

ADHD-handbókin

Ingibjörg Karlsdóttir í samvinnu við Ellen Calmon. (2013). *ADHD og farsæl skólaganga: Handbók*. Reykjavík: Námsgagnastofnun. 65 bls. Myndskreytingar eftir Sigrúnu Eldjárn.

Börn sem eiga erfitt með að halda athygli við leiki, verkefni og nám, virðast ekki hlusta þegar talað er beint til þeirra; fylgja ekki fyrirmælum til enda og ljúka ekki við verkefni; eiga erfitt með að skipuleggja verkefni og athafnir, áætla tíma, forgangsraða og koma sér að verki; forðast viðfangsefni sem krefjast mikillar einbeitingar, týna og gleyma. Allt eru þetta lýsingar á hegðun barna og fullorðinna sem við þekkjum. En í þessari bók er fjallað um aðstæður þegar slík hegðun verður barninu og samferðafólki þess til ama; þá heitir það ADHD. Börn með ADHD eru sífellt á ferðinni eða á iði, tala mikið, eru hvatvís, grípa fram í og framkvæma án þess að hugsa. Kennurum er nokkur vandi á höndum að ná árangri með slíka nemendur í skóla án aðgreiningar.

EFNI BÓKARINNAR

Bókin fjallar um viðhorf til nemenda með ADHD; um orsakir, einkenni, tíðni og fylgiskapir; um greiningu og meðferð og um kennslu grunnskólanema með ADHD. Sérstakir kaflar fjalla um unglunga með ADHD. Að lokum eru kaflar um þverfaglega teymisvinnu. Í inngangi er tónninn sleginn: „Viss hegðunareinkenni koma oft fyrst fram hjá börnum með ADHD þegar þau byrja í skóla...“ Starfsmenn skóla þurfa því að læra að skilja og vinna með nemendum sem hafa fengið slíka greiningu á annan hátt en með öðrum nemendum:

Fyrst og fremst ætti að líta á greiningu á ADHD sem vegvísi að viðeigandi fræðslu, meðferð og úrræðum sem snúa að barninu og nærumhverfi þess ... Í uppeldi og skólastarfi er nauðsynlegt að virkja á jákvæðan hátt áhuga þeirra og kraft, viðurkenna frávik þeirra í þroska og mæta þeim þar sem þau eru stödd (bls. 5–6).

Áherslan í þessari bók er því á uppeldi og kennslu nemenda með ADHD í skóla án aðgreiningar. Sérstök áhersla er lögð á viðhorf þeirra sem umgangast nemendur:

Að starfsmenn láti sig málefni þeirra varða, leggi sig fram um að tala opinskátt og jákvætt um ADHD, dýpki skilning sinn á röskuninni og eigi farsælt samstarf við fjölskyldur þeirra (bls. 6–7). Allt á þetta vitaskuld jafnvel við um alla nemendur svo að hugmyndir sem fram eru settar þarna koma að gagni í almennri kennslu. Teikningar Sigrúnar Eldjárn af börnum og fullorðnum í bókinni eru í samræmi við þann boðskap bókarinnar að jákvætt viðhorf umhverfisins skipti meginmáli.

Tilgangur bókarinnar, eins og segir í inngangi og á bakkápu, er að „dýpka skilning þeirra sem starfa með nemendum með ADHD, einkum á grunnskólastigi, og benda á leiðir til að mæta þörfum nemenda í samstarfi við foreldra og þjónustustofnanir ríkis og sveitarfélaga.“ ADHD-handbókin ætti því að vera helsta leiðarhnoða þeirra sem starfa með nemendum sem fengið hafa þessa greiningu.

Þetta er handbók því hún hefur að geyma upplýsingar um flest það sem kennarar og aðrir starfsmenn skóla, einkum grunnskóla, þurfa á að halda ef þeir fá í hendur nemanda sem hefur verið greindur með ADHD. Sérstök áhersla er lögð á félagsfærni unglinga með ADHD, ekki síst stúlkna, teymisvinnu starfsmanna og samstarf við foreldra. Að öðru leyti er ekki áhersla á eina leið fremur en aðra heldur reynt að nálgast málið á sem fjölbreytilegastan hátt, bjóða nemendum upp á val um margvíslegar leiðir. Það er því farið yfir mikið efni á fáum blaðsíðum og fátt sem ekki leynist í bókinni sem máli skiptir um ADHD fyrir íslenska kennara og foreldra. Hér eru listar yfir það sem gera má eða gera þarf við hinar ýmsu aðstæður: við skipulag í skólastofu, við aðlögun náms og kennslu, við námstækni og námsmat og við hegðunarmótun og bekkjarstjórnun. En fyrst og fremst er áherslan á að benda á leiðir sem kunna að henta betur einstökum nemendum og byggjast á hæfni þeirra í stað hefðbundinna kennsluaðferða sem byggjast á munnlegum fyrirmælum og sem leggja áherslu á að berja í brestina eða námsaðferða sem felast í því að sitja kyrr og skrifa með blýanti á blað. Vinnan verður þannig fjölbreyttari að því er varðar skilningarvit, hjálpargögn, vinnubrögð, verkefnaskil o.s.frv. Í þessa bók geta kennarar sótt hugmyndir um fjölmörg atriði er varða nám og kennslu nemenda almennt ekki síður en nemenda með ADHD.

Kerfið getur verið frumskógur þegar um er að ræða að finna lausnir á vanda skólubarna. Annars vegar þarf að kanna hvaða möguleikar eru fyrir hendi; hins vegar þarf að snúa sér rétt í því að fá lausnir til að virka. Margir foreldrar hafa þurft að beita sér persónulega til að fá fyrir barn sitt þá þjónustu sem það á rétt á. Því er hagkvæmt að hafa hér á einum stað yfirlit yfir fjölmargar mögulegar lausnir sem henta ekki bara börnum með ADHD heldur flestöllum. Hér er gátlisti yfir það sem gera þarf, listi yfir þjónustuaðila og yfirlit yfir fræðsluefni af ýmsu tagi auk fræðilegra heimilda. Aftast eru svo dæmi um eyðublöð sem nota má sem gátlista, til samningagerðar, til minnis og mats og til áætlunargerðar. Bent er á gagnlegar vefsíður auk þess sem ítarlegur listi yfir fræðilegar heimildir fylgir. Allt þetta er ómissandi leiðsögn í dagsins önn.

FRÆÐILEGAR FORSENDUR

Það er mikilvægt að skoða hvaða viðhorf og fræðilegu hugmyndir móta efnisval og efnismeðferð bókarinnar. Bókarheitið vekur strax spurningu um hvað ADHD sé en

skýringu er ekki að fá fyrr en á bls. 7. Þó er athyglisbrestur og ofvirkni nefnd á bls. 5 en ekki skýrt hvers vegna þessi skammstöfun er notuð yfir það fyrirbæri fremur en t.d. AMO sem áður hefur verið notað í þessu skyni á íslensku fyrir athyglisbrest með ofvirkni (Ragna Freyja Karlsdóttir, 2001). Því verður að skilja þetta sem eitt skref í viðbót í innleiðingu engilsaxneskrar skammstöfunarhefðar hér á landi. Það á eflaust jafnframt að áréttta alþjóðlega, viðurkennda stöðu þessarar röskunar (skert stýrifærni heilans) en höfundur skýrir heitið ekki frekar.

Í samanburði við þau siðferðilegu skilaboð sem fram koma í *Ofoirknibókinni* eftir Rögnu Freyju Karlsdóttur (2001) er boðskapurinn í þessari bók mun atferlisfræðilegri, enda byggt í mun meira mæli á bandarískum leiðbeiningum (sjá tilvísanir og heimildaskrá í bókinni). Raunar eru fræðilegar skýringar höfundar gott dæmi um þá sjúkdómsvæðingu hegðunar sem náð hefur yfirhöndinni í skólakerfinu þar sem hún hefur tekist á við siðferðilega uppeldisfræði um áratuga skeið hér á landi sem erlendis. Hugmyndin er sú að afsiða hegðun barnsins með því að skilgreina hana sem afleiðingu líffræðilegra ferla og þar með kippa henni inn fyrir múra læknisfræðilegs hugmyndaheims og opinbera heilbrigðiskerfisins þar sem gilda önnur og síður siðræn lögmal en í skólakerfinu. Þar með er hegðunin ekki sök barnsins eða foreldranna heldur, eins og segir í inngangi: „Sökum hvatvísi er börnum með ADHD hættara við að lenda í aðstæðum sem erfitt er fyrir þau að koma sér út úr“ (bls. 5). Þetta er gott og gilt viðhorf þar sem áhrifavaldar eru ótvíræðir en það á því miður ekki við hér.

Þótt reynt sé að sannfæra lesendur um að orsakir séu líffræðilegar (bls. 10) er meginrými bókarinnar samt varið í umfjöllun um kennslu eins og fram hefur komið. Hugmyndirnar eru hagnýtar og lögð er áhersla á árangur og skilvirkni. Hér eru fyrir mæli um stjórnun fremur en leiðbeiningar um samvinnu, viðmót og samskipti; áherslan er á beina kennslu og þjálfun fremur en að námið og hegðunin sé á ábyrgð einstaklingsins. Það sem skiptir sköpum er þó vitaskuld framkvæmdin, því að úr öllum þessum hugmyndum er hægt að vinna í góðu samstarfi við nemendur eða þær geta verið alfarið á hendi kennarans að stjórna. Eins er mikilsvert að hafa í huga það sem höfundur tekur fram, að hver nemandi er ólíkur öðrum og því þarf að miða nálgunina við hvern og einn.

BARÁTTAN UM LÖGMÆTIÐ

Á innkápu kemur fram að handbókin sé tekin saman hjá Námsgagnastofnun

að beiðni samráðshóps um aðgerðaáætlun í þágu barna og ungmenna. Samráðshópurinn starfaði á vegum velferðarráðuneytisins, í samstarfi við mennta- og menningarmálaráðuneytið, fjármálaráðuneytið og Samband íslenskra sveitarfélaga ...

Hér er lögmati bókarinnar áréttað. Segja má að þetta nálgist það að tryggja henni stöðu námskrár fyrir opinbera skóla, enda er henni dreift endurgjaldslaust í alla grunnskóla. Auk þess er hún byggð á meistaraprófsritgerð höfundar í lýðheilsufræði við Háskólann í Reykjavík þar sem hún hefur fengið fræðilegt mat. Höfundur er starfandi félagsráðgjafi við BUGL og fyrrverandi formaður ADHD-samtakanna. Annar

höfundur, Ellen Calmon, er núverandi framkvæmdastjóri. Það getur talist grafa nokkuð undan fræðilegu hlutleysi bókarinnar að hún er unnin í samstarfi við ADHD-samtökin, sem eru hagsmunasamtök áhugamanna um ADHD, en þar vegur upp á móti að sérkennsluritstjóri Námsgagnastofnunar er skráður ritstjóri bókarinnar og margir sérfræðingar, foreldrar og „greindir“ einstaklingar hafa komið að gerð hennar.

Helst til langt er seilst til að sannfæra lesendur um trúverðugleika þess sem haldið er fram: „rannsóknarniðurstöður um réttmæti [ADHD] standa ... á traustari grunni en rannsóknir á flestum öðrum geðröskunum“ (bls. 8) vegna þess hversu margar rannsóknir hafi verið gerðar á fyrirbærinu. En fjöldi rannsókna skiptir minna máli en niðurstöður þeirra þegar réttmæti á í hlut eins og krabbameinsrannsóknir eru vísending um. ADHD er lítt skilið fyrirbæri þó að ámóta hegðunarmynstur hafi verið þekkt meðal barna í a.m.k. 100 ár og umtalsverðar rannsóknir hafi farið fram á því undanfarna áratugi. Orsakir, einkenni, áhrifaþættir, nýgengi og áhrifarík meðferð eru ekki ótvíræð um ADHD fremur en svo marga aðra mannlega kvilla eða „raskanir“, eins og raunar er viðurkennt annars staðar í bókinni (bls. 10). Því ber að taka með fyrirvara fullyrðingar um réttmæti, lögmæti og orsakasambandi í rannsóknarniðurstöðum að því er varðar ADHD. Þar mætti stíga varlegar til jarðar.

Meginskilaboð bókarinnar eru þau að það mundi bæta líf nemenda með ADHD til muna ef viðhorf til þeirra væru jákvæðari og byggð á þeirri þekkingu að ADHD sé þroskafrávik af líffræðilegum toga og sjónum beint að styrkleikum einstaklinga. Þessi sterki undirliggjandi boðskapur er skiljanlegur í ljósi þess að viðbrögð umhverfisins við hegðun eru afar menningar- og aðstæðubundin og breytileg milli skóla, en viðhorf virðast skipta sköpum um hvort litið er á slíka nemendur sem vandamál eða viðfangsefni (sjá t.d. Ingvar Sigurgeirsson og Ingibjörgu Kaldalóns, 2006). Ef sannfæra þarf kennara og foreldra um gildi slíkra viðhorfa og þekkingar er skiljanlegt að mikið sé lagt upp úr því að gera trúverðugleika bókarinnar sem mestan.

SAMANTEKT

ADHD-handbókin er gagnlegt rit fyrir alla kennara og foreldra, háskólanema í uppeldis- og kennslufræðinámi, þroskaþjálfara og námsráðgjafa í leik-, grunn- og framhaldsskólum. Bókin á sem sagt ekki bara erindi við þá sem fjalla um og umgangast grunnskólanemendur með ADHD heldur öll börn og fullorðna sem stríða við erfiðleika af ámóta tagi. Hafa þarf í huga að nálgun bókarhöfundar, sem leggur áherslu á greiningarviðmið, minnislista, beina þjálfun, skilvirkni og árangur, er ekki sú eina sem kemur til greina, en hún mun henta fjölmörgum við ýmsar aðstæður. Helsta gildi bókarinnar er einmitt sá fjöldi hugmynda sem safnað hefur verið saman og þýddur á íslensku og þær upplýsingar um stofnanir og félagasamtök sem geta komið að góðu gagni í daglegu skólastarfi.

Heimildir

- Ingvar Sigurgeirsson og Ingibjörg Kaldalóns. (2006). „Gullkista við enda regnbogans“: *Rannsókn á hegðunarroanda í grunnskólum Reykjavíkur skólaárið 2005–2006*. Reykjavík: Rannsóknarstofnun Kennaraháskóla Íslands.
- Ragna Freyja Karlsdóttir. (2001). *Ofvirknibókin: Fyrir kennara og foreldra*. Kópavogi: Höfundur.

UM HÖFUNDINN

Gretar L. Marinósson (gretarlm@hi.is) er prófessor við Menntavísindasvið Háskóla Íslands. Hann lauk bakkalár- og meistaraprófi í sálfræði við Victoria University of Manchester og sérnámi í skólasálfræði við sama háskóla árið 1971. Síðan lauk hann doktorsprófi í menntunarfræði við Institute of Education, University of London árið 2002. Hann starfaði sem kennari og skólasálfræðingur í Englandi og á Íslandi í mörg ár en hefur starfað við Kennaraháskóla Íslands og Menntavísindasvið Háskóla Íslands frá 1987 þar sem hann sinnti kennslu í sálfræði og sérkennslu og hafði umsjón með námi sérkennara í 17 ár. Sérsvið hans hafa verið félags- og tilfinningaerfiðleikar, sérkennsluþarfir barna og nám án aðgreiningar. Hann hefur einnig rannsakað kennslu til læsis og nám nemenda með þroskahömlun.