

Hvernig nálgast kennarar börn með ADHD í kennslu?

Ása Líndal Hinriksdóttir



Lokaverkefni lagt fram til fullnaðar BA-gráðu
í Uppeldis- og menntunarfræði við Háskóla Íslands, Menntavísindasvið
Janúar 2011

Lokaverkefni til BA -prófs

Hvernig nálgast kennarar börn með ADHD í kennslu?

Ása Líndal Hinriksdóttir
0906732979

Háskóli Íslands
Menntavísindasvið
Uppeldis- og menntunarfræðideild, uppeldis- og menntunarfræði
Janúar 2011

Útdráttur

Börn sem eru með athyglisbrest og ofvirkni (ADHD) eiga oft erfitt uppdráttar í námi. Til að geta komið til móts við þarfir barna með ADHD þá þurfa kennarar að þekkja þessa röskun og þær leiðir sem auðvelda þeim námið. Tilgangur rannsóknarinnar var að kanna hvernig kennarar nálgast þessi börn í kennslu og hvort þeir væru að beita þeim aðferðum sem nauðsynlegar þykja til að börnin geti lært eins og þeim hentar best. Gerð var eigindleg rannsókn í grunnskóla á landsbyggðinni. Tekin voru viðtöl við sex kennara. Metið var hvernig kennararnir komu til móts við börnin og flokkaðir samkvæmt því í fimm flokka. Þeir voru, mjög gott, gott, í meðallagi, slæmt og mjög slæmt. Helstu niðurstöður eru þær að þekkingu á ADHD sé ábótavant hjá kennurunum. Þekking er undirstaða þess að þeir geti kennt samkvæmt þeim aðferðum sem henta börnum með ADHD.

Formáli

Þessi ritgerð er unnin til BA-prófs í Uppeldis- og menntunarfræði á Menntavísindasviði við Háskóla Íslands. Vægi ritgerðarinnar er 14 ECTS einingar. Leiðbeinandi var Sigurlína Davíðsdóttir prófessor í uppeldis- og menntunarfræði við Menntavísindasvið Háskóla Íslands.

Ég vil þakka Sigurlínu leiðbeinanda mínum kærlega fyrir stuðninginn og að hafa trú á verkefni mínu. Kennurunum í grunnskólanum á landsbyggðinni vil ég færa kærar þakkir fyrir að gefa sér tíma til að taka þátt í rannsókninni. Vinkonum mínum Elísabetu S. Arndal og Vilborgu G. Valgeirsdóttur þakka ég kærlega fyrir aðstoðina og hvatninguna þegar á þurfti að halda. Elísabetu vil ég þakka sérstaklega fyrir yfirlesturinn. Fjölskyldu minni vil ég einnig þakka innilega fyrir allan stuðninginn meðan ég vann verkefnið, bæði manningum mínum Guðráði Gunnari Sigurðssyni og börnum okkar, Hinrik Már, Guðmundu Freyju og Önnu Katrínu fyrir óendanlega þolinmæði í minn garð. Foreldrum mínum þakka ég fyrir stuðning, aðstoð og að hafa óbilandi trú á mér.

Efnisyfirlit

1. Inngangur	6
2. Grunnurinn í skólastarfi	7
2.1. Lög um grunnskólann	7
2.2. Aðalnámskrá grunnskólanna.....	7
3. ADHD	8
3.1. Hvað er ADHD	8
3.2. Tíðni.....	10
3.3. Orsakir.....	11
3.4 Helstu fylgiraskanir.....	12
3.4.1. Kvíði	12
3.4.2. Mótþróaþrjóskuröskun (MPR).....	12
3.4.3. Félagsleg einangrun	13
3.4.4.Óyrtir námserfiðleikar (NLD).....	14
4. Kennsla og stjórnun	14
4.1. Kennarinn.....	14
4.1.1. Hlutverk kennara.....	16
4.1.2. Atferlismótun	17
4.2. Bekkjarstjórnun.....	18
4.2.1. Skipulag kennslustofu	19
4.2.2. Námsumhverfið.....	21
4.3. Stuðningur við kennara	22
5. Heimili og skóli	23
5.1. Samstarf heimila og skóla	23
6. Aðferðir	25
6.1. Þátttakendur	25
6.2. Mælitæki	27
6.3. Framkvæmd	28
6.4. Siðferðisleg atriði.....	29
6.5. Skráning og úrvinnsla	29
7. Niðurstöður og umræður	33
7.1.Skipulag	36
7.2 Þekking á ADHD	38
7.3 Stuðningur við kennslu	41
7.4 Kennsluaðferðir.....	42
7.5 Upplýsingaflæði	43
8. Lokaorð	47
Heimildaskrá	49
Viðauki 1	54

Hlustum í stað þess að hæða.
Ræðum í stað þess að rífast.
Skýrum í stað þess að skammast.
Treystum í stað þess að tortryggja.
Virðum í stað þess að vanmeta.
Nærum í stað þess að niðurlægja.

(Sigrún Aðalbjarnardóttir, 2007).

1. Inngangur

Grunnskólinn hefur mikil áhrif á börn og mótar þau. Hann er sá staður þar sem börn eyða mestum tíma æsku sinnar utan heimilis. Til þess að börn og kennarar fái sem jákvæðustu mynd af skólasterfinu þurfa samskipti þeirra að byggjast á gagnkvæmri virðingu og trausti. Það er mikilvægt að börn finni umhyggju og velvilja frá kennara sínum og að hann hafi trú á þeim og hæfileikum þeirra. Samkvæmt lögum þá eiga öll börn rétt á námi við sitt hæfi. Skólinn verður einnig að veita þeim nemendum sem eru með sértæka námserfiðleika kennslu og nám sem hentar þeim (Lög um grunnskóla nr. 91/2008).

Kennarar telja starf sitt vera flókið vegna fjölda barna sem eiga við ýmiskonar félags- og tilfinningavanda að stríða. Birtingamynd þess í skólasterfinu er meðal annars eirðarleysi, athyglisbrestur, tillitsleysi og samskiptaörðugleikar. Margir kennarar segja jafnframt að það séu hegðunarvandkvæði og agaleysi í bekkjarstarfinu. Með tilliti til þessa er hlutverk kennara erfitt og vandasamt (Sigrún Aðalbjarnardóttir, 2007). Í flestum bekkjum grunnskóla eru 2-3 börn í bekk með athyglisbrest með ofvirkni. Þegar talað er um athyglisbrest með ofvirkni þá verður hér eftir notast við skammstöfunina ADHD sem stendur fyrir *Attention Deficit Hyperactivity Disorder*. Börn með þessa röskun geta verið mjög krefjandi og þurfa aðhald, styrkingu og hrós allan daginn. Allir starfsmenn skólans þurfa að vera meðvitaðir um þessa röskun hjá börnunum og vinna sameiginlega að stuðningi og framkomu við börnin (Ragna Freyja Karlsdóttir, 2001).

Rannsóknarspurningin var eftirfarandi: *Hvernig nálgast kennarar börn með ADHD í kennslu?* Undirspurningin var þessi: *Hvaða stuðning fengu kennarar frá skólanum?* Markmið rannsóknarinnar var að kanna hvaða leiðir þeir hafa farið til að koma til

móts við þarfir barna með ADHD. Rannsóknin byggðist á eiginlegum rannsóknaraðferðum, þar sem tekin voru viðtöl við sex grunnskólakennara á landsbyggðinni.

2. Grunnurinn í skólastarfi

Grunnskólalögin kveða svo á að öll börn frá 6 ára til 16 ára aldurs eigi rétt á menntun. Lögin segja einnig hvernig staðið skuli að skólastarfi í landinu og hvaða hlutverki skólar gegna (Lög um grunnskóla nr. 91/2008). Í aðalnámskrá grunnskóla eru sett fram þau sameiginlegu námsmarkmið sem grunnskólar eiga að stefna að. Þar kemur einnig fram sá tími sem námið á að fara fram á einstökum námssviðum (Aðalnámskrá grunnskóla, 2006). Salamanca–yfirlýsingin er stuðningsyfirlýsing mannréttinda, að mannréttindum sé fylgt eftir og þau séu virt. Í þeirri yfirlýsingu kemur fram að skólarnir eigi að koma til móts við börn með sérþarfir og veita þeim nám og kennslu við hæfi (Menntamálaráðuneytið, 1995).

2.1. Lög um grunnskóla

Í lögum um grunnskóla frá árinu 2008 segir í 17. grein sem fjallar um börn með sérþarfir að koma skuli til móts við námsþarfir barna. Grunnskóli skal mæta þörfum þeirra án tillits til andlegra- og líkamlegra þátta. Börn sem eiga við sértæka námsörðugleika að stríða eiga rétt á stuðningi innan skólans og að tekið sé mið af sérþörfum þeirra. Foreldrar og fagfólk skólans sem koma að kennslu barnanna geta sótt um sérúrræði fyrir börnin innan grunnskólans eða sérskóla telji þau að börnin fái ekki kennslu við hæfi (Lög um grunnskóla nr. 91/2008).

2.2. Aðalnámskrá grunnskólanna

Það er hlutverk sveitarfélaga að halda úti grunnskóla fyrir börn á aldrinum 6 til 16 ára og annast menntun þeirra í samvinnu við heimili og aðra fræðslu- og uppeldisaðila. Með menntun er verið að stuðla að þroska einstaklinga, veita félagslegt uppeldi og fræða (Aðalnámskrá grunnskóla, 1989). Samkvæmt Aðalnámskrá er grunnskólum landsins skylt að taka á móti öllum börnum, koma til móts við þarfir þeirra og kenna þeim á árangursríkan hátt þó að bakgrunnur þeirra sé ólíkur. Börn sem eiga við námserfiðleika að stríða eiga oft í erfiðleikum með lestur. Til þess að mæta þessum vanda og öðrum erfiðleikum í námi er nauðsynlegt að meta sérþarfir barnanna. Það er gert með skimun og greiningu á til dæmis lestrarörðugleikum sem geta verið

margskonar eins og lesblinda. Því er mikilvægt að snemmtæk íhlutun fari fram sem allra fyrst á skólagöngunni. Með snemmtækri íhlutun er byrjað strax að vinna markvisst með börnin sem eru lesblind og notaðar viðurkenndar aðferðir ef grunur leikur á að um þroskaraskanir eða fatlanir sé að ræða. Það getur skipt máli að bíða ekki eftir því að börnin séu greind með ákveðna röskun. Með því getur skólinn ásamt foreldrum barnanna brugðist strax við og unnið samkvæmt viðurkenndum aðferðum (Jóna G. Ingólfssdóttir munnleg heimild, 28. janúar 2010). Þegar kennsluáferðir og skipulag skólustarfsins eiga í hlut verður að hafa í huga skyldur grunnskólanna til að sjá börnum fyrir sem mestum möguleikum til náms og þroska. Miða þarf við reynslu og þarfir barnanna og efla með þeim námsáhuga og vinnugleði (Aðalnámskrá grunnskóla, 2006).

Til þess að börn með sérþarfir fái þá menntun sem þau þurfa verður námsefnið að vera sveigjanlegt og sniðið að þeirra þörfum. Stuðningskennsla og sérstök aðstoð skal vera í boði á hverju skólastigi. Þessi aðstoð getur verið til dæmis stuðningsfulltrúi eða sérkennari, hvort sem um er að ræða innan eða utan bekkjar. Börn sem þurfa á slíkum stuðningi að halda geta verið með ýmsar raskanir eins og til dæmis ADHD (Menntamálaráðuneytið, 1995).

3. ADHD

Í kaflanum hér á eftir verður fjallað um athyglisbrest með ofvirkni, ADHD, tíðni hans, orsakir og helstu fylgiraskanir. Farið verður yfir fjórar fylgiraskanir sem tengjast ADHD, kvíða, mótþróaþrjóskuröskun (MÞR), félagslega einangrun og óyrta námserfiðleika (NLD).

3.1. Hvað er ADHD

ADHD er viðurkennd taugaþroskaröskun og kemur fram sem frávik í athygli, virkni og sjálfstjórn. Frávikin eru það mikil að þau valda einstaklingnum, fjölskyldu hans og umhverfi langvinnu og víðtækum vanda. ADHD er skipt niður í þrjú einkennasvið, athyglisbrest, ofvirkni og hvatvísi. Tvö síðastnefndu einkennin fylgjast oft að og eru mjög áberandi hjá þeim sem eru með ADHD. Þessi röskun er yfirleitt greind snemma í barnæsku og nær vandinn oft til fullorðinsára og hamlar einstaklingnum við að ná árangri í námi, starfi, félagslega og í einkalífi. Það er ekki

hægt að lækna ADHD en það er hægt að halda einkennum í skefjum með því að draga úr neikvæðum einkennum og styrkja þau jákvæðu (Félagsmálaráðuneytið, 2008; Sigrún Harðardóttir og Tinna Halldórsdóttir, 2008).

Greining á ADHD er skilgreind og flokkuð í DSM-IV sjúkdómaflokkunarkerfinu af bandarísku geðlæknasamtökunum í samstarfi við klíniska sálfræðinga. DSM-IV er bandarískt og stendur fyrir *Diagnostic and Statistical Manual*. Þetta flokkunarkerfi hefur verið aðlagð á Íslandi og er í notkun hér. Í DSM-IV er ADHD skilgreint út frá sameiginlegum hegðunarpáttum. Það eru níu atriði sem skilgreina athyglisbrest og önnur níu atriði sem skilgreina ofvirkni og hvatvísi. Til að börn greinist með ADHD samkvæmt DSM-IV þá verða þau að uppfylla sex einkenni af hvoru sviði. Einkennin þurfa að koma fram við ólíkar aðstæður og valda börnunum marktækum erfiðleikum í daglegu lífi og skóla. Einkenni ADHD eru yfirleitt komin fram fyrir 7 ára aldur og fylgja flestum fram á fullorðinsár. Þótt hegðunarmynstrið breytist með aldrinum þá geta einkennin verið hamlandi fram á unglings- og fullorðinsár (Félagsmálaráðuneytið, 2008; Landlæknisembættið, 2007).

Athyglisbrestur getur verið til staðar án þess að ofvirkni eða hvatvísi fylgist að. Þegar athyglisbrestur er einn og sér þá er erfiðara að greina röskunina og fer hún því oft framhjá foreldrum og kennurum. Einkennin koma oft ekki í ljós fyrr en vaxandi námsörðugleikar koma fram eða einstaklingar hafi fylgiraskanir sem eru sjáanlegar (Grétar Sigurbergsson, 2008; Mash og Wolfe, 2007). Athyglisbrestur lýsir sér í því að börn eiga erfitt með að einbeita sér að verkefnum sem þau taka sér fyrir hendur. Athyglin hverfur fljótt og þau ná oft ekki að ljúka verkefnum sem þeim eru sett fyrir. Börnin eru viðkvæm fyrir truflunum og minnsta áreiti dregur athyglina í burtu. Hvatvísi hjá börnunum lýsir sér þannig að þau framkvæma án þess að hugsa um afleiðingarnar. Oft leiðir hvatvísin til vanda í samskiptum við önnur börn. Ofvirknin lýsir sér þannig að börnin eiga erfitt með að sitja lengi kyrr og þeim hættir til að iða í sætinu og vera stöðugt á hreyfingu. Þau eru sífellt á ferðinni og stoppa aldrei. Þau eiga til dæmis erfitt með að bíða eftir að röðin komi að þeim í leik. Mörg þeirra tala hátt og mikið og eiga erfitt með að leika sér hljóðlega (Barkley, 2006; Elín Elísabet Jóhannsdóttir, 2001).

Einkenni ADHD hjá drengjum eru árásgirni, ögrandi hegðun, frammíköll og mikil hreyfing. Hjá stúlkum eru einkennin meira falin og koma fram sem gleymaska, dagdraumar, syfja og seinlæti. Depurð, kvíði og málæði eru einnig einkennandi fyrir þær (Barkley, 2006; Mash og Wolfe, 2007).

3.2. Tíðni

Nýlegar rannsóknir hafa sýnt fram á að það séu 2-3 börn með ADHD að meðaltali í hverjum bekk á öllum skólastigum, sem þýðir að það séu 5-10% barna með ADHD (Barkley, 2006). Eldri rannsóknir hafa gefið til kynna lægri tíðni eða um 3-5% skólabarna (Anna Kristín Sigurðardóttir, 1999). Þetta þýðir að fleiri hafa greinst með ADHD á undanförunum árum. Rannsóknir undanfarinna ára hafa hins vegar verið misvísandi um tíðni ADHD eftir samfélögum. Mörkin á milli þess sem talið er vera hegðunarvandi hjá börnum og svo einkenna vegna ADHD er óskýr. Þar kemur inn munur á menningu, uppeldisháttum, þjóðfélagsgerð og mismunandi skilningur á röskuninni sem getur að einhverju leiti skýrt þennan mun á tíðni (Stefán J. Hreiðarsson, 2008). Samkvæmt bandarísku stofnuninni Center for Disease Control and Prevention 2005, er taugabroskaröskunin ein algengasta greining á börnum á heimsvísu (sjá í Mckinley og Stormont, 2008).

Rannsóknir hafa sýnt fram á að fleiri drengir eru greindir með ADHD heldur en stúlkur, talið er að hlutfallið sé þrír drengir á móti hverri einni stúlku (DuPaul og Stoner, 1994; Landlæknisembættið, 2007). Ástæðan fyrir þessum mun er að drengir eiga í meiri vanda með hegðun á meðan stúlkur stríða meira við athyglisbrest sem er ekki eins truflandi og sýnilegur eins og hjá drengjum. Þess vegna er ólíklegra að þær komi inn til greininga (Ingersoll, 1988; Jónína Sæmundsdóttir, 2009).

Í Saudi-Arabíu var gerð rannsókn á 708 börnum, á aldrinum sjö til níu ára og þar kom fram að 3% af þeim voru greind með ADHD. Áætlað er að um eitt barn með ADHD sé í hverri kennslustofu. Lögð var áhersla á að greina börnin eins snemma og hægt væri til að geta mætt þörfum þeirra í skólakerfinu (Alqahtani, 2010). Rannsóknir sýna að um 50-70% barna með ADHD séu enn með einkennin á fullorðinsárum (Elín Elísabet Jóhannsdóttir, 2001). Öðru hvoru heyrast efasemdarraddir sem segja að fleiri börn séu greind með ADHD heldur en séu í raun. Ástæða þess getur verið að sum

börn eru virk og fljótfær án þess þó að vera ofvirk (Lefrançois, 2000). Erfitt er að ofgreina börn með ADHD vegna þess að þau fara í gegnum greiningarkerfi DSM IV sem er nákvæmt og öruggt greiningarferli (Landlæknisembættið, 2007).

3.3. Orsakir

Orsakir ADHD eru ekki fyllilega þekktar en eru taldar vera af líffræði- og erfðafræðilegum toga. ADHD getur líka orsakast af sjúkdómum eða slysum, eins og áföllum á meðgöngu, í fæðingu, lágri fæðingarþyngd, höfuðáverkum og næringarskort. Rannsóknir hafa sýnt að ADHD stafi af truflun í boðfnakerfi í heila sem staðsett er á þeim stöðum sem gegna mikilvægu hlutverki í að stjórna hegðun. Skortur á þessu ákveðna boðefni í heila getur haft þær afleiðingar að börn með ADHD geta ekki nýtt hæfileika sína til fulls (Barkley, 2006; Landlæknisembættið, 2007; Sigrún Harðardóttir og Tinna Halldórsdóttir, 2008). Þessari röskun fylgja oft aðrar þroskatruflanir (Elín Elísabet Jóhannsdóttir, 2001; Mash og Wolfe, 2007).

Talið er að erfðir skýri um 75-95% einkennana af ADHD og skoðað hefur verið hvort umhverfisþættir eins og matarræði eða áreiti í umhverfinu hafi áhrif á einkennin. Rannsakað hefur verið meðal annars sykur, litarefni og bragðefni en það hefur ekki verið hægt að staðfesta að það hafi áhrif á einkennin (Sigrún Harðardóttir og Tinna Halldórsdóttir, 2008; Ragna Freyja Karlsdóttir, 2001).

Rannsókn sem Shaw, Eckstrand, Sharp, Blumenthal, Lerch, Greenstein, ofl. (2007) gerðu, sýndi fram á þriggja ára seinkun í þroska heila barna með ADHD. Seinkun í þessu þroskaferli var mest áberandi í framheilanum en þar fer fram hugrænt ferli eins og athygli og skipulagning hreyfinga. Framheilinn sér um getuna til að hamla óviðeigandi viðbrögðum, hugsunum, stýrifærni, æðri stjórn hreyfinga og vinnsluminni. Börn með ADHD eiga í erfiðleikum með stjórnun á þessum vitrænu ferlum og hafa minni virkni í framheilanum.

Það er mjög algengt að börn með ADHD séu með frávik í þroska og hegðun á fleiri sviðum sem veldur auknum vanda barnanna og þá er talað um fylgiraskanir. Mörg börn með ADHD eru greind með sértæka námserfiðleika eins og lesblindu, reikniblindu og skyldar raskanir. Þá eru einnig samþæfingar- og skipulagsá gallar í

hreyfingum og málnotkun og veikleikar í skynúrvinnslu. Hluti barnanna þjáist jafnframt af kvíða, mótþróaþrjóscuröskun og skertri félagshæfni (Ragna Freyja Karlsdóttir, 2001; Rief, 2005).

3.4 Helstu fylgiraskanir

3.4.1. Kvíði

Kvíði er algengur fylgifiskur barna með ADHD en það er vegna þess að þau eru yfirleitt í aðstæðum sem þau ráða ekki við. Þau eiga erfitt með að skilja fyrirmæli og fylgja þeim því þau muna þau yfirleitt ekki. Þau geta ekki tengt saman áreiti eins hratt og önnur börn og það veldur því að þau missa af miklu (Barkley, 2006; Rief, 2005). Þau læra seint af mistökum sínum og þurfa oft margar tilraunir áður en þau ná því sem þau eru að gera. Í skólanum eiga börnin erfitt með að byrja á verkefnum sínum og ljúka þeim, við það ágerist kvíðinn og börnin fá neikvæða athygli. Kvíðinn eykst svo í samræmi við árekstrana sem þau verða fyrir og þau vilja flýja aðstæðurnar. Börnin gera sér oft ekki grein fyrir því að þau séu kvíðin og það eykur athyglisbrestinn hjá þeim. Það er hægt að minnka kvíða til dæmis með því að hjálpa þeim að brjóta verkefnið niður í litlar einingar svo að verkefnið verði ekki of yfirgripsmikið í huga þeirra (Rief, 2005; Urður Njarðvík, 2009).

3.4.2. Mótþróaþrjóscuröskun (MPR)

Þegar talað er um mótþróaþrjóscuröskun, *Oppositional Defiant Disorder*, í daglegu tali er notast við mótþróaöskun. Talið er að mótþróaöskun sé ein af algengustu fylgiröskunum barna með ADHD á Íslandi. Það sem einkennir börn og unglinga með mótþróaöskun er neikvæðni í samskiptum og mikill mótþrói (Heilsugæslan, e.d.). Til að greinast með þessa röskun þurfa börn að hafa minnst fjögur af þessum einkennum og hafa haft þau lengur en í sex mánuði. Helstu einkennin eru:

- Hafa litla stjórn á skapi sínu
- Rífast yfirleitt við fullorðna
- Eru oft ögrandi og neita að fara eftir reglum
- Eru oft að ergja fólk
- Eiga erfitt með að viðurkenna eigin mistök
- Eru viðkvæm þegar aðrir eru að angra þau

- Verða auðveldlega reið
- Vilja oft hefna sín (Heilsugæslan, e.d; Ævar Þórólfsson, 2004)

3.4.3. Félagsleg einangrun

Börn með ADHD eiga oft í erfiðleikum með félagsleg tengsl og eru með slaka samskiptafærni. Þau vita ekki hvernig þau eiga að haga sér í ákveðnum félagslegum aðstæðum og þurfa að læra þá hegðun sem er æskileg (Dornbush og Pruitt, 2002). Það eru ástæður fyrir því að börnum með ADHD gengur illa í félagslegum aðstæðum. Þeim gengur illa að hafa sjálfstjórn, eiga erfitt með að stjórna tilfinningum sínum, eiga í erfiðleikum með að leysa úr ágreiningi, æsast fljótt upp í slagsmál og rifrildi. Þau eru ómeðvituð um sína eigin hegðun og skynja ekki hvað hegðun þeirra er óþolandi eða ágeng í augum annarra. Þau eiga erfitt með að hlusta á aðra og eru truflandi. Þeim gengur illa að stofna til vináttu og rækta hana því þau eiga í erfiðleikum með að skilja hugmyndir og tilfinningar annarra og bregðast við þeim.

Börn með ADHD hegða sér oft ekki í samræmi við aldur. Það getur verið gott ef þau fá æfingu í félagsfærni og beinni kennslu í öruggu umhverfi (Rief, 2005). Þjálfun í félagsfærni felur í sér að viðkomandi þarf að geta tekið eftir, raðað eftir atburðarrás, meðtekið og tjáð það sem hann heyrir og sér. Það þarf að æfa og kenna börnum með ADHD meðal annars að tala um tilfinningar sínar og vera meðvituð um hvaða tilfinningu þau hafa við hinar ýmsar aðstæður. Þau þurfa að kunna aðferðir við að stilla tilfinningar sínar til dæmis með reiðistjórnun. Börn þurfa að geta sett sig í spor annarra. Þau þurfa að fara í sjálfsskoðun og sjá hvað þau þurfa að breyta hjá sjálfum sér til að ímynd þeirra sé jákvæð í augum vinanna. Efla þarf skilning hjá börnum um félagsleg samskipti. Börn þurfa að geta túlkað svipbrigði og skilið líkamstjáningu annarra og hvernig aðrir taka því sem þau gera eða segja. Mikilvægt er að geta tekið tillit til annarra og hvernig eigi að skiptast á í samræðum. Besta leiðin til að æfa félagsfærni er í hópefli sem er viðvarandi og þar sem stjórnandinn er sérþjálfaður eða sérmenntaður kennari (Dornbush og Pruitt, 2002).

3.4.4. Óyrtir námserfiðleikar (NLD)

Óyrtir námsörðugleikar, *Nonverbal Learning Disability* (NLD) birtast helst í sértækum stærðfræðierfiðleikum, erfiðleikum í samskiptum og tilfinningalífi. Börn með NLD hafa lægri verklegri greindarvísitölu miðað við munnlega, eiga í erfiðleikum með snertiskyn, skipulagningu og samhæfingu handa. Börnin eru með klaufalegar hreyfingar, eiga í erfiðleikum með sjónrænt skipulag og hafa skerta aðlögunarhæfni í nýjum aðstæðum. Helstu styrkleikar barna með NLD eru tal og orðaforði. Þau eiga auðvelt með að læra utanbókar, hafa góða athygli á smáatriði og góða lestrarhæfni sem þroskast snemma ásamt góðri stafsetningarhæfni (Little, 2002).

Börn og unglingar með NLD hafa mikinn áhuga á að eiga í samskiptum við önnur börn en kunna ekki árangursríkar leiðir að því. Þetta verður til þess að þau lenda utan við hópinn og einangrast frá jafnöldrum sínum. Þeim líður illa og það hefur áhrif á sjálfsmynd þeirra. Þessum börnum þarf sérstaklega að kenna samskipti og það hvernig hægt sé að nálgast jafnaldra (Little, 2002; Klin, Volkmar, Sparrow, Cicchetti, 1995). Það þarf að þjálfa vel samskiptahæfni, tjáskipti, aðlögunarhæfni og ímyndunarafli og leitast við að draga úr hegðunarerfiðleikum sem eru til staðar. Það má nýta hópavinnu, setja sig í spor annarra og leikræna tjáningu til að efla þessi samskipti hjá þeim (Sigrún Aðalbjarnardóttir, 2007).

4. Kennsla og stjórnun

Hér verður fjallað um þá þætti sem skipta máli þegar kemur að kennslu barna með ADHD í grunnskólum. Þetta eru þættir eins og samskipti kennarans við börnin, fagmennska og hlutverk kennarans. Fjallað verður um atferlismótun barna með ADHD og hvernig hún er notuð innan skólans. Rætt verður hvernig kennarinn stjórnar bekknum og skipuleggur kennslustofuna að þörfum barnanna með ADHD. Einnig verður fjallað um mikilvægi námsumhverfis barna með ADHD og að lokum verður farið í hvernig stuðningi við kennara er háttað.

4.1. Kennarinn

Börn í grunnskólum landsins eru eins ólík og þau eru mörg, þau eru þversnið af samfélaginu. Börnin hafa mismunandi forsendur til náms. Þær forsendur geta verið andlegur, félagslegur og líkamlegur þroski, kunnátta og færni og námshæfileikar

þeirra. Börnin eiga ólíka foreldra og koma frá mismunandi heimilisaðstæðum. Í námshópnum eru því börn sem eru mjög ólík hvað varðar reynslu, færni, kunnáttu, félagslega hegðun og framkomu, tjáningu eða samskipti (Elín G. Ólafsdóttir, 2004). Það skiptir því miklu máli að kennarar búi yfir góðum eiginleikum eins og að sýna hlýju, séu samkvæmir sjálfum sér og að þeir nái til barnanna. Kennarar geta haft gríðarleg mikil áhrif á hvernig börnum gengur í skóla. Í rannsókn Pfiffner o.fl. frá 2006 kom fram að miklu máli skipti fyrir börn með ADHD að kennarar hafi jákvæð viðhorf og góða þekkingu á þessari röskun (sjá í Jónína Sæmundsdóttir, 2009).

Framkoma kennara þarf að byggja á virðingu fyrir börnunum, þeir þurfa að vera umhyggjusamir og lifandi í kennslu. Einnig þurfa kennarar að vera sveigjanlegir, skilningsríkir og sanngjarnir gagnvart þeim. Þetta eru helstu atriði sem koma fram þegar talað er um hvað einkennir góða kennara (Sigrún Aðalbjarnardóttir, 2007). Það eru fleiri atriði sem gott væri fyrir kennara að tileinka sér í kennslu barna með ADHD. Þau atriði eru til dæmis þolinmæði, skipulagning og jákvæðni. Nauðsynlegt er að kennarar horfi í augun á börnum þegar þeir gefa þeim fyrirmæli og að fyrirmælin séu skýr og hnitmiðuð. Það er hægt að gera ýmislegt til að auðvelda nám og bæta félagsstöðu barna með ADHD. Gott er að hafa raunhæfar væntingar til barnanna og markvissa eftirfylgni. Kennarar þurfa að sýna hlýju, hafa góðan húmor og geta sýnt ákveðni. Gott er að þekkja fjölbreyttar aðferðir sem hægt er að beita á hegðun barnanna. Kennarar þurfa að vera tilbúnir í samstarf við sérkennara og nýta stuðning frá þeim. Þeir þurfa að geta sett reglur um hegðun bæði í kennslustofu og í frímínútum. Með því að tileinka sér góð vinnubrögð þá er meiri möguleiki á að árangur náist í kennslu barna með ADHD (O'Regan, 2002; Rief, 2005).

Það kom í ljós í rannsókn sem Sherman, Rasmussen og Baydala (2008) gerðu í Norður-Ameríku á börnum á aldrinum fimm til tólf ára að kennarar hafa gríðarleg áhrif á námslega útkomu hjá börnum með ADHD. Það sem skiptir máli er að kennarinn nálgist námsefnið á jákvæðan og fjölbreyttan hátt. Hann þarf að sýna börnum með ADHD skilning á líðan þeirra og þarf að gefa þeim sveigjanleika til að vinna verkefni sín á annan hátt heldur en hin börnin. Ef kennarinn tileinkar sér svona vinnubrögð þá fá börnin jákvæðari útkomu. Þessi rannsókn styður við það sem fram hefur komið um hvað góður kennari þarf til að bera, til að börn með ADHD nái árangri í námi.

4.1.1. Hlutverk kennara

Talið er að börnum með hegðunarvandkvæði og samskiptaörðugleika hafi fjölgað verulega á seinni árum. Í rannsókn Ingvars Sigurgeirssonar og Ingibjörgu Kaldalóns (2006), kom fram að hegðunarvandamál barna koma í bylgjum og fara oft eftir árgöngum frekar en að þeim hafi fjölgað. Vanþekking á ADHD veldur oft truflunum í samskiptum og hegðun þar sem talið er að um almenna óþekkt barna sé að ræða í stað ADHD. Þetta er meðal annars vegna þess hversu margt er enn óljóst hvað varðar ADHD. Því er mjög mikilvægt að foreldrar og kennarar leiti sér upplýsinga um ADHD ef grunur er um slíka röskun hjá börnunum. Þau þurfa oft önnur úrræði en önnur börn, eins og að vera með skýran ramma og fá aðstoð við skipulagningu. Það er nauðsynlegt að vera með fjölbreyttar kennsluáferðir til að ná til þeirra eins og til dæmis að vera með einstaklingsmiðað nám, hafa verkefni við hæfi, bjóða upp á einstaklingskennslu eða kennslu í litlum hópum. Þau börn sem eru greind með ADHD hafa mikla hreyfivirkni og eiga þar af leiðandi erfitt með að sitja kyrr í sætum sínum nema í stuttan tíma í einu. Bein miðlun til allra í bekknum á sama tíma og langar kyrrsetur henta þessum börnum illa. Afleiðingarnar eru þær að börnin verða óróleg og þau trufla aðra (Rief, 2005).

Flest börn með ADHD þurfa að fá markvissa þjálfun í að umgangast aðra. Þau eiga það til að tala mikið og hátt, eru sífellt að grípa fram í fyrir öðrum, geta verið ósamvinnuþýð og neikvæð. Þessi börn eru mjög næm á umhverfi sitt og þola illa hina minnstu truflun. Oft þurfa þau að fá að vera út af fyrir sig til að geta einbeitt sér og hvílst. Til að börn með ADHD geti lært inni í bekk þá verður kennarinn að hafa skýr viðmið og reglur. Börnum með ADHD er einnig mikilvægt að vita hvað sé framundan og í hvaða röð það kemur. Það skiptir höfuðmáli að hafa reglu á vinnuferli í skólanum, matartímum, heimanámi og í frjálsum leik. Þau þurfa að hafa skýran ramma ekki eingöngu í skóla heldur líka heima. Mörg börn sem eiga í vanda, sýna það á mismunandi hátt. Þau senda allskyns skilaboð frá sér eða kalla á aðstoð á margvíslegan hátt. Það þarf að hlusta vel og hafa augun opin til að geta séð merkin sem nemendur senda frá sér. Kennarar þurfa að vera tilbúnir til að ræða allt það sem hvílir á börnunum og fjalla um á raunsæmann og skapandi hátt. Kennarar þurfa að tengja áhuga þeirra við viðfangsefnið í skólanum og kennsluna svo að börnin hafi vilja til að læra. Eitt af því mikilvægasta í námi barnanna er að þau finni að

kennaranum þeirra standi ekki á sama um þá og góð tengsl verði á milli kennara og barna, þá er hálfur sigur unninn. Börn þurfa mismunandi námsefni og mislangan tíma til að læra (Elín G. Ólafsdóttir, 2004; Rief, 2005).

4.1.2. Atferlismótun

Til að bæta hæfni barnanna á tilteknum sviðum er notuð atferlismótun. Í atferlismótun er til dæmis stuðst við kerfi þar sem umbun og refsing eru notuð. Það er sameiginleg ákvörðun barna, foreldra og kennara, hvaða hegðun sé æskileg við ákveðnar aðstæður og hvaða hegðun sé refsiverð. Ef hegðun barnanna er í samræmi við það sem er ætlast til af þeim þá er börnunum umbunað. Markmiðið með þessari aðferð er að aðstoða börnin við að hafa stjórn á sinni eigin hegðun og jafnframt að börnin sjái að æskilega hegðunin sé áhrifameiri en sú óæskilega. Með því að sýna börnunum aðra og betri leið er reynt að koma í veg fyrir óæskilega hegðun. Nokkur atriði þarf að hafa í huga þegar atferlismótun barna með ADHD er notuð í skólanum. Jákvæðni, hvatning og skilningur í garð barnanna er mikilvægur og að allir aðilar skólans samræmi sín vinnubrögð um þau (O'Regan, 2002).

Gott upplýsingaflæði þarf að vera á milli fagaðila og skóla og upplýsingar um börnin þurfa að fylgja þeim á milli skólastiga. Börnin þurfa að eiga gott og öruggt skjól hjá sínum kennara sem þau geta leitað til. Mikilvægt er að börnin geri sér ljóst þegar á reynir hver það er sem ræður og mega ekki halda annað. Styrkleikar og veikleikar barnanna verða að vera kennaranum kunnugir. Gott samstarf milli heimilis og skóla er einnig mjög mikilvægt til að börnin nái þeim árangri sem til er ætlast af þeim (O'Regan, 2002). Niðurstöður úr tilraun þeirra Graham-Day, Gardner og Yi-Wei (2010) styður vel við það sem komið hefur fram að börn með ADHD þurfa stöðuga hvatningu og sveigjanleika í kennslustofu til að ná góðum námsárangri. Tilraunin gekk út á að skoða hvernig hægt væri að aðstoða börn við að halda einbeitingu lengur. Þetta var gert með því að börn voru sjálf látin skrá niður á blað með gátlista úthaldið í verkefnum sem þau voru að vinna í en þau áttu líka að skrá niður ef þau gátu ekki haldið einbeitingunni. Með þessari aðferð náðu börnin góðum árangri í að halda einbeitingu. Það er misjafnt hvað börn þurfa til að halda einbeitingu og eitt af börnunum þurfti líka að fá hvatningu til að aðferðin virkaði. Rannsakendur draga þó í efa að þessar aðferðir séu notaðar reglulega í skólum.

4.2. Bekkjarstjórnun

Góð bekkjarstjórnun byggist aðallega á því að ná tökum á hegðun barnanna í bekknum. Það er oft gert með því að kennari og börn setji sér sameiginlegar reglur um hvað sé æskileg hegðun og hvað ekki. Börn með ADHD þurfa að vita til hvers er ætlast af þeim og þau þurfa jafnframt mikla viðurkenningu á því sem þau eru að gera. Rannsókn sem gerð var í Bandaríkjunum sýndi að með góðri bekkjarstjórn vissu nemendurnir til hvers var ætlast af þeim og gerðu það vel, þeim var haldið uppteknum með kennarastýrðum verkefnum og kom það í veg fyrir að börnin yrðu vör við óróleika eða óæskilega hegðun. Slík bekkjarstjórn einkennist af góðum vinnubrögðum og góðu andrúmslofti (Snowman og Biehler, 2000). Með árangursríkri bekkjarstjórnun er hægt að bregðast við óvæntum uppákomum með fyrirbyggjandi aðgerðum og vönduðum undirbúningi. Með því að beita þessum vinnubrögðum er líklegra að börn með ADHD sýni oftær æskilega hegðun. Gott er að hafa sömu athafnir á hverjum degi og það sé alltaf ákveðin regla á því hvernig hlutirnir eru gerðir og í hvaða röð þeir eru. Ef það verða einhverjar breytingar á stundatöflunni eins og kennarinn verður veikur, þemadagar, námsferðir og frímínútur þá er nauðsynlegt ef hægt er að láta börnin vita með góðum fyrirvara og minna þau reglulega á þetta því allar breytingar sem verða á skipulagðri dagskrá þeirra geta orsakað kvíða sem getur leitt til árasargirni eða fálætis (Dornbush og Pruitt, 2002; O'Regan, 2002).

Viðbótarstuðningur við börn með ADHD er mikilvægur þegar kemur að breyttu skipulagi. Það eru þó ýmsir hlutir sem geta valdið því að börn með ADHD taki að sýna óæskilega hegðun. Þetta eru þættir eins og hávaðasamur bekkur, óskipulag eða að kennarinn sé ósamkvæmur sjálfum sér í stjórnun og væntingum (Kristinn R. Sigurbergsson, 2002). Kennarinn þarf að ná athygli barnanna áður en hann gefur þeim leiðbeiningar og eru augnsamband og snerting mikilvægir þættir í því. Best er að gefa stuttar og hnitmiðaðar leiðbeiningar um hvað skuli gera (O'Regan, 2002). Gott er að hafa sjónrænt dagsskipulag þar sem börnin sjá hvað er framundan og til hvers er ætlast af þeim. Kennarinn þarf að segja börnunum hvað þarf að nota til að vinna hvert verkefni og að skilaboðin séu nákvæm, eins og segja þeim að setja bókina og pennaveskið í töskuna, í stað þess að segja takið til á borðinu ykkar. Það þarf að endurtaka og umorða leiðbeiningar þannig að börnin byrji eða haldi áfram að vinna verkefnið sem fyrir þau er lagt. Til að vera viss um að börnin hafi skilið fyrirmælin er gott að láta þau endursegja þau (Kristinn R. Sigurbergsson, 2002).

Hafa ber í huga að það skiptir máli hvernig maður áminnir börn með ADHD. Kennarinn þarf að vera rólegur og yfirvegaður og forðast tilfinningasemi. Gott er að ná augnsambandi og nota snertingu þegar talað er við þau. Það þarf að nota ákveðni og vera með stutt og hnitmiðuð skilaboð. Ef börn með ADHD sýna óæskilega hegðun þá þarf að bregðast strax við því. Kennari þarf að vara sig á því að gefa misvísandi skilaboð, bæði munnlega og með líkamstjáningu (Kristinn R. Sigurbergsson, 2002).

4.2.1. Skipulag kennslustofu

Börn með ADHD hafa mikla þörf fyrir að skólastofa þeirra sé vel skipulögð. Þar er átt við að þau viti nákvæmlega til hvers er ætlast af þeim frá því að þau koma inn í skólastofuna í byrjun dags þar til skóla lýkur þann daginn. Þetta skipulag kemur fyrst og fremst frá kennaranum sem gerir börnunum ljóst í upphafi hvað sé ásættanleg hegðun og hvað sé óásættanleg hegðun. Hann skal veita börnunum áreiðanleika, ákveðni og eftirfylgni. Með þessu er afar líklegt að kennarinn geti komið í veg fyrir eða minnkað almenn hegðunarvandamál innan skólastofunnar. Þó að þetta skipulag henti börnum með ADHD sérstaklega þá gagnast það líka fyrir öll önnur börn (Rief, 2005).

Það eru þrjú atriði sem skipta máli í skipulagningu á kennslustofu, það er húsnaði og kennslubúnaður og svo er það sætaskipanin. Skipulagið skiptir öllu máli til að börn með ADHD geti lært inni í skólastofunni vegna þess að þau truflast auðveldlega. Opið rými hentar því börnum með ADHD illa vegna þess að þá er of mikið af áreitum sem trufla einbeitingu þeirra (Ragna Freyja Karlsdóttir, 2001). Önnur áreiti sem geta haft áhrif á hegðun þeirra eru mikill hávaði, bekkir of fjölmennir, skvaldur, hitamismunur og mikill erill (Rief, 2005).

Það þarf að skoða sætaskipan fyrir börn með ADHD sérstaklega og velja sæti sem hentar hverjum og einum. Boðskiptaleiðir þurfa að vera greiðar og því er betra að börn með ADHD sitji nálægt kennaranum, þá getur kennarinn náð betri stjórn á námsumhverfi barnanna og á þannig auðveldara með að veita þeim þá hvatningu, stuðning og leiðbeiningu sem þau þurfa. Hann nær þá líka augnsambandi við börnin á sem auðveldastan hátt og þá verður minna um truflanir í bekknum (Rief, 2005). Raunin er oftast sú að það dugar ekki alltaf til að þau sitji fremst þar sem þau eru

endalaust að snúa sér við í stólunum og athyglin beinist að þeim sem sitja fyrir aftan þau (Anna Kristín Sigurðardóttir, 1999). Ef börn með ADHD sitja ein til borðs eru meiri líkur á að þeim gangi betur að læra og að einbeita sér heldur en að sitja á borði með fleirum (Pfiffner, 1995). Það sem hjálpar einnig til að halda einbeitingu þeirra er að hafa börn sem sitja næst þeim með ákveðin persónueinkenni eins og þolinmæði, umburðarlyndi og einbeitni við námið. Til að koma til móts við þarf þeirra þarf kennarinn að vera sveigjanlegur og gefa þeim tækifæri til að vinna verkefni sín á sinn hátt til dæmis með því að standa við trönur eða liggja á teppi. Nauðsynlegt er jafnframt að leyfa þeim að standa upp og hreyfa sig þegar einbeitingin er að þverra. Þá er gott að vera með merkjakerfi á milli kennara og barna með ADHD. Börnin gefa þá merki þegar þau þurfa á hreyfingu að halda þá veit kennarinn hvernig staðan er hjá börnunum og gefur leyfi sitt með ákveðnu merki á móti (Rief, 2005). Það hefur einnig verið skoðað hvernig virk kennslustofa er fyrir börn með ADHD. Mulrine, Prater og Jenkins (2008) gerðu tilraun hvernig hægt væri að halda athygli barna með ADHD í kennslustund lengur en nokkrar mínútur. Hreyfing er mjög góð fyrir börn með ADHD og hún hjálpar þeim að halda athygli ef þau fá að hreyfa sig reglulega og losa um orkuna. Hluti af tilrauninni var að vera með hreyfistund og skipuleggja frímínútur með leikjum. Niðurstöður úr þessu voru að þetta var ekki bara gott fyrir börn með ADHD heldur öll börn því einbeitingin batnaði hjá öllum. Með þessari aðferð minnkaði hvatvísín í kennslustundum og börnin gátu einbeitt sér lengur en áður. Það kom einnig fram að ef breytingar urðu á fyrirkomulaginu í kennslustundum þá voru þær vel kynntar og með eins góðum fyrirvara og hægt var. Það kom bersýnilega í ljós að börn með ADHD voru jákvæðari gagnvart skólanum og náðu betri námsárangri sem hreyfðu sig meira og reglulega (Mulrine, Prater og Jenkins, 2008).

Börn með ADHD eiga auðveldara með að einbeita sér fyrst á morgnana og því þykir betra að vera með bóklegar greinar í fyrstu tímum dagsins og verklegar greinar seinni part. Það hjálpar börnum með ADHD að nota sjónrænt skipulag, bæði í dagsskipulagi og hvaða hlutir eru notaðir á hverjum tíma (Ragna Freyja Karlsdóttir, 1995; Rief, 2005). Til þess að byggja upp skipulag í kringum námsefnið og auðvelda þannig vinnuna er gott að nota liti til að skipta námsefninu niður, til dæmis með plastmöppum, merkimiðum og stúlabókum í hinum ýmsu litum. Það er líka gott að í kennslustofunni séu allar hillur, skúffur og skápar merktir. Þetta er gert til að börnin gangi að hlutunum vísam (Rief, 2005). Í sumum tilfellum þarf að setja verkefni fram á

annan hátt en venja er eða með því að hluta það niður í færri einingar til að börn með ADHD geti byrjað og náð að klára verkefnið. Það verður að gefa börnum tíma til að hreinsa borðið sitt áður en næsti tími byrjar. Það er gott að nota bjarta liti fyrir verkefnin handa börnum með ADHD og á þeim komi fram mikilvæg atriði og einnig hvenær verkefninu skal vera lokið. Þá er gott að senda tvö afrit af verkefnum heim, annað fer í samskiptabók sem fer á milli kennara og foreldra með upplýsingum um heimanám og hegðun barnanna og hitt fer í töskuna hjá börnunum (Rief, 2005).

4.2.2. Námsumhverfið

Námsumhverfi hefur mikil áhrif á börn með ADHD og því er mikilvægt að öllu starfsfólki grunnskólanna séu veittar upplýsingar, fræðsla um ADHD og einkenni þess. Í rannsókn Jónínu Sæmundsdóttur (2009), kom í ljós að meirihluti eða um 60% kennara í grunnskólum töldu að ekki væri nægilegt upplýsingaflæði á milli starfsfólks skólans. Það voru sérfræðingar og skólastjórnendur sem ekki veittu nægilegar upplýsingar að mati kennara. Með aukinni fræðslu er hægt að koma í veg fyrir að börnin fái misvísandi fyrirmæli frá starfsfólki sem þau geta ekki framfylgt og koma þannig í veg fyrir árekstra. Þessi leið er talin bera árangur því hún dregur úr streitu og stuðlar að jákvæðara umhverfi fyrir börn með ADHD.

Skólaumhverfið verður að örva vitsmunalíf barna sem eru með ADHD og verður að ýta undir góða sjálfsmynd um leið og komið er til móts við sérþarfir þeirra. Börn sem eru með ADHD hafa sömu gáfur og önnur börn. Börnin geta lært og náð góðum árangri ef námsumhverfi og kennsluaðferðir eru lagaðar að þörfum þeirra (Dornbush og Pruitt, 2002). Hægt er að hafa námsumhverfið þannig að það dragi úr kvíða og streitu með því að hafa ákveðnar reglur og áreiðanleika. Það eflir næmi barnanna í námi og fækkar árekstrum hjá börnunum með þessa röskun. Miklu máli skiptir að starfsmenn skólans og skólasystkini barna með ADHD geri sér grein fyrir helstu einkennum og viti hvernig eigi að bregðast við börnum með þessa röskun. Þannig er hægt að reyna minnka áhættu á einelti og að gefin fyrirmæli beri tilætlaðan árangur (Dornbush og Pruitt, 2002).

Ef börnum líður illa inni í bekk hefur það mikil áhrif á námið og hegðun þeirra. Ef börn með ADHD upplifa það að þau muni gera villur eða að þau kunni ekki verkefnið sem sett er fyrir þau, brýst út kvíði, reiði og streita kemur fram hjá þeim.

Þessar neikvæðu tilfinningar ýta undir einkenni ADHD og sjálfstraustið minnkar, það truflar nám þeirra, dregur úr athygli og einbeitingu (Dornbush og Pruitt, 2002).

Það sem börn með ADHD þurfa eru skýrar og einfaldar reglur. Það verður að vera ákveðinn rammi í kringum börnin til að þau geti einbeitt sér og verið með athyglina við námið. Þegar verið er að setja reglur þá skiptir miklu máli hvernig þær eru sagðar og þær þurfa að koma fram bæði munnlega og sjónrænar (Rief, 2005). Það þarf að endurtaka þær og segja á jákvæðan hátt því börn með ADHD eru mjög áhrifagjörn og taka allt inn á sig hvernig hlutirnir eru sagðir og hvernig kennarinn beitir líkamstjáningu þegar hann segir hlutina. Allt þetta skiptir miklu máli til að börnin nái að vinna rétt úr upplýsingunum. (Dornbush og Pruitt, 2002). Ef einkenni ADHD eru mikil þá hefur það neikvæð áhrif á hegðun og frammistöðu barnanna. Þá er mikilvægt að kennarinn sjái það og setji börnunum verkefni fyrir sem hann veit að þau kunna fyrir. Ef börnin eiga í erfiðleikum með að vinna verkefni á blaði þá er hægt að láta þau vinna þau í tölvum því þar ná þau að einbeita sér betur (Rief, 2005). Tölvan nýtist vel börnunum því endurgjöfin er stöðug, þau geta stjórnað sjálf hraðanum, hægt að gera margt í einu og hægt að hafa fjölbreytta framsetningu. Til dæmis er hægt að nota mismunandi leturgerðir, misstóra stafi og jafnvel eru margir litir sem virkar vel á börn með ADHD og hjálpar þeim að halda athyglinni lengur (Kristinn R. Sigurbergsson, 2002; O'Regan, 2002; Rief, 2005).

4.3. Stuðningur við kennara

Foreldrar eru sérfræðingar í börnunum sínum og hafa þar af leiðandi ráðandi afl til þess að ákvarða hvað sé gert fyrir og með börnunum. Foreldrar og kennarar vinna sameiginlega að því að fá greiningu á ADHD og þá aðstoð sem börnin þarfnast (Elín G. Ólafsdóttir, 2004). Í rannsókn Ragnheiðar Gunnbjörnsdóttur (2008), kom fram að kennarar töldu mikilvægt að börn fengu greiningu á röskununum til að fá kennslu við hæfi og þá þjónustu sem þau þörfuðust. Jafnframt kom það í ljós að kennarar töldu börn yfirleitt ekki fá þessa þjónustu þrátt fyrir að hafa greinst með röskun. Greiningarnar voru aðallega til að fá fleiri stuðningstíma fyrir börnin og jafnframt voru ekki margir kennarar sem leituðu sér upplýsinga um hvaða efni hentaði þessum börnum. Það voru sjö af hverjum tíu umsjónarkennurum og sérkennurum sem lásu

yfir niðurstöður greiningarnar hjá börnunum en aðrir kennarar lásu lítið sem ekkert um þær.

Mikilvægt er að teymi, hópur af sérfræðingum sem koma að vinnu með börnum með sérþarfir sé til staðar frá því að börnin fái ákveðna greiningu og þar til farið er að vinna með þeim innan skólakerfisins og heima. Það er mikill stuðningur við kennara að hafa gott teymi á bak við sig þegar þarf að fá aðstoð fyrir börn eða til að skipuleggja bekkjarstarf. Innan þessa teymis starfa til dæmis umsjónarkennari, skólahjúkrunarfræðingur, sérkennari, námsráðgjafi, talmeinafræðingur, iðjuþjálfari, sálfræðingur og foreldrar. Í rannsókn Fabiano, Vujonovic, Pelham, Waschbusch, Massetti, Pariseau, ofl. (2010), kom fram að börn náðu betri árangri og hegðunarvandamál minnkuðu þegar daglegur stuðningur var við börnin. Það var gerð dagleg skýrsla af börnunum, kennarar unnu með foreldrum og félagsfræðingi að einstaklingsmiðuðu námi í sérkennslu sem var svo borið saman við þrjátíu önnur börn í venjulegum skóla og niðurstöðurnar voru jákvæðar. Ef börnin þurfa á lyfjagjöf að halda þá eru það barnalæknir, heimilislæknir, barnageðlæknir og taugasálfræðingur sem sjá um hvaða lyf þarf að veita (Dornbush og Pruitt, 2002; Rief, 2005).

5. Heimili og skóli

Foreldrar bera höfuðábyrgð á farsæld barna sinna en skólar koma einnig að uppeldi og kennslu þeirra. Til að tryggja hag og þroska barna þarf að ríkja fullt traust, jafnræði og gagnkvæmur skilningur milli skólastofnana og heimilis.

5.1. Samstarf heimila og skóla

Skilgreiningin á samstarfi heimilis og skóla er samvinna þeirra með því markmiði að stuðla að alhliða þroska og vellíðan barna og gagnkvæman skilning beggja aðila (Ingibjörg Auðunsdóttir, 2002). Börn geta hagað sér á ólíkan hátt eftir umhverfinu. Hegðun þeirra getur verið mismunandi eftir aðstæðum, í skólanum og heima fyrir, því sjá kennarar og foreldrar ekki alltaf sömu hegðun hjá börnunum. Börnin getur átt við hegðunarvandamál í skóla en ekki heima og svo öfugt. Því er nauðsynlegt að kennarar og foreldrar beri virðingu hvert fyrir öðru og sýni skilning á starfi hvers annars (Ingersoll, 1988). Það er lögð mikil áhersla á gott og traust samstarf heimilis og skóla í Aðalnámskrá grunnskóla frá 1999 og íslensk löggjöf hefur skilgreint hlutverk

grunnskóla sem samstarfsverkefni heimila og skóla frá árinu 1974 (Aðalnámskrá grunnskóla, 1999). Rannsóknir benda til að með þátttöku foreldra í skólastarfi barna sinna stuðli þeir að betri námsárangri þeirra og hegðun. Með stuðningi foreldra meðal annars við heimanám barna sinna má auka líkur á að þau nái betri árangri í skólanum. Þar sem samstarfið er gott á milli heimilis og skóla þá fá börnin aukið sjálfstraust og það verður minna um agavandamál.

Í rannsókn Ingvars Sigurgeirssonar og Ingibjargar Kaldalóns (2006) komu fram sterk tengsl á milli jákvæðs og góðs samstarfs kennara og foreldra og minni hegðunarvandamála barna. Foreldrar öðlast skilning og betri þekkingu á skólastarfinu ef samstarfið á milli heimilis og skóla er gott. Með góðu samstarfi verður viðhorf foreldra til skólans jákvæðara og það verður hvetjandi að takast á við vandamál heima fyrir sem hefur svo áhrif á börnin og nám þeirra í skólanum (Rief, 2005). Það ræðst af þörfum barnanna hve samvinnan er mikil og það verður að horfa á að sérhvert barn hafi einstaklingsbundnar þarfir sem þarf að virða. Til að samstarfið sé gefandi og hvetjandi þá verða kennarar og foreldrar að meta og virða sérþekkingu hvers annarra (Ingibjörg Auðunsdóttir, 2002). Eftirfylgni og gagnkvæmur stuðningur milli heimilis og skóla er mikilvægur þegar börn með ADHD eiga í hlut. Upplýsingaflæði er mikilvægt varðandi heimanám, próf, verkefni, hvernig börnunum gengur og hegðun. Að sama skapi þá þurfa foreldrar að vera duglegir að veita upplýsingar um hvernig gengur heima, hvernig líðanin er og annað sem gæti haft áhrif á frammistöðu barnanna í skóla. Auk þess þurfa foreldrar að halda utan um alla heimavinnu barnanna og sjá til þess að hún sé unnin (Rief, 2005).

6. Aðferðir

Rannsóknin byggðist á eigindlegri rannsóknaraðferð (e. qualitative methods). Með þeirri aðferð voru tekin viðtöl til að afla gagna um rannsóknarefnið. Viðtölin fóru aðallega fram í grunnskólanum þar sem kennararnir unnu en eitt viðtalið var heima hjá einum kennara. Eigindlegar rannsóknir er samheiti yfir nokkrar rannsóknarhefðir en þær geta snúist um líf einstaklingsins, tilfinningar og hegðun, reynslu, samskipti og skipulagsferli (Strauss og Corbin, 1998). Hægt er að útskýra athafnir fólks með því að afla gagna um hvaða merkingu það leggur í aðstæður sínar og reynslu (Silverman, 2008). Rannsóknaraðferðin var ákveðin út frá rannsóknaspurningunni sem sett var fram í byrjun: „Hvernig nálgast kennarar börn með ADHD í kennslu?“ Þannig var hægt að ná fram viðhorfum, reynslu og upplifun kennara á börnum með ADHD í kennslu. Undirspurningin var: „Hvaða stuðning fengu kennarar frá skólanum?“ Þetta var einnig gert til að fá heildræna mynd af því hvernig nálgunin var í grunnskólanum þar sem kennararnir starfa. Skoðað var hvaða aðferðir kennarar nota og hvernig þeir beita sér í samskiptum við börn með raskanir eins og ADHD. Það var gert meðal annars með því að taka opin viðtöl þar sem spurningar og svör eru ekki í stöðluðu formi heldur var stuðst við viðtalsramma sem notaður var í öllum viðtölunum og því var hægt að bera saman svör viðmælandanna (sjá í viðauka 1). Með því að leyfa viðtölunum að þróast þá geta þau gefið meiri upplýsingar og aukna vídd (Esterberg, 2002). Viðtölin lýsa hvað er sameiginlegt með reynslu eða upplifun mismunandi hópa/einstaklinga og gefa vísbendingar um stöðu mála. Mikilvægt er að rannsakandinn setji eigin skoðanir, fyrirfram hugmyndir og viðhorf til hliðar og hafi ákveðið samræmi á milli rannsóknagagna og því sem kom frá viðmælendum (Silverman, 2008).

6.1. Þátttakendur

Rannsóknin beindist að sex þátttakendum sem voru kennarar í grunnskóla á landsbyggðinni. Til að varðveita nafnleynd þeirra verða þeim öllum gefin gervinöfn hér. Þátttakendur voru valdir með hentugleikaúrtaki (e. *convenience sampling*) en með því úrtaki fékk rannsakandinn þá einstaklinga sem hentuðu vel fyrir rannsóknina (Hoyle, Harris og Judd, 2002). Þetta gerði úrtakið að fræðilegu úrtaki þar sem þátttakendur voru valdir eftir því sjónarmiði sem talið var henta eða væri áhugavert fyrir rannsóknina (Esterberg, 2002). Hentugleikaúrtak er notað þegar markmið

rannsóknar er fyrst og fremst að álykta um tengsl á milli breyta en ekki er ætlunin að alhæfa niðurstöður yfir á þýði, né álykta um hlutföll eða meðaltöl þýðis (Þórólfur Þórlindsson og Þorlákur Karlsson, 2003).

Talað var við skólastjóra og fengin nöfn á umsjónakennurum sem þátttakendur voru svo valdir útfrá. Þeir þurftu að uppfylla ákveðin skilyrði til að geta gefið skýra mynd af því sem verið var að rannsaka. Skilyrðin voru að þeir væru umsjónakennarar og hefðu börn með ADHD í bekk hjá sér eða hafa áður kennt börnum með þessar raskanir. Einnig urðu þeir að hafa mislanga reynslu af kennslu, allt frá því að hafa litla sem enga yfir í margra ára reynslu.

Í úrtakinu voru fimm konur og einn karl, á aldrinum 26 til 60 ára. Kennararnir voru mjög jákvæðir þegar beðið var um þátttöku þeirra í rannsókninni og fannst gaman að geta sagt frá sinni reynslu. Tveir þeirra voru nýbyrjaðir að kenna, aðrir tveir höfðu talsverða reynslu eða í kringum sjö ár og síðustu tveir kennararnir voru búnir að vera kenna í mörg ár eða um tuttugu ár eða lengur. Viðtölin við þá stóðu yfir í 40 til 70 mínútur.

Kennararnir sem tóku þátt voru þessir:

Þátttakandi 1, Freydís Sigurðardóttir, er 39 ára kona, er gift og á tvö börn, útskrifaðist úr Kennaraháskólanum 1994. Er með masterspróf í Uppeldis- og menntunarfræði frá Svíþjóð. Kennir 13 ára börnum í 7. bekk. Hún á dreng sem var greindur með ýmsar raskanir og þar á meðal ADHD.

Þátttakandi 2, Dána Leifsdóttir, hún er 43 ára, er í sambúð og á tvö börn. Lærði til kennara í Danmörku með textílmennt sem kjörsvið. Hún byrjaði að kenna árið 2004. Kennir sjö ára börnum í 2. bekk. Hún á dreng með ADHD.

Þátttakandi 3, Fríða Ólafsdóttir, er 26 ára og er í sambúð, á einn fósturson. Hún var nýútskrifuð frá Kennaraháskóla Íslands með myndmennt sem kjörsvið. Hún var að kenna fyrsta bekknum sínum sem voru 14 ára börn í 8. bekk.

Þátttakandi 4, Þorlákur Ragnarsson, hann er 60 ára, giftur og á tvö börn. Hann útskrifaðist sem kennari árið 1982. Hann er með mikla reynslu af kennslu og hefur einnig verið skólastjóri í litlum skóla.

Pátttakandi 5, Ingibjörg Jónsdóttir, er 56 ára, gift og á þrjú börn. Hún kláraði kennaranámið árið 1977 og hefur verið kennari síðan með hléum og í hálfu starfi meðan á barneignum stóð. Kennir níu ára börnum í 4. bekk.

Pátttakandi 6, Sigríður Davíðsdóttir, er 27 ára og er í sambúð, á tvö börn. Hún var búin með klæðskeranám. Hún var nýútskrifuð úr Kennaraháskóla Íslands með náttúrufræði sem kjörsvið og var að kenna 14 ára börnum í 8. bekk.

6.2. Mælitæki

Notaður var viðtalsrammi, sem sjá má í viðauka 1, sem stuðst var við í viðtölunum. Byggðist hann á sex lykilatriðum sem tekin voru fyrir.

- 1) Bakgrunnsupplýsingar um kennara. Það sem rætt var í byrjun var meðal annars um fjölskylduhætti, aldur, menntun, námskeið sem kennarar hafa farið á um ADHD og reynslu þeirra af kennslu. Einnig af hvaða stigi þau hafa verið að kenna og hvaða bekk kennarinn væri að kenna í dag.
- 2) Skipulag í kennslustofunni. Spurt var meðal annars um hvernig kennslustofan væri skipulögð út frá börnum með ADHD, þarf að huga að sætaskipan í kennslustofunni og hvort þurfi að velja þá einstaklinga sem sitja næst börnum með ADHD. Athugað var hvort verið væri að nota sjónrænt skipulag og hvort námsefnið væri lagt fram á þann hátt sem börnum með ADHD nýtist best.
- 3) Þekking kennara á ADHD. Spurt var um reynslu kennara af ADHD, hvar þeir hefðu fengið hana og hvernig. Komið var inn á hvort þekkingin á ADHD sé frá kennaranáminu og í hvaða formi hún hafi verið. Þá var spurt hvort kennarar séu að leita sér þekkingar og hvar, hvort skólinn bauð upp á fræðslu á ADHD eða hvort kennarar þurftu sjálfir að leita sér aukinnar þekkinga á þessari röskun.
- 4) Stuðningur við kennarann. Upplýsingar voru fengnar um stærð bekkjarins, fjölda greininga í bekknum, kynjahlutfall og hvernig kennarinn upplifði bekkinn sinn. Spurt var um stuðning skólans við börn og kennara. Einnig var spurt hvar leita kennarar sér helst aðstoðar og um viðhorf og reynslu kennara

af því að kenna börnum með ADHD og hvernig best væri að koma til móts við börn með ADHD í skólanum. Þá var spurt hvort börn með ADHD fá mismunandi þjónustu í skólanum.

- 5) Kennsluaðferðir. Rætt var um hvernig kennarar nálgast börn með ADHD í kennslunni og hvaða kennsluaðferðir þeir nota. Athugað vor hvort kennarar notuðu fjölbreyttar kennsluaðferðir og hvort börn með ADHD þurfa önnur úrræði en almennt gerist og þá hvaða.
- 6) Upplýsingaflæði í skólanum. Spurt var um hvernig upplýsingaflæðið er á milli kennara annarsvegar og svo sérfræðinga hins vegar. Einnig var spurt hvernig samskiptin væru á milli heimila og skóla.

Þegar viðtalsramminn var gerður þá var litið til þess sem hafði verið skrifað um þetta efni. Bækurnar sem unnið var meðal annars eftir eru: How to teach and manage children with ADHD (O'Regan, 2002) og Ofvirkni bókin (Ragna Freyja Karlsdóttir, 2001). Einnig var stuðst við bækurnar: How to reach and teach children with ADD/ADHD: Practical techniques, strategies, and intervention (Rief, 2005) og Hámarksárangur í námi með ADHD (Sigrún Harðardóttir og Tinna Halldórsdóttir, 2008). Í þessum bókum ásamt öðru efni var hægt að sjá hvernig kennarar ættu að bera sig að til að ná sem best til barna með ADHD í kennslustofunni.

6.3. Framkvæmd

Þátttakendurnir voru valdir úr hópi kennara með hentugleikaúrtaki sem hentaði vel fyrir þessa rannsókn. Gagnasöfnun hófst í febrúar og lauk í byrjun mars 2010. Þá var kennurum sent bréf og rannsóknin kynnt fyrir þeim og þau beðin um að taka þátt. Rannsakandi hringdi í kennarana og viðtalstímar voru bókaðir. Næsta skref var að taka viðtöl við þátttakendur og komast að sem mestu um þeirra reynslu, viðhorf og upplifanir gagnvart börnum með ADHD. Viðtölin fóru fram í skólanum í skólafunum sem kennararnir höfðu til umráða en eitt viðtalið fór fram á bókasafninu í skólanum og annað í heimahúsi kennara. Viðtölin voru afrituð samkvæmt viðtalsþemunum sem leggja átt áherslu á. Að lokum var svo unnið úr viðtölunum.

6.4. Siðferðisleg atriði

Gæta þarf að siðferðislegum atriðum í öllum rannsóknum. Gæta þarf fyllsta trúnaðar við þátttakendur og einnig þurfa þeir að vera vel upplýstir um rannsóknina áður en hún fer fram til að hún skaði ekki þátttakendurna. Í þessari rannsókn var þátttakendum gerð grein fyrir því í hverju þátttaka þeirra fælist og að nöfn þeirra kæmu ekki fram né staðhættir. Tilgangurinn með því var að koma í veg fyrir að hægt yrði að rekja upplýsingarnar til einstaklinganna. Þátttakendum var ekki skylt að taka þátt í rannsókninni og þeir fengu ekki greitt fyrir hana. Að lokum var þeim bent á að þeir gætu hætt í viðtalinu hvenær sem þeir vildu (Esterberg, 2002).

6.5. Skráning og úrvinnsla

Viðtölin voru öll tekin upp á upptökutæki og afrituð nákvæmlega frá orði til orðs yfir á tölvu. Við úrvinnslu gagna er mikilvægt að rannsakandi skilji rétt það sem viðmælandinn talar um í viðtalinu. Í byrjun þarf rannsakandinn að finna þau lykilatriði sem koma fyrir í gögnunum. Það er gert með því að lesa gögnin oft yfir og skoða helstu punktana útfrá viðtalsrammanum. Eftir að allra gagna hafði verið aflað og skráningu þeirra lokið þá hófst gagnagreining. Lesa varð viðtölin oft til að fá góða yfirsýn yfir gögnin, fundin voru fimm lykilatriði: Skipulag, þekking á ADHD, stuðningur við kennslu, kennsluaðferðir og upplýsingaflæði. Síðan voru þau flokkuð betur niður í undirflokka.

Skipulag í kennslustofu var eitt af lykilatriðunum vegna þess að börn með ADHD verða að hafa skipulag í kennslustofunni til að ná árangri (Ragna Freyja Karlsdóttir, 2001; Rief, 2005). Hægt var að greina skipulagið niður í undirflokka. Þeir eru skipulag í verkefnavinnu annars vegar og hins vegar er það skipulag í kennslustofunni, sem er meðal annars sætaskipanin og sjónrænt skipulag (Rief, 2005).

Þekking á ADHD, var annað af lykilatriðunum en það er mikilvægt að kennarar þekki þessa röskun til að geta komið til móts við þarfir barna með ADHD. Það var skipt niður í þrjá undirflokka: Starfsreynsla, afla sér þekkingar, þekking úr námi. Reynsla kennara; að kennarar hafa fengið þekkingu á ADHD með því að kenna börnum með þessa röskun og jafnvel eiga sjálf börn með ADHD. Önnur var að

kennarar leita þekkingar sjálfir, að kennari fari á netið og á námskeið til að öðlast meiri þekkingu á þessari röskun. Þriðji undirflokkurinn var að kennarar fengu þekkingu á ADHD í kennaranáminu (Elín G. Ólafsdóttir, 2004; Jónína Sæmundsdóttir, 2009).

Stuðningur við kennslu, er þriðja lykilatriðið. Það er nauðsynlegt að kennarar fái stuðning til að geta hjálpað börnum með ADHD að nálgast námið eins og geta þeirra býður upp á. Börn með ADHD þurfa líka að fá þann stuðning sem skólinn hefur upp á að bjóða til að þau geti stundað námið. Undirflokkarnir eru tveir, stuðningur sem kennarinn fær og svo stuðningur sem barnið fær. Stuðningur frá starfsfólki skólans, samkennurum, getur verið mikill og góður en einnig frá sérfræðingum sem hafa mikið að segja, til að kennarar geti komið til móts við þarfir barna með ADHD. Annar undirflokkur er stuðningur fyrir börn með ADHD, en það getur verið frá litlum stuðningi inni í bekk til mikils stuðnings með sérkennara sér við hlið allan skóladaginn. Það fer alveg eftir þörfum barnanna hvað þau þurfa mikinn stuðning. Til að börn geti lært þá verða þau að fá þann stuðning sem þau þurfa til að geta náð þeim markmiðum sem skólinn setur (Dornbush og Pruitt, 2002; Rief, 2005).

Kennsluaðferðir er fjórða lykilatriðið, en það er nauðsynlegt að kennarar séu meðvitaðir um hvaða aðferðir henta börnum með ADHD. Kennarar þurfa að finna aðferðir sem henta námsgreinunum en einnig sem henta þeim best persónulega. Athuga þarf hvaða kennsluaðferðir eiga við og það þarf að koma til móts við öll börn. Undirflokkarnir eru tveir: Einstaklingsmiðað nám og fjölbreyttar kennsluaðferðir. Einstaklingsmiðað nám þýðir að börnin eru með kennsluefni sem hentar þeim og líka að þau geti lært á sínum hraða. Fjölbreyttar kennsluaðferðir þýða að kennarar nota mismunandi leiðir til að koma námsefninu til skila, bæði sjónrænt og hljóðrænt (Rief, 2005; Sherman, Rasmussen og Baydala, 2008).

Upplýsingaflæði er fimmta lykilatriðið í skólastarfi, nauðsynlegt er að hafa gott upplýsingaflæði í skólum. Til að börnum með ADHD geti liðið vel og fengið tækifæri til að læra þá er nauðsynlegt að starfsfólk skólans geti miðlað upplýsingum á milli sín en einnig til foreldra. Undirflokkarnir eru tveir: Upplýsingaflæði á milli kennara og starfsfólks skólans og samstarf kennara og foreldra. Það skiptir máli að það sé gott upplýsingarflæði á milli kennara. Kennarar eiga að fá upplýsingar um börnin sem þeir

eru að taka við í fyrsta sinn, til að þeir geti komið til móts við þarfir þeirra. Annar undirflokkur er að samstarfið á milli kennara og foreldra sé gott og að þau séu dugleg að miðla upplýsingum sín á milli til að börn með ADHD geti náð eins langt í námi sínu og hægt er (Ingibjörg Auðunsdóttir, 2002; Ingvar Sigurgeirsson og Ingibjörg Kaldalóns, 2006; O'Regan, 2002).

Þessi fimm lykilatriði vógu þyngst í mati á aðferðum kennara að nálgast börn með ADHD í kennslu. Einnig var tekið tillit til annarra atriða sem viðtölin tóku til, þó svo að vægi þeirra væri minna í heildarmatinu. Þar má nefna spurningar eins og um menntun, fjölskylduhagi og hvað þau væru búin að kenna lengi, farið var í fleiri bakgrunnsspurningar. Einnig var spurt um þekkingu á ADHD, stuðning við kennara og hvernig upplýsingaflæði er í skólanum. Kennararnir voru skoðaðir út frá þessum lykilatriðum og niðurstöðurnar voru flokkaðar í fimm flokka út frá þessu mati miðað við svör þeirra og aðstæður þegar viðtölin áttu sér stað. Framangreindar lýsingar á úrvinnslu og lykilatriðum eru ætlaðar sem vísbending um hvernig matið fór fram.

Tafla 1. Flokkun á lykilatriðum

Flokkur	Lykilatriði
Mjög slæmt	0-1
Slæmt	1-2
Í meðallagi	2-3
Gott	3-4
Mjög gott	4-5

Þátttakendur voru metnir í fimm flokka eftir því hversu vel þeir nálguðust kennslu barna með ADHD, samkvæmt þeim fimm lykilatriðum sem skiptu mestu máli. Flokkunin er sýnd í Töflu 1. Lykilatriðin eru: Skipulagning, þekking á ADHD, stuðningur við kennslu, kennsluaðferðir og upplýsingaflæði eins og sjá má á í umfjöllun í inngangnum (Dornbush og Pruitt, 2002; Jónína Sæmundsdóttir, 2009; Rief, 2005).

Haft var til hliðsjónar við matið í hvaða flokki hver þátttakandi lenti. Einnig voru tekin til greina önnur atriði sem fram komu í viðtölunum, svo sem menntun, reynsla og að eiga barn með ADHD. Með þeim atriðum er verið að bera saman hvort kennarar séu betur í stakk búnir til að mæta þörfum barna með ADHD.

Mjög gott: Þá eru fjögur til fimm lykilatriði sem kennari skorar hátt á, auk allra eða flest allra annarra atriða. Þá hefur kennarar góða heildarmynd af kennslu barna með ADHD. Helstu atriðin sem kennarinn þarf að búa yfir er góð skipulagning, sem felst bæði í kennslustofunni en einnig við nám barnanna. Kennarinn þarf að þekkja vel til ADHD, sem felst í getu barna til að læra og til að geta komið til móts við þarfir barnana. Nauðsynlegt er að kennarar hafi stuðning hvort sem hann er til að leita ráða eða fá stuðning við það sem verið er að gera. Kennarar þurfa að beita mismunandi kennsluaðferðum til að ná til barnanna og þeir verða að vera duglegir að finna út hvað hentar hverjum og einum og vera sífellt að skoða leiðir sem hjálpa börnunum. Upplýsingaflæðið er markvisst og farið er eftir ákveðnu ferli eins og þegar kennari er að taka við nýjum bekk. Upplýsingaflæði er gott milli kennara, sérkennara, sálfræðings og skólustjóra og það þarf að vera í báðar áttir. Upplýsingaflæðið er gagnvirk milli kennara og foreldra og þar er góð samvinna á milli.

Gott: Þá er þátttakandi að skora hátt á þremur til fjórum af þessum fimm lykilatriðum, en vantar upp á skor í einum til tveimur undirflokkum í þessum lykilatriðunum.

Í meðallagi: Þar eru tvö til þrjú lykilatriði sem þátttakendur skora hátt á. Í þessum flokki eru kennararnir ekki verið að fylgja öllum atriðum alveg eftir heldur hluta af þeim og því lenda þeir í meðallagi.

Slæmt: Þátttakendur sem skora hátt á aðeins einu eða tveimur af þessum fimm lykilatriðum. Getur einnig verið með önnur atriði sem hafa þá minna vægi eins og fram hefur komið.

Mjög slæmt: Eru þeir kennarar sem skora hátt á einu eða engu af þeim fimm lykilatriðum sem fram hefur komið samkvæmt inngangi. Þeir hafa ekki verið að nota þá aðferð sem miðast út frá börnum með ADHD. Í þessum flokki getur verið eitt atriði sem er gott sem verið er að vinna með gagnvart börnunum en það er það lítið að það vegur ekki eins þungt í flokkuninni og menntun kennara, reynsla í kennslu og að eiga barn með ADHD eða hafa barn með ADHD í nærumhverfi sínu.

7. Niðurstöður og umræður

Tafla 2: Hvernig kennarar nálgast börn með ADHD í kennslu.

Þátttakandi	Freydís	Díana	Fríða	Þorlákur	Ingibjörg	Sigríður
Mjög slæm			X	X		
Slæm						
Í meðallagi					X	X
Góð		X				
Mjög góð	X					

Þegar heildarniðurstöður eru skoðar (sjá í töflu 2) sést að kennararnir vinna mjög misjafnlega gagnvart börnum með ADHD. Niðurstöður eftir viðtölin við kennarana voru flokkaðar samkvæmt fimm lykilatriðum og undirflokkum við þau sem eru: Skipulag í kennslustofu, þekking á ADHD, stuðningur við kennslu, kennsluáðferðir og upplýsingaflæði eins og fræðin í innganginum telja að henti best fyrir börn með ADHD (Dornbush og Pruitt, 2002; Ragna Freyja Karlsdóttir, 1995; Rief, 2005). Einnig hafa verið tekin til greina önnur þrjú atriði sem veiga minna við matið á kennurunum. Þau atriði eru: Að eiga barn með ADHD, reynsla við kennslu og þekking á ADHD.

Freydís er í flokknum mjög góður því hún skorar mjög hátt á þeim fimm lykilatriðum sem henta börnum með ADHD. Hún hefur mjög góða þekkingu á ADHD auk þess að eiga barn með þessa greiningu og hefur aflað sér þekkingar í kjölfar þess. Freydís hefur líka mikla reynslu af því að kenna börnum með ADHD og hefur einnig tileinkað sér þær aðferðir í kennslustofuni sem hentar vel fyrir börnin. Þessar aðferðir nýtast mjög vel fyrir öll önnur börn í bekknum. Freydís og Díana hafa báðar verið að auka við þekkingu sína á röskuninni ásamt því að hafa góð samskipti við foreldra en það skiptir miklu máli til að stuðla að betri námsárangri barnanna (Rief, 2005).

Díana er í flokknum góður því hún uppfyllir 3-4 af þeim fimm lykilatriðum sem henta börnum með ADHD. Lykilatriðin sem hún er að nýta eru skipulag, þekking á ADHD, kennsluáðferðir og upplýsingaflæði en það sem er ábótavant er stuðningur við kennslu. Hún biður ekki um stuðning frá öðrum kennurum, starfsfólki eða öðru fagfólki þegar hún þarf á því að halda, heldur finnst hún þurfa að leysa málin sjálf. Díana á barn með ADHD og er að auka við þekkingu sína á röskuninni. Reynsla hennar við kennslu barna með ADHD sem umsjónakennari er ekki mikill.

Munurinn á Freydísi og Díönu er sá, að Freydís er með betra skipulag í kringum börnin og notar margar aðferðir til að börnin nái eins góðum námsárangri og þau geta. Hún uppfyllir líka öll þau fimm lykilatriði sem matið er byggt á ásamt því að hafa öll önnur atriði líka. Það sem er ábótavant hjá Díönu er stuðningur við kennslu, hún er með þrjú til fjögur lykilatriði sem henta börnum með ADHD mjög vel og lendir því í floknum góður. Það er eitt lykilatriði sem lendir í mjög gott og það er skipulag í kennslustofu þar sem verið er að vinna alveg eftir því sem fræðin segja í innganginum. Annað lendir í meðallagi sem er með 2-3 lykilatriði gott.

Fríða og Þorlákur eru bæði í floknum mjög slæmur sem er alls ekki nógu gott. Í þeim flokki er aðeins 0-1 lykilatriði af fimm í góðu lagi. Þau voru bæði með eitt atriði gott og hafa ekki verið að vinna samkvæmt því sem áður hefur verið fjallað um að skipti máli. Það vantar mikið upp á að þau vinni eftir því sem hentar börnum með ADHD. Það sem er einnig athyglisvert er að þau eiga það sameiginlegt að þekkingin á ADHD er ekki mikil. Í rannsókn Jónínu Sæmundsdóttur frá árinu 2009 kom fram að kennarar sem töldu sig hafa góða þekkingu á ADHD voru með hana og gátu nýtt þekkinguna við kennslu barna með ADHD. Á sama hátt og þeir kennarar sem töldu sig ekki hafa nægilega þekkingu á röskuninni voru ekki með góða þekkingu á ADHD og því ekki að nýta þær aðferðir sem hentuðu börnunum (Jónína Sæmundsdóttir, 2009).

Fríða er með eitt lykilatriði sem hún er að vinna með sem hentar börnum með ADHD en það er kennsluáðferðir. Kennsluáðferðirnar eru fjölbreyttar. Hún er að nota einstaklingsmiðað nám, hópavinnu og skipulagða útikennslu. Einnig er börnunum kennt í gegnum leik. Fríða hefur ekki nýtt sér önnur atriði. Það sem er ábótavant hjá henni er, skipulag, eins og sjónrænt skipulag, sætaskipulag og í verkefnum sjálfum. Það vantar mikið upp á þekkingu á ADHD, stuðningi við kennslu er mjög ábótavant og að lokum er það upplýsingaflæði. Fríða hefur ekki mikla reynslu af því að kenna og er á sínu fyrsta starfsári.

Þorlákur er einnig með eitt lykilatriði af fimm sem hentar börnum með ADHD. Lykilatriðið sem hann er að vinna eftir er upplýsingaflæði, hann hefur verið í góðu samstarfi við foreldra og vinnur náið með þeim ef á þarf að halda. Hann hefur verið í góðum samskiptum við samkennara og stjórnendur skólans. Hann hefur líka mikla reynslu af kennslu.

Niðurstöður Ingibjargar og Sigríðar flokkast í meðallagi, það sem aðskilur þær er eitt lykilatriði sem er mjög ólíkt hjá þeim, það er þekkingin á ADHD. Reynsla þeirra er líka mjög ólík. Ingibjörg er með 2-3 lykilatriði sem henta börnum með ADHD. Þau atriði sem hún skorar hátt á í matinu eru: Þekking á ADHD, stuðningur og upplýsingaflæði en það sem er ábótavant er skipulag og kennsluaðferðir. Ingibjörg er búin að vera í kennslu í mörg ár eða yfir 20 ár og hefur mikla reynslu af því að kenna börnum með ADHD.

Sigríður skorar líka hátt á 2-3 lykilatriðum sem er gott fyrir börn með ADHD. Þessi lykilatriði eru; Skipulag, stuðningur við kennslu og kennsluaðferðir. Það sem vantar upp á er þekkingin á ADHD og upplýsingaflæðið. Sigríður er að byrja að kenna og er á sínu fyrsta ári við kennslu.

Samkvæmt töflu 3 má sjá að kennarar eru betri að nálgast börn með ADHD sem að hafa bestu þekkinguna á ADHD heldur en þeir sem hafa minni þekkingu. Þeir sem eru með góða þekkingu á ADHD eru með gott upplýsingaflæði. Þessi atriði vinna í báðar áttir. Því þeir sem eru með gott upplýsingaflæði fá aukna þekkingu á ADHD, samkvæmt Rief (2005) og Jónínu Sæmundsdóttir (2009). Með góðu upplýsingaflæði þá kemur meiri þekking sem getur skilað sér í bættum kennsluaðferðum. Þetta er órjúfanlegt samspil eins og kemur fram hjá Reif (2005) og Kristni R. Sigurbergssyni (2002).

Tafla 3: Fimm lykilatriði hvernig kennarar nálgast börn með ADHD

Þátttakendur	Skipulag í kennslustofu	Þekking á ADHD	Stuðningur v/kennslu	Kennsluaðferðir	Upplýsingaflæði
Freydís	Mjög gott	Mjög gott	Mjög gott	Mjög gott	Mjög gott
Díana	Mjög gott	Gott	Slæmt	Gott	Í meðallagi
Fríða	Mjög slæmt	Mjög slæmt	Mjög slæmt	Gott	Í meðallagi
Þorlákur	Mjög slæmt	Mjög slæmt	Slæmt	Í meðallagi	Gott
Ingibjörg	Í meðallagi	Gott	Í meðallagi	Í meðallagi	Mjög gott
Sigríður	Gott	Slæmt	Gott	Gott	Mjög slæmt

Í töflu 3 koma fram þau fimm lykilatriði sem skoðuð voru hjá kennurunum, en þau voru: Skipulag í kennslustofunni, þekking á ADHD, stuðningur við kennara, kennsluaðferðir og að lokum upplýsingaflæði. Það voru fleiri spurningar ásamt

bakgrunnsspurningum sem kennarar voru spurðir út í til að fá enn betri mynd af því hvernig kennarar nálgast börn með ADHD.

7.1.Skipulag

Eins og sést í töflu 3, þá er Freydís með afgerandi góða nálgun á börn með ADHD. Hún hefur skipulagið mjög gott þar sem hún er að nota sjónrænt skipulag með því að skrifa upp stundatöfluna og hvaða bækur eru notaðar í hverri námsgrein og tiltekur hvaða litir eru á bókunum. Kennslustofan er öll vel skipulögð og mikið lagt í að merkja allt með litum þar sem það hentar vel fyrir börn með ADHD. Börnin fá líka alltaf að vita til hvers er ætlast af þeim hverju sinni. Námsefnið er aðlagð að hverjum og einum eftir getu barnanna eins og að búa námsefnið niður í litlar einingar en farið er líka eftir dagsforminu hjá börnunum. Notað er umbunarkerfi, ef vel gengur þá fá þau að lesa í bókum í smá tíma, það hjálpar þeim að koma sér af stað í verkefnavinnu. Freydís hefur ákveðinn ramma í kringum börnin, er sveigjanleg og með vissan fjölbreytileika en hann má samt ekki vera of mikill þá ráða þau illa við hann. Sætaskipan er einnig til fyrirmyndar, það er hugsað fyrir öllu, þau þola misvel þrengsli og áreitið þarf að vera sem minnst. Best þykir Freydísi að börnin með ADHD sitji nálægt sér því þá nær hún betra sambandi við þau. Hún leyfir þeim að hreyfa sig aðeins þegar þau eru orðin þreytt og eirðarlaus, því þá verða þau tilbúnari að halda áfram að vinna verkefni sín. Hún skorar hátt á öllum lykilatriðunum við kennslu og þessi atriði henta fyrir öll börnin í bekknum. Hún segir svo frá:

„Sko, þegar þú ert með svona bekk eins og ég er með, þar sem eru svo ofboðslega margir með allskonar vandamál þá held ég ósjálfrátt sé ég búin að laga námsefnið og hvernig ég vinn vinnuna mína, þannig að það henti þeim best.“

Það ber mikið á milli þeirra Freydísar og Fríðu hvernig unnið er með börn með ADHD. Það vantar mikið upp á alla skipulagningu hjá Fríðu, til dæmis vantar alveg sjónrænt skipulag. Það er ekkert ákveðið skipulag heldur í kennslustofunni og engar merkingar á hlutunum, það er ekki farið yfir stundatöfluna á morgnanna né hvað er framundan. Hún er ekki með neina ákveðna reglu á sätaskipaninni nema að það þarf að velja hverjir sitja hjá barninu með ADHD, eins og er hjá mörgum öðrum börnum líka. Fríða útbýr þrenns konar námsefni fyrir bekkinn þannig að börn með ADHD eru ekki að fá eitthvað sér efni heldur það sama og hin. Í bekknum hjá Fríðu er barn með

ADHD og er hvatvíst, það þarf að tala mikið, er sífelld að grípa fram í og truflar bekkinn. Hún talar við barnið um þessa óæskilega hegðun þegar það er sífelld að tala og trufla kennsluna en það hefur ekki skilað neinum árangri, barnið er ekkert að tala minna eða minnka frammíköllin. Díana hefur líka hvatvíst barn í bekknum sínum sem er líka með frammíköll og þarf að tala mikið yfir bekkinn. Hún lætur barnið fá fimm spurningar yfir daginn til að athuga hvort það geti minnkað frammíköllin. Hvernig það tókst til sagði Díana:

„Jú jú, það svona ... mér finnst það hafa aðeins dempast í honum en ég þarf svona kannski meira að fá svona skrásetningu hjá honum. Nú þarf ég að gera fleiri spurningar, ég þarf bara að gefa mér tíma í það....“.

Þessi aðferð hefur gefist ágætlega og barnið hefur minnkað þessa hegðun aðeins en það á eftir að koma meiri reynsla á hana. Sigríður er einnig með barn sem vill fá athyglina hjá kennaranum en þar er sú regla að rétta upp hönd ef börnin vilja fá orðið og ef viðkomandi barn réttir upp hönd þá reynir Sigríður að gefa barninu með ADHD orðið strax því það á svo erfitt með að bíða. Með því að svara barninu strax þá fær það sína umbun með því að fá að tala fljótt. Sigríður telur þessi aðferð henta vel barninu því að hún segir:

„ ... það er rosa framför hjá honum bara að rétta upp höndina ef hann vill tala þá reyni ég eins fljótt og ég get að leyfa honum að tala af því að yfirleitt gólar hann út um allt og ekki að rétta upp hönd, bara að rétta upp hönd þá alveg segir hann heyrðu, ég er með hendina uppi sko....“.

Sigríður er með gott skipulag á sætaskipan í bekknum, passað er upp á hver situr hvar og að börn með ADHD þurfa að sitja þar sem áreitið er sem minnst og þar sem hægt er að ná augnsambandi við börnin. Hún er meðvituð um að það skipti máli hverjir sitja næst börnum með ADHD svo að vinnuframlag þeirra verði gott. Einnig er stundaskráin uppi á vegg þar sem börnin geta séð í hvaða tíma þau eiga að fara og hvernig dagurinn gengur fyrir sig. Sigríður hefur verið að endurskoða uppsetningu á verkefnum fyrir börn með ADHD og hefur séð að þau geta ekki leyst þau eins og geta þeirra segir til um. Þorlákur er með barn með ADHD í sínum bekk sem hann er alveg búinn að gefast upp á gagnvart því að fá barnið til að vinna verkefni sín í möppuna sem heldur utanum vetrarstarfið. Barnið situr í stólnum sínum, hugsandi og horfir út í loftið gleymir alveg stund og stað. Stundum gengur barnið um stofuna og talar mikið og truflar alla í bekknum. Barnið nær ekki að halda utan um námsefnið og gefst fljótt upp. Þorlákur kemst svo að orði:

„... það er búið að gera mörg skipulög og margar áætlanir og það fokkast allt upp, það er bara svoleiðis. En hann samt sko herna er greindur strákur og þetta síast svona inn í hann og hann slampast í gegnum prófin með sínar sexur...“.

Það sem er ábótavant hjá Þorláki er allt skipulag. Það vantar mikið upp á sjónrænt skipulag, stundataflan hangir uppi á vegg en það er ekkert verið að fara yfir hvaða námsgreinar verða kenndar þann daginn. Sætaskipan er einnig ábótavant og hvernig verkefni eru sett fram. Þorlákur nær að ganga á milli allra barna í tímanum og aðstoða þau en árangurinn verður samt lítill sem enginn hjá barninu með ADHD. Hann hefur samt ekki miklar áhyggjur af barninu því ef hann hefur áhuga á einhverju þá sinnir hann því 100% eins og íþróttinni sem hann bæði æfir og þjálfar. Hvernig kennarar nálgast börn með ADHD í kennslu byggist aðallega á þekkingunni á röskuninni. Þeir þurfa að vera vel upplýstir og duglegir við að lesa sér til um greiningarnar sem börnin í bekknum eru með. Leita sér að þekkingu er eitt af lykilatriðum sem kennarar þurfa að tileinka sér í starfi sínu eins og fram kemur í rannsókn Ingvars Sigurgeirssonar og Ingibjargar Kaldalóns (2006) að bæta þarf þjónustu gagnvart börnum með ADHD í formi fræðslu handa kennurum og foreldrum. Það kemur líka fram hjá Reif (2009) og Barkley (2006) að kennarar og annað starfsfólk þurfa að þekkja raskanirnar til að þau viti hvernig börnin bregðast við hinum ýmsu áreitum og vita hvernig best er að nálgast þau.

7.2 Þekking á ADHD

Lykilatriðið til að nálgast börn með ADHD er þekkingin á röskuninni. Þetta er vegna þess að þeir sem ekki þekkja hana vita ekki hvað þarf til að ná árangri með börnin og hvaða leiðir henta þeim best. Til að geta komið til móts við þarfir þeirra og haft skilning á hegðun þeirra þá verður viðkomandi að skilja röskunina og þekkja fylgiraskanir þeirra. Það er ekkert barn eins þó að þau séu með ADHD, það er sama niðurstaða og hjá Barkley (2006), O'Regan (2002) og Rief (2005) ásamt fleirum fræðimönnum.

Reynsla þessara kennara við kennslu skiptir ekki eins miklu máli miðað við þessa rannsókn. Þeir kennarar sem höfðu lengstan starfsferil við kennslu komu ekki eins vel út í þessari könnun og þeir sem hafa kennt í nokkur ár. Það voru nokkur atriði sem

höfðu áhrif á útkomuna hjá þeim. Þar kom fyrst þekkingin á ADHD en síðan voru fá úrræði sem þau höfðu til að nálgast börnin og þær aðferðir sem börnin þurftu til að geta lært. Þekkingin hjá Freydísi er mjög góð, hún á barn með þessa greiningu, hefur kennt mörgum börnum sem hafa verið greind með ADHD og hún hefur einnig skrifað meistararitgerð um ADHD. Hún hefur einnig haldið fyrirlestur um ADHD fyrir kennara og foreldra. Freydísi finnst reynslan hafa hjálpað sér mikið og þegar hún byrjaði að kenna fyrir mörgum árum þá var barn með ADHD í fyrsta bekknum sem hún kenndi og foreldrar þess barns hjálpuðu henni mikið og voru brautryðjendur í þeim efnum. Freydís segir :

“... svo fæ ég þennan ofvirka stráka í hendurnar á degi eitt og foreldranna með og ofsalega duglega foreldra sem gubbuðu í mann greinum og hérna gjörðu svo vel hérna er barnið mitt og hér eru lyfin hans og þú átt að gefa honum það klukkan hálf tólf því þá voru bara þessar litlu töflur sko og það raunverulega var mikið gagnlegra heldur en allir heimsins kúrsar.,,

Það sem hjálpaði líka var hvað foreldrarnir studdu vel við bakið á Freydísi. Hjá Díönu var þetta allt öðruvísi því hún var að kenna í Danmörku og þar fara börn ekki í greiningu heldur þurfa þau að sitja einum vetri lengur í leikskóla ef þau eru ekki tilbúin til að fara upp í grunnskólann. Það var ekki fyrr en hún flutti til Íslands að hún heyrði um þessa greiningu. Hún á líka barn með ADHD sem hefur hjálpað henni að þekkja einkennin og vita aðeins um ADHD þó að það hafi ekki verið formleg kennsla. Díanana hefur lesið sér mikið til um þessa röskun og hefur einnig lært mikið af því að kenna börnum með þessar raskanir eins og Freydís. Þekkingunni á ADHD er ábótavant hjá Fríðu, hún hefur ekki verið að afla sér þekkingar á röskuninni að neinu leyti. Í náminu fékk hún einn fyrirlestur í einum áfanga en Fríða er nýútskrifuð úr náminu. Hún hefur ekki farið á nein námskeið eða fyrirlestra og hefur lítið verið að lesa sér til. Það sama má segja um Þorlák, þekkingin er ekki mikil um ADHD. Hann hefur farið á einn til þrjá fyrirlestra en finnst jafningjafræðslan skila sér mestu. Aftur á móti hefur Ingibjörg góða þekkingu á röskuninni, en hún hefur aflað sér hennar með því að fara á marga fyrirlestra og námskeið. Hún hefur aðeins verið að lesa sér til í bókum sem hefur skilað góðri þekkingu á ADHD ásamt því að hafa reynslu af því að kenna börnum með röskunina. Það kom í ljós þegar tekið var viðtal við Ingibjörgu, að hún var sú eina sem ekki var með barn með ADHD í bekknum sínum. En þá sagði hún frá reynslu sinni að kenna börnum með ADHD. Það hefði verið æskilegra að allir

Þátttakendur hefðu börn með ADHD í bekk hjá sér þegar könnunnin fór fram til að hafa samanburðinn.

Þátttakendurnir hafa ekki fengið neina eða mjög litla vitneskju um þessa röskun hvort sem þeir eru nýútskrifaðir úr skóla eða fyrir mörgum árum síðan. Þekkingin er mest þar sem þátttakendur eiga börn með ADHD eða hafa sérstakan áhuga á röskuninni og hafa aflað sér hennar sjálfir á fjölbreyttan hátt. Skólinn hefur einnig verið með fyrirlestra og námskeið til að fræða starfsfólkið um þessa röskun. Það er bara ekki nóg, kennarar og annað starfsfólk verður sjálfst að afla sér þekkingar á ADHD því það er nauðsynlegt að allt starfsfólk skólans sé upplýst um röskunina bæði hvað varðar hegðun og aðrar fylgiraskanir sem fylgja oft ADHD. Þorláki finnst best að tala við samkennara sína og fá þar stuðning og fræðslu um það sem hann þarf. Það hafa verið fyrirlestrar um ADHD en honum finnst það ekki bera neinn árangur fyrir hann, ekki heldur námskeið nema þau sem eru eins og hann segir:

“... ef að námskeið eiga að vera manni til gagns þá þurfa þau að byggjast á til skiptis að vera í teoríu og praktiks. Fara á eitt tveggja tíma námskeið sem er fyrst og fremst fyrirlestur um ADHD, það skilur ekkert eftir,„

Sigríður hefur heldur ekki fengið neina fræðslu um ADHD líkt og Fríða en hún hefur verið að kynna sér röskunina með því að lesa bækur og fræðast hjá samkennurum sínum. Einnig hefur hún verið dugleg að spyrjast fyrir og fá aðstoð og ráðleggingar bæði hjá sérfræðingum og hjá samkennurum um ADHD og hvernig best sé að nálgast börnin. Henni finnst hún læra mikið af því að kenna börnum með röskunina en þar sem hún er nýbyrjuð að kenna þá er lítil reynsla komin.

Kennarar eru að vinna með börnin eins vel og vitneskja þeirra nær, en það er hægt að hafa þetta einfaldara og að það sé ákveðið ferli sem fer í gang þegar barn greinist með ADHD. Það eru til heilmiklar upplýsingar sem hægt er að vinna með en þær þurfa að vera aðgengilegar og auðvelt að virkja þær. Gott er að búa til handbók sem kennarar geta náð í og vinna eftir henni til að geta nýtt allar þær aðferðir sem til eru og rannsóknir hafa sýnt að séu góðar fyrir börnin. Með þessu þá væru allir kennarar að nýta þá vitneskju sem til er og aðlaga hana að börnunum.

7.3 Stuðningur við kennslu

Stuðningur við kennslu er mismikill, það fer bæði eftir því hvort kennarar biðja um aðstoð eða þeim er boðin hún. Freydís fær góðan stuðning og leitar sjálf eftir honum eins og að fara til sálfræðingsins í skólanum til að fara yfir greiningar barnanna í bekknum sem hún kennir. Einnig hefur skólastjórinn stutt hana og aðstoðað við að fá stuðning inn í bekkinn vegna einnar einhverfugreiningar í bekknum. Þekking hennar á innra skólastarfi hefur áhrif á stuðning hennar vegna þess að hún veit hvert hún getur sótt stuðninginn og haft hann fjölbreyttan. Stuðningur frá skólastjórnendum, sálfræðingi, frá sérdeildinni, sérkennara og námsráðgjafa er gott teymi sem hægt er að leita til og fá stuðning ef á þarf að halda með börn á hvaða stigum sem er. Aftur á móti hefur Fríða ekki leitað sér aðstoðar gagnvart börnum með ADHD vegna þess að hún vill fá að prófa sig áfram. Henni hefur boðist stuðningur og þegar hún tók við bekknum þá fór hún í sérdeildina og þar var farið yfir greiningarnar á börnunum í bekknum. Hún fékk samt enga skýrslu um greiningarnar til að hafa með sér. Aftur á móti var ekki mikil samvinna á milli Fríðu og sérkennarans sem var að taka börn úr tíma til að vinna með þeim. Það var enginn fundur um gang mála eða hvaða námsefni hentaði best fyrir þau sem Fríða gæti nýtt sér. Aftur á móti upplifði Díanana ekki nægilega vel stuðninginn því að henni fannst það bara vera sitt vandamál ef hún gæti ekki ráðið við börnin með ADHD og fengið þau til að vera hljóð og einbeita sér að lærdómnum. Einnig segir hún:

„... mér finnst það voðalega mikið þannig ef að maður er ekki að ráða við þetta þá er þetta voðalega mikið manns eigin sök. Mér finnst það svolítið vera þannig hérna...“.

Þorlákur er ekki mikið að biðja um stuðning en hann leitar eftir því ef honum finnst hann þurfa á því að halda. Þegar hann var að breyta kennsluaðferðum þá talaði hann við skólastjóra og deildarstjóra á því stigi. Þeir studdu báðir við hann með því að tala um það hvernig hann ætlaði að framkvæma hana. Seinna kom í ljós að þessi aðferð hentaði honum ekki bæði vegna tímaleysis og persónulega. Þorlákur var ekki að biðja um neina aðra aðstoð eða stuðning gagnvart börnum með ADHD sem hann átti í erfiðleikum með. Hjá Sigríði var þetta aðeins öðruvísi farið, þá fékk eitt barnið 100 prósent stuðning, bæði inni í tímum og í frímínútum. Barnið er bæði með ADHD og er á gráu svæði á mörgum öðrum sviðum og þarf mikinn stuðning. Það hafa orðið miklar framfarir hjá þessu barni í vetur frá því í fyrra en þá gat það ekki verið inni í bekk. Einnig eru fjögur börn sem fara úr bekknum og fá aðstoð hjá sérkennara því þau þurfa

meiri stuðning en hægt er að gefa þeim inni í bekk. Sigríður er meðvituð um hvaða aðstoð er í boði og notar hana eins vel og hún getur. Það verður að hafa í huga að heimilisaðstæður barna eru ólíkar og það þarf að taka tillit til þess. Foreldrar eru misjafnlega í stakk búnir til að styðja við börnin sín í námi, það getur verið ýmsar ástæður fyrir því. Sumir foreldrar hafa ekki heilsu, tíma eða bolmagn til þess og það getur haft veruleg áhrif á barn með ADHD. Samkvæmt Rögnu Freyju Karlsdóttir (2001) þá getur hegðun barna með ADHD verið mjög krefjandi og reynt mikið á þolinmæði foreldra og þar af leiðandi geta foreldrar gefist upp á því að reyna fá barnið sitt til að læra heima, samanber rannsóknir Rief (2005). Þá er mikilvægt að fá aðstoð og vera í samvinnu við skólann um nám barnanna og skoða hvaða leiðir henta þeim best.

Til að kennarar geti nálgast börn með ADHD eins vel og kostur er þá þurfa þeir að fá stuðning. Þeir þurfa stuðning frá skólastjórnendum og þeim fagaðilum sem starfa innan skólans. Með þeirra stuðningi ná kennarar betri árangri með að nýta þær aðferðir sem henta börnunum eins og Freydís hefur notað sér til að börnin fái tækifæri til læra á sínum forsendum.

7.4 Kennsluaðferðir

Kennsluaðferðir kennara eru misjafnar og það er engin ákveðin stefna í kennsluaðferðum í skólanum. Freydís er með eins fjölbreyttar kennsluaðferðir og hægt er en henni finnst að börn með ADHD geti ekki verið með of mikla fjölbreytni í kennsluaðferðum því það getur valdið röskun á hlutunum og þá minnkar ramminn sem börn með ADHD þurfa að hafa í kringum sig. Þegar ramminn minnkar þá vita þau ekki til hvers er ætlast af þeim og þá fer lítið nám fram. Þetta kemur einnig fram hjá Dornbush og Pruitt (2002) að börnin verða óörugg og kvíðin þegar þau vita ekki til hvers er ætlast til af þeim og ekki viss um umhverfið sitt. Frjálsir tímar henta börnum með ADHD mjög illa það verður að vera ákveðið skipulag innan frjálsra tíma til að þau nái að einbeita sér. Freydís notar misjafnar kennsluaðferðir og segir:

„...að búta hjá þeim námsefnið, gera það ekki of yfirgripsmikið svo að þeim fallist ekki hendur, halda þeim virkum og svo þetta að ef þú gerir þetta þá mátt þú kannski svona og eins og ég segi að standa upp þegar þau eru orðin þreytt á að sitja og ef það er tími sem þau eru búin að vera sitja mikið að leyfa þeim að teygja úr sér“.

Aftur á móti hefur Þorlákur lítið verið með fjölbreyttar kennsluáferðir, öðru hvoru brýtur hann þær upp og breytir út af venjunni og notar aðrar áferðir við verkefni. Hann er ekki að nota neinar sérstakar áferðir til að fá barn með ADHD til að vinna betur í sínum verkefnum, það hefur gengið mjög erfiðlega. Þorákur hefur boðið bekknum upp á fjölbreyttar áferðir til að skila inn verkefnum í íslensku. Þar máttu börnin gera leikrit, myndband eða skrifa sögu. Hann hefur séð að barninu með ADHD gengur betur að einbeita sér ef það er að vinna með öðrum. Sú áferð hefur samt ekki verið notuð til að hann geti skilað einhverjum verkefnum í möppuna sína sem öll verkefni ársins eiga að vera í. Fríða er einnig mikið að láta börnin vinna í verkefnavinnu og hefur til dæmis fjölbreytta stærðfræðikennslu. Börn með ADHD eiga oft í erfiðleikum með að skrifa mikið og þá er mjög gott að geta boðið upp á að nota tölvur og Fríða hefur verið að hugsa um þetta og athuga hvort hægt sé að fá tölvu til afnota fyrir börnin en það er ekki komið ennþá en hún er nýbúin að heyra af þessum möguleika. Þarna vantar meira upplýsingaflæði til nýrra kennara hvað er í boði fyrir börnin og hvað er hægt að fá til að auka námsárangur þeirra. Annars er Fríða ekki með neinar sérstakar áferðir til að koma til móts við börn með ADHD.

7.5 Upplýsingaflæði

Upplýsingaflæði er nauðsynlegur hluti af skólastarfinu til að það gangi sem best fyrir sig bæði gagnvart kennurum, nemendum og foreldrum. Gott er að kennarar geti miðlað af reynslu sinni hver til annars og fengið upplýsingar hvaða áferðir hafa virkað vel gagnvart börnum með ADHD.

Upplýsingaflæðið er mjög gott hjá Freydísi bæði gagnvart starfsfólki skólans og foreldrum. Hún er í góðum samskiptum við foreldra og vinnur náið með þeim. Hún á einnig sjálf barn með ADHD í skólanum og hefur verið að bjóða stuðning til samkennara með því að vera með fræðslufundi um ADHD. Þegar Freydís tók við bekknum þá fékk hún allar upplýsingar um hann frá kennaranum sem kenndi honum áður. Hún fór víða til að leita sér meiri upplýsingar um börnin og talaði við sálfræðinginn og fékk þar greinargóða skýringu á greiningum barnanna og getu þeirra. Aftur á móti fékk Sigríður engar upplýsingar um börnin í bekknum sem hún tók við um haustið. Það var ekki fyrr en líða tók á önnina að hún sá að sum börnin þurftu meiri aðstoð en önnur og fór markvisst að fylgja hlutunum eftir og spyrja sérdeildina um börnin og kennarann sem var áður með bekkinn. Þá kom ýmislegt í

ljós. Sigríður fann mikið fyrir því að hafa ekki þessar upplýsingar strax í upphafi um börnin og varð að ná sjálf í þessar upplýsingar sem áttu að liggja fyrir hjá henni þegar kennslan hófst um haustið. Það er ákveðið ferli sem kennari á að fylgja eftir þegar hann hættir að kenna bekk. Hann á að láta næsta kennara fá öll gögn um börnin í bekknum svo að sá kennari geti unnið í samræmi við þær upplýsingar. Þessu ferli hefur ekki alltaf verið fylgt eftir og því getur þetta haft mikil áhrif á kennsluna. Það getur skipt miklu máli að vera með upplýsingarnar strax til að geta tekið rétt á málum. Sigríður er í góðum samskiptum við foreldra barnanna og vinnur náð með þeim. Það tekur miklu skemmri tíma að koma til móts við þarfir barnanna ef það er vitað fyrirfram hvernig staðan er hjá þeim. Hún var bæði ósátt og reið yfir því hvernig skiptin á kennurunum fóru fram hjá bekknum sem hún er með. Sama viðhorf var hjá Díönu en henni fannst hún þurfa að bera sig eftir öllum upplýsingum og það færi bara eftir því hvað hún sjálf var dugleg að leita eftir því. Hún talar jafnframt um að allir kennarar viti ef börn eru með greiningar, hvort sem það er umsjónarkennari eða íþróttakennari. Þorlákur fékk upplýsingar um börnin í bekknum og um börnin sem eru með ADHD. Það eru góð samskipti milli hans og foreldra barna með ADHD, samvinna hefur verið mikil og unnið með umbunakerfi á báðum stöðum. Þetta skiptir miklu máli svo að börnin hafi fullan stuðning við námið sitt. Það sama er að segja hjá Ingibjörgu, sem fékk einnig allar upplýsingar um börnin þegar hún tók við bekknum. Samskiptin við foreldra eru yfirleitt góð en það sem er einna erfiðast er þegar mismunandi menning er farin að trufla hvort barn geti farið í greiningu. Sumir foreldrar vilja alls ekki að barn þeirra fari í greiningu því ef það er með ADHD þá er það versta sem hugsast getur vegna þeirrar menningar sem foreldrar hafa alist upp við. Sigríður segir einnig að það sé erfitt að halda samræmi þegar margir kennarar eru að kenna einum bekk þá fara upplýsingarnar ekki alltaf áfram sem allir kennarar þurfa að vita. Kennarar funda einu sinni í viku á hverju stigi (yngsta, mið og unglíngastigi) og þá er rætt um ákveðin börn sem kennarar þurfa aðstoð með eða koma upplýsingum á framfæri. Á þessum fundum er skólustjórinn einnig og þá er ákveðið hvaða leið er farin í hverju máli fyrir sig. Kennararnir þurfa að vera duglegir við að prófa sig áfram með ýmsar aðferðir og vera í góðum samskiptum við foreldra barna með ADHD. Það kemur fram hjá Ingvari Sigurgeirssyni og Ingibjörgu Kaldalóns (2006) mikilvægi þess að hafa gott upplýsingaflæði bæði innan skólans og milli kennara og foreldra. Það hefur komið fram í rannsóknum að ef kennarar og foreldrar eru í góðri samvinnu þá

nær barnið betri árangri í námi en það á einnig við um öll önnur börn samkvæmt Rief (2005).

Helstu niðurstöður úr þessari rannsókn voru að kennararnir að einum undanskildum komu ekki vel út í kennslu gagnvart börnum með ADHD. Í heildina voru kennararnir ekki að vinna samkvæmt viðurkenndum aðferðum (best practice) eins og sagt var frá í inngangi. Eins og til dæmis skipulag í kennslustofu, þekking á ADHD, stuðningur við kennslu, kennsluaðferðir og með gott upplýsingaflæði. Reynsla kennara var ekki að skila sér í notkun á betri aðferðum fyrir börn með ADHD. Það kom í ljós að þekkingin á röskuninni er lykilatriði til að kennarar geti notað þær aðferðir sem henta börnunum sem best. Þessar niðurstöður eru í samræmi við niðurstöður úr rannsókn Jónínu Sæmundsdóttur (2009) þar sem jákvætt viðhorf og þekking kennara er undirstaða þess að geta nálgast börnin á sem bestan hátt.

Einn kennarinn, Freydís, var að nálgast börnin vel. Hún er með til dæmis skipulag í kennslustofunni, góða þekkingu á röskuninni, fær góðan stuðning, notar kennsluaðferðir sem henta börnunum og er með gott upplýsingaflæði. Þessi atriði eru í samræmi við það sem Rief (2005) og Kristinn R. Sigurbergsson (2002) settu fram að huga þarf að sætskipun í kennslustofu fyrir börn með ADHD þannig að börnin verði fyrir sem minnsta áreiti því það truflast auðveldlega. Kennarar verða að hafa allar upplýsingar um ADHD og hvernig eigi að bregðast við hegðun barna með raskanir. Freydís þekkir mjög vel til þessarar röskunnar bæði sem kennari og sem foreldri barns með ADHD. Dána á einnig barn með ADHD og hún hafði líka góða þekkingu á röskuninni eins og kom fram í viðtalinu. Hinir kennararnir áttu ekki börn með þessa röskun en það á ekki að vera nauðsynlegt að eiga börn með ADHD til að þeir geti mætt þörfum þeirra. Til að þekkingin verði ekki handahófskennd þá er nauðsynlegt að kennarar fái kennslu í námi sínu. Þekkingin á ADHD hjá þessum kennurum var mjög ábótavant og skipti þar ekki máli hvað þeir höfðu mikla reynslu af kennslu. Það sást best hjá Þorláki því þekkingu hans á röskuninni var mjög ábótavant og átti hann því mjög erfitt með að koma til móts við börn með ADHD. Hann hafði samt sem áður lengstan starfsaldur sem kennari. Kennarar verða líka að vera óhræddir við að prófa sig áfram því börn þurfa á mismunandi aðferðum að halda við námið.

Hægt er að ná sér í þekkingu á ADHD á fjölbreyttan hátt, eins og lesa sér til á netinu, í bókum, fara á fyrirlestra og námskeið. Það er líka nauðsynlegt að fræðsla verði á vegum grunnskóla um ADHD og að hún verði þannig útfærð að allir geti notað aðferðirnar við kennslu sem hentar þessum börnum. Það er samkvæmt því sem Rief (2005) og O'Regan (2002) halda fram að kennarar verði að vera samkvæmir sjálfum sér, sveiganlegir og samstarfsfúsir við sérfræðinga og annað fagfólk. Samkvæmt O'Regan (2002), Rief (2005), Sherman, Rasmussen og Baydala (2008) er best að kennarar nálgist börn með ADHD í kennslu með góðu skipulagi, fyrirmæli þurfa að vera skýr og hnitmiðuð og kunna að nota fjölbreyttar aðferðir á hegðun barnanna. Þessi atriði eru nauðsynleg til að börnin viti til hvers er ætlast til af þeim og þeim leiðbeint hvernig á að hegða sér við ýmsar aðstæður. Það er mikilvægt fyrir börnin að hafa skýran ramma, fá aðstoð við skipulagningu á námsefninu eins og að hafa ákveðna liti fyrir vissa námsgrein og að unnið sé í stuttum lotum því þau eiga erfitt með að sitja kyrr. Samkvæmt Rief (2005) þurfa kennarar að vera sveigjanlegir og leyfa börnum að standa upp og hreyfa sig þegar þolinmæðin er lítil hjá þeim. Sama niðurstaða er hjá öðrum fræðimönnum sem vitnað hefur í hér, að börn þurfa á meiri hreyfingu að halda og hafa ekki úthald til að sitja kyrr í heila kennslustund. Rannsókn Mulrine, Prater og Jenkins (2008) sýndu fram á að með skipulagðri hreyfingu barna bæði inni í kennslustofu og úti í frímínútum varð einbeitingin betri, þau náðu betri námsárangri og urðu jákvæðari gagnvart skólanum. Þetta átti við um öll börn, ekki bara fyrir börn með ADHD.

Kennararnir í þessari könnun voru ekki að vinna samkvæmt þessu í skólanum. Þeir voru rétt að vinna á yfirborðinu og notuðu ekki allar þær aðferðir sem gagnast vel fyrir börn með ADHD því þeir þekkja þær ekki nógu vel til að geta notað þær. Þeir þurfa að dýpka þekkingu sína með því að skoða rannsóknir sem birtar hafa verið um ADHD og þær aðferðir sem verið er að nota og hafa dugað vel fyrir börn með ADHD. Því um leið og farið er að nota og beita þessum aðferðum þá verður auðveldara að fá þessi börn til að vinna verkefni sín og allir verði ánægðir með útkomuna, börn, foreldrar og kennarar. Án þeirra geta orðið sífelldir árekstrar við börnin og allt miklu erfiðara sem leiðir til að börnunum líður illa og vilja ekki fara í skólann.

Kennararnir fengu ekki stuðning sjálfkrafa frá skólanum heldur urðu þeir að biðja um hann og leita sér aðstoðar. Það ætti að nýta sálfræðinga, sérkennara og annað fagfólk

meira fyrir kennara og fræða þá um þessar raskanir þar sem börn með ADHD eru í hverjum bekk. Grunnskólar ættu að hafa þá stefnu að þegar nýir kennarar byrja þá ættu þeir rétt á stuðningi og kennslu. Það væri best ef kennslan væri í formi sýnikennslu þar sem kennarar gætu séð og reynt hvernig aðferðirnar virka í reynd. Nauðsynlegt er þegar kennari er að taka við nýjum bekk að forveri hans láti allar upplýsingar um börnin til nýja kennarans svo að hann viti hvaða greiningar eru í bekknum og til að geta mætt börnunum þar sem þau eru stödd strax í upphafi. Gott upplýsingaflæði í skólum þar sem allir starfsmenn eru upplýstir og vinna saman, bætir hegðun og nám barna með ADHD.

Takmörkun á þessari könnun eru sú að þetta er úr einum skóla og aðeins sex þátttakendur. Því er ekki hægt að alhæfa niðurstöðurnar yfir á þýðið, hvernig kennarar nálgast börn með ADHD í kennslu í grunnskólum landsins. Þetta gefur vísbendingar hvernig þetta er hjá þessum tiltekna skóla en þátttakendurnir eru samt of fáir til að það sé hægt að alhæfa yfir kennarahópinn í skólanum.

8. Lokaorð

Eftir að hafa farið yfir þetta efni kom í ljós að misjafnt er hvað kennararnir í rannsókninni hafa mikla þekkingu á ADHD og þær nálganir sem hægt er að fara. Það sem kom á óvart, er að ennþá eru sumir þessara kennara alveg ráðalausir gagnvart börnum með ADHD. Þeir vita ekki hvaða leiðir hægt er að fara til að koma til móts við þarfir barna með röskunina því börn eru ólík og þurfa á ólíkum aðferðum að halda. Þeir þurfa að geta notað þær aðferðir sem fram hafa komið í rannsóknum sem borið hafa árangur. Til að þeir geti það þá væri gott að hafa skylduáfangi í námi kennara um ADHD. Einnig kom það á óvart að kennarar sem þekkja ADHD best og vinna markvisst að því að koma til móts við þarfir barna, eiga börn með þessa röskun. Samkvæmt þessari rannsókn þá skiptir starfsreynslan ekki öllu máli til að kennarar gætu nýtt sér þær aðferðir sem nýtast börnum með ADHD. Þekkingin skiptir mestu máli til að þátttakendur nýti sér aðferðir sem henta börnunum. Einnig skipti máli að hafa áhuga á ADHD og viljann til að læra meira um röskunina til að geta komið til móts við börnin.

Það væri hægt að auðvelda ferlið sem kennari fer í gegnum þegar barn er greint með ADHD í bekknum. Með því að skólar myndu útbúa handbók sem kennarar gætu náð í og farið eftir, í henni væru leiðbeiningar sem hægt væri að nota til að koma til móts við þarfir barna með ADHD. Þær ættu að ná yfir allt frá því hvernig kennarar ættu að bera sig að, verkefnauppsetningu og allt þar á milli. Þetta mundi bæta hag kennara og barna með ADHD. Þótt margar rannsóknir hafi verið gerðar á ADHD þá er ekki búið að rannsaka allt sem viðkemur þessari röskun. Það þyrfti að gera fleiri rannsóknir á skólamállum, bæði hvað varðar menningarmun og fleiri rannsóknir á því sem verið er að gera í dag (Alqahtani, 2010). Einnig myndi ég vilja gera aðra rannsókn sem hægt væri að alhæfa niðurstöðurnar yfir á þýðið. Það þyrfti að vera með stærra úrtaki svo að hægt sé að sjá stöðuna hjá kennurum, á landinu öllu hvernig þeir eru að koma til móts við börn með ADHD í kennslu.

Ég hef lært mikið af því að vinna þessa rannsókn, hún hefur aukið þekkingu mína á ADHD og á öllum þeim aðferðum sem í boði eru til að nýta í kennslu barna með ADHD. Ég á sjálf barn með ADHD og hef þá sýn á námi barna frá hlið foreldris með röskunina en vildi bæta þekkinguna á því hvernig kennarar eru að nálgast börnin. Út frá rannsókninni og sem foreldri barns með ADHD finnst mér sjálfsagt og nauðsynlegt að skólakerfið standi við hlutverk sitt og veiti börnum með þessa röskun sem og aðrar, bestu þjónustu sem völ er á hverju sinni. Skólakerfið á að tryggja þeim umhverfi og kennslu sem gerir þeim kleift að standa sig eins vel í námi og þau mögulega geta. Að sjálfsögðu er námið samstarfsverkefni á milli skóla og foreldra og því þurfa foreldrar að styðja vel við bakið á kennurunum sem koma að kennslu síns barns og fylgja því eftir að barnið læri. Foreldrar ættu að fylgjast með og ýta á eftir því ef á þarf að halda að börnin þeirra fái aðstoð við sitt hæfi.

Heimildaskrá

- Aðalnámskrá grunnskólanna*. Almennur hluti. (1989). Menntamálaráðuneytið, Reykjavík.
- Aðalnámskrá grunnskólanna*. Almennur hluti. (2006). Menntamálaráðuneytið, Reykjavík.
- Alqahtani, M. (2010). Attention-Deficit Hyperactive Disorder in school-aged children in Saudi Arabia. *European Journal of Pediatrics*, 169(9), 1113-1117. Sótt 4. ágúst 2010 af <http://web.ebscohost.com/ehost/detail?hid=107&sid=6b3c23e0-0632-4482-8fab-45cfaa3ad9b1%40sessionmgr115&vid=1&bdata=JnNpdGU9ZWVhc3QtbGl2ZQ%3d%3d#db=aph&AN=52370245>.
- Anna Kristín Sigurðardóttir. (1999). Málfríður Lorange í viðtali við Önnu Kristínu Sigurðardóttur. *Glæður*, 2, 9. árg. bls. 46-48.
- Barkley, R. A. (2006). *Attention- Deficit Hyperactivity Disorder: A handbook for diagnosis and treatment* (3. útgáfa). New York: The Guilford Press.
- Barkley, R.A. (1995). *Taking charge of ADHD: The complete, authoritative guide for parents*. New York: The Guilford Press.
- Dornbush, M. P. og Pruitt, S. K. (2002). *Tígurinn taminn: Handbók fyrir þá sem annast kennslu nemenda með athyglisbrest, Touretteheilkenni eða árattu- og þráhyggjuröskun*. Reykjavík: Tourette-samtökin á Íslandi.
- DuPaul, G. J. og Stoner, G. (1994). *ADHD in schools. Assessment and intervention strategies*. New York: Guilford Press.
- Elín Elísabet Jóhannsdóttir. (2001). *Skrefi á undan: Forvarnarefni ætlað foreldrum barna í ákveðnum áhættuhópum*. Reykjavík: Bindindissamtökin IOGT.
- Elín G. Ólafsdóttir. (2004). *Nemandinn í nærmynd: Skapandi nám í fjölbreyttu umhverfi*. Reykjavík: Fræðslumiðstöð Reykjavíkur: Rannsóknarstofnun Kennaraháskóla Íslands.
- Esterberg, K. G. (2002). *Qualitative methods of social research*. Boston: McGraw-Hill.
- Fabiano, G., Vujnovic, R., Pelham, W., Waschbusch, D., Massetti, G., Pariseau, M. og fl. (2010). Enhancing the effectiveness of special education programming for children with Attention Deficit Hyperactivity Disorder using a daily report card. *School Psychology Review*, 39(2), 219-239. Sótt 4. ágúst 2010 af

<http://web.ebscohost.com/ehost/detail?hid=107&sid=392039eb-a2c3-46c4-991a-e9a76b9f133b%40sessionmgr113&vid=1&bdata=JnNpdGU9ZWZWhvc3QtbGl2ZQ%3d%3d#db=aph&AN=52223873>.

Félagsmálaráðuneyti. (2008). *Skýrsla nefndar um hvernig bæta megi þjónustu við börn og unglinga með athyglisbrest og ofvirkni (ADHD) og skyldar raskanir*. Reykjavík: Félags- og tryggingamálaráðuneytið.

Graham-Day, K., Gardner III, R. og Yi-Wei, H. (2010). Increasing on-task behaviors of high school students with Attention Deficit Hyperactivity Disorder: Is it enough? *Education & Treatment of Children*, 33(2), 205-221. Sótt 4. ágúst 2010 af <http://web.ebscohost.com/ehost/detail?hid=107&sid=b12a12d7-e701-4f48-bbc2-90954a0915c1%40sessionmgr114&vid=1&bdata=JnNpdGU9ZWZWhvc3QtbGl2ZQ%3d%3d#db=aph&AN=49120436>.

Grétar Sigurbergsson. (2008). ADHD Samtökin: fullorðnir með ADHD. Sótt 05. apríl 2010 af http://www.adhd.is/default.asp?sid_id=26429&tId=1&Tre_Rod=009|001|&qsr.

Heilsugæslan. (e.d.). *Mótþróaþrjóscuröskun*. Sótt 8. ágúst 2010 af <http://www.heilsugaeslan.is/pages/2241>, fræðsla, þroski og hegðunarfrávik.

Hoyle, R.H., Harris, M.J. og Judd, C.M. (2002). *Research Methods in social relations* (7. útg.). Wadsworth: Thomson Learning, Inc.

Ingersoll, B. (1988). *Your hyperactive child: A parent's guide to coping with attention deficit disorder*. USA: Doubleday.

Ingibjörg Auðunsdóttir. (2002). *Bætt skilyrði til náms: Starfsþróun í heiltæku skólastarfi*. (Rúnar Sigþórsson þýddi). Reykjavík: Rannsóknastofnun Kennaraháskóla Íslands.

Ingvar Sigurgeirsson og Ingibjörg Kaldalóns. (2006). *Gullkista við enda regnbogans*. Reykjavík: Rannsóknastofnun Kennaraháskóla Íslands.

Jónína Sæmundsdóttir. (2009). Viðhorf kennara og reynsla af kennslu barna með ADHD. *Netla-Veftímarit um uppeldi og menntun*. Menntavísindasvið Háskóla Íslands. Sótt 29. júní 2010 af <http://netla.khi.is/greinar/2009/014/index.htm>.

Klin, A., Volkmar, F. R., Sparrow, S. S. og Cicchetti, D. V. (1995). Validity and neuropsychological characterization of asperger syndrome: convergence with

- nonverbal learning disabilities syndrome. *The Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 36, 1127-1140.
- Kristinn R. Sigurbergsson. (2002). Þröngir skór. *Netla- Vef tímarit um uppeldi og menntun*. Sótt 20. júní 2010 af <http://netla.khi.is/nemendaverk/2002/001/index.htm>.
- Landlæknisembættið. (2007). *Vinnulag við greiningu og meðferð athyglisbrests með ofvirkni (ADHD)*. Sótt 4. júlí 2010 af <http://www.landlaeknir.is/lisalib/getfile.aspx?itemid=3330>.
- Lefrançois. G. R. (2000). *Psychology for teaching* (10. útgáfa). Ástralía: Wadsworth.
- Little, L. (2002). Differences in stress and coping for mothers and fathers of children with Aspergers syndrome and Nonverbal Learning Disorders. *Pediatric Nursing*, 28, 565-570.
- Lög um grunnskóla nr. 91/2008. Sótt 2010 af <http://www.althingi.is/dba-bin/unds.pl?xti=/wwtext/html/lagasofn/138b/2008091.html>.
- Mash, E. J. og Wolfe, D. A. (2007). *Abnormal child psychology*. USA: Wadsworth, Cengage Learning.
- McKinley, L. og Stormont, M. (2008). The School Supports Checklist. *Teaching exceptional children*, 41(2), 14-19. Sótt 13. ágúst 2010 af <http://web.ebscohost.com/ehost/detail?hid=107&sid=6b873cad-01a6-47ca-b54f-6c0eefe439d2%40sessionmgr104&vid=1&bdata=JnNpdGU9ZWwhvc3QtbGl2ZQ%3d%3d#db=aph&AN=35048335>.
- Menntamálaráðuneytið. (1995). *Salamanca-yfirlýsingin og rammaáætlun um aðgerðir vegna nemenda með sérþarfir*. Reykjavík: Höfundur.
- Mulrine, C., Prater, M., & Jenkins, A. (2008). The active classroom. *Teaching Exceptional Children*, 40(5), 16-22. Sótt 10. ágúst 2010 af <http://web.ebscohost.com/ehost/detail?hid=107&sid=63ba54c0-3a6b-4341-9681-09e46590a8fb%40sessionmgr112&vid=1&bdata=JnNpdGU9ZWwhvc3QtbGl2ZQ%3d%3d#db=aph&AN=32197147>.
- O'Regan, F. (2002). *How to ... teach and manage children with ADHD*. UK: LDA.
- Pfiffner, L. J. (1995). Off to school on the right foot: Managing your child's education. Í Russel A. Barkley. *Taking charge of ADHD* (bls. 226-241). New York: The Guilford Press.

- Ragna Freyja Karlsdóttir. (1995). Kennsla ofvirkra barna. *Glæður, 1*, 66-70.
- Ragna Freyja Karlsdóttir (2001). *Ofvirknibókin*. Reykjavík: Höfundur.
- Ragnheiður Gunnbjörnsdóttir. (2008). Að taka þátt í starfi bekkjarins: Rannsókn á hlutverki einstaklingsnámskráa fyrir nemendur með sértækar þarfir. *Glæður, 18*, 4-12.
- Rief, S. F. (2005). *How to reach and teach children with ADD/ADHD: Practical techniques, strategies, and intervention*. San Francisco: Jossey- Bass.
- Shaw, P., Eckstrand, K., Sharp, W., Blumenthal, J., Lerch, J.P., Greenstein, D., Clasen, L., Evans, A., Giedd, J. og Rapoport, J. L. (2007). Attention-deficit/hyperactivity disorder is characterized by a delay in cortical maturation. *Proceedings of the National Academy of Sciences of the United States of America. 104*, 19649-54.
- Sherman, J., Rasmussen, C. og Baydala, L. (2008). The impact of teacher factors on achievement and behavioural outcomes of children with Attention Deficit/Hyperactivity Disorder (ADHD): A review of the literature. *Educational Research, 50*(4), 347-360. Sótt 10. ágúst 2010 af <http://web.ebscohost.com/ehost/detail?hid=107&sid=26cef33f-4103-4731-b0e7-411d0c9b0bf6%40sessionmgr110&vid=1&bdata=JnNpdGU9ZWZWhvc3QtbGl2ZQ%3d%3d#db=aph&AN=35256048>.
- Sigrún Aðalbjarnardóttir. (2007). *Virðing og umhyggja: Ákall 21. aldar*. Reykjavík: Heimskringla.
- Sigrún Harðardóttir og Tinna Halldórsdóttir. (2008). *Hámarksárangur í námi með ADHD*. Reykjavík: Samskipti ehf.
- Silverman, D. (2008). *Doing qualitative research* (2. útgáfa.). London: SAGE Publications.
- Snowman, J. og Biehler, R. (2000). *Psychology applied to teaching*. USA: Houghton Mifflin Company.
- Stefán J. Hreiðarsson. (2008). Þjónusta við börn með ADHD. *ADHD samtökin*, 20 ára afmælisrit ADHD samtakanna.
- Strauss, A. og Corbin, J. (1998). *Basics of qualitative research. Techniques and procedures for developing grounded theory*. Thousand Oaks: Sage Publications.
- Urður Njarðvík. (2009). Skólaganga barna með athyglisbrest og ofvirkni. *Skólavarðan, 5*, 26-27.

Þórólfur Þórlindsson og Þorlákur Karlsson. (2003). Um úrtök og úrtaksaðferðir. Í Sigríður Halldórsdóttir og Kristján Kristjánsson (ritstjórar), *Handbók í aðferðafræði og rannsóknum í heilbrigðisvísindum* (bls. 51-66). Akureyri: Háskólinn á Akureyri.

Ævar Þórólfsson. (2004). *Hvað eru mótþróaþrjóskuröskun og hegðunarröskun?* Sálfræðivefurinn Persóna.is. Sótt 24. júlí 2010 af <http://persona.is/index.php?action=articles&method=display&aid=68?d=18&pid=18>.

Viðauki 1

Viðtalsrammi sem hafður var til hliðsjónar þegar talað var við þátttakendur.

1. Bakgrunnsupplýsingar

- a) Fjölskylduhættir (nafn, aldur, fjölskylda)
- b) Hver er menntun þín?
- c) Hver er reynsla þín af kennslu?
- d) Hvaða bekk ertu að kenna í dag?
- e) Hvað ertu búin að vera kenna lengi?
- f) Hvað eru margir í bekk og hvert er kynjahlutfallið í bekknum?
- g) Hefur barn fengið ADHD greiningu í bekknum þínum?
- h) Hefur einhver af þeim fengið stuðning? Í hvaða formi er sá stuðningur?

2. Skipulag í kennslustofunni

- a) Hvernig skipuleggur þú kennslustofuna?
- b) Hafa börn með ADHD áhrif á skipulag kennslunar?
- c) Þarf að skoða sætaskipan í bekknum með þarfir barna með ADHD í huga?
- d) Hvernig kemurðu til móts við börn með ADHD í kennslu?
- e) Þarf kennslustofan að vera skipulögð á einhvern ákveðinn hátt?
- f) Hefur þú sjónrænt skipulag? Hvernig er það útfært?
- g) Þarf kennari að tileinka sér ákveðna framkomu við börn með ADHD heldur en önnur börn?
- h) Hvernig er hægt að ná til barna sem á í erfiðleikum með einbeitningu? Hvaða aðferðum er hægt að beita?
- i) Hvernig eru verkefnin sett fram fyrir börn með ADHD? Eru þau öðruvísi en fyrir önnur börn?
- j) Hvaða aðferðir eru notaðar við börn með ADHD þegar þau eru orðin óróleg og geta ekki setið kyrr?

3. Þekking kennara á ADHD

- a) Finnst þér námið eða reynslan hafa hjálpað þér meira að koma til móts við börn með ADHD?
- b) Hver er þín reynsla með börn með ADHD?
- c) Hafa kennarar þekkingu á aðferðum sem hægt er að nota á börn með ADHD? Eru þeir að nota hana?
- d) Hefurðu farið á námskeið eða fyrirlestur um ADHD?
- e) Hversu góða þekkingu telur þú þig hafa á ADHD og hvaðan er hún fengin?

4. Stuðningur við kennarann

- a) Hvernig er stuðningur við kennara háttað sem er með nemendur með ADHD í bekk?
- b) Hvernig er stuðningur innan skólans háttað, gagnvart börnum með ADHD? Fá þau stuðning frá skólanum?
- c) Hvert er leitað mest eftir stuðningi? Er það sálfræðingur, sérkennarar eða samkennarar?

5. Kennsluaðferðir

- a) Hvernig skipulegur þú kennsluna?
- b) Finnst þér þú þurfa taka öðruvísi á börnum með ADHD í kennslu? Hvernig þá?
- c) Hvað finnst þér hjálpa börnum með ADHD mest við að halda einbeitningu við námið?
- d) Ertu með fjölbreytta kennsluaðferðir?
- e) Hvaða kennsluaðferðir notar þú á börn með ADHD?

6. Upplýsingaflæði í skólanum

- a) Þegar þú tókst við bekknum vissurðu þá um greiningarnar á börnunum?
- b) Fékkstu upplýsingar frá forvera þínum um börnin í bekknum?
- c) Hvar fékkstu upplýsingarnar um börnin með ADHD?
- d) Hvernig upplifir þú upplýsingaflæðið innan skólans gagnvart börnum með ADHD?