



NATIONAL AGENCY  
FOR EUROPEAN EDUCATIONAL  
PROGRAMMES AND MOBILITY

# Prolomení stigmatizace

Sbírka příběhů pro neurodivergentní mládež



Co-funded by the  
European Union

Financováno Evropskou unií skrze program Erasmus +. Názory vyjádřené v této sbírce jsou názory autora a neodráží nutně oficiální stanovisko Evropské unie či národní agentury. Evropská unie ani národní agentura za vyjádřené názory nenese odpovědnost.





## Consortium:



## Název projekt (zkratka):

C-SKILLS

## Název projektu:

SkillCompass: Empowering Youth with Learning Differences through Inclusive Career Guidance Tools // SkillCompass: Posilování mladých lidí s odlišnostmi v učení prostřednictvím inkluzivních nástrojů kariérního poradenství

## Číslo projektu:

2024-2-MK01-KA220-YOU-000294280

## Webová stránka projektu:

[www.cskill.eu](http://www.cskill.eu)

Financováno Evropskou unií skrze program Erasmus +. Názory vyjádřené v této sbírce jsou názory autora a neodráží nutně oficiální stanovisko Evropské unie či národní agentury. Evropská unie ani národní agentura za vyjádřené názory nenese odpovědnost.



Co-funded by  
the European Union



NATIONAL AGENCY  
FOR EUROPEAN EDUCATIONAL  
PROGRAMMES AND MOBILITY



# Abstrakt



Na rozdíl od většiny západní Evropy **jsou neurovývojové odchylky, jako je dyslexie, dysgrafie, dyspraxie či ADHD, stále zřídka rozpoznávány nebo otevřeně diskutovány** v zemích, které jsou součástí tohoto projektu.

Mnoho lidí zůstává **nediagnostikovaných nebo nesprávně diagnostikovaných** kvůli omezenému odbornému porozumění, nedostatku institucionální podpory a přetrvávajícím společenským stigmatům.

V důsledku toho jsou **děti a mladí lidé s těmito obtížemi často mylně označováni za líné, nepozorné nebo nedisciplinované**. To může mít negativní dopad na jejich sebevědomí, příležitosti a ovlivnit jejich osobní i profesní rozvoj.

**Ať je tato sbírka příběhů připomínkou, že tyto odlišnosti nejsou omezením, ale jinou cestou vpřed** - cestou, která v sobě nese vlastní silné stránky a možnosti.



## Co se dozvíš?

Tato brožura **přináší příběhy mladých lidí** s odlišnostmi v učení a pozornosti.

Dočtete se o **výzvách, kterým čelili** – včetně stigmatizace a nepochopení.

Zároveň uvidíte, jak jim **podpora učitelů, rodičů či mentorů pomohla uspět**.

## Proč je to důležité?

**Neurovývojové odchylky**, jako je dyslexie, ADHD a další, ovlivňují způsob, jakým se lidé učí a zpracovávají informace.

**Nejsou projevem nízké inteligence – pouze jiného způsobu myšlení.**

**S odpovídající podporou** mohou se mohou tito lidé rozvíjet. Budme tedy informováni.

## Co si zapamatovat?

**Neurodiverzita je myšlenka, že rozdíly ve fungování mozku** – jako je autismus, ADHD či dyslexie – **jsou přirozené variace, nikoli chyby, které je třeba „napravovat“.**

**Neurodiverzita podporuje přijetí a inkluzi tím, že uznává, že neexistuje jediný správný způsob, jak myslet, učit se nebo prožívat svět.**





# Příběh DYSLEXIE

**Dyslexie je odlišnost v učení, která ztěžuje čtení, pravopis a psaní.**



## Pomalý čtenář

Desetiletý žák ve Skopji v Severní Makedonii měl problémy s čtením nahlas. **Přestože byl bystrý a zvědavý, učitel ho neustále označoval za „líného“** nebo poukazoval na to, že „se dostatečně nesnaží“. Spolužáci se mu smáli, když zaměnil písmena. Ze studu začal školu vynechávat.



## Audioknihy

Nová školní knihovnice si všimla chlapce, který vynechával hodiny a trávil čas o samotě. Když si uvědomila, že by mohl mít dyslexii, seznámila ho s audioknihami a promluvila si s jeho učitelem, **kteřý následně přizpůsobil výuku a žakovi nabídl audio materiály**. Dnes tento student pracuje v muzeu, kde organizuje aktivity pro mladé lidi.



## Spisovatelka s problémy

Mila, středoškolačka z Nového Sadu (Srbsko), **byla ve školních debatách známá svými bystrými postřehy, dokázala snadno vysvětlit složité myšlenky a všem imponovala. Na písemných zkouškách však její práce byla plná pravopisných chyb a nepřehledných vět.** Když ji učitel obvinil ze podvádění, její sebevědomí kleslo, přestala se zapojovat a dokonce uvažovala o odchodu ze školy.



## Získat hlas zpět

Školní poradkyně si všimla, že Mila je bystrá, ale uzavřená. Po zhodnocení jejich prací přišla s tím, že Mila by mohla mít dyslexii. Doporučila **Mile vyzkoušet program pro převod hlasu na text při psaní.**

A učitelka literatury souhlasila, že jí dovolí odevzdávat eseje tímto způsobem. Mile se rychle zlepšily známky. Opět plná motiva se přihlásila na univerzitu a dnes pracuje jako specialistka na komunikaci v mládežnické nevládní organizaci, kde pomáhá ostatním najít svůj hlas.





## Neporozumění situaci

V malé vesnici v Bulharsku měl chlapec problémy s čtením. Jeho rodiče si mysleli, že se prostě dost nesnaží. Snažili se ho donutit k většímu úsilí a používali tresty, aby „napravili“ jeho čtení. Místo toho si však vyvinul úzkost a začal se izolovat od přátel i školy. Nikdo netušil, že má dyslexii.



## Síla příběhů a her

Učitelka v důchodu si všimla, že chlapec ztichl a uzavřel se do sebe. **Pomocí her a vyprávění mu pomáhala s čtením a vysvětlila jeho rodičům, že pravděpodobně má dyslexii, nikoli, že je lenivý.** Její vytrvalost změnila jejich pohled a chlapec znovu objevil radost z učení. Později se stal učitelem na základní škole.



## Přehlédnutá umělkyně

Dvanáctiletá dívka v Brně v Česku **milovala výtvarné umění a vyprávění příběhů, ale měla potíže s čtením nahlas a pravopisem. Její učitelé rodičům říkali, že „není akademicky nadaná“, a navrhovali, aby se místo umění soustředila na řemesla. Přes své nadání ji nízká očekávání způsobená nediagnostikovanou dyslexií odradila od přihlášení na uměleckou školu.**



## Návrat k umění

V posledním ročníku základní školy si učitel v hodině výtvarné výchovy **všiml dívčina talentu a povzbuzoval ji, aby si vedla vizuální deník. Doporučil ji účast v soutěži pro mládež, kde získala druhé místo, a později jí pomohl s přihláškou na uměleckou školu – poskytl rady a doporučení. Dnes je ilustrátorkou knih a vizuální vypravěčkou, vytváří inkluzivní dětské knihy, které oslavují všechny žáky.**





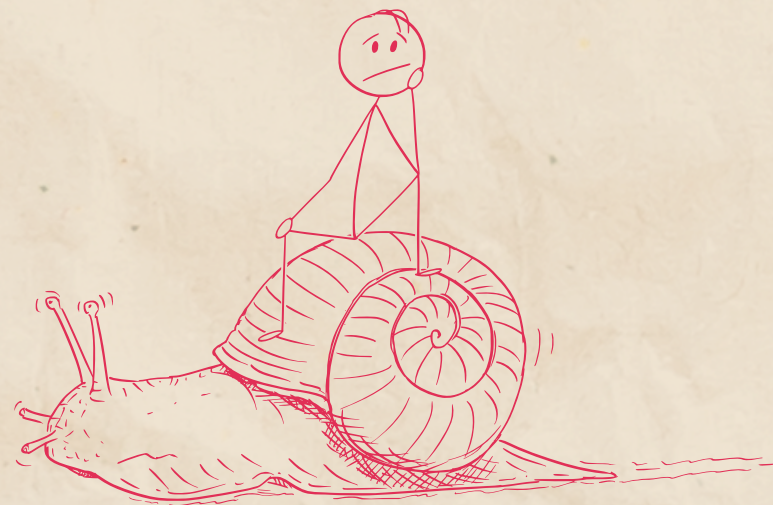
# Příběh DYSGRAFIE

Dysgrafie je odlišnost v učení, která ztěžuje psaní rukou.



## Pomalý zapisovatel poznámek

Student v Sarajevu měl potíže držet krok, protože nestíhal rychle přepisovat poznámky z tabule. Jeho oblíbený učitel ho označoval za „pomalého“ a „nezodpovědného“ vždy, když si žádal více času, a spolužáci říkali, že je „k ničemu“. Přestože miloval vědu, začal vynechávat hodiny, které vyžadovaly zapisování poznámek nebo psaní úkolů.



## Obrázky a diagramy

Nová učitelka biologie si všimla chlapcova nadšení pro vědu a **poskytla mu tištěné diagramy s prostorem pro krátké poznámky**. Dovolila mu **nahrávat si hodiny místo psaní a chválila jeho zvědavost**. Díky její podpoře si znovu vybudoval sebevědomí a dnes pracuje jako laborant v oblasti environmentálního výzkumu.





## Neviditelná vypravěčka příběhů

V Kumanovu (Severní Makedonie) se talentovaná studentka věnovala psaní příběhů, **kteřé byly stále kritizovány kvůli jejímu rukopisu, pravopisu a neuspořádané stavbě vět. Učitelé chválili její kreativitu, přesto jí dávali nízké známky kvůli těmto problémům.** „S tímhle nikdy neuspěješ,“ řekl jí jeden učitel. Začala nenávidět psaní, obávala se, že její práce bude vždy „špatná“.



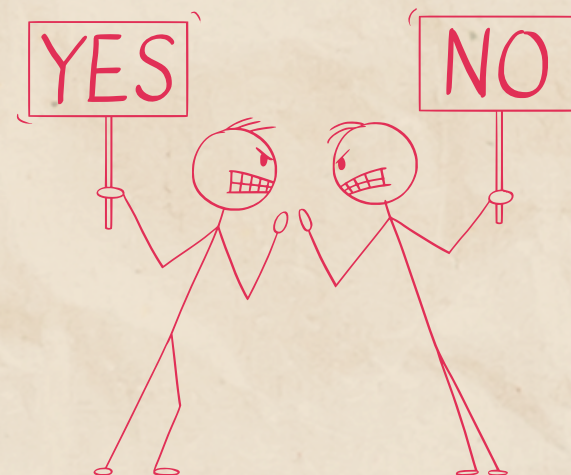
## Návrat k vyprávění

Školní knihovnice si všimla dívčinych kreativních příběhů a povzbudila ji, aby se zúčastnila soutěže v psaní, kde byly přijímány práce psané na počítači. Získala druhé místo. Knihovnice ji podporovala po celou dobu střední školy a dnes je autorkou dětských knih, které píše pro děti s odlišnostmi v učení.



## Příběh o psaní na počítači

Studentka v Praze požádala svoji učitelku, zda by mohla odevzdávat úkoly psané na počítači. Při psaní ji bolela ruka a měla nečitelný rukopis. Učitelka českého jazyku to odmítla se slovy: „Když nemůžeš psát rukou, neměla bys být na střední škole.“ Začala proto dlouho do noci přepisovat úkoly znovu a znovu, aby byly čitelnější. Přesto neuspěla. Začala nenávidět předmět i učitelku, kterou dříve měla ráda.



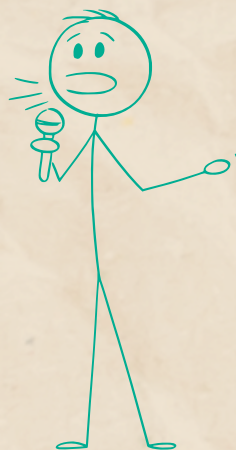
## Návrat k psaní

Poté, co neuspěla s požadavkem na psaní úkolů na počítači, se dívka setkala s podporující školní poradkyní, která napsala dopis s žádostí o úpravy podmínek. Druhá učitelka přijala práce psané na počítači a chválila její nápady. Jakmile tlak zmizel, pokračovala ve studiu žurnalistiky a dnes pracuje jako redaktorka v online magazínu.



## Ty, ale škrábeš

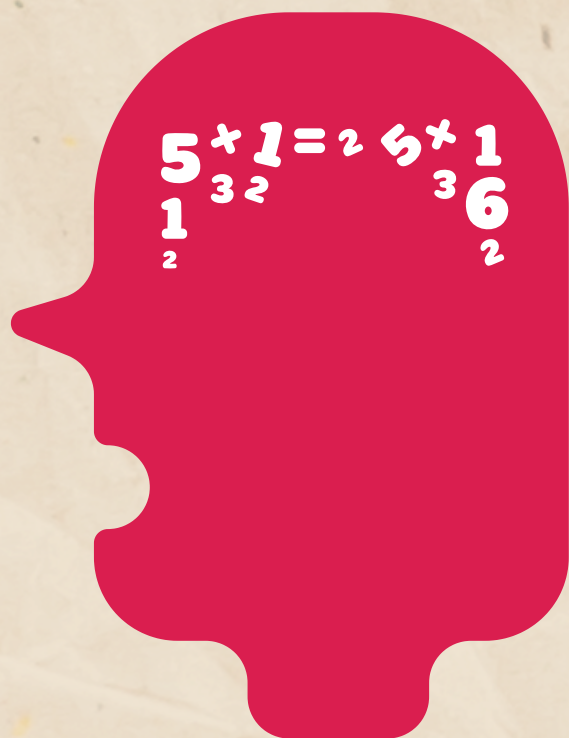
Bystrý chlapec v Praze měl v písemných testech vynikající odpovědi, **ale kvůli špatnému rukopisu mu učitelé snižovali známky. V páté třídě učitel řekl jeho rodičům: „Má mozek vědce, ale ruku batolete.“ Jeho sebehodnota začala klesat. Nikdy mu nebyla formálně diagnostikována dysgrafie** a nakonec byl přeřazen na méně náročnou školu, protože ostatní věřili, že na akademické studium nemá.



## Návrat

Na střední škole si učitel fyziky **všiml, že chlapec je chytrý a začal ho povzbuzovat, aby se soustředil na laboratorní práci. Dovolil mu také ústní zkoušky a seznámil ho s programem v oblasti STEM. Dnes pracuje jako datový analytik v oblasti výzkumu obnovitelné energie.**





# Příběh DYSKALKULIE

Dyskalkulie je odlišnost v učení, která ztěžuje porozumění číslům, matematickým pojmům a výpočtům.



## Plaval v matice

V Srbsku byl chlapec ponížen učitelem matematiky, který ho **pravidelně označoval žáka, který je „k ničemu“, protože se nedokázal naučit násobilku. Stejnou nálepku mu začali dávat i spolužáci** a chlapec si vyvinul úzkost z matematiky, která přetrvala až do dospělosti.



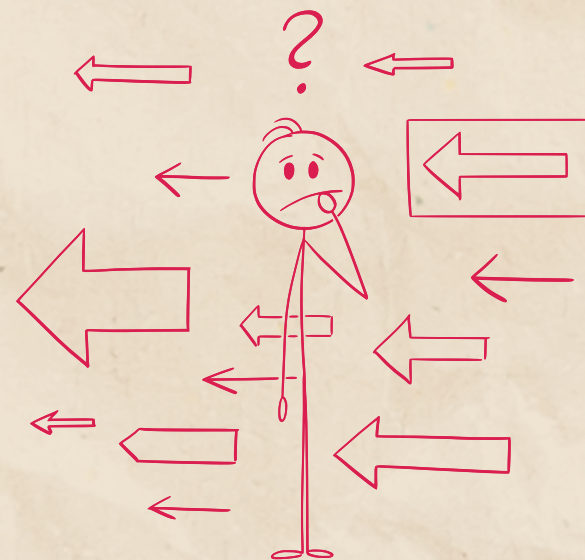
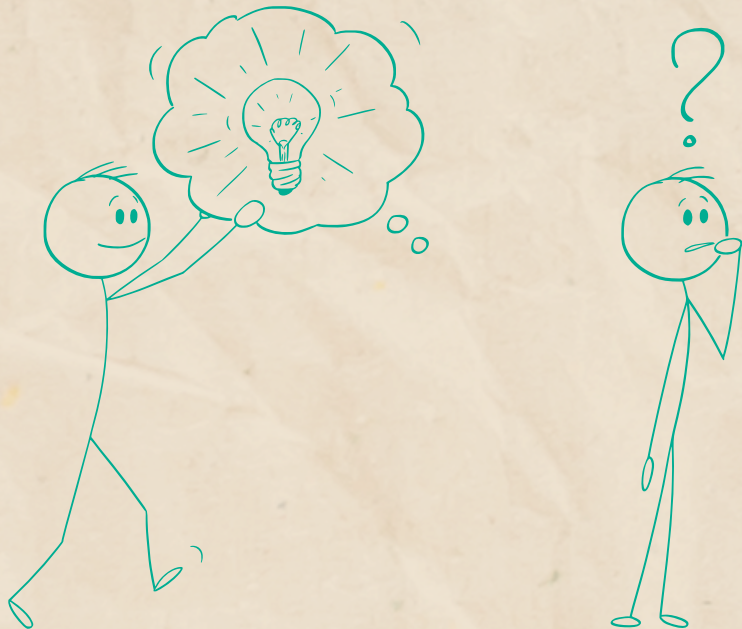
## Na správné cestě

O několik let později, na odborné škole, **se chlapec setkal s podporujícím učitelem truhlářství, který si všiml jeho praktického talentu. Dovolil mu měřit pomocí vizuálních pomůcek místo počítání v hlavě.** Postupně si chlapec získal zpět sebevědomí a dnes je zkušeným truhlářem s vlastním malým podnikem.



## Nesplněný sen

Dívka v Severní Makedonii snila o tom, že se stane architektkou. Vynikala v kreslení a designu, ale propadala v matematice. Nikdo nepoznal její dyskalulii a bylo jí doporučeno zvolit si „jednodušší“ cestu.



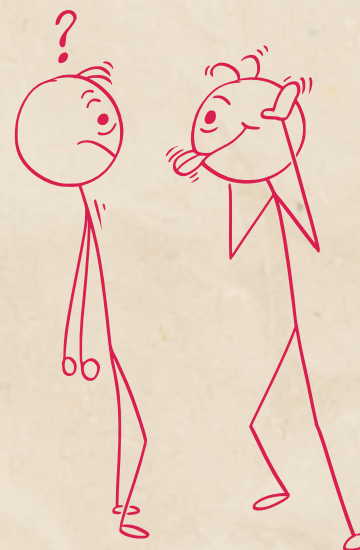
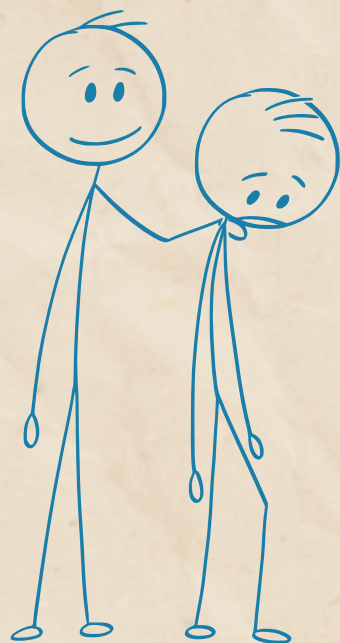
## Jiná cesta

Učitel výtvarné výchovy na střední škole ve Skopji si všiml dívčina talentu a seznámil ji s architektonickým softwarem, který minimalizoval matematické překážky. Pomohl jí vytvořit online portfolio a podat přihlášku do zahraničí. Absolvovala obor interiérový design a dnes pracuje jako 3D vizuální designérka pro mezinárodní firmu.



## Zesměšnění

Chlapec v Sofii byl pravidelně nucen řešit matematické úlohy u tabule. Když ztuhl nebo dal špatnou odpověď, učitel se mu vysmíval před třídou. Začal spojovat čísla s ponížením a ve 16 letech školu opustil.



## Uzdravení

Po odchodu ze školy byl chlapec poslán do mládežnického centra, kde mentor poznal, že má strach z matematiky, ale také lásku k mechanice. Mentor využíval praktické příklady – například opravu kol – k výuce základní matematiky novým způsobem. Chlapec dokončil odborný program a dnes je opravářem motocyklů.



## Zapomnětlivá

Studentku v Ostravě bavily všechny předměty kromě matematiky, kde ji opakovaně hrozilo, že propadne i přes doučování. **Učitel jí vyčítal, že se „dost neučí“.** Ve skutečnosti měla dyskalkulii, kterou ji, ale nikdo nediagnostikoval, a nedokázala si zapamatovat základní číselné údaje. Školní psycholog ji nikdy nevyšetřil a ona si začala myslet, že je prostě „špatná ve škole“.



## Něco víc

V jejím posledním ročníku navštívila třídu nová školní psycholožka a všimla si dívčiných potíží. Po vyšetření na dyskalkulii vytvořili vzdělávací plán. Učitel humanitních předmětů podporoval její talent v psaní a ona pokračovala ve studiu sociální práce. Dnes pomáhá ostatním jako školní poradkyně.





# Příběh DYSPRAXIE

Dyspraxie je porucha, která ovlivňuje koordinaci a pohyb, což ztěžuje činnosti jako psaní, zavazování tkaniček nebo sporty.



## Nemotorné dítě

Student v Prilepu měl potíže se zavazováním tkaniček, chytáním míčů a jízdou na kole. Ve hodinách tělesné výchovy se mu smáli a označovali ho za „beznadějného“. Učitelé předpokládali, že se nesnaží, a nikdy nepomysleli na poruchu motorické koordinace.



## Nový smysl

V šesté třídě si nový učitel všiml chlapcových potíží a přestal ho hodnotit podle rychlosti či dovednosti. Místo toho vytvořil aktivity zaměřené na zábavu a týmovou spolupráci. Chlapec se postupně začal zapojovat a získal sebevědomí. Dnes pracuje jako asistent v klubu mládeže s dětmi, které mají potíže s koordinací.



## Nepořádná studentka

Dívka v Bělehradě měla potíže s činnostmi jako psaní, stříhání, oblékání a obouvání. Učitelka ji obvinila z lenosti a nedbalosti. Její problémy s koordinací nebyly nikdy vyšetřeny a byla označena za „nepořádnou“ před spolužáky.



## Laskavost

Učitelka výtvarné výchovy si všimla dívčiny frustrace při jemných motorických úkolech a poskytla jí nástroje přizpůsobené pro snadnější uchopení. Chválila její kreativní myšlení, nikoli pečlivost. Díky této podpoře si dívka začala znovu užívat školu a dnes pracuje jako asistentka grafického designu, kde používá digitální nástroje ke své práci.



## Zesměšňování

Teenager s dyspraxií v Plovdivu, v Bulharsku měl nezvyklou chůzi a špatnou rovnováhu. Spolužáci napodobovali jeho pohyby a během přestávek do něj schválně strkali. Začal se úplně vyhýbat školním akcím a jeho školní prospěch šel rychle dolů.



## Změna

Školní poradce si všiml, jak moc byl teenager šikanován, a pozval ho, aby se připojil ke školnímu hudebnímu klubu. Tam se nemusel pohybovat jako ostatní – jen vnímat rytmus. Hudba mu pomohla znovu získat sebevědomí. Dnes pracuje jako zvukař v místní rozhlasové stanici, kde je znám svou soustředěností a klidnou povahou.



## Vyděděnec

Studentovi v Praze se posmívali za to, že „si pomalu“ zavazoval tkaničky a ve třídě mu vždy něco spadlo. Místo aby učitelé odhalili problémy s motorickou koordinací, předpokládali, že má **kognitivní opoždění**. Sociálně se uzavřel a kvůli strachu z neúspěchu a posměchu se vyhýbal sportu i kreativním aktivitám.



## Průlom

Učitel speciální pedagogiky mu nabídl místo v **kreativním workshopu pro neurodivergentní studenty**. Naučil se pracovat s hlinou a dřevem, kde se koordinace zlepšovala časem, **bez tlaku**. Dnes je učněm keramiky a je hrdý na svůj jedinečný styl a šikovné ruce.





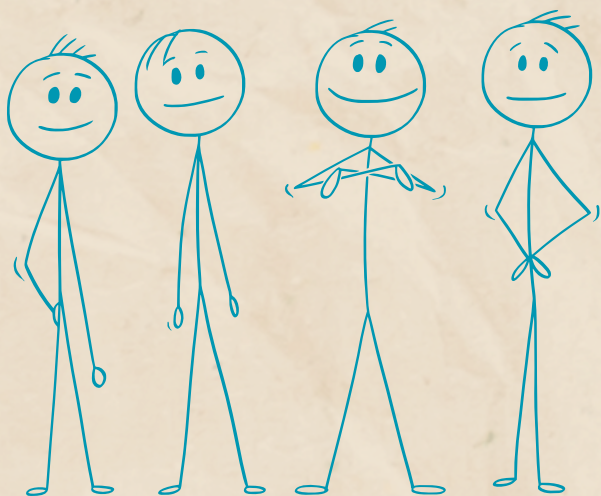
# Příběh ADHD

**ADHD označuje vrozenou poruchu pozornosti  
s hyperaktivitou**



## Potížišta

Chlapec v Ohridu **nedokázal sedět v klidu, často vyrušoval v hodinách a rychle ztrácel pozornost. Nikdy nebyl diagnostikován. Nicméně byl opakovaně posílán k řediteli a označován za „problémového žáka“.** Učitelé varovali ostatní žáky, aby se mu vyhýbali, což v něm vyvolalo hněv a agresi vůči spolužákům i personálu školy.



## Vůdce týmu

Školní psycholožka **si všimla chlapcovy neklidnosti a pozvala ho, aby pomáhal s organizací školních akcí. Poprvé byl chválen za svou energii a kreativitu. Díky mentorství se naučil lépe soustředit a komunikovat. Dnes pracuje jako koordinátor mládeže a vede venkovní programy pro mladé lidi.**



## Ignorovaná

Dívka v Niši měla nediodnostikovanou ADHD. Přetěžovaly ji dlouhé úkoly a nedokázala je stihnout v termínu. Učitelé předpokládali, že je jen neorganizovaná a nemotivovaná. Časem začala věřit, že není stvořená pro akademické studium.



## Překonání zdi

Nová učitelka si všimla dívčina potenciálu a vytvořila ji struktura, která ji pomohla v procesu učení. Dovolila jí také používat vizuální plánovače a chválila její nápady, místo aby se soustředila jen na výsledky. Dívka znovu získala motivaci a dnes pracuje jako projektová asistentka v kulturním centru.



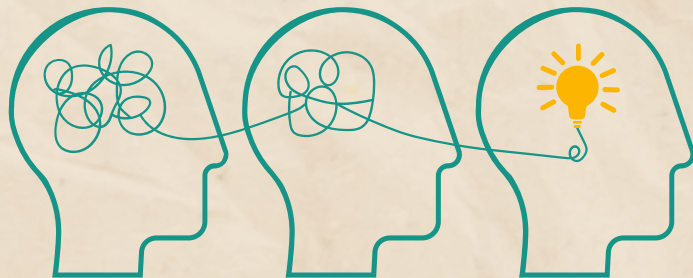
## Neporozumění

Ve Varně měl mladý muž potíže s dlouhými schůzkami a častým přepínáním mezi úkoly. Jeho manažer ho označil za nedisciplinovaného a nezralého, což ho stálo povýšení. Přestože měl spoustu kreativních nápadů, cítil se donucen opustit svou práci.



## Kreativní výbuch

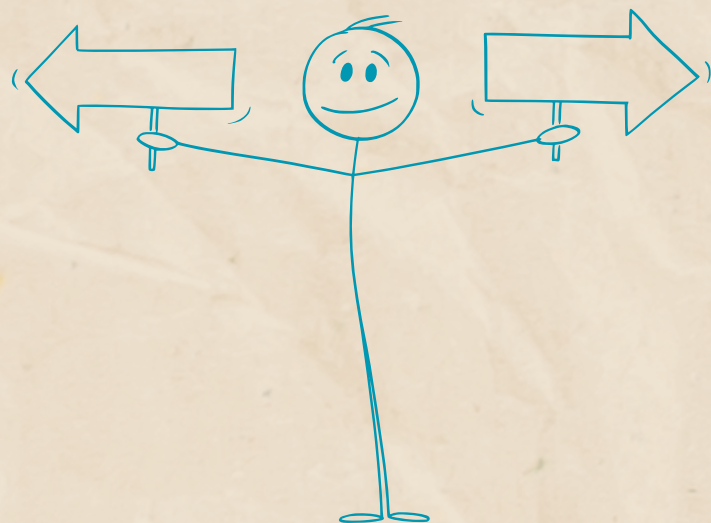
Starší kolega si všiml jeho kreativity a doporučil mu roli s flexibilními úkoly a méně schůzkami. Sdílel také strategie přátelské k lidem s ADHD s manažery, které se staly součástí HR praxe společnosti. Mladému muž se dařilo v inovačních projektech a dnes pracuje jako produktový designér v technologickém startupu.





## Nepozorný

Středoškolský student v Liberci si **neustále** poklepával tužkou, mluvil a snil. Učitelé ho označovali za „nezdvořilého“ a „neuctivého“ a téměř byl vyloučen. Až na univerzitě, po vyhledání pomoci v zahraničí, mu byla diagnostikována **ADHD**. Později sám řekl: „Nepokoušel jsem se narušovat hodinu – snažil jsem se přežít výuku.“



## Změna

Zástupkyně učitelky si všimla **chlapcova neustálého** pohybu a svěřila mu roli vedoucího třídních diskuzí. Pomohla mu nasměrovat jeho energii do **debat a práce ve studentské radě**. S odpovídající podporou absolvoval s vyznamenáním a dnes pracuje jako trenér debat a lektor občanské angažovanosti.





# Slavní & Neurodivergentní



# Steven Spielberg



- ➖ Má **dyslexii**, diagnostikovanou až v šedesáti letech.
- 📖 Měl **potíže s čtením**.
- 🐢 Byl **posměšně označován** za „pomalého“.
- 💡 Měl **velkou představivost** a miloval vyprávění příběhů.
- 🎬 Ve **12 letech** začal **natáčet filmy**.
- 💼 **Stáž v Universal Studios** odstartovala jeho kariéru.
- 🎓 V padesáti se vrátil **dokončit vysokou školu**.

# Whoopi Goldberg



- ➖ Má **dyslexii**.
- 🏠 Měla **potíže** ve škole.
- 😞 Bála se a **měla úzkosti**.
- 🎬 Proměnila **svůj talent a smysl pro humor** v kariéru.
- 🏆 **Získala různá ocenění** včetně Oskara Emmy, Grammy, Tony.
- 💛 Snažila se o **prolomení stereotypů vůči žákům a studentům s odlišnostmi v učení**.



# Albert Einstein



➖ Měl **dyslexii**, diagnostikovanou až v šedesáti letech.

🗣️ Začal **později** mluvit.

📖 Měl **potíže** se psáním a hláskováním.

🐢 Učitelé ho označovali za pomalého.

🖼️ Vnímál **svět vizuálně**.

💡 Je autorem **teorie relativity**.

🏆 Vyhrál **Nobelovu cenu** v roce 1921.

# Sir Richard Branson



➖ Má **dyslexii**.

📖 Měl **potíže** s učením, memorováním, hláskováním.

🏢 Odešel ze školy v 16 letech a založil časopis.

💡 Mezi jeho dovednostmi byla **kreativita** a **umění** jednat s lidmi.

🏢 Vybudoval **společnost Virgin**.



# Agatha Christie



Měla **dysgrafii**.



Měla potíže se psaním rukem a hláskováním.



**Ráda četla** a dělala puzzle.



Své knihy **diktovala**.



Napsala více než **80 detektivních románů**.



Je autorkou knihy **Vražda v Orient Expressu**.

# Daniel Radcliffe



Má **dyspraxii**.



Stal se **slavným ve 12 letech jako Harry Potter**.



Má problémy **s koordinací**.



**Zavazování tkaniček**, nebo psaní bylo těžké.



Hraní a **učení se textu role šlo lehce**.



Jeho **odhodlání z něho udělalo hvězdu**.



# Benjamin Franklin



Věřilo se, že měl **dyskalkulii**.



Měl **problémy s počítáním** a matematikou.



**Odešel ze školy dříve.**



Učil se **pomocí experimentů**, ne knih.



Stal se **vynálezcem** a vědcem.



Je jedním z **otců zakladatelů USA**.

# Michael Phelps



Má **ADHD**.



Měl potíže zůstat v klidu a koncentrovat se.



Plavání se stalo jeho **superschopností**.



ADHD mu dalo sílu a **odhodlání**.



Získal nejvíce **medailí na olympiádách**.



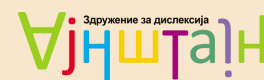
Financováno Evropskou unií skrze program Erasmus +. Názory vyjádřené v této příručce jsou názory autora a neodráží nutně oficiální stanovisko Evropské unie či národní agentury. Evropská unie ani národní agentura za vyjádřené názory nenese odpovědnost.



Co-funded by  
the European Union



NATIONAL AGENCY  
FOR EUROPEAN EDUCATIONAL  
PROGRAMMES AND MOBILITY



OWN  
YOUR  
DIFFERENCE

