

Pressemeddelelse

European ADHD Awareness Week Pressemeddelelse, udsendt af Charlotte Hjorth, den 22. september 2009 Undskyld mig, jeg har en hæklefejl i kysen

Forestil dig, at du sidder som sagsbehandler på et overfyldt socialkontor og ind af døren træder en ung smuk kvinde, der kigger dig dybt i øjene og siger: Du har vel ikke en hæklenål, jeg kan låne, for jeg har en hæklefejl i kysen, som jeg må lære at leve med. Udviklingsforstyrrelsen ADHD er i dag så udbredt, at det ikke kun er de uregerlige drenge, der hænger i gardinerne eller de voldskriminelle unge med flere domme bag sig, der har diganosen. Heldigvis er verden ved at få øjnene op for, at det ikke kun er drenge, der skal leve med en tilstand af evig uro og impulsive handlinger. Mennesker i alle aldre får i dag en forklaring på, hvorfor de har svært ved at begå sig i sociale sammenhænge, altid har indre uro, tankemylder, impulsivitet og tager alle indtryk ind. For det er nemlig sådan, at en del af det at have ADHD er, at det naturlige filter, hvor udefrakommende støj og indtryk bliver sorteret fra, ikke virker hos en person med ADHD. ”Hvis jeg bare kunne få sådan en for øjnene, som hestene har, så de ikke bliver forstyrret af alle de indtryk, så ville jeg være nået langt. I mit hoved er der altid så meget tankemylder og uro, som det vil være for andre mennesker, hvis de stiller sig på Hovedbanegården i myldretid,” forsøger Anne på 33 år, der i et lille årstid har fået medicinsk behandling for ADHD, at forklare.

Viden, viden, viden… Charlotte Hjorth er Danmarks eneste uddannede ADHD coach. Hun har levet et liv med udiagnosticeret ADHD og ved netop derfor, hvad ADHD er for en størrelse. Først for tre år siden blev tilstanden diagnosticeret, og det har givet Charlotte Hjorth muligheden for at skabe sin egen virksomhed, hvor hun coacher familier, børn, unge og voksne med ADHD. ”For at hjælpe den store del af befolkningen, som faktisk har ADHD, så er det vigtigt at både fagfolk og den almindelige borger har et kendskab til tilstanden. Jeg kan godt forstå, at det er svært for andre at forstå, hvad ADHD er. Det er også ofte svært for os selv at forstå. Vi kan til tider have svært ved ting, som selv et børnehavebarn vil finde let og helt naturligt. Og vi reagerer ofte helt uforståeligt på hændelser, fordi vi mister overblikket og bliver stressede – en reaktion som andre efterfølgende står undrende og uforstående overfor. Men vi vil bare så gerne passe ind og leve et helt normalt liv,” siger Charlotte Hjorth. For andet år i træk har Charlotte Hjorth taget teten med at udbrede kendskabet til ADHD i Danmark under European ADHD Awareness Week. Hun stiftede allerede sidste år Facebook-gruppen ADHD Awareness Week, som i år hedder ADHD Awareness Week 2009 med sloganet ”For et bedre liv med ADHD”.

Alle har en mening Charlotte Hjorth ønsker samtidig at komme de mange myter og fordomme omkring ADHD til livs. ”Det er nemlig som om, at alle har en mening om ADHD.” ”Ofte er de meninger, som vi hører omkring ADHD, tæt forbundet med de myter og fordomme, der ligeledes er omkring diagnosen. Men igen er det uvidenhed og manglende forståelse. ADHD er en kompleks lidelse, fordi den ikke kan måles og vejes. Og lige som alle med nedsat syn ikke er ens, er alle med ADHD heller ikke ens. Derfor er viden, forståelse og accept nødvendigt,” slår Charlotte Hjorth fast.

Dumme eller dovne I gennem et helt liv har mange med ADHD fået tudet ørerne fulde af, at de var dovne eller dumme og at de bare skulle tage sig sammen. Mange har talrige nederlag, fiaskoer, forliste forhold og meget mere negativitet bag sig. I stedet for at fokusere på det der ikke har virket, er det vigtigt at fokusere på det, der rent faktisk virker og så styrke det. ”Hvis vi vil have andre resultater end dem vi tidligere har fået, må vi tænke og handle anderledes. Charlotte Hjorth ønsker med dette års ADHD Awareness Week kampagne at kunne bringe håb for et bedre liv for andre med ADHD og deres familier.

Ikke som de andre Et af de største ønsker for mennesker med ADHD er at passe ind, og være som andre. Men det er lidt lige som de kopibands, der kopierer eksempelvis Kim Larsen. De bliver aldrig Kim Larsen. På samme måde er det at forsøge at sætte sin ADHD i en firkantet kasse og passe ind. Det er helt umuligt, for nogle dage er formen på ADHD’en trekantet, oval, rund, takket eller noget helt femte. Og når det så lykkes at presse den i kassen, så er det kun en kort lykke, for ADHD’en vil altid sprænge kassen. Præcis som den ballon, som Bamse altid hopper efter i begyndelsen af børneudsendelsen. ”Vi ønsker virkelig at passe ind, at kunne gennemføre en uddannelse, fastholde et arbejde, forsørge vores familie, have gode sociale relationer, udvikle os såvel personligt som fagligt og ikke mindst bidrage til samfundet. I det hele taget ønsker vi at være i stand til at leve et bare nogenlunde normalt liv. Nogle gange har vi bare brug for lidt ekstra hjælp og andre gange skal der langt mere til. Men det er ikke bare en hvilken som helst hjælp. Vi er ”anderledes” og derfor er det for det meste også en ”anderledes” form for hjælp vi har brug. Det er vigtigt, at der tages udgangspunkt i den enkelte, at der lyttes til os og at vi bliver medinddraget og taget alvorligt. Der findes ikke nogen ”one-size-fits-all”-løsninger, for vi er alle forskellige. Vi er lige så forskellige som alle andre mennesker,” slår Charlotte Hjorth fast. ADHD står for Attention Deficit Hyperactivity Disorder. ADHD er ikke en sygdom, men en tilstand, der er rubriceret som en udviklingsforstyrrelse. For yderligere information kontakt Charlotte Hjorth på telefon 25788090 eller skriv en mail via kontaktsiden her.