory*. [Vztaženo obecně k univerzitním studentům se speciálními vzdělávacími potřebami]. Dostupné z: <https://www.ap3sp.cz/podpora-pri-studiu-na-vs/moznosti-podpory/>
- AP3SP (2021, 29. 8). *Podpora při studiu na VŠ. Adresář odborných pracovišť*. Dostupné z: <https://www.ap3sp.cz/podpora-pri-studiu-na-vs/adresar-odbornych-pracovist/>
- Atomic Hands (2018, 1. 1). *Atomic Hands*. Dostupné z: <https://www.atomic-hands.com/>
- Centrum Carolina - UK Point (2021, 29. 8). *Nabídka služeb*. Univerzita Karlova. Dostupné z: <https://centrumcarolina.cuni.cz/CC-25.html>
- Cripps, J., Small, A. (2021, 29. 8). *What is Deaf Culture?* Deaf Culture Centre. Dostupné z: <https://deafculturecentre.ca/what-is-deaf-culture/>
- Described and Captioned Media Program (2021, 29. 8). *Deaf and Hard-of-Hearing STEM Professionals*. Dostupné z: <https://dcmp.org/series/608-deaf-and-hard-of-hearing-stem-professionals>
- Dršata, J. a kol. (2015). *Foniatrie – sluch*. Havlíčkův Brod: Tobiáš.

- FF UK (2015, 1. 1.). *Ústav jazyků a komunikace neslyšících. Služby*. Univerzita Karlova, Filozofická fakulta. Dostupné z: <https://ujkn.ff.cuni.cz/cs/sluzby/>
- Holubová, K. (2021, 29. 8). Statistika AP3SP včetně aktuálního počtu studentů se specifickými potřebami na VŠ. *Asociace poskytovatelů služeb studentům se specifickými potřebami na vysokých školách*. Dostupné z: <https://www.ap3sp.cz/rozsirujici-informace/statistiky/>
- Kol. autorů (2020, 20. 10). *Online výuka u studentů se speciálními potřebami – nároky a možnosti zvládnutí. Metodické doporučení pro pracovníky PedF UK*. Univerzita Karlova, Pedagogická fakulta. Dostupné z: https://pedf.cuni.cz/PEDF-260-version1 studenti_se_sp_on_line_vyuka_27_10_2020_final.pdf
- Macurová, A., & Dingová, N. (2016). Znakový jazyk. In Karlík, P., Nekula, M., Pleskalová, J. *Nový encyklopedický slovník češtiny*. Praha: NLN, s. 2124–2127.
- Microsoft (2021, 29. 8). *Best practices for setting up and running a Teams meeting or Live event for the deaf and hard of hearing*. Dostupné z: <https://support.microsoft.com/en-us/topic/best-practices-for-setting-up-and-running-a-teams-meeting-or-live-event-for-the-deaf-and-hard-of-hearing-6d5f-f6ac-c6f3-434b-ac95-c6e2e15ff0ac>
- MŠMT ČR (2021). *Pravidla pro poskytování příspěvků a dotací veřejným vysokým školám pro rok 2021. Příloha č. 3 Metodický pokyn k financování zvýšených nákladů na studium studentů se specifickými potřebami*. Dostupné z: <https://www.msmt.cz/vzdelavani/vysoke-skolstvi/pravidla-pro-poskytovani-prispevku-a-dotaci-verejnym-vysokym-2>
- NaNUK – Neslyšící a nedoslýchaví studenti Univerzity Karlovy. *Facebook*. Dostupné z: <https://www.facebook.com/neslysicinauk>
- NZIP (nedatováno). *Duševní onemocnění*. Dostupné z: <https://www.nzip.cz/kategorie/91-dusevni-onemocneni>
- ÚJKN (2020, 1. 1.). *NaNUK: Neslyšící a nedoslýchaví studenti na UK. Tipy a doporučení pro vyučující a studenty Univerzity Karlovy*. Univerzita Karlova, Filozofická fakulta. Dostupné z: <https://neslysicinauk.ff.cuni.cz/>
- ÚJKN (2020, 1. 1.). *NaNUK: Neslyšící a nedoslýchaví studenti na UK. Doporučení pro vyučující a studenty UK. Online výuka*. Univerzita Karlova, Filozofická fakulta. Dostupné z: <https://neslysicivyukanadalku.ff.cuni.cz/>
- ÚJKN (2020, 1. 1.). *NaNUK: Neslyšící a nedoslýchaví studenti na UK. Doporučení pro vyučující a studenty UK. Potřebná technická nastavení pro distanční výuku*. Univerzita Karlova, Filozofická fakulta. Dostupné z <https://neslysicinauk.ff.cuni.cz/distancnivyukenastaveni/>
- ÚJKN (2020, 1. 1.). *NaNUK: Neslyšící a nedoslýchaví studenti na UK. Tipy a doporučení pro vyučující a studenty Univerzity Karlovy. Užitečné odkazy*.

Univerzita Karlova, Filozofická fakulta. Dostupné z: <https://neslysicinuk.ff.cuni.cz/uzitecne-odkazy/>

Univerzita Karlova (2021, 29. 8). *www.karlovkaonline.cz*. Dostupné z: www.karlovkaonline.cz

VDV. Nadace Olgy Havlové (2021, 29. 8). *Jak pandemie ovlivnila přístup ke vzdělání znevýhodněných studentů*. Dostupné z: <https://www.vdv.cz/clanky/vzdelavani/dopad-pandemie-na-pristup-znevychodnenych-studentu-ke-vzdelani/>

World Federation of the Deaf (2020, 6. 4.). *Access to Higher Education for Deaf Students During the COVID-19 Pandemic*. Dostupné z: <https://wfdeaf.org/news/access-to-higher-education-for-deaf-students-during-the-covid-19-pandemic/>

5. Distanční výuka u vysokoškolských studentů s pohybovým postižením

Kristýna Janyšková, Simona Kostelanská, Ivan Kačur

5.1 Studenti s pohybovým postižením – základní terminologie, dopady na vzdělávání, specifické potřeby

Základní terminologie

Přestože se jedná o heterogenní skupinu, společným rysem studentů s pohybovým postižením je částečné anebo celkové omezení hybnosti (Valenta et al., 2014). Mezi nejčastější formy pohybového postižení u studentů vysokých škol řadíme mozkové obrny, vrozené i získané vady, svalové atrofie a myopatie, zánětlivá (degenerativní) poškození pohybového aparátu (např. zánětlivé kloubní choroby, artróza), úrazy hlavy a páteře a další pouřazové stavy, deformace a malformace, stavy po amputacích (Michalík et al., 2011). Uvedené pro potřeby vzdělávání řadíme dle *Pravidel pro poskytování příspěvku a dotací veřejným vysokým školám Ministerstvem školství, mládeže a tělovýchovy* do dvou kategorií:

- **Student s postižením dolních končetin (C1):** Student, který – s ohledem na své pohybové postižení – ke svému samostatnému pohybu nezbytně potřebuje a využívá dalších osobních zařízení, ať už se jedná o opěrné hole, nebo mechanické či elektrické vozíky.
- **Student s postižením horních končetin (C2):** Student, který je schopen horními končetinami vykonávat jen v omezené míře nebo za použití speciálních pomůček či modifikovaných postupů činnosti, které se se studiem běžně spojují, jako je pořizování poznámek vlastní rukou, příp. i na klávesnici, manipulace s předměty a zařízeními, které jsou nezbytné pro plnění studijních povinností (fyzické knihy, psací potřeby, přístrojová technika atd.), příp. manipulace s předměty běžné denní potřeby (MŠMT, 2021).

Případně se může u studentů objevit kombinace obou kategorií.

Vedle samotné diagnózy je důležitá také doba vzniku, a sice zda se jedná o postižení vrozené, anebo získané. Kromě dalšího totiž tato informace pomůže odhalit studentovy možnosti a porozumět jeho schopnostem

a dovednostem a také má velký vliv na to, jak sám student svůj zdravotní stav přijímá, má vliv na jeho motivaci a kompenzaci jeho postižení.

Vrozené tělesné postižení vzniká už v poruchách zárodku během prvních týdnů těhotenství. Na příčinách vzniku se může podílet celá řada faktorů, které působí v době prenatální, perinatální a postnatální. Mezi vrozená tělesná postižení patří např. poruchy tvaru a velikosti lebky, vady horních i dolních končetin, poruchy růstu, rozštěpové vady a centrální a periferní obrny (různé formy mozkové obrny) (Bendová, 2007).

Příčinami **získaného tělesného postižení** mohou být deformace, různé typy úrazů a nemoci. Nejvyšší počet tvoří pouhazové stavy míšní léze, úrazy hlavy, získané ortopedické vady dolních končetin, získané srdeční vady a další (Opatřilová & Zámečnicková, 2007).

Některé výše uvedené stavy mají přesah také do kategorie F – chronická onemocnění – a naopak. Takového studenta je pak potřeba vnímat v rámci obou těchto kategorií specifických potřeb.

Další specifika pohybového postižení a podpůrný vztah

Dále v textu se zabýváme tím, jaké další faktory mají vliv na studentovu studijní trajektorii, na jeho sebedůvěru a důvěru ve vyučujícího a přijetí v kolektivu.

Tělesné postižení je obvykle postižení **zjevné**:

- Zejména u pohybových postižení, kdy student využívá různé kompenzační pomůcky – berle, hole, vozík je na obvykle první pohled patrné, že se jedná o studenta s pohybovým postižením. U distanční výuky to samozřejmě nemusí být tolik patrné, avšak i v tomto prostředí to lze vyzkoušet.
- I u studentů, kteří se pohybují bez kompenzačních pomůcek, může být postižení snadno patrné – ačkoli je pohyb samostatný, může být odlišný, případně je redukován.
- Dobře patrné jsou také amputace, deformace apod.
- Může se ale také jednat o postižení **skryté**:
- Skryté tělesné deformity (srůst prstů nohou), svalová onemocnění, amputace apod.

Výše uvedeným se nepřímou dostáváme k otázce, **jak postupovat, když se ve výuce objeví student s pohybovým postižením**:

- Pokud je zjevné, že student má pohybové postižení, avšak přesto nezažádal o modifikaci výuky/atestace (nezapomeňte, že studenti musí o modifikaci požádat, nemohou ji očekávat automaticky), máte v podstatě dvě možnosti. Buď vyčkáte, až/zda se na vás student obrátí, případně – a to

je na vašem zvážení – můžete studentovi podporu aktivně nabídnout vy sami. Bez zabíhání do detailů (přeci jen nevíme, zda se nejedná o studenta, který se za svůj zdravotní stav stydí) studentovi můžete nabídnout podporu ve smyslu: „kdybyste cokoli potřeboval, neváhejte se na mne obrátit“. Tím rozhodně nic nezkažíte a studenty, kteří se stydí a obtížně si k podpoře hledají cestu, tím můžete namotivovat k další komunikaci.

- Zároveň je možný pravý opak – student o modifikaci zažádal, prokázal svůj nárok prostřednictvím posudku funkční diagnostiky, a přesto „na něm není vůbec nic vidět“. Je zcela nevhodné takové nároky zpochybňovat či bagatelizovat závažnost studentova stavu. Jak totiž uvádíme výše, postižení a dost možná i jeho projevy, mohou být pro nezávislého pozorovatele zcela neviditelné.

Dopady postižení/znevýhodnění do vzdělávání s rozlišením dle jednotlivých typů postižení

Dopady jednotlivých postižení a vad závisí na mnoha faktorech, a proto nikdy nelze vnímat skupinu studentů s pohybovým postižením, stejně tak ani s jakýmkoli jiným, jako homogenní skupinu, a to ani v rámci jedné diagnózy. Kromě hloubky postižení totiž závisí také na době vzniku (vrozené/vzniklé), včasnosti léčby/rehabilitace, okolí (podpůrné/hyperprotektivní), osobnostních rysech daného jedince a dalších faktorech.

Dva lidé se stejnou diagnózou mohou mít zcela odlišné projevy, zcela odlišné schopnosti a dovednosti a zcela odlišné potřeby.

Ve vztahu ke vzdělávání může mít postižení pohybového aparátu vliv hned v několika oblastech, u studentů se může objevovat následující:

- vlivem pohybového postižení se objevuje problematická koordinace pohybů – u studentů se může vyskytovat narušení rovnováhy a koordinace pohybů, svalová ztuhlost a slabost, zpomalený a ztížený a pohyb a s tím související rychle nastupující vyčerpání;
- zvýšená únava (důvodem může být neurologická příčina, např. u mozkových obrn, z důvodu bolesti či jako vedlejší efekt farmakologické léčby);
- postižení může dále mít vliv na grafomotoriku (zpomalený a narušený psaný projev, či zhoršení výsledků detailní práce horních končetin vlivem narušení jemné motoriky);
- z hlediska hrubé motoriky, lokomoce, jsou narušeny studentovy výsledky v pohybových aktivitách, jeho zdravotní stav má vliv na průběh a plnění praktických činností (např. odborných praxí a exkurzí), problematické může být také dlouhé setrvání v jedné pozici (stoj, sed), kdy může

- student pocívat potřebu změny této pozice, potřebu protažení atp.;
- objevuje se zpomalené pracovní tempo;
 - znesnadnění řečového projevu (zejména z důvodu narušené funkce mluvidel, ale také vlivem stresu, vlivem přidruženého sluchového postižení či z důvodu spasticity mluvidel);
 - slabá koncentrace pozornosti;
 - částečná či úplná závislost na technických pomůckách či opatřeních (bezbariérovost prostor, kompenzační pomůcky) či na externí fyzické pomoci (asistence, dopomoc);
 - student může zažívat tzv. „činnostní“ deprivaci, kdy mu zdravotní stav nedovoluje dělat to, co by si přál;
 - mohou se objevit poruchy sebepojetí, např. zkreslené sebehodnocení;
 - možné bariéry při navazování sociální interakce;
 - redukované životní a sociální zkušenosti (objevit se může také podnětová deprivace z nedostatku zájmu a interpersonálních kontaktů, snížené porozumění „agendám“ jakéhokoli charakteru (tedy např. studijnímu řádu, studijnímu informačnímu systému dané univerzity);
 - možné oslabení vůle a motivace;
 - studenti se mohou potýkat se stigmatizací či zkresleným hodnocením okolí;
 - atypické či dokonce patologické stereotypy mohou vést k druhotnému zdravotnímu postižení (např. dlouhodobé používání berlí či mechanického vozíku může vést k poškození kloubů horních končetin) (Michalík et al., 2011).

Pohyb a jeho význam:

- Pohyb působí na socializaci člověka i na vývoj jeho osobnosti, ovlivňuje samostatnost, fyzické a psychické zdraví, působí na schopnost komunikovat, na schopnost vyvíjet cílenou, smysluplnou aktivitu, zprostředkovává interakci. Může se odrážet v oblasti poznávacích procesů, vůle, emocionality, vztahů, má vliv na vzdělávání v průběhu celého života.
- Uvedené má nezanedbatelný vliv na studentův dennodenní život jak přímo v procesu vzdělávání, tak i mimo něj – ovlivňuje dopravu studenta na fakultu a zpět, pohyb po budově fakulty, přístup do knihoven, studoven, menz i fungování mezi ostatními studenty. Tato redukce pohybových aktivit, v některých případech i částečná až úplná imobilita, má zásadní vliv na kvalitu života studenta, jeho soběstačnost a přístup k životním příležitostem (Michalík et al., 2011).

Specifické potřeby studentů této skupiny (s rozlišením C1/C2 a jednotlivých typů postižení)

Pro úspěšné vysokoškolské studium potřebuje student s pohybovým postižením nejen potřebné dispozice pro dané studium, vědomosti a studijní návyky, ale také dovednosti a návyky využívat svůj vlastní potenciál k co nejvyšší možné soběstačnosti. Při styku s takovou překážkou, kterou student není schopen vlastními silami překonat, je na místě odpovídající míra podpory, asistence, dopomoc (Květoňová, 2007).

Studenti kategorie C2 mají nárok na zpřístupnění mluveného slova (zapisovatelský servis), při práci s psaným textem mají nárok na časovou kompenzaci a na editovatelné elektronické dokumenty, při práci se symbolikou a grafikou mají nárok na časovou kompenzaci a na editovatelné a needitovatelné elektronické dokumenty.

Při práci s technologiemi, příp. fyzickým materiálem, při výuce a studiu mají studenti kategorie C2 nárok na časovou kompenzaci, studijní asistenci a příležitostnou pedagogickou intervenci.

Studenti kategorie C1 pak v této oblasti mají nárok na příležitostnou/přechodnou/soustavnou pedagogickou intervenci.

V oblasti osobních potřeb souvisejících se studiem pak mají obě kategorie studentů nárok na příležitostnou/pravidelnou/trvalou osobní asistenci, studenti kategorie C2 pak nadto ještě mají nárok na prostorovou orientaci (MŠMT, 2021).

Specifika komunikace studentů s pohybovým postižením

Pohybové postižení může mít vliv také na komunikaci. Proto je vhodné věnovat pozornost možným odlišnostem, které se mohou u studentů objevit (nejčastěji hovoříme o studentech s obrnami, po úrazech), a to i v online prostředí.

Neverbální komunikace:

- mimika - může být odlišná od majority, dokonce nemusí mít standardní význam (záškuby v obličejí, mimovolní grimasy, smích, pláč, ...);
- pantomimické projevy - mohou být značně redukovány nebo neadekvátně aktivizovány (např. u jednostranných ochrnutí);
- složkou neverbální komunikace je také posturika, čili vzájemné postavení komunikačních partnerů (stojící/sedící na vozíku, jedinci nápadně malého vzrůstu, ...).

Verbální komunikace:

- formální narušení plynulosti řeči - odlišné článkování (např. z důvodu

„nedodýchnutí“), zakoktávání, prodlužování slabik či další odlišnosti, které ve výsledku mohou mít vliv na zhoršené porozumění studentovu mluvnímú projevu;

- artikulační poruchy.

Zásady pro komunikaci s osobami s pohybovým postižením dle *Národní rady osob se zdravotním postižením* (2006) (vybrány byly ty, které mají vztah k distanční výuce, a za tímto účelem byly drobně upraveny):

- komunikujeme zásadně se studentem s postižením, a nikoliv s jeho případným doprovodem;
- dbáme, aby student s pohybovým postižením měl ve svém dosahu nezbytné kompenzační pomůcky. Tím zvyšujeme jeho jistotu a soběstačnost;
- zvláště při delších jednáních dbáme na časový prostor na použití WC;
- nemá-li student s pohybovým postižením žádné jiné omezení (např. smyslové, mentální), komunikujeme s ním zcela normálně bez zdůrazňování toho, že víme o jeho postižení.

Závěrem této kapitoly

Pohybové postižení může studenta ovlivňovat nejen po stránce pohybu, ale zasahovat může také do komunikace, sociální interakce, sebevědomí, soustředění, potažmo do všech oblastí studia. Konkrétní dopady postižení jsou u každého studenta jiné, proto je dobré věnovat pozornost individuálním projevům, historii a životním zkušenostem daného jedince a dalším proměnným, které mají vliv na utváření jeho stavu.

Užitečné odkazy

- Podpora uchazečů a studentů se specifickými potřebami na Univerzitě Tomáše Bati ve Zlíně (2021, 9. 8.). *Interní předpisy a metodické dokumenty*. Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně. Akademická poradna. Dostupné z: <https://akademickaporadna.utb.cz/centrum/dokumenty/>
- Průvodce pro studenty se specifickými potřebami (2021, 5. 9.). *Průvodce pro studenty se specifickými potřebami*. Mendelu. Dostupné z: <https://icv.mendelu.cz/prirucky-pro-sp>
- Klíč. (2008, 1. 1.). *Česká televize*. Dostupné z: <https://www.ceskatelevize.cz/porady/1096060107-klic/208562221700021/>

5.2 Specifické těžkosti studentů této skupiny v online výuce/při distančním vzdělávání (s rozlišením C1/C2 a jednotlivých typů postižení)

Studenti kategorie C1 – postižení dolních končetin

Studenti s omezením mobility, problémy se sezením, častými rehabilitacemi:

- Studenti mohou mít problémy při dlouhém sezení u počítače, mohou pociťovat bolesti, a potřebují tedy přestávku. Setrvání v jedné pozici může u jiných studentů zase vést k nárazové potřebě pohybu, alespoň krátkého protažení apod. Studenti, kteří pravidelně docházejí na rehabilitace, mohou častěji chybět ve výuce. Bolestivé stavy mohou u studentů vést k tomu, že nezvládnou absolvovat celou přednášku (a to ať kontaktní, či online).
- U těchto studentů a také u studentů s chronickým onemocněním (klasifikovaným pod kategorií F) doporučujeme zohlednění jejich aktuálního stavu – některé dny může být jejich výkon lepší, někdy zase horší, proto je vhodné tolerovat zvýšenou unavitelnost a horší výkony i v těch aktivitách, které obvykle dobře zvládají.
- Vzhledem k proměnlivému zdravotnímu stavu (např. bolestem, únavě, nezřídka také psychickým obtížím) doporučujeme tolerovat nepřítomnost na výuce (a to online i prezenční). Studentům doporučujeme povolit plnění studijních povinností v náhradním (individuálním) termínu.

Studenti kategorie C2 – postižení horních končetin

Studenti se zhoršenou motorikou horních končetin:

- Příčinou zhoršené motoriky horních končetin může být zánětlivé kloubní onemocnění horní končetiny, svalové obtíže, deformita paže, poúrazový stav či amputace. U těchto studentů mohou být problémy se psaním většího množství textu, zejména pokud si má student v průběhu online výuky dělat sám poznámky. Obtíže mohou nastat také při zpracování většího množství textu, zejména má-li být sepsán v relativně krátkém čase (např. do druhého dne).

Studenti kategorie C1 + C2 – postižení dolních i horních končetin

Studenti s mozkovou obrnou a další:

- Kromě již výše uvedeného mohou mít studenti s mozkovou obrnou nadto obtíže jiného charakteru, např. se soustředěním, s horší výbavností, s komunikací, z tohoto důvodu mohou mít problém sledovat přednášku a zapojovat se do diskusí, zejména u delších výkladových bloků.

Shrnutí a doporučení pro práci se studenty s pohybovým postižením

- Stačí mít **základní povědomí** o dané diagnóze, resp. o zdravotním stavu daného studenta (nepropadejte panice, že *nic* nevíte).
- V komplexnějších případech je dobré vědět „kam sáhnout“ pro informace, být v kontaktu s odborníky (referentka pro studenty se specifickými potřebami, autor posudku funkční diagnostiky, ...).
- Nezapomínejte, že **každý student je originál**.
- Nejlepším odborníkem na jeho zdravotní stav je student sám – **nebojte se ho zeptat (samozřejmě citlivým způsobem a ve vhodné chvíli)**.
- Důležitý je **respektující rovnocenný přístup** – nedělat za studenta zbytečně to, co zvládne sám (zeptat se) a zároveň se mu nebát nabídnout podporu (opět se zeptat).
- Pokud si v situaci nejste jisti „v kramflecích“, přiznejte to – student to ocení.

Závěrem této kapitoly

Každý student je originál, proto je vhodné ke každému přistupovat s vědomím jedinečnosti jeho stavu a životního příběhu. Výše uvedený výčet možných projevů tedy nelze brát jako zcela vyčerpávající, ale pouze jako souhrn těch nejběžnějších. Užitečné informace lze kromě literatury či komunikace s odborníky čerpat také u samotného studenta, který svůj zdravotní stav zná nejlépe.

Užitečné odkazy

- Centrum Carolina – UK Point (2021, 29. 8.). *Nabídka služeb*. Univerzita Karlova. Dostupné z: <https://centrumcarolina.cuni.cz/CC-25.html>
- Kol. (2020, 20. 10.). *Online výuka u studentů se speciálními potřebami – nároky a možnosti zvládnutí. Metodické doporučení pro pracovníky PedF UK*. Pedagogická fakulta Univerzity Karlovy. Dostupné z: https://pedf.cuni.cz/PEDF-260-version1-studenti_se_sp_on_line_vyuka_27_10_2020_final.pdf
- Průvodce pro studenty se specifickými potřebami (2021, 5. 9.). *Průvodce pro studenty se specifickými potřebami*. Mendelu. Dostupné z: <https://icv.mendelu.cz/prirucky-pro-sp>

5.3 Podpůrné technické/technologické přístupy k modifikacím v online výuce

Zatímco běžnými kompenzačními pomůckami jsou studenti většinou vybaveni, neboť je potřebují pro svůj každodenní život (vozik, berle, ortézy, ...), a nezdědka jsou také vybaveni i po stránce práce s technikou, je možné, že budou v této oblasti potřebovat ještě dovybavit potřebnými pomůckami. Při využívání počítačů je u studentů s pohybovým postižením kladen hlavní důraz na fyzický přístup – tj. adaptace klávesnice/myši (Valenta et al., 2014). Na trhu jsou k dostání klávesnice s redukováným počtem kláves, zvětšenými klávesami, využívat se dají také kryty klávesnic pro vedení prstů. Myš může být standardní, ergonomická, velikostí malá či naopak zvětšená, vše dle individuálních potřeb studenta. Existují i myši ovládané trackballem (jakýmsi míčkem) či náhlavní myši ovládané výdechem (ty nacházejí uplatnění u studentů s těžším typem postižení).

Studenti dále s oblibou využívají tablety, skenovací pera (která převádějí tištěný text do elektronické podoby, např. do MS Word), digitální pera (ta zase převádějí do elektronické podoby rukou psaný text), diktafony, skenery, digitální čtečky knih.

Distanční výuka je nejčastěji realizována na platformách MS Teams, Zoom, Skype, Google Classroom či Moodle. Nelze říci, že by některá z uvedených platform byla pro uvedenou skupinu studentů vhodnější než jiná, je však dobré nepřehltnout studenty mnoha různými platformami a vybrat např. 1-2, a ty dále využívat. Toto pak platí i u studentů ostatních kategorií specifických potřeb.

Univerzity mnohdy umožňují bezplatnou zápůjčku elektroniky (či dalších pomůcek) studentům s postižením, je tedy vhodné, aby se student o této možnosti informoval přímo na své fakultě či v univerzitním centru/středisku podpory SSP.

Závěrem této kapitoly

Vhodně vybraná pomůcka může být klíčem k úspěšnému studiu, proto doporučujeme věnovat této oblasti dostatek prostoru. Informace lze nalézt jak v univerzitním centru/středisku podpory SSP, tak například na internetu.

Užitečné odkazy

- Poradím si sám. (2021, 12. 9.) *Poradím si sám. Radím si sám!* Dostupné z: [https://docplayer.cz/516373-Poradim-si-sam-radim-si-sam-poradim-si-sam-poradim-si-sam-poradim-si-sam-poradim-si-sam-kompenzacni-po](https://docplayer.cz/516373-Poradim-si-sam-radim-si-sam-poradim-si-sam-poradim-si-sam-poradim-si-sam-kompenzacni-po)

mucky-a-upravy-prostredi-v-praxi.html

- Tělesné postižení. (2021, 11. 9.). *PETIT*. Dostupné z: <https://www.petit-os.cz/index.php/vyber-pomucky-pro-ovladani-pc?id=13>

5.4 Podpůrné přístupy vyučujících, modifikace výuky – před výukou, ve výuce, při atestování

Podpůrné přístupy při studiu

Studenti s omezením mobility, problémy se sezením, častými rehabilitacemi:

- V případě delšího výkladu studentům velmi pomáhá, když jim vyučující zašle prezentaci s předstihem, neboť si ji mohou vytisknout a vpišovat své poznámky přímo do ní, případně si ji mohou otevřít na tabletu a na PC dopisovat informace nad rámec. Pokud by v některých předmětech prezentace nebyly doprovodným učebním materiálem, je možné studenty vybavit osnovou přednášky, rozšířeným sylabem aj. V případě, že nebude tento způsob postačovat, je možné studentům doporučit spolupráci se studijním asistentem, který jim může zasílat své zápisky (studijním asistentům náleží za tuto práci odměna). V případě potřeby lze studentům povolit nahrávání přednášky např. na diktafon či přímo prostřednictvím online komunikačního nástroje (MS Teams, Zoom, ...).
- Stejně jako u kontaktní výuky lze studentovi nabídnout možnost samostudia (zaslané prezentace, zvuková nahrávka přednášky). V posudku funkční diagnostiky lze také nalézt, zda má student nárok na individuální výuku.
- Studenti s postižením dolních končetin mohou zejména při dlouhé výuce pociťovat bolesti zad, nohou či jiného charakteru, může u nich docházet k poklesu koncentrace, ke zvýšené unavitelnosti. Studenti by tak měli mít možnost distanční výuku opustit a projít se (mají-li nárazovou potřebu pohybu), protáhnout se či se z výuky dokonce odhlásit, nemohou-li dále pokračovat. Zbytek přednášky by pak měli mít možnost si pustit ze záznamu.
- Studentům s častými rehabilitacemi, hospitalizacemi či bolestmi lze povolit možnost náhradního plnění předmětů vyžadujících pravidelnou účast na online vzdělávání, účast ve výuce zde může být zčásti či zcela nahrazena individuálním studiem (seminární úkol, kontrolované samostudium apod.).

Překvapivý pozitivní aspekt distanční výuky „Stejně tak jako mince má dvě strany, tak ani distanční výuka nepřinesla jen to špatné, má také pozitivní důsledky. Zatímco během kontaktní výuky neměli například dlouhodobě hospitalizovaní studenti možnost udržovat těsný kontakt s vyučujícími a spolužáky a zejména moci studovat a mít stejný přístup ke zdrojům a přednáškám jako spolužáci, kteří se výuky fyzicky účastní, nyní se situace změnila. Nutnost rychlé, téměř okamžité adaptace na distanční výuku a s tím související přenos přednášek do online prostředí, umožnily nově i studentům, kteří by se výuky za běžných okolností nemohli zúčastnit, aby se výuky účastnili ve stejné míře, jako jejich ostatní spolužáci. Zejména nahrávání přednášek v míře, která dříve nebyla vůbec možná, a kterou s sebou přineslo právě online komunikační prostředí, se ukazuje být pro studenty se specifickými potřebami velmi užitečnou formou podpory – studenti s pohybovým postižením, kteří se z důvodu zhoršení zdravotního stavu nemohou zúčastnit (online či kontaktní) výuky, či studenti, kteří z důvodu bolestí a zvýšené unavitelnosti nevydrží celou přednášku, si mohou záznam pouštět postupně po takových časových úsecích, které jsou pro ně zvládnutelné.“ (Kucharská & Janýšková, 2021)

Studenti se zhoršenou motorikou horních končetin:

- Studenti se zhoršenou motorikou horních končetin mohou vykazovat problémy s rychlým psaním či se psaním většího množství textu. V případě delšího výkladu jim tedy velmi pomáhá, když jim vyučující zašle prezentaci s předstihem, neboť si ji mohou vytisknout a vpisovat své poznámky přímo do ní, případně otevřít na tabletu a na PC dopisovat informace nad rámec. Pokud by v některých předmětech prezentace nebyly doprovodem učebním materiálem, je možné studenty vybavit osnovou přednášky, rozšířeným sylabem aj. V případě, že nebude tento způsob postačovat, je možné studentům doporučit spolupráci se studijním asistentem, který jim může zasílat své zápisky (studijním asistentům náleží za tuto práci odměna). V případě potřeby lze studentům povolit nahrávání přednášky např. na diktafon, či přímo prostřednictvím online komunikačního nástroje (MS Teams, Zoom, ...).
- V případě zpracovávání seminárních prací (psaných v ruce/na PC), mohou mít studenti z důvodu pomalejšího tempa či rychlejší unavitelnosti ruky problémy s dodržáním termínu pro odevzdání (zejména má-li práce

být odevzdána ze dne na den). V případě zpracování delších písemných prací proto doporučujeme prodloužení lhůty pro odevzdání.

- Obtíže pramenící ze zhoršené motoriky horních končetin se mohou projevovat také v plnění dalších, zejména praktických, úkolů samostudia či v praktické přípravě. Týká se to zejména tzv. výchov (hudební, výtvarné, příp. tělesné) a jedná se o skicování, kresbu a malbu, cvičení na hudební nástroj, tělesné cvičení, dále předmětů technických, jako jsou například informační technologie, architektura, grafika (zde se jedná např. o modelování v grafických programech). Mezi hlavní možné obtíže studentů, které mohou mít negativní vliv na (ne)plnění jejich průběžných studijních povinností a přípravu na atestaci, lze zařadit zvýšenou unavitelnost, pomalost, neobratnost prstů, zvýšenou chybovost a třes rukou (při kresbě, při prstokladu, ...). V případě, že by student nebyl schopen dokončit činnost včas (dokreslit obraz během online semináře, dohrát během přehrávky celou skladbu), doporučujeme prodloužit čas, popř. dát mu možnost dokončit dílo či činnost v náhradním termínu. Ke kontrole jeho činnosti lze přistupovat i velmi kreativně, pokud např. student není v čase domluvené konzultace/kontroly studia - např. přehrávky - schopen skladbu zahrát a zároveň je jeho stav tak proměnlivý, že není jisté, že na náhradní schůzce bude schopen skladbu odehrát, může ji natočit v momentě, kdy mu to jeho zdravotní stav dovoluje, a výsledek zaslat vyučujícímu či nasdílet v online komunikačním nástroji.

Studenti s mozkovou obrnou:

- Řešením jsou výše uvedená opatření (např. student si látku dostuduje samostatně ze zasláné prezentace, požádá studijního asistenta, který mu předá informace, které mu při výkladu unikly, případně mu látku dovysvětlí).

Zásady pro atestování

Studenti s omezením mobility, problémy se sezením, častými rehabilitacemi:

- Studentům lze v návaznosti na výše uvedené problémy umožnit plnění studijních povinností a zkoušek v náhradním (individuálním) termínu a/nebo individuálním čase, kdy se na zkoušku student zapíše na konkrétní hodinu, ve které mu bude umožněno zkoušku vykonat, aby byl eliminován čas čekání (ať už kontaktně či distančně). V návaznosti na posudek funkční diagnostiky může student preferovat typ atestace (ústní/písemná zkouška) a může čerpat zvýšenou časovou dotaci.
- U studentů s bolestivým onemocněním či takovým zdravotním stavem,

který při námaze významně snižuje jejich výkonnost a pozornost, lze doporučit distanční formu atestování i po přechodu na kontaktní výuku. Zejména u těch, kteří se na fakultu dopravují zdaleka, totiž může po fyzické námaze dojít k takovému poklesu schopností, že student nebude schopen zkoušku vykonat, anebo ji vykoná s výrazně horším výsledkem.

Studenti s postižením horních končetin:

- Atestace je vhodné realizovat ústně (kontaktně či distančně), v posudku funkční diagnostiky lze dohledat, zda má být pro atestaci prodloužen čas. Využit lze také testy, ve kterých studenti zatrhnutím příslušného políčka vybírají správnou odpověď. Testy, do kterých se odpovědi wpisují, pak bývají nevhodné.
- U těchto studentů doporučujeme tolerovat možnou zvýšenou chybovost či pomalejší tempo při činnostech jemné motoriky např. hra na hudební nástroj. Je na místě přihlídnout k aktuálnímu stavu studenta – je možné, že některé dny bude jeho výkon lepší a student bude schopen poměrně dlouhé a bezchybné hry na nástroj, zatímco jindy může být jeho výkon horší či výkonu nebude schopen vůbec. Toto možné kolísání výkonu je vhodné zohlednit a tolerovat zvýšenou unavitelnost a horší výkony i v těch skladbách, které již má student osvojené a obvykle je dobře zvládá. Stejný přístup doporučujeme i v dalších praktických předmětech (výtvarná výchova, informační technologie atp.). Kazy na díle způsobené nekontrolovatelnými záškuby ruky (kresba, grafický program) doporučujeme nehodnotit zhoršením známky.

Studenti s mozkovou obrnou:

- Z titulu výše uvedených obtíží lze studentovi umožnit zvolit typ atestace (ústní/písemná zkouška), prodloužit čas na řešení úkolů a atestací, viz doporučení posudku funkční diagnostiky.

Závěrem této kapitoly

Při jakýchkoli pochybnostech komunikujte. Pokud je pro vás posudek funkční diagnostiky špatně srozumitelný, rádi byste se o konkrétní diagnóze a jejích funkčních dopadech dozvěděli více do hloubky, potřebujete poradit, jaké postupy a úpravy můžete využívat, neváhejte se obrátit na odborníka, který studentovi vypracoval posudek funkční diagnostiky. Nezapomeňte, že cenné informace můžete získat také od samotného studenta, neboť je to právě on, kdo zná svůj zdravotní stav nejlépe, nebojte se ho tedy zeptat. Věnujte prostor otázce: „*Co je možné změnit, aby student s postižením lépe zvládal své studijní povinnosti?*“

Užitečné odkazy

- Centrum Carolina – UK Point (2021, 29. 8.). *Nabídka služeb*. Univerzita Karlova. Dostupné z: <https://centrumcarolina.cuni.cz/CC-25.html>
- Podpora uchazečů a studentů se specifickými potřebami na Univerzitě Tomáše Bati ve Zlíně (2021, 9. 8.). *Interní předpisy a metodické dokumenty*. Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně. Akademická poradna. Dostupné z: <https://akademickaporadna.utb.cz/centrum/dokumenty/>
- Průvodce pro studenty se specifickými potřebami (2021, 5. 9.). *Průvodce pro studenty se specifickými potřebami*. Mendelu. Dostupné z: <https://icv.mendelu.cz/prirucky-pro-sp>
- Kol. (2020, 20. 10.). *Online výuka u studentů se speciálními potřebami – nároky a možnosti zvládnání. Metodické doporučení pro pracovníky PedF UK*. Pedagogická fakulta Univerzity Karlovy. Dostupné z: https://pedf.cuni.cz/PEDF-260-version1-studenti_se_sp_on_line_vyuka_27_10_2020_final.pdf

5.5 Přístupy studentů – jak se na výuku připravit, o co a jak žádat, co pomáhá ve výuce, jak na zpracování úkolů ve výuce i pro atestování, jak na atestování

Podpůrné přístupy při studiu

Studenti s postižením horních končetin:

- V případě, že je pro vás obtížné či dokonce nemožné zaznamenávat si poznámky, způsobuje vám to bolesti či si nestiháte psát a zároveň sledovat vyučujícího, ozvěte se nejprve samotnému vyučujícímu s prosbou o zaslání prezentace. Někdy takové řešení nestačí či vyučující ke svému předmětu žádné vhodné poznámky nemá, v tom případě je užitečné využít služeb studijního asistenta. Tím se může stát ideálně některý z vašich spolužáků, který vám může nabídnout své poznámky, dovysvětlit obtížnou látku či předat informace z výuky, na které jste ze zdravotních důvodů chyběli. Vašemu spolužákovi za tuto službu náleží odměna ve formě stipendia a vy tak máte veškeré materiály přehledně k dispozici.

Studenti kategorie C1 i C2:

- Při sebeobsluze a dalších fyzických aktivitách souvisejících se studiem nebo s činnostmi, které jsou součástí vzdělávacího programu (včetně

ubytování a stravování v zařízeních, jejichž zřizovatelem je škola nebo které jste fakticky nucen využít při akcích organizovaných mimo sídlo školy) máte právo využívat služby osobního asistenta. O této možnosti se dozvíte více na své konkrétní fakultě nebo v univerzitním centru/středisku podpory SSP.

- Dále můžete čerpat individuální výuku, která v případě distanční výuky může využívat např. výukové metody i zcela odlišné od běžných výukových metod daného předmětu. To znamená, že vyučující vám může výuku tzv. „ušít na míru“ tak, aby byla pro vás i přes vaše specifické potřeby zvládnutelná.
- I přes výše zmíněné je však jisté, že bez učení to stejně nepůjde. Pokud nevíte, jaký učební styl zvolit, nevíte si rady, jak se efektivně učit, můžete využít službu *Nácvik studijních strategií*, která se v online prostředí může mimo výše zmíněné zaměřovat také na nácvik efektivní práce s výpočetní, případně jinou kompenzační technikou.
- Na vaší fakultě či v univerzitním centru/středisku podpory SSP by dále měla být možnost bezplatného zapůjčení pomůcek jako jsou tablety, skenovací pera (která převádějí tištěný text do elektronické podoby, např. do MS Word), digitální pera (ta zase převádějí do elektronické podoby rukou psaný text), diktafony, skenery, digitální čtečky knih. Jsou užitečnými pomocníky, neváhejte je využít.

Příběh studenta s pohybovým postižením „*Jsem student s mozkovou obrnou. Na vysokou školu jsem nastoupil před dvěma lety, a i přes svou diagnózu jsem se rozhodl studovat dva obory najednou. Co mi při zvládnání studia nejvíce pomohlo? Díky posudku funkční diagnostiky jsem získal nárok na navýšení časové dotace u zkoušek, a to hlavně u zkoušek písemných či testových. Dále jsem využil možnosti zapůjčit si notebook, ten mi při studiu na cestách výrazně pomohl. Velice prospěšná pomůcka pro mne také bylo skenovací pero, které převádí text z papíru do elektronické podoby, např. do Wordu. Registraci mezi studenty se specifickým potřebami proto všem doporučuji.*“

O všech zmíněných službách se můžete informovat na své fakultě, např. u osoby vyčleněné pro podporu studentů se specifickými potřebami či na studijním oddělení. K jejich využívání je nezbytné začlenit je do vašeho posudku funkční diagnostiky. Pokud zde toto doporučení uvedené nemáte, nebojte se odborníka, který vám posudek vystavil, požádat o aktualizaci posudku

funkční diagnostiky.

Doporučení pro atestování

Studenti s omezením mobility, problémy se sezením, častými rehabilitacemi:

- Nebojte se požádat o plnění studijních povinností a zkoušek v náhradním (individuálním) termínu a/nebo individuálním čase. Díky tomu se můžete na zkoušku zapsat na konkrétní hodinu, ve které vám bude umožněno zkoušku vykonat, aby byl eliminován čas čekání (ať už kontaktně či distančně). V návaznosti na posudek funkční diagnostiky můžete také preferovat vybraný typ atestace (ústní/písemná zkouška) a můžete čerpat zvýšenou časovou dotaci.
- Máte-li bolestivé onemocnění či takový zdravotní stav, který vám při námaze významně snižuje výkonnost a pozornost, lze doporučit distanční formu atestace i po přechodu na kontaktní výuku. Zejména u studentů, kteří se na fakultu dopravují zdaleka, totiž může po fyzické námaze dojít k takovému poklesu schopností, že student nebude schopen zkoušku vykonat, anebo ji vykoná s výrazně horším výsledkem.

Studenti s postižením horních končetin:

- Pro atestace písemným testem máte zpravidla v posudku uvedenou informaci o navýšení času na jeho zpracování (vyjádřeno v procentech) či máte rovnou možnost požádat vyučujícího o atestaci ústní. Více informací jistě naleznete ve svém posudku a finální podobu atestace doladíte se svým vyučujícím. Dbejte však na to, abyste jej o této modifikaci uvědomili s dostatečným předstihem.

Závěrem této kapitoly

Základem nastavení efektivní podpory při studiu je komunikace. Doporučujeme vám tedy o svých potřebách mluvit. Nebojte se požádat o aktualizaci informací uvedených v posudku funkční diagnostiky, pokud u vás **došlo ke změně zdravotního stavu** či vašich potřeb. Zároveň pokud je to jen trochu možné, doporučujeme uvažovat také dopředu, tzn. nastudovat si předem svůj studijní plán a předjímat možné budoucí obtíže ještě před tím, než doopravdy nastanou. Radu **vám v této věci může poskytnout pracovník vyčleněný pro práci se studenty se specifickými potřebami**, garant studijního programu nebo vedoucí katedry.

Užitečné odkazy

- AP3SP (2021, 29. 8.). *Asociace poskytovatelů služeb studentům se*

specifickými potřebami na vysokých školách. Dostupné z: <https://www.ap3sp.cz/>

- Podpora uchazečů a studentů se specifickými potřebami na Univerzitě Tomáše Bati ve Zlíně (2021, 8. 9). *Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně, Akademická poradna.* Dostupné z: <https://akademickaporadna.utb.cz/centrum/dokumenty/>
- Průvodce pro studenty se specifickými potřebami (2021, 5. 9.). *Průvodce pro studenty se specifickými potřebami.* Mendelu. Dostupné z: <https://icv.mendelu.cz/prirucky-pro-sp>

5.6 Další doporučené přístupy studentům/další možnosti podpory

Doporučení pro vyučující: Buďte studentům oporou

Pokuste se podpořit i ty studenty, kteří si o podporu sami aktivně nezažádají, je možné, že se stydí, obávají se o citlivost informací o jejich zdravotním stavu anebo jen nevědí, na koho se mohou obrátit. Citlivě nabídnutá podpora může být v tomto případě klíčová, samozřejmě je však potřebné nabídnout ji ve správný čas, na správném místě a citlivým způsobem. Základem podpory je rovnocenný a důvěrný vztah a komunikace. Proto se nebojte přiznat, když něčemu nerozumíte, studenti **váš přístup jistě ocení.**

Doporučení pro studenty: Největším odborníkem na svůj stav jste vy sami

Nebojte se své potřeby říct svému okolí nahlas. Jen vy sami nejlépe víte, jak se cítíte, co potřebujete a co by vám mohlo pomoci. Uvidíte, že to vyučující či vaši spolužáci ocení. Přeci jen se člověk může stydět, když má někomu nabídnout pomocnou ruku (nechce udělat nějaké faux-pas). Vzpomeňte si například, jak se cítíte, když na ulici potkáte nevidomého člověka. Dokážete mu sami od sebe nabídnout pomoc? Pravděpodobně je to pro vás těžké, stydíte se. Kdyby se na vás však sám obrátil a o pomoc požádal, zcela jistě mu rádi vyjdete vstříc, je to tak? A stejně tak je to i u vás.

5.7 Závěr

Úspěšná a kvalitní spolupráce spočívá v otevřené, rovnocenné a důvěrné komunikaci všech zúčastněných stran. Každý student s pohybovým

postižením potřebuje pro podání odpovídajícího výkonu vytvořit takové prostředí, které je přátelské a bezpečné. Vyučující by měl být připraven se studentem o možnostech spolupráce jednat a nebát se studenta zeptat, zda mu to či ono vyhovuje. Vyučující musí zvládnout rozdělení svého zájmu a působení mezi zdravé studenty a studenta s postižením tak, aby žádná ze stran nebyla v nevýhodě a ochuzena nízkými nároky a nedostatkem času (Janyšková & Šumníková, 2021).

Literatura

- Bendová, P. (2007). *Manuál základních postupů jednání při kontaktu s osobami s tělesným postižením*. Olomouc: Univerzita Palackého.
- Desatero pro komunikaci s pacienty s pohybovým postižením, 2006 [online]. Praha: Národní rada osob se zdravotním postižením. [Cit. 14.8.2021]. Dostupné z: <https://nrzp.cz/2010/09/27/desatero-komunikace-s-pacienty-s-pohybovym-postizenim/>.
- Janyšková, K., & Šumníková, P. (2021). Studijní strategie a strategie zvládnání u studentů se speciálními potřebami: Výstupy z kurzu pro studenty. [PowerPoint slides].
- Kol. (2020). Online výuka u studentů se speciálními potřebami - nároky a možnosti zvládnání. Metodické doporučení pro pracovníky PedF UK. [online]. Praha: PedF UK. Dostupné z: https://pedf.cuni.cz/PEDF-260-version1-studenti_se_sp_on_line_vyuka_27_10_2020_final.pdf.
- Kucharská, A., & Janyšková, K. (2021). *Studenti se specifickými potřebami v době distanční výuky na vysoké škole*. Konference Kvalita života 2021 - Kariéra, rodina a COVID-19, Prešov.
- Květoňová, L. (2007). *Vysokoškolské studium se zajištěním speciálně-pedagogických potřeb*. Brno: Paido.
- Michalík, J. et al. (2011). *Zdravotní postižení a pomáhající profese*. Praha: Portál.
- Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy (2021). Pravidla pro poskytování příspěvku a dotací veřejným vysokým školám Ministerstvem školství, mládeže a tělovýchovy pro rok 2021 [online]. 28.1.2021 [Cit. 14.8.2021]. Dostupné z: <https://www.msmt.cz/vzdelavani/vysoke-skolstvi/pravidla-pro-poskytovani-prispevku-a-dotaci-verejnym-vysokym-2>.
- Opatřilová, D., & Zámečníková, D. (2007). *Somatopedie. Texty k distančnímu vzdělávání*. Brno: Paido.
- Valenta, M. et al. (2014). *Přehled speciální pedagogiky: Rámcové kompendium oboru*. Praha: Portál.

6. Distanční výuka u vysokoškolských studentů se specifickými poruchami učení

Anna Kucharská, Alice Rytychová, Olga Kučerová, Klára Špačková

6.1 Studenti se specifickými poruchami učení – základní terminologie, dopady na vzdělávání, specifické potřeby

Základní terminologie

Studenti se specifikovanou poruchou učení (dále jen studenti s SPU) patří mezi studenty se specifickými potřebami a dle *Pravidel pro poskytování příspěvku a dotací veřejným vysokým školám*⁵⁷ je řadíme do kategorie D. Rozhodujícím aspektem pro zařazení do uvedené kategorie je tzv. funkční princip, při němž není rozhodující samotná diagnóza, ale její praktický dopad na činnosti související se studiem konkrétního oboru nebo programu. Platí přitom pravidlo, že existuje velmi velká variabilita potíží jedinců s SPU (tj. jednotlivých „dys“), ale i v jejich závažnosti, proto musí být vždy poskytování podpurných opatření a modifikací ve studiu vázáno na důkladný rozvoj potíží a specifické potřeby konkrétního studenta (např. s ohledem na studijní obor).

Napříč odbornou literaturou se setkáváme s širokou formulací termínu specifických poruch učení. Obecně lze říci, že specifické poruchy učení představují obecný termín pro heterogenní skupinu poruch s nejasnou etiologií a nejasnými vzájemnými vztahy. Jedná se o zastřešující pojem pro jednotlivá označení deficitů zejména ve čtení (dyslexie), psaní (dysgrafie), pravopisu (dysortografie), matematice (dyskalkulie) a deficitu ve vývoji pohybové koordinace (dyspraxie) (Zelinková, 2012), které se objevují v různé míře závažnosti. Mezi méně časté a méně závažné typy specifických poruch učení řadíme dyspinxii (specifická porucha kresebných schopností) a dysmuzii (specifická porucha hudebních schopností). Jednotlivé typy specifických poruch učení se velmi často kombinují, výskyt tzv. čistých typů je spíše vzácný (časté jsou např. kombinace dyslexie a dysortografie, příp. dysgrafie a dysortografie, aj.).

⁵⁷ Viz <https://www.msmt.cz/file/54834/>

Mnohdy se také vyskytují v komorbiditě se specifickými poruchami pozornosti (ADD/ADHD) (Smečková, 2013).

Je nutné doplnit, že specifické poruchy učení nejsou zapříčiněny nepodnětným rodinným prostředím ani nevhodnou výukou, a nesouvisí s inteligencí. Přes počátek v dětství jsou zpravidla celoživotním problémem a mají vliv na způsob, jakým daná osoba zpracovává informace a užívá gramotnostní dovednosti. Proto také ovlivňují průběh vzdělávání a mohou mít dopad na úspěšnost při studiu na VŠ. Vzhledem k vyšším nárokům na studium a samostudium se mohou problémy zvýraznit u vysokoškoláků, kteří již na střední školy měli specifické poruchy učení do jisté míry kompenzovány. Ve spojení s ADD/ADHD se mohou vyskytovat problémy v exekutivních funkcích, které jsou velmi významné pro úspěšné studium na VŠ (zejména plánování a organizování aktivit, sebekontrola, kognitivní flexibilita, pracovní paměť).

Jedinci s těmito poruchami by měli zvážit typ studovaného oboru, volit ho s ohledem na specifické zvláštnosti svých obtíží, ale také v souladu se svou motivací a dalšími předpoklady pro studium. Mezi silné stránky jedinců se specifickými poruchami učení patří kreativita, schopnost logického usuzování či dovednost plnit úkoly konstrukční povahy. Často se u nich projevuje nadání v oblasti technických programů, umění, programování, modelování či designu (Bartoňová, 2019). Protože vysokoškoláci s SPU museli v řadě případů překonávat překážky na nižších stupních vzdělávání, mohou mít silnou motivaci pro studium daného programu.

Specifické poruchy učení ovlivňují emoční projevy dané osoby, která může trpět pocity úzkosti, pocity, že vynaložené úsilí neodpovídá výsledku. Může mít problémy zvládat situace, které vyžadují vyšší míru frustrační tolerance. Nejčastějšími negativními emocemi, které tuto poruchu doprovází, bývá úzkost, přecitlivělost a nedostatek sebedůvěry. Objevovat se může skleslost, deprese, melancholie. Specifické obtíže mohou mít dopad na pracovní uplatnění, proto je vhodné, když ještě i v průběhu vysokoškolského studia jedinec pracuje na posílení svých kompenzačních strategií a vyrovnávání se svým handicapem. Způsob zvládnutí vysoké školy ovlivňuje emoční nastavení jedince s SPU, jeho sebepojetí a spokojenost, případně může mít podíl na rozvoji sekundárních psychosomatických obtíží.

Typologie specifických poruch učení s důrazem na projevy v dospělosti

Dyslexie: Manifestuje se v dětství obtížemi ve výuce čtení a v rozvoji čtenářských dovedností. Následně má vliv na vzdělávací obsahy, které jsou

na čtenářský výkon vázány, dále i na životní situace, které dovednost čtení vyžadují. Charakteristickým znakem dyslexie je narušení v oblasti rychlosti a/nebo přesnosti čtení slov, sekundárně pak může být narušeno porozumění čtenému textu. Potíže nesouvisí s věkem nebo se základními poznávacími schopnostmi a dovednostmi. Dle většiny předních odborníků je zakládající příčinu dyslexie považován deficit fonologické složky jazyka (Lyon et al. 2003). Kromě čtení se proto obtíže jedinců s dyslexií projevují v celé řadě dalších oblastí, které se opírají o fonologické procesy – např. krátkodobá verbální paměť, párové asociativní učení, rychlé jmenování, opakování slov a pseudoslov. V dospělosti se tak dyslexie může projevovat nejen pomalým čtením nebo obtížemi v porozumění odborného textu, ale také obtížemi ve vyjadřování.

Vzhledem k tomu, že řada potíží je vázána na jazykové deficity (tzv. *language based learning disorder*, Vitásková, 2010), nepřekvapí nás, že jedinci s dyslexií mohou mít problém v cizím jazyce, a to nejenom v oblasti čtení, ale v osvojování cizího jazyka vůbec. Přitom vysokoškolské studium v řadě případů nárokuje osvojení cizího jazyka na vyšší úrovni, případně je vyžadována ve studijním programu znalost více jazyků.

Dalším specifickým znakem dyslexie je, že se mohou obtíže manifestovat v práci se symbolikou, v orientaci v ploše, prostoru a čase, proto mohou mít vysokoškoláci s dyslexií problémy v různých oblastech studia, nemusí to být jen učivo vázané na písmo, ale i na jiný symbolický systém (např. symbolika v přírodovědných oborech, užívání symbolů a orientace na rádcích v oborech informatiky aj.)

Dysgrafie: Je porucha psaní, která postihuje grafickou stránku písemného projevu, tedy čitelnost a úpravu. Je vázána na praktickou i estetickou úroveň psaní. Osoba s touto poruchou zaměňuje podobná písmena, písmo je neuspořádané, těžkopádné, neobratné. Psaní vyžaduje delší čas a přináší jedinci únavu, zejména při psaní delších textů. Objevuje se tendence směšovat psací a tiskací písmo (nutné je ale nesměšovat se specifickým rukopisem, který vzniká v důsledku individualizace písma). Trpět může celková úprava písemných materiálů.

Současné využívání výtvarných a informačních technologií a zpracování textů a jiných materiálů na počítači velmi vhodně poskytuje studentovi možnost kompenzace, přesto se mohou vyskytovat situace, ve kterých je vyžadováno ruční psaní (např. zpracování písemných úkolů v atestech). Pak zde specifická porucha psaní vystoupí ve své závažnosti, kdy vyučující může mít problém s přečtením textu. Apely na to, aby student psal čitelněji, nejsou tou správnou metodou, jak řešit problém (viz níže).

Dysortografie: Je specifická porucha pravopisu, která je velmi často a úzce spojena s dyslexií. Vzniká v důsledku obtíží zejména ve fonologických dovednostech (fonologické povědomí, schopnost diferenciacie, analýza a syntéza zvuků, tj. foneticko-fonologická rovina jazyka), vliv však mají i vyšší jazykové roviny (lexikálně-sémantická, morfologicko-syntaktická). U jedinců s dysortografií jsou časně tzv. specifické poruchy řeči (artikulační neobratnost, asimilace sykavek), které se následně mohou promítat do písemného projevu. Typickým bývá i snížený jazykový cit, který je potřebný jak při odůvodňování pravopisných jevů, tak při samotné písemné produkci.

Jedinec s dysortografií obtížně aplikuje gramatická pravidla, v jeho písemném projevu se vyskytuje vyšší chybovost (tzv. specifické chyby – záměny písmen, záměny slabik, vynechávání písmen, chybí diakritika, problémy v dodržení hranice slov, komolení slov), problémem může být psaní nových či cizích slov. Potřebuje delší čas na odůvodnění si pravopisných jevů i na kontrolu napsaného textu. Problémy ve vyšších jazykových rovinách narušují schopnost samostatně formulovat texty, vyjádřit se prostřednictvím písemných útvarů, častý je specifický styl psaného projevu.

Lehčí stupeň poruchy zpravidla přináší pouze vyšší chybovost, kterou lze kompenzovat užíváním textových editorů, případně externí korekturou jiné osoby. Studenti se závažnějším stupněm poruchy mohou mít problém se zpracováním písemných úkolů či seminárních prací, právě z důvodu narušení schopnosti formulovat texty.

Dyskalkulie: Jedná se o poruchu matematických schopností, která postihuje manipulaci s čísly, číselné operace, matematické představy, geometrii. Jejím projevem jsou nejen obtíže v numerickém počítání, ale především neschopnost orientovat se na číselné ose, časové přímce, chápat vztahy množství, číselné údaje spojené se studiem jakýchkoli oborů.

Diagnostika SPU a uplatnění požadavků na modifikaci studijních podmínek

Někteří studenti zvažují, zda se mají registrovat jako student se specifickými potřebami. Pokud víte, že máte specifickou poruchu učení, je velmi žádoucí, abyste prošli funkční diagnostikou a evidovali se tak mezi studenty se specifickými potřebami nejlépe na začátku svého studia, a to i v případě, kdy se u vás potíže při studiu ještě neprojevíly. Pozdější požadavky na modifikaci podmínek a zkoušek mohou jejich realizaci komplikovat.

Specifické poruchy učení se mohou objevit až při studiu na vysoké škole, i když většina nově identifikovaných studentů uvádí, že v předchozím studiu na základní nebo střední školy problémy měli, ale zvládli je zvýšenou

přilí, důkladnou přípravou na výuku nebo s podporou dospělých (rodič, učitel aj.). Jestliže u vás diagnostika SPU neproběhla, ale máte podezření, že se u vás porucha projevila vzhledem ke zvýšeným nárokům vysokoškolského studia, neváhejte kontaktovat příslušné odborníky na své škole (zpravidla se jedná o poradenské centrum). Poradí vám, kam se s požadavkem na diagnostiku obrátit.

Je-li je výuka realizována distančním způsobem a v minulosti zpracovaná funkční diagnostika neobsahuje všechna opatření, která by vám mohla pomoci zvládnout její nároky, neváhejte požádat o revizi posudku funkční diagnostiky a doplnění vhodných doporučení.

Dopady postižení/znevýhodnění do vzdělávání a doporučené postupy

Přijetí ke studiu

Studenti s SPU mohou mít ztížené podmínky pro přijetí do studia, pokud se nepřihlásí o podporu a nežádají modifikaci přijímací zkoušky. Neúspěch při přijímací zkoušce může souviset s jejich potřebou delšího času na zpracování úkolů a kontrolu porozumění textům, s obtížným plánováním a strukturací úkolů, případně může mít vliv i problémová koncentrace pozornosti či zvýšená senzitivita a snížená tolerance vůči stresu, které mohou narušit samotný výkon. Modifikace, vycházející z rozboru obtíží studenta i poskytovaných podpurných opatření při studiu na střední škole a při skládání maturitní zkoušky, mohou respektovat specifické potřeby studenta.

Nejběžnější, a přitom i nejjednodušší modifikací, která jedincům s SPU umožňuje podat adekvátní výkon, je navýšení časového limitu na vykonání zkoušky. Je nutné vzhledem k větší potřebě času na zpracování textů a dalších vizuálních podnětů, ale také vzhledem k častým problémům v koncentraci pozornosti. Přináší benefit i v tom směru, že dává uchazeči o studium pocit jistoty, naopak její absence může negativně zatížit podání výkonu. Dalšími možnými podpurnými postupy je využívání pomůcek při skládání přijímací zkoušky (slovníky, kalkulačka) či možnost zpracovat písemný úkol na počítači. U závažnějších typů specifických poruch učení se může také pomoci s označením klíčových slov v textech formou grafického zvýraznění.

Nástup ke studiu

Při nástupu ke studiu je potřeba zajistit registraci studenta mezi studenty se specifickými potřebami. I když je procedura poměrně jednoduchá - dodání

odborných zpráv dokumentující typ a stupeň poruchy (studenti mají zpravidla tyto dokumenty z předchozího středoškolského studia), podepsání informovaného souhlasu a realizace funkční diagnostiky – ne všichni studenti se specifickou poruchou učení se skutečně registrovat nechávají. Kvalifikované odhady říkají, že těchto studentů je na vysokých školách 5-10x více, a to jak na základě zkušeností vyučujících vysokých škol, tak také vzhledem k počtům studentů s SPU v populaci (8-9% dle informací MŠMT). Např. na UK, i když platí počty studentů s SPU za největší (vzhledem k ostatním kategoriím dle metodiky MŠMT), přesto tvoří jen zlomek ze všech studentů na UK (Kucharská et al., 2021).

Kromě registrace se na počátku studia musí student zorientovat v systému vysokoškolského studia, vyřídit si všechny studijní náležitosti (zápis do studia, zápis do předmětů, registrace v knihovně či menze, zajištění studijní literatury aj.). Zejména studenti s problémy v exekutivních funkcích mohou promeškat některé termíny. Problémy v koncentraci pozornosti a špatná orientace v písemných materiálech mohou ovlivnit potřebnou orientaci ve studijním plánu. Student může přehlédnout podstatné informace v něm, může vzhledem k nepřesnostem ve čtení špatně identifikovat povinné či povinně volitelné předměty, semestr, kdy si je zapsat atd. Pomoci může osobní podpora (studijní asistence), možnost konzultací s garantem studijního programu či vyučujícími.

Průběh studia

Podle typu specifické poruchy učení mohou mít studenti s SPU problémy ve výuce, ale i v přípravě na ni. Nevyužívá-li vyučující vizuální oporu formou prezentací a mluví tzv. spatra, může mít student problém s identifikací struktury přednášky, rozlišením podstatných bodů učiva. Může také mít problém s novými pojmy, neboť mnoho jedinců s SPU může mít také slabší verbální schopnosti. Dále mohou poruchy pozornosti způsobovat výpadky ve vnímání obsahu přednášky. Bývá také problém sledovat verbální projev a současně si zapisovat důležité informace, které vyučující v rámci přednášky předává, o to více, vyskytuje-li se u studujícího současně problém v psaní. Proto je studenty s SPU jedním z doporučených přístupů, aby měli k dispozici písemné opory. Pokud vyučující nepracuje s prezentacemi, může studentovi předat rozšířený sylabus, s klíčovými pojmy, které je nutné obsáhnout, předat kondenzovaný text z výukových materiálů aj. Obecně se doporučuje, aby výuka byla pestrá a umožňovala multisenzoriální zpracování (prezentace, doplněné výklady, odkazy na studijní materiály, audiovizuální podněty, projektové principy aj.).

Nad rámec možností tohoto materiálu zmiňujeme také specifické nároky jednotlivých oborů. Specifické poruchy učení se mohou promítat do různých studijních programů různě. Student s SPU může na počátku studia konzultovat s příslušnými odbornými pracovníky VŠ, kteří se problematikou zabývají a kteří mohou doporučit v rámci funkční diagnostiky i vhodné přístupy z hlediska nároků jednotlivých studijních programů.

Problémem může být také příprava na výuku. I zde se velmi liší nároky jednotlivých studijních programů. Zvláště je potřeba řešit problém, pokud např. student s SPU nezvládá zpracovat zadané úkoly ve stanovených termínech (zvýšená unavitelnost, vyšší potřeba odpočinku, problémy v koncentraci pozornosti). Potíže v exekutivních funkcích mohou způsobovat špatný odhad časových nároků a problémy v plánování pro zpracování úkolů.

Oblastí, ve které mívají studenti s SPU problémy, je práce s literaturou. Pomalé čtení s nutností kontroly porozumění způsobují, že student nemusí obsáhnout tolik titulů odborné literatury, které vyučující vyžaduje. Vyučující může po konzultaci se studentem vytyčit základní literaturu, případně se dohodnout na sekvencích látky z více publikací. Pokud je součástí přípravy na výuku zpracování seminárního úkolu, je potřeba, aby si student vytvořil opory pro korekturu textů – nemůže argumentovat, že trpí specifickou poruchou učení, a proto se v textu vyskytují chyby. Práce na studijních strategiích, což bývá jednou z nabízených odborných služeb vysokoškolských poraden, může zahrnovat i zvyšování dovedností kontroly zpracovaných písemností. Dále to může být podpora pro zvyšování kompetencí tvorby textu (struktura textu, odkazování na bibliografické zdroje aj.).

Atestování

Velmi vhodnou formou podpory je navýšení časového limitu – jak při písemné zkoušce, tak při ústní zkoušce (příprava na výkon). U studentů s těžšími formami specifické poruchy učení je možné, pokud tak bylo doporučeno v rámci funkční diagnostiky a umožňují-li to předpisy dané vysoké školy, volba formy zkoušky (písemná vs. ústní) dle preference studenta. V písemné zkoušce je nutné tolerovat specifickou chybovost studenta, kterou na rozdíl od seminární práce nemá možnost v tak velké míře korigovat. Principy, které uplatníme v rámci kontrol studia v jednotlivých předmětech, se mohou uplatnit i při státní zkoušce. V závěrečných pracích některé vysoké školy nabízejí pomoc s korekturou textu po jazykové stránce.

Specifické potřeby studentů se specifickými poruchami učení při studiu na VŠ

Posudek funkční diagnostiky a minimální kompetence pro VŠ studium

Specifické potřeby studentů s SPU se odvíjejí od závažnosti poruchy a je vždy třeba vzít v úvahu posudek funkční diagnostiky. Z charakteristiky poruch lze však vyvodit nejvýznamnější potřeby, které zároveň korespondují se specifickými potřebami uvedenými v metodickém pokynu MŠMT (Pravidla pro poskytování příspěvku a dotací VVŠ).

Metodický pokyn zároveň uvádí tzv. minimální kompetence, kterými by měli studenti VŠ disponovat. V případě studentů se specifickými poruchami učení se jedná o znalost práce s textem a o znalost práce s výpočetní technikou. Tyto kompetence lze rozvíjet pomocí nácviků studijních a pracovních strategií. Pro studenty je nezbytná dovednost práce s textem (efektivita čtení, orientace v dokumentech různého typu a různé délky a struktury) a o nácvik práce s výpočetní technikou umožňující kontrolu strukturní, typografické a ortografické správnosti textu.

Potřeba dostatku studijních materiálů pro samostudium

Studenti s SPU potřebují především disponovat kvalitní studijní oporou při přípravě na plnění průběžných písemných úkolů a závěrečných kontrol studia. Podstatné jsou obsahové zápisy z přednášek a základní studijní literatura k danému předmětu. V rámci online výuky mohou studenti využít funkci nahrávání přednášky, ale tento způsob je vhodné doplnit službou zápisu od vyškolené osoby dle zvyklostí navštěvované VŠ.

Při práci s odbornými texty a literaturou student vždy uvítá, pokud si může text upravovat (řazení a tok textu, velikost, písmo, zvýraznění). V tomto ohledu je studentům k dispozici digitalizační střediska, které studentům text k úpravě připraví, pokud jsou na jednotlivých vysokých školách zřízena.

Je třeba mít na paměti, že příprava studenta k plnění závěrečných kontrol studia vyžaduje zpravidla výrazně více úsilí a času. Vhodné je tak studentům doplňovat online přednášky vizuální oporou. Podklady ve formě sylabu, prezentace, přehledu základní literatury k předmětu je žádoucí studentům poskytnout ještě před samotnou přednáškou. Jako prevence problémů s orientací v organizaci studia lze doporučit zasílat jasná a přehledná instrukce.

Potřeba vyšší časové dotace na zpracování informací a řešení úkolů

Při práci s psaným textem studenti často potřebují prodloužený čas

na vypracování. Velkou oporou studentům s SPU je proto navýšení časové dotace pro zpracování textů (přečtení) či následně písemné zpracování. Budeme-li se studijním textem pracovat v semináři/cvičení, můžeme ho těmto studentům poskytnout předem, aby se mohli připravit doma. V případě zpracování písemného výstupu se můžeme se studentem domluvit na individuálním prodloužení termínu odevzdání (doporučujeme takový termín, který bude přijatelný pro studenta i vyučujícího).

Zvýšené potřeby podpory vykazují studenti při studiu cizího jazyka. Je proto možné zaznamenat zvýšenou poptávku po individuálních konzultacích.

Strukturace – učitel pomáhá tím, že ji má sám v přednášce

Obtíže v exekutivních funkcích mohou během studia studentovi způsobovat problémy v rozlišování podstatných a méně podstatných informací. Těmto problémům můžeme snadno předejít tím, že má vyučující jasnou strukturu přednášky. Bude-li osnovu přednášky zařazovat do připravených slidů, budou se studenti s SPU v učivu lépe orientovat.

Potřeba opakovaných informací, dovysvětlování, potřeba osobního kontaktu

Sekundární obtíže, které zaznamenáváme u studentů s SPU, mohou mít také podobu nejistoty ve své schopnosti, emoční nestability, sníženého sebevědomí v kontextu studijních výsledků. Těmto obtížím mohou předejít osobním kontaktem s vyučujícím, proto se může využívat ve zvýšené míře podpora v konzultačních hodinách. Platí to především u kurzů s vyšší náročností. Vzhledem k tomu, že student s SPU může mít ovšem také obtíže v komunikaci s vyučujícím, je vhodné studenty na možnost konzultace upozornit již na začátku semestru.

Kompenzace dílčích deficitů/Pomůcky

Studenti se specifickou poruchou učení mají možnost své obtíže kompenzovat s pomocí technických zařízení. Nejčastěji využívanou pomůckou dyslektiků je diktafon. Student se může znovu vracet k obsahu přednášky (popř. doplnit si poznámky). Využití diktafonu je přínosné také pro studenty s obtížemi v oblasti psaní (dysgrafie a dysortografie). Čitelnost písma je v tomto věku často již kompenzovaná tak, že student píše např. tiskacím písmem. Stále ovšem přetrvává nízká rychlost psaní – student tedy nestíhá psát poznámky, proto je dobré umožnit mu nahrání přednášky. Studenti jsou vždy informováni o tom, že diktafon mohou použít pouze se svolením vyučujícího.

Další technickou podporou, kterou studenti využívají, jsou textové editory, díky nimž si mohou elektronické poznámky přizpůsobit svým potřebám (např. úprava fontu, podbarvení, použití tučného písma).

Pro studenty s těžkou formou dyslexie je také velkou pomocí použití počítačových programů, které převedou elektronicky psaný text do zvukové podoby.

Důsledné používání chytrých mobilních aplikací zaměřených na organizaci dne může výrazně zlepšit efektivitu plánování práce a včasné odevzdávání úkolů.

Včasnost řešení potíží

Vyučující studentů s SPU často zmiňují, že studenti přicházejí s požadavky na úpravu zkoušek a závěrečných testů až když při pokusech o splnění neuspějí. Jedná se o jev poměrně běžný a má vzhledem k diagnóze své opodstatnění. Samozřejmě je nutné, aby student dodržel pravidla daná univerzitou, a vyučující by měl vědět o specifických potřebách studenta dostatečně dopředu. Důvodů, proč studenti nepřicházejí včas, je však celá řada. Studenti se často za svou diagnózu stydí jak před vyučujícími, tak před spolužáky, a nechtějí na sebe upozornit. Snaží se do poslední chvíle zvládnout nároky studia vlastními strategiemi. Chtějí si dokázat, že studium zvládnou (Zelinková, 2012).

Adam studoval bez větších problémů, zvládl studium na technicky zaměřeném oboru. Z gymnázia měl dobře osvojené studijní strategie, nenechával studijní povinnosti na poslední chvíli. Svoje obtíže, které plynuly z poruchy učení, považoval za překonané. Ve třetím ročníku ho ovšem čekala zkouška z cizího jazyka. Po absolvování několika neúspěšných pokusů o splnění zápočtu mu bylo jasné, že nezvládne získat ani zápočet. Vyučující z Centra jazykové přípravy si všimla specifčnosti jeho chyb, které se v testech objevovaly, a sama mu doporučila návštěvu poradenského centra.

Závěrem této kapitoly

Studenti se SPU tvoří nejpočetnější skupinu mezi studenty se specifickými potřebami. Různorodost obtíží, se kterými se tyto studenti musí vyrovnávat, je široká. Obecně lze říct, že postihuje dovednosti, které souvisí se školním výkonem – čtení, psaní, počítání. Jedním z častých předsudků ohledně specifických poruch učení je, že se týkají pouze období základní školy a zvýšeným

úsilím a cvičením oslabených funkcí obtíže zcela vymizí. Není tomu tak. S nedostatků v dané gramotnostní funkci se postižený člověk vyrovnává celý život. Obzvláště **během zkouškového období bychom neměli zapomínat, že stres u studentů obtíže většinou zhoršuje.**

První kapitola představila studenty s SPU pohledem jejich obtíží, se kterými se potýkají v průběhu svého studijního života. Na tento „zápas“ lze ovšem pohlížet také pozitivně, neboť díky němu si tito studenti osvojí vlastnosti jako je houževnatost, pracovitost a odvaha kompenzovat své nedostatky.

Užitečné odkazy

V případě zájmu o problematiku lze dohledat pravidla, kterými se řídí poskytování podpory studentům se specifickými potřebami na vysokých školách - všech kategorií, a tedy i studentům se specifickými poruchami učení. Doporučujeme také sledovat webové stránky *Asociace poskytovatelů služeb studentů se specifickými potřebami*, která podává základní přehled o vysokoskolských centrech podpory a také přehledně informuje o formách podpory při studiu na VŠ.

Zatím nelze podat odkaz, který by mohl být užíván pro podporu distančního vzdělávání.

- MŠMT. *Pravidla pro poskytování příspěvku VŠ a dotací veřejným vysokým školám*. Dostupné z: <https://www.msmt.cz/vzdelavani/vysoke-skolstvi/pravidla-pro-poskytovani-prispevku-a-dotaci-verejnym-vysokym-2>
- AP3SP (2021, 29. 8). *Podpora při studiu na VŠ. Adresář odborných pracovišť*. Dostupné z: <https://www.ap3sp.cz/podpora-pri-studiu-na-vs/adresar-odbornych-pracovist/>
- AP3SP (2021, 29. 8). *Podpora při studiu na VŠ. Možnosti podpory*. [Vztaženo obecně k univerzitním studentům se speciálními vzdělávacími potřebami]. Dostupné z: <https://www.ap3sp.cz/podpora-pri-studiu-na-vs/moznosti-podpory/>

Funkční diagnostiku provádí odborné pracoviště vysoké školy, informace najdete na příslušných webových stránkách vysoké školy. Přehled podává i Asociace poskytovatelů služeb studentům se specifickými potřebami na vysokých školách.⁵⁸

Pro evidenci budete potřebovat zprávu z pedagogicko-psychologické poradny nebo jiného pracoviště, neměla by být starší než 2 roky a měla by obsahovat údaje z diagnostiky, která využívá všeobecně akceptovatelné baterie

⁵⁸ <https://www.ap3sp.cz/podpora-pri-studiu-na-vs/adresar-odbornych-pracovist/>

pro dospělou populaci/vysokoškoláky. Pokud se specifické poruchy učení objevují nově právě až na vysoké škole, může být vstupní diagnostika provedena v poradenském pracovišti vysoké školy. Případně se lze obrátit i na některé soukromé poradny, kde je však diagnostika SPU hrazena klientem (např. Pražská pedagogicko-psychologická poradna, Dyscentrum aj.).

6.2 Specifické těžkosti studentů této skupiny v online výuce/při distančním vzdělávání

Příprava na distanční výuku

Na začátku semestru je vhodné zajímat se o to, zda ve skupině studentů (ne) jsou studenti se specifickými potřebami. Následovat by případně měla identifikace studijních potřeb konkrétního studenta a dohodnutí se na způsobu online výuky. Ztěžujícím faktorem pro všechny studenty, nejenom studenty se specifickými potřebami či dokonce studenty s SPU, je příliš velké množství systémů online výuky, příliš mnoho platforem, které se začaly používat. Vysoká škola by měla také umožnit metodickou podporu těm studentům, kteří mají problém ve využívání některých prvků distanční výuky.

Realizace distanční výuky

Distanční výuka je realizována ve dvou základních podobách – synchronní a asynchronní. Synchronní výuka probíhá v takové situaci, kdy jsme jako vyučující v přímém kontaktu se studentem. Typickým problémem studentů se specifickou poruchou učení v oblasti synchronní výuky je zhoršená orientace ve výkladu. Nejčastější modifikací, která je studentovi doporučována, je poskytnutí podkladů předem. Student si je může před vlastní přednáškou vytisknout a poznámky psát přímo do vytištěného textu, což zlepšuje jeho pozornost a obsahovou kvalitu poznámek.

Asynchronní výuka má podobu samostatné práce studenta na úkolech zadaných vyučujícím. Pro studenty se specifickou poruchou učení je typické, že musí vynaložit zvýšené úsilí a čas na práci s literaturou. V případě potřeby je vhodné umožnit zvýšenou časovou dotaci na plnění zadávaných úkolů. Písemné práce studentů s SPU mohou obsahovat gramatické chyby a nepřesnosti ve formulaci myšlenek. Doporučujeme vést tyto studenty k využívání korektorských služeb.

U studentů s SPU se setkáváme s obtížemi v komunikaci s vyučujícími (zvýšená úzkost při komunikaci s vyučujícím). Z toho důvodu doporučujeme

vyučujícím vstřícný postoj s jasnými strukturovanými požadavky. V asynchronní výuce je vhodné studentům připomenout, že v případě potřeby mohou využít individuální konzultace.

„Můj handicap se trochu zhoršil a opravdu k tomu z větší části přispěla izolace a distanční výuka. Horší soustředěnost na čtení, poslouchání přednášek (i v sedě u stolu jsem schopná usnout), těžší motivace se začít učit.“

Jana měla vždy problém se záznamem přednášek realizovaných běžnou formou. V online výuce to bylo ještě náročnější. I když se naučila pracovat v aplikaci Zoom, kterou vyučující využíval, velkým problémem pro ni bylo, že měla sledovat prezentaci na obrazovce počítače, která obsahovala pouze klíčová slova. Musela si proto dělat podrobný záznam řečeného, při kterém ji ale následující stránka prezentace tzv. „utekla“. Vyučující dávala záznam přednášky na jeden týden do výukového prostředí Moodle, což jí velmi pomohlo, protože se mohla vrátit k pasážím, které jí unikly. Velmi ocenila, když vyučující, na podnět všech studentů, začala vkládat do Moodle nejenom nahrávky přednášky, ale také prezentace, které byly při přednášce užity.

Jsou však i studenti, kterým distanční výuka vyhovuje a celkově jim prospěla, viz výpověď studentky níže.

„Výuka online mi vyhovuje, protože se cítím víc v bezpečí (jsem v prostředí, které znám a nemusím být mezi velkou skupinou lidí a neustále komunikovat s osobami, které neznám).“

„Doma mě nestresuje prostředí, mám své pohodlí. Pokud mi není dobře, mohu použít kompenzační techniky v průběhu hodiny. Což při prezenční výuce nešlo.“

Průběžné plnění úkolů v distanční výuce

Jednou z obtíží, se kterou se potýkají studenti s SPU, je neefektivní práce

s vlastním časem a plánování práce. Tato skupina studentů může mít ve větší míře problém odhadnout množství času, který potřebuje na plnění úkolu. Obecně platí, že studenti s SPU potřebují např. na práci s literaturou vždy více času. Častěji se dostávají do situace, kdy nejsou schopni dodržet termíny odevzdání a práce se jim nahromadí.

Distanční atestování

V případě, že atest bude probíhat také v online prostředí, doporučujeme seznámit studenty s dostatečným předstihem s platformou, na které bude test probíhat (např. Moodle, MS-Teams, Google Forms). Jednou z nejčastěji využívaných modifikací pro studenty se specifickou poruchou učení je **navýšení časové dotace** při plnění atestu. Při přípravě atestu v elektronickém prostředí myslíme na navýšení času pro tuto skupinu studentů. Doporučujeme opět studenty vyzvat, aby se přihlásili ti, kteří mají nárok na navýšení času (mailem, osobní konzultací aj.).

Stejně důležité jako mít kvalitní záznamy z přednášek a studijní materiály je také seznámení se s podobou online zápočtového testu nebo zkoušky. To ostatně platí pro všechny studenty, nicméně pro studenty s SPU je toto opatření zvláště důležité, aby mohli svou přípravu zacílit potřebným směrem.

Studenti by měli být seznámeni s typem otázek a cvičení, počtem testových položek, systémem a kritérii bodování, průběhem zkoušky – nejlépe pomocí ukázkových úloh. Pokud to specifika předmětu i zkoušky umožní, pak je pro studenty s SPU žádoucí mít dostatek úloh k procvičování. Při přípravě na zkoušky často nastává situace, kdy studenti vědí o podobě testové úlohy (např. u jazykových testů – úloha na doplňování slov do vět nebo korekturu textu), ale v běžně dostupných učebnicích nebo skriptech se dané typy úloh/cvičení téměř nebo vůbec nevyskytují.

V případě, že probíhá zadání testu ústně, je vhodné vložit do formuláře testu zadání také v písemné podobě a být online k dispozici k případným dotazům.

Přes mnohé výhody může online testování komplikovat studentům s SPU použití kompenzačních strategií jako je barevná strukturace textu a zvýrazňování klíčových slov a termínů. Závažnou komplikací může být také způsob nastavení testu, kdy je studentovi znemožněno vracet se k úlohám nebo kdy nemá možnost vidět všechny úlohy. Jelikož jde o nastavení, která snižují možnosti nechtěné spolupráce mezi studenty a opisování, je třeba hledat řešení na úrovni individuálního přístupu – tím může být individuální termín se změnou nastavení testu (vyplňovaný se zapnutou kamerou). Pro některé studenty se pak jako nejvhodnější řešení nabízí možnost psaní testu prezenčně v papírové podobě v rámci

individuální konzultace nebo nahrazení písemného testu ústní online zkouškou.

V případě neúspěšného pokusu by mělo být samozřejmostí poskytnout studentovi zpětnou vazbu. Pokud nechceme zpřístupnit test z důvodu možného okopírování úloh testu, lze vyřešit tuto situaci opět formou individuální konzultace – v prezenční nebo online formě.

Ivana má ve svém studijním portfoliu již jeden neúspěšně ukončený obor. Na svou druhou vysokou školu vstupovala s velkou dávkou motivace a odhodlání. Vedle SPU se musela vypořádat také se zhoršeným psychologickým stavem. Byla „evidovanou“ studentkou a úzce spolupracovala s kontaktní osobou na své fakultě. Veškerá podpůrná opatření měla nastavena vhodně, ale nezvládala komunikaci s vyučujícími. Bála se, že je bude obtěžovat, nedokázala si říct o doporučené modifikace ke zkouškám. Poradenský pracovník Ivaně navrhl, aby jí v komunikaci s vyučujícími pomohla kontaktní osoba, která v této chvíli plnila roli mediátora.

Evidovaný student se specifickou poruchou učení – dyslexií – dosud zvládal nároky studia bez větších modifikací, pomáhaly mu prezentace, které získával od vyučujících. Při písemném atestování v některých případech využíval navýšeného časového limitu, jak bylo doporučeno ve funkční diagnostice – domluvil se na poslední přednášce s vyučujícím, že bude mít na test delší časový limit.

V distanční výuce byl test realizován prostřednictvím výukového prostředí Moodle. Protože se jednalo o vyučujícího, kterého zatím neznal, neozval se, že potřebuje navýšení času. Otázky v testu byly konstruovány tak, že se na otázky odpovídalo postupně, nebyla možnost se vrátit k předchozí otázce. To ho velmi znejistilo, protože byl zvyklý, že si vše po sobě kontroluje. Čas na test rychle uběhl, a přitom se mu podařilo zodpovědět pouze na polovinu otázek, v testu neuspěl.

Závěrem kapitoly

Distanční forma vzdělávání přinesla studentům (bez i s SPU) také několik pozitiv. Především se jedná o strukturované studijní opory, které vytvořil sám vyučující. Díky těmto podkladům se student lépe orientuje v probraném učivu, a tím si ho také lépe zapamatuje. Velkou pomoc pro studenty představuje také možnost opakovaného shlédnutí/poslechu záznamu přednášky. Díky

tomu mohou kompenzovat také obtíže v pozornosti, které se u studentů s SPU mohou objevovat vlivem většího kognitivního zatížení.

Vzdělávání není pouze jednosměrný proces přijímání poznatků, který by směřoval od vyučujících ke studentům. Je to především proces interakce, vzájemného ovlivňování a diskuse. Studenti s SPU často potřebují větší míru podpory od nás – vyučujících. Nabízejme jim možnost konzultace a dovysvětlení látky během konzultačních hodin. Informujte studenty, že jste k takové formě podpory otevření, neboť jim tím pomáháte odstranit překážky, které staví obava ze „škatulky studenta, který na onom oboru nemá co dělat.“

Užitečné odkazy

- MŠMT (2020, 24. 9.). *Metodické doporučení pro vzdělávání distančním způsobem*. Edu.cz. Dostupné z: <https://www.msmt.cz/metodika-pro-distančni-vzdelavani>
- PedF UK (2020, 20. 10.). *Online výuka u studentů se speciálními potřebami – nároky a možnosti zvládnutí. Metodické doporučení pro pracovníky PedF UK*. Dostupné z: https://pedf.cuni.cz/PEDF-260-version1-studenti_se_sp_on_line_vyuka_27_10_2020_final.pdf
- Univerzita Karlova. *Chci učit*. Karlovkaonline.cz. Dostupné z: <https://karlovkaonline.cz/chci-ucit/>
- Univerzita Karlova. *Chci zkoušet*. Karlovkaonline.cz. Dostupné z: <https://karlovkaonline.cz/chci-zkouset/>
- Univerzita Karlova. *Návody*. Karlovkaonline.cz. Dostupné z: <https://karlovkaonline.cz/navody/>

6.3 Podpůrné technické/technologické přístupy k modifikacím v online výuce

Elektronická forma komunikace a distanční výuka

Distanční výuka je vázána na využívání elektronické formy komunikace. Vysoké školy umožňují studentům, aby si osvojili základní dovednosti v práci s užívanými platformami, které ke komunikaci a distanční výuce jsou určeny (MS-Teams, Zoom, Moodle, Skype Google Meet, Google Classroom). Na jejich webových stránkách lze dohledat základní metodické pokyny k užívání (viz kapitola 1).

Studenti s SPU nemají žádné bariéry v užívání těchto platform (jako např. studenti se zrakovým nebo pohybovým postižením), mohou dobře zvládnout každou z nich. Přesto však mohou vykazovat dílčí potíže při jejich využívání.

Jedná se např. o situace, kdy vyučující pracují v mnoha platformách distančního vzdělávání. Poruchy pozornosti nebo poruchy exekutivních funkcí mohou přinášet obtížnou orientaci, co která platforma vyžaduje, studenti s SPU si jednotlivé platformy mohou plést. Studenti se tak mohou zdržovat při řešení daných úkolů, případně se mohou při přihlášení do výuky zpožďovat.

Vzhledem k pomalému čtení a problémům v porozumění textům, současně s možnými problémy v zápisech řečeného v rámci online přednášek či seminářů, si může student pomoci nahráváním mluveného slova na diktafon, případně požádat vyučujícího o nahrávku výuky. To se týká případu synchronní výuky. Asynchronní výuka přináší výhody, že si přednášku, která je uložena na nějakém úložišti, může student pustit vícekrát, může si ji také sekvenovat. Student také může využívat přerušované sledování přednášky vzhledem ke své zvýšené únavě, která doprovází práci s texty (např. při sledování prezentace). Vyučující mohou ale využívat postup, kdy je přednáška dána studentům k dispozici pouze v omezeném časovém limitu. V tom případě je možné, aby student se specifickou poruchou učení měl k přednášce delší přístup.

Pro zpracování seminárních prací na počítači mohou studenti využívat software, který zvládne zapsat text na základě diktování. Pro přípravu na ni může student využít skenovací pero (např. při práci s literaturou), podobně jako to dělá při běžné přípravě v rámci předmětu.

Atestování může být u studentů s SPU, bylo-li to doporučeno v posudku funkční diagnostiky, realizováno s podporou počítače (např. při ústní zkoušce zpracování osnovy, při písemné zkoušce zpracování celého textu). V distanční výuce se často v písemných testech využívají platformy, které umožní online zpracování a odeslání testu (např. Moodle, Google Forms). Vyučující však musí být dopředu informován, že student bude nárokovat delší čas na zpracování testu.

... jako vyučující se snažím vždy předpokládat, že mezi mými studenty může být vždy někdo se speciální potřebou ve vzdělání a já o něm nevím. Vyplatilo se mi na začátku semestru opakovat přání, aby se mi sami přihlásili elektronickou cestou, abychom nastavili konkrétní modifikace v mém kurzu. Stejnou výzvu opakují na konci semestru, kdy připravují online testy...

Platformy pro online komunikaci, výuku a atestování

Nejčastější platformy, které využíváme pro komunikace se studenty, uvádíme níže. Všechny jsou dostupné ve formě aplikací pro operační systémy Microsoft

Windows, MacOS a Linux, stejně tak i disponují aplikace pro mobilní telefony a tablety se systémem Android a iOS.

- Google Meet – dobře dostupný nástroj pro online komunikaci a video-konference. Je třeba být přihlášen k účtu na Google. Když vás někdo ke schůzce pozve, účet na Google není potřeba.
- Microsoft Teams – prostřednictvím této platformy je možné pořádat schůzky v podobě audio/video hovoru, zakládat pracovní skupiny.
- Skype – další prostředek komunikace, lze využívat jak pro osobní komunikaci, tak i jako pracovní nástroj při výuce. Není příliš vhodný pro výuku většího množství studentů.
- ZOOM – alternativa Skype nebo Google Meet, pro pořádání schůzek delších než 45 minut je nutné mít k dispozici placenou licenci.

Závěrem kapitoly

Pro osvojení si elektronických forem komunikace doporučujeme sledovat aktuální nabídky konkrétních vysokých škol. Platí beze zbytku, že zatímco v počátečních etapách distanční výuky se vyučující s novou situací zpravidla museli vyrovnávat sami, postupně se formovala doporučení a metodická podpora jednotlivých vysokých škol. Na webových stránkách VŠ lze dohledat celou řadu materiálů a doporučení, pořádají se také metodická školení na osvojení si výukových platforem a vedení distanční výuky vůbec.

Neváhejte se na semináře či workshopy přihlásit, lze očekávat, že prvky distanční výuky najdou ve vysokoškolském vzdělávání uplatnění i v budoucnu.

Užitečné odkazy

- MŠMT (2020, 24. 9.). *Metodické doporučení pro vzdělávání distančním způsobem*. Edu.cz. Dostupné z: <https://www.msmt.cz/metodika-pro-distancni-vzdelavani>
- Kol. (2020, 20. 10.). *Online výuka u studentů se speciálními potřebami – nároky a možnosti zvládnutí. Metodické doporučení pro pracovníky PedF UK*. Dostupné z: https://pedf.cuni.cz/PEDF-260-version1-studenti_se_sp_on_line_vyuka_27_10_2020_final.pdf
- Univerzita Karlova. *Chci učít*. Karlovkaonline.cz. Dostupné z: <https://karlovkaonline.cz/chci-ucit/>
- Univerzita Karlova. *Chci zkoušet*. Karlovkaonline.cz. Dostupné z: <https://karlovkaonline.cz/chci-zkouset/>
- Univerzita Karlova. *Návody*. Karlovkaonline.cz. Dostupné z: <https://karlovkaonline.cz/navody/>

6.4 Podpůrné přístupy vyučujících, modifikace výuky – před výukou, ve výuce, při atestování

Podpůrné přístupy ve výuce

Vyučující by měl před samotnou výukou (prezenční i distanční) vědět, že má ve skupině studenty se specifickými potřebami – v našem případě se specifickou poruchou učení. Měl by znát obecné principy těchto poruch, aby porozuměl obtížím studenta a neinterpretovat si je jako nezájem či lajdáctví. Měl by také vědět, že se studenti se SP za svůj handicap mohou stydět, proto je vhodné, když na začátku semestru neadresně informuje, aby se studenti hlásili, pokud budou potřebovat nějakou modifikaci ve výuce či při atestování.

Optimální je, když vyučující při přípravě materiálů na výuku, včetně výuky distanční, myslí na obecné principy, které uplatňuje ve vzdělávání studentů se specifickou poruchou učení. Tyto principy se promítají v obsahu předmětu a dále ve zvolených metodách a formách výuky.

- *Princip názornosti*: ve všech studijních podkladech se snažíme zařazovat dostatek názorných příkladů.
- *Princip strukturovanosti*: studijní podklady mají jasnou strukturu. Na začátku materiálů je vždy uveden jasný obsah a cíl. Na závěr je vhodné zařazovat shrnutí, které opět studenta navede k nejdůležitějším bodům studijního materiálu.
- Dalším principem je užívání *jednotného typografického systému* pro zvýraznění vnitřního členění, s jednoduchou grafikou, což může velmi výrazně napomoci v orientaci v textech (např. v prezentacích užívaných při přednáškách).

Na základě výzkumných zjištění a zpětné vazby od jedinců s dyslexií sestavila *Britská dyslektická společnost*⁵⁹ doporučení k vytváření písemných podkladů vhodných pro jedince s dyslexií. Většinu z uvedených doporučení lze využít pro přípravu písemných materiálů obecně – slouží k zpřehlednění a usnadnění práce s textem pro všechny čtenáře, některá doporučení jsou cílena přímo na skupinu jedinců s dyslexií, neboť právě jim vyhovují více než ostatním čtenářům.

⁵⁹ *Britská dyslektická společnost (British Dyslexia Association, BDA)* je jednou z předních organizací, která usiluje o změny ve společnosti ve prospěch jedinců s dyslexií. Podporuje výzkum, nastavuje standardy podpory a přispívá k sdílení dobré praxe i odborných poznatků nejen na národní, ale také na mezinárodní úrovni.

Doporučení pro vytváření písemných podkladů pro výuku

Doporučení se týkají otázky výběru fontů, strukturaře obsahu studijního materiálu, rozložení textu, užití barev a tisku. Stručně si nyní základní tipy ze seznamu představíme (BDA, 2018).

Výběr fontu

Ohledně výběru fontu pro jedince s SPU panuje mezi odborníky shoda. Doporučeno je užití bezpatkového písma. Příkladem takového písma je např. Arial, Comic Sans, Verada, Tahoma či Calibri. Přímou pro jedince s dyslexií byly navrženy i speciální fonty. Designéři (často sami jedinci s dyslexií) v nich respektují hned několik zásad – prodloužení horní části písmen (b, d, f, h, k, l, t), dolní části písmen (g, j, p, q, y), výraznější rozdíly mezi písmeny b a d, p a q, ale také mezi rozlišit mezi velkým [i] I, malým [l] l a číslicí 1 aj. Příkladem takovýchto volně dostupných fontů je *Lexie-Readable* nebo *Open dyslexic*.

Strukturaře textu

Delší text by měl být pomocí nadpisů a stylů členěn do sekcí a součástí textu by měl být obsah. Pro přehlednost je doporučeno použít u nadpisů font o 20 % větší než v běžném textu. Pokud je třeba nadpis ještě více zvýraznit, lze použít tučné písmo. Mezi nadpisy a mezi paragrafy by měly být mezery.

Pro zvýraznění se nedoporučuje používat podtrhávání ani kurzívu. Písmena i slova pak více splývají. Obdobně se také nedoporučuje předkládat text psaný velkým hůlkovým písmem. Pokud chceme v textu zvýraznit slovo nebo nějakou jeho část, doporučuje se využít tučného písma.

Rozložení

Řádkování by mělo být úměrné velikosti mezer mezi slovy, doporučováno bývá řádkování 1,5.

Přednost se dává zarovnání textu doleva, ne do bloku. Řádky nemají být příliš dlouhé (doporučuje se do 60 až 70 znaků na řádek). Nepřehledný je pak pro jedince s dyslexií text uspořádaný do více sloupců (jako tomu bývá v novinách).

Užití barev

Jedním z hlavních doporučení v této oblasti je užívání jednobarevného pozadí bez obrazců nebo obrázků. Mezi textem a pozadím by měla být navíc dostatečná kontrastní úroveň.

Na barevné kombinace se zaměřilo i několik výzkumných šetření. Např. Rello a Baeza-Yates (2012) zjistili, že čtenáři s dyslexií četli nejrychleji při

kombinaci černého textu na krémovém pozadí, dále pak také při kombinaci tmavě hnědého textu na světle zeleném pozadí, nejpomaleji četli černý text na žlutém pozadí, který ale paradoxně preferovali nejvíc.

Obecně se setkáváme s doporučením, že text by měl být tmavý na světlém, ale ne bílém, pozadí. Bílá totiž někdy působí rušivě a čtenáře příliš oslňuje.

Tisk

Pokud pro studenty připravujeme tištěný materiál, je vhodné nepoužívat lesklý, ale matný papír. Důležitá je pak dostatečná tloušťka papíru, aby nedocházelo k prosvítání textu na druhou stranu.

V samotné výuce je vhodné mít jasnou představu o průběhu přednášky/semináře a připravené struktury se držet. Budeme-li pracovat v rámci výuky s textem, je vhodné ho studentovi poskytnout předem. Toto platí také při výuce cizích jazyků.

Bývá doporučováno, aby studenti se specifickými potřebami, včetně studentů s SPU, měli možnost pracovat přímo s texty, které připravuje vyučující (prezentace přednášek, rozšířené sylaby atd.). Je velmi důležité, aby vyučující poskytl materiál v takové podobě, aby mohl student přímo do textů vstupovat, doplňovat je či upravovat. Jedná se o tzv. otevřené dokumenty.

Nejčastější podoba modifikace, která je doporučována studentům s SPU je navýšení časového limitu - nejčastěji v rozmezí 25 až 50 % navíc. Student díky tomu může vyrovnat obtíže v rychlosti zpracování psaného textu. Přesná podoba modifikace při ústním/písemném zkoušení je uvedena ve zprávě z funkční diagnostiky.

6.5 Přístupy studentů – jak se na výuku připravit, o co a jak žádat, co pomáhá ve výuce, jak na zpracování úkolů ve výuce i pro atestování, jak na atestování

Přijetí ke studiu

Jako student s SPU máte možnost požádat o modifikaci přijímacího řízení. Nejčastější úprava přijímací zkoušky bývá v navýšení časového limitu na splnění zadání. Další možností je využití pomůcek, jako jsou slovníky či kalkulačka. Nezapomeňte svou žádost začlenit již do přihlášky ke studiu.

Nástup do studia

Po přijetí ke studiu je nutné absolvovat funkční diagnostiku, pokud budete

chtít být registrován(a) jako student/studentka se specifickými potřebami. Funkční diagnostika identifikuje vaše potřeby a případná omezení během studia. Výsledkem je potom posudek obsahující návrh podpůrných opatření, která můžete během studia využít. Posudek slouží jako podklad pro uplatnění nároku na čerpání příslušných služeb a modifikace studia. Posudek funkční diagnostiky lze dle potřeby aktualizovat, např. právě pro potřeby nových modifikací v rámci distanční výuky.

Na začátku studia může být náročné zorientovat se v různých studijních záležitostech (zápis ke studiu, zápis předmětů, orientace ve studijním informačním systému atd.). Neváhejte si proto říct o pomoc a podporu. Oslovte kontaktní osobu, která je k tomu na vaší fakultě určena, nebo studijní oddělení, případně garanta studijního programu, poradenské pracoviště nebo i konkrétního vyučujícího. Pomoci vám může i služba asistenta při studiu či mentora.

Průběh studia

V průběhu studia můžete využít řady podpůrných služeb podle závažnosti vaší diagnózy. Přehled nabízených služeb Vám poskytne poradenské centrum vaší školy. Nejčastěji studenti využívají obecnou studijní podporu od mentorů, asistentů při studiu. Mohou vám například pomoci se sháněním studijní literatury a se zápisem přednášek.

Specifickým typem studijní asistence jsou návčivky studijních strategií. Pomáhají získat a rozvíjet kompetence nezbytné pro zdárné vysokoškolské studium. Jedná se například o diagnostiku učebního stylu, nácvik efektivních učebních strategií, individuální nácvik práce se studijními materiály, rozvoj sociálních dovedností, zvládnání stresu a rady, jak efektivně naložit s časem během studia.

Pro efektivní učení a přípravu ke zkouškám je vám k dispozici služba digitalizace textů, najdete si tuto službu v univerzitním centru/středisku podpory SSP, která se stará o studenty se specifickými potřebami. Texty vám budou převedeny do elektronické podoby, která je připravena pro úpravy. Text si můžete přizpůsobit svým potřebám.

Zvažte, zda by vám nemohly podpořit studium elektronické pomůcky, které některé vysoké školy také studentům se specifickými potřebami bezplatně zapůjčují – např. tablety, skenovací pera (jde o převod tištěného textu do elektronické podoby), digitální pera (převod psaného textu rukou do elektronické podoby), diktafony, skenery, digitální čtečky knih, aj.

„...nácvik studijních strategií mi pomohl především na konci studia, kdy mě čekala obhajoba závěrečné práce. S konzultantkou jsem si vytvořila scénář obhajoby a dala mi užitečné rady, na co se zaměřit v prezentaci práce.“

Odlíšnost distanční výuky od prezenční

Distanční podoba výuky zcela odpovídá práci z domova. Aby byla efektivní, je výhodné vytvořit si pravidelný režim dne. S tím souvisí také pravidelná (hodnotná) strava a zařazování dostatečného množství pohybových a odpočinkových aktivit. Jejich podoba je na každém z nás, ale doporučujeme ty, které probíhají mimo pracovní či studijní prostor. Základním předpokladem pro podání dobrého výkonu je kvalitní spánek, proto nedoporučujeme pracovat či studovat na úkor samotného spánku. Tato strategie je často dlouhodobě neudržitelná.

Jedním z prostředků pro zlepšení plánování je také vizualizace. Proto si vytiskněte svůj rozvrh a dejte si ho na viditelné místo k pracovnímu stolu. K lepšímu plánování může pomoci také vedení diáře. Nemusíte si do něj zaznamenávat pouze úkoly, ale také aktivity spojené s odpočinkem. Naučte se diář kontrolovat v pravidelných intervalech – ideálně si každý večer zkontrolujte, co vás čeká následující den.

Příprava na výuku: technické zabezpečení – včas vyzkoušet, připravit

Distanční výuka má svá pozitiva – např. ušetříte čas, který byste strávili cestováním do školy – současně však může představovat významný zdroj stresu. Proto je důležité včas zjistit, na jaké platformě výuka probíhá, stáhnout si danou aplikaci a seznámit se s jejími funkcemi. S dostatečným předstihem vyzkoušejte, zda máte stabilní připojení a správně fungující technické zázemí (kamera, mikrofon atd.), vyhnete se tím nepříjemnostem před začátkem výuky.

V případě, že se přece jenom objeví technické problémy, kontaktujte odborného pracovníka své fakulty (popř. technické oddělení), který odpovídá za hladký průběh distanční výuky a pomůže vám při řešení všech komplikací.

Tipy pro zvládnutí distanční hodiny

Základním předpokladem pro zvládnutí distanční výuky je být informován. Sledujte webové stránky fakulty/katedry. U zapsaných předmětů si s dostatečným předstihem zjistěte pokyny a požadavky na jejich plnění. V případě jakýchkoliv nejasností kontaktujte jednotlivé vyučující.

Synchronní výuka

Distanční výuka je realizována ve dvou základních podobách – synchronní a asynchronní. Synchronní výuka probíhá v takové situaci, kdy komunikace s vyučujícím probíhá na elektronické platformě, ale jsme s ním v přímém kontaktu. Máte-li v doporučení z tzv. funkční diagnostiky doporučení o možnosti poskytnutí podkladů k výuce předem, sdělte toto vyučujícímu s dostatečným časovým předstihem. Nebojte se tuto podporu využít také při výuce cizích jazyků. Úspěšné zvládnutí zkoušky z cizího jazyka stojí studenta s SPU často velké úsilí, nebojte se proto požádat o materiály předem.

Asynchronní výuka – tipy na zpracování úkolů

Asynchronní výuka má podobu samostatné práce studenta na úkolech zadaných vyučujícím. Studium „z domova“ klade mnohem větší nároky na koncentraci a organizování vašeho času. Důležité je také vyhradit si místo, kde budete studovat. Je-li to možné, zajistěte si dostatečný klid. Na tomto místě mějte kromě počítače také poznámkový blok a psací náčiní, které potřebujete k výuce. Veškeré studijní materiály si vytiskněte předem. Se studijními podklady pracujte tvořivě – podtrhávejte, zvýrazňujte, vypisujte pouze podstatné informace.

V případě nejasností si dělejte poznámky a kontaktujte vyučujícího v době jeho konzultačních hodin. Otevřené konzultace jsou určeny právě k tomu, aby se studenti obraceli na své učitele.

Pokuste se být v kontaktu se spolužáky na sociálních sítích. Podporujte se a sdílejte si své zkušenosti. V online prostředí můžete vytvořit menší skupiny, ve kterých se budete připravovat společně.

Na každý den si vytvořte seznam úkolů. Zformulujte si je tak, aby byly zvládnutelné. Po jejich splnění si je odškrtněte. Věřte, udělá vám to radost.

Ve svém rozvrhu nezapomínejte na přestávky. Vyvětrejte si a protáhněte se. Důležité je také zařazování aktivní relaxace. Nezapomínejte, že procházka venku není ztrátou času, ale investice do obnovy vašich sil.

Nezapomínejte pravidelně a zdravě jíst.

Tipy na atestování

Každý semestr je zakončen zkouškovým obdobím. Jeho online podoba opět klade zvýšené nároky na organizaci času. V dostatečném předstihu si zjistěte požadavky na splnění jednotlivých předmětů a podle jejich náročnosti si sestavte harmonogram jejich plnění. Napište si ho přehledně i s daty.

Máte-li v doporučení z funkční diagnostiky nárok na jakoukoliv modifikaci podoby atestu, včas o ni vyučujícího požádejte. Úprava písemné nebo

ústní zkoušky vychází z doporučení funkční diagnostiky. Nejčastěji se jedná o navýšení časového limitu na splnění atestu. Některé vysoké školy nabízejí korekturu textu při podávání závěrečné práce. Pozor, ke korektuře je určena vždy poslední verze písemné práce.

V den konání atestu si zkontrolujte, jestli je vaše připojení dostatečně stabilní a technika v pořádku. V případě technických obtíží okamžitě kontaktujte vyučujícího.

Závěrem této kapitoly

Distanční výuka přinesla nové nároky jak na studenty, tak na vyučující. Pokusili jsme se pro vás formulovat užitečná doporučení, jak překonat obtíže způsobené specifickými poruchami učení jak v běžné výuce, tak ve výuce, která se realizuje distanční formou. Zcela jistě nejde postihnout vše, co pomáhá – každý jedinec má odlišné předpoklady pro zvládnutí překážek, má také jinou zkušenost a jinou technickou zdatnost, aby zvládl různá elektronická prostředí, ve kterých se distanční výuka realizuje. Proto je dalším našim doporučením, abyste využívali všech dostupných forem pomoci, které vysoká škola nabízí.

Užitečné odkazy

- Centrum Carolina UK (2021, 23. 7.). *Nácviky studijních strategií*. Centrum Carolina UK. Dostupné z: <https://centrumcarolina.cuni.cz/CC-142.html>
- MŠMT (2021, 28. 1.). *Pravidla poskytování příspěvku a dotací VVŠ*. MŠMT. Dostupné z: <https://www.msmt.cz/file/54834/>
- Czechdyslexia (2009, 1. 1.). *Czechdyslexia*. Dostupné z: <http://www.czechdyslexia.cz>
- DYS-centrum Praha z. ú. (2021, 1. 1.). *Nabídka služeb DYS-centra*. DYS-centrum Praha z. ú. Dostupné z: <https://www.dyscentrum.org>
- British Dyslexia Association (2021, 1. 1.). *British Dyslexia Association*. Dostupné z: <https://www.bdadyslexia.org.uk>
- Studenti (2021, 9. 9.). *Studenti*. Pražská pedagogicko-psychologická poradna. Dostupné z: <https://pppp.cz/studenti/>

6.6 Další doporučené přístupy

Odborníci/organizace, které mohou vysokoškolští studenti s SPU využít

Kromě vysokoškolských poraden se studenti se specifickými poruchami učení mohou obracet na další odborná zařízení či odborné pracovníky.

- V České republice vznikla na podporu jedinců se specifickými poruchami učení a jejich rodin nestátní neziskové organizace – tzv. *dyscentra*. Poskytují poradenské služby – od diagnostiky po intervence – a zabývají se také osvětou. Mohou provádět podrobnou pedagogicko-psychologickou diagnostiku, pokud student nemá aktuální zprávu, která by opravňovala k zařazení mezi studenty se specifickými potřebami.
- Dále to jsou i soukromé pedagogicko-psychologické poradny, na které se mohou studenti obrátit s žádostí o diagnostiku (např. *Pražská pedagogicko-psychologická poradna, s.r.o.*)
- U klinického psychologa mohou studenti řešit doprovodné obtíže, jako je úzkostné prožívání obtíží, problém v mezilidských či partnerských vztazích aj.
- V případě, že jsou doprovodné obtíže závažného charakteru, může mít student se specifickou poruchou učení potřebu medikace – v tom případě řeší psychické obtíže s psychiatrem.

Užitečné odkazy

- Czechdyslexia (2009, 1. 1.). *Czechdyslexia*. Dostupné z: <http://www.czechdyslexia.cz>
- DYS-centrum Praha z. ú. (2021, 1. 1.). *Nabídka služeb DYS-centra*. DYS-centrum Praha z. ú. Dostupné z: <https://www.dyscentrum.org>
- British Dyslexia Association (2021, 1. 1.). *British Dyslexia Association*. Dostupné z: <https://www.bdadyslexia.org.uk>
- Studenti (2021, 9. 9.). *Studenti*. Pražská pedagogicko-psychologická poradna. Dostupné z: <https://pppp.cz/studenti/>

6.7 Závěr

Studenti se specifickými poruchami učení jsou zřejmě nejvíce početnou skupinou studujících se specifickými potřebami na vysokých školách. Pokud je na straně studenta dostatečná reflexe jeho specifických potřeb a na druhé straně jsou připravena a zajištěna podpůrná opatření, je vysoce pravděpodobné, že může student ve studiu uspět. Nezbytná je však spolupráce všech zaangażovaných složek, otevřená komunikace a zájem o řešení studijních obtíží, které se mohou objevit.

U řady studentů se obtíže objevují až při studiu na vysoké škole – v předchozím středoškolském studiu se naučili kompenzovat své znevýhodnění, jiní studenti se se specifickými obtížemi potýkají již od dětství. Kromě zvládnutí vysoké školy by měli mít studenti se specifickými poruchami učení pamatovat na to, že i v dospělosti je možné pracovat na překonávání problému

spojených s deficitními dílčími funkcemi či na rozvoji kompenzačních mechanismů. Proto by mohli více než se někdy děje vyhledávat odbornou poradenskou pomoc, kterou vysoké školy nabízejí.

Literatura

- BDA, British Dyslexia Association (2018). *Dyslexia Style Guide 2018: Creating Dyslexia Friendly Content*. Dostupné z: <https://www.bdadyslexia.org.uk/advice/employers/creating-a-dyslexia-friendly-workplace/dyslexia-friendly-style-guide>
- Bartoňová, M. (2019). *Specifické poruchy učení a chování*. Distanční studijní text. Opava: Fakulta veřejných politik v Opavě, Slezská univerzita v Opavě.
- Kucharská, A., Špačková, K., & Sotáková, H. (2021). *Psychological and Educational Support for University Students with Special Needs*. Poster ID 6734. The 32th International Congress of Psychology. Praha: 13.-20. 7. 2021.
- Kol. (2020). *Online výuka u studentů se speciálními potřebami - nároky a možnosti zvládnutí. Metodické doporučení pro pracovníky PedF UK*. Praha: PedF UK. Dostupné z: https://pedf.cuni.cz/PEDF-260-version1-studenti_se_sp_on_line_vyuka_27_10_2020_final.pdf
- Lyon, G.R., Shaywitz, S.E. & Shaywitz, B.A. (2003) A definition of dyslexia. *Ann. of Dyslexia*, 53, 1-14. <https://doi.org/10.1007/s11881-003-0001-9>
- Možnosti podpory* (n.d.). *Asociace poskytovatelů služeb studentům se specifickými potřebami na vysokých školách*. Dostupné z: <https://www.ap3sp.cz/podpora-pri-studiu-na-vs/moznosti-podpory/>
- MŠMT (2020). *Metodické doporučení pro vzdělávání distančním způsobem*. Dostupné z: <https://www.msmt.cz/metodika-pro-distančni-vzdelavani>
- MŠMT (2021). *Pravidla pro poskytování příspěvku a dotací veřejným vysokým školám Ministerstvem školství, mládeže a tělovýchovy pro rok 2021*. Dostupné z: <https://www.msmt.cz/file/54834/>
- Rello, L., Kanvinde, G., & Baeza-Yates, R. (2012). Layout guidelines for web text and a web service to improve accessibility for dyslexics. *In Proceedings of the international cross-disciplinary conference on web accessibility*, 1-9.
- Smečková, G. (2014). *Student se specifickými poruchami učení na vysoké škole*. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci.
- Vitásková, K. (2010). Aktuální náhled na dyslexii a související poruchy čtení v dětství a dospělosti. In: *Neurologie pro praxi*. 11, 6. 382-385.
- Zelinková, O. (2012). Dyslexie u studentů vysokých škol. *Psychologie pro praxi*, 1-2, 49-64.

7. Distanční výuka u vysokoškolských studentů s poruchou autistického spektra

Hana Sotáková

7.1 Popis skupiny, základní terminologie

Studenti s poruchou autistického spektra (PAS) tvoří specifickou skupinu, která i při studiu na vysoké škole vyžaduje podporu ze strany akademiků a dalších pracovníků. O autismu a poruchách autistického spektra se v posledních letech ve společnosti hovoří stále častěji. Přesto je nutné si uvědomit, že základní, obecné informace jsou sice nezbytné při práci s jedincem s PAS, ale nevystačíme s nimi, jelikož projevy poruchy u konkrétních jedinců jsou značně variabilní, což významně ovlivňuje také dopady na jejich fungování v běžném každodenním životě. Někdy také hovoříme o *neurodiverzních jedincích*, znamená to, že vykazují odlišnosti v kognitivním zpracování (vnímání, myšlení), to se projevuje v jejich pohledu na okolní svět a jejich jednání. Neznamená to ale automaticky handicap, někteří jedinci se s tím naučí pracovat tak, aby je tento fakt výrazně neomezoval v denním životě (Šporclová, 2018).

Důležité je také mít na paměti, že společnost vnímá jedince s poruchou autistického spektra šablonovitě, často podle filmů či seriálů, v nichž jsou zobrazeni (fenomén Rain Man či Teorie velkého třesku). Podob autismu je ale skutečně mnoho a nejdůležitější při spolupráci s konkrétním jedincem je především získat o něm dostatek informací a respektovat jeho individualitu. V následující části se pokusíme zachytit to nejdůležitější pro základní pochopení problematiky, další informace je možné nalézt v příručce *Metodika přístupu ke studentům s poruchou autistického spektra na UK* (Sotáková & Šporclová, 2020).⁶⁰

Poruchy autistického spektra, autismus, Aspergerův syndrom

V současnosti shrnujeme všechny autistické poruchy pod souhrnný název poruchy autistického spektra. Přesto se v praxi setkáme i s dalšími označeními,

⁶⁰ https://centrumcarolina.cuni.cz/CC-192-version1-cuni_metodika_pristupu_ke_studentum_s_poruchou_autistickeho_spektra_na_uk_web.pdf

jako jsou například autismus, Aspergerův syndrom nebo pervazivní vývojové poruchy. Jde v podstatě o to, že v průběhu zkoumání a vývoje poznatků o autismu se odborníci snažili nejprve vyčlenit různé projevy poruchy s ohledem na fungování jedince, až posléze usoudili, že variabilita projevů je natolik rozsáhlá, že je přesnější mluvit o spektru poruch, které významně ovlivňují vývoj a fungování jedince ve společnosti, a tím i kvalitu jeho života.

Jedná se o neurovývojové poruchy, vznikající před narozením dítěte, nebo v období jeho raného vývoje, mající biologický základ a s vysokou mírou dědičných faktorů (Hrdlička & Komárek, 2004; Thorová, 2006). Ačkoliv jsou u autismu definovány tzv. **jádrové oblasti** (viz níže), ty určují jen základní oblasti projevů, které se objevují u lidí „na spektru”. Teprve až jejich kombinace a míra v součinnosti s vývojem jedince a jeho prostředím (přístupem rodiny, vzděláním a kompenzačními intervencemi) nám dává komplexní obraz o specifických dospělého jedince s PAS. Každý člověk s autismem je jak ve svých projevech, tak i v deficitech spojených právě s PAS, jedinečný, proto se odborná veřejnost přiklání k pojetí autismu jako kontinuálního **spektra** autistických projevů.

Jádrové obtíže

Jádrovými obtížemi nazýváme oblasti PAS, které jsou specifické pro jedince napříč spektrem (Šporclová, 2018). Jedná se tedy o projevy vycházející z toho, jak jedinec vnímá a myslí, což se projevuje v jeho chování. Nejsou spojené s výchovou nebo prostředím, ovlivňují život jedince a jeho socializaci. Tabulka 1 ukazuje oblasti jádrových obtíží a jejich projevy:

Tabulka 1. Oblasti jádrových obtíží a jejich projevy.

Oblast obtíží	Projevy obtíží
Obtíže v sociálním chování a sociální komunikaci	Narušená schopnost iniciovat a udržet sociální interakci, porozumět sociálním situacím; rezervovanost v sociálních situacích či naopak snaha být aktivní, ale jen velmi neobratně (viz sociální typy); odlišnosti v jazykovém vývoji, problémy porozumění jazyku (jak slyšenému, tak psanému); nápadné odchylky ve verbální i neverbální komunikaci (zvláštní dikce, tempo řeči, ulpívání na určitém tématu, obtíže v používání gest); problémy pochopit slovní humor, dvojsmysly, ironii
Stereotypní, opakující se vzorce chování nebo aktivit	Lpění na určitých rituálech, denní rutině, dodržování pravidel; pohybové stereotypie (kývání tělem, poklepávání na stůl, třepání rukama); specifická přichylnost k předmětům nebo intenzivní zaujetí pro určitou činnost, předmět nebo téma

Emoční reaktivita	Problémy v chápání a projevování emocí; jedinec buď projevuje emoce omezeně nebo míra a kvalita reakce je neobvyklá, pro okolí nečekaně intenzivní a nepředvídatelná (prudká emocionální reakce na zdánlivě běžnou situaci/podnět); mluvíme také o zahlcení podněty
Adaptabilita	Míra adaptability určuje schopnost přizpůsobit se novým situacím a změnám; určité deficity v adaptabilitě shledáváme u všech jedinců s PAS (výrazně se liší svou závažností, vyšší míra adaptability je častější u dívek); je možné je do velké míry kompenzovat (například pomocí kognitivně-behaviorální terapie); závažné obtíže v adaptabilitě způsobují velké problémy v každodenním životě (jedinec není schopen např. cestovat hromadnou dopravou, vzdělávat se ve skupině)

Nespecifické obtíže

Jak již bylo uvedeno, poruchy autistického spektra jsou velmi individuální, ale komplexní. Pro dobré pochopení myšlení a chování jedince s PAS je třeba brát v potaz také tzv. nespecifické obtíže, které nemusí být přítomny vždy, ale mohou významně pozměnit potřeby takového jedince. Pokud jsou u studenta zastoupeny a působí mu větší problémy v každodenním životě, jsou zmíněny ve zprávě z funkční diagnostiky. V tabulce opět uvádíme přehled oblastí nespecifických obtíží. Lépe se s danou problematikou můžeme seznámit také prostřednictvím autobiografií a příběhů osob s PAS (můžeme doporučit například Radková a Hořejší, 2018; Schovanec, 2014 nebo webovou stránku).⁶¹

Tabulka 2. Sociální typy.

Oblast obtíží	
Abnormity ve smyslovém vnímání	Hypersenzitivita na smyslové podněty (zvuky, světlo, chuť, vůně – určitý vjem může způsobit i fyzickou bolest) vyvolávající prudkou reakci; smyslová hyposenzitivita (snížené vnímání bolesti); smyslové zahlcení (jedinci s PAS nedokáží účinně filtrovat vnější podněty, v rušném prostředí jich tedy pro ně může být příliš mnoho a mohou vyvolat neočekávanou reakci – vztek, pláč, útek)
Sebepojetí a sebehodnocení	Odlíšnosti ve schopnosti sebehodnocení, narušené sebepojetí; uvědomování si odlišnosti (snížené sebepojetí) vs. snížená schopnost reflektovat své schopnosti a postavení v kolektivu/společnosti (pocit, že vše zvládnou); Šporclová (2018) upozorňuje, že uvědomování si své odlišnosti může být zraňující

⁶¹ <https://www.zrzi.cz>

Poblematické/neočekávané chování

Oblast spjatá s předsudky společnosti a zjednodušujícím hodnocením, že autisté jsou agresivní (bylo mnohokrát vyvráceno); nevhodné, obtížné, neočekávané chování (psychomotorický neklid, vydávánív zvuků, problémy se spánkem, nepřiměřené emocionální reakce); problematické chování se může objevit ve stresových situacích, může být projevem frustrace, neporozumění situaci či strachu

Pro přehlednost ještě doplňujeme tabulku sociálních typů definovaných Lornou Wingovou (Wing, 2002), to může pomoci pochopení potřeb studentů. Thorová (2006) na základě své praxe ještě upozorňuje, že je třeba počítat také s typem smíšeným. Ten kombinuje projevy níže uvedených typů, někdy v závislosti na situaci, jindy se projevy jedince mění v čase, v průběhu vývoje.

Tabulka 3. Oblasti jádrových obtíží a jejich projevy.

Sociální typ	
Osamělý	Jedinci nevyhledávající sociální kontakt, stranící se větší skupině lidí, v extrémním případě i aktivně se bránící sociálnímu kontaktu. V situacích sociálního tlaku může takový jedinec reagovat nepředvídatelně či problémově. Dlouhodobě se u nich může rozvinout až sociální fobie. Takoví jedinci volí spíše kombinovanou formu výuky na VŠ, v prezenčním studiu mají výrazné potíže s docházkou na výuku, zvláště s výukou ve velkých skupinách
Pasivní	Aktivně nevyhledávají sociální kontakt, ale nebrání se mu, nechají se vést. Pokud nejsou aktivováni, mohou ztratit kontakt v rámci sociální skupiny, činnosti (např. v rámci distanční výuky); při studiu na VŠ často potřebují podporu v rámci organizace studia i samotném studiu (je důležité přesvědčit se, zda student rozuměl výuce, zda chápe povinnosti nezbytné pro zakončení předmětu atd.)
Aktivní, ale zvláštní	V sociálních situacích se snaží být aktivní, často však nepřiléhavým způsobem. Mohou volit nevhodné formy kontaktu, frekvenci kontaktu (nerespektování intimní zóny, neschopnost brát ohled na potřeby ostatních); objevují se i potíže se sebehodnocením (student buď nenahlíží deficit ve svém fungování, nebo je naopak přesvědčen o své nekompetentosti v rámci studia)
Formální	Jedinci dbají na dodržování sociálních norem a různých pravidel; jejich nedodržení vyvolává u jedince napětí, snaží se přimět i ostatní, aby vše dodržovali podle jejich pojetí pořádku; student není schopen řešit situace „ad-hoc“, rychle se přizpůsobit změnám

Závěrem této kapitoly

Mějme na paměti, že jedinci s PAS mohou vnímat svět kolem sebe do jisté míry jinak než většinová populace. Pro to, abychom pochopili chování studenta

s PAS, je dobré přemýšlet, jak na něj působilo okolí, jaká byla situace, zda se setkal s něčím novým nebo neočekávaným. Je důležitý empatický přístup, ale na druhou stranu je naprosto v pořádku žádat, aby se student v rámci svých možností také přizpůsobil. Je jen nutné mu vysvětlit, co od něj chceme a proč. Jak často zmiňujeme, není možné spolehnout se na „obecné povědomí“ či nepsaná pravidla.

Užitečné odkazy

Pro lepší pochopení vnímání světa lidmi s PAS můžete využít různé rozhovory či filmy, jako například:

- Autismus a rodina, Autismus u dívek a žen, Dospělý autista, Komunikace, Zrzavá (2021, 3. 8.). *O autismu a lidských právech*. Zrzavá holky. Dostupné z: <https://www.zrzi.cz>
- Drtinová, D. (2019, 27. 3.). *Autistka: Lidé se bojí, myslí si, že nemáme city a nemluvíme, ženy čelí diskriminaci*. Aktuálně.cz. Dostupné z: <https://video.aktualne.cz/dvtv/autistka-lide-se-boji-mysli-si-ze-nemame-city-a-nemluvime-ze/r~ad76cd10508611e9ae850cc47ab5f122/>
- Iowa PBS (2020, 27. 1.). *Temple Grandin*. YouTube. Dostupné z: <https://www.youtube.com/watch?v=C8xaW84b7U8>
- Vše o autismu (2021, 11. 1.) *Vše o autismu*. Autismport. Dostupné z: <https://autismport.cz/o-autistickem-spektru>

7.2 Specifické těžkosti studentů s PAS na VŠ

Specifické potřeby studentů s PAS

Je patrné, že specifické potřeby studentů s PAS vycházejí z jádrových problémů daných poruch a jsou dále variovány mírou deficitů v sociálním chování, úrovni intelektových schopností, nespecifickými obtížemi a prostředím. Teprve poté dostáváme komplexní obraz specifických potřeb, který může být u jednotlivých studentů velmi rozdílný. Pokud shrneme výše uvedené, dá se říci, že vždy sledujeme potřeby studenta v následujících oblastech:

- sociální chování a komunikace;
- stereotypní chování a emoční reaktivita;
- adaptabilita;
- sebepojetí a sebehodnocení;
- problémové chování (v souvislosti se smyslovými abnormitami, emocionálně náročnými situacemi, odlišnostmi v kognitivním zpracování).

- Specifické potřeby jsou také charakterizovány mírou nezbytné podpory, kterou student při studiu na VŠ potřebuje k úspěšnému absolvování studia. Podpůrná opatření se mohou týkat:
- organizace studia (zapisování do předmětů, sestavování rozvrhu, vyřízení žádostí);
- naplňování požadavků při studiu/obsahu studia (zaznamenávání poznámek z přednášek, pochopení nároků na atesty, příprava na atesty);
- atestační proces (průběh zkoušek a zápočtů, zvládnutí vysoce stresové situace);
- emoční podpora, kompenzace a rozvíjení sociálních, komunikačních dovedností a pracovního chování (poradenská centra na VŠ, terapeutické služby).

Při popisu specifických potřeb studentů s PAS můžeme také vycházet ze vzdělávacích programů vytvořených právě pro ně. V České republice je již od 90. let využíván program *Strukturované učení* odpovídající nárokům na odlišné kognitivní zpracování jedinců s PAS. I když je primárně určen pro žáky základních škol, jeho hlavní zásady či principy jsou dobře využitelné i při studiu na VŠ (Čadilová & Žampachová, 2008).

Princip struktury času a prostředí

Jedinci s PAS vykazují obtíže v kognitivním zpracování, což jim zhoršuje orientaci ve struktuře dne nebo v jejich okolí. Často je tedy pro ně důležité, aby strukturace času a prostředí byla výraznější a názornější, než jsme běžně zvyklí (je třeba si však uvědomit, že již rozvrh studenta a přidělení výuky do jednotlivých místností je struktura, více viz níže). Nezbytná jsou také jasná pravidla fungování v rámci struktury času a prostředí (i při distanční výuce).

„Pavel v rámci online výuky zkoušel možnosti aplikace, v níž probíhala online výuka. Jelikož nebyla dána pravidla předem, zkoušel, co funguje. Nejprve tak odhlašoval spolustudující, vypínal jim mikrofony. Poté, co byl upozorněn, aby toto nedělal, vypnul při jednom ze setkání i vyučujícího.“ (Takové situaci můžeme předejít nastavením pravidel ideálně uvedených v záhlaví online kurzu. Při přechodu na novou formu výuky je třeba vždy nastavit základní pravidla a přemýšlet o tom, co by mělo být jasně/písemně dané. Pokud se nějaká nová skutečnost objeví v průběhu kurzu, je možné nastavit je později s určením data, od kdy jsou platná, poznámka autorky)

Princip vizuální podpory

Signifikantní u jedinců s PAS bývá také výrazná preference vizuálních podnětů. Všechny informace by tedy měly mít vizuální oporu s jasnou strukturou, měly by být pro studenta opakovaně přístupné a měly by být pochopitelné i bez dodatečného výkladu vyučujícího nebo dalších pracovníků VŠ. Doporučujeme využívat vizuální podporu například i v případě ústní komunikace se studentem (shrnutí důležitých bodů setkání, požadavky vyplývající pro studenta v krocích, nejlépe i s přesnými daty očekávaných výstupů).

Princip individuálního přístupu

Individuální přístup je nezbytný vzhledem k velké variabilitě projevů poruch autistického spektra, což vede k odlišnostem ve fungování jedinců s PAS (viz výše). Platí tedy, že bychom měli o každém studentovi vyžadujícím specifické přístupy a podporu načerpat informace důležité pro studium. Patří sem zejména: způsob a odlišnosti v komunikaci, nárok na speciální pomůcky, reakce na stres, neočekávané projevy v chování, nároky pro plnění atestů.

Vzhledem k deficitům v sociálním chování se jako klíčové ukazuje také to, že by měl student přesně vědět, s kým má na VŠ komunikovat, pokud potřebuje řešit organizaci studia či jeho obsah. Měli by být jasní klíčoví pracovníci, na které se může obracet a kteří v případě potřeby zprostředkují kontakt s dalšími vyučujícími, zajistí podporu v organizačních záležitostech. Na Karlově univerzitě byl z tohoto důvodu vytvořen systém **kontaktních osob** a referentů studijních oddělení zaměřujících se na problematiku studentů se specifickými potřebami. Je však možné, aby individuální podporu koordinoval i jiný akademik či referent mající důvěru studenta. Koordinaci služeb pro studenty pak na Univerzitě Karlově zajišťuje Centrum Carolina, na které se může obracet student i vyučující, pokud na své domovské fakultě mají problém dosáhnout na potřebnou podporu. I na ostatních VŠ najdeme poradenská centra pro studenty, kde jsou odborníci zajišťující obdobnou podporu.

„Jana studuje druhý ročník VŠ, při svých nadprůměrných intelektových schopnostech vykazuje poruchu autistického spektra se středně závažnou symptomatikou a přidruženou úzkostnou poruchou. Má velké problémy s adaptací na nové prostředí a situace, to způsobuje, že potřebuje jasnou strukturu a je pro ni složité přepínat mezi strukturami/prostředími. V praxi to znamená, že prostředí školy má spojené s učením, domácí prostředí s odpočinkem a nedokáže je dobře propojit. Distanční výuka tedy ze začátku znamenala neřešitelný problém.

Připojovat se dokázala jen do kurzů, kde již znala pedagoga, úkoly nezpracovávala vůbec. Byla potřeba podpory kontaktní osoby v komunikaci s vyučujícími a zajištění přístupu do místnosti na VŠ, aby byla schopna zpracovat některé úkoly i v průběhu lockdownu.”

„Ivana má diagnostikovaný Aspergerův syndrom, v běžném kontaktu však není porucha patrná (působí jen tišším, rozvázným dojmem). Skupinové úkoly jsou pro ni problematické, pokud jsou ve skupině víc než dva studenti. Pak je pro ni domluva zmatená, obtížně se přizpůsobuje rozdělení rolí, často úkol zpracuje celý, předá ostatním a složitě se vyrovnává s tím, že jsou některé jeho části z prezentace vyřazeny. Prezentovat před větší skupinou je pro ni nemožné. V předmětech, kde byly skupinové prezentace klíčové, bylo využito možnosti, aby se na skupinové práci podílela, ale neprezentovala. Zároveň byl doporučen nácvik studijních strategií (nácvik prezentačních dovedností, rozvíjení komunikačních dovedností).”

Specifické potřeby studentů s PAS v online výuce/při distančním vzdělávání

Distanční vzdělávání je samo o sobě specifickou formou vzdělávání, s níž mají studenti jen omezené zkušenosti. Problémy v adaptaci na nové věci a situace u studentů s PAS ještě znásobují možné těžkosti a problémy. V bodech shrneme specifické potřeby, které by měl vyučující v distanční výuce reflektovat, v dalších kapitolách se jim budeme věnovat více:

- potřeba adaptace na novou situaci (mohou sem patřit změny běžné rutiny a denního řádu, změny místa, kde se odehrává výuka, změny metod);
- potřeba jasné struktury a pravidel distanční výuky (platforma a pravidla fungování při online výuce; platforma studijních opor a dalších zdrojů pro výuku);
- potřeba jasných požadavků a pravidel atestů (postupných úkolů; zápočtů; zkoušek);
- potřeba pravidel komunikace s vyučujícím (závisí na individuálních potřebách studenta);
- potřeba tolerance specifických i nespecifických projevů v chování (problémy zapnout kameru v online prostředí; hypersenzitivita na určité smyslové podněty; problémy s důvěrou k internetovým aplikacím);

- potřeba alternativního plnění požadavků předmětu (dle individuálních potřeb studentů, např. plnění skupinových úkolů, diskuse v rámci online výuky atd.);
- potřeba emocionální podpory a zvládnání náročných situací (v kompetenci univerzitních center/středisek podpory SSP).

Závěrem této kapitoly

Specifické potřeby studentů s PAS vycházejí z komplexnosti poruchy, a zároveň také z individuálních projevů poruchy u každého studenta. Znamená to pro nás úzkou spolupráci mezi studentem, pracovníkem zabezpečujícím podporu studentů na každé univerzitě, pracovníkem poskytujícími funkční diagnostiku a v neposlední řadě také vyučujícím. Je třeba mít na paměti, že student nemusí být schopen vyhodnotit přiléhavě své potřeby, zejména na začátku studia, kdy nemá se studiem na VŠ dostatek zkušeností. Je tedy nezbytné průběžně reflektovat jeho postup ve studiu, případně být proaktivní v komunikaci s ním.

Užitečné odkazy

- Sotáková, H., & Šporclová, V. (2020, 15. 10.). *Metodika přístupu ke studentům s poruchou autistického spektra na UK*. Centrum Carolina. Dostupné z: https://centrumcarolina.cuni.cz/CC-192-version1-cuni_metodika_pristupu_ke_studentum_s_poruchou_autistickeho_spektra_na_uk_web.pdf
- Karlovkaonline.cz (2021, 10. 9.). *karlovkaonline.cz*. Dostupné z: <https://karlovkaonline.cz/>

7.3 Podpurné technické/technologické přístupy k modifikacím v online výuce

U studentů s PAS závisí technická podpora ryze na individuálních potřebách jednotlivých studentů. Část studentů vykazuje nadprůměrné schopnosti v oblasti práce s technologiemi, někteří na druhé straně mohou mít problémy s běžnými aplikacemi, jako je email, výukové aplikace (MS Teams, Zoom) nebo dokonce s důvěrou v technologie obecně.

V průběhu funkční diagnostiky jsou dané skutečnosti zkoumány a měly by se objevit ve zprávě.

Nicméně se mohou objevit i v průběhu studia, pak řešíme situaci individuálně, podle potřeb studentů a nároků předmětu/studia (jiné potřeby mohou

vykazovat studenti humanitních oborů, jiné studenti technických oborů atd.). Mezi běžně využívané modifikace řadíme:

- využití počítače bez přístupu na internet při atestech;
- možnost pořízení (alespoň hlasového) záznamu přednášek a seminářů.

Můžeme se setkat i s nároky na další technickou podporu, jako je například sluchadlo/sluchátka redukující šum okolí (zlepšuje soustředění se studenta na hlas vyučujícího); přístup k PC na fakultě i v průběhu distanční výuky; nácvik práce s technologiemi, aplikacemi, zařízeními.

7.4 Podpůrné přístupy vyučujících, modifikace výuky – před výukou, ve výuce, při atestování

Distanční vzdělávání by mělo být nastaveno tak, aby dodržovalo následující zásady:

Doporučení před začátkem výuky

Jde-li o pro studenta novou situaci, je třeba umožnit mu se na ni adaptovat, pomoci mu vyrovnat se s emocionálními výkyvy, neporozuměním situaci, to je úkol především pro poradenská centra a terapeutické služby jednotlivých škol. Poradenští pracovníci či kontaktní osoby (samozřejmě může i vyučující, pokud je obeznámen s tím, že má studenta s PAS ve skupině) by tedy na začátku nové situace měli kontaktovat studenty a zjistit, zda je potřebná další podpora.

Pokud má vyučující informaci, že je ve skupině studentů právě student s PAS, měl by sledovat jeho aktivitu v kurzu (připojování k hodinám, plnění průběžných úkolů). Je určitě dobré přesvědčit se, že student rozumí nárokům předmětu, ověřit, zda mu způsob výuky vyhovuje (například mailem po prvních setkáních).

V rámci distanční výuky se dostáváme i do situace, kdy se studenti neměli možnost poznat osobně, seznámit se. Interakce je pak pro studenty s PAS velmi stresující, zvětšují se problémy v adaptaci. Zadávání skupinových prací může být velmi problematické a vyučující by měli zjistit, zda je studující schopen takový úkol zvládnout. Jinak je vhodné umožnit studentovi alternativní plnění úkolu.

I v průběhu distanční výuky by měl student mít stanoveny konkrétní osoby, na které se může obracet v případě nejasností, problémů (kontaktní osoba, studijní referentka, klíčová osoba, mentor).

Distanční výuka by měla mít jasná, jednotná pravidla. Je pochopitelné, že se metody výuky budou mírně lišit podle obsahu předmětů, nicméně každá

fakulta/katedra by měla mít jasně danou základní strukturu distanční výuky (rozvrh distanční výuky v reálném čase, jednotnou online platformu pro studijní materiály jednotlivých předmětů).

Doporučení k průběhu výuky

Každý vyučovaný předmět by měl mít jasnou strukturu. Studenti by měli být již na první hodině seznámeni se strukturou předmětu (jak budou vypadat přednášky/semináře, jaké jsou výstupní požadavky, důležité zdroje, data odevzdání prací apod.), kde je možné najít důležité informace k předmětu, všechny informace by měly být znovu dostupné v online platformě předmětu.

Veškerá výuka, přednáška/seminář by měla mít vizuální oporu. Běžně pracujeme s prezentacemi, jejich strukturou můžeme významně napomoci studentům v pochopení tématu i s učením. V online platformách studijních opor (např. Moodle). Prezentace by měla obsahovat: a) téma přednášky/semináře; b) cíle tématu; c) samotný obsah; d) závěry, výstupy, očekávané poznatky z výuky (rekapitulace).

Studenti s PAS mohou mít značné problémy v porozumění mluvenému slovu, zároveň i se soustředěním a orientací v přednášeném tématu, tím, že se naučíme využívat určitou strukturu a zároveň využíváme vizualizační podpory (prezentace, obrázky, postery), zpřístupňujeme obsah přednášek jejich kognitivnímu zpracování.

Studenti s PAS si často nejsou schopni dělat zápisky z přednášek/seminářů, ani o ně požádat kolegy, spoléhají na svou nadprůměrnou paměť. Často se pak orientují pouze podle prezentace či studijních materiálů.

Pokud zařazujete do výuky nové/neobvyklé formy výuky, je dobré se přesvědčit, zda je student chápe, ovládá. Ačkoli se často uvádí, že studenti s PAS preferují technické oblasti a práci s počítačovými systémy, nemusí to být pravda ve všech případech.

U některých studentů se setkáváme s nedůvěrou v počítačové programy či internet, s obtížemi při práci v online prostředí. Nakonec i mailová komunikace nebo účast na online výuce může být problematická.

Komunikace se studentem

V distanční výuce probíhající v reálném čase v online platformách může být pro studenty s PAS problematické mít zapnutou kameru či promptně reagovat na vyučujícího, spolužáky. Pokud takové aktivity do výuky začleňujeme, je možné studenta s PAS na tuto skutečnost dopředu připravit (sdělit mu, kdy zhruba přijde na řadu prostřednictvím chatu) nebo hledat alternativní metody výuky

(pokud například kurz zahrnuje diskusi mezi účastníky, může student s PAS plnit daný požadavek v rámci menší skupiny v tzv. breakout room nebo může být diskuze vedena pouze s vyučujícím, to doporučujeme zejména, pokud se studenti neměli možnost dobře poznat před distanční výukou). Můžeme mu také umožnit, aby komunikoval/odpovídal na otázky prostřednictvím chatu.

Vyvarujte se ve svém slovním projevu ironii, dvojsmyslům nebo na ně alespoň upozorněte, ať je jasné, jak to myslíte. V komunikaci je dobré vycházet ze specifík jádrových problémů jedinců s PAS. K tomuto účelu byla vytvořena vodítka pro komunikaci, zásady komunikace, která jsou dostupná například zde⁶².

Nespoléhejte na „obecné povědomí“ nebo to, že si studenti důležité informace sdělí mezi sebou. Toto se často neuplatňuje u studentů s PAS. Řiďte se příslovím: „Co je psáno, to je dáno.“

Doporučení k organizaci zkoušek

Modifikace v rámci zkoušek a atestů jsou upraveny ve zprávě z funkční diagnostiky, student/ka nebo po dohodě s ním kontaktní osoba či studijní referentka by měl(a) informovat vyučující o nezbytných opatřeních.

Při organizaci zkoušky bychom měli myslet na to, že dlouhé čekání či velký počet lidí v malém prostoru mohou u studenta s PAS vyvolat neúměrný stres. Při písemných zkouškách je možné studentovi umožnit plnit zkoušku v menší, tiché místnosti. U ústních zkoušek doporučujeme zařadit studenta/tku na začátek či konec tak, aby jim byl poskytnut dostatek času a nebyli zahlceni sociálními podněty.

V průběhu zkoušky mějte na paměti, že stresová situace může vyvolat neočekávané chování. Student by měl mít dostatek času na vyjádření, to, že nezačne hned odpovídat, neznamená, že odpověď nezná. Problémy v jazykové oblasti a komunikaci mohou způsobit, že vyjádření jsou neobratná, soustředíme se tedy na obsah odpovědi, ne na komunikační zvláštnosti. Je žádoucí dát studentovi možnost, aby si ústní odpověď připravil písemně. Deficity v jazykové oblasti se mohou projevit i neobratnými formulacemi v písemném projevu.

Závěrem této kapitoly

Je třeba podotknout, že vyučující se může při práci se studentem s PAS dostat do situací, na které nebyl v průběhu své akademické praxe zvyklý. Je možné,

⁶² https://www.vlada.cz/cz/ppov/vvzpo/dokumenty/komunikace-s-lidmi-s-poruchou-autistickeho-spektra-komunikacni-soubor-139070/;%20https://nautis.cz/_files/userfiles/PR_osveta/110_zasad_komunikace.pdf

že bude muset poskytovat více podpory, komunikovat se studentem (navíc si bude muset zvyknout na jeho komunikační styl), více strukturovat svou práci s ohledem na přístupnost informací pro studenta. Nicméně, tím často pomáhá rozvinout se potenciálně nadanému studentovi, který je plně kompetentní zvládnout daný obor, má však více bariér, které mu komplikují cestu. Na druhou stranu platí, že stejně jako u běžných studentů, může dojít k tomu, že student není schopen studium úspěšně dokončit ani přes podporu ze strany univerzity. V takových situacích bychom si měli být jisti, že jsme udělali vše, co bylo v rámci univerzitní podpory možné.

7.5 Doporučení pro studenty s PAS při distanční výuce

Distanční výuka klade vyšší nároky na kompetence a samostatnou práci studentů. Neznamená to však, že je student na výuku sám, že není možné požadovat podporu ze strany fakulty či vyučujících. Nebojte se tedy o svých potřebách mluvit. Porucha autistického spektra neznamená automaticky stigma. Zařazením se mezi studenty se specifickými potřebami dáváte najevo, že možná (ale ne určitě) budete potřebovat v průběhu studia podporu či specifické modifikace. Záleží však na vás a vaší aktivitě, zda a jak budou uplatňovány. Pro úspěšné zvládnutí distanční výuky doporučujeme dodržovat následující zásady:⁶³

Personální podpora

- Zjistěte, kdo z fakulty/univerzity je vaší kontaktní osobou, na kterou se můžete obrátit s řešením těžkostí spojených s distanční výukou. Pokud takovou osobu nenajdete, můžete kontaktovat pracovníka, který vám prováděl funkční diagnostiku nebo se obrátit s prosbou o pomoc na poradenské centrum pro studenty. V komunikaci postupujte systematicky, snažte se nerozesílat emaily všem vyučujícím katedry či studijního oddělení. Postupujte od kontaktní osoby katedry (email je uvedený na webu katedry/fakulty).
- Pokud máte výraznější problémy v komunikaci, můžete se domluvit s kontaktní osobou/klíčovým pracovníkem, aby vám poskytl podporu v komunikaci (znamená to, že uplatňování některých podpůrných

⁶³ Zpracováno s využitím příruček využívaných na zahraničních univerzitách viz Martin & Cannon (2020) a Fabri, M., Andrews & Pukki (2016).

opatření a modifikací vyřídí za vás). Zároveň můžete využít služby poradenských center pro nácvik efektivní komunikace (např. mailové komunikace, zjistíte tedy, jaké služby centrum pro studenty se specifickými potřebami nabízí).

- Průběh distanční výuky, nemožnost setkat se s vyučujícím, docházet do školy ve vás může vyvolat napětí. Snažte se tedy předcházet výraznému nárůstu stresu (viz kapitola 2 o stresu ve vysokoškolském prostředí), využijte strategie, které vám doposud fungovaly (odpočinek, procházky, přesná struktura dne). Pokud i přesto cítíte nárůst stresu, využijte pomoc odborníků (odborníků, se kterými dlouhodobě spolupracujete; odborníků v rámci univerzitních center/středisek podpory SSP).

Distanční výuka

- Seznamte se s průběhem distanční výuky. Základní orientaci zajišťuje rozvrh předmětů, který najdete v SIS, dále popisy předmětů v SIS, kde by měly být uvedeny i odkazy na online platformy se studijními materiály či oporami (např. Moodle). Prostudujte si dostupné materiály a v případě nejasností se obraťte na kontaktní osobu nebo vyučujícího s prosbou o vysvětlení. Své otázky si připravte v bodech, můžete je rovnou zaslat v mailu s prosbou o vysvětlení/doplnění informací.
- V případě, že pro vás způsob výuky není vyhovující nebo nejste schopni porozumět dostatečně studijním oporám a materiálům, požádejte o pomoc kontaktní osobu či vyučujícího. Vzhledem k tomu, že distanční výuka je poměrně novým fenoménem, je možné, že některé materiály nejsou dostatečně zpracované. **Nebojte se říct si o pomoc, v žádném případě to neznamená, že byste neměli dostatečné kompetence pro studium, navíc tím můžete předejít závažnějším problémům.**

Příprava na výuku a doporučení pro domácí učení

- Od začátku semestru strukturujte svůj čas. Vyjděte z rozvrhu online přednášek a seminářů v reálném čase a vytvořte si rozvrh na školní práci, volný čas a další aktivity na každý den. Vytvořte si svou rutinu.
- Sestavte si také přehled požadavků k ukončení jednotlivých předmětů, nejlépe i s daty, do kdy se mají úkoly nebo práce odevzdat. Podobně můžete postupovat i s přehledem zkoušek a požadavků k nim.
- Takový přehled vám může pomoci rozvrhnout si práci a orientovat se v tom, kolik a jaký typ zkoušek musíte v semestru splnit. Ujasníte si také, zda se jedná o zkoušky písemné či ústní; testy či eseje. Podle toho

můžete (ve spolupráci s kontaktní osobou) požádat o navýšení času při zkoušce, modifikaci typu zkoušky tak, jak to máte uvedeno ve funkční diagnostice.

- Vytvořené rutiny/přehledy pak můžete konzultovat s lidmi, kterým věříte. Připravte se na to, že v průběhu semestru může nastat změna situace a bude nutné pozměnit i přehled (změna vyučujícího, přechod do prezenční výuky). Pokud taková situace nastane, nebojte se opět požádat o pomoc lidí, kterým věříte nebo kontaktního pracovníka na VŠ.
- Vytvořte si pracovní místo v domácím prostředí, kde budete moci nerušeně pracovat. Kde budete mít přístup k počítači a dalším pomůckám, které potřebujete pro studium.

Sociální opora

- Snažte se udržet si sociální kontakt. I když se se spolužáky setkáváte v průběhu online výuky, není to dostatečný sociální kontakt, tímto způsobem se dostatečně nepoznáte. Využijte různé komunikační platformy pro kontakt se spolužáky i s přáteli. Sledujte sociální aktivity, které vaše fakulta nabízí a kde se můžete potkat, komunikovat s ostatními (online filmový klub, šachový klub, studentské spolky).
- Zůstaňte aktivní, zapojujte se do distanční výuky, i když není povinná. Pomůže vám to lépe strukturovat čas, pochopit komunikační styl učitele, připravit se na atesty.
- V případě problémů s distanční výukou nebo zvládnutím náročných situací kontaktujte kontaktní osobu či poradenské centrum hned, předejďte tím vzniku větších problémů.
- Problémy se také mohou objevit při přechodu z distanční výuky na prezenční formu. Pokud zažíváte strach, úzkost nebo jiné problémy s tím spojené, nebojte se obrátit na kontaktní osobu nebo poradenské centrum. Problémy s návratem do „normálu“ například po delším lockdownu se běžně objevují a je důležité je nepodcenit.

Závěrem této kapitoly

Každý student s PAS by měl vědět, že vysoké školy v ČR jsou připraveny poskytnout jim podporu pro úspěšné studium. Je důležité znát konkrétního pracovníky, s kterými mohou studenti komunikovat, řešit skutečnosti týkající se studia. Pro shrnutí uvádíme několik zásad úspěšného studenta:

- Nebojte se tedy říct si o pomoc, kontaktovat klíčové pracovníky (viz výše).

- Zaměřte se také na všechny dostupné informace týkající se studia, které můžete najít online (stránky univerzit, poradenských center, kateder, studijních oddělení).
- Problematické skutečnosti řešte hned na začátku, nečekejte na konec semestru.
- Zkuste se zapojit do činnosti studentských spolků, můžete zde najít podporu i přátele.

7.6 Další doporučené přístupy – kde hledat pomoc?

V průběhu studia na VŠ je žádoucí, aby student nejen zvládl plnit nároky jednotlivých kurzů, ale také aby se dále rozvíjel v rámci sociálních a komunikačních dovedností, případně ve studijních strategiích. Univerzitní centra/střediska podpory SSP by tedy měla pro studenty s PAS nabídnout služby rozvíjení studijních strategií, rozvoj komunikačních dovedností, sociálních dovedností či prezentačních dovedností.

Vysoké školy se v dnešní době snaží zajistit podporu a služby studentům s PAS pro zvládnutí studia. Jak již bylo uvedeno, mají vytvořena svá univerzitní centra/střediska podpory SSP. Může se však stát, že student bude potřebovat ještě další podporu, pak je vhodné obrátit se na organizace v daném regionu věnující se problematice PAS či poradenským a terapeutickým službám pro mladé dospělé. Níže uvádíme přehled některých z nich, jako rozcestník může sloužit portál *Autismport*.⁶⁴

- NAUTIS Praha (2021, 10. 9.). *NAUTIS poradna*. Dostupné z: <http://nautis.cz>
- PASPOINT (2021, 18. 9.). *Naše služby*. Dostupné z: <https://paspoint.cz>
- APLA Jižní Čechy (2021, 10. 9.). *APLA Jižní Čechy*. Dostupné z: <https://aplajc.cz>
- Modré dveře (2021, 9. 9.). *Modré dveře – terapeutické centrum*. Dostupné z: <http://www.modredvere.cz>
- Centrum osobního rozvoje (2021, 7. 9.). *Aditea – centrum osobního rozvoje*. Dostupné z: <https://aditea.cz>
- Aspekt (2021, 5. 9.). *Aspekt, z. s.* Dostupné z: <https://aspektzs.cz>
- Agapo (2021, 7. 9.). *Agapo – cesta k uplatnění*. Dostupné z: <https://www.agapo.cz/>

⁶⁴ <https://autismport.cz>

7.7 Závěr

Závěrem této kapitoly bychom rádi uvedli, že jedinci s poruchou autistického spektra mohou sice někdy reagovat jinak, než očekáváme, může být proto pro nás náročné zvyknout si na jejich komunikační styl či sociální chování, nicméně to neznamenaá, že by jejich vnímání, myšlení a prožívání bylo kvalitativně horší než to naše. Domníváme se, že nám může pomoci přístup, který akcentuje Mesibov (2004), který tvrdí, že je možné chápat jedince s PAS jako sociokulturní menšinu s určitými specifiky. Je tedy nutné vzájemné poznání, vstřícnost a respekt, abychom byli schopni dobře spolupracovat, a to platí nepochybně i pro distanční výuku.

Literatura

- Čadilová, V., & Žampachová, Z. (2008). *Strukturované učení: vzdělávání dětí s autismem a jinými vývojovými poruchami*. Praha: Portál.
- Fabri, M., Andrews, P. C., & Pukki, H. K. (2016). *Best Practice for Professionals Supporting Autistic Students Within Or Outside HE Institutions: A Guide to Best Practice in Supporting Higher Education Students on the Autism Spectrum*. Guide 3. Leeds Beckett University.
- Hrdlička, M., & Komárek, V. (Eds.). (2004). *Dětský autismus: přehled současných poznatků*. Portál.
- Martin, N. & Cannon, H. (2020). Studying during the COVID-19 (Coronavirus) pandemic: suggestions for autistic university students. *Journal of Inclusive Practice in Further and Higher Education*. 12(1), pp. 65–86.
- Mesibov, G.B., Shea, V. & Schopler, E. (2004). *The TEACCH. Approach to Autism Spectrum Disorders*. New York: Springer Verlag.
- Radkiová, I., & Hořejší, J. (2018). *Aspergerův syndrom: život pod společenským tlakem*. Praha: Galén.
- Schovanec, J. (2014). *O kolečko mň*. Praha: Paseka.
- Sotáková, H. (2019). *Analýza problematických míst při zvládnání matematiky u žáků s poruchou autistického spektra (a jejich vztah ke kognitivnímu zpracovávání žáků)*. Praha: Pedagogická fakulta UK.
- Sotáková, H., & Šporclová, V. (2020, 15. 10.). Metodika přístupu ke studentům s poruchou autistického spektra na UK. Centrum Carolina. Dostupné z: https://centrumcarolina.cuni.cz/CC-192-version1-cuni_metodika_pristupu_ke_studentum_s_poruchou_autistickeho_spektra_na_uk_web.pdf
- Šporclová, V. (2018). *Autismus od A do Z*. Pasparta.

- Thorová, K. (2006). *Poruchy autistického spektra: dětský autismus, atypický autismus, Aspergerův syndrom, dezintegrační porucha*. Praha: Portál.
- Wing, L. (2002). *The autistic spectrum: a guide for parents and professionals*. London: Robinson.

8. Distanční výuka u vysokoškolských studentů s jinými obtížemi

Anna Kucharská, Pavla Presslerová, Kristýna Janýšková

8.1 Studenti s jinými obtížemi – základní terminologie, dopady na vzdělávání, specifické potřeby

Základní terminologie

Legislativa MŠMT vymezuje souhrnnou kategorii F, tzv. jiné obtíže. Jedná se o studenta, „... *kterému jiná psychická porucha či obtíže, včetně neautistických neurovývojových poruch, tj. narušených jazykových, řečových a jiných komunikačních schopností, nebo chronické somatické onemocnění objektivně brání standardním způsobem plnit studijní povinnosti.*“ (MŠMT, Příloha 3). I zde platí pravidlo, že rozhodujícím aspektem pro zařazení do uvedené kategorie je tzv. funkční princip, při němž není rozhodující samotná lékařská diagnóza, ale její praktický dopad na činnosti související se studiem konkrétního oboru nebo programu. Vzdělávací konsekvence mohou souviset s projevy samotné poruchy či onemocnění nebo může jít o důsledky farmakologické léčby této poruchy či onemocnění.

Dále je třeba upozornit, že člověk je tvor bio-psycho-sociální a tedy každé onemocnění má somatický, psychický a sociální aspekt. Nelze je oddělit a vzájemně se ovlivňují.

Studenti s psychickými poruchami

Prevalence psychických onemocnění u studentů VŠ je přibližně stejná jako v širší populaci mladých dospělých. Věk přechodu z adolescence do dospělosti patří z hlediska možného propuknutí psychického onemocnění ke zvláště citlivému období. Některé poruchy mají výraznější dopad na fungování jedince v dětství (např. poruchy pozornosti ADHD/ ADD), u jiných je pro jejich diagnostiku a také závažnost projevů typičtější pozdní adolescence a raná dospělost (např. psychotická onemocnění, schizofrenie), u jiných mohou být naopak problémy v dospělosti přetrvávající a závažné. V dětství či

v dospívání mohou mít také jednotlivé psychické poruchy trochu jiné projevy, v dospělosti se mohou manifestovat v jiných oblastech či intenzitách. Proto je složení skupiny studentů s psychickými potížemi velmi heterogenní. Pouze u části studentů můžeme jejich potíže registrovat po velmi krátkém setkání či komunikaci. Některé obtíže nemusejí být zřejmé vůbec, pokud s nimi umí studující pracovat nebo má dobré kompenzační mechanismy.

Oproti některým jiným skupinám studentů se specifickými potřebami je pro studenty s psychickými poruchami obtížné vůbec o zařazení mezi studenty se SP požádat. Status studenta vysoké školy a zároveň jedince s psychickým onemocněním či psychickými potížemi u nich může vyvolat pocity méněcennosti, zklamání, obavy ze stigmatizace, stud před okolím. Přestože jsou mýty a negativní konotace o psychických onemocněních v posledních letech celospolečensky již v mnohém vyvráceny či alespoň zmírněny, stále se ještě řada studentů s psychickými obtížemi setkává s nepochopením a zkreslenou představou okolí o tom, co znamená psychická porucha a která vnímá obtíže jako slabost. Je proto vysoce pravděpodobné, že mezi vysokoškolskými studenty je větší podíl studentů s psychickými potížemi, kteří studují v tzv. utajení, než těch, kteří projdou procesem tzv. funkční diagnostiky a využívají v rámci statutu studenta se specifickými potřebami možnosti modifikací v přijímacím řízení či ve studiu (kol., 2016). V tomto směru se jedná o výrazné specifikum této skupiny, a to i přesto, že evidence těchto studentů postupně narůstá (uvádíme zkušenost z Univerzity Karlovy, in Kucharská, Sotáková, & Špačková, 2021).

Dalším klíčovým momentem je také skutečnost, že některá psychická onemocnění se mohou u studenta projevit až v průběhu studia na vysoké škole, ačkoliv v předchozích etapách svého života projevy psychického onemocnění nepocítoval. Důvody jsou v podstatě dva. Prvním je výše zmiňovaný typický nástup onemocnění v době rané dospělosti. Druhý důvod souvisí se zvýšenými nároky na psychickou odolnost, které mohou být spojeny se studiem, ale také s fází životního cyklu. Samotné nároky studia, zvládání zkoušek a dalších atestů, stres při učení, změna životního cyklu, nové prostředí, osamostatňování se od rodičů, to vše mohou být velmi náročné kroky vyrovnávání se zátěží a zároveň také spouštěče zhoršení psychického stavu mladého člověka. V neposlední řadě je nutné zmínit, že i přes různá podpůrná opatření vyplývající z funkční diagnostiky, může být u této skupiny studentů zvýšené riziko předčasného ukončení studia.

S jakými psychickými potížemi se můžeme u studentů setkat nejčastěji? Velmi zjednodušeně můžeme říci, že spektrum psychických poruch je velmi

široké, v podstatě kromě poruch intelektu se mohou vyskytovat všechna psychická onemocnění. Zmíníme psychické poruchy, které jsou frekventovanější a u kterých můžeme konkretizovat i projevy při studiu a možné přístupy a doporučení, která mohou studentům při organizaci jejich vysokoškolského studia pomoci.

Konkrétnější popisy a diagnostická kritéria uvádí mezinárodní klasifikace a manuály nemocí – *DSM V* (v ČR platná od roku 2013) a *MKN 11* (aktuálně ještě platná *MKN 10*, *MKN 11* v platnosti od ledna 2022), ze kterých také vycházíme (Raboch a kol., 2015, ÚZIS, 2019). Od této klasifikace se odchylujeme tím, že poruchy autistického spektra v této kapitole neuvádíme, ačkoliv dříve tyto neurovývojové poruchy byly také přiřčeny ke kategorii F. Vzhledem k charakteristikám těchto pervazivních poruch a jejich specifikům jsou studenti s PAS v současné době řazeni do samostatné kategorie studentů se specifickými potřebami (E). Nezmiňujeme ani specifické poruchy učení, které mají rovněž samostatnou kategorii D.

Nejčastěji se vyskytující psychické poruchy:

- **Neurotické poruchy** představují dosti značně širokou skupinu onemocnění, která je charakterizována zejména úzkostmi a somatickými projevy. Nejčastěji se vyskytují panická porucha, generalizovaná úzkostná porucha, smíšená úzkostná nebo obsedantně kompulzivní porucha (Kol., 2016).
- **Afektivní poruchy (poruchy nálady)** zahrnují poruchy nálady, které nekorespondují s životní situací, v níž se jedinec nachází. Obvykle se jedná o depresivní nebo manickou poruchu, přičemž druhá jmenovaná se ve většině případů vyskytuje jako jedna fáze bipolární afektivní poruchy – při ní se manická fáze střídá s fází depresivní.
- **Poruchy osobnosti** zahrnují odchylky od normy v oblasti osobnosti a povahových rysů, názorů a chování jedince, což má vliv na fungování jedince ve společnosti, v oblasti mezilidských vztahů a v pracovním působení. Problémové může být také chování těchto jedinců, neboť bývá problém s uvědoměním si nevhodnosti svého chování. Existuje celá řada subtypů poruch osobnosti (dle MKN paranoidní porucha osobnosti, schizoidní porucha osobnosti, disociální porucha osobnosti, emočně nestabilní porucha osobnosti, hraniční porucha, histrionská porucha osobnosti, závislá porucha osobnosti aj.).
- **Psychotické poruchy** – jedná se o velmi závažné stavy, které jsou doprovázeny poruchami v oblasti vnímání (halucinace) a myšlení (bludy). Omezena je také schopnost prožívání a projevů v chování. Narušen bývá

kontakt s realitou. I zde se vyskytuje celá řada subtypů (schizofrenie, schizotypní porucha, akutní a přechodné psychotické poruchy, schizofektivní porucha aj.).

Ke kategoriím F se dále mohou přiřčovat **poruchy genderové dysforie** (rozpor mezi pohlavní identitou jedince a jeho pohlavím biologickým), **poruchy pohlavní identity** (transsexualita, transvestitismus) a **poruchy příjmu potravy** (mentální anorexie, bulimie).

Studenti s neautistickými neurovývojovými poruchami⁶⁵

Do této skupiny se řadí celá řada obtíží, které mohou ovlivnit vysokoškoláka ve studiu. Jejich společnou charakteristikou je, že se objevují v průběhu časného vývoje jedince, často v souvislosti se školní docházkou. Typická je variabilita obtíží i komorbidní výskyt jednotlivých poruch, které narušují osobní, sociální i pracovní oblast jedince. Ovlivňují oblast vzdělávání, a to nejenom v základním či sekundárním vzdělávání, ale také ve vzdělávání terciálním.

Klasifikační schémata (DSM 5, MKN 10 či MKN 11) vymezují jednotlivé typy těchto poruch. Zmíníme, že jedna z nich, mentální postižení, v rámci vysokoškolského studia není zahrnuta. Patří sem i specifické poruchy učení, kterým však v rámci vysokoškolské klasifikace kategorií studentů se specifickými potřebami patří samostatná kategorie (D) a již zmíněné poruchy autistického spektra (kategorie E). Budeme si proto všimát zejména:

Poruchy komunikace – i zde nacházíme celou řadu obtíží v komunikačních schopnostech jedince, s narušením jednotlivých jazykových rovin (fonologicko-fonetická, morfologicko-syntaktická, lexikálně-sémantická, pragmatická, in Lechta, 2002). Narušení může zasahovat verbální či neverbální prostředky komunikace, mluvenou i psanou formu, produkci či porozumění řeči. Rozlišujeme narušení vývojová či získaná, trvalá nebo přechodná.

V rámci poruch komunikace je nutné především odlišit poruchy řeči, ve smyslu motorické, fyzikální realizace řeči, a poruchy jazykové, tedy poruchy užití individuálního jazykového systému.

Mezi poruchy motorické realizace řeči řadíme přetrvávající poruchy výslovnosti (dyslálie), poruchy zvuku řeči (rinolalie, palatolalie), poruchy plynulosti řeči (koktavost, breptavost), mutismus, vývojové a získané dysartrie a řečové dyspraxie.

- Chronická **koktavost** (porucha mluvní fluence s multifaktoriální etiologií) velmi významně ovlivňuje zapojení studenta do skupinových forem

⁶⁵ Jedná se o terminologii, kterou používáme ve shodě s terminologií MŠMT, příloha 3.

práce a také limituje atestování, které je realizováno ústní formou. Je charakteristická nezáměrnými a nekontrolovatelnými pauzami, fyzickou námahou i psychickou tenzí, narušeným kverbálním chováním. Velmi často je doprovázena logofobií (strach z vlastního mluvení), což dále ovlivní průběh studia a studijní výsledky.

- Koktavost může být někdy zaměňována za **breptavost**, která také narušuje plynulost řeči, avšak jinak a na základě jiných mechanismů. Charakteristické je pro ni zrychlené a/nebo nepravidelné tempo řeči (Lechta, 2009), které zasahuje nejen formální, ale i obsahovou stránku výpovědi jedince. Mluvní projev studenta s breptavostí může působit dezorganizovaně, neobratně.
- **Dysartrie** představuje komplexní narušení motorické realizace řeči, tedy všech systémů, které se na tvorbě mluvené řeči podílejí, respirace, fonace, rezonance, artikulace, postiženy bývají i tzv. prozodické faktory řeči, přízvuk, melodie, tempo a rytmus řeči). Je způsobena narušením inervace svalů mluvidel. Vývojová dysartrie bývá součástí pohybového postižení (mozková obrna) a v rámci kategorie F nebývá zpravidla využívána jako samostatná jednotka. Získané dysartrie mohou vznikat v důsledku úrazů mozku, nádorových onemocnění či jiného onemocnění mozku. Dané narušení ovlivňuje především srozumitelnost řeči studenta, v nejtěžších formách mu zabraňuje v komunikaci mluvenou řečí.
- Sice v malé míře, přesto se však i u studentů vysokých škol můžeme setkat s **mutismem**. Jde o neschopnost komunikovat mluvenou řečí, vzniká na neurotickém nebo psychotickém podkladu. Rozlišuje se elektivní forma (neschopnost mluvy s určitou osobou, na určitém místě nebo v určité situaci) od totálního mutismu (neschopnost mluvit vůbec). Mutismus musíme odlišit od **mluvního negativismu**, kdy jedinec může mluvit, ale nechce.
- **Poruchy výslovnosti** nebývají zpravidla považovány za velký problém. Celá řada významných osobností dokládá, že lze vystudovat vysokou školu a uplatnit se v oboru. Výjimkou jsou ale obory, které jsou na komunikačních schopnostech a správné výslovnosti založeny (např. mediální studia, herectví, učitelství).
- Podobně **poruchy zvuku řeči**, které spočívají v patologickém zvýšení či snížení nosovosti mluvené řeči, zpravidla nepředstavují pro studenty vysokých škol závažnější bariéru, s výjimkou studia oborů hlasových profesionálů.
- Určité omezení mohou pro studenty vysokých škol představovat **hlasové poruchy**, tedy poruchy tvorby a užívání hlasu různých příčin.

Ovlivňují opět především kvalitu ústního projevu studenta, obsahovou stránku studia nezasahují.

- K poruchám užití individuálního jazykového systému řadíme především vývojovou dysfázií a afázií. S **vývojovou dysfázií** se u studentů vysokých škol setkáváme spíše v menší míře, a to zejména v praktických, technických či uměleckých vysokoškolských programech, kde tolik nezáleží na verbálních schopnostech, nýbrž na jiných schopnostech (tvorivost, představivost, umělecké schopnosti a citění aj.). Jedná se o studenty s lehčími formami poruchy, často i v kombinaci se specifickými poruchami učení, případně ADD/ADHD. V ojedinělých případech může být u studenta, který dříve do kategorie studentů se specifickými potřebami nespadal, identifikována **afázie**, tedy získané narušení způsobené zejména úrazy mozku, nádory mozku a jiným postižením mozku). Tato narušení spočívají v narušení produkce i recepcce (porozumění) řeči, a to v mluvené i psané formě. Řeč afatika může být neplynulá, dysgramatická, s výraznými obtížemi ve výbavnosti slov, pojmenování, deformací slov i vět. Zda bude student dále vysokou školu studovat, závisí na léčbě a stupni postižení.
- Narušení komunikační schopnosti může být dominující nebo může doprovázet jiné, dominující postižení. Hovoříme pak o **symptomatických poruchách řeči**, z etiologického hlediska různorodé kategorii narušení, studenti s těmito poruchami komunikace jsou zařazováni primárně do „hlavní“ kategorie (např. E).
- **ADD/ADHD** – jedná se o poruchu, která je charakterizována třemi symptomy – poruchou pozornosti, hyperaktivitou a impulzivitou. K dalším projevům mohou patřit problémy v exekutivních funkcích (plánování, plnění úkolů, dochvilnost), odlišné vnímání času, velký problém s plněním nezajímavých a nudných úkolů. Velmi častá je komorbidita s jinými poruchami, zejména neurovývojovými (specifické poruchy učení, poruchy autistického spektra). Doprovodnými mohou také být sekundární obtíže (úzkost, deprese, poruchy chování aj.).

Studenti s chronickým onemocněním

Mezi nejčastější diagnózy z kategorie chronických onemocnění, která přinášejí konsekvence pro studium řadíme poruchy metabolických procesů (cukrovka), autoimunitní onemocnění (roztroušená skleróza, systémový lupus erythematoses, Crohnova choroba, revmatoidní artritida), onkologická onemocnění, onemocnění plic a dýchacích cest, poruchy imunity (alergie

a astma), kardiovaskulární onemocnění, kožní onemocnění (ekzém, lupénka) a epilepsii.

Mnohá chronická onemocnění bývají charakteristická střídáním remisí (stavy, kdy jsou symptomy málo patrné) a vzplanutí (prudké zhoršení stavu, často nevratné). Zatímco některá onemocnění jsou chronická od samotného počátku (např. revmatoidní artritida, roztroušená skleróza), jiná se chronickými stávají až po opakovaných či neléčených akutních projevech nemoci.

Studium je pro tyto studenty komplikováno nejčastěji vyšší měrou absence ve výuce. Další důsledky pro vzdělávání jsou velmi různorodé a velmi individuální a je třeba je pečlivě individuálně prozkoumat. Nicméně, vždy je třeba mít na paměti psychický aspekt každého onemocnění. Ztráta zdraví je vždy krizovou situací. Přináší zlom v dosavadním způsobu života, v určité míře omezuje schopnost svobodně řídit vlastní život, může vést ke snížení sebeúcty, vždy ovlivňuje schopnost koncentrovat se na úkoly. Obecně lze tento stav popsat jako narušení psychosociální rovnováhy. Studium může dále ovlivňovat požadavek na léčebný režim a nutné kompenzace omezení. Dále je třeba mít na paměti vliv užívaných léků na proces učení (zejména ovlivnění pozornosti, bdělosti a dalších psychických funkcí).

Student s chronickým onemocněním bývá ve svých výkonech limitován jak projevy vlastního onemocnění, tak dalšími projevy, které se s onemocněním pojí – např. ztížení či redukce pohybu z důvodu velké tělesné námahy – nebo je student omezen ve výkonu určitých činností, které by za normálních okolností vykonávat mohl (Michalík et al., 2011). Tento sekundární vliv onemocnění na studentův výkon je třeba bedlivě zkoumat v rámci diagnostického rozhovoru při tvorbě posudku funkční diagnostiky.

Nejčastější diagnózy:

- **Epilepsie**

Jedná se o narušení mozkových funkcí mající za následek opakující se záchvaty. Záchvaty se objevují spontánně a jejich spouštěčem mohou být zejména impulzy jako mihotání světel (sledování TV, práce na PC), agresivní, ostré a neharmonické barvy, hluk, kouř, zápach, stres, rozčilení, alkohol a jiné (Michalík et al., 2011). Po záchvatu se dostavuje únava, mnohdy student není schopen aktivity ani den po záchvatu.

Parciální (fokální, ložiskové) záchvaty mohou být jednoduché, kdy postihuje jen určité ložisko mozku. Projeví se dočasnou poruchou postižené oblasti (hmat, sluch, zrak, myšlení, ...). Vědomí není narušeno. Komplexní parciální záchvat postihuje širší oblasti mozku. Často se

projevuje automatickými pohyby od jednoduchých (mrkání, mlaskání, ...) až po složité (chůze, ...). Vědomí bývá narušené a objevuje se porucha paměti.

Generalizované záchvaty mohou být bez křečí - tzv. s absencemi - jedná se o záchvat postihující celý mozek, projevuje se náhlou a krátkou poruchou vědomí. Projeví se strnulým pohledem a přerušením práce nebo jiné činnosti. Po odeznění se vědomí téměř okamžitě vrací do normálu a člověk ani nemusí vědět, že k něčemu došlo (případně to ví, ale neví, co se dělo - „okno“). Generalizovaný záchvat s křečemi představuje klasický obraz toho, co si lidé spojují s pojmem epilepsie. Jde o křeče a výpadek vědomí. Záchvat trvá několik minut a pak ještě několik minut (až hodin) trvá, než se člověk dostane zpět do normálního stavu (Michalík et al., 2011).

- **Roztroušená skleróza** - neboli sclerosis multiplex, roztroušená skleróza mozkomíšní (RS). Onemocnění CNS (centrální nervové soustavy) vyznačující se rozpadem obalů nervových vláken a poruchou přenosu nervových impulzů. Dle lokalizace poškození dochází k poruchám řeči, dechu, chůze, vyměšování, citlivosti, zraku a rovnováhy. Probíhá ve vlnách: remise (zklidnění) střídá prudké zhoršení stavu. Léčba je pouze konzervativní, zaměřená na zmírnění obtíží a zpomalení rozvoje nemoci. I slabé impulzy - chřipka, fyzická námaha, stres, celkové přetížení mohou rapidně zhoršit stav. Pro jedince je typické kolísání zdravotního stavu a aktuálního výkonu, stejně tak jako se mohou opakovat hospitalizace a období „nefunkčnosti“. Roztroušená skleróza s sebou může přinášet také obtíže psychického rázu (deprese, poruchy emoční regulace, kognitivní poruchy), které sekundárně zhoršují celkový stav studenta (Michalík et al., 2011).

Studentka 6. ročníku začala pociťovat první příznaky onemocnění před 4 lety, tehdy však ještě nebyly správně rozpoznány. Nejprve studentka začala pociťovat výraznou únavu, tu však přikládala velkému pracovnímu nasazení, únava byla doprovázena rozostřeným viděním, později se přidaly řečové obtíže - studentka měla problém se vyjádřit, zakoktávala se, obtížně hledala správná slova či říkala jiná, než měla v plánu, přidaly se obtíže koordinace rukou. Problémy vyústily v panickou ataku a hospitalizaci v nemocnici. Její problémy byly ještě zesíleny, avšak přijímající lékař varovné signály nerozpoznal a odeslal studentku na psychiatrii. Po nějaké době následovala sekvence

několika dnů postupného zhoršování studentčina stavu - nejprve se objevilo brnění a bolesti nohou, problém se samostatnou chůzí/ chůzí do schodů/nastupováním na eskalátory, problémy s udržením rovnováhy - opět vyšetření v nemocnici, opět bez správné diagnózy. Po další gradaci problémů studentka opět navštívila nemocnici a poprvé podstoupila neurologické vyšetření, na jehož základě jí byla později diagnostikována roztroušená skleróza. Od února 2018 studentka medikována. Studentka svůj stav charakterizuje jako mírně se zlepšující, přesto ji stále trápí brnění a pálení nohou, únavy (fyzického i psychického charakteru), třes (vnitřní i vnější), což ji vše limituje v plnění jejích studijních povinností a závazků. Nadto studentku trápí výkyvy psychického stavu - negativně na ni doléhá stres, který může vyústit v úzkost, či v dokonce panickou ataku.

Studentka v průběhu studia využívala zvýšenou časovou dotaci na atestace, toleranci absencí na výuce (z důvodu měněního se stavu), možnost zapsat se na konkrétní (individuální) termín zkoušky a nahrávání přednášek. Studentka úspěšně splnila kontroly studia a nyní se připravuje na SZZ.

- **Cukrovka (diabetes mellitus)**

Pro onemocnění je charakteristická zvýšená hladina cukru v krvi, přičemž je porušeno její využívání buňkami, pro které je zdrojem energie. Léčba probíhá dodáváním inzulínu. Hlavním projevem onemocnění je zvýšená unavitelnost, kožní změny, ztížené prokrvení dolních končetin. Neléčená cukrovka pak v krajním případě může vést až ke ztrátě končetiny či zraku. Onemocnění se dá obvykle dobře kontrolovat, přesto je na místě dbát na určitá opatření. Fyzická námaha, stres, celkové přetížení, nesprávná životospráva či chyba v léčbě totiž mohou vést k hypoglykemii (riziko upadnutí do šoku a úmrtí). Kolísání hladiny cukru může u jedinců vést také ke kolísání aktuálního výkonu (Michalík et al., 2011).

- **Nádorová (onkologická) onemocnění**

Jsou způsobována zhoubným buněčným bujením a tvorbou patologických tkáňových útvarů (nádorů), ty mohou být zhoubné (metastázy) a nezahubné (utlačení). Specifickým typem onkologického onemocnění, které se může vyskytovat u studentů, je zhoubné onemocnění krve - leukémie. Obecně je u těchto onemocnění typické kolísání zdravotního stavu a aktuálního výkonu vlivem rozvoje onemocnění, stejně tak ale aktuální výkon může kolísat vlivem medikace. Studentův stav může rapidně zhoršit

také zvýšená fyzická námaha, stres či celkové přetížení. S nádorovými onemocněními se mohou pojit také přidružené obtíže (např. ztráta zraku). Obvyklým doprovodným jevem onkologického onemocnění bývají hospitalizace a období „nefunkčnosti“ (Michalík et al., 2011).

- **Astma (průduškové astma)**

U nemocných se objevuje záchvatovitá dušnost s pískáním a problémy při výdechu, která je způsobena náhlým zúžením průdušek. Astma se typicky může zhoršovat ve stresu či při námaze, při přetížení, přičemž v krajním případě mohou tyto faktory vést k astmatickému záchvatu. Zde je klíčová dostupnost a rychlost podání vhodné léčby (inhalátor) (Michalík et al., 2011).

Dopady postižení/znevýhodnění do vzdělávání s rozlišením dle jednotlivých typů postižení

Studenti s psychickými poruchami

Vzhledem k tomu, že se mohou jednotlivá psychická onemocnění projevovat u různých jedinců odlišně, není možné ani jejich dopady na studium jednoznačně zobecnit. Situaci navíc komplikují například i dopady farmakologické léčby (medikace), pokud ji má studující nasazenu. Nalézt vhodný postup léčby a zejména typ a množství medikace, který by se zároveň co nejméně negativně promítal do osobního a studijního života, je často proces trvající řadu měsíců, někdy i let. Situace může být komplikována i skutečností, kdy student vysadí medikaci bez konzultace s lékařem, což se bohužel někdy stává.

Situaci studentů s psychickými obtížemi dále komplikuje fakt, že u velké řady z nich je spouštěčem zhoršení stavu psychická zátěž. Je třeba ji dobře rozložit a reagovat na výkyvy v psychickém stavu tak, aby nedošlo k dekompenzaci.

Projevem psychického onemocnění samotného, ale i medikace, může být nespavost, roztěkanost nebo naopak utlumení se zhoršenou schopností soustředění a zvýšenou unavitelností, což může významně ovlivnit jak samotný průběh výuky, tak přípravu na ni a atestování. Můžeme konstatovat, že u mnohých studentů s psychickými poruchami dochází k narušení denního režimu, velmi časté je, že studenti nejsou schopni docházet do výuky či se na ní aktivně podílet, a to zejména v ranních hodinách.

Rozhodující může být rovněž fáze onemocnění, v níž se student právě nachází. Pro podání studijního výkonu je ve stavu akutního průběhu onemocnění nutné vynaložit mnohem více úsilí, energie, i vůle, přesto nemusí být

student úspěšný. Někdy je student přijat ke studiu v době, kdy již absolvuje nějakou formu terapie (farmakologickou či psychotherapeutickou), jindy onemocnění propukne až během průběhu studia, i tento faktor má velký vliv na průběh studia. Pro nově rozvinuté onemocnění platí, že může přijít nezávisle na průběhu akademického roku – student musí řešit jiné záležitosti než jen studium. Proto se setkáváme s nezvládnutím nároků konkrétních předmetů, neukončením ročníku, přerušáním studia, případně i s neúspěšným ukončením studia.

Někdy se mohou objevit u studentů s psychickými poruchami i neadekvátní reakce v komunikaci, které jsou pro okolí nesrozumitelné, neznají totiž kontext potíží studenta, mohou si je interpretovat jinak. Obtíže mohou být stupňovány osobnostními charakteristikami, které mohou přinášet úzkostné prožívání studijních situací některými studenty, s přehnanými nároky na sebe a obavami ze selhání. Jako obrácená strana mince jsou situace studentů, kteří přehlížejí reálné základy svých studijních obtíží a domáhají se neadekvátních postupů. Jak již bylo uvedeno v úvodu, stále jsou studenti, kteří se vzhledem ke své zkušenosti nebo osobnímu nastavení obávají stigmatizace ze strany prostředí (tj. vyučujících, ale i svých kolegů – studentů) a studují proto v „utajení“.

Přes výše uvedené studenti s psychickými obtížemi mohou normálně fungovat, pokud mají správně nastavenou medikaci, dochází na psychotherapii a dodržují lékařem či psychologem navržené postupy. Neoprávněné jsou tak názory, že pokud student psychicky nezvládá VŠ, je zbytečné, aby ji studoval, protože se pak stejně nemůže uplatnit v zaměstnání. Pokud se správně nastaví podpůrná opatření, může ve studiu uspět.

Studenti s neautistickými neurovývojovými poruchami

Studenti s narušenou komunikační schopností dle jednotlivých jazykových rovin jsou při vysokoškolském studiu ve velmi obtížné situaci, neboť studijní zapojení i studijní výsledky jsou v přímé vazbě na komunikaci, sociální a komunikační dovednosti. I když může být dnes řada studijních situací usnadněna písemnou komunikací (např. mailové zprávy či využívání jiných forem sociálních medií, písemné atestování), schopnost vyjádřit svůj záměr či názor, úspěšná prezentace vlastní práce, sebevědomá diskuse či obhajoba zpracovaných úkolů je tím, co přesvědčuje okolí o dosažených kompetencích každého studenta – a v případě studenta s narušenou komunikační schopností tomu tak být nemusí. UVědomění si svých nedostačivostí a případně i vyskytující se logofobie může ještě dále problém studenta prohlubovat. Někdy k tomu

dohází oprávněně – kolik situací student zažil, kdy se mu někdo vysmíval za problém v řeči (vzpomeňme např. vtipy o balbuticích), odmítl spolupráci slovy „s ním se nedá domluvit“ nebo neadekvátně na něj „tlačil“ („jen to zkus, vždyť to nic není...“).

Vyučujícím i kolegům – studentům – nemusí být výskyt problémů v řeči „příjemný“. Často nevědí, jak se mají zachovat – zda si mají problémů v řeči nevšimnout, nebo zda mají mluvit za studenta a doříct větu, když se student zadrhne v řeči a oni vědí, co by chtěl říct. Bývá jim také nepříjemné, když mají na mluvnici vyjádření čekat, pocítují trapnost dané situace. Nevědí, zda a jak se mají doptávat, co si student myslel, když se nevyjádřil dostatečně srozumitelně. Naopak studenti uvádějí, že je znervózňuje neverbální chování ostatních. Dostavuje se zejména ve zmatečných reakcích vyučujícího, jak se zachovat (např. když student koktá nebo vůbec nemluví – má blok v mluvení). Neškodné sledování vyučujícího, kolik je hodin může student vnímat jako kritické zhodnocení, že kvůli svému handicapu zdržuje. Otevřená komunikace mezi vyučujícím a studentem je nezbytně nutná, aby si obě strany porozuměly.

Narušená komunikační schopnost (NKS) také znepríjemňuje studentovi socializaci se spolužáky. Při skupinové práci, kde se očekává diskuse, může studenta s NKS předběhnout kolega, protože nemá trpělivost počkat na jeho verbální vyjádření. Na druhou stranu, pokud vyučující hlídá a moderuje komunikaci ve skupině a dává prostor a čas studentovi s narušenou komunikační schopností, mohou to ostatní studenti snášet s vyjádřenou nelibostí. Logofobie může přinášet sníženou hlasitost v řeči, takže může být student s NKS v komunikaci neslyšen (doslovně, ale i v přeneseném významu – „má problémy to říct, tak to po něm nebudeme chtít“).

Studenti s vývojovou dysfázií, byť je jejich porucha zpravidla lehčího stupně⁶⁶, mohou mít problém s porozuměním verbálních výpovědí ostatních nebo/i s vlastní řečovou produkcí. Také může vážnout porozumění přednáškám nebo úkolům na seminářích, mohou mít problém se zápisem slyšeného, vyžadují zopakování nebo písemný podklad. Mohou proto působit jako méně nadaní, neboť potřebují upřesnění, zda porozuměli správně nebo naopak se jich druzí dotazují, protože jejich vyjádření neporozuměli, což narušuje sebevědomí jedince s touto poruchou a snižuje i jeho důvěru, že zvládne studium

⁶⁶ Např. Vitásková a Mlčáková (2014) uvádějí, že jedinci s dysfázií na vysokých školách nestudují. S tímto tvrzením polemizujeme, protože jsme se v rámci vysokoškolského poradenství setkali s několika studenty s dysfázií, kteří studovali umělecký obor, měli dysfázií diagnostikovou, byť byla v lehčím stupni. Autorky pravděpodobně zvažovali těžší formy dysfázie.

na VŠ. Protože se vývojová dysfázie může manifestovat jako problém v písemném projektu (dysortografie), mohou být tito studenti evidováni v rámci kategorie D (student se specifickou poruchou učení).

Zpravidla se setkáváme s popisem obtíže, že **u jedinců s ADD/ADHD** se v průběhu vývoje snižuje míra hyperaktivity, a že poruchy pozornosti a impulzivita spíše přetrvávají. Hyperaktivita se však může vyskytovat i v dospělosti a má trochu jinou podobu než v dětství (např. zmatečnost, problém se systémem, neschopnost v plánování činnosti, zapomínání). Velmi častým jevem jsou také problémy v exekutivních funkcích, které způsobují chaotičnost při plnění studijních povinností.

Pro porozumění situaci lidí s ADD/ADHD je vhodný koncept „figura a pozadí“ nebo „signál a šum“: Zatímco člověk bez ADD/ADHD vybírá z proudu současně působících podnětů pouze ty relevantní (signál, figuru) a ostatní (šum, pozadí) odfiltruje, člověk s ADD/ADHD z tohoto neorganizovaného proudu vybírá podněty víceméně náhodou. Výsledkem je určitá chaotičnost, neschopnost koncentrace, neschopnost zacílení na řešení. Tedy trpí především funkce, které jsou pro zdárné studium velmi důležité.

Problémy mohou být v orientaci v systému studia (ve studijním plánu), při zápisech do studia, v orientaci v budování a učebnách vysoké školy, ale také problémy s rozvrhem (kdy a kam dorazit). Ve výuce mohou být studenti s ADD/ADHD nepozorní, impulzivní (skákání do řeči vyučujícím či kolegům), mohou mít zvýšenou potřebu pohybu. Také mají často problémy v sociálních dovednostech, díky tomu své okolí rozčilují, mají potřebu se dohadovat a mít vždy pravdu (a někdy i vůči vyučujícímu). Mohou mít také výpadky v pracovním tempu a být zvýšeně unavitelní, což se projevuje v rámci dne, v rámci týdne, ale i ve vztahu k průběhu semestru (tj. zvýšená unavitelnost na konci semestru, přitom v následném zkouškovém období budou potřebovat určitou kapacitu na skládání atestů). Také je u nich častý problém s denním režimem a režimem spánku, proto hlavně na přednáškách ráno mohou být nepoužitelní, často chodí spát velmi pozdě. Potíže se projeví i při zpracování písemných úkolů (zapomínání odevzdat úkol, potřeba delšího času na zpracování seminární práce) a při skládání atestů.

Psychosociální potíže, které někdy ADD/ADHD doprovázejí mohou způsobovat problémy v komunikaci s vyučujícími nebo kolegy – studenty. Někdy mohou působit až egocentricky a přehnaně sebejistě, velmi často se však potýkají s nedostatkem sebedůvěry a negativními pocity z toho, že se jim nedaří zvládat to, co dělají ostatní snadno. Připadají si méněcenně a mohou pochybovat o sobě.

Studenti s chronickým onemocněním

Jak je patrné, chronická somatická onemocnění mohou nabývat různého charakteru, proto také dopady jednotlivých diagnóz jsou velmi různorodé. Ve vztahu ke studiu na vysoké škole může mít chronické onemocnění vliv hned v několika oblastech:

- u studentů se může vyskytovat zvýšená únava (důvodem může být neurologická příčina, bolestivé stavy, vedlejší účinek farmakologické léčby, reakce na stresovou situaci – např. i ve vztahu ke studiu), což zhoršuje studijní pozici;
- student může pociťovat zhoršení v oblasti jemné motoriky a grafomotoriky (zpomalený a narušený psaný projev, či zhoršení výsledku detailní práce horních končetin vlivem narušení jemné motoriky);
- zpomalené pracovní tempo, které se dotkne jak samotné výuky, tak přípravy na ni, zpracování průběžných úkolů i na atestování;
- znesnadnění řečového projevu (zejména z důvodu narušené funkce mluvidel, ale také vlivem stresu);
- slabá koncentrace pozornosti či zhoršení psychického stavu (jak vlivem samotného onemocnění, tak jako vedlejší efekt farmakologické léčby);
- studijní úspěšnost může ovlivňovat také náročnost léčby (pravidelné docházení na infuze/opakované hospitalizace/léky).

Studentův zdravotní stav má vliv kromě výuky také na průběh a plnění odborných praxí a exkurzí ale také na jeho dennodenní život.

Specifické potřeby studentů této skupiny (dle jednotlivých typů problémů)

Dle *Pravidel pro poskytování příspěvku a dotací veřejným vysokým školám Ministerstvem školství, mládeže a tělovýchovy* mají studenti kategorie F (společné pro všechny dimenze této kategorie, tedy jak studenty s psychickým, neurovývojovým i chronickým somatickým onemocněním) nárok na služby osobní asistence, na individuální výuku a prostorovou orientaci. V oblasti sociální a mluvní komunikace a také při práci s psaným textem mají tito studenti nárok na časovou kompenzaci (MŠMT, 2021).

V textu níže uvedeme některá specifika a konkrétní studijní potřeby jednotlivých skupin studentů v rámci kategorie F.

Studenti s psychickými poruchami

Velmi důležité je, aby vyučující studentů s psychickými poruchami měli informaci o typu onemocnění a aby znali průvodní projevy poruch i doporučené

přístupy ke studentům. Vhodné proto je, když se osoba provádějící funkční diagnostiku nebo jiný poradenský/pověřený pracovník vysoké školy zapojí do případných konzultací studenta, řeší-li se nějaký studijní problém a může tak pomoci mediovat spolupráci s vyučujícím. Nezaujaté postoje, otevřenost v komunikaci, neodsuzování a nenálepkování je to, co studenti s psychickými poruchami v první řadě potřebují.

Potřeby studentů s psychickými obtížemi se odvíjejí i od povahy a průběhu psychického onemocnění a nezřídka ovlivňují i motivaci ke zvládnutí studia. V klidové fázi onemocnění je student schopen se nadchnout pro mnoho věcí a je odhodlán je zvládnout, pokud však dojde ke zhoršení onemocnění, dochází mnohdy k frustraci a výraznému oslabení zájmu o studium. Student by tedy ocenil odborné provázení studiem, např. s podporou poradenských služeb vysokých škol, případně také využije studijního asistenta, který mu může pomoci zprostředkovat aktuální informace z výuky, je-li např. student hospitalizován nebo je ve fázi, kdy se nemůže účastnit výuky.

Dlouhodobým vlivem samotného onemocnění a dopadem farmakologické léčby se u studentů velmi často objevuje oslabení kognitivních funkcí. Jde zejména o pozornost, paměť, pochopení a třídění informací, rychlost myšlení apod., tedy funkce podstatné pro schopnost učit se a úspěšně procházet studiem. Studenti například nejsou schopni zaměřit svou pozornost na výklad vyučujícího nebo studijní poznámky a nerozptylovat se přitom okolím či vtíravými myšlenkami, objevuje se u nich i častější sklony k prokrastinaci. Mnohdy selhává i schopnost organizace času a plánování studijních záležitostí (tvorba a odevzdání prací, úkolů a rovnoměrné rozložení studijních povinností nebo pružné řešení nastalých situací (Kol., 2016, s. 19). I vzhledem k výše uvedenému se velmi často doporučuje v rámci modifikovaných přístupů studijní asistence, časová kompenzace a individuální výuka.

„Mám strach, že vyučující mě bude považovat za lenocha, za někoho, kdo se chce jen ulít, nebo za někoho nepřizpůsobivého (někoho, kdo nemá dostatečnou snahu dělat všechny věci stejně jako ostatní studenti).“

Studenti s neautistickými neurovývojovými poruchami

Studenti s poruchami v komunikaci (zejména se týká koktavosti a mutismu) mají zejména potřebu pozitivního přijetí své osobnosti a vhodné přístupy k nim, a to jak ze strany vyučujících, tak kolegů – studentů – ale i dalších

servisních pracovníků vysokých škol, se kterými se setkávají. K nim patří neupozornění na poruchy řeči, nezdržování potíží a nehodnocení verbálního projevu – to jsou faktory, které naopak přispívají ke vzniku logofobie. Konkrétní doporučení pro vyučující jsou uvedena v podkapitole 8.5, doporučení pro studenty v podkapitole 8.6.

Mezi nejčastěji čerpané formy podpory patří u studentů s narušenou komunikační schopností navýšení času, což studentům pomůže zejména v interaktivních formách výuky a ve zkouškových situacích. Dále je to možnost ve zvýšené míře využívat náhradních forem komunikace – např. písemné.

U studentů s vývojovou dysfázií může být problémem porozumění textům a písemné vyjádření, tj. formulování složitějších textů. Pomůže jim dobře strukturovaná přednáška nebo možnost konzultace s vyučujícím, pokud nějakému obsahovému celku neporozuměli. Doporučována bývá i studijní asistence, kterou např. zajišťuje kolega z kruhu. Může dát svému spolužákovi zpětnou vazbu ke srozumitelnosti jeho vyjádření, případně také mu být pomocníkem při kontrole porozumění. Jazyková korektura textů může odhalit problémy studenta v písemné produkci i dát podnět pro sjednání nápravy v oblasti gramatiky a stylistiky (zejména u studentů s komorbiditou specifické poruchy učení).

Studenti s ADD/ADHD potřebují porozumění pro své obtíže, aby vyučující správně interpretovali určité projevy jejich chování. Problémy v soustředění či impulzivní reakce si může vyučující vykládat jako nezáměr o daný obsah výuky a přinášet nepravdivý obraz o studentovi – např. nezáměr, lenost, arogance, nižší inteligence – to jsou nejčastější nesprávné interpretace studentových obtíží. Problémy v exekutivních funkcích, ovlivňující průběh studia z hlediska jeho organizace, může pomoci řešit studijní asistence. Studenti s ADD/ADHD velmi profitují z poskytovaného psychologického poradenství, případně koučinku, kde mohou trénovat relaxační techniky, pracovat na sebepečetí, motivaci, či zvládnutí prokrastinace. Na řadě vysokých škol fungují také studentští tutoři, kteří mohou pomoci při vstupním zorientování se v systému studia, zápisu do předmětů či zápisech na zkoušku.

Studenti s chronickým onemocněním

Studenti s kolísavým zdravotním stavem, s bolestmi, častými rehabilitacemi a hospitalizacemi:

- Studenti mohou mít problémy při dlouhém sezení u počítače, z toho důvodu mohou pociťovat bolesti, a potřebují tedy přestávku. Setrvání v jedné pozici může u jiných studentů zase vést k nárazové potřebě

pohybu, alespoň krátkému protažení apod. Studenti, kteří pravidelně docházejí k lékaři, mohou častěji chybět ve výuce. Bolestivé stavy mohou u studentů vést k tomu, že nezvládnou absolvovat celou přednášku (a to ať kontaktní, či online).

- U těchto studentů doporučujeme zohlednění jejich aktuálního stavu – některé dny může být jejich výkon lepší, někdy zase horší, proto je vhodné tolerovat zvýšenou unavitelnost a horší výkony i v těch aktivitách, které obvykle dobře zvládají.
- Vzhledem k proměnlivému zdravotnímu stavu (např. bolestem, únavě, po astmatickém/epileptickém záchvatu, nezřídka také psychickým obtížím) doporučujeme tolerovat nepřítomnost na výuce či pozdní příchody a brzké odchody z výuky (a to ať už online či prezenční). Studentům doporučujeme povolit plnění studijních povinností náhradním (individuálním) termínem.
- Studenti dále mohou mít problémy s psaním většího množství textu, zejména pokud si mají v průběhu online výuky dělat samy poznámky. Obtíže mohou nastat také při zpracování většího množství textu, zejména má-li být sepsán v relativně krátkém čase (např. do druhého dne).

Studentům, jejichž chronické onemocnění se projevilo až v průběhu života, např. během studia na střední škole, a zejména těm, u nichž se projevilo až v průběhu studia vysoké školy, je potřeba věnovat zvýšenou pozornost, neboť na takové studenty jsou kladeny nezměrné nároky – nutnost vyrovnat se s onemocněním, absolvovat časově i fyzicky náročnou léčbu, naučit se novým dovednostem, pomocí kterých mohou překonávat překážky (vlastní kompenzační mechanismy v kombinaci s dostupnými kompenzačními pomůckami), a současně s tím zvládat nároky studia. Takovým studentům je třeba ve zvýšené míře poskytovat kontinuální intenzivní podporu, a to jak psychologickou, tak speciálně pedagogickou a pedagogickou. Na místě je také možná úprava studijního plánu (rozložení ročníku prostřednictvím ISP, v nutných případech i přerušení studia). Studentům náleží při kontaktní výuce služba osobního asistenta, při distanční výuce tomu tak však není.

Závěrem této kapitoly

Nejen, že kategorie F zahrnuje širokou škálu diagnóz, také projevy jednotlivých onemocnění mohou nabývat velmi rozličných podob. Při posuzování konkrétního studenta je proto nezbytné vycházet z jeho individuálního stavu, a kromě diagnózy brát v potaz také jeho životní historii, zkušenosti a dovednosti a další proměnné, které mohou mít vliv na jeho funkční stav. I při stejné

diagnóze totiž projevy dvou studentů mohou být velmi rozdílné, a tak jsou tyto doprovodné informace velmi důležité. Za účelem lepšího porozumění studentovu stavu lze čerpat informace kromě literatury také u odborníka na danou kategorii specifických potřeb a pochopitelně též u samotného studenta.

Stejně tak jako platí, že projevy jednotlivých onemocnění mohou být rozdílné i u studentů se stejnou diagnózou, tak také otisk jejich specifických potřeb do vzdělávání se může významně lišit. Svou roli zde sehrávají kompenzační mechanismy, ať už ve formě vhodně zvolených pomůcek, přístupů vyučujících anebo naučených strategií ovládaných samotným studentem.

Základem podpůrného procesu je bezpečný prostor a respektující vztah. V případě, že si nebudete čímkoli jistí, obraťte se kromě odborníků na vaší vysoké školy i na samotné studenty – znají svůj aktuální stav nejlépe.

Užitečné odkazy

- Centrum Carolina (2021, 9. 8.). *Nabídka služeb*. Centrum Carolina. Dostupné z: <https://centrumcarolina.cuni.cz/CC-25.html>
- Mendelu (2021, 10. 9.). *Průvodce pro studenty se specifickými potřebami*. Mendelu. Dostupné z: <https://icv.mendelu.cz/prirucky-pro-sp>
- O epilepsii (2021, 11. 9.). *O epilepsii*. Nemocnice na Homolce. Dostupné z: <https://www.homolka.cz/nase-oddeleni/11635-specializovana-centra/11635-centrum-pro-epilepsii/11856-pro-pacienty/11858-o-epilepsii/>
- Podpora uchazečů a studentů se specifickými potřebami na Univerzitě Tomáše Bati ve Zlíně (2021, 9. 8.). *Interní předpisy a metodické dokumenty*. Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně. Akademická poradna. Dostupné z: <https://akademickaporadna.utb.cz/centrum/dokumenty/>
- Průvodce pro studenty se specifickými potřebami (2021, 5. 9.). *Průvodce pro studenty se specifickými potřebami*. Mendelu. Dostupné z: <https://icv.mendelu.cz/prirucky-pro-sp>
- Roztroušená skleróza mozkomíšní – co by měl nelékař vědět? (2021, 8. 9.). *Roztroušená skleróza mozkomíšní – co by měl nelékař vědět?* Nadační fond Impuls. Dostupné z: <http://www.nfimpuls.cz/index.php/roztrouzena-skleroza/o-roztrousene-skleroze/161-roztrousena-skleroza-mozkomisni-co-by-mel-nejlekar-vedet>

8.2 Specifické těžkosti studentů této skupiny v online výuce/při distančním vzdělávání (dle jednotlivých typů problémů)

Studenti této kategorie nemají výrazná omezení v distanční výuce z hlediska samotných technologií, nepotřebují speciální pomůcky pro usnadnění využívání komunikačních platforem. Měli by zvládat jednotlivá výuková prostředí, pokud mají dostatek času na to si vyzkoušet, jak fungují a seznámí se se všemi funkcemi, které se budou ve výuce používat. Přesto by měli vyučující reflektovat specifické zvláštnosti studentů s jednotlivými onemocněními a poruchami, které mohou být překážkou zvládnutí studia. Nutno je však uvést, že zatímco některým studentům přináší distanční výuka komplikace, jiní naopak mohou mít z výuky na dálku pozitivní užitek. Podívejme se nyní na shody a rozdíly, které nacházíme u jednotlivých obtíží v kategorii F.

Studenti s psychickými poruchami

Změna režimu, zvláště, pokud je poměrně nečekaná, vyžadující rychlou adaptaci a flexibilitu, může vést u některých studentů s psychickým onemocněním ke zvýšené neuvěřitelnosti, zpomalení studijního a pracovního tempa, nekomunikaci s vyučujícími apod.

Studenti mohou mít problém se v jednotlivých výukových prostředích a požadavcích vyučujících při distanční/online výuce zorientovat. U některých studentů s psychickými problémy může být náročné zvládnout nároky online výuky z důvodu zhoršujícího se psychického stavu, zvýšené míry prožívání stresu a zátěže či dokonce dekompenzovaného stavu. Doprovodným efektem mohou být obavy, zda student zvládne nároky studia, zda bude schopen obstát v nestandardní výukové situaci. Může také dojít ke zhoršení autoregulačních mechanismů, k prodlevě ve studijním postupu, plnění průběžných úkolů.

„Jsem neschopný si stanovit režim a dodržovat jej.“

„Online výuka negativně ovlivňuje moji studijní motivaci, výkonnost i sebepojetí.“

„Často jsem pasivní a neschopný situaci řešit, protože obecně nemám sílu.“

Při online synchronní výuce může být problém při zapojování se do skupinové práce či prezentaci úkolu před skupinou. Pro některé studující je online výuka a diskuse významně zúzkostňující. To že se nezapojují a nemluví, nemusí být důsledkem jejich nezájmu, pomoci může využívání online „tabulí“, kam mohou studenti místo mluvení psát. Studujícím doporučujeme vždy tyto konkrétní praktické záležitosti komunikovat s vyučujícími, ideálně ještě před začátkem semestru, aby měl vyučující prostor pro hledání modifikačního řešení.

Asynchronní výuka, která je realizována nahrávkou přednášky a zpracováním úkolů na základě studijních opor může přinášet výhody těm studentům, kteří mají problém v komunikaci, jsou úzkostně laděni a mají obavy z prezentace před ostatními. Pak je ale důležité, aby podkladové materiály byly dostatečně srozumitelné. Někdy dělá problém i to, že se student vidí na monitoru počítače, může mu to být nepříjemné, mohou mít problém např. se zapnutím kamery, zvláště, pokud se přednáška/cvičení nahrává. Vyučující by proto neměl na studenta tlačit nebo ho přede všemi kritizovat za to, že se student nezobrazuje svými videozáznamem.

Studenti s neautistickými neurovývojovými poruchami

Narušená komunikační schopnost se nemusí dotýkat schopností studentů zvládnout distanční výuku z hlediska nároků na elektronickou komunikaci. Zde mají stejné možnosti jako ostatní studenti, osvojí si jednotlivé výukové aplikace bez větších potíží. Podobně nemusí být žádný problém v asynchronní výuce, neboť zde pracují sami a podle svých časových i psychických možností.

Pozornost si ale zaslouhuje synchronní výuka. Problémy v komunikaci se projevují i v komunikaci prostřednictvím elektronických medií. Největší potíže budou studující pociťovat tam, kde se od nich očekává interaktivita, aktivní zapojení do výuky (např. semináře a cvičení) a zde jsou vyjadřovací schopnosti nezbytné. Proto by vyučující neměl u studentů, zejména u studentů s koktavostí či mutismem, vyžadovat verbální sdělení, měl by studentovi umožnit, aby komunikoval pomocí chatu. Je ale na studentovi, aby si formu zapojení domluvil s vyučujícím předem a ten tak měl možnost vyvarovat se pro studenta znevýhodňujících postupů.

U studentů s vývojovou dysfázií také může být problém v synchronní výuce – běžně v rámci výuky komunikují se svými spolužáky, doptávají se, zda porozuměli správně, dále také mají možnost se zeptat vyučujícího přímo po přednášce. Podobný postup může ale vyučující zvolit i v přednášce na dálku – může vyzvat studenty, že po přednášce bude dostupný v dané platformě na individuální dotazy.

Studenti s ADD/ADHD mohou mít v distanční výuce problémy související s exekutivními funkcemi. Sledování výkladu může na studenta působit monotónně, mohou se objevovat problémy s koncentrací pozornosti i únavou. Hyperaktivita studenta může narušovat průběh výuky („skákání“ vyučujícímu do výkladu aj.).

Studenti s chronickým onemocněním

Problémy mohou nastat při dlouhém sezení u počítače, kdy mohou studenti trpět bolestmi či naopak nárazovou potřebou pohybu. Z důvodu rehabilitací/hospitalizace mohou mít studenti častější absence, nemusí zvládnout absolvovat celou přednášku. Takové absence doporučujeme tolerovat, student by se však měl vždycky (byť se zpožděním) omluvit.

Sekundárně mohou obtíže studentů s chronickým onemocněním pramenit také z farmakologické léčby jejich onemocnění (vedlejší účinky, např. zvýšená únava, zhoršené soustředění atp.). Špatný zdravotní stav může studenty ovlivňovat i po stránce psychické (deprese). V případě biologické léčby (např. při léčbě roztroušené sklerózy), má pak samotná léčba vliv na zhoršování psychického stavu.

U studentů s chronickým onemocněním doporučujeme zohlednění jejich aktuálního stavu – některé dny může být jejich výkon lepší, někdy zase horší, proto je vhodné tolerovat zvýšenou unavitelnost a horší výkony i v těch aktivitách, které obvykle dobře zvládají.

V případě zpracování delších písemných prací doporučujeme prodloužení lhůty pro odevzdání.

Vzhledem k proměnlivému zdravotnímu stavu (např. bolestem, únavě, nezřídka také psychickým obtížím) doporučujeme tolerovat nepřítomnost na výuce (a to ať už online či prezenční). Doporučujeme studentům povolit plnění studijních povinností v náhradním (individuálním) termínu.

Závěrem této kapitoly

Distanční (synchronní i asynchronní) výuka může na studenty působit různě – zatímco u některých dochází k poklesu výkonnosti (např. kvůli nízké motivaci, špatné organizaci práce), u jiných může docházet naopak ke zlepšení stavu (domácí prostředí skýtá bezpečí, což zejména na studenty s psychickým onemocněním může působit hojivě), stejně tak ale k žádné změně dojít nemusí.

V dotazníkovém šetření realizovaném na Pedagogické fakultě UK vyučující identifikovali problémy, které způsobila distanční výuka u studentů se specifickými potřebami, viz níže (Kucharská & Janyšková, 2021).

„Asi jako všichni v této době, někteří studenti se zhoršili po psychické stránce (vyšší míra úzkosti apod.).“

„Množí se psychické obtíže studentů (i vyučujících) v pandemii.“

„Obecně nejen pro studenty se speciálními potřebami považují za problém vyšší míru sociální izolace a nižší podnětnost prostředí, což je významné pro rozvoj duševních obtíží.“

Užitečné odkazy

- Kol. (2020, 20. 10.). *Online výuka u studentů se speciálními potřebami – nároky a možnosti zvládnání. Metodické doporučení pro pracovníky PedF UK.* Pedagogická fakulta Univerity Karlovy. Dostupné z: https://pedf.cuni.cz/PEDF-260-version1-studenti_se_sp_on_line_vyuka_27_10_2020_final.pdf

8.3 Podpůrné technické/technologické přístupy k modifikacím v online výuce

Studenti s psychickými poruchami a studenti s neautistickými neurovývojovými poruchami

Studenti s psychickými potížemi ani **studenti s dalšími obtížemi** nepotřebují žádnou speciální úpravu online platformem ani specifických software, jako např. studenti se zrakovým postižením či sluchovým postižením. Měli by zvládnout synchronní i asynchronní výuku i atestování bez větších potíží. Spíše se jedná o pamatování na jejich specifické potřeby v oblasti komunikace a přístupů k nim.

Můžeme říct, že hlavním podpůrným technickým přístupem je strukturovanost a přehlednost online výuky. Z hlediska technických pomůcek lze vycházet z posudku funkční diagnostiky. Případnou úzkost či nejistotu zcela jistě zmírní možnost mít například k dispozici ještě před přednáškou vizuální oporu ve formě prezentace či alespoň rozšířeného sylabu. Většinou studentů pomáhá i možnost nahrávání přednášky. To umožní studujícímu volit vlastní individuální tempo výuky, možnost vrátit se k pasážím, které mu nejsou zcela jasné, přizpůsobit si i případné pauzy, aby nekolísala jeho pozornost.

Student si může optimalizovat jednotlivé časové bloky dle svých aktuálních potřeb. Pokud nejsou přednášky/cvičení/semináře nahrávány přímo vyučujícím a poskytovány studentům, doporučujeme využívat pro účely záznamu alespoň diktafon, samozřejmě po předchozí domluvě s vyučujícím.

Studenti s chronickým onemocněním

Studenti s chronickým onemocněním mohou při svém studiu využívat tablety, skenovací pera (která převádějí tištěný text do elektronické podoby, např. do MS Word), digitální pera (ta zase převádějí do elektronické podoby rukou psaný text), diktafony, skenery či digitální čtečky knih. Distanční výuka je nejčastěji realizována na platformách MS Teams, Zoom, Skype, Google Classroom či Moodle. Nelze říci, že by některá z uvedených platform byla pro uvedenou skupinu studentů vhodnější než jiná, je však dobré nepřehltnout studenty mnoha různými platformami a vybrat např. 1-2, a ty využívat. Toto pak platí i u studentů ostatních kategorií specifických potřeb.

Závěrem této kapitoly

U studentů kategorie F nacházejí uplatnění jednoduché, leč efektivní způsoby podpory. Jedná se zejména o možnost nahrávání výuky (a to přímo v online komunikační platformě). Studenti si díky tomu mohou pouštět záznam ve chvíli, kdy se cítí dobře, případně si mohou záznam pouštět po takových časových úsecích, které jsou pro ně zvládnutelné. Velmi vhodné je také zasilání prezentací a dalších opor s předstihem. Navýšení času u atestování může také významně pomoci zvládat zkouškovou situaci. Studium může usnadnit také vhodně zvolená pomůcka (např. tablet), kterou student může zapůjčit přímo na své fakultě (praxe na UK) či prostřednictvím univerzitních center/středisek podpory SSP.

Užitečné odkazy

- PETIT (2021, 12. 9.). A - Tělesné postižení - nabídka pomůcek (online shop). PETIT HW-SW. Dostupné z: <https://www.petit-os.cz/index.php/vyber-pomucky-pro-ovladani-pc?id=13>

8.4 Podpůrné přístupy vyučujících, modifikace výuky – před výukou, ve výuce, při atestování

Studenti s psychickými poruchami

Pokud má vyučující v kurzu zapsaného studenta se specifickými potřebami, může si i on sám udělat ve svých poznámkách o této skutečnosti záznam.

Při přípravě na hodinu si může lépe uvědomovat potřeby tohoto studenta. Ať už tím, že mu pošle předem prezentaci či nebude kontrolovat jeho účast na hodině apod. Před výukou může vyučující také reflektovat případná riziková místa lekce a připravit si případnou modifikaci, alternativu zadání pro tohoto studenta. Průběžná komunikace vyučujícího se studentem může u většiny studujících s psychickými potížemi velmi podpořit jejich motivaci ke studiu i studijní sebehodnocení. Doporučujeme také, aby si vyučující se studentem vyjasnil, jak se bude komunikovat problém se spolužáky – zda mají nebo nemají o odlišných přístupech vyplývajících např. z posudku funkční diagnostiky vědět.

Ve výuce lze akceptovat větší podíl absencí při synchronní online výuce, jako dobrý nástroj se také osvědčila delší časová dotace na průběžné úkoly. Mnozí studenti také ocení možnost individuálních konzultací, ať formou videorozhovoru či emailu. Vyučující může nabídnout konzultace k zadané práci, případně ho může odkázat na studijní asistenci. Zvláště u studentů s většími projevy úzkosti je třeba se připravit na konkrétní dotazy, případně i na jejich větší počet. Trpělivé a konkrétní odpovědi či odkazy od vyučujících, kde přesně studující může odpovědi najít, lze jednoznačně ocenit.

Formu atestování doporučujeme diskutovat také s časovým předstihem, aby studující věděl, pokud možno co nejpřesněji, v jaké formě, rozsahu a v jakém prostředí jej zkouška/zápočet čeká. S odkazem na posudek funkční diagnostiky lze také doporučit možnost individuálního termínu či modifikaci formy zkoušky (písemná/ústní), která více vyhovuje aktuálnímu psychickému stavu studujícího. Doporučuje se i delší časová dotace pro přípravu na zkoušku (v případě ústní formy, u písemné formy vycházet z posudku funkční diagnostiky).

Studenti s neautistickými neurovývojovými poruchami

Jak již bylo uvedeno výše, vyučující studentů s narušenou komunikační schopností mohou pocívat určitou bezradnost, jak mají reagovat, co mohou po studentovi chtít a jak mu mohou pomoci. Někdy se ale i dobrý úmysl může minout svým účelem, proto uvádíme některá doporučení. I když jsou to někdy velmi obecná doporučení, budeme reflektovat odlišnosti z hlediska jednotlivých poruch komunikace.

U studentů **s poruchami výslovnosti a výskytem dysartrie** lze doporučit:

- citlivý a nehodnotící přístup k formální stránce řeči;
- doporučení pro vyučující studentů s koktavostí, mutismem (neurotický podklad obtíží), s doprovodnou logofobií;

- poskytnout dostatek času pro mluvní vyjádření;
- nevystavovat studenta stresu (zhoršuje mluvní projev) – nutná je příznivá atmosféra při výuce;
- ponechat dostatečný čas na osvojení si učebních postupů, které vyučující používá, neměnit často učební styly (přístup dává studentovi určitou jistotu);
- nepřerušovat mluvu studenta, nedokončovat za něj věty;
- nehodnotit mluvní projev ani nenavádět na mluvní pokusy („zkus to, to zvládneš“);
- dávat dobrý mluvní vzor (mluvit pomaleji, zřetelněji);
- nevyhýbat se očnímu kontaktu, jeho absenci může student pociťovat jako nespokojenost se svými výstupy;
- nedávat prostor studentům pro prezentaci výsledků z hlediska rychlosti řešení úkolů;
- respektovat, zda student má zájem o prezentaci svých názorů, myšlenek, zpracovaných úkolů formou mluvy nebo písemnou formou.

Doporučení pro vyučující studentů **s vývojovou dysfázií:**

- volit jednodušší formu vyjadřování;
- kladení jednoznačných otázek;
- kontrola porozumění (mluvy i písemných materiálů);
- dostatečný čas pro komunikaci i pro zpracování úkolů, které byly zadány ústně nebo které vyžadují čtení delších a náročnějších textů;
- udržovat oční kontakt, ten může upozornit i na neporozumění u studenta;
- při atestování vycházet z možností studenta, respektovat doporučení funkční diagnostiky k volbě formy atestování (ústní zkouška vs. písemná);
- v písemné zkoušce lze využívat otázek s nucenou volbou, zpracování je pro studenta jednodušší než volné otázky, s nutností písemného vyjádření.

Studenti s chronickým onemocněním

Podpůrné přístupy při studiu

- V případě delšího výkladu studentům velmi pomůže, když s předstihem obdrží prezentaci, do které si během přednášky ručně či na PC/tabletu mohou psát své poznámky. Pokud by v některých předmětech nebyly prezentace doprovodem učebním materiálem, je možné studenty vybavit osnovou přednášky, rozšířeným sylabem aj. V případě, že nebude

tento způsob postačovat, je možné studentovi doporučit spolupráci se studijním asistentem, který mu zašle své zápisky atd. Také lze studentovi povolit nahrávání přednášky např. na diktafon, či přímo prostřednictvím online komunikačního nástroje (Zoom, ...).

- Stejně jako u kontaktní výuky lze studentovi v případě hospitalizace, častých absencí či v případě, že nezvládá absolvovat celou přednášku, nabídnout možnost samostudia (zaslané prezentace, zvuková nahrávka přednášky). V posudku funkční diagnostiky lze také dohledat, zda má student nárok na individuální výuku.
- Zejména nahrávání přednášek se ukazuje být pro studenty se specifickými i potřebami velmi užitečnou formou podpory – studenti s chronickým onemocněním, kteří se z důvodu zhoršení zdravotního stavu nemohou zúčastnit (online či kontaktní) výuky, či studenti, kteří z důvodu bolestí a zvýšené unavitelnosti nevydrží celou přednášku, si mohou záznam použít postupně po takových časových úsecích, které jsou pro ně zvládnutelné.

Zásady pro atestování

- Studentům lze v návaznosti na výše uvedené problémy umožnit plnění studijních povinností a zkoušek v náhradním (individuálním) termínu, na zkoušku se student zapíše na konkrétní hodinu, ve které mu bude umožněno ji vykonat, aby byl eliminován čas čekání (ať už kontaktně či distančně). V návaznosti na funkční diagnostiku může student preferovat typ atestace (ústní/písemná zkouška) a může čerpat zvýšenou časovou dotaci na atestaci.
- U studentů s bolestivým onemocněním či takovým zdravotním stavem, který při námaze významně snižuje jejich výkonnost a pozornost, lze doporučit distanční formu testování i po přechodu na kontaktní výuku. Zejména u těch, kteří se na fakultu dopravují zdaleka, totiž může po takovéto námaze dojít k takovému poklesu schopností, že student nebude schopen zkoušku vykonat, anebo ji vykoná s výrazně horším výsledkem.

Závěrem této kapitoly

Výše uvedené specifické potřeby jsou tzv. potřebami „neviditelnými“. Také proto mají studenti leckdy pocit, že jejich problémy mohou být okolím přehlíženy či dokonce bagatelizovány, což je může odradit od vyhledání podpory. Potvrzení jejich specifických potřeb a jejich nároku na modifikaci ze strany vyučujícího tak může samo o sobě být pro studenty významnou podporou, která jim pomůže se ukotvit a zesílit. Základem podpory je zde respektující vztah.

Užitečné odkazy

- AP3SP (2021, 29. 8.). *Asociace poskytovatelů služeb studentům se specifickými potřebami na vysokých školách*. Dostupné z: <https://www.ap3sp.cz/>
- Podpora uchazečů a studentů se specifickými potřebami na Univerzitě Tomáše Bati ve Zlíně (2021, 8. 9). *Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně, Akademická poradna*. Dostupné z: <https://akademickaporadna.utb.cz/centrum/dokumenty/>
- Mendelu (2021, 10. 9). *Průvodce pro studenty se specifickými potřebami*. Mendelu. Dostupné z: <https://icv.mendelu.cz/prirucky-pro-sp>

8.5 Přístupy studujících k distanční výuce

Tuto kapitolu jsme připravili pro vás – pro studující s jinými obtížemi. Nejdříve shrneme obecná doporučení, poté zmíníme i jednotlivá doporučení z hlediska typologie vašich obtíží.

Obecná doporučení:

Při nástupu ke studiu na vysoké škole se informujte o statutu studenta se specifickými potřebami (např. v univerzitních centrech/střediscích podpory SSP, najdete je např. na webových stránkách *Asociace poskytovatelů služeb studentům se specifickými potřebami*.⁶⁷ Dostatek informací vám pomůže rozhodnout se, zda by pro vás mohl být statut studenta se specifickými potřebami přínosný.

- Po rozhodnutí, že má pro vás statut studenta se SP smysl, kontaktujte včas pověřeného pracovníka, který provádí funkční diagnostiku. Ta bude sloužit pro doporučení, jak by vaše studium mohlo být modifikováno.
- Pro funkční diagnostiku si připravte dokumenty, které dosvědčí vaše zdravotní či psychické znevýhodnění (nemělo by být starší 2 let).
- Seznamte se se studijním plánem vašeho studia ještě před funkční diagnostikou, zkuste si také dohledat anotace či charakteristiky jednotlivých předmětů – přemýšlejte, jaké nástrahy na vás ve studiu čekají. Můžete je řešit v rámci funkční diagnostiky, a tak již preventivně zamezit jejich vzniku.
- Součástí funkční diagnostiky je i doporučení opatření, které budete

⁶⁷ AP3SP (2021, 29. 8). *Podpora při studiu na VŠ. Adresář odborných pracovišť*. Dostupné z: <https://www.ap3sp.cz/podpora-pri-studiu-na-vs/adresar-odbornych-pracovist/>

mocť jako student se specifickými potřebami využívat. Seznamte se (např. na webových stránkách univerzitních center/středisek podpory SSP) s jejich popisy, pomohou vám lépe osvětlit jejich obsah i způsob využívání (jak je objednat, na koho se máte obrátit aj.).

- Najděte si informační zdroj mezi studenty (studenti vyšších ročníků, studenti z oborových studentských rad, skupiny studentů v rámci sociálních sítí – např. na Facebooku, Instagramu aj.) – mohou vám pomoci zorientovat se v tom, jak studium probíhá, jaké jsou zvyklosti na fakultě/katedře, kde budete studovat.
- Reflektujte, jaké podpůrné sítě budete využívat (poradenství na vysoké škole, psychoterapie v rámci klinického zařízení, tutorské služby atd.).

Studenti s psychickými poruchami

Základem našeho doporučení pro studenty je komunikace s vyučujícími. Oproti některým jiným skupinám studentů se specifickými potřebami, z běžné komunikace nemusí mít vyučující (zvláště u větších kurzů) žádné povědomí o vašich potížích. Může si případnou absenci či zpoždění interpretovat jako váš nezájem. Proto otevřená a je včasná komunikace a vyjádření vašich potřeb základem pro přípravu na předmět, jeho průběh i úspěšné zakončení. Můžete mít obavy, zda najdete u konkrétního vyučujícího pochopení – pokud nebudete úspěšní, můžete se obrátit na pracovníka, který realizoval funkční diagnostiku nebo na jiného poradenského/pověřeného pracovníka fakulty s žádostí o pomoc při komunikaci s vyučujícím.

Distanční výuky se nemusíte obávat, může mít i své výhody. Co se osvědčuje?

- Aby byla efektivní, je výhodné si vytvořit pravidelný režim dne. Ten můžete mít i ve formě vytištěného listu, kalendáře, diáře apod. Vizuelní kontrola a možnost zapisování pomáhá se strukturací i pozitivním pocitem za splněné dílčí kroky.
- Můžete si zkusit vytvořit na daný den dva plány. Jeden pro případ, že budete v dobrém psychickém stavu a druhý, pro případ, že budete mít slabší den. Je však potřeba, aby vaše plány byly realistické. Velké očekávání a nadhodnocení splnitelnosti cílů zvyšuje vnitřní frustraci a může prohloubit vaše psychické potíže. Do denního plánu si kromě studijních povinností a úkolů zařaďte i další aktivity, včetně času na jídlo. Aktivitou se myslí i čas na odpočinek, ať již aktivní či ten pasivní.
- Veďte si písemnou evidenci o tom, jak se vám dařilo plán dodržet. Učiňte tak veličinu „studijní aktivita, sebekázeň, ...“ měřitelnou. Výsledek pravidelně po určité době (např. týden) vyhodnocujte. Nechtějte od sebe

hned stoprocentní plnění plánu, buďte spokojený/á se zlepšením. Plán nesmí být maximalistický, potřebujete se sebou udělat dobrou zkušenost. Všichni jsme motivovaní především úspěchem, zkuste si ho tímto způsobem zajistit. Později od sebe můžete chtít víc.

- Myslete i na to, jakým způsobem ovlivňuje vaše případná medikace vaši soustředěnost během dne a podle toho také uzpůsobte mentální náročnost jednotlivých aktivit.
- Pro stabilitu vašeho psychického stavu je velmi důležitá i délka a kvalita spánku. Ta je předpokladem pro dobré fungování paměti, pozornosti, ale i pro celkové emoční ladění. Dále je to dodržování denního a spánkového režimu.
- Během distanční výuky ušetříte i nějaký čas, který byste jinak strávili cestováním na fakultu, využijte proto tento čas navíc tak, abyste jej naplnili hodnotně a ke své spokojenosti.
- Zkuste si udělat časový harmonogram výuky tak, abyste na svém pracovišti, odkud se budete připojovat na výuku či plnit studijní úkoly, byli 10 minut předem. Tím se vám dostane krátký prostor se na výuku naladit, technicky se zvládnout připravit atd.
- Vždy si kromě technických prostředků (mobil, tablet, počítač, notebook apod.) připravte i papír a psací pomůcky. Mnohé výzkumy ukazují, že forma poznámek tužka-papír je efektivnější než děláním si poznámek pomocí elektronického zařízení. Pokud vám však elektronické poznámky vyhovují více, pokračujte v nich.
- U pracoviště si připravte i vodu, studenti často během výuky zapomínají na příjem tekutin.
- K efektivnějšímu studiu pomáhá i to, pokud se na výuku vhodně obléknete a nepřipojujeme se v pyžamu. Tento prostý fakt pomáhá odlišit čas soukromí a čas práce/studia. Pokud je to možné, vytvořte si doma pracovní prostor, kde pravidelně pracujete a neděláte zde nic jiného.
- Pokud máme možnost nahrávání přednášky/semináře, určitě ji doporučujeme využívat. Pokud to vyučující sám nenabízí, zkuste jej o to požádat. V případě, že by vám nevyhověl, požádejte jej o to, zda si můžete vy sám/a hodinu pro své soukromé účely nahrávat.
- Může se stát, že i přes důslednou přípravu na výuku, pravidelný režim dne vám studium nepůjde podle plánu a vašich představ či se zhorší váš psychický stav. I v této situaci doporučujeme otevřenou komunikaci s vyučujícími. Věříme, že pokud vyučujícího informujete o aktuálních problémech, bude i on sám chtít najít nějaké řešení, které by vám

pomohlo zvládnout nároky předmětu.

- Můžete požádat o prodloužení lhůt pro odevzdání úkolů/prací, o omluvení absence ve výuce apod. V případě, že máte plnit nějaký skupinový úkol, domluvte se na jeho realizaci, zda by nebylo ve vašem případě lepší individuální plnění. Pokud cítíte, že by vám pomohla individuální konzultace, požádejte o ni.
- Kdyby se váš psychický stav i přes poskytovanou psychoterapii, farmakologickou péči apod. zhoršil a vy nebude schopen/na nároky kurzu či celého studia zvládat, neváhejte se obrátit na studijní referentku nebo jinou pověřenou osobu fakulty, která má na starost studenty se specifickými potřebami. Určitě vám poradí, jaké jsou vaše možnosti (např. rozložení ročníku, individuální studijní plán atd.). Mohou to být i poradenští pracovníci VŠ, na koho se můžete obrátit o radu (např. na Univerzitě Karlově existují poradny na několika fakultách nebo přímo v Centru Carolina).

Studenti s neautistickými neurovývojovými poruchami

Měli byste vědět, že váš problém v komunikaci nemusí být každému vyučujícímu zřejmý z hlediska toho, jak by vám měl pomoci. Ještě před samotnou výukou vyučujícího informujte, že patříte do kategorie F a jaká doporučení obsahuje posudek funkční diagnostiky. Vyučující přivítají i konkrétní postupy, které právě vám pomáhají.

Podobný postup zvolte i v případě distanční výuky. Reflektujte, zda budete schopen/schopna se zapojit přímo do výuky formou svých výpovědí, nebo zda budete preferovat verbální komunikaci nebo se zapojíte formou chatových zpráv.

Dohodněte se také s vyučujícím, jaké podpůrné přístupy potřebujete při písemné zkoušce, jaké při ústním zkoušení, a to jak v rámci prezenční výuky, tak výuky distanční.

Studenti s chronickým onemocněním

Podpůrné přístupy při studiu

- Při sebeobsluze a dalších fyzických aktivitách souvisejících se studiem nebo s činnostmi, které jsou součástí vzdělávacího programu (včetně ubytování a stravování v zařízeních, jejichž zřizovatelem je škola nebo které jste fakticky nucen využít při akcích organizovaných mimo sídlo školy) máte právo využívat služby osobního asistenta. O této možnosti se dozvíte více na své fakultě.
- Dále můžete čerpat individuální výuku, která v případě distanční výuky

může využívat např. výukové metody i zcela odlišné od běžných výukových metod daného předmětu. To znamená, že vyučující vám může výuku tzv. „ušít na míru“ tak, aby pro vás byla i přes vaše specifické potřeby zvládnutelná.

- Využijte domácí prostředí ve svůj prospěch. Uspořádejte si pracovní prostředí podle svých představ, zvolte takovou polohu, která vám bude příjemná.

Inspirace studenta kategorie F: „Doma mne nestresuje prostředí, mám své pohodlí. Pokud mi není dobře, mohu použít kompenzační techniky v průběhu hodiny. Což při prezenční výuce nešlo.“

- I přes výše zmíněné je však jisté, že bez učení to stejně nepůjde. Pokud nevíte, jaký učební styl zvolit, nevíte si rady, jak se efektivně učit, můžete využít službu *Nácvik studijních strategií*, který se v online prostředí může mimo výše zmíněné zaměřovat také na nácvik efektivní práce s výpočetní, případně jinou kompenzační technikou.

O všech zmíněných službách se můžete informovat na své fakultě, např. u osoby vyčleněné pro podporu studentů se specifickými potřebami či na studijním oddělení. K jejich využívání je nezbytné začlenit je do vašeho posudku funkční diagnostiky. Pokud v něm doporučení uvedené nemáte, nebojte se odborníka, který vám posudek vystavil, požádat o aktualizaci posudku funkční diagnostiky.

Zásady pro atestování

Studenti s kolísavým zdravotním stavem, rehabilitacemi, hospitalizacemi:

- Nebojte se požádat o plnění studijních povinností a zkoušek v náhradním (individuálním) termínu a/nebo individuálním čase. Díky tomu se můžete na zkoušku zapsat na konkrétní hodinu, ve které vám bude umožněno zkoušku vykonat, aby byl eliminován čas čekání (ať už kontaktně či distančně). V návaznosti na posudek funkční diagnostiky můžete také preferovat vybraný typ atestace (ústní/písemná zkouška) a můžete čerpat zvýšenou časovou dotaci.
- Máte-li bolestivé onemocnění či takový zdravotní stav, který při námaze významně snižuje vaši výkonnost a pozornost, lze doporučit distanční formu testování i po přechodu na kontaktní výuku. Zejména u studentů, kteří se na fakultu dopravují zdaleka, totiž může po fyzické námaze dojít k takovému poklesu schopností, při kterém student nebude schopen

zkoušku vykonat, anebo ji vykoná s výrazně horším výsledkem.

- Pro atestace (písemným testem/ústní zkouškou) máte zpravidla v posudku uvedenou informaci o navýšení času na jeho zpracování (vyjádřeno v procentech). Obvykle tam také je uvedena informace, zda máte nárok preferovat způsob atestace (písemná, ústní). Pro některé studenty, kteří mají obtíže v písemném projevu, může být postačující, když vyučující nahradí test s otevřenými otázkami testem se zatrhávacími políčky. U jiných je nezbytné nahradit jej zkouškou ústní. Více informací jistě naleznete ve svém posudku a finální podobu atestace doladíte se svým vyučujícím. Dbejte však na to, abyste jej o této modifikaci uvědomili s dostatečným předstihem.

Závěrem této kapitoly

Nebojte se o svých potřebách mluvit, jste to právě vy sami, kdo o vás ví nejvíce. Doporučujeme vám být v kontaktu nejen s vyučujícími, ale také s pracovníky své fakulty, kteří jsou pověřeni prací se studenty se specifickými potřebami (kontaktní osoby/referentka/odborníci). V případě potřeby jsou to právě oni, kdo vám mohou poskytnout potřebnou podporu.

Užitečné odkazy

- AP3SP (2021, 29. 8.). *Asociace poskytovatelů služeb studentům se specifickými potřebami na vysokých školách*. Dostupné z: <https://www.ap3sp.cz/>
- Podpora uchazečů a studentů se specifickými potřebami na Univerzitě Tomáše Bati ve Zlíně (2021, 8. 9). *Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně - Akademická poradna*. Dostupné z: <https://akademickaporadna.utb.cz/centrum/dokumenty/>
- Mendelu (2021, 10. 9). *Průvodce pro studenty se specifickými potřebami*. Mendelu. Dostupné z: <https://icv.mendelu.cz/prirucky-pro-sp>

8.6 Další doporučené přístupy/další formy pomoci

Poradenské služby pro studenty s psychickými potížemi nabízejí i možnost programu návratu studijních strategií. Tento program je nabízen buď ve formě individuálních konzultací nebo ve formě skupinových setkání. Jeho náplní je analýza učebního stylu studenta, vyzkoušení si strategií podporujících efektivní učení, rozvoj paměti, koncentrace pozornosti a také vzájemné sdílení studentů s podobnými potížemi.

Další podpůrnou možností je možnost studijní asistence. Jedná se o výpomoc

studenta stejného či příbuzného oboru, sdílení poznámek, společné učení apod.

Studenti kategorie F mohou při sebeobsluze a dalších fyzických aktivitách souvisejících se studiem nebo s činnostmi, které jsou součástí vzdělávacího programu (včetně ubytování a stravování v zařízeních, jejichž zřizovatelem je škola nebo které je student fakticky nucen využít při akcích organizovaných mimo sídlo školy) využívat služby osobního asistenta (MŠMT, 2021).

Studenti mohou dále čerpat individuální výuku, což je opatření, jímž se v odůvodněných případech zajišťuje smyslová nebo fyzická přístupnost výuky studentům se specifickými potřebami. Může jít jak o výuku poskytovanou samostatně jedinému studentovi, tak o výuku v malých skupinách studentů s týmiž specifickými potřebami, resp. týmiž pracovními metodami (MŠMT, 2021).

Pro volbu vhodného studijního stylu a nácvik efektivních strategií mohou studenti čerpat službu *Nácvik studijních strategií*, který je podporuje v nácviku minimálních kompetencí potřebných pro studium (MŠMT, 2021).

8.7 Závěr

Studenti s jinými obtížemi, a to jak s psychickými poruchami, studenti s neautistickými neurovývojovými poruchami, tak i studenti s chronickým onemocněním nepotřebují pro zvládnutí vysokoškolského studia příliš technickou či technologickou podporu. Potřebují zejména vhodný přístup vyučujících, přijetí svými spolužáky a otevřenou komunikaci, dále i dobré nastavení studijních modifikací. Vliv může mít i to, zda probíhá lékařská či psychoterapeutická léčba, která umožní stabilizaci psychického nebo zdravotního stavu. Kromě popisovaných doporučených postupů, a to v prezenční i distanční výuce, je třeba pamatovat na rozvoj porozumění specifickými potřebám studentů kategorie F a vytváření sítí sociálních opor.

Literatura

Kol. autorů (2016). *Manuál podpory studentů s psychickým onemocněním na vysoké škole*. Asociace poskytovatelů služeb studentům se specifickými potřebami na vysokých školách. Dostupné z: https://alfons.vut.cz/wp-content/files/Manul_-PSY.pdf

Kucharská, A. et al. (2020). Online výuka u studentů se speciálními potřebami – nároky a možnosti zvládnání. Metodické doporučení pro pracovníky PedF UK. Praha: PedF UK. Dostupné z: https://pedf.cuni.cz/PEDF-260-version1-studenti_se_sp_on_line_vyuka_27_10_2020_final.pdf

- Kucharská, A., & Janyšková, K. (2021). *Studenti se specifickými potřebami v době distanční výuky na vysoké škole*. Konference Kvalita života 2021 - Kariéra, rodina a COVID-19, Prešov.
- Lovasová, V., Voříšková, K., Albrechtová, L., & Rubricius, M. (n.d.). *Distanční výuka a žáci se SVP (soubor doporučení pro distanční výuku)*. Vydáno v rámci projektu Vzděláním k úspěchu bez bariér. Číslo projektu: CZ.02.3.62/0.0/0.0/16_037/0003942. Dostupné z: <https://bezbarier.zcu.cz/images/Vzdelavani/Manualy-pro-pedagogy/Distanzni-vyuka-a-zaci-se-SVP.pdf>
- Michalík, J. et al. (2011). *Zdravotní postižení a pomáhající profese*. Portál.
- Možnosti podpory* (n.d.). Asociace poskytovatelů služeb studentům se specifickými potřebami na vysokých školách. <https://www.ap3sp.cz/podpora-pri-studiu-na-vs/moznosti-podpory/>
- MŠMT (2020). *Metodické doporučení pro vzdělávání distančním způsobem*. Dostupné z: <https://www.msmt.cz/metodika-pro-distanzni-vzdelavani>
- MŠMT (2021). *Pravidla pro poskytování příspěvku a dotací veřejným vysokým školám Ministerstvem školství, mládeže a tělovýchovy pro rok 2021*. Dostupné z: <https://www.msmt.cz/file/54834/>
- Nepozorní. Dokument o ADD/ADHD*. Dostupné z: https://www.youtube.com/watch?v=Wi_4Cg34RbA
- Raboch, J., Hrdlička, M., Mohr, P., Pavlovský, P., & Ptáček, R. (Eds.). (2015). *DSM-5®: diagnostický a statistický manuál duševních poruch*. Hogrefe - Testcentrum. <http://www.digitalniknihovna.cz/mzk/uuid/uuid:37024c20-09ff-11eb-b34d-005056827e51>
- Ústav zdravotnických informací a statistiky ČR (2019). *MKN-10: Mezinárodní klasifikace nemocí a přidružených zdravotních problémů: desátá revize*. Aktualizované vydání k 1. 1. 2020. Dostupné z: <https://www.uzis.cz/index.php?pg=registry-sber-dat--klasifikace--mezinarodni-klasifikace-nemoci>
- Vitásková, K., & Mlčáková, R. (2014). *Student s narušenou komunikační schopností na vysoké škole*. Olomouc: UPOL. Dostupné z: <https://cps.upol.cz/wp-content/uploads/2017/09/Student-s-narusenou-komunikacni-schopnosti-na-vysoke-skole.pdf>
- Weiss, P. (2012). Poruchy pohlavní identity. *Psychiatr. praxi* 2012; 13(3), 104–106. <https://www.psychiatriepropraxi.cz/pdfs/psy/2012/03/03.pdf>

9. Distanční výuka u studujících s ekonomickým či sociálním znevýhodněním (SEZ)

Blanka Štefaničová

9.1 Popis skupiny, základní terminologie, dopady na vzdělávání

Základní terminologie

Definice studujících se sociálním a/nebo ekonomickým znevýhodněním je přejata z *Katalogu podpůrných opatření pro žáky s potřebou podpory ve vzdělávání z důvodu sociálního znevýhodnění* (Felcmanová, & Habrová a kol., 2015) a upravena pro studující vysokých škol.

Je třeba si uvědomit, že **životní okolnosti, jakými jsou např. menšinová příslušnost, špatná finanční situace rodiny, nezaměstnanost pečovatелů, nízké vzdělání rodičů, životní historie zahrnující narození v jiném státě než v ČR nebo jiný rodný jazyk atd. neznamená automaticky znevýhodnění studující/ho, ale může jím být. Záleží na dalších okolnostech jako je např. osobnost studující/ho, jeho/její zdravotní stav, okolní prostředí (politická situace, společenské naladění, možnost přivýdělku apod.), rodiny s vyšším počtem dětí aj.).**

Pokud shrneme aspekty, které mohou způsobit znevýhodnění ve vzdělávacím procesu na vysoké škole, patří sem především:

- špatná finanční situace rodiny (závislost na dávkách státní sociální podpory či hmotné nouze, exekuce, zadluženost, nezaměstnanost, hodně sourozenců);
- nízké vzdělání rodičů či pečovatелů (základní škola či učiliště);
- bydliště v sociálně vyloučené lokalitě;
- nedostatečná znalost vyučovacího jazyka;
- znevýhodnění kvůli etnické stigmatizaci (student/ka může být vnímán/a jako příslušník nemajoritního etnika);
- ústavní výchova, pěstounská péče.

Výše uvedený výčet nemusí být konečný, jedná se pouze o nejčastější potíže, se kterými se studující mohou potýkat, a které ovlivňují jejich studijní úspěšnost. Vždy je však třeba postupovat individuálně.

Co se týká početnosti skupiny SEZ studujících, můžeme se ji pokusit odhadnout např. podle počtu studujících, kteří pobírají sociální stipendium. V roce 2018 bylo stipendium v případě tíživé sociální situace na Univerzitě Karlově vypláceno celkem 147 studujícím. Očekávalo se, že v době covidové krize, kdy mnoho studujících či jejich rodičů, kteří je finančně podporovali, bude mít finanční těžkosti, v důsledku čehož vzroste počet studujících, kteří budou pobírat nějaký druh sociálního stipendia.⁶⁸ Stalo se však, že mladí lidé, kteří by mohli spadat do kategorie SEZ, se pravděpodobně ke studiu ani nepřihlásili, neboť počet těch, kteří pobírají stipendium, se paradoxně snížil: za rok 2020 pobíralo sociální stipendium 63 studujících, tedy méně než polovina původního počtu studujících. Je obtížné určit, kolik z těchto studujících patří do kategorie SEZ dle definice výše. V praxi se setkáváme s tím, že ne všichni studenti, kteří mají nějaký problém, jsou nějakým způsobem evidováni (příčinou je i neinformovanost nebo neochota samotných studentů).

Dopady znevýhodnění na vzdělávání s rozlišením dle jednotlivých typů postižení

Studující s ekonomickým znevýhodněním

Ze zkušeností dvouletého poradenství pro skupinu studujících s ekonomickým znevýhodněním můžeme říct, že tito studující mají obvykle silnou motivační studium dokončit, neboť si uvědomují lepší možnosti pracovního uplatnění s dokončeným vysokoškolským vzděláním. Na druhou stranu je pro ně nezbytné mít uspokojené základní potřeby (bydlení, strava). Ve většině případů tedy kombinují studium s brigádou či pracovním poměrem. Nadměrnou zátěž mnozí zvládají dobře, stává se však, že má negativní vliv na jejich zdravotní stav (zejména psychický).

Psychika hraje důležitou roli při zvládání studijních povinností. Z praxe známe případy, kdy rodiče manipulují své děti (studující UK), aby jim daly svoje vlastní prostředky (vydělané či zděděné peníze), někdy dokonce prodávají jejich osobní věci včetně studijních pomůcek. Studující je pak pod dvojitým tlakem (školy i rodiny).

⁶⁸ Na sociální stipendium na UK má nárok student/ka, u něž příjmy společně posuzované domácností jsou do 1,5násobku životního minima, a splňuje další podmínky. Mezi druh sociálního stipendia lze zařadit i ubytovací stipendium ve zvýšené míře 1. či 2. kategorie, kdy pro jeho přiznání kromě dalších podmínek musí být příjmy společně posuzované domácností do 1,5násobku, resp. do 2,7násobku životního minima. Pro náhle vzniklé situace je na UK určeno Stipendium v akutní tíživé situaci studenta, jehož výše činí jednorázově až 100 000 Kč. O přidělení tohoto stipendia rozhoduje rektor/ka nebo děkan/ka. Podrobnější informace jsou k nalezení na: <https://cuni.cz/UK-59.html>.

Samostatnou kapitolu pak tvoří studující rodiče, kteří se rovněž mohou potýkat s finančními problémy a cítit se sociálně vyloučení. Na druhou stranu, opět čerpáme z praxe, si velmi často pochvalují rozšíření distanční výuky. Mohou si např. poslechnout přednášku v čase, který jim vyhovuje. Mohou u poslechu přednášky plnit své rodičovské či domácí povinnosti v prostředí domova bez nutnosti hlídání dítěte třetí osobou.

Kazuistika: Studentka bydlí s přítelem v pronajatém bytě. Rodiče rozvedeni, oba mají novou rodinu s malými dětmi. Tvrdí, že nemají peníze na to, aby přispívali nejstarší společně dceři (studentce) na studium VŠ. Přestože je to jejich zákonná povinnost, studentka se s nimi soudit nechce. Z brigád ale nemá dostatečný příjem, který by pokryl část nájmu, obživu a studijní pomůcky. Obává se, že na stipendium nemá nárok, protože rodiče ji odmítají dát potvrzení o svých příjmech. Řešení: společně posuzovaná domácnost je domácnost, kde studentka žije se svým přítelem, a kde má trvalé bydliště. Nepotřebuje tedy doklady o příjmech rodičů, ale přítele. Pokud jsou příjmy jejich domácnosti do 1,5násobku, resp. do 2,7násobku životního minima, může si požádat o stipendium na podporu ubytování ve zvýšené míře.

Studující se sociálním znevýhodněním

Studující, jejichž rodiče nemají vysokoškolské vzdělání, a kteří nemají ve svém okolí nikoho, kdo by tímto druhem vzdělání prošel, mohou mít problémy se zorientováním se v systému vzdělávání na VŠ. Sociální znevýhodnění se jeví jako rizikové především v prvním roce studia na vysoké škole. Studující často tápou, prostředí vysoké školy je pro ně naprosto nové a těžko se v něm orientují. Obvykle nemají vytvořenou podpůrnou skupinu vrstevníků, nevědí, jak se seznámit, jak komunikovat s vyučujícími (jak je oslovit, jak napsat e-mail zdvořilým způsobem, na koho se obrátit v případě potíží, jak fungují univerzitní knihovny atd.).

Student prvního ročníku z vyloučené lokality. Uzavřený, introvertní, nikoho zde nezná. Na koleji bydlí se studentem, se kterým si nerozumí. Zaujala jej nabídka mentoringového programu pro studující prvních ročníků. Obrátil se na Centrum Carolina, které mu našlo mentora přímo z jeho fakulty. Mentor mu vysvětlil základní chod fakulty a univerzity, poradil, kde najde potřebná oddělení. Doporučil mu, kam se může obrátit s dalšími otázkami. Navíc mu poradil i s neformálními potížemi (obtížné navazování přátelství). První setkání proběhlo online, další osobně. Student je jistější, nemá pocit, že někoho obtěžuje

se svými dotazy. Mentor je též spokojený, za čas, který strávil se studentem, je finančně odměněn.

Studující se sociálním znevýhodněním nemusí mít dlouhou dobu zřetelné projevy, nebývá snadné je odhalit, neboť se na první (ani na druhý) pohled nijak neliší od běžných studujících. Ani student/ka si svou situaci nemusí připouštět nebo prožívat jako znevýhodněnou, často z toho důvodu, že patřit do kategorie sociálního znevýhodnění může být vnímáno jako ponižující či spojeno s vnitřním pocitem vlastní nedostatečnosti, neboť se jedná o formu vyloučení z něčeho, co je ostatním dostupné.⁶⁹ Okolí se takový člověk může jevit jako uzavřený, izolující se od ostatních, nebo naopak jako drzý a bez znalostí společenské etikety.

Specifické potřeby studentů této skupiny

Z praxe je možné říct, že studenti a studentky této skupiny uvítají individuální a citlivý přístup ze strany vyučujících (i spolužáků). Studujícím s ekonomickým znevýhodněním nepochybně pomohou delší lhůty k plnění svých studijních povinností, eventuálně možnost přivýdělků v rámci jejich studovaného oboru. Studujícím se sociálním znevýhodněním zase pomůže, když je vyučující bude začleňovat do týmové práce, v případě komunikačních problémů diskrétně a citlivě vyjasní, jaké chování je vyžadováno a jaké je nepřijatelné.

9.2 Specifické těžkosti studentů této skupiny v online výuce / při distančním vzdělávání

Distanční (online) výuka nemusí představovat pro tuto skupinu studujících nadměrné těžkosti, pokud mají vyhovující prostorové a technické zázemí. Domníváme se, že nejvýznamnější těžkostí mohou u nich být technické problémy (nedostatečné vybavení, nevyhovující prostor pro online výuku) a také chybějící osobní kontakt se spolužáky i s vyučujícími. Mnoho věcí se snadněji řeší při setkání face to face než přes kameru. V online komunikaci zpravidla chybí důvěrná atmosféra ke sdílení osobních potíží a vy, jakožto vyučující se tak nemusíte dozvědět, čím si student/ka prochází a čemu momentálně musí čelit.

⁶⁹ <http://katalogpo.upol.cz/socialni-znevychodneni/2-projevy-socialniho-znevychodneni-a-jeho-dopady-do-vzdelavani/>

Jakou zpětnou vazbu na distanční výuku poskytli studující Univerzity Karlovy, včetně tipů na zlepšení a ocenění dobré praxe, můžete najít na stránkách karlovkaonline.cz.⁷⁰

Konkrétně studenti/ky, nejen socioekonomicky znevýhodnění, často postrádají

- Jasně zveřejnění, kam a kdy se na výuku připojit, zejména pokud se střídají vyučující.
- Synchronní výuku s osobní přítomností vyučujícího v době rozvrhu. Předtočenou prezentaci s komentářem nepovažují studenti za plnohodnotnou.
- Včasný příchod vyučujících na distanční výuku.
- Dodržování rozvrhovaného času vyučujícím. Nedodržením vymezeného času dostávají vyučující své studenty/ky do nepříjemného tlaku a neřešitelných situací, kdy studující mají být v jiné výuce.
- Zdůraznění toho, co je v látce opravdu to podstatné a čemu věnovat největší pozornosti.
- Možnost otevřené diskuse nad odbornými nejasnostmi.
- Komunikace nad nejasnostmi organizačního rázu.
- Včasné zveřejnění podmínek k zápočtu a zkoušce (to je dokonce v rozporu se studijními předpisy Univerzity Karlovy, leč údajně k tomu dle některých studujících dochází).
- Včasné odpovídání na e-maily (alespoň do dvou dnů).

Co bývá z pohledu studentů nadbytečné a problematické

- Online výuka trvajíc déle než 90 minut bez přestávky. Výuku nad 2 hodiny popisují jako utrpení.
- Vymýšlení nadbytečných domácích úkolů, které dříve při prezenční výuce nebývaly. Zahlcují již tak komplikovanou agendu distanční výuky a obvykle jsou výrazem pedagogických rozpaků. To se nevztahuje například na konkrétní zadání a přípravu na následující hodinu, to je naopak vnímáno jako smysluplné a výhodu přinášející.

Co studenti často oceňují jako dobrou praxi

- Pokud se stane, že výuka přesáhne rozvrhovanou dobu, upozornit na to studenty/ky předem a dát jim možnost odejít, pokud mají již další povinnosti.

⁷⁰ <https://karlovkaonline.cz/>

- Vizuální kontakt s vyučující/m, který má kameru zapnutou a namířenou na sebe.
- Poskytovat prezentaci ke sdílení, nejlépe již před přednáškou.
- Pořizovat videonahrávku přednášky a odkaz na ni umístit na Moodle.
- Mít prostor na dotazy, podněcovat je, vytvářet bezpečný prostor pro diskusi a vyjasňování.
- Vést přednášku synchronně, „naostro a živě“ je mnohem přínosnější nežli poskytnout předtočenou verzi.
- Pokud se nedaří navodit aktivitu studentů a je nutné vyvolávat je jmenovitě, pak alespoň navodit bezpečné prostředí – nekárat, neshazovat, ale uvítat i špatnou odpověď a v klidu vysvětlit. Pochvaly jsou vítány.
- Co nejvíce interaktivních prvků ve výuce – kazuistiky, kvízy, zamyšlení nad problematikou. Nezůstat jen u výkladu!⁷¹

9.3 Podpůrné technické/technologické přístupy k modifikacím v online výuce

Studující se sociálním/ekonomickým znevýhodněním by měli mít k dispozici technické vybavení a prostorové zázemí pro studium. Potřebovat budou v závislosti na zvoleném nástroji: funkční počítač s reproduktory, mikrofonem, webovou kamerou, popřípadě plnohodnotně vybavený tablet či mobilní telefon. Student/ka musí mít též nainstalovaný příslušný software a zajištěné klidné prostředí, ve kterém nebude v průběhu výuky rušen/a. Univerzita by měla poskytnout potřebné pomůcky, pokud studujícím chybějí (např. zapůjčit notebook, zajistit internetové připojení), ale také poskytnout přístup na místa, kde je možné studovat (knihovny, studovny).

Pro usnadnění průběhu online výuky je žádoucí, aby si studenti/účastníci předem osvojili některé kompetence. Důležitá je zejména předchozí zkušenost s použitým nástrojem, zodpovědné chování (nesdělování osobních údajů a hesel) a nezatěžování systémů vkládáním objemných souborů.

V případě, že student/ka UK nebude mít odpovídající technické vybavení (např. notebook s videokamerou, mikrofonem a reproduktory, připojení k internetu) je možné pro eventuální zapůjčení kontaktovat univerzitní centra/střediska podpory SSP. Na Univerzitě Karlově se jedná o Centrum Carolina⁷², které je součástí UK Pointu.⁷³

⁷¹ <https://karlovkaonline.cz/chci-ucit/distancni-vyuka-na-uk/pohled-studentu-na-distancni-vyuku/>

⁷² <https://centrumcarolina.cuni.cz/CC-1.html>

⁷³ <https://ukpoint.cuni.cz/IPSC-1.html>

9.4 Podpůrné přístupy vyučujících, modifikace výuky – před výukou, ve výuce, při atestování

Při online výuce je zásadní nastavit transparentní kritéria a podmínky při výuce. Jedná se zejména o nastavení povinností pro studující: vymezit obsah učiva, poskytnout zdroje pro samostudium, specifikovat (ne)zbytnost přítomnosti studující/ho na online výuce, upřesnit způsob, jakým bude hodnoceno splnění předmětu a specifikovat všechny požadované podmínky. Dále je pak vhodné představit organizaci výuky a nabídnout individuální konzultace.

Velmi vítaná je možnost nahrávání přednášek. Student/ka si nahrávku může pustit (i opakovaně) v čase, který mu/jí vyhovuje bez nutnosti se přizpůsobit pevnému rozvrhu.

9.5 Přístupy studentů – jak se na výuku připravit, o co a jak žádat, co pomáhá ve výuce, jak na zpracování úkolů ve výuce i pro atestování, jak na atestování

Ačkoli chápeme, že se z vašeho pohledu studující/ho jedná v důsledku SEZ znevýhodnění o nepříjemný status, kterým se nikdo nechce „chlubit“, určitě vám doporučujeme, abyste vyučující/mu tuto skutečnost sdělili. Nelze očekávat úlevy od studijních povinností, ale např. možnost posunutí termínu splnění studijních povinností, individuální přístup apod. ano.

Zásadní pro vás jakožto pro studující je zajistit si technické a prostorové vybavení. Na většině vysokých škol fungují poradenská centra, která vám mohou technické pomůcky zapůjčit a poskytnout další služby a poradenství. Neváhejte je kontaktovat, dost možná vám nabídnou i další podporu, která bude individuální přímo pro vás. Můžete si také domluvit individuální termín v poradně podle nabídky jednotlivých vysokých škol (na UK např. psychologická poradna v českém i anglickém jazyce, právní, kariérní, sociálně-ekonomická a další, více informací.⁷⁴

9.6 Další doporučené přístupy/další možnosti podpory

Je vhodné studenty a studentky začlenit do dění a aktivit na univerzitě, aby se necítili izolováni. Konkrétně je možné zapojit je do činnosti spolků či peer

⁷⁴ <https://centrumcarolina.cuni.cz/CC-40.html>

programů, nabídnout mentoringový program, pokud je to možné, tak i brigády od fakulty či univerzity.

Další užitečné odkazy

- Karlovkaonline.cz (2021, 9. 9.). *Karlovkaonline.cz*. Dostupné z: <https://karlovkaonline.cz/>
- Lábusová, A. (2021, 9. 9.). *Projevy sociálního znevýhodnění a jeho dopady do vzdělávání*. Katalog podpůrných opatření. Dostupné z: <http://katalogo-pgo.upol.cz/socialni-znevychodneni/2-projevy-socialniho-znevychodneni-a-jeho-dopady-do-vzdelavani/>
- Chci učit (2021, 8. 9.). *Chci učit*. Karlovkaonline.cz. Dostupné z: <https://karlovkaonline.cz/chci-ucit/distancni-vyuka-na-uk/pohled-studentu-na-distancni-vyuku/>
- Poradny centra Carolina (2021, 7. 9.). *Poradny centra Carolina*. Centrum Carolina. Dostupné z: <https://centrumcarolina.cuni.cz/CC-40.html>
- Stipendia a poplatky. (2020, 3. 1.). *Stipendia a poplatky*. Univerzita Karlova. Dostupné z: <https://cuni.cz/UK-59.html>
- MPSV (2021, 8. 9.). *MPSV*. Dostupné z: <https://www.mpsv.cz/>
- Sbírka zákonů ČR. (2021, 12. 9.). *Sbírka zákonů ČR*. Zákony pro lidi. Dostupné z: <https://www.zakonyprolidi.cz/>

9.7 Závěr

Se socioekonomickým znevýhodněním se mohou studující potýkat od počátku studia, může se ale přihodit komukoli a kdykoli. Aby mohli takto znevýhodnění pokračovat úspěšně ve svém studiu, je třeba, aby měli zajištěny základní technické pomůcky ke studiu a prostor, kde nebudou rušeni. Někteří z nich se mohou díky svému znevýhodnění potýkat i s psychickými problémy, proto je třeba, aby věděli, na koho se případně mohou obrátit (zejména poradenství psychologické a socioekonomické). Neméně důležitá je celková informovanost o nabízených podporách univerzity, jako jsou stipendia, možnosti přivýdělku, možnosti ubytování a stravování, organizace, které se zaměřují na pomoc v nouzi atd.

Literatura

Felcmanová L., Habrová M. et al. (2015). *Katalog podpůrných opatření pro žáky s potřebou podpory ve vzdělávání z důvodů sociálního znevýhodnění*. Univerzita Palackého v Olomouci.

Přístupy a doporučení
pro distanční výuku
u studujících se specifickými potřebami
a dalším znevýhodněním

Anna Kucharská a kol.

Vydala Univerzita Karlova – Pedagogická fakulta

Rok vydání: 2021

Počet stran: 222

Formát: A5

1. vydání

Vytiskla tiskárna Nakladatelství Karolinum

ISBN 978-80-7603-293-4

