



Viðtal við Önnu Rós Jensdóttur upplýsinga- og þjónustufulltrúa ADHD samtakanna

Segðu mér aðeins frá sjálfri þér t.d. fjölskylduhagir – hvernig tengist þú málefninu o.fl.?

Anna Rós Jensdóttir heiti ég. Ég er gift Guðlaugi Birgissyni sjúkráþjálfara. Ég er fjögurra barna móðir, þar af er eitt barnið mitt greint með ADHD. Ég gekk til liðs við samtökin þegar drengurinn minn var 4 ára gamall, en þá fékk hann umrædda greiningu. Í dag er hann rétt að verða 12 ára. Ég hef verið dugleg í gegnum tíðina að sækja það sem samtökin hafa upp á að bjóða. Get ég nefnt alla þá góðu fyrirlestra er ég hef sótt, námskeið á vegum EIRÐAR þegar sonur minn var nýkominn í skóla, sem mér fannst alveg frábært sjálfstyrkingarnámskeið fyrir foreldra ofvirkra barna o.fl.

Í hverju er starf þitt hjá ADHD samtökunum helst fólgið?

Ég varð þeirrar gæfu aðnjótandi að vera ráðin í starf fulltrúa á skrifstofu ADHD samtakanna í ágúst á síðasta ári. Ég tel það vera forréttindi að fá að starfa við þau málefni er mér eru hvað kærust. Mitt starfsvið er vítt en er þó að stórum hluta fólgið í móttöku símtala og viðtala við foreldra barna/unglinga ásamt fullorðnum með ADHD, á skrifstofu samtakanna.

Hlutverk mitt er að vera til staðar fyrir þá fjölmörgu foreldra er eiga barn/börn sem hafa fengið ADD/ADHD greiningu eða skyldar raskanir.

ADHD samtökin hafa einnig látið málefni fullorðinna til sín taka á síðastliðnu ári. Hef ég upplýst fullorðna um þá möguleika sem eru í boði, og beint þeim á réttari brautir í átt til sjálfshjálpar.

Hverju (hvaða upplýsingum) er fólk helst að leita eftir sem hefur samband við ADHD samtökin?

Foreldrar unglunga hringja í stórum meirihluta inn til okkar. Þar eru skólamálin ofarlega á baugi. Nokkuð er ljóst að grípa þarf til róttækra breytinga fyrir unglingsinn og skólakerfið. Oft koma upp krísur á milli foreldra og barns annars vegar svo barns/foreldra og skóla hinsvegar. Þegar kemur að því að unglingsurinn fer að nálgast lok grunnskólans og skólinn krefst meira af nemandanum, eru foreldrar oft í mikilli óvissu með framhaldið. Baráttan við unglingsinn

og námið verður æ erfiðari. Auka þarf stuðning skólans í efri bekkjum grunnskólans og mynda þarf traustari brú yfir í framhaldsskólann.

Hins vegar leita til ADHD samtakanna í stóru auknum mæli fullorðnir einstaklingar eins og að ofan greinir. Þar er fólk sem hefur verið í glímu, jafnvel frá því að það man eftir sér, við hluti sem þeir höfðu ekki nafn yfir, nema það man eftir sjálfu sér á skjön við normið ef svo mætti að orði komast.

Hver eru, að þínu mati, brýnustu verkefni samtakanna?

Ég tel afar brýnt að halda vel á spilunum er varðar börnin okkar og unglingsina eins og fyrr greinir. Mér finnst mikilvægt að styrkja foreldra í hlutverki sínu og bjóða upp á hverskyns sjálfstyrkingar- og stuðningsnámskeið þeim til handa. Eins tel ég nauðsynlegt að koma á fót hópum fyrir ADHD unglunga þar sem þeir hitta aðra í svipuðum sporum, því oft standa börnin okkar höllum fæti félagslega miðað við jafningja. Þau hafa gengið í gegnum margan brotsjóinn á þeirra stuttu ævi og þurfa á öllum þeim stuðningi og styrk að halda inn í framtíðina sem við mögulega getum veitt þeim.

Er eitthvað sem hefur komið þér á óvart í starfinu?

Ég hef nú lítið í handraðanum í augnablikinu, nema með hversu yndislegu starfsfólki ég vinn með! Hrefna Haraldsdóttir fjölskylduráðgjafi hjá Sjónarhóli hefur verið mér yndisleg og hjálpsöm bæði faglega og persónulega. Við höfum átt mjög gott samstarf hingað til í gegnum þá félagsmenn er hafa þurft á nánari aðstoð að halda. Það sem helst hefur kannski komið mér á óvart er hversu margir félagsmenn eru reiðubúnir til að leggja hönd á plóg við starfsemi samtakanna, en slíkt er ávallt vel séð, um næg baráttumál er að ræða sem þurfa á góðu brautargengi að halda.

Hefur þú frá einhverju persónulegu að segja sem getur gagnast foreldrum og öðrum vel?

Ég get til að mynda talað um skólamálin hjá syni mínum. Hann er nú í 6. bekk og hefur gengið á ýmsu í gegnum hans skólagöngu. Ef ég horfi á það sem við erum að gera í dag í skólanum er þar um ýmislegt að ræða sem mögulega getur gagnast öðrum nemendum.

Til að mynda á hann erfitt uppráttar í stærðfræðitímum sökum síns athyglisbrests með að einbeita sér. Við kennarinn brugðum á það ráð að leyfa honum að vera inni í kennslustund (eftir innlegg hjá kennara) að læra með tónlist í eyrun-um. Það gagnast honum vel og reiknar hann eins og herforingi. Hann fær einnig að sitja einu sinni í viku í einkakennslu

sem honum finnst ákaflega gott.

Að læra ljóð er honum ákaflega erfitt. Honum reynist erfitt að raða í tímaröð og hefur það kostað blóð, svita og tár að læra utan að eitt erindi. Þó vil ég nefna eitt, umsjónarkennarinn hans hefur sýnt honum ákaflega mikið umburðarlyndi og meðal annars tekið tillit til röskunar hans. Við höfum komist að samkomulagi að hann fái að skrifa og myndskreyta ljóðin í vinnubókina í staðinn fyrir að þurfa að læra þau öll utanbókar. Slíkt skapar minni streitu.

Langar mig líka að nefna að nú höfum við tvennt af öllu. Eitt sett af bókum heima og eitt sett af bókum í skólanum. Bækurnar voru alltaf að gleymast í skólanum eða heima. Með þessu er komið í veg fyrir óþarfa leiðindi sem kunna að skapast þegar ekki var hægt

að læra heima sökum þess að skólabækurnar gleymdust. Ég hef mætt miklum og góðum vilja af hálfu kennara og deildarstjóra í skóla drengsins. Það hefur verið okkur mikils virði.

Ég legg mig alla fram hvern dag til að koma drengnum mínum sem best til manns, því til mikils er að vinna.

Það hlýtur að vera markmið okkar allra sem foreldra að sinna börnum okkar vel hver svo sem einstaklingurinn er og hver sem vandi hans telst, þá er það og verður ávallt í verkahring okkar foreldranna að sinna börnunum okkar sem best. Gefist ekki upp þótt á móti blási, ADHD samtökin eru til staðar fyrir ykkur!

Víðtalið tók Ása Ásgeirsdóttir

Fræðslunámskeið á vegum Eirðar og ADHD samtakanna fyrir foreldra barna með ADHD og skyldar raskanir vor 2005

Námskeið fyrir foreldra grunnskólabarna í 1. – 6. bekk.

Haldið tvo laugardaga 9. og 16. apríl 2005,
Staður: Háaleitisbraut 13, fræðslusal 4. hæð.

Nánari dagskrá fyrirlestra verður auglýst síðar en þar verður m.a. fjallað um :

- Einkenni athyglisbrests og ofvirkni
- Lyfjameðferð og orsakir
- Ofvirka barnið og fjölskyldan
- Hegðunarerfiðleika og hegðunarmótandi aðferðir
- Ofvirka barnið í skipulögðu umhverfi
- Félagsleg samskipti barna
- ADHD og nám
- Kennsla nemenda með ADHD

Vinsamlegast tilkynnið þátttöku á skrifstofutíma félagsins í síma 581 1110 fyrir 1. apríl nk. opið alla virka daga frá kl. 13 - 15, eða í netpósti á adhd@adhd.is

Námskeiðsgjald:
Skuldlausir félagar
Aðrir

Einstaklingur:
kr. 9.000
kr. 12.000

Hjón:
kr. 12.000
kr. 16.000

Námskeiðsgjald þarf að greiða fyrirfram, hægt er að leggja inn á reikning ADHD samtakanna 0526 - 26 - 431202 kt. 590588-1059