

Adhd (attention deficit hyperactivity disorder)

Adhd är en neuropsykiatrisk funktionsnedsättning (NPF) som innebär att hjärnan och nervsystemet bearbetar information på ett annorlunda sätt. Detta kan påverka personen i en sådan omfattning att det blir en funktionsnedsättning. Adhd är en beteendediagnos, det vill säga att den ställs utifrån personens beteende snarare än utifrån medicinsk orsak. Forskning visar att diagnosen har biologiska orsaker som till stor del är ärftliga. Olika riskfaktorer och påfrestningar under graviditet och förlossning kan också påverka.

Huvudsymtom är koncentrationssvårigheter, impulsivitet och överaktivitet. Personlighet och kön påverkar hur funktionsnedsättningen tar sig uttryck och vad den får för konsekvenser. I vissa situationer kan adhd bli en tillgång men ofta medför det att man har svårt att klara många av vardagens krav, inte minst i skolan. För att få diagnosen adhd krävs stora svårigheter med att styra sin uppmärksamhet, reglera aktivitetsnivån och kontrollera sina impulser i förhållande till sin ålder.

Vissa har förutom adhd andra närbesläktade tillstånd som exempelvis autismspektrumtillstånd. Det kan också handla om inlärningssvårigheter, dyslexi eller språkstörning. Även motoriska och perceptuella svårigheter, sociala beteendeproblem, sviktande självkänsla, sömnproblem, oro, ångest och depression kan förekomma.

Olika former av adhd

Diagnosen adhd kan se olika ut beroende på vilka symtom som dominerar hos barnet. Man brukar skilja mellan tre former:

- *Adhd, kombinerad form* är vanligast och innebär att barnet har stora uppmärksamhetsproblem och är mycket överaktivt och impulsivt.
- *Adhd, huvudsakligen ouppmärksam form* innebär att barnet har stora uppmärksamhetsproblem men få eller inga symtom på överaktivitet och impulsivitet. Barnet är snarare passivt och inåtvänt.
- *Adhd, huvudsakligen hyperaktiv-impulsiv form* innebär att barnet är mycket överaktivt och impulsivt men har få eller inga symtom på uppmärksamhetsproblem.

Skillnader mellan könen

Flickor och pojkar med adhd har liknande grundproblem och lika stora funktionsnedsättningar men diagnosen tar sig lite olika uttryck. Pojkar har ofta ett mer utagerande beteende som gör att de uppmärksammas mer, framför allt i skolan. Flickornas beteenden är ofta inte lika uppenbara för omgivningen utan märks oftare som brister i uppmärksamheten och mer inåtvända symtom som låg självkänsla och ledsenhet. Det kan även ta sig uttryck i olika kroppsliga symtom som huvudvärk och magont som en följd av att de inte kan leva upp till omgivningens förväntningar.

Språkutveckling och kommunikation

Bland barn med adhd har många en sen tal- och språkutveckling. Några fortsätter att ha en språklig osäkerhet även i skolåldern. De kan ha svårigheter att hitta ord, att formulera sig i fullständiga meningar och att uttrycka vad de vill ha sagt.

Vad kan underlätta lärandet?

Undervisningen behöver vara tydlig. För de som är känsliga för ljud och yttre stimuli kan exempelvis öronproppar, hörlurar och skärmar vara till hjälp. Avgränsade arbetsuppgifter och korta arbetspass underlättar när man har begränsad uthållighet. Återkommande pauser kan behöva läggas in under lektionerna, gärna med någon form av fysisk aktivitet. Även rasterna kan behöva struktureras.

Motiverande innehåll och feedback

Lektioner behöver vara motiverande och matchas mot barnets förmåga att fokusera och upprätthålla uppmärksamheten. Monotona och enformiga uppgifter kan ibland vara omöjliga att klara av. Många elever med adhd motiveras av uppgifter som är lustfyllda och bygger på elevens intresse. Det är positivt med återkommande feedback, främst i form av uppmuntran och stöd.

Planeringsverktyg

För att underlätta tillvaron behövs verktyg för att planera, hålla tiden och minnas. Smarta telefoner och läsplattor kan vara användbara som kognitivt stöd. De innehåller många bra grundfunktioner som till exempel kalender, röstanteckningar, påminnelser och checklistor. Man kan också komplettera med appar, till exempel för tids- och ekonomihantering och läs- och skrivappar som underlättar skolarbetet.

Tydlig struktur och layout

Läromedel för målgruppen behöver vara avskalade, rena och med bilder som knyter an till och åskådliggör innehållet. Enhetlighet är viktig, till exempel att viss typ av information bör finnas återkommande på samma plats. Det viktiga är inte var, utan att det är på samma ställe.

Individuella inställningar

Digitala läromedel med möjligheter att göra individuella inställningar, till exempel att dölja viss information för att undvika för många intryck, underlättar.

Alternativa verktyg

Rättstavningsprogram, program som innehåller ordprediktion, talsyntes och liknande kan underlätta inläringen när mycket av energin går åt bara för att ta sig igenom en textmassa. Textföljning, det vill säga att kunna lyssna och samtidigt följa med i markerad text, kan underlätta fokusering för en del.

Lyssna på texter och se filmer

Ibland kan det vara underlättande att lyssna på text eller se en film som förklarar och tydliggör.

Var finns eleverna?

Skolformerna kan variera, men elever med adhd har ofta placering i grundskolan, i vanlig klass med särskilt stöd eller undervisning i mindre grupp alternativt enskilt. På en del skolor finns även särskilda undervisningsgrupper, en tillrättalagd och anpassad miljö för en mindre grupp elever.

Vissa elever kan ha sin placering i resursskolor. Resursskolorna arbetar i små undervisningsgrupper med hög lärartäthet i särskilt anpassade lokaler. De vänder sig till elever i behov av särskilt stöd och i vissa grupper finns endast elever med en neuropsykiatrisk diagnos.

För gymnasieelever finns det på vissa orter särskilda undervisningsgrupper för elever med neuropsykiatriska funktionsnedsättningar.

Eleverna läser i de flesta fall enligt grundskolans läroplan och ordinarie gymnasiekurser.