

Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD)



Mijn kind rent van de ene activiteit naar de andere activiteit.

Mijn kind kan nooit eens zijn eten aan tafel opeten.

Mijn kind kan niet zijn aandacht bij zaken houden.

Ouders vragen zich vaak lange tijd af of het gedrag van hun kind wel normaal is. Wat verwarrend kan zijn, is dat het gedrag van kinderen met ADHD per periode en ook per dag sterk kan wisselen. Dat brengt de ouders vaak aan het twijfelen. Soms wachten ouders te lang met het inroepen van hulp en laten ze zich teveel geruststellen door de omgeving dat het kind er wel overheen zal groeien.

Wat is ADHD?

ADHD (Attention Deficit Hyperactivity Disorder) is een aandachtstekort-stoornis met hyperactiviteit. Voorheen werd het ook wel MBD (Minimal Brain Dysfunction) genoemd. Bij deze kinderen komen er teveel prikkels tegelijk aan informatie binnen, waardoor zich vaak concentratiestoornissen voordoen. Hyperactiviteit, problemen met de fijne motoriek, omgang met andere kinderen, het leren op school en spraakachterstanden, zijn dan ook over het algemeen de kenmerken van ADHD. Naar schatting heeft 3 tot 5 procent van de Nederlandse kinderen ADHD. Het is dan ook een hardnekkig misverstand dat de stoornis ontstaat door een tekort aan aandacht van de ouders. ADHD is een biologische stoornis die voor een gedeelte erfelijk is bepaald. De hersenen reageren anders dan normaal, vooral in het deel waar ordenen van prikkels plaatsvindt. Kinderen en volwassenen omschrijven hun stoornis veelal als “een enorme chaos in mijn hoofd”.

Eigenlijk zijn er twee typische trekken. Ten eerste zijn kinderen met ADHD veel gevoeliger dan andere kinderen. Ze reageren sterker, sneller en emotioneler op nieuwe en wisselende prikkels uit hun omgeving waar ze bijvoorbeeld nog niet aan gewend zijn. Ten tweede hebben ze nogal eens moeite met bepaalde vaardigheden en het begrijpen van bepaalde soorten prikkels. Vaak hebben deze kinderen ook nog een achterstand op sociaal en emotioneel gebied. Zonder dat ze het zelf in de gaten hebben, reageren deze kinderen anders op bepaalde prikkels en gebeurtenissen. Hierdoor kunnen ze nog wel eens verkeerd begrepen worden. Maar kinderen met ADHD kunnen ook spontaan en open zijn, een enorme creativiteit hebben, energiek en enthousiast zijn, humor hebben, gevoelig en zorgzaam zijn en een goed inlevingsvermogen hebben.

Wat is ADD?

Vaak wordt gezegd: ADD is als ADHD, maar dan zonder de H van Hyperactiviteit. Kinderen met ADD kunnen omschreven worden door onder andere: te stil en angstig gedrag, dromerigheid, passief, teruggetrokken, gebrek aan zelfcontrole en een traag leertempo.

Onderzoek

Trivers kan een individueel onderzoek uitvoeren bij uw kind. De vaststelling van een eventuele ADHD-diagnose gebeurt op gedragsniveau. Een dergelijk onderzoek is uitgebreid en bestaat uit de volgende onderdelen:

- Een anamnese: een gesprek met ouders over de geschiedenis van uw kind vanaf de zwangerschap tot nu
- Vragenlijsten ingevuld door u en de school
- Een intelligentieonderzoek
- Een (spel)observatie en/of observatie in de klas
- Eventueel neuropsychologisch onderzoek
- Schoolinformatie

Begeleiding

Trivers kan voor u en uw kind passende begeleiding bieden. Vanuit wensen en mogelijkheden bekijken we of een individuele training geschikt is of dat een groepstraining een goede ondersteuning zou kunnen bieden.

Individuele begeleiding:

- Psycho-educatie voor uw kind: We werken praktisch aan zaken zoals: Wie ben ik? Wat zijn mijn mogelijkheden en beperkingen? Wat betekent dit voor mij?
- Psycho-educatie voor uzelf of eventuele broertjes of zusjes. Er wordt uitleg gegeven over ADHD, de specifieke mogelijkheden en beperkingen van uw kind.
- Aanleren van praktische vaardigheden zoals vaardigheden op sociaal gebied, rondom het leren (plannen, organiseren), etc.
- Samen zoeken naar vrijetijdsbesteding afgestemd op de mogelijkheden en beperkingen van uw kind.

Groepsbegeleiding:

De training voor uw kind is opgebouwd uit 10 sessies van elk 75 minuten, in groepjes van 5 tot 8 kinderen. Uw kind leert om zijn aandacht ergens op te richten; hij leert door middel van ontspanningsoefeningen hoe hij rustiger kan worden. Ook leert uw kind zelf oplossingen voor problemen te zoeken.

Parallel aan de kindtraining loopt een training voor de ouders. Deze training bestaat uit 4 bijeenkomsten van 2 uur. U krijgt tijdens de bijeenkomsten een reëel beeld over de ADHD-problematiek. U leert reële doelen te stellen aan uw kind; u leert specifieke opvoedingsvaardigheden aan en u leert principes uit de meditatietherapie toe te passen.

Zowel voor het kind als de ouders wordt gewerkt met de gedragstherapeutische benadering.

Indien gewenst kan Trivers u ondersteunen in de aanvraag van een Persoongebonden budget (PGB) om bovenstaande begeleiding vergoed te kunnen krijgen.

Graag verwijzen we u voor verdere informatie naar “links”, welke u vindt op onze website onder het kopje “Trivers”.