

The background is a dark teal color with a stylized, high-contrast image of a cityscape, including a prominent building with many windows. Overlaid on this are white decorative elements: swirling lines, circles of various sizes, and stars. A white-bordered, light blue rounded rectangle is tilted in the center, containing the text.

ADHD OG DRENGE

FØRØRD

04

Hvad er
ADHD?

07

HVORDAN
viser ADHD
sig hos drenge?

08

ADHD
hos mindre
drenge

10

ADHD
hos store
drenge og
unge voksne

12

Almindelige
følgetilstande

14

Behandlings-
muligheder

17

ANDRE
støttende
tiltag

18

Vanskeligheder
og risici i
**VOKSEN-
LIVET**

20

Hvor finder
jeg mere
VIDEN?

23

FØRØRD

ADHD er en hyppig lidelse hos både drenge og piger. Det anslås, at 2-5% af alle børn er udfordret af ADHD symptomer i lettere eller sværere grad.

Forskning tyder på, at ADHD er lige hyppig hos drenge og piger. Alligevel opdages og diagnosticeres ADHD ca. 2-3 gange så hyppigt hos drenge som hos piger.

Drenge med ADHD er lige så forskellige som andre børn. Alligevel er der nogle fællestræk hos drenge med ADHD, som kræver forståelse og nogle gange også egentlig behandling. Derfor er det vigtigt, at drenge med ADHD opdages og forstås ud fra deres vanskeligheder og ikke bare opfattes som drenge, der ikke kan sidde stille, ikke kan lære og som altid kommer op at slås.

Hensigten med denne pjece er:

- at beskrive fællestræk og udfordringer for drenge med ADHD
- at beskrive forskellighederne hos drenge med ADHD
- at komme med forslag til, hvordan drenge med ADHD støttes bedst muligt til at få et godt børne- og voksenliv.





HVAD ER ADHD?

ADHD er en såkaldt neuropsykiatrisk lidelse, hvilket vil sige, at symptomerne på ADHD er forårsaget af, at børnenes hjerne er opbygget og udviklet på en lidt anderledes måde end andre børns hjerner. ADHD er meget arveligt, så det er meget sandsynligt, at der er andre børn eller voksne i barnets familie, som har lignende vanskeligheder og udfordringer.

Det antages, at ADHD symptomer er forårsaget af en forsinket modning af visse dele af hjernen, og at den primære årsag til de fleste ADHD symptomer er forårsaget af en nedsat mængde af signalstoffet dopamin i visse dele af hjernen (primært i hjernens forreste del – pandelappen).

For at få diagnosen ADHD skal man have disse symptomer:

- Koncentrations- og opmærksomhedsvanskeligheder
- Hyperaktivitet
- Impulsivitet

Symptomerne skal være til stede i flere miljøer (dvs. hyppigst både i skole og i hjemmet), og symptomerne skal have en sværhedsgrad, så de giver anledning til betydende funktionsnedsættelse.

Hvis man ikke har symptomer på hyperaktivitet og impulsivitet men "blot" svære koncentrations- og opmærksomhedsvanskeligheder, kan man have diagnosen ADD (ADHD uden hyperaktivitet).

HVØRDAN VISER ADHD SIG HOS DRENGE

ADHD er langt hyppigere hos drenge end hos piger. Dette skyldes formentligt i højere grad, at drenge med ADHD langt hyppigere opdages, udredes og diagnosticeres end piger med ADHD. Drenge med ADHD overses langt sjældnere end piger med ADHD. Og hvorfor gør de så det?

Drenge er fra naturens side mere aktive, aggressive og udfarende end de fleste piger. Typiske drengelege er mere voldsomme end typiske pigelege, og piger er ofte langt bedre end (de fleste) drenge til at lære at gå i skole, dvs. sidde stille i klassen, høre efter hvad læreren siger og lave de opgaver og hjemmeopgaver, som læreren deler ud. Derfor bliver flere piger med ADHD end drenge med ADHD overset.

Midt i alt dette glemmer man alt for hyppigt, at drenge med ADHD er ligeså forskellige som alle andre drenge i samme aldersgruppe. De bliver ofte anset for at være uromagere, være aggressive og til tider voldelige. Man glemmer, at de lige så ofte som alle andre børn gerne vil gøre det rigtige, bliver kede af det, når det ikke lykkes og meget, meget tit kommer ud i konflikter med andre børn og voksne, som gør dem kede af det og giver dem oplevelsen af, at alting mislykkes for dem. Disse drenge får alt for meget skæld ud hele vejen op i gennem barndom og ungdom.





ADHD HOS MINDRE DRENGE

5-13 år

Hos de fleste drenge med ADHD bliver symptomerne tydelige, når drengene starter i skolen. De mest tydelige symptomer hos drenge i denne aldersgruppe er den fysiske hyperaktivitet og impulsiviteten.

Drengene:

- er hele tiden i bevægelse
- kan ikke sidde stille på en stol og kommer til at fare omkring i klassen
- forstyrrer både de andre børn og underviseren
- er ofte meget impulsive
- kan umuligt vente på tur
- buser ud med svar på spørgsmål næsten inden, de er stillet.

De ved, at det forventes, at de sidder stille og rækker fingeren op, men de når ikke at tænke tanken til ende, før svaret (ikke altid det rigtige) er fløjet ud af munden på dem. De kan simpelthen ikke finde ud af det.

Impulsiviteten viser sig også i skolegården, hvor drengene reagerer på uretfærdigheder, før nogen andre har opdaget, at de har fundet sted. Dette giver ofte anledning til skænderier og slagsmål både med børn og voksne.

Nogle drenge med ADHD har så store vanskeligheder, at symptomerne er tydelige allerede i børnehavealderen. Her er drengene:

- konstant omkringfarende
- meget vanskelige at fastholde i aktiviteter
- ofte i situationer, hvor de slår de andre børn – tilsyneladende uden grund.

Af den grund bliver drengene opfattet som utilregnelige, uregerlige og voldsomme. Mange af disse drenge er også ofte meget kede af det og er meget svære at trøste.

ADHD HOS STORE DRENGE OG UNGE VOKSNE

14-25 år

Frem mod teenagealderen aftager tegnene på den fysiske hyperaktivitet tit og erstattes af en indre uro, som ikke er så tydelig for andre at se. Samtidig aftager impulsiviteten en smule hos mange unge med ADHD – eller rettere sagt, de unge mænd lærer at styre deres impulser langt bedre end tidligere. Derfor er de ydre tegn på ADHD ikke længere så tydelige for drengenes omgivelser. Nogle unge mænd med ADHD har dog vedvarende store vanskeligheder med hyperaktivitet og impulsivitet, som kan give store udfordringer langt ind i voksenalderen.

Koncentrations- og opmærksomhedsvanskelighederne forbliver ofte store hos unge med ADHD. Det gør, at de unge mænd ofte har store vanskeligheder med at leve op til de krav, der stilles for at kunne gennemføre folkeskolens afgangsprøve og en ungdomsuddannelse på almindelige vilkår – dette til trods for at de unges begavelsesniveau oftest ikke fejler noget.

Typiske vanskeligheder i ungdomsårene er:

- problemer med vedvarende koncentration til indlæring, projektarbejde, opgaveskrivning m.v.
- forstyrret døgnrytme – de unge mænd får vendt om på nat og dag
- udfordrede sociale kompetencer
- vanskeligheder med at få et begyndende kærlighedsliv til at fungere
- vanskeligheder med at styre alkoholindtaget til fester og styre uden om forbudte stoffer
- impulsivitet – som kan gøre, at unge mænd med ADHD er i risiko for at komme på kant med loven.



ALMINDELIGE

følgetilstande hos drenge og unge mænd med ADHD

1. Følelsesmæssige og adfærdsmæssige forstyrrelser

Når tingene igen og igen ikke lykkes for en, vil man have tendens til at blive ked af det og miste sit selvværd. Alternativt kan man at opgive at forsøge og i stedet udvikle en adfærd, som er i overensstemmelse med det, man kan finde ud af: at være trodsig, at slå, at stjæle osv. Ofte er der tale om en kombination af begge dele.

2. Misbrugsproblemer

Hash virker beroligende på hjernen, og mange unge mænd med ADHD oplever, at hashrygning dæmper tanker og det daglige ubehag. Desværre bevirker hashrygning også, at indlæringsevnen nedsættes, hvilket naturligvis er et stort problem i forbindelse med gennemførelse af et uddannelsesforløb.

3. Kriminalitet

Dette er ikke kun betinget af den øgede risiko for misbrugsproblemer. Der er også øget forekomst af voldskriminalitet, berigelseskriminalitet og færdselsforseelser hos unge mænd med ADHD.





BEHANDLINGSMULIGHEDER

Det anbefales i danske og internationale guidelines, at svære ADHD symptomer behandles medicinsk. Den medicinske behandling kan dog på ingen måde stå alene. Det er vigtigt, at den medicinske behandling følges op med den rette støtte i børnehave, skole og hjem, og at der samtidig gennemføres et såkaldt psykoedukativt forløb. Det vil sige, at barnet og familien undervises i, hvad ADHD er, hvad det betyder for barnet at have ADHD samt hvilken tilgang til barnet, der er mest hensigtsmæssig i forbindelse med opdragelse og skolegang mv.

Den mest almindelige medicinske behandling i Danmark er behandling med de såkaldte centralstimulerende midler. Det drejer sig her primært om behandling med

methylphenidat og dexamfetamin. Disse stoffer øger mængden af signalstoffet dopamin i den forreste del af hjernen og bidrager hermed til, at de primære ADHD symptomer dæmpes. Ca. 80-85% af alle børn med ADHD vil have gavn af behandling med centralstimulerende midler. Det er dog vigtigt at huske, at der stort set altid er bivirkninger forbundet med medicinsk behandling af ADHD, hvoraf de vigtigste er appetitnedsættelse og indsovningsvanskeligheder.

Der findes også andre medicinske præparater på det danske marked, som kan afhjælpe symptomer på ADHD. For beskrivelse af disse muligheder henvises til andre kilder end denne brochure.

ANDRE VIGTIGE NØDVENDIGE TILTAG

Det er overordentligt vigtigt at huske, at den medicinske behandling aldrig kan stå alene.

Det allervigtigste for at sikre, at en dreng med ADHD udvikler sig optimalt, er, at drengen selv og hans omgivelser (forældre, søskende, lærere og pædagoger) får en forståelse for drengens særlige udfordringer og bliver i stand til at støtte op om en positiv udvikling.

Generelt har alle børn med ADHD brug for tydelighed og struktur.

Når beskeder skal gives, er det vigtigt at:

- give dem én ad gangen og sikre, at beskeden er hørt, før man giver den næste
- have øjenkontakt med barnet, når man giver barnet beskeden.

I forbindelse med konflikthåndtering er det vigtigt at forstå, at drengen oftest ikke har gjort, hvad han har gjort,

i en ond hensigt, men oftest blot er kommet til at handle impulsivt og uhensigtsmæssigt i en uoverskuelig situation.

Derfor:

- Forsøg aldrig at tale med drengen, mens han stadig er oppe i "det røde felt".
- Vent til drengen er faldet til ro, før situationen tales igennem.
- Husk at drengen oftest selv er ked af det, han er kommet til at gøre.

I undervisningssammenhæng er en tydelig struktur af afgørende betydning:

- Brug gerne piktogrammer eller lignende til at skabe overblik over timen og dagen.
- Giv tydelig guidning igennem opgaveløsningen – meget gerne ved en-til-en støtte af en lærer eller en pædagog

- Det samme gør sig for så vidt gældende i forbindelse med opgaver i hjemmet så som at tage tøj på, komme i bad eller tømme opvaskemaskinen.

I ungdomsårene er det særligt vigtigt at være opmærksom på, at drenge med stor grad af impulsivitet og overbliksvanskeligheder har særligt høj risiko for at få misbrugsproblemer og komme til at udføre kriminelle handlinger.

Derfor:

- Støt den unge dreng i at navigere uden om problemer, som kan give vanskeligheder på længere sigt i form af manglende uddannelse, en plettet straffeattest og lignende.
- Vis forståelse for den unges særlige udfordringer.



Kontakt din kommune for at høre mere om mulighederne for bevilling af støtte-kontaktperson, familierådgivning/vejledning mv.

VANSKELIGHEDER OG RISICI I VOKSENLIVET

Drenge udvikler sig senere end piger både kognitivt (tanke- og indlæringsmæssigt) og følelsesmæssigt. Drenge med ADHD udvikler sig endnu senere end andre drenge.

1. Senmodning

Drenge med ADHD er meget ofte slet ikke klar til at stå på egne ben, når de formelt når voksenalderen. Derfor kan det være meget svært for drenge med ADHD at gennemføre en ungdomsuddannelse på almindelige vilkår. Overbliksvanskeligheder, koncentrationsvanskeligheder og vanskeligheder med at planlægge aktiviteter gør ofte, at drengene kommer bagud med opgaver, afleveringer og lignende. Noget så simpelt som at komme op og i skole kan blive et uoverstigeligt problem, hvorfor mange unge mænd med ADHD har stort fravær på ungdomsuddannelserne – måske så stort at de skal op i fuldt pensum, hvilket bestemt ikke gør situationen bedre.

**Tal med studievejlederen
på uddannelsesstedet
om mulighed for mentor-
ordning og anden støtte
til gennemførelse af
ungdomsuddannelse**

2. Impulsivitet

Mange unge mænd med ADHD har problemer med impulsivitet langt ind i voksenalderen. Dette giver store udfordringer både på arbejdspladsen og i forbindelse med parforhold senere i livet. Det er kendt viden, at mænd med ADHD oftere må skifte arbejde, oftere er arbejdsløse og oftere har flere brudte parforhold end mænd uden ADHD.

3. Misbrug og kriminalitet

Der er også langt flere mænd med ADHD, som har vedvarende misbrugsproblemer og kriminalitet i bagagen i forhold til mænd uden ADHD. Netop derfor er det vigtigt med en tidlig støttende indsats for at sikre, at drenge med ADHD får mulighed for at få et så godt liv som muligt og for at udnytte deres fulde potentiale.





HVOR KAN MAN HENTE MERE VIDEN?

ADHD-foreningen udbyder kurser for børn med ADHD og deres familier. Læs mere på **www.adhd.dk**.

Anvendelse af piktogrammer kan være en god hjælp til at skabe overblik både i hjem og i børnehave/skole. Der findes forskellige programmer, som kan købes eller downloades gratis, fx Picto Selector.

UU-vejlederen kan bidrage med stor viden om muligheder for særlige ungdomsuddannelser og muligheder for støtte til gennemførelse af uddannelse. Find din/dit barns UU-vejleder her **www.minvejleder.dk**.

I Serviceloven finder du regler for støtte til dig og dit barn med ADHD. Find Serviceloven på **www.socialstyrelsen.dk**.

Andre publikationer i serien



ADHD og misbrug



ADHD og piger



ADHD og pædagogik



ADHD og søvn



ADHD og søskende



ADHD og arbejdspladsen



ADHD og parforhold



ADHD og kost



ADHD og bedsteforældre



ADHD og trafik



ADHD og adfærd



ADHD og seksualitet



ADHD og uddannelse



ADHD og teenagere



ADHD og tid



ADHD og motivation

Kontakt os og få tilsendt
vores publikationer eller
hent dem via QR koden



Tekst af Søren Krue

Speciallæge i pædiatri og specialist i neuropsykiatriske
lidelser hos børn

Medice Nordic Denmark

Storgade 30B, 1. tv. · DK-4180 Sorø · telefon +45 5786 2525
info@medicenordic.dk · medicenordic.dk

MEDICE Nordic Denmark

— a member of —



MEDICE
THE HEALTH FAMILY