

# Har du kontakt med studenter med diagnosen ADHD/ADD?



NTNU har et økende antall studenter med nedsatt funksjonsevne. Vi håper at dette tipsheftet kan være til nytte for deg som er i kontakt med studenter med ADHD/ADD.

## Hva er AD/HD og ADD?

Karakteristisk for diagnosen AD/HD er oppmerksomhetssvikt, hyperaktivitet og impulsivitet. Disse faktorene kan i stor grad forstyrre den mentale – sosiale og kognitive funksjonen. Ofte er det hyperaktivitet som forbindes med personer som har AD/HD. Imidlertid endrer hyperaktiviteten karakter til en indre uro med alderen. Når urolighetene foregår innvendig kan det være vanskelig å spotte, men problemene kan likevel oppleves som svært oppmerksomhetskrevende for den det gjelder. Indre uro kan komme til uttrykk ved at studenten utad bruker oppmerksomheten til å tegne eller skrive, eller fikle med telefonen og andre ting.

**Imidlertid endrer hyperaktiviteten karakter til en indre uro med alderen.**

Personer med ADD er personer som fyller kriteriene for oppmerksomhet – og konsentrasjonsvansker, men som ikke viser den impulsivitet, hyperaktivitet og uro som kjennetegner personer med AD/HD. Diagnosen ADD kjennetegnes i større grad av påfallende rolig tempo, (ting tar tid), manglende initiativ, dagdrømming, passivitet og lavt aktivitetsnivå

## Hvilke utfordringer har studenter med AD/HD og ADD i studiene?

Høyere utdanning har generelt et mindre strukturert miljø enn videregående, og studenter med AD/HD får slik en forhøyet risiko for å feile akademisk. Hos studenter med AD/HD og ADD ser man ofte utfordringer med planlegging, strukturering og gjennomføring av ulike oppgaver på grunn av utsettelse, manglende selvdisiplin og andre kognitive funksjoner. Forskning viser at dette forsterkes av utfordringene, forventningene og stressorene studentene møter i høyere utdanning.

Symptomer og utfordringer hos studenter med AD/HD og ADD varierer i stor grad, og selv om det er en del felles kjennetegn, er det også store forskjeller fra individ til individ. Alle studenter med AD/HD vil ikke ha alle de karakteristikkene som beskrives her, men alle vil ha noen. Det er ikke mulig å tilrettelegge for et opplegg som i detalj passer for alle. Personen det gjelder kan ofte ta stilling til hvilken hjelp han eller hun ønsker, og det er derfor viktig at man spør den enkelte.



## Gode tips

- For å bistå studenten i forhold til struktur og organisering, vil det være av stor hjelp at studentene får tilgang til en detaljert semesterplan med oversikt over hva som skal gjennomgås på forelesning.
- Det vil også være av stor nytte å gi studentene en pensumoversikt med hvilke sider som skal leses fra gang til gang.
- For å imøtekomme behovet for oversikt og struktur, vil det være til stor hjelp at forelesningsnotater legges ut på forhånd, for eksempel via it's learning.
- Skriftlig informasjon er som regel enklere å få med seg enn muntlige. Bruk gjerne it's learning. Gjenta gjerne informasjonen flere ganger.
- Ettersom studenter med AD/HD kan ha vansker med å holde oppmerksomheten over tid kan det være hensiktsmessig med variert undervisning, - aktiviser gjerne studentene med deltakelse.
- Smarttelefon kan benyttes som et kognitivt hjelpemiddel og gi oversikt, struktur og forutsigbarhet. Kalender, planer, kart, tilgang til informasjon, notater og dokumenter på ett sted kan være stressreducerende.

## Arbeidsformer

Gruppearbeid kan være utfordrende for studenter med AD/HD og ADD, fordi dette stiller krav til selvstendige gruppedeltakere hvor alle tar initiativ og er aktive. Det er viktig å være bevisst at studenter med AD/HD og ADD kan oppleve denne arbeidsformen

som særlig utfordrende, fordi aktive initiativ ikke nødvendigvis faller seg like naturlig for

**På en annen side kan gruppearbeid fungere som motiverende ved at de oppmuntrer studentene til å ta initiativ og samarbeide om oppgaver, som ellers kan være vanskelig å starte med på egenhånd.**

denne gruppen av studenter. På en annen side kan gruppearbeid fungere som motiverende ved at de oppmuntrer studentene til å ta initiativ og samarbeide om oppgaver, som ellers kan være vanskelig å starte med på egenhånd.

Studenter med AD/HD og ADD vil kunne ha behov for tilrettelagt eksamen. Det er eksamenskontoret som innvilger søknad om dette. Søknadsskjema fås hos Studentservice. Studenten må selv søke, og legge ved attest fra sakkyndig som dokumenterer vanskene. Tilrettelagt eksamen kan for eksempel innebære:

- Utvidet tid. Denne gruppen av studenter kan være utpreget omstendelige og litt langsomme i det de gjør. Av den grunn kan det for noen være hen siktsmessig å søke om utvidet tid i forbindelse med eksamen.
- Mindre rom/enerom. Enkelte studenter med AD/HD eller ADD kan være svært sensitive for lyder og støy som kan oppta og forstyrre konsentrasjonen deres. I slike tilfeller kan det være rimelig at man tilrettelegger i form av eksamen på rom med færre studenter eller i enerom.
- Bruk av PC. Flere har motoriske vansker, og disse kan ha nytte av å bruke PC på eksamen.

## Sterke sider hos studenter med AD/HD

Studenter med AD/HD har ofte tilgang til kreative prosesser gjennom sin dynamiske (ikke-lineære) tenkning, noe som gjør at de er flinke til å se helhetsbildet og mulighetene. De kan også vise stort engasjement og mye kunnskap innenfor sine interessefelt og enkelte tema. De kan derfor ha mye å bidra med og være en ressurs innenfor sine områder.

Kontakt rådgivningstjenesten for studenter med funksjonsnedsettelse:

Hanne Kvello;  
Tlf: 73 59 52 25  
Mob: 918 97 911  
hanne.kvello@ntnu.no

Reidar Angell Hansen  
Tlf: 73 59 51 76  
Mob: 918 97 963  
reidar.hansen@ntnu.no

Ingebjørg Dahl  
Tlf: 73 59 76 56  
ingebjorg.dahl@ntnu.no

<https://innsida.ntnu.no/tilrettelegging>