

**Názov:** ADHD – mozgová porucha alebo zdravá adaptácia na nevhodné prostredie?

**Lektor:** Jakub Kovács

**Termín:** 16.3.2023 (štvrtok)

**Čas:** 16:00 - 19:00



### **Opis:**

V tomto webinári sa vám pokúsim priblížiť aké je to žiť s mozgom kategorizovaným ako ADHD. Najčastejšie sa táto porucha diagnostikuje u detí, a takmer exkluzívne k diagnóze dochádza vtedy, keď nastanú problémy s výkonom v škole. Tento fakt je zodpovedný za to, že s touto "poruchou" nevieme pracovať, nakoľko ADHD nie je choroba, ale zdravý adaptačný mechanizmus citlivého organizmu na tlak a stres. Pokúsim sa priblížiť najnovšie poznatky a porovnať ich s mojou vlastnou každodennou skúsenosťou. Budem rozprávať o príčinách problémov ktoré ADHD prináša, ich dopad na môj život a život niektorých ľudí z môjho okolia. Taktiež sa pokúsim vysvetliť, ako ma tieto problémy postihli v detstve a ako som sa s nimi vyrovnával alebo ich obchádzal. Preberané témy sa týkajú celého spektra osobnosti od emócií po fyzické problémy.

Účelom tohto webinára je pre mňa v prvom rade pochopenie človeka s ADHD, pretože to je základ k tomu aby sa dalo napríklad žiakovi s ADHD pomôcť. Pokúsim sa poskytnúť náhľad do toho ako dieťa alebo dospelák s ADHD prežíva každodenný život, ktoré problémy sú priam neprekonateľné a kde naopak vyniká a predbehne všetkých ostatných. Na každú tému sa pokúsim uviesť príklad z vlastného života spolu s riešením, aj keď niekedy je jediné riešenie vyhnúť sa danej situácii. Verím, že je možné dať deťom s ADHD presne to čo potrebujú, a tak rozvinúť ich potenciál na maximum – nie však pre to aby dosiahli najlepšie známky, ale pre to aby viedli plnohodnotnejší život, iba vtedy sa výsledky dostavia samé od seba 😊.

## **Lektor: Jakub Kovács**

Jakub má diagnostikované ADHD. Vyštudoval biochémiu v Prahe a biotechnológiu v Dánsku. Už tri roky pracuje ako fermentačný vedec v spoločnosti Christian Hansen v Kodani, kde aj žije. Osvetu o ADHD nedávno začal robiť aj na Instagrame, kde na profile [ADHDorables](#) uverejňuje obrázky o každodennom živote človeka s touto diagnózou. Plánuje to rozšíriť aj o koučing pre ľudí s ADHD.

### **Komu je webinár určený:**

- pedagogickí zamestnanci školy alebo školského zariadenia
- odborní zamestnanci školy alebo školského zariadenia
- riaditeľ/riaditeľka školy alebo školského zariadenia