



Berit Langlete, cand. polit./meðferðaruppeldisfræðingur

Berit Langlete var lengi formaður norsku ADHD-samtakanna og stýrir fagráði þeirra. Hún hefur unnið að umfangsmiklum meðferðarráttum á börnum með ADHD og ber faglega ábyrgð á „Óreiðu í eldhúsinu“, verkefni um konur og ADHD sem styrkt er af opinberu fé í Noregi og sem sagt er frá í annarri grein. Berit starfar nú sem meðferðaruppeldisfræðingur við Barna- og unglingageðdeildina í Porsgrunn í Noregi.

Konur með athyglisbrest með/án ofvirkni

- frá óreiðu til yfirsýnar

Stúlkur og konur með ADHD

Þetta svið þ.e. stúlkur og konur með ADHD hefur lítið verið rannsakað og niðurstöður eru bæði fáar og misvísandi. Mikill hluti útgefna greina um þetta efni fjallar um það að skjalfesta kynjamun. Aðeins um 50 rannsóknir snúast eingöngu um konur og misvísandi upplýsingar skerða mjög gildi margra þeirra. Sex til níu sinnum fleiri piltar en stúlkur fá ADHD greiningu og greiningarviðmið byggjast að mestu á þeirri þekkingu sem fyrir liggur um piltar með ADHD.

Tvær tölfræðilegar eftirgreiningar komast að mjög áþekktum niðurstöðum. Um er að ræða eftirgreiningar Gaub & Carlson frá 1997 á 18 rannsóknum og J. Gershon frá 2002 á 38 rannsóknum. Báðar benda þær til þess að stúlkur/konur með ADHD-greiningu hafi minna eirðarleysi og árásargirni en piltarnir. Gershon staðfestir að námsárangurinn er sambærilegur. Gaub & Carlson álykta að stúlkurnar búi við meiri félagslega erfiðleika en piltarnir. Gershon kannaði það ekki sérstaklega en lýsir því

þó hvernig stúlkum hættir frekar til þess að innfæra vanda sinn en piltum.

Stúlkum með ADHD er mjög hætt við andlegri streitu. Bæði kennarar og foreldrar hafa sagt frá fleiri einkennum hjá þeim en piltum. Þær standa sig jafn vel í námi og þeir og það kostar þær líklega mikið erfiði.

Greinilegur munur er á kynjunum hvað varðar sjálfsvígshugsanir. Þær voru nær þrefalt algengari hjá piltum en stúlkum þegar spurt var („núna“) og munurinn hafði aukist miðað við fyrri kannanir.

Stúlkurnar glímdu við meiri málörðugleika en piltarnir og voru viðkvæmari fyrir neikvæðum atburðum en þeir. Þeir voru ákveðnari og áttu auðveldara með að tala sig út úr vandamálum en stúlkunum hætti til þess að kenna sér um flest, auk þess sem þær töldu sig ekki geta haft áhrif á umhverfi sitt.

Piltarnir tóku það ekki jafn nærri sér að mistakast eða geta ekki leyst verkefnin en stúlkurnar voru mun viðkvæmari fyrir því og því hættir þeim frekar til þess en piltunum að glíma við viðbótarvandamál.

Sumir segja að ofvirkni sé ekki mjög algeng í stúlkum með ADHD en því má halda fram að ofvirknin birtist bara á annan hátt hjá þeim en piltunum. Þær tala oft gríðarmikið og t.d. syngja, raula eða muldra með sjálfum sér. Þótt þær virðist vera rólegar leitar eirðarleysið oft út, t.d. með því að þær klóra sér í hárinu, plokka neglur, veifa stórutá eða láta hugann reika, hugrenningarnar taka völdin og þær verða annars hugar.

Forsenda ADHD-greiningar er sú að einkennin hafi komið fram fyrir sjö ára aldur. Þetta kemur sér illa fyrir stúlkur vegna þess að hvorki foreldrar né fagfólk hafa nóga þekkingu á ADHD hjá stúlkum. Einkenni geta vel verið til

Konur með athyglisbrest

staðar þótt enginn hafi tekið eftir þeim og þótt þau valdi ekki alvarlegum vanda fyrr en síðar. Minni foreldra er heldur engan veginn óskekult þegar að því kemur að gera grein fyrir atferli og þroska ungbarns mörgum árum síðar. Svo mikið er að gera hjá fjölskyldum ungbarna allan sólarhringinn að ýmis smáatriði geta verið fljót að gleymast, auk þess sem björtu stundirnar lifa oft lengst í endurminningunni.

ADHD hjá stúlkum virðist oft koma fyrst í ljós á gelgjuskeiðinu þegar hormónarnir fara fyrir alvöru að láta til sín taka í líkama og sál. Þessar breytingar á hegðun eru þó ekki alltaf taldar vera vegna ADHD heldur er kynþroska-skeiðinu sjálfu kennt um. Stúlkur með ADHD fá einnig oft aðra greiningu, til dæmis oflætis/depurðarröskun (bipolar) en einkennin geta líkst ADHD. Oft er óróleiki og eirðarleysi fremur talið einkenni um oflæti en ofvirkni.

Piltar leika sér oft margir saman í hóp, einbeita sér að áþreifanlegum hlutum og berjast stöðugt um að vera „aðal“. Stundum gengur mikið á en þeir geta líka verið rólegir í t.d. tölvuleikjum o.þ.h. Piltarnir ræða á jarðbundinn hátt um það sem þeir eru að gera.

Stúlkur þroskast á annan hátt, þær ræða um reynslu sína og viðbrögð í samverunni á mun óhlutbundnari hátt.

Stúlkur með ADHD eru að ýmsu leyti ólíkar stallsysturum sínum, þær eru oft vanvirkar en stundum stjórnsamar og lenda því oft utan við óljóst félagslegt mynstur stúlknaþrópsins. Þrátt fyrir málgleðina eiga þær oft í erfiðleikum með að fjalla um tilfinningar sínar og önnur óhlutbundin viðfangsefni og þær átta sig heldur ekki á því sem ekki er sagt beinum orðum heldur bara gefið í skyn eða liggur í loftinu.

Samvera stúlkna byggist á samræðum, því að skiptast á og gagnkvæmum

samskiptum. Þær eru vakandi hver fyrir annarri, læra að lesa félagsleg tákni og ástunda oft flókið pukur með leyndarmál sem ekki síst eru til varnar gegn þeim sem hópurinn vill útiloka. Þetta er þeim nær ókleifur múr sem eiga í erfiðleikum með að finna réttu orðin eða að bregðast ósjálfrátt við. Til að bæta gráu ofan á svart eru stelpur oft tvær og tvær saman. Á ákveðnu aldurs skeiði er stúlkum mjög mikilvægt að eiga bestu vinkonu sem þær deila öllu með og hvíslast á við. Þær tala illa um aðrar stelpur og útiloka þær en gefa líka bæði af sér og þiggja. Þær berjast stöðugt um hylli annarra og skirrast ekki við að beita ósvifnum aðferðum. Baknag, afbrýðisemi og óvinátta er algeng en þær sættast líka og það oft með miklum tilþrifum. Með auknum þroska og skilningi læra þær að gera upp deilumál með því að viðurkenna mistök og biðjast afsökunar.

Stúlkur með ADHD eiga í miklum erfiðleikum með að átta sig á öllu þessu, auk þess sem þær óttast oft nándina og innileikann. Því verða þær oft utanveltu. Þær skynja það og einangra sig því oft enn frekar.

Langlete bendir á að stúlkur með ADHD eru í mun meiri hættu á að eignast barn á unglingsárum en aðrar. Aðstæðurnar valda því að þær verða oft auðvelt fórnarlamb sér eldri pilta. Þær verða oft fyrir sárum vonbrigðum og lenda í öðrum vandræðum sem erfitt getur verið fyrir þær að ráða við og átta sig á vegna félagslegs og tilfinningalegs vanþroska síns.

Félagsfærni stúlkna, 8 til 12 ára

Zalecki & Hinshaw (2004) gerðu rannsókn í hópi stúlkna í sumarbúðum í Bandaríkjunum. Þær voru á aldrinum 8 til 12 ára og um helmingur þeirra hafði ADHD-greiningu. Rannsóknin leiddi í ljós að stúlkur með ADHD með ofvirkni voru áberandi árásgjarnari en vanvirkar stúlkur með ADHD og

þær sem ekki höfðu ADHD. Þær vanvirku voru einnig árásgjarnari en þær sem ekki höfðu greiningu. Það sýndi sig líka að hópurinn hafnaði fremur þeim ofvirku en þeim vanvirku vegna slúðurs, samkeppni, afbrýðisemi o.s.frv.

Fjölskyldumynstrið er annað hjá stúlkum en piltum með ADHD. Fram kemur hjá Peris & Hinshaw (2003) að stúlkur finna fremur fyrir óánægju fjölskyldu sinnar en piltarnir. Vísindamennirnir skýrðu það þannig að athyglisbrestur væri jafn erfiður í augum foreldranna og ofvirkni. Atferli stúlkanna var einnig oft álitnið tengt gelgjuskeiðinu, auk þess sem töluverður munur er á því sem talið er eðlilegt eða afbrigðilegt atferli hjá strákum annars vegar og stúlkum hins vegar.

Langlete taldi að piltum með ADHD væri oft mun betur sinnt en stúlkum, bæði í skólanum og heima fyrir. Þetta stuðlar enn frekar að því að gera þær ósýnilegar, þótt þær glími við erfið vandamál.

Konur með ADHD

Margar rannsóknir staðfesta að fullorðnar konur með ADHD finna bæði til sektar og skammar þegar þær hugsa til ævi sinnar áður en þær fengu greiningu og meðferð. Árum saman hefur þeim fundist þær ekki duga til og vera að drukkna í álagi. Neikvæðar tilfinningar hafa skaðað sjálfsmynd þeirra varanlega og þær verða að fá aðstoð til þess að takast á við þær. Besta leiðin til þess er að fá greiningu sem allra fyrst og að gefa stúlkunum þá meðferð sem þær þarfnast og eiga rétt á, svo þær geti lifað góðu lífi með reisin.