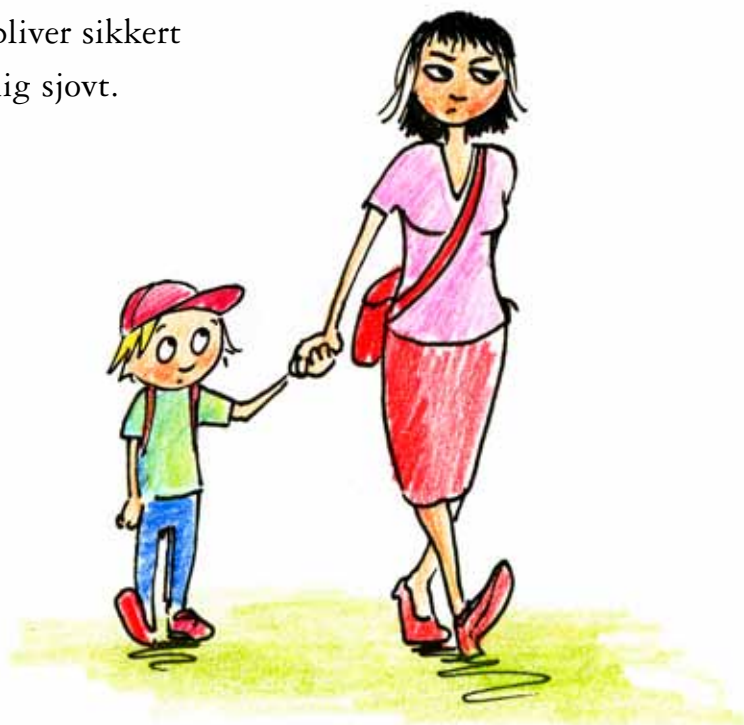


– Så er jeg alligevel
en klog dreng!
siger Lucas

Nu er mor sur igen. Hun er næsten altid vred på mig. I går var hun sur, og hun bliver sikkert sur igen i morgen. Det er ikke særlig sjovt.



I dag er ikke nogen god dag. I morges glemte jeg min gymnastiktaske, selvom mor mindede mig om den flere gange. Og så måtte jeg ikke være med, da de spillede fodbold i gymnastik, selv om jeg er en af de bedste. Jeg kan løbe rigtig hurtigt, og jeg bliver aldrig træt! I stedet måtte jeg sidde og kigge på. Det var rigtig træls.



I dansktimen skulle vi have staveord, og jeg skyndte mig, så meget jeg kunne. Da jeg næsten var færdig, kom min lærer og sagde, at jeg havde lavet en masse fejl, og at jeg måtte begynde forfra.

Jeg vil så gerne gøre alting rigtigt. Alle tror bare, at jeg er sjusket. Eller dum. Eller måske både sjusket og dum.

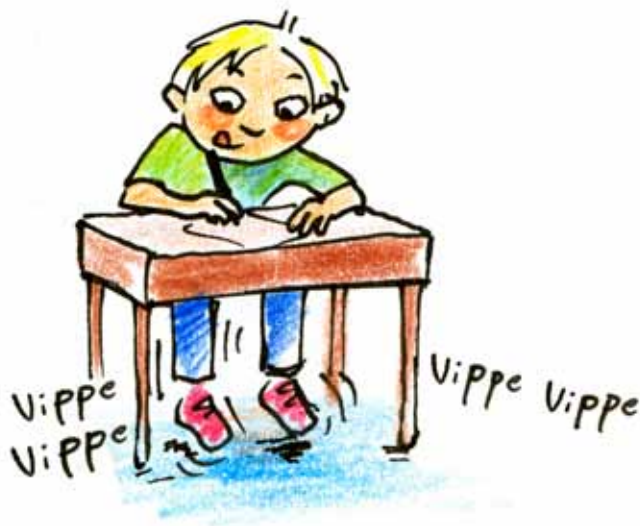
Måske er jeg sjusket? Jeg sidder tit uroligt og trommer med blyanten på bordet og på stolen. Min lærer kan ikke lide, når jeg ikke sidder stille, og heller ikke, når jeg trommer. Hun siger altid: "Lucas, sid stille! Hold nu op! Prøv at koncentrere dig!"

Så kigger alle de andre på mig og fniser. Det er ikke særlig sjovt, når de sådan griner ad mig hele tiden.



Sommetider – uden at jeg lægger mærke til det – sidder jeg og vipper med foden eller kommer til at vippe på stolen. Jeg tror, jeg har brug for at bevæge mig – for at der skal ske noget. Så føler jeg mig mere vågen og interesseret.

Jeg gør det ikke for at forstyrre. Men det tror jeg ikke, at de voksne forstår. Ikke engang selv om jeg koncentrerer mig rigtig meget og rigtig hårdt, er jeg lige så god som de andre til at sidde stille og høre efter.





Det er næsten, som om min ene hjernehalvdel siger til mig, at jeg skal være opmærksom og høre efter, mens den anden beder mig undersøge, hvad der sker uden for vinduet, eller hvordan mit bord ser ud på undersiden. Over for skolen ligger der en brandstation, og somme tider står brandfolkene udenfor og ordner brandbilerne. Det er altså meget sjovere end matematik! Hvem bekymrer sig om, hvor mange æbler Lisa har, når brandalarmen lyder, og alle brandbilerne rykker ud med hylende sirener og blinkende lys? Ikke jeg, i hvert fald...

Engang imellem ringer de fra skolen, og så bliver mor ked af det. Jeg tror hele tiden, det er min skyld. Jeg vil ikke have, at mor og far skal være sure og kede af det. Sidste gang min lærer ringede, fortalte hun om dengang, hvor jeg væltede på stolen i kantinen og landede på bordet bagved. Jeg fik suppe ud over mig, og alle kaldte mig "Suppe-Lucas" resten af dagen, når læreren ikke hørte det.

Jeg ville ønske, jeg kunne fortælle mor og far, at jeg ikke skuffer dem med vilje. Og at jeg gerne vil sige undskyld og den slags. Men man kan jo ikke gå rundt og sige undskyld hele tiden, og jeg ved ikke, hvad jeg ellers skal sige.



I sidste uge skete der noget frygteligt. Min far opdagede, at fjernbetjeningen til den nye dvd-afspiller var revnet og spurgte mig, hvem der havde gjort det. Far spørger altid mig først, når noget går i stykker, for det er næsten altid min skyld, fordi jeg ikke er så god til at passe på ting som andre. Jeg svarede lynhurtigt, at det i hvert fald ikke var mig, men det var ikke helt sandt. Jeg ville bare ikke have, at han skulle blive vred på mig igen. Jeg er så træt af altid at få skældud.



Men det var rigtig dumt gjort. Jeg ville ønske, jeg havde tænkt over, hvad der ville ske, når far fik at vide, at jeg ikke havde fortalt sandheden. Og hvordan fik han så det at vide? Jo, min lillesøster, den lille sladrebank, fortalte ham det. Hvis der fandtes et stort, sort hul, man kunne putte sin lillesøster i – uden at få skældud for det, altså – så havde jeg altså gjort det for længe siden!



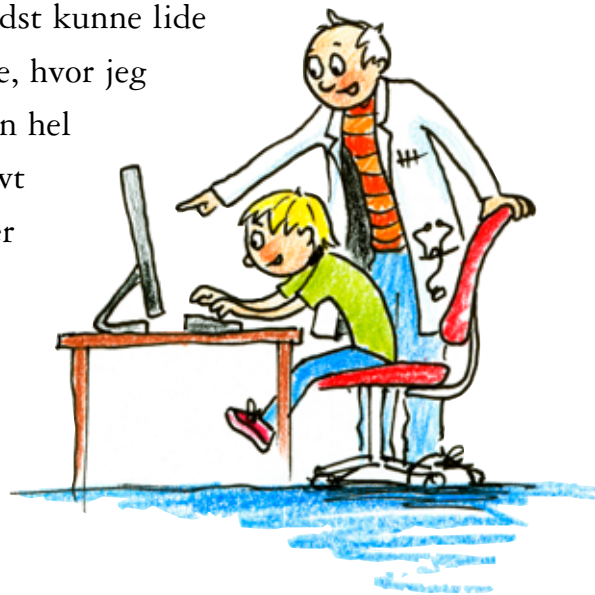
Det var også superpinligt i skolen engang, for der var en dame, der ville tale med mig. Læreren sagde, at hun var skolens psykolog. Jeg ville ikke derhen, for jeg var bange for, at alle de andre børn ville begynde at drille mig endnu mere. De siger jo i forvejen, at jeg er både dum og skør. Og tænk, hvis psykologen nu også syntes, at jeg var skør og dum i hovedet?

Men jeg blev nødt til at gå derhen, og heldigvis var det ikke så slemt. Damen var sød. Hun lod mig lege med forskellige puslespil, og så skulle jeg svare på nogle spørgsmål. Bagefter skulle jeg også tegne noget. Det var smadderlet, og jeg klarede det lynhurtigt!



Senere skulle mor, far og jeg besøge en læge, der skulle have særlig god forstand på opmærksomhedsproblemer og den slags. Først ville jeg ikke med, for jeg var bange for, at jeg skulle stikkes ... eller have alt tøjet af.

Men lægen var en anden slags læge, sagde han. En snakkelæge. Og ih, hvor han da snakkede! Han spurgte om alting – om skolen, kammeraterne, familien, og hvad jeg bedst kunne lide at lave. Bagefter skulle jeg tage en prøve, hvor jeg skulle koncentrere mig rigtig længe – en hel evighed, næsten. Men det var nu ret sjovt alligevel, for prøven foregik på computer – næsten som et computerspil!



Da jeg havde svaret på alle spørgsmålene og klaret alle prøverne, sagde snakkelægen, at jeg havde ADHD. Det kalder man det, når man ikke kan koncentrere sig, selv om man prøver alt, hvad man kan. Lægen fortalte, at rigtig mange børn har det.

Og at det overhovedet ikke betyder, at man er dum eller skør. Tværtimod, sagde han faktisk! Han sagde, at jeg var en meget klog dreng. Jeg ville ønske, han ville give mig et skilt, hvor der stod:

”Lucas, meget klog dreng!”
Så kunne jeg hænge det i en snor omkring halsen, så alle kunne se det!



Far fortalte, at jeg ikke var den eneste i familien med ADHD. Han sagde, at onkel Lars havde det rigtig svært, da han gik i skole, fordi han ikke kunne sidde stille i ét sekund. Farmor plejede at sige, at Lars havde "myrer i bukserne". Far sagde, at alle kaldte ham "Hoppe-Lars", fordi han altid hoppede rundt. Måske er det derfor, onkel Lars er min yndlingsonkel?



Men nu har alting ændret sig. De voksne bliver ikke så vrede på mig, som før. Far siger, at det ikke er retfærdigt at blive vred på mig hver gang, der sker noget, fordi jeg ikke gør dumme ting med vilje. Han siger, at det ville være som at skælde de døve ud, fordi de ikke kan høre!

Sommetider bliver de selvfølgelig stadig sure. Det sker jo også, at jeg gør ting, der ikke skyldes ADHD. Far siger også, at bare fordi man har ADHD, kan man jo ikke opføre sig præcis, som man har lyst til.

Men nu, hvor de ved, at jeg har ADHD, forstår de, hvor svært det kan være altid at gøre det rigtige.





I begyndelsen forstod jeg ikke rigtig, hvordan jeg kunne være klog, og samtidig have sådan et problem. Og jeg brød mig overhovedet ikke om, at alle sagde, at jeg havde en sygdom. Men mor og far forklarede mig, at mange børn har svært ved at være opmærksomme og koncentrerede. De siger, at jeg har en supergod hjerne at tænke med, men den del, der tager sig af koncentrationen fungerer ikke lige så godt som resten. Men hvis det handler om computerspil og den slags, der er virkelig spændende, kan jeg sagtens koncentrere mig rigtig længe!



Det bedste er, at jeg ikke føler mig som en uartig dreng længere. Min lærer har lært mig nye måder at gøre tingene på. Og så kan jeg sagtens lære det samme som de andre. Vi har flyttet mit bord helt op til hendes, så kan hun hjælpe mig med at gøre det, jeg skal.

Vi har opfundet et specielt spil, vi kalder
Knapspillet.

Hver morgen lægger vores lærer syv knapper i en
skål på mit bord. På skålen står der:

1. Ikke forstyrre klassen ved at snakke eller forlade
stolen uden tilladelse.
2. Afslutte dét, jeg er i gang med, før jeg begynder
på noget andet.
3. Ikke sjuske.



I begyndelsen følte det lidt pinligt at være den eneste i klassen, der legede knapleg med læreren. Men snart syntes jeg alligevel, at det var bedre end at få skældud hele tiden. Jeg tror nok, at de andre i klassen også gerne vil spille knapspil, for nu spiller Emma og Oliver også knapspil. De har også lidt svært ved at sidde stille og koncentrere sig.





Hvis jeg ikke bryder nogen af reglerne, får jeg lov til at beholde alle knapperne. Hvis jeg bryder en af reglerne, tager læreren en knap fra skålen. Det seje er, at hver knap giver ret til tre minutters computerspil! Jeg prøver virkelig at passe på, for jeg synes, computerspil er noget af det sjoveste! Knapspillet gør det lettere for mig at gøre det rigtige.

Min lærer og jeg har også udtænkt et hemmeligt signal. Hvis jeg begynder at koncentrere mig om andre ting, eller gør noget jeg ikke skal, går hun forbi og lægger hånden på min skulder. Det minder mig om, at jeg skal fortsætte med mine opgaver. En anden god ting er, at min lærer har gjort det sådan, så jeg ikke skal lave så mange lektier mere. Fordi det er lidt sværere for mig, får jeg lidt færre opgaver for eller lidt færre sider at læse i, i forhold til de andre børn. Men det betyder ikke, at jeg må sjuske med opgaverne, siger hun. Jeg skal udføre dem ordentligt og korrekt.



Nogle af de andre børn klager lidt, fordi jeg ikke får lige så meget for som dem, men så forklarede vores lærer, at alle har svært ved forskellige ting. Nogle har svært ved at læse, mens andre har svært ved at komme op om morgenen – vi er alle sammen forskellige, og det er en god ting, siger vores lærer. Det synes jeg også, for tænk, hvis alle var ligesom onkel Hans, der kun vil spille golf hele tiden!

Nu får jeg tilpas med lektier for, så de ikke varer flere timer at komme igennem. Derfor føles det heller ikke længere helt så forfærdeligt, når mor siger, at det er lektietid. Min lærer har også sagt, at jo færre andre ting, jeg gør samtidig, jo hurtigere går det med at få lektierne færdig. Så kan jeg jo lege eller spille spil bagefter – og det er jo en god ting!



Min lærer er begyndt at sende en seddel med hjem til mor og far, hvor hun skriver, hvordan dagen er gået. Det brød jeg mig ikke rigtig om i begyndelsen, for jeg var bange for, at læreren ville sladre til mor og far, hvis jeg havde været urolig, og så ville de måske blive sure. Men meningen var bare, at mor og far skulle vide, hvordan det går for mig i skolen, så de ikke behøver være urolige. En anden god ting er, at læreren også skriver, hvad jeg har for af lektier, så mor og far kan hjælpe mig med at huske, hvad jeg skal lave. Så kan de også hjælpe mig med at huske de bøger, jeg skal have med, for det kan jeg ellers let glemme. I skolen hjælper læreren mig med at pakke tasken, når dagen er slut, så jeg får de rigtige bøger med hjem hver dag. Det er meget lettere nu end før, for da glemte jeg altid mine bøger det ene eller det andet sted. Så blev læreren hele tiden vred over, at jeg ikke havde lavet mine lektier – eller over, at jeg havde glemt bøgerne derhjemme – så jeg ikke kunne lave noget i skolen uden at være nødt til at låne en andens bog.



Derhjemme har vi også opfundet en ny leg, hvor jeg kan vinde forskellige ting! Jeg kan for eksempel vinde en times fodbold med far eller en time med computerspillet Super Mario. Før måtte jeg kun spille i en halv time, så nu kan jeg optjene en halv time mere hver dag! Det er en slags kontrakt, ligesom dem de voksne indgår, siger far. Det betyder, at hvis jeg gør noget, får jeg noget andet igen. Jeg prøvede at få far til at gå med til to timers fodbold, men den gik ikke. Jeg tror, det er fordi far ikke kan holde til det – han puster altid meget, når vi har spillet, og så siger han, at han vist snart må til at løbe igen. Så griner mor og siger, at det må hun vist også. Så giver de hinanden en knuser og ler.

Voksne er mærkelige. Hvad er der måske ved at løbe, hvis det ikke er efter en fodbold?



Hjemmeregler hos familien Carlsen:

1. Jeg skal gøre tingene med det samme, når jeg bliver bedt om det.
2. Jeg må ikke slås og råbe højt.
3. Jeg må ikke lyve.

Knaplegen har vi også derhjemme: Jeg har seks knapper, og for hver knap må jeg spille computerspil eller spille fodbold med far i ti minutter. Hvis jeg ikke bryder nogen af reglerne, får jeg lov til at beholde alle knapperne. Hvis jeg bryder en regel, mister jeg en knap. Vi er også blevet enige om, at hvis jeg brokker mig over, at jeg har mistet en knap, så mister jeg én til.



Jeg har måttet lære, at jeg har lette dage og svære dage. Sommetider er det svært at overholde reglerne hele tiden. I begyndelsen blev mor og far rigtig sure, når jeg havde en svær dag, fordi de var bange for, at alting var tilbage ved det gamle. Men nu er de begyndt at slappe lidt af. De har også lært, at nogle dage er bedre end andre, men nu ved de, at jeg gerne vil være rigtig dygtig, men at det bare er sværere for mig end for andre børn.



Jeg har for resten helt glemt at fortælle om min pille! Først syntes jeg, det var mærkeligt at skulle spise en pille, der skulle hjælpe mig til at koncentrere mig. Piller er jo noget, man tager, når man har ondt et eller andet sted – og det har jeg jo ikke! Men nu har jeg lært, at man kan få piller for mange forskellige ting. I begyndelsen var jeg lidt bange for, at jeg ville blive drillet af de andre børn, fordi jeg får medicin, men jeg skal kun tage én pille om dagen. Den får jeg om morgenen, før jeg går i skole, så det er der jo ingen af de andre børn, der ser!

Mor og far var meget bange for det her med medicin i begyndelsen, og de talte med lægen flere gange og læste en masse på internettet og i bøger. Men så besluttede de, at jeg skulle prøve, for at se om det hjalp. Lægen fortalte mig en masse om medicinen og svarede også på mine spørgsmål. Jeg spurgte, om pillen var stor og gjorde ondt at sluge, men den var meget lille, sagde han.



Så spurgte jeg, om det var en pille, man blev afhængig af, men så sagde han, at det var medicin, der skulle hjælpe mig og gøre mig bedre. Desuden sagde han, at han og jeg og mine forældre skulle fungere som et team, der skulle samarbejde, og at jeg skulle være dygtig til at fortælle, hvordan jeg havde det. Han ville have, at jeg skulle fortælle, om jeg fik hovedpine eller mavepine, eller om jeg følte mig mærkelig – og om jeg syntes, medicinen hjalp eller ej. Da jeg spurgte, om man kunne få piller med jordbærsmag, svarede han, at det kunne man desværre ikke – men at jeg jo altid kunne sluge den sammen med en skefuld jordbærsyltetøj! Så lo mor og sagde, at det skulle hun nok ordne!



Det eneste, der skete, da jeg begyndte på medicinen, var, at jeg somme tider ikke var sulten til frokost. Så forklarede lægen, at det godt kunne ske, men at det alligevel var vigtigt at spise ordentligt. Mor og far talte med min lærer, så hun kunne minde mig om at spise i skolen også. Det bliver lettere og lettere at beholde mine knapper – både i skolen og

derhjemme – og det føles som om alle andre er blevet sødere. Jeg har fået en ven, som jeg skal lege med i ferien. Han bor lige i nærheden, og han kommer over til mig her i weekenden og spiller computerspil.

Engang, hvor jeg havde glemt mit gymnastiktøj i skolen, sagde jeg til mor, at det var, fordi jeg ikke havde fået medicin nok. Men så sagde mor, at det er ligegyldigt, om jeg får medicin eller ej – jeg er stadig ansvarlig for, hvad jeg gør og ikke gør. Nå, ja, men det var da forsøget værd...

Nu vil jeg se, om jeg kan få far med ud og spille fodbold. Vi spiller faktisk ret tit lige nu, fordi jeg har så mange knapper tilbage hver dag. Mor siger, at medicinen og al den hjælp, vi har fået, er det bedste der er sket – ikke kun for min ADHD, men også for fars kondition!



Forfatter: Micky M. Cothron, USA 2005
Illustrationer: Tobias Flygar
© Alle rettigheder tilhører Janssen-Cilag A/S
www.levemedadhd.dk