

Frá ADDISS-ráðstefnunni í Liverpool í mars 2004 - úrdráttur



Undirritaðir fóru fyrir hönd ADHD samtakanna á ADDISS-ráðstefnunna 2004 í Liverpool dagana 15.-17. mars. Við hittum ýmsa lykilmenn bresku samtakanna, s.s. Andreu Bilbow formann ADDISS, Margaret Alsop frá Dorset ADHD Support Group og Craig Ellis sem hefur látið sig fangelsis- og lögreglumál varða. Helstu áherslumál Breta um þessar mundir eru:

- Skólamál
- Málefni fullorðinna sem greinst hafa með ADHD
- Stöðu einstaklinga með ADHD gagnvart réttarkerfinu
- Lyfjamál

Úr dagskrá ráðstefnunnar:

Don't doubt the dream – *Jerry Mills*

Jerry Mills er bandarískur kennari sem greindur er með ADHD. Hann lýsti sinni þrautagöngu í gegnum skólakerfið með mjög áhrifaríkum hætti en hann hefur víðtæka þekkingu á vandamálinu og stuðningsúrræðum.

Working with children to develop an ADHD project – Liverpool ADHD project – Consultation with children *Liz Miller/Jenny Harrington Rita Jones*

Þessir fyrirlesarar fjölluðu fyrst og fremst um skólann og hvernig aðbúnaður hans í nánasta umhverfi koma börnum með ADHD fyrir sjónir. Leiksvæði skóla er afar hardneskjulegt fyrir börn með ADHD, t.d. stór fótboltavöllur þar sem ýmsir árekstrar verða á vegi þessara barna. Könnun um leiksvæðin sýndi að skólaleiksvæði eru yfirleitt of stór og eftirliti ábótavant. Í flestum skólum virtist vera sem „fótboltavöllur“ væri aðalatriðið þótt meirihluti barna hefði lítinn sem engan áhuga á fótbolta. Þessu fylgja ýmsir árekstrar í barnahópnum, s.s. þegar verið er að velja í lið og hinir „veikburða“ eru sí og æ afgangsstærð. Tillögur fyrirlesara til úrbóta er að finna í bæklingnum *“A guide to building an ADHD-friendly playground”*.

ADHD and Driving: Science Reveals the Reality

Marlene Snyder PhD.

Ekki er gerð krafa um sérstaka merkingu í ökuskránni. Marlene fór yfir hvaða aðferðum hún beitti á sinn eigin son. Í aðdraganda að ökuskránni gerðu þau kröfu um þriggja vikna tímabil þar sem sonurinn hafði fulla einbeitingu við aksturinn. Ef það misförst, upphófst annað þriggja vikna tímabil. Gerðu þau samning sín á milli sem tók á ýmsum atriðum, s.s. útivistartíma, að greiða fyrir eigin bensínnotkun o.fl.

Akstur unglunga fer að mestu fram á kvöldin og um helgar svo það gerir kröfu um lengri virkni af lyfjum. T.E. Brown taldi óhætt að gefa annan skammt af t.d. Concerta um kvöldmatarleytið þegar svona stæði á. Þegar er farið að gefa lyfjablöndur sem hafa lengri virknitíma, jafnvel sólarhringsvirkni.

Time as the Invisible Disability: Salience and temporal sequencing of time related events in boys with and without and ADD - *Stephen Houghton PhD.*

Houghton fjallaði um hvað tímabátturinn væri mikilsverður í öllum athöfnum og að þeir sem hefðu ADHD hefðu skert tímaskyn. Hann sýndi t.d. myndband (7 mín) um Mr. Bean og það fólk um að endursegja myndina í 10 mikilsverðum atriðum. Ráðstefnugestir þurftu að hafa sig alla við með endursögnina. Staðfesti prófessor Houghton að þeir sem greindust með ADHD gætu á engan hátt greint þetta í rétttri tímaröð eins fólk hafði upplifað sjálft í þessu myndskreiði.

The Link Between ADHD and Addiction: Food, Alcohol, Drugs, Behaviour and Shame - *Wendy Richardson*

Wendy er greind með ADHD á fullorðisárum. Talaði hún um muninn á sektarkennd og skömm og notkun 12 sporakerfis AA sér til sjálfshjálpar. Wendy sagði m.a. frá því að hún hafi farið í 5 háskóla áður en hún „fann“ sig. Sýndi

hún myndir af syni sínum sem er einnig greindur með ADHD. Hún lætur hann ganga um með hjálm við ákveðnar athafnir og sýndi myndir af honum við hinar ólíklegustu athafnir, m.a. þar sem hann var handleggsbrotinn á báðum höndum og í gífsi.

You've experienced chaos, now here's HAVOC

Alice Dalton/Sandra Adams

Áhrifamikill fyrirlestur um tilraunaverkefni foreldra í Lancaster til að hafa ofan af fyrir börnum sínum eftir skóla og um helgar. Það þróaðist í sumarbúðir fyrir börn með ADHD. Börnin lögðu fram hugmyndir af verkefnum þar sem leitast var við að kenna bæði börnum og unglingum leikreglur í ýmsum leikjum og athöfnum. Fengnir voru þekktir þjálfarar til að koma í heimsókn. Framtíðarsýn aðstandenda er að koma upp hliðstæðum sumarbúðum á Bretlandi og Norður-Írlandi.

The Relevance of ADHD to the Youth Justice System

Dr. Geoffrey Kewley

Dr. Kewley sýndi tölur um að u.þ.b. 60% af unglingum í fangelsum Bretlands hefðu ADHD eða skyldar raskanir. Ótal viðvörnarbjöllur hringja á leið barnsins yfir í unglingsárin og ættu að draga athygli samfélagsins að þessum hóp. Það eru t.d. yfir 60% líkur á því að sá sem hefur dyslexíu sé með ADHD og skyldar raskanir. Dr. Geoffrey Kewley sýndi fram á ótrúleg viðbrögð kerfisins gagnvart þessum hóp, þar sem skilaboðin voru þau að ADHD væri ekki til.

A Psychological Approach to Crime Prevention

Stephen Brown and Phil Anderton PhD

Lögglumenn tóku dæmi úr breskum raunveruleika um kostnað samfélagsins. Það átti vel við þar sem þetta var dagurinn sem breska fjárlagafrumvarpið var kynnt. Fjórðfalt dýrara er að standa uppi með unglinginn sem sakamann en að takast á við vandann með forvörnum.

Ýmsar bækur og smáhefti voru keypt fyrir bókasafnið, t.d.

Don't Feed The Monster On Tuesdays, Don't Tell a Whopper On Fridays eftir David Melton,
Children's Voices, Do you know about ADHD Sir? eftir Josh Jones 11 ára,
A Guide to building an ADHD Friendly Playground og *A Guide for moving up to BIG SCHOOL*.

Lokaorð

Í heild má segja að ráðstefnur sem þessar séu afar gagnlegar m.t.t. upplýsinga og stöðu þessa málaflokks. Ljóst er að þjóð eins og Bretland hefur gengið í gegnum ákveðna erfiðleika sem Ísland getur lært af. Við fundum fyrir miklum velvilja ýmissa aðila og viljum við sérstaklega minnst Craig Ellis sem bauðst til að vera ADHD samtökunum innan handar varðandi umfjöllun um fangelsismál. Hann bauðst m.a. til að lesa yfir núverandi frumvarp til laga sem nú liggur fyrir Alþingi og gefa álit sitt á því. Craig er með þennan málaflokk á sinni könnu fyrir ADDISS-samtökin í Bretlandi. Skýrslu okkar verður að finna í heild sinni á heimasíðu félagsins. Við bendum einnig á þessar heimasíður:

www.jerrymills.com

www.addresource.com

www.add.about.com

www.add.org

www.adult.org

www.amenclinic.com

www.addandaddiction.com

Reykjavík 20. mars 2004

Styrkár Hjálmarsson

Arnar Pálsson

Einelti

Einelti er ógeðslegt, vilt þú vera með sjálfsmorð manneskju á samvisku þinni?

En ef þú vilt það ekki skaltu ekki leggja aðra í einelti.

Því einelti er líkamleg eða andleg árás, beint á sálina sem er viðkvæmasti staður manneskjunnar. Ef þér líður betur skaltu hugsa um hvernig hinum líður, þegar þú leggur hann í einelti.

Asni

Ef þú þolir ekki að það sé verið að stríða þér.

Skalt þú ekki stríða öðrum því þeir vilja ekkert frekar láta stríða sér frekar en þú.

Það skiptir ekki máli í hvaða bekk þú ert því það er alltaf hægt að stríða þér eða leggja þig í einelti.

Ég er í níunda bekk en samt ert þú að leggja mig í einelti.

Það er ekki eðlilegt að drengur í tíunda bekk hagi sér svona gagnvart dreng í níunda bekk.

Því það eru bara fávitar sem haga sér svona nema krakkar í fimmta bekk upp í sjöunda bekk, því þeir halda að þeir vaxi í álit hjá öðrum krökkum.

Þú heldur kannski að þú vaxir í álit hjá mér og þú þykist vera rosa Cool að þú hafir engar tilfinningar þegar það er verið að gera grín að þér.

En ég veit hvernig þér líður innst inni því ég þekki þá tilfinningu. Þér finnst þú vera tómur inni í þér, einn og yfirgefinn inni í sjálfum þér. Ég vona að þér líði betur þegar þú hættir að stríða og gera grín að öðrum því einelti getur leitt af sér sjálfsmorð hjá viðkomandi

B.Boy