

DOORZETTER!

Psycholoog worden met ADHD

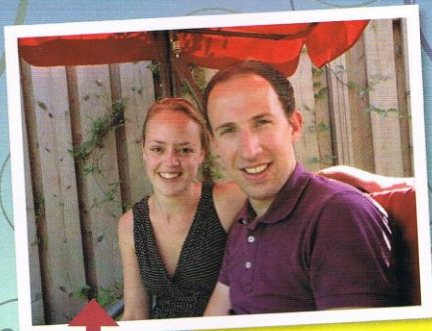
Arno de Poorter heeft ADHD. Vroeger had hij daar veel last van. Zijn ouders en leraren op school begrepen hem niet. Ze vonden hem een druk en lastig jongetje. Toch is het hem gelukt om psycholoog geworden. Voor zijn werk helpt hij kinderen met ADHD, hun ouders en leraren met goede tips. Daarom is hij een echte Doorzetter!

Arno: "Op de basisschool voelde ik mij heel alleen. Omdat niemand mijn gedrag begreep."

Toen hij op de basisschool zat, wist niemand dat hij ADHD heeft. Ook zijn meesters, juffen en ouders niet. Ze werden allemaal vaak boos op hem omdat hij slecht luisterde, brutaal was en niet goed op zijn stoel kon blijven zitten. Arno: "Op de basisschool voelde ik me daardoor vaak verdrietig. Ik had het gevoel dat niemand mij begreep."

Buikpijn

Arno was goed in gym, spreekbeurten en handenarbeid. Ook was hij een kei in wereldoriëntatie. Dit kreeg hij nooit te horen, er werd op school gelet op waar Arno niet goed in was. Op ouderavonden kregen zijn ouders te horen dat hij niet luisterde, brutale dingen zei en niet aardig was voor anderen. Arno: "Op zo'n avond lag ik met buikpijn in mijn bed. En wist dat als mijn vader en moeder weer thuis kwamen, ze boos zouden zijn".



Dit is mijn vriendin Anne. Zij houdt van mij precies zoals ik ben. Mijn ADHD maakt haar vaak aan het lachen, maar soms vindt ze het ook heel moeilijk. Zo kan ik bijvoorbeeld heel onvoorspelbaar zijn. Anne helpt mij bijvoorbeeld vaak bij het sturen van mailtjes. Omdat ik het moeilijk vindt om mijn verhaal kort op te schrijven. Ik zeg dan wat ik wil antwoorden en zij typt de mail. En dan gaat het fout. Want als Anne begint te typen bedenk ik alweer iets nieuws. 'Arno even mond dicht!', zegt ze dan steeds.



Vriendjes

"Op een keer dacht ik bij mezelf: Ik doe het toch nooit zoals het hoort, hoe goed ik mijn best ook doe." Ik sprak met mezelf af om heel erg mijn best te doen voor de dingen waar ik goed in was en niet voor de dingen waar ik nooit goed in zou worden. Zoals gym dus en mooie dingen maken met handarbeid." Op de basisschool had Arno wel vriendjes die met hem wilde spelen. Maar toch voelde hij zich eenzaam en alleen. "Omdat niemand mijn gedrag begreep."

Brutaal

In groep 5 veranderde er iets. De meester kwam bij Arno thuis praten. Hij vertelde de moeder van Arno wat er allemaal niet goed aan hem was. Arno: "Ik had er volgens hem voor gezorgd dat een andere leerkracht overspannen was geworden en ik luisterde niet. Waar ik wel goed in was, daar vertelde hij dat zijn moeder helemaal rood werd. Ze werd heel boos en vertelde de meester van groep vijf: 'Wat jij allemaal vindt, vind ik mooi niet!' Dat was de eerste keer dat Arno hoorde dat zijn moeder voor hem opkwam. En dat moment zal hij nooit meer vergeten. Na dat gesprek kwamen zijn ouders niet meer boos thuis van ouderavonden."

Slechte cijfers

Pas toen Arno 24 jaar was en heel veel problemen kreeg, ging hij voor hulp naar een psychiater. Die praatte met Arno en zijn moeder. Ook bekeek de psychiater zijn rapporten van de basisschool. Daarop stonden alleen maar goede cijfers voor rekenen en taal en hele slechte voor zijn inzet en gedrag. Na een paar gesprekken wist de psychiater zeker dat Arno ADHD had. Het was dus niet zijn schuld dat andere mensen zo vaak boos op hem waren geweest. En er was nog iets dat Arno zeker wist. Hij wilde psycholoog worden zodat hij met zijn eigen verhalen en tips andere kinderen met ADHD kan helpen.

Ik was vroeger een kei in gym

Tips van Arno voor andere kinderen met ADHD

- Geloof in jezelf, het is niet jouw schuld.
- Ken je andere mensen met ADHD? Praat er met hen over.
- Vraag mensen die je aardig vindt om je te helpen als je problemen hebt of je verdrietig voelt.

