

Dani cierpi na ADHD. Co może z tym zrobić?





To jest Dani

Dani mieszka ze swoimi rodzicami, siostrzyczką i braciszkiem.

Chodzi do szkoły. Lubi grać w piłkę nożną.



Dani nie może usiedzieć w miejscu

Dani nie może ani przez chwilę usiedzieć spokojnie.
Buja się i ciągle jest w ruchu. Ciągle chce robić coś innego.

W szkole jest mu bardzo trudno skoncentrować się na tym, co mówi nauczyciel. Często ma przepętnioną głowę. Dani często o wszystkim zapomina. Gubi swoje rzeczy. Działa bez zastanowienia.



Nauczyciel twierdzi, że Dani nie uważa

Rodzice Daniego również uważają, że wymaga wiele uwagi i trudno z nim wytrzymać.

Rodzice i nauczyciele często gniewają się na Daniego. Twierdzą, że nie stara się, ale on właśnie próbuje wszystko robić jak najlepiej!



Dani uważa, że to trudne

Wszystkie dzieci czasami wymagają wiele uwagi i nie słuchają, ale u Daniego zdarza się to bardzo często. Znacznie częściej niż u innych dzieci.

On również jest z tego powodu smutny. Nikt go nie rozumie. Wszyscy mówią, że nie stara się. Otrzymuje słabe oceny.



Wizyta u lekarza rodzinnego

Rodzice Daniego chcą mu pomóc, ale nie wiedzą, co mogą zrobić.

Dani z rodzicami idzie do lekarza rodzinnego. Dani i rodzice przedstawiają mu problem. Lekarz słucha uważnie. Stwierdza, że Dani potrzebuje pomocy.

Lekarz rodzinny i gmina są w stanie pomóc dzieciom. Dziecko może zawsze na spotkanie zabrać kogoś ze sobą. Kogoś, komu ufa.



Dani idzie do psychologa

Lekarz kieruje Daniego do psychologa. Dani idzie do niego wraz z matką. Psycholog pomaga osobom prowadząc z nimi rozmowy.

Kiedy ktoś nie chce lub nie może mówić w języku niderlandzkim, może zwrócić się o pomoc tłumacza. Tłumacz pomaga wszystko zrozumieć.

1. Dani najpierw zaznajamia się z psychologiem.
2. Następnie psycholog przeprowadza badanie. Zadaje pytania Daniemu i jego rodzicom. Pytania zadaje również w szkole. W ten sposób stwierdza, jakiego rodzaju problemy występują u Daniego.
3. Następnie psycholog pomaga Daniemu.



Dani dowiaduje się, że ma ADHD

Psycholog stwierdza, że Dani cierpi na ADHD. Czym jest ADHD?

Nie każdy z ADHD ma te same problemy. Wiele dzieci cierpiących na ADHD ma trudności z uważaniem na lekcji. Niektóre dzieci mają trudności z robieniem tego, o co prosi je nauczyciel. Często są niespokojne. Trudno im usiedzieć na miejscu. Czasami, sprawy przybierają niewłaściwy obrót. Niektóre dzieci zaprzatają uwagę i wiele mówią. Czekanie często sprawia im trudności.



Dzieci na całym świecie mogą cierpieć na ADHD

W każdej klasie mogą znajdować się dzieci, które mają ADHD.
Chłopcy częściej niż dziewczynki cierpią na ADHD.

ADHD nie znika całkowicie. Można jednak nauczyć się, jak sobie z nim radzić. Niektórym dzieciom pomagają leki.



Dani otrzymuje pomoc

Psycholog pomaga Daniemu. Przeprowadza rozmowę z Danim i jego rodzicami. Wspólnie zastanawiają się nad tym, co może sprawić, by Dani był spokojny.

Teraz Dani jest spokojniejszy i może lepiej uważać. Rodzice i szkoła również otrzymują wskazówki, jak pomóc Daniemu.



Dani czuje się lepiej

Powiedział w szkole, że ma ADHD.

Teraz dzieci lepiej rozumieją Daniego. Dani wie, co musi zrobić, kiedy jest niespokojny. Pomaga mu również nauczyciel. Lepiej mu idzie z uważaniem na lekcji. Nie jest już dłużej taki smutny.

Tekst: Nienke Bekkema, Sara El Abbassi, Irma Hein, Anna de Haan en Marjolijn van Leeuwen

Illustraties: Monica Hajek

Klankbordgroep: Marzouka Boulaghbage, Meron Tewelde, Iyad Abdullah, Ouardia Sojah en Gülsen Baygül.

M.m.v.: Karin Egelmeer, communicatieadviseur Pharos.

Onmisbare steun: De jongeren die ons hielpen deze beeldverhalen te testen.

© Kenniscentrum Kinder- en Jeugdpsychiatrie, Pharos en Level, 2020.

Animaties van deze uitgave in het Nederlands, Pools, Tigrinya en Arabisch vind je op de websites van het Kenniscentrum Kinder- en Jeugdpsychiatrie en Pharos.

De beeldverhalen en animaties zijn mogelijk gemaakt door Stichting Kinderpostzegels en Stichting Steunfonds Pro Juventute.

