



DEBATT

Vi trenger ikke ADHD-diagnosen

Stigma reduseres når psykiske problemer forklares på en mer helhetlig måte.

Av Birgit Valla, psykologspesialist og forfatter

«Da datteren vår fikk diagnosen, føltes det som en lettelse. Vi ble på en måte frikjent, det var ikke vår skyld. Men noe inni meg skurret, jeg visste jo at det kunne være andre årsaker til hennes problemer. Etter at diagnosen ble satt, fikk disse forklaringene liten plass og vi ble fortalt at hun hadde et avvik i hjernen, en sykdom som var biologisk og medfødt. Etter hvert fikk hun flere diagnoser. Og ble dårligere. I dag er jeg sikker på at hvis vi hadde fått hjelp til å forstå *hennes*, hvordan hun opplevde omgivelsene sine og seg selv, så hadde vi hatt det mye bedre nå.» Dette fortalte en mor meg. Etter mange år i psykiatrien ønsket de å snakke med en fagperson som tenkte annerledes, og de hadde hørt at jeg hjalp barn og familier uten diagnoser.

Men jeg har ikke alltid jobbet slik. Som nyutdannet psykolog utredet og diagnostiserte jeg barn med det vi kaller ADHD. Når jeg hadde stilt diagnosen, ønsket jeg å gi foreldrene en sannferdig forklaring på hva ADHD er. Det omtales som en nevroutviklingsforstyrrelse, med bestemte avvik i hjernen. Men å forklare disse avvikene til foreldrene skulle bli vanskelig.

Artikkelen fortsetter under annonsen



For da jeg gikk forskningen nærmere etter i sømmene, viste deg seg at man aldri har kunnet påvise spesifikk avvik hos folk med ADHD. En slik [gjennomgang](#) av den britiske psykiateren Sami Timimi avslører viktige momenter: Påstander om arvelighet baserer seg gjerne på tvillingstudier som ikke nødvendigvis isolerer genetikk, eller molekylære analyser som ikke kontrollerer for viktige variabler. Systematiske forskjeller i hjernestruktur finner man ikke, og antagelser om kjemisk ubalanse faller sammen når man observerer at ADHD-medisiner gir lignende effekt også til folk uten diagnosen.

Dermed fikk jeg store etiske problemer i møte med familiene. Diagnosen gjør at vi overser en mengde faktorer som er avgjørende for barns utvikling. I spesialisthelsetjenesten så jeg få muligheter for utvikling. Så jeg sluttet.

I stedet begynte jeg i kommunehelsetjenesten. Vi bygget opp [Stangehjelpe](#) i Stange kommune, en tjeneste basert på tilbakemeldinger fra innbyggerne selv. De første årene leste vi om barns utvikling, temperament, traumer, omgivelser, biologi, epigenetikk – ja, stort sett alt som kan påvirke et barns liv. Vi forsto at problemene oppstår fra et samspill av biologi og alt rundt. Dette er ikke en sykdom, men en reaksjon på omgivelsene, noe den amerikanske psykiateren Gabor Maté gir en grundig redegjørelse for i *The myth of normal* (2022).

Litteraturen er også en bedre kilde til å forstå barn enn psykiatrien. Vi kjenner alle de syv dvergenes særegne temperamenter, Hundremeterskogens Tussi, Tigergutt og Nasse Nøff, Lotta i Bråkmakergata og Emil i Lønneberget. Vi kan kjenne både barna våre og oss selv igjen i disse karakterene. Men ingen av oss er bare Blygen eller Sinnataggen.

Jeg prøver på ingen måte å romantisere eller bagatellisere det strevet foreldre, barn eller voksne som får diagnoser, opplever. Problemet er at ADHD-diagnosen synes uegnet til både å forklare problemene og komme med gode, langvarige løsninger.

Norsk psykiatrisk forening har hatt mange utspill den siste tiden, der de forfekter psykiske problemer som sykdommer og hevder at motstemmer bidrar til stigma og skam for dem som har en diagnose eller tar medikamenter. Men tvert imot tyder forskningen på at stigma reduseres når psykiske problemer forklares på en mer helhetlig måte, som jeg skriver om i min bok *Videre* (2014). Medikamenter kan være nyttig for noen i perioder, men da må legene bli ærlige om hvordan medikamentene faktisk virker, slik at pasientene kan ta informerte valg.

redaksjon@morgenbladet.no

18/08/2023 00:05



RELATERTE ARTIKLER

Å reagere på økt medisiner for ADHD er uttrykk for moral



Udiagnostisert ADHD kan ha store konsekvenser



På et vis er hele samfunnet en kandidat for ADHD-utredning



Det er feil å snakke om ADHD som noe spesifikt for skolen



ADHD-influenser: ADHD-ere har en hjerne som kan prosessere langt raskere



ADHD: Mer medisiner bør ikke være svaret på manglende skolepresting



Sterk ADHD-vekst: Å moralisere synes jeg blir lettvin



På seks år har ADHD-medisineringen doblet seg



ADHD psykologi Barn

Mer fra Debatt



DEBATT

Den norske modellen er godt egnet til å formidle kunstneriske prosesser



Forskere må kunne publisere på norsk når det er faglig hensiktsmessig.



Høyere utdanning i Norge har alltid vært et spørsmål om sentrum/periferi



Vi trenger ikke ADHD-diagnosen



Gravide er sårbare under hetebølger



Det er feil å snakke om ADHD som noe spesifikt for skolen



Fagidioti og framandgjøring



Sintef: Forskning om påvirkning på naturmangfold er ikke meningsløs



Akademia er ikke for alle