



## FLERE TYPER ADHD:

- ⊙ ADHD, Kombinert type.
- ⊙ ADHD, Hovedsakelig uoppmerksom type.
- ⊙ ADHD, hovedsakelig hyperaktiv type



Inspirio

## DIAGNOSEKRITERIER OPPMERKSOMHET OG KONSENTRASJONS SVIKT:

- Er lite oppmerksom på detaljer og kan lett gjøre slurvfeil.
- Har problemer med å opprettholde konsentrasjon både under utføring av arbeidsoppgaver og under fritidsaktiviteter, også leke betonte.
- Reagerer ofte ikke på direkte tiltale
- Oppfatter ikke instruksjoner og mislykkes ofte i å fullføre påbegynte oppgaver
- Har dårlig evne til å organisere aktiviteter og gjøremål
- Misliker og prøver å unngå oppgaver som krever mental utholdenhet
- Har tendens til å miste eller rote bort gjenstander som er nødvendige for arbeidsoppgaver eller fritidsaktiviteter
- Lar seg lett avlede av utenforliggende inntrykk
- Er glemsom i daglige gjøremål

Inspirio

## HYPERAKTIVITET

- Viser kroppslig uro, som fikling med hendene, ristende føtter eller stadig skifting av sittestilling.
- Må anstrenge seg for å sitte på plassen sin på møter eller i andre sammenhenger hvor det forventes.
- Har en stadig følelse av rastløshet eller indre uro.
- Har vansker med å opptre stille og rolig under spill eller andre fritidsaktiviteter.
- Virker ofte "hyper" eller "gira"
- Har en tendens til å være overdrevent pratsom

Inspirio

## IMPULSIVITET

- Begynner ofte å svare før spørsmålet er ferdig stilt.
- Har en tendens til å avbryte andre eller bryte inn i andres pågående aktivitet.
- Har vansker med å vente på tur.



Inspirio



*DU ER KANSKJE  
IMPULSIV,  
DU ER KANSKJE  
UFOKUSERT,*

*MEN KJEDELIG ER  
DU ALDRI...*

Inspirio

## TILLEGGSVANSKER

- ⊙ Atferdsforstyrrelser
- ⊙ Lese/ skrivevansker
- ⊙ Forsinket motorisk utvikling
- ⊙ Angst, depresjon og lav selvfølelse.
- ⊙ Voksne har vansker med å organisere hverdagen.
- ⊙ Mister oftere jobben enn andre.
- ⊙ Økt risiko for stoffmisbruk og kriminalitet.
- ⊙ 30% av innsatte i fengsler har ADHD (?)

Inspirio

## I LIKESTILLINGENS NAVN GUTTER VS JENTER

- Gutter  
diagnostiseres i 6-12  
års alder.
- Jenter etter fylte 14.



Inspirio

## ARVELIGHET

- Hvis en av foreldrene har ADHD har barnet 57 % risiko for å få samme diagnose
- Risikoen for å få ADHD diagnose for søsken av barn med ADHD er på 32 %.
- Biederman et. al.(1995)



Inspirio

## DET VI VET:

- Personer med ADHD har mindre tilgjengelighet på Dopamin enn andre
- Dopamin er et av de viktigste stoffene i hjernen vår i forbindelse med læring
- Læring: Å forstå sammenhengen mellom egen atferd og omgivelsene



Inspirio

## FORSTERKNINGSMEKANISMER

- Barn med ADHD har et kortere tidsvindu enn andre barn. (Heidi Aase 2007)
- Diskriminativ stimulus- Respons- Stimulus respons

## Praktiske Tips



- ⊙ Hyppig forsterkning
- ⊙ Mobiltelefon, apper
- ⊙ Selvhjelpsprogrammer på nett
- ⊙ Avtaler, forutsigbarhet
- ⊙ Mulighet for bevegelse
- ⊙ Medikamentell behandling
- ⊙ Kosthold og fysisk aktivitet

Inspirio

## NETTSIDER

<http://www.adhdnorge.no/>

kurs, litteratur, info, likemannsarbeid, lærerguiden

<http://www.adhd-inspirasjon.no/> - Blogg, kurs

<http://www.statped.no/Tema/Larevansker/ADHD/>

Div læringsstrategier- litteratur

<http://www.nasjkomp.no/>

Kompetansesenter for nevroutviklingsforstyrrelser og hypersomnier- ADHD, autisme, tourette og hypersomnier

Nytt innen forskning, kurs

Inspirio

## GRAV ETTER GULL:

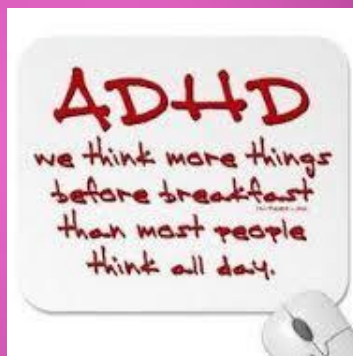
- ⊙ Når sist var barnet dypt konsentrert?
- ⊙ Hvilke hobbyer eller sysler finner barnet det nesten umulig å rive seg bort fra?
- ⊙ Hvilke ferdigheter har barnet som det har lært på egen hånd, bare fordi det var interessert?
- ⊙ Hvilke temaer kan barnet ikke få lest nok om?
- ⊙ Hvilke samtaler skiller seg ut for barnet som svært engasjerende?

Les mer: <http://www.hjelptilhelp.no/ADHD/dette-ville-du-ikke-om-adhd/mz3X177WnIQ>

Inspirio

## ELITE KLUBBEN

- ⊙ Beste krigerne
- ⊙ Beste pilotene
- ⊙ idrettsutøverne
- ⊙ Overleverne
- ⊙ Entreprenørene



Michal Fitzgerald

Inspirio



## PERCY JACKSON OG GUDENE PÅ OLYMPEN

- ◎ *“That's your battlefield reflexes. In a real fight, they'd keep you alive. As for the attention problems, that's because you see too much, Percy, not too little.”*
- ◎ *Percy Jackson og Lyntyven, Rick Riordan*