

ViHS

Videnscenter for
Handicap, Hjælpemidler og Socialpsykiatri



ADHD i et socialt perspektiv



SOCIALSTYRELSEN – VIDEN TIL GAVN

En livslang sårbarhed – ikke nødvendigvis livslange problemer

ADHD betegnes ofte som et livslangt handicap. Det betyder imidlertid ikke, at en person vil opleve vanskeligheder hele sit liv. De vanskeligheder, man kan opleve som barn, er sjældent de samme, som man vil opleve som voksen.

Menneskers individuelle forståelser af deres liv, og de konkrete sammenhænge de indgår i, spiller en væsentlig rolle for, hvornår noget opleves som vanskeligt. Mennesker udvikler sig hele tiden. I takt med, at en person udvikler brugbare strategier til at mestre vanskelige situationer, bliver oplevelsen af problemer mindre. Det har stor betydning, at omgivelserne inddrages, så relationen bliver gensidig.

Mange børn, unge og voksne oplever problemer med opmærksomhed og koncentration. Nogle har fx en hyperaktiv eller impulsiv adfærd, har svært ved at finde ro eller har problemer med hukommelsen. Vanskelighederne kan være varige eller forbigående, og de kan have vidt forskellige årsager. For nogle vil graden af vanskeligheder betyde, at de opfylder kriterierne for at få diagnosen ADHD.

En særlig sårbarhedsprofil

ADHD kan komme til udtryk på vidt forskellige måder hos det enkelte menneske. I en social sammenhæng, kan det derfor give mening, at tale om ADHD som en særlig sårbarhedsprofil. Det er sårbarheden, som følger en person gennem livet, ikke nødvendigvis alle de vanskeligheder, der oprindeligt førte til, at diagnosen blev stillet.

Ved at forstå ADHD som en sårbarhedsprofil, flyttes fokus, så det enkelte menneskes erfaringer og forholdene i omgivelserne kan få mere plads og betydning. Der kan dermed skabes et mere helhedsorienteret syn på, hvordan vanskelighederne kommer til udtryk, og hvad man kan gøre for at støtte personen.

Frem for at sige, at en person *har* vanskeligheder, kan man sige, at en person befinder sig i vanskeligheder, der er relateret til forholdet mellem omgivelserne og den enkeltes oplevelse.



Forventninger, krav og individuelle behov

Der stilles forskellige forventninger og krav til menneskers adfærd, alt efter hvilken sammenhæng de indgår i. Der er fx stor forskel på, hvad der forventes af et barn i en undervisningssituation og hvad der forventes af de sociale relationer i skolegården. Ligeledes er der stor forskel på, hvad der forventes af voksne i formelle arbejdssituationer, og hvad der forventes i almindeligt kollegialt samvær. Kravene og forventningerne bliver gradvist større med alderen, og der er en forventning om, at man i vid udstrækning lærer at mestre dette allerede som barn og ung.

For personer med en sårbarhedsprofil kan vanskelighederne netop blive tydelige i forholdet mellem de krav og forventninger, der knytter sig til forskellige situationer og personens ressourcer og individuelle behov.

Hvordan vanskelighederne kommer til udtryk afhænger både af situationens kompleksitet og det enkelte menneskes personlige oplevelser, erfaringer og selvforståelse.



Der stilles forskellige sociale krav afhængigt af en persons alder og den sammenhæng man indgår i. Nedenfor ses eksempler på dette i hhv. skole, ungdomsuddannelse og på en arbejdsplads.

	Skole (barn)	Uddannelse (ung)	Arbejde (voksen)
<i>Der stilles krav til...</i>	Fleksibilitet	Selvstændighed	Overblik
<i>Det forventes...</i>	at eleverne hurtigt kan skifte mellem fx klasseundervisning, gruppearbejde og projektuger.	at de studerende tager relevante initiativer og træffer individuelle valg, der passer til situationen.	at en ansat kan håndtere, at få en hel dags opgaver introduceret på en gang.
<i>Den enkelte kan have behov for...</i>	at få informationer i god tid, og at indgå i få stabile grupper, hvor det er tydeligt, hvad man skal og hvornår.	at der er en løbende tilgængelig vejleder, og en mentor tilknyttet.	at der kun stilles få opgaver af gangen, og at der er tid til at følge op på den enkelte opgave

Social sårbarhed

En ADHD-profil kan medføre, at man er særligt socialt sårbar. Dette gør sig gældende for både børn, unge og voksne.

Børn med en ADHD-profil oplever fx ofte, at de ikke har stabile relationer til jævnaldrende. Det kan betyde en sårbarhed i forhold til at føle sig socialt isoleret og i forhold til ens mulighed for at udvikle sociale kompetencer. Dette kan få betydning i det videre ungdomsliv, hvor vennerne får større betydning og behovet for selvvalgte sociale relationer stiger. Unge med en ADHD-profil kan derfor være særligt sårbare i forhold til fx misbrugsmiljøer, hvor oplevelsen af accept kan være lettere at opnå. Unge med en ADHD-profil kan også have svært ved at gennemføre en uddannelse, hvilket ofte kan indebære, at de som voksne har et lavere uddannelsesniveau og en lavere indkomst, og dermed ringere livsvilkår end andre.

Både børn, unge og voksne med en ADHD-profil kan have en øget risiko for at opleve ensomhed og mange rammes af psykiske vanskeligheder, som fx depression eller angst.



En række sociale faktorer kan virke beskyttende eller udgøre en særlig risiko i forhold til hvilket udtryk og hvilken betydning ADHD får for den enkelte. Faktorerne knytter sig både til forhold i omgivelserne og de specifikke forhold, der gør sig gældende for den enkelte person.

Sociale risikofaktorer	Sociale faktorer, der beskytter
<i>Personlige forhold</i>	<i>Personlige forhold</i>
<ul style="list-style-type: none"> • Lavt selvværd • Indlæringsvanskeligheder • Problemskabende adfærd 	<ul style="list-style-type: none"> • Højt selvværd • Høj IQ • Sociale kompetencer
<i>Forhold i omgivelserne</i>	<i>Forhold i omgivelserne</i>
<ul style="list-style-type: none"> • Kaotiske og evt. voldelige familieforhold • Anbringelse udenfor hjemmet • Sociale vanskeligheder og fattigdom • Uklar opdragelsesform • Uklar kommunikation i omgivelserne • Manglende koordinering mellem fagfolk • Høj grad af stress i familien • Få stabile venskaber • Intet eller sparsomt socialt netværk 	<ul style="list-style-type: none"> • Stabilt og struktureret familieforhold • Tydelig kommunikation • Støtte fra socialt netværk • Støtte fra venner • Høj socioøkonomisk status • Familien er engageret og forstående • Koordinering mellem fagfolk • Støtte og opmærksomhed i fx skole eller på arbejdsplads • Fokus på ressourcer frem for svagheder

Med inspiration fra Alan Carr

Der kan gøres en forskel

Der kan være stor forskel på, hvordan vanskelighederne viser sig for den enkelte. Hos nogle kan vanskeligheder med opmærksomhed og koncentration fx vise sig i form af hyperaktiv adfærd, der er synlig for omgivelserne. Hos andre kan dette vise sig i en følelse af hele tiden at være ”på”, eller som en konstant indre rastløshed, der måske ikke bemærkes af andre end en selv. Derfor er der også stor forskel på, hvilke behov for støtte den enkelte kan have i forskellige situationer.

Det er vigtigt, at fagfolk, familie og netværk har viden om ADHD og de mange forskellige måder, det kan komme til udtryk på. Det er også vigtigt, at den enkelte persons egne oplevelser, tanker og forestillinger indgår i det samlede billede.

Det er af afgørende betydning, at der sættes ind omkring forholdene i omgivelserne, og at det enkelte menneske, med afsæt i egne ressourcer, oplevelser og ønsker, får mulighed for at finde strategier til at mestre de situationer, hvor vanskelighederne kan opstå.

Uddannelse af fagfolk og pårørende er en måde, hvorpå en helhedsorienteret indsats kan sikres, og kan derfor være af stor betydning for, hvordan mennesker med en ADHD-profil klarer sig.

Handling, forandring og håb

ADHD kan vise sig på forskellige tidspunkter i et menneskes liv. Derfor er der ofte en sammenhæng mellem de vanskeligheder en person oplever, og den livssituation den pågældende befinder sig i.

Der kan være et stort behov for at få en forklaring på de vanskeligheder man oplever, men der kan være en tendens til, at en persons samlede livssituation forstås ud fra diagnosens kendetegn. En diagnose kan imidlertid kun give et bud på *hvorfor* en person på et givent tidspunkt oplever bestemte vanskeligheder, den kan ikke fortælle, hvad det kommer til at *betyde* i den enkelte persons liv.

Det er vigtigt, at forståelsen og indsatsen i forhold til det enkelte menneske ikke fastlåses af en diagnose, men at der tages udgangspunkt i både den enkeltes ressourcer og i det som opleves som vanskeligt.



Alle mennesker ønsker sig et godt liv, og at være en aktiv deltager i og skaber af dette liv. At brede forståelsen af ADHD ud indebærer derfor også en mulighed for at håb, ønsker og drømme kan få lov til at vokse.

Det er afgørende, at forståelsen af et menneskes livssituation rummer *både* egen forståelse af vanskelighederne og de sammenhænge det enkelte menneske indgår i. Det er derfor vigtigt, at rette fokus mod, hvordan samspillet mellem individet selv, andre mennesker og forhold i omgivelserne kan være med til at sikre, at der opstår gunstige vilkår for, at mennesker med en ADHD-profil kan udvikle sig, få et godt selvværd og en livsførelse de selv oplever som rigtig og meningsfuld.






Særlige opmærksomhedspunkter

Når krav og forventninger overstiger det, vi magter, opstår vanskelighederne. Vær derfor særlig opmærksom på sammenhængen mellem krav, forventninger og behov. Vanskelighederne kan både komme til udtryk som konkrete synlige handlinger og som indre rastløshed og uro.

Det er nødvendigt at være nysgerrig og spørge ind til betydningen for lige netop det menneske, det drejer sig om. Det er også vigtigt, at der både ses på ressourcer og vanskeligheder, og at omgivelserne inddrages i det samlede billede.

Det er vigtigt, at være opmærksom på, hvilke sociale relationer den enkelte person indgår i eller udelukkes fra. Det kan være nødvendigt med støtte i forhold til at få venner i skolen og på en ungdomsuddannelse. Ligeledes er det vigtigt, at støtte den voksne i etablering og fastholdelse af sociale netværk.

ADHD er et spektrum, der afspejler mange forskellige grader af sårbarhed og som både rummer den enkeltes egen forståelse og erfaringer samt forhold i omgivelserne. Der er stor forskel på, hvordan ADHD påvirker den enkeltes muligheder for at leve det liv, man ønsker og drømmer om.



Videnscenter for Handicap, Hjælpemidler og Socialpsykiatri

T: 72 42 41 00

E: vihs@socialstyrelsen.dk

Læs mere på

www.socialstyrelsen.dk

SOCIALSTYRELSEN – VIDEN TIL GAVN