

RIA VAN DEN HEUVEL, directeur Centrum ZitStil

'Kinderen met ADHD zijn niet lastig, hun gedrag kan dat wel zijn'

Medicatie kan ADHD-gedrag onder controle krijgen, zegt Ria Van den Heuvel (Centrum ZitStil). 'Maar ook het onderwijs kan het leven van leerlingen met ADHD aangenamer maken. Geef kinderen toch de kans om vaker te bewegen op school.'

Wat is er bekend over het effect van wiet bij adolescenten met ADHD en de gevaren van een gecombineerd gebruik met rilatine? (Herwig Van de Velde, Boortmeerbeek)

RIA VAN DEN HEUVEL: Jongeren met ADHD gaan vaak op zoek naar rust in hun hoofd en dan kan wiet een oplossing lijken. Op korte termijn heeft die drug inderdaad enig positief effect, maar op langere termijn wordt het een negatief verhaal. Wiet beïnvloedt het dopamineniveau in de hersenen, waardoor de ADHD-verschijnselen toeneemen. Het goede nieuws is wel dat jongeren die een goede ADHD-diagnose en de juiste medicatie krijgen, minder overstappen op bijkomende middelen als wiet.

ADHD wordt veel te vaak als iets negatiefs bekeken. Zijn er ook bekende mensen met ADHD die als rolmodel kunnen dienen? (Ben Sablon, Zaventem)

VAN DEN HEUVEL: Olympisch zwemkampioen Michael Phelps is een bekend voorbeeld, of de Amerikaanse muzikster Will.i.am van Black Eyed Peas, die zegt dat 'muziek zijn therapie is'. Uiteraard is het fijn om dankzij hen te weten dat ADHD geen

probleem hoeft te zijn. Er zijn bijna evenveel verschijningsvormen van ADHD als dat er kinderen en jongeren zijn. Hoe de stoornis hun leven beïnvloedt, zegt dus niks over je eigen ervaringen.

Waarom besteden ze in het onderwijs zo veel aandacht aan leerstoornissen zoals dyslexie en zien ze ADHD-kinderen alleen maar als lastig? Kunnen we niet alle kinderen wat meer tijd geven voor overhoringen? (Linda Roelandts, Dilbeek)

VAN DEN HEUVEL: Gelukkig is er ook voor kinderen met ADHD steeds meer aandacht. Maar eerlijk is eerlijk: een kind met dyslexie stoort de klas niet, een kind met ADHD wel regelmatig. Dat wil niet zeggen dat het lastige kinderen zijn, maar hun gedrag kan dat wel zijn. **Hoe kan het dat iedereen met ADHD-symptomen dezelfde medicatie voorgeschreven krijgt, hoewel de oorzaken totaal verschillend kunnen zijn? (Sebastian Verriest, Bertem)**

VAN DEN HEUVEL: Het is belangrijk om te weten dat ADHD een gedragsdiagnose is: een beschrijving van een aantal gedragingen die je kunt waarnemen. Als je kind die diagnose krijgt, zul je daar



RIA VAN DEN HEUVEL: 'Jongeren die de juiste medicatie krijgen, stappen minder snel over op wiet.'

nooit een oorzaak bij krijgen. Simpelweg omdat we het niet weten. Er zijn verschillende zaken die een invloed kunnen hebben, zoals een trauma, of roken tijdens de zwangerschap. Maar je kunt er nooit de vinger opleggen. En dus kan medicatie ook enkel het gedrag beïnvloeden, niet de oorzaak. In de eerste plaats moet er aan de context worden gewerkt: hoe kan die worden aangepast, zodat kinderen op een positieve manier met hun ADHD leren omgaan. Opvoedingsvaardighe-

den spelen een heel belangrijke rol, net als manieren van lesgeven. Ik wil zeker geen ouders of leerkrachten met de vinger wijzen, maar de context kan in sterke mate mee bepalen of ADHD een probleem wordt of niet.

Vraag
van de
week

Mensen met ADHD worden vaak beschouwd als een probleem, maar ligt dat niet aan de almaar passievere en vrouwelijkere maatschappij? Kinderen worden tot ver voorbij hun twintigste vooral door vrouwen onderwezen, waardoor drukke jongens meer en meer moeite hebben om erbij te horen. (Jan Paulussen, Oelegem)

VAN DEN HEUVEL: Vooreerst moeten we een onderscheid maken tussen ADHD en 'drukke jongens'. Het is een gedragsstoornis die veel breder is dan druk gedrag: zo horen er onder meer ook concentratieproblemen bij. Maar het klopt wel dat ons onderwijs vrij eenzijdig is, waardoor het typische 'drukke jongensgedrag' weinig aan bod komt. En doordat het effect van de omgeving bij ADHD zo groot is, loont het zeker de moeite om te experimenteren. Geef kinderen bijvoorbeeld de kans om tussen de lessen door naar buiten te gaan en te bewegen. ☑

Stefanie Van den Broeck

Moet het onderwijs af van de vaste benoemingen?

Stel uw vraag aan **OPEN VLD-POLITICA** Ann Brussel.

Mail uw vragen naar mijnvraag@knack.be en maak kans op een boekenbon van Standaard Boekhandel ter waarde van 20 euro.