



Richtlijn / info voor ouders

ADHD

Inleiding

Het is niet altijd makkelijk kinderen¹ op te voeden. Soms zijn ze druk, luisteren ze niet of doen ze dingen in een opwelling. Daar zijn het kinderen voor. Wanneer een kind zo beweeglijk, impulsief is en/of zo snel is afgeleid dat zijn² functioneren er in negatieve zin sterk door wordt beïnvloed in meerdere situaties (gezin, school, werk, verenigingen), is er sprake van overmatigheid.

We spreken pas van ADHD wanneer iemand langere tijd, in verschillende situaties en al voor de leeftijd van twaalf jaar hyperactief en impulsief gedrag, en/of problemen in de aandacht en concentratie vertoont én daardoor ernstige belemmeringen ondervindt.

Wat precies de oorzaak van ADHD is, weten we niet. Het kan zijn dat kinderen door hun aanleg zo enorm beweeglijk of afleidbaar zijn. Het kan ook zijn dat omstandigheden tijdens hun ontwikkeling daarbij een rol spelen. Waarschijnlijk gaat het in de meeste gevallen om een combinatie. Voor het kiezen van een goede behandeling is het gelukkig niet nodig om de oorzaak precies te kennen.

U bent ouder van een kind bij wie ADHD wordt vermoed of is vastgesteld. Om u en uw kind beter te kunnen helpen, is er een *Richtlijn ADHD voor jeugdhulp en jeugdbescherming*. Hierin staat wat jeugdhulpverleners samen met u kunnen doen om het leven van u en uw kind zo makkelijk mogelijk te maken.

In dit document vatten we de richtlijn kort samen. Het is handig als u van deze richtlijn op de hoogte bent. Zo weet u wat u van hulpverleners in de jeugdhulp kunt verwachten. Ook kunt u deze informatie gebruiken als hulpmiddel bij het overleg met uw hulpverlener.

ADHD vaststellen

Uw kind gedraagt zich anders dan leeftijdgenootjes en heeft daardoor problemen, en u wilt weten hoe dat komt. Dan kunt u bij een jeugdhulpverlener terecht komen. Die probeert samen met u en de leerkracht van uw kind in een gesprek uit te zoeken wat er aan de hand is. Is uw kind gauw afgeleid? Waar merkt u dat aan? Kan het geen tel stilzitten? Hoe ziet dit er uit in dagelijkse situaties? Wat voor gevolgen heeft dat? En is uw kind *altijd* zo? Dat zijn dingen die uw hulpverlener wil weten.

Het kan zijn dat uw kind voldoet aan de criteria van ADHD. Om dat te kunnen bepalen stelt de hulpverlener vragen die gericht zijn op het in kaart brengen van de kenmerken en het functioneren in verschillende situaties. Het kan zijn dat de hulpverlener u en/of uw kind ook vraagt een vragenlijst in te vullen of een testje te doen. Kenmerken van ADHD kunnen in de loop van de tijd of bij een overgang (bijvoorbeeld naar het voortgezet onderwijs) veranderen. Daarom bekijkt de hulpverlener met regelmaat samen met u en uw kind welke kenmerken in welke mate aanwezig zijn en hoe deze van invloed zijn op het functioneren.

ADHD behandelen

Is eenmaal vastgesteld dat uw kind voldoet aan de criteria van ADHD, dan start uw hulpverlener in nauw overleg met u en uw kind, en alleen als u en uw kind dat willen, met behandelen.

1 Onder 'kinderen' worden ook 'jongeren' (van twaalf tot achttien jaar) verstaan. Waar 'kinderen' staat kan ook 'het kind' worden gelezen, en omgekeerd.

2 In de rest van dit document gebruiken we de mannelijke vorm. Waar 'hij' staat, kan ook 'zij' worden gelezen.



Behandeling kan ervoor zorgen dat de ADHD symptomen verminderen en uw kind minder door zijn gedrag in de problemen komt. Ook kan behandeling ervoor zorgen dat uw kind makkelijker met anderen omgaat. En dat u en uw kind met de ADHD leren omgaan. De behandeling van ADHD start met uitgebreide voorlichting. Dat wil zeggen dat u, en in overleg met u de leerkracht van uw kind, en indien wenselijk uw kind zelf, informatie krijgt over ADHD. Wat is het precies? Waarom voldoet het ene kind wel aan de criteria en het andere niet? En wat is er aan te doen? Is uw kind al langer onder behandeling maar komt het in een andere levensfase, dan biedt uw hulpverlener u en uw kind vaak opnieuw voorlichting aan.

Om als ouder uw kind zo goed mogelijk te kunnen helpen, krijgt u niet alleen voorlichting. Vaak wordt ook een training aangeboden, die u leert hoe u uw kind goed kunt begeleiden en ervoor kunt zorgen dat uw kind zich zo goed mogelijk kan ontplooien. Oudere kinderen worden hierbij soms zelf ook betrokken.

Ondervindt uw kind door zijn ADHD veel problemen op school, dan krijgen de leerkrachten die met uw kind te maken hebben eveneens ondersteuning aangeboden. Ze leren daarbij hoe ze het beste met uw kind kunnen omgaan.

Ook medicatie kan deel uitmaken van de behandeling. Vaak is het een kinderpsychiater, kinderarts of huisarts die de medicatie voorschrijft. De jeugdhulpverlener weet wie bij uw kind over de medicatie gaat en houdt, in overleg met u en uw kind, met deze arts(en) contact.

Wat kunt u van de jeugdhulp verwachten?

Van uw hulpverlener mag u verwachten dat hij u van begin tot eind bij de behandeling betreft en u goed op de hoogte houdt. U bent tenslotte de ouders³, dus u heeft het recht om te weten wat er speelt en om daarover mee te praten. Uw hulpverlener hoort beslissingen dus ook samen met u te nemen.

Verder stelt uw hulpverlener zich positief op en probeert hij ervoor te zorgen dat uw kind zich weer prettig gaat voelen, thuis en op school. Zo zal de hulpverlener uw kind vooral prijzen om wat hij goed doet in plaats van aandacht te schenken aan dingen die minder goed gaan of lastig gedrag. Het stimuleert een kind nu eenmaal meer om zich goed te gedragen als hij daar complimentjes voor krijgt dan als hij wordt gestraft voor iets wat hij fout doet. Tijdens de gesprekken met u en uw kind gaat het niet alleen over de problemen, maar ook over de dingen die goed gaan.

Uw hulpverlener probeert het verder voor uw kind zo makkelijk mogelijk te maken. Dat wil zeggen dat hij duidelijke opdrachten geeft en het contact met uw kind zo veel mogelijk volgens vaste patronen laat verlopen. Kinderen met ADHD hebben meer dan gemiddeld structuur nodig. De hulpverlener doet zijn best om die structuur ook te bieden in de manier waarop hij met uw kind omgaat. Het is handig als ook andere mensen in de omgeving van uw kind dat doen. 'Eén gezin, één plan, één regisseur' is niet voor niets het motto van de jeugdhulp. Als u één lijn trekt, samen met de school en de jeugdhulp, is dat het beste voor uw kind.

³ Als in dit document over 'ouders' wordt gesproken, kunnen dit de biologische ouders zijn, maar ook de adoptie- of stiefouders. Waar 'ouders' staat kan ook 'een ouder' worden gelezen, en omgekeerd.



Tips voor ouders

Als ouder bent u verantwoordelijk voor de opvoeding en ontwikkeling van uw kind. Wanneer u het gezag over uw kind heeft, is het uw recht (en ook uw plicht) om uw minderjarige kind te verzorgen en op te voeden. Uw kind blijft altijd uw kind, ook als uw kind (tijdelijk) niet bij u woont, u het gezag niet heeft of u (tijdelijk) het gezag niet volledig mag uitoefenen omdat er een ondertoezichtstelling is. Blijf dus altijd betrokken en houd zelf zo veel mogelijk de regie. Uw hulpverlener onderzoekt met u wat uw mogelijkheden zijn: wat wilt en kunt u doen om uw zoon of dochter verder te helpen? Sta open voor adviezen en probeer daar iets mee te doen. Laat ook uw mening horen. Geef het bijvoorbeeld op tijd aan als een advies niet bij uw kind, u of uw (gezins)situatie past, en kijk samen met uw hulpverlener wat u daaraan kunt doen.

Meer informatie?

De *Richtlijn ADHD voor jeugdhulp en jeugdbescherming* is gebaseerd op literatuur en gesprekken met deskundigen en cliënten. De richtlijn kunt u nalezen op www.richtlijnjeugdhulp.nl. Meer informatie over ADHD, de oorzaken en het verloop van ADHD kunt u vinden op de website van het Kenniscentrum Kinder- en Jeugdpsychiatrie, zie <http://www.kenniscentrum-kjp.nl/ouders/Stoornissen-1/ADHD-2>. Ook kunt u voor informatie en advies terecht bij de oudervereniging Balans: <http://www.balansdigitaal.nl>.

Colofon

De informatie in dit document is tot stand gekomen op basis van de kernaanbevelingen in de gelijknamige richtlijn, en is voorgelegd aan de bij de ontwikkeling betrokken ontwikkelaars, beroepsverenigingen, professionals en cliënten. Voor het laatst geüpdatet in 2017.

