# Mennesker med udviklingshandicap og ADHD

Gaia Nedergaard, psykolog

# Program for workshop om ADHD hos udviklingshandicappede

- 1. Oplæg: Udviklingshandicappedes sårbarhed for psykiske lidelser
- Kendetegn ved ADHD for normaltbegavede (ASRS-screening)
- 2.Oplæg: Kendetegn ved ADHD med udviklingshandicap
- 3.Oplæg: Pædagogiske tiltag: Rammer og strategier for at deltage

Demo af screening for ADHD ved udviklingshandicap (DIVA)

# 1. oplæg: Udviklingshandicappedes sårbarhed overfor psykiske lidelser

- Nu kommer jeg ind på:
- Grader af udviklingshæmning
- Hvilke funktioner er nedsat intellektuelt set og følelsesmæssigt set, når man har et udviklingshandicap?
- Hvorfor er udviklingshæmmede mere sårbare for psykiske lidelser?

# Grader af udviklingshandicap

- IK 70-85: Inferioritas /Letteste grad af udvikingshandicap ( 10-12 år)
- IK 50-69: Lettere grad af udviklingshæmning (6-10 år)
- IK 49-35: Middel grad af udviklingshæmning (3-5 år)
- IK 34-20: Sværere grad af udviklingshæmning (1-3 år)
- IK under 20: Sværeste grad af udviklingshæmning (0-1 år)

- Ofte stor forskel på de sproglige og ikke sproglige niveauer. (skæv profil)
- Hvor ligger de borgere, du arbejder med IK- mæsssigt?

# Hvad er nedsat intellektuelt set?

- **På det kognitive område**:
- Nedsat evne til at tænke abstrakt og forstå abstrakte begreber
- Nedsat evne til at skabe overblik over oplevelser
- Nedsat evne til at forstå sociale sammenhænge
- Generelt nedsatte eksekutive funktioner

- Hvad betyder det, at du skal gøre?

# Hvad er nedsat intellektuelt set?

- **De nedsatte eksekutive funktioner:**
- Svært ved planlægning og overblik
- Svær ved at komme i gang med tingene
- Svært ved at fordybe sig
- Svært ved at være fleksibel
- Svært ved at huske
- Svært ved at være opmærksom
- Svært ved at hæmme sine impulser

# Hvad er nedsat følelsesmæssigt set?

**På det følelsesmæssige område:**

- Nedsat evne til at regulere følelser
- Nedsat evne til indlevelse og til at forstå andre
- Følelsesmæssig og personlig umodenhed
- Sårbarhed overfor psykiske lidelser

# Øget sårbarhed overfor psykiske lidelser

- Generel ses en øget hyppighed af psykiske lidelser ved udviklingshæmning , undersøgelser viser 30-50%.
- Jo sværere udviklingshæmning, desto større sandsynlighed
- Mange mennesker med udviklingshæmning har særlige tidlige opvækstvilkår, som forøger sårbarheden for psykiske symptomer
- Kognitive vanskeligheder giver øget sårbarhed for at blive ramt af uhåndterbar belastning. Markant overhyppighed af affektive lidelser
- Det kan være svært at vurdere, hvilke krav og forventninger mennesker med udviklingshæmning vil kunne honorere

# Øget sårbarhed overfor psykiske lidelser

- Afklaring af, om der udover udviklingshæmning er tale om en psykisk diagnose
- Overskygning:  Lav begavelse/ lav IQ  medfører ofte, at psykiske lidelser overses/ bortforklares
- Udviklingshæmmede der integreres i alm. folkeskole overbelastes ofte i skolesystemet, risikerer mobning og nederlag
- Udviklingshæmmede har ofte svært ved at klare både at bo selv og/eller at gå på arbejde, og reagerer med belastningssymptomer ( angst og depression)

# LAV ASRS

- Kryds af hvilke udsagn der passer på dig
- Bare rolig, du behøver ikke vise det bagefter. Det er kun en øvelse
- Vi er ikke i gang med at diagnosticere dig eller din kollega
- **Points**: tæl skemaerne A og B sammen hver for sig
- 0-16 point i opmærksomhedsforstyrrelse eller hyperaktivitet/ impulsivitet: Usandsynligt at du har ADHD
- 17-23 point: Sandsynligt
- 24 points eller mere: Meget sandsynligt

# 2. oplæg: ADHD og udviklingshandicap

- Nu kommer jeg ind på:
- Hvad der kendetegner ADHD
- Hvad der kendetegner ADHD hos udviklingshandicappede i forskellige grader af nedsat IK

# Mennesker med ADHD er forskellige

- Alligevel har de nogle karakteristika, som gør at der er udviklet redskaber, der kan bruges bredt.
- Alle med ADHD har styrker, som kan bruges positivt, hvis de får plads til at vise det.
- De har andre behov og krav, for at få en samtale / en opgave/ en arbejdsdag til at fungere.
- Det er vigtigt at kende undergruppen af ADHD - er der tale om opmærksomhedsvanskeligheder, hyperaktivitet, impulsivitet eller en kombination?  Ved udviklingshandicap er det afgørende at kende graden af IK-nedsættelse for at kunne tilpasse rammer og pædagogik.

# Kendetegn ved ADHD (Alle Drenge Har Det?)

**Flere diagnoser**

- Forstyrrelse af aktivitet og opmærksomhed
- Opmærksomhedsforstyrrelse uden hyperaktivitet og impulsivitet (Den langsomme form, ADD)
- A – attention (opmærksomhed, koncentration, afledelighed og impulsivitet)
- D – deficit (mangelfuld)
- H – hyperactivity (hyperaktivitet)
- D – disorder (forstyrrelse)

# Kendetegn ved ADHD

**Opmærksomhedsvanskeligheder:**

- Vedholdenhed/ koncentration over tid
- Samtidighed/ eller kun en ting af gangen
- Arbejdshukommelse: glemsomhed, glemmer at høre efter
- Tankeflugt
- Distraheres let
- Svært ved at planlægge og organisere
- Forandringsevne/ at kunne skifte fokus

# Kendetegn ved ADHD

**Hyperaktivitet**:

- Svært ved at holde sig i ro, motorisk urolig/mental rastløshed, snakker hele tiden, er i gang hele tiden, konstant følelse af rastløshed,
- Ved sansemæssig overstimulering: nedlukning af systemet, forvirring, overfokus på detaljer
- Eller det modsatte: hypo-aktivitet, mangler initiativ, virker drømmende, synker ind i sig selv, stille, svær at føre en samtale med, søvnig, keder sig, bliver trist
- For nogle er det situationsbestemt om man er hyper-eller hypoaktiv

# Kendetegn ved ADHD

**Impulsivitet**

- Svært ved at vente på tur,
- afbryder andre,
- handler uden at tænke først
- kommer let i konflikt med andre,
- svært ved at styre følelser,
- meget behovsstyret,
- agerer mere på følelser end på refleksioner,
- finder kun ro ved lystbetonede aktiviteter fx computerspil

# ADHD og udviklingshandicap

- IQ området 70-84 (Inferioritas) –> 3% har ADHD
- IQ området 50-69 (lettere mentalt retarderede 85%). Mental alder 9-12 år. –> 12% har ADHD
- IQ området 35-49 (moderat udviklingshæmmet 10%). Mental alder 6-9 år. –> 25% har ADHD
- IQ område 20-34 (svært udviklingshæmmet 3-4%). Mental alder 3-6 år. –> 33%har ADHD
- IQ området under 20. Mental alder 0-3 år -- 50% har ADHD

Kilde: Seager og O´ Brien 2003

# ADHD og udviklingshandicap

- Sammenligne med andre udviklingshandicappede på samme udviklingsniveau,
- Udviklingshandicappede kan være urolige, afledelige og  impulsive og det kan være svært at skelne, hvad der er ADHD og hvad der er udviklingshandicap
- Det handler ofte ikke om udviklingshæmning eller ADHD, det handler om at de har begge dele, altså comorbiditet i stedet for differential-diagnostik
- ADHD viser sig ofte ved uro og udadreagerende adfærd, når de på trods af et meget stramt miljø stadig har en meget lav frustrationstærskel,

# ADHD og udviklingshandicap

- Udviklingshæmmede er dårlige til at selvrapportere og har brug for, at der er nogen, der kan lave observationer og beskrive dem
- De er svære at fastholde i aktivitet, er hele tiden på vej videre er et kernesymptom for udviklingshandicappede med ADHD
- Ofte er der allerede lavet de pædagogiske rammer, der skal til, så det er det medicinske, der er brug for
- Mange får allerede flere slags medicin på en gang, som ikke virker, det kan også give mistanke om ADHD.
- Hvis presset er for hårdt, virker den medicinske behandling ikke
- Magtanvendelser falder i antal ved de rigtige rammer og medicinering

# ADHD og udviklingshandicap

- **Impulsivitet børn/udviklingshæmmede:**
- Skal overvåges
- Humøret skifter ofte
- Buser ud med svarene
- Kan ikke vente på tur
- Er påtrængende og afbryder andre
- Overdrevent indtag af stimulanser

- **Impulsivitet voksne normaltbegavede:**
- Er irritabel og bliver let vred
- Skifter job/parforhold impulsivt
- Kører for stærkt og forårsager ofte trafikulykker
- Overdrevet indtag af stimulanser/ i fare for misbrug

# ADHD og udviklingshandicap

- **Hyperaktivitet børn/udviklingshæmmede:**

- Er rastløs, urolig, vrider sig på stolen, prøver at slippe ud
- Løber og klatrer overdrevent
- Går fra den ene aktivitet til den anden
- Taler umådeholdent

- **Hyperaktivitet hos voksne normaltbegavede:**

- Har en indre rastløshed
- Har evt. et selvvalgt aktivt arbejde
- Virker overvældende i selskab med andre, dominerende
- Taler umådeholdent

# DIVA - Interview med en kollega omkring en valgt borger med mulige ADHD-træk

Med et udviklingshandicap skal man IKKE kunne:

01) Være opmærksom på detaljer og undgå at lave sjuskefejl i aktiviteter

04) Gøre alle opgaver færdige, som man er begyndt på

05) Selvstændigt planlægge og organisere nye opgaver og aktiviteter

06) Fordybe sig i længere tid i opgaver, der kræver vedvarende koncentration

Det er kun normaltbegavede, der skal kunne det, og hvis man ikke kan det, er det mulige tegn på en opmærksomhedsforstyrrelse. Udviklingshandicappede diagnosticeres meget sjældent med ADD

# Rammer og redskaber

- I dette oplæg vil jeg ultrakort komme ind på:
- Fremtrædende vanskeligheder
- Rammer og redskaber
- Jeres pædagogik

# Fremtrædende vanskeligheder ved ADHD

- 1) Manglende evne til målrettet adfærd (skab overblik)
- 2) Manglende evne til tidsstyring (alarmer)
- 3) Vanskeligheder ved at fastholde opmærksomheden( visuel støtte)
- 4) Taler ofte meget og ud af en tangent (lav en kontrakt)

- Øvelse: Tal sammen to og to om hvilke vanskeligheder, I er stødt på hos borgere med ADHD, som har givet jer vanskeligheder, og hvad man kan gøre pædagogisk?

# Rammer og redskaber

**Målrettet adfærd**

- Tydeligt overblik over planer, der skal udføres af borger.
- Teknikker til at fastholde en intention: Hvem, hvad, hvornår, hvordan, hvor. En ting af gangen. Færdiggør en plan, opgave, før en ny plan/ ide påbegyndes. Som medarbejder/ coach sørge for at holde borgeren på sporet.

**Tidsstyringsredskaber**

- Prioritering af mål, blive realistisk, nedsætte ambitionsniveauet.

**For høj eller for lav aktivitet**

- Pauser. Fysiske strategier. Korte moduler. Afveksling. Balance så der ikke sker over eller understimulering.

# Rammer og redskaber

**Svært ved at holde fokus**

- Gøre instruktioner visuelle. Fjerne distraktioner. Sidemandsoplæring.
- En ting af gangen. Afgrænsede opgaver. Repeter, lad borger opsummere. ”En fast makker.”

**Taler overdrevent meget**

- Kontrakt

**Temperament der blusser op ved frustrationer**

- Tænke ret konkret, har brug for direkte beskeder. Uskrevne regler kan være svære at forstå, da personen ikke altid fanger det usagte i en besked. Beskeder skal være korte og klare. Brug ikke ironi, da personen muligvis tager det sagte for pålydende.