

ADHD tulee englanninkielisistä sanoista "attention deficit and hyperactivity disorder" ja tarkoittaa, että lapsella on vaikeuksia tarkkaavaisuudessa ja/tai ylivilkkautta ja impulsiivisuutta. Suomessa käytetään diagnoosin nimityksenä aktiivisuuden ja tarkkaavaisuuden häiriö.

Tarkkaavuuden ja aktiivisuuden säätelyssä esiintyy normaalistikin huomattavaa vaihtelua. Häiriöstä on kysymys silloin, kun oireet ovat selvästi voimakkaampia, kuin muilla samanikäisillä, ovat kestäneet yli 6kk, esiintyvät vähintään kahdessa eri ympäristössä ja haittaavat henkilön toimintakykyä. Lisäksi oireet ovat alkaneet ennen seitsemän vuoden ikää, eivätkä selity millään muulla häiriöllä. Diagnoosi varmistetaan, jos vähintään kuusi yhdeksästä väittämästä, jotka koskevat tarkkaamattomuutta tai kuusi yhdeksästä väittämästä, jotka koskevat ylivilkkautta ja impulsiivisuutta pitää paikkansa. Diagnoosina voi olla pääasiallisesti tarkkaavaisuushäiriö tai pääasiallisesti ylivilkkaus-impulsiivisuus häiriö tai yhdistelmä molempia.

## Liitännäisoireet

ADHD:n kanssa samanaikaisesti esiintyy usein liitännäisoireita ja muita vaikeuksia, jotka saattavat johtua aivotoiminnan häiriöistä, psyykkisistä häiriöistä tai neuropsykiatrisista häiriöistä. Neurologisia liitännäisoireita voivat olla motoriset vaikeudet, puheen ja kielenkehityksen häiriöt sekä erilaiset oppimiseen ja koulunkäyntiin liittyvät vaikeudet. Myös uni- ja aistihäiriöt ovat tavallisia. Psykiatrisia liitännäisoireita saattavat olla uhmakkuushäiriö, psykososiaaliset ongelmat, masennus sekä erilaiset riippuvuushäiriöt. Neuropsykiatrisia häiriöitä ovat krooniset nykimisoireet, Touretten oireyhtymä sekä autismi ja aspergerin oireyhtymä.

[Suomen Lastenhoitoyhdistys - ADHD](#)

- **Yliaktiivisuus:** rauhaton, levoton, heiluu, puhuu paljon, aina vauhdissa, ei jaksaa odottaa vuoroaan, ei kuuntele
- **Tarkkaamattomuus:** ei jaksaa keskittyä, huolimattomuusvirheet, työtehtävät ei valmistu, kadottaa tavaroita, ei noudata sääntöjä, häiriintyy herkästi, unohtelee
- **Impulsiivisuus:** malttamaton, kärsimätön, keskeyttää, häiritsee, itsenäinen työskentely hankalaa, myöhästyy tai ei tule ollenkaan, hosuu, ei pidä lupauksia, pitkäjänteisyys puuttuu, suuttuu herkästi, haluaa kaiken ”heti”, riskinottaja
- Keskittymisvaikeudet ja –tarkkaamattomuus
- Häiritsevä käytös ryhmätilanteissa
- Vaikeudet pysyä paikoillaan
- Vaikeus noudattaa ohjeita
- Epäkäytännöllisyys
- Huolimattomuus, hajamielisyys
- Tehtävien unohtaminen ja palauttamatta jättäminen
- Matala turhautumiskynnys ja siitä johtuvat kiukunpuuskat
- Impulsiivisuus, johon voi liittyä äkillisiä suuttumisia
- Tapaturma-alttius
- Kirjoittamisen hitaus ja virheellisyydet yleisiä
- Tehtävien aloittamisen, suunnittelun ja valmiiksi saattamisen vaikeus
- Puutteellinen ajantaju ja siitä johtuva myöhästely
- Sosiaalisten viestien tulkitsemisen vaikeus

## Hoitamaton ADHD

- Päihdeongelmat
- Masennus ja/tai ahdistuneisuus
- Heikko itsetunto
- Konflikti ympäristön kanssa
- Oppimisen ongelmat

## TARKKAAVUUS

- Kyky itse ohjata havaitsemistaan tilanteen tai tehtävän kannalta olennaisiin ympäristön piirteisiin ja kyky valita soveltuvat toimintatavat

## TOIMINNAN OHJAUS

- Kyky työskennellä mielekkäällä tavalla tehtävä- ja oppimistilanteessa ja kyky käyttäytyä tilanteiden vaatimusten mukaisesti (suunnittelu, aloittaminen, eteneminen, arviointi)

### Keskittymisen tukeminen opetustilanteessa

- Luo rauhallinen ja vähävirikkeinen ympäristö.
- Jäsennä opetus ja päiväjärjestys selkeäksi (strukturointi).
- Etene asia kerrallaan.
- Korosta tärkeitä asioita.
- Valvo tehtävien suorittamista.
- Sovi säännöt ja seuraukset.
- Anna ohjeet suullisesti ja kirjallisesti.
- Opeta monipuolisin menetelmin.
- Mahdollista opiskelijoiden aktiivinen osallistuminen opetukseen ja huomioi liikkuminen.
- Muista tauot.
- Järjestä erillinen tila tarvittaessa.
- Aseta vaatimustaso vastaamaan kehitystasoa ja kykyjä.
- Ole joustava.
- Ole rauhallinen ja turvallinen aikuinen.
- Kannusta ja palkitse. Anna usein palautetta.