

Siri er mor til to barn med ADHD

Det set sitt preg på heile familiedynamikken at to av deira tre barn har fått denne diagnosen. Allereie då dei var små registrerte foreldra at dei to hadde ei indre uro, dei sat aldri heilt stille. Det var heile tida ein strikkmotor som gjekk og gjekk.



Siri er ikkje hennar rette namn, men av omsyn til barna er ho anonymisert.

Den yngste fekk diagnosen mykje tidlegare enn det eldre barnet. Dette barnet hadde gått fleire år på skulen før diagnosen kom på plass. Det eldste barnet kvista opp løypa slik at det gjekk raskare å få diagnosen på plass til det yngre søskenet, forklarar Siri.

Mora, som er utdanna sosionom, seier at diagnosen til det eldste barnet kom som eit sjokk, men også som ei letting. Dei fire bokstavane gav ein knagg å hengja alt det ho og mannen hadde undra seg over og ikkje forstått når det gjaldt oppførselen til barnet.

Ønsker du å lese mer om ADHD?



- [ADHD Norge](#)
- [Helsenorge.no](#)

Unødvendige dekkoperasjonar

I ettertid ser ho at omgjevnadane i for stor grad prøvde å tilpassa seg og å finna forklaringar på eldstebarnet sin oppførsel. Ho understrekar at dette blei gjort i aller beste meining, likevel var det med og skjula kva som eigentleg låg bak barnets høge aktivitetsnivå og den til tider utagerande oppførselen, både verbalt og fysisk. Oppførsel som blei forsøkt forklart med bytte av barnehage og endringar i familiesituasjon med meir.

Siri fortel at begge barna har utfordringar sosialt, for det eldste har ADHD-en også gitt faglege utfordringar på skulen.

Livet etter diagnosen endra seg til det betre – då kom medisinerings på plass, noko som har fungert godt for barnet, fortel mora. No er også yngstebarnet i gong med å prøva ut medisinar, og førebels ser det lovande ut. Siri er klar over at medisin ikkje er løysinga for alle med ADHD. Somme foreldre kan føla dei mistar barna når dei byrjar med medisinar, men for andre kan livskvaliteten bli langt betre, legg ho til. Difor har ho stor respekt for begge val.

Ikkje gå i forsvarsposisjon

Ho er glad ADHD-diagnosen kom på plass medan det yngste barnet gjekk i barnehagen. Dermed er det lettare å leggja eit løp til skulestart. Siri legg til at skulen heile tida også har strekt seg langt i møte med eldstebarnet sine utfordringar, også før det var komme ein diagnose på plass.

Men det var krevjande å heile tida måtta stålsetja seg for negative beskjedar frå skulen, sjølv om mora godt visste om utfordringane knytta til barnet.

– Difor blei eg aldri sint eller påstod dei laug, for både eg og mannen min veit korleis barna kan oppføra seg. Me likar best å kalla ei spade for ei spade. Likevel måtte eg be skulen om å av og til også konsentrera seg om det som gjekk bra, for at det ikkje alltid skulle vera negative tema som stod på agendaen når me snakka med lærarane og skuleleiinga, påpeikar ho.

“ Etter diagnosane kom på plass, har eg brukt ein del tid på å unnskylda meg overfor barna.

Siri meiner det likevel er viktig å ha ei konstruktiv tilnærming til tilbakemeldingar om eige barn. Å gå i forsvarsposisjon gagnar ikkje arbeidet med å sy saman gode opplegg rundt barnet, poengterer ho.

Å ha to barn med ADHD har gjort at lyd- og aktivitetsnivået i Siri sin heim på det jamne er høgt. Ho legg ikkje skjul på at det til tider går ut over det barnet som ikkje har ADHD. Dette barnet trekkjer seg ofte tilbake for å få fred og ro. Å ha utagerande søsken har sett sitt preg på dette barnet. Siri har dårleg samvit for at ho og mannen ikkje har hatt nok tid til det tredje barnet i søskenflokk. Barnet har heller ikkje fått noko oppfølging frå fagfolk. I det heile saknar ho meir merksemd rundt korleis ein familie blir påverka av å ha to barn med såpass krevjande diagnosar.

Vare for ytre stimuli

Å få tid som par er heller ikkje alltid like enkelt, men ho og mannen ser mon i dei små augneblinka i kvardagen. Måltida i deira hus er ofte lettare kaotiske med to barn som går til og frå bordet heile tida. For eit barn med ADHD let seg svært lett distrahera, så etter ein munnfull eller to, kan det henda etinga blir gløymt om naboen smell att ei bildør. To minutt seinare er det noko anna som skal utforskast, forklarar mora. Foreldra har for lengst droppa å ta alle kampar, og fordi dei to med ADHD får gå til og frå bordet, treng heller ikkje barnet utan ADHD å sitja til bords.

Dette gir foreldra høve til å ta ein kopp kaffi og ein prat ved middagsbordet, medan barna flaksar rundt dei. Det kan komma mykje godt av eit slikt lite pustehol, det treng nemleg ikkje vera ei langhelg på hotell for å ha ein

effekt, forklarer Siri.

Å ha fått diagnosane på plass, har også ført til at dei har tatt grep i familien. Tempoet på familielivet er blitt sett ned og dei legg så langt det går planar og køyrer etter faste rutinar.

Barn med ADHD treng klare beskjedar og bør helst berre få ein om gongen. Å be eit barn med ADHD om å gå ut med bosset og samstundes ta inn posten og sjekka at eit vindaug er lukt, går ikkje.



Mor og fagperson

– Etter diagnosane kom på plass, har eg brukt ein del tid på å unnskylda meg overfor barna, for det er klart det har blitt ein del kjefting, vedgår Siri.

– Ved å seinka tempoet og ikkje ta alle kampar, har me alle fått det betre, og for oss er dei rutineprega kvardagane best. Familieselskap og ferie er ikkje det store for ein familie som vår. Barna med ADHD kan gå heilt i kjellaren om det blir endringar i planane, som at planane om å gå på stranda og kjøpa is blir droppa, sjølv om det var planen tidlegare på dagen. Ei slik planendring kan naturlegvis også få andre barn til å bli skuffa, men for barn med ADHD kan ei slik endring kjennast som total krise, med påfølgande sterke reaksjonar, påpeiker mora.

Det å vera fagperson og mor har ho eit delt syn på. Å vera fagperson hjelpte henne ikkje til å oppdaga kva barna hennar strevde med. I ettertid kjennest det likevel godt å ha ei fagleg ballast i botn, sjølv om Siri føler dette også gjer at ho krev meir av seg sjølv som mor i møte med barna. Fagkunnskapen kjem til nytte i møte med hjelpeapparatet og korkje ho eller mannen er

redde for å stå på krava. Men det tek både tid og krefter å ha kontakt med hjelpeapparatet. Begge barna får hjelp frå fleire instansar, og det å sy alt saman, er ei logistikk-utfordring. Det kan krevja mange telefonar for å få tak i dei rette fagpersonane, fortel ho, og både ho og mannen har vore sjukemelde i periodar der det har vore spesielt kaotisk i heimen.

Begge har vore sjukemelde

Ved eit høve bad Siri om at mannen tok sjukemelding fordi ho følte at ho måtte få gå på jobb, slik at ikkje pårønderolla skulle eta opp heile henne. For Siri har jobben blitt ein slags friperiode.

Framtida for barna sine tenkjer ho ofte på, og med sin fagkunnskap veit ho at fleire med ADHD får trøblete liv, også som vaksne. Det kan vera krevjande å stå i vanleg arbeid, men Siri vel å konsentrera seg om at det fort kan gå godt også. Ho prøver alt no å førebu barna på at eit samfunn som ikkje alltid er like ADHD-venleg, og som dei gradvis vil erfare meir av etter kvart som dei blir eldre. Ho håpar at barna også kan dra nytte av ADHD-en sin. For all energien fører også til mykje positivt, begge er svært effektive og kreative, og har ein fantastisk motorikk som gjer at dei lett kan opp og stå på hendene eller slår hjul om dei kjedar seg i kø. Det å kunna oppfatta mange ting samstundes kan også vera ein eigenskap som kan komma til nytte, satsar mora på.