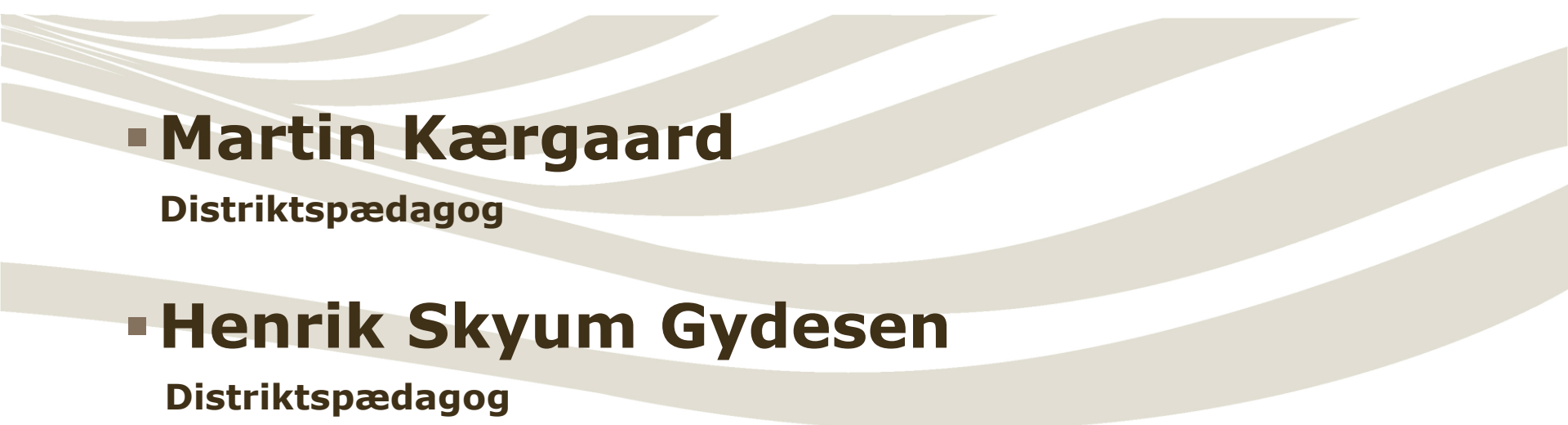


WEBINAR ADHD/ADD

Unge og forældre



- **Martin Kærgaard**

Distriktspædagog

- **Henrik Skyum Gydesen**

Distriktspædagog

CHATFUNKTION

**Chatfunktionen kan kun benyttes ved brug af
hjælp til tekniske udfordringer.**

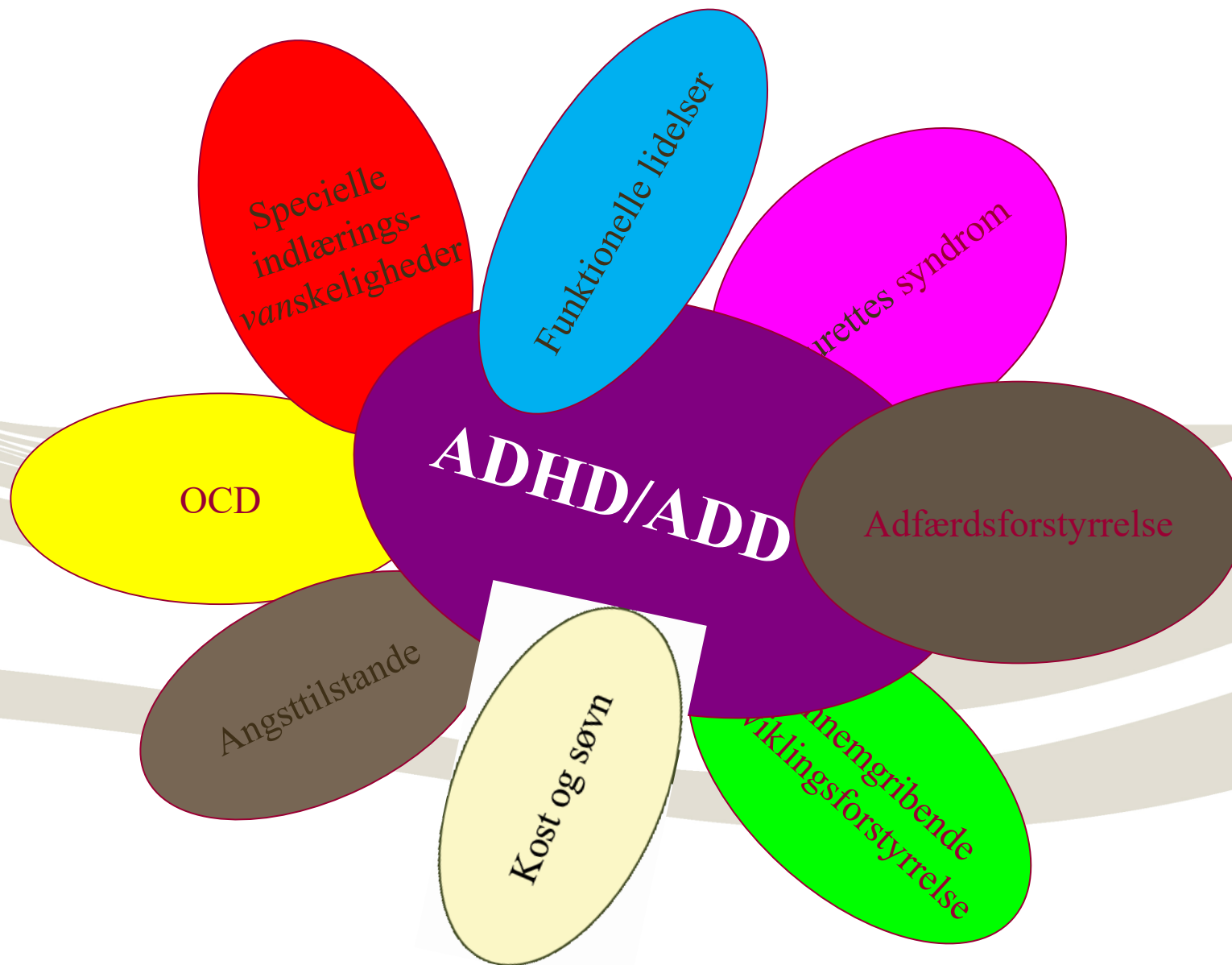
Betegnelser og diagnoser

- MBD – Minimal Brain Dysfunktion
- DAMP – Dysfunktion in Attention, Motor Control and Perception.
- ADHD – Attention deficit. Hyperactivity disorder.
- ADD – Attention deficit disorder.

Hyperkinetiske forstyrrelser WHO ICD 10

- DF90.0 Forstyrrelse af aktivitet og opmærksomhed
- DF98.8C Opmærksomhedsforstyrrelse uden hyperaktivitet (ADD)
- DF90.1 Hyperkinetisk adfærdsforstyrrelse

Betegnelser og diagnoser



Årsager til ADHD

- Arvelighed.
- Komplikationer under graviditet og fødsel.
- For tidlig fødsel.
- Rygning og misbrug under graviditeten.

Spædbørn med ADHD

- Urolig, utrøstelig.
- Svære at stille tilfreds.
- Søvnforstyrrelser.
- Sarte, sensitive.
- Kolik.
- Har svært ved skift.

Småbørn med ADHD

- Hyppig negativ måde at søge kontakt
- Svært ved at få erfaringer
- Mange lyde + Taler højt
- Voldsomme vredesudbrud
- Klodset fin – og grovmotorik
- Urolige og omkringfarende
- Svært ved at se egen andel af konflikter

Skolebørn med ADHD

- Motorisk uro, impulsivitet og let afledelighed.
- Svært ved fordybelse og vedholdenhed.
- Forstyrrende – svært ved at vente på tur.
- Svært ved skift og ændringer.
- Indlæringsvanskeligheder.
- Styrkesider konkret og visuelt.
- Svært ved abstrakte opgaver (eksekutive vanskeligheder).
- Svært ved at indgå i gruppearbejde m.m.
- Social-kognitive vanskeligheder.

Unge med ADHD

- Opmærksomheds- og koncentrationsvanskeligheder.
- Impulsivitet.
- Indre uro og rastløshed.
- Organisations- og planlægningsvanskeligheder.
(eksekutive vanskeligheder)
- Svingende energi- og præstationsniveau.
- Lystbetonede opgaver prioriteres.

Ensomhed hos unge med opmærksomhedsforstyrrelse

- Oplever sig misforstået
- En anden oplevelse af situationer
- Trækker sig fra fællesskabet eller holdt udenfor
- Kommer let til, at holde fast i en detalje
- Udfordringer ift. humor og ironi
- Sårbarhed ift. fortælle om ADHD / ADD

Søvnforstyrrelse hos unge

- Svært ved at finde ro ved sovetid
- Mange forstyrrende tanker / bekymringer ved sovetid
- Svært ved at fastholde en døgnrytme
- Impulsivitet ved sovetid
- **Søvnhygiejne**

Påvirkning af de eksekutive funktioner hos unge

- Unges motivation til at fastholde en intention i forhold til at opnå et fremtidigt mål
- Tidsfornemmelse
- Planlægning sprogligt og visuelt
- Adskillelse af følelse fra indhold
- Tage initiativ og gå i gang
- Styre følelsesmæssige udfordringer

Jeg har masser af tid



Nu stopper det !



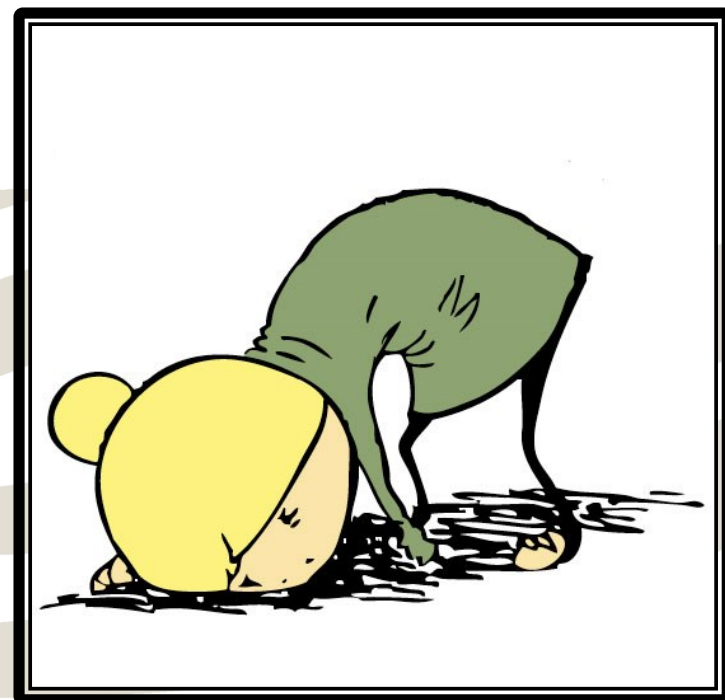
Ungeliv – sammen med andre

- Udvikling af relationer og aktiviteter
- Initiering
- At danne forestillingsbilleder
- At generere ideer
- Regulering af motivation
- Udtrætning

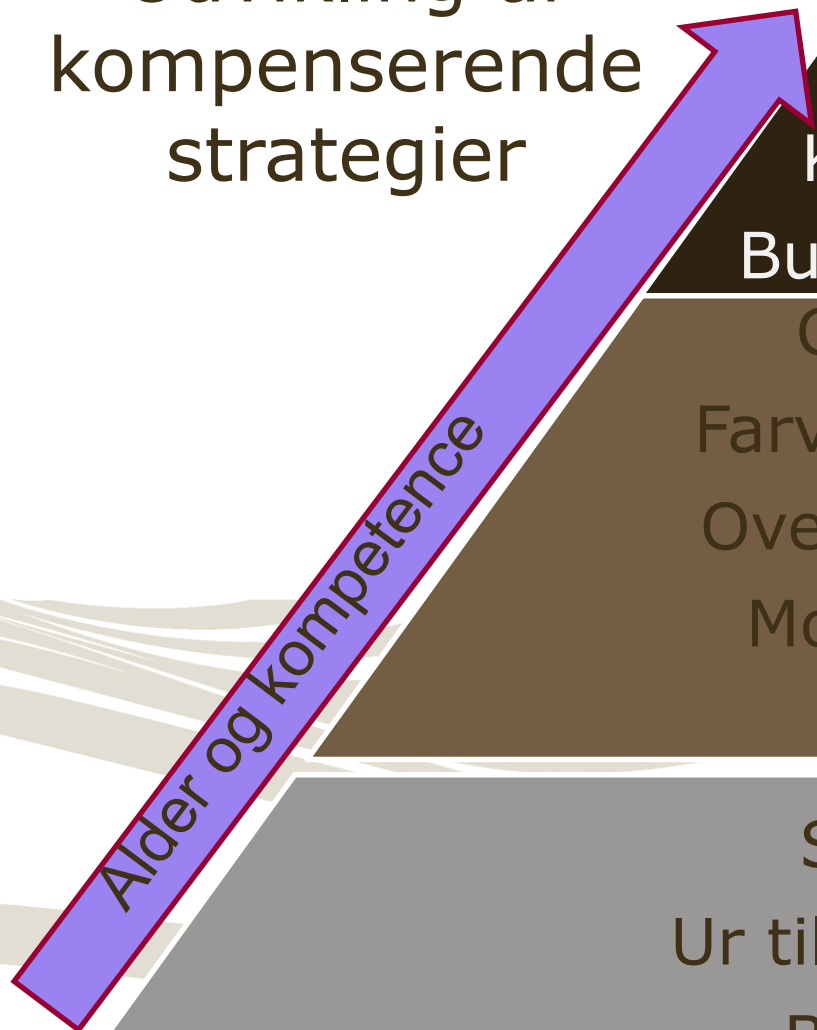
Tiltag:

- Struktur
- Motorisk aktivitet
- Visuel struktur
- Idékatalog

Jeg keder mig!



Udvikling af
kompenserende
strategier



Kalender

Budgetkonto

Computer

Farvede mapper

Oversigts tavler

Mobil-telefon

Ipad

Skemaer

Ur til tidsstyring

Belønning

skærmning

Kognitiv adfærdstræning – hvordan hjælper I hinanden

- Fokus på den adfærd som I sammen ser
- Hjælpe den unge til at finde alternative og mere hensigtsmæssige adfærdsformer.
- Sikre at du kommer i en positiv udviklingsspiral.

Overføringsværdi – tage erfaringer med videre

- Bedret funktion i et miljø overføres ikke nødvendigvis til andre sammenhænge.
- Erfaringer kan ikke nødvendigvis overføres fra en situation til en anden.
- Vores forventninger og holdninger til unge ændres ikke nødvendigvis i takt med udviklingen.

Fællesskab for alle.

Der stilles i hverdagen store krav til unge omkring øget selvstændighed, socialkompetance, erfaringsdannelse og modenhed.

Vi skal være opmærksom på, at unge kan have svært ved at klare disse forventninger.

Det er derfor vigtigt, at vi er ekstra opmærksom på dette, og får tilrettelagt hverdagen således, at der skabes udvikling og trivsel for den enkelte

PAUSE

Abstract wavy lines in a light beige color, flowing from the left side of the slide towards the right, positioned below the word 'PAUSE'.

Støttemuligheder – hvad kan hjælpe

?

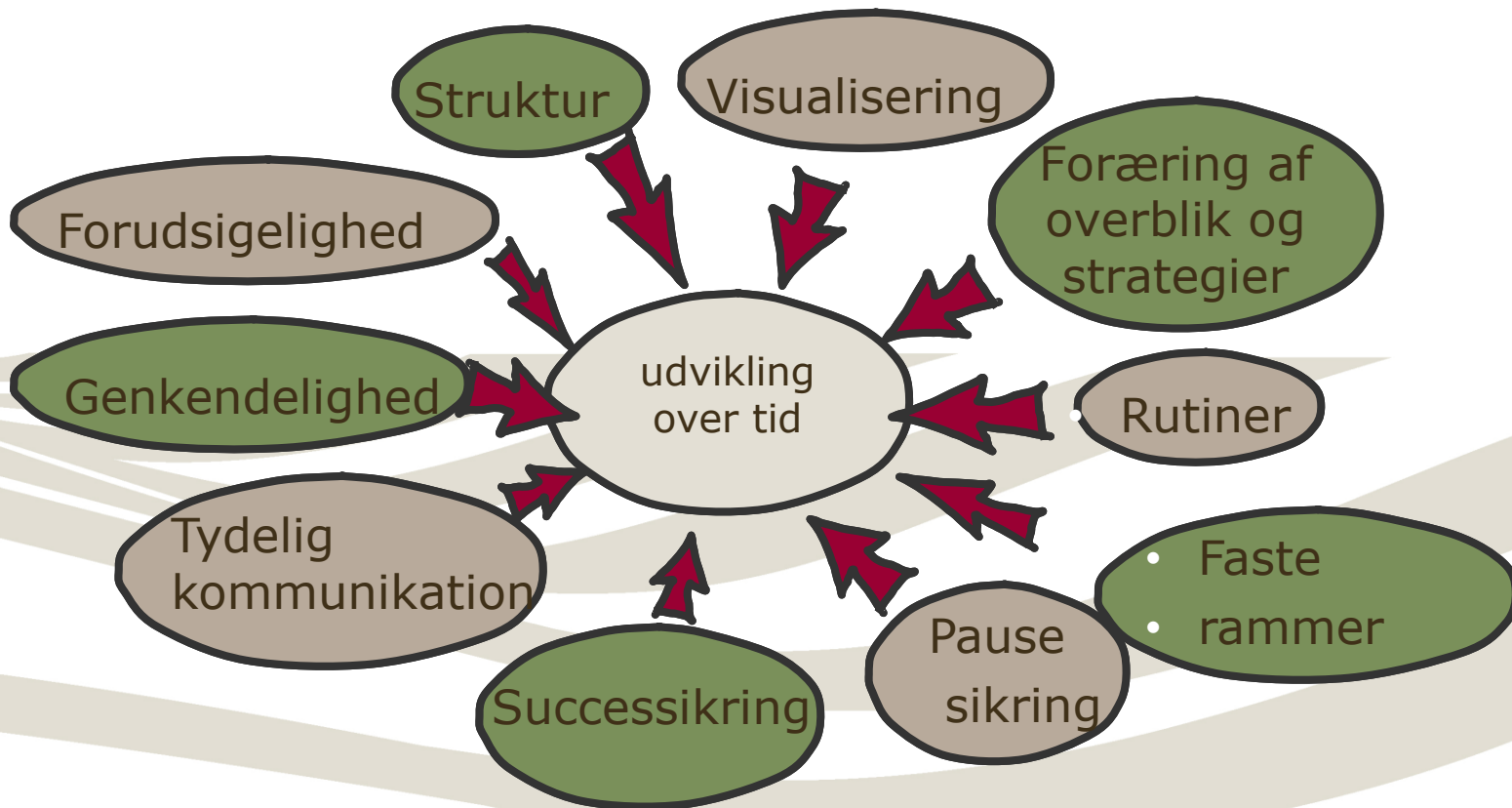


Tilpasning
af miljøet

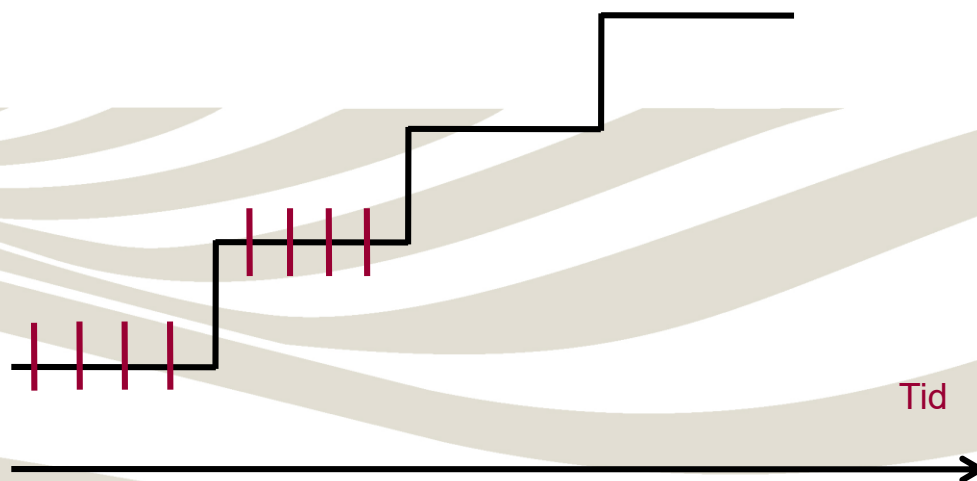
Støttende
og
anvisende

Fokus på
brugbare
strategier

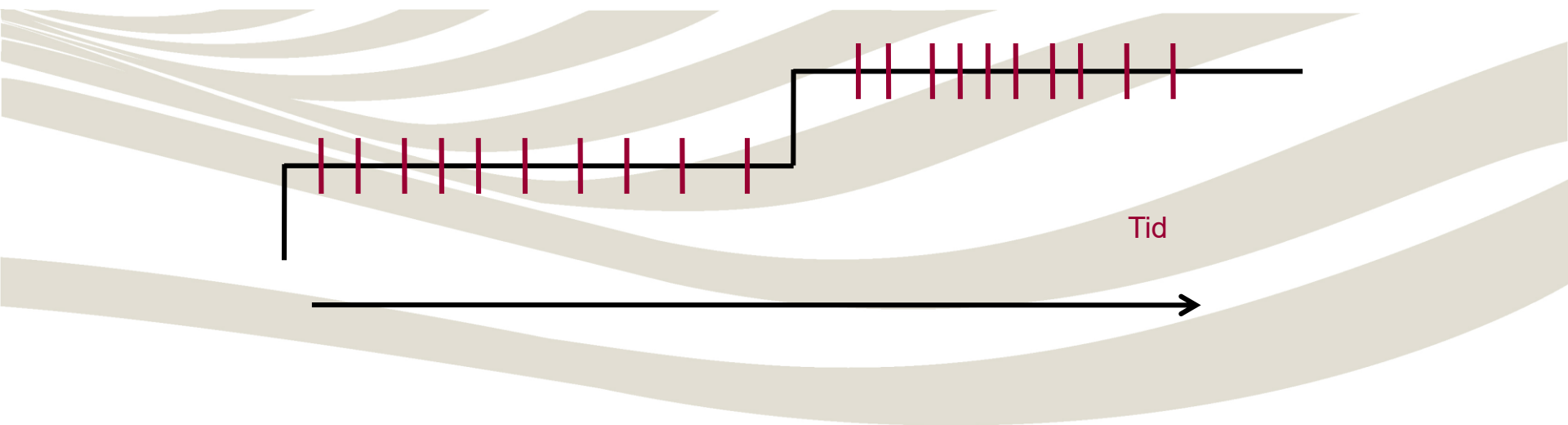
Hvad kan vi sammen gøre



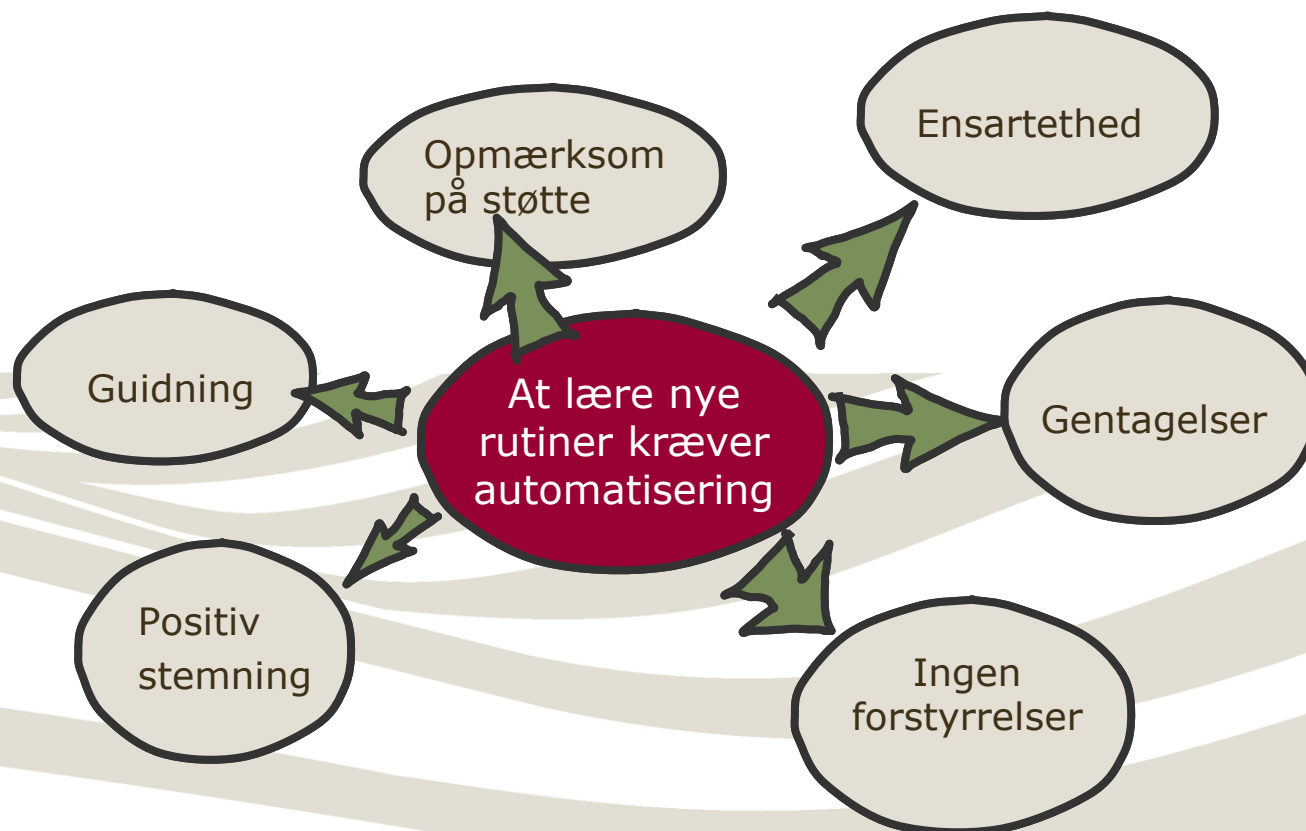
Eksekutive funktioner hos unge



Eksekutive funktioner hos unge



Automatisering



Struktur og genkendelighed

- At have overblik
- At forudse og forebygge
- At forberede og varsle – f.eks. 10, 5, 2 min.
- Skift kræver varsling
- Visuel støtte

At lykkes med sine mål

- At være bevidst om egen og andres grænser
- Undgå magtkampe
- Tænk og se i valgmuligheder
- Opmærksomhed på tale- og kropssprog

Aftenrutiner og god søvn

- Neutrale samtaleemner
- Evt. stillemusik for at udelukke andre stimuli.
- God stemning, oplevelse af at det er rart at komme i seng.
- Temperatur, lys og lyd i værelset.
- God seng, pude og dyne.
- Ingen PC/TV/I-PAD
- Faste rutiner
- Ingen skærmlys
- I seng til rette tid.
- Evt. kugledyne / kædedyne / fiberdyne.

Fælles opmærksomhed på kommunikation

- Tal sammen
- Kun få ord
- Kun få beskeder af gangen
- Gentag beskeden
- Undgå negationer
- Humor og ironi
- Tydeligt kropssprog
- Ros det der går godt
- Husk øjenkontakt

Tak for i dag.

The bottom half of the slide features several thick, wavy, light beige lines that sweep across the width of the image, creating a sense of movement and depth.