

2 GRANDES EVENTOS

Urriak 7a



Octubre 2017
Mes Europeo de Concienciación sobre el TDAH
ADHD Europe - FEADAH
#womentandgirls



AGHN-aren eguna EUSKADIN

Tokia: Donostia, Sagues (Zurriolako hondartza ondoan).

JARDUERAK

3 x 3 (BASKET)

SURF

PAINT BALL

PARKOUR eta SKATE

EUREKA DANCE-rekin, dantza egitera!!

BABES-ERAKUNDEAK emandako oparien...ZOKKETA!

Eta sorpresa gehiago!!!



ANTOLATUTA



ADAHIGI 2002tik lanean dabil Gipuzkoan kide baten bat AGNHarekin daukaten familiei laguntzen eguneroko etxeko eta eskolako funtzionamendu pertsonala eta sozialean.

2006tik ADAHIGI Herri Onurako Elkarte bat da AGNH daukatenean alde lan egiteagatik bai Osasun Sailan, Hezkuntza eta Gizarte Zerbitzuetan. EUSARGHI Federazioako kide sortzailea da (2009). FEADAH-ko kidea da (Espainiako AGNH-aren fundazioa) (2006).

ADAHIGI lleva trabajando desde 2002, en Guipúzcoa, apoyando y facilitando a las familias, con uno o varios de sus miembros con el Trastorno de Déficit de Atención con /sin Hiperactividad, el funcionamiento diario tanto a nivel familiar, escolar, personal y social.

Desde 2006 ADAHIGI es considerada como Asociación de Interés Público con su labor a favor de los afectados por TDAH, en las áreas de: sanidad, educación y servicios sociales.

Es miembro fundador de la Federación Vasca EUSARGHI (2009). Es miembro de la Federación Española de TDAH FEADAH (2006).

VIII JORNADA



FORMATIVA ADAHIGI

"EL TDAH desde la evidencia científica y las adaptaciones específicas en el aula"

Dirigido a padres, madres y educadores

PONENTES

Dr. Ramos Quiroga

Lorea Aretxaga

J.R. Gamo



Lugar: FACULTAD DE PSICOLOGIA UPV. (Tolosa Hiribidea, 70, 20018 Donostia)

Día: 1 y 2 de diciembre de 2017

SOCIOS: 5€ NO SOCIOS: 15 €

Horario: viernes: 17:30 a 20:00

sábado: 9:30 a 13:00

COLABORADORES



Donostia Udala
Ayuntamiento de San Sebastián



Universidad
del País Vasco



PSICOLOGIA
FAKULTATEA
FACULTAD DE PSICOLOGIA

!!PLAZAS LIMITADAS!!

INSCRIPCIONES EN LA WEB: WWW.ADAHIGI.ORG

MÁS INFORMACIÓN 943459594 /
adahigi@adahigi.org

EL TDAH EN LA CLASE: QUÉ LE PASA A MI COMPAÑERO/A

Una de las grandes dificultades que nos encontramos en los centros escolares es la falta de comprensión y empatía ante el/la niño/a con TDAH. Resulta complicado que los propios profesores asuman y comprendan que en su aula hay un/a niño/a con TDAH, pero también es complicado que sus propios compañeros/as lo entiendan y le ayuden. Llevamos varios años dando pautas y asesorando a los centros escolares sobre cómo normalizar e integrar la conducta y limitaciones de los/as niños/as con TDAH en el aula. La verdad resulta gratificante, que la respuesta de los/as compañeros/as es siempre (con alguna excepción) positiva.

Este año hemos dado un nuevo paso y hemos preparado un taller, que ofrecemos a los centros escolares donde nuestros profesionales acercan a los niños/as lo que es tener un/a compañero/a con TDAH.

Objetivos:

1. Explicar los síntomas del TDAH a chicos/as que comparten aula, tiempo de ocio, amistad... con chavales con el trastorno.
2. Acercar a todos/as las sensaciones y vivencias de los chicos/as con TDAH.
3. Enseñar reglas básicas para mejorar la convivencia del día a día.

Metodología:

Una sesión donde, mediante la experiencia y práctica, se interiorizan esas dificultades para un niño/a.

ADAHIGI

AGNH/TDAH gelan.
Zer gertatzen zaio nire
gelako lagunari?

AGNH/TDAH: Gizartearentzat
nahaste ikusezin bat
baino... mugatzaillea jasaten
duenarentzat.

IIZATOAZ ETA EZAGUT GAITZA-
ZU!!

WWW.ADAHIGI.ORG / adahigi@adahigi.org / 943459594
Katalina Eleizegi 40 bajo. Donostia 20009



NUESTRAS SECCIONES EN NÚMEROS

1. Arreta goiztiarra

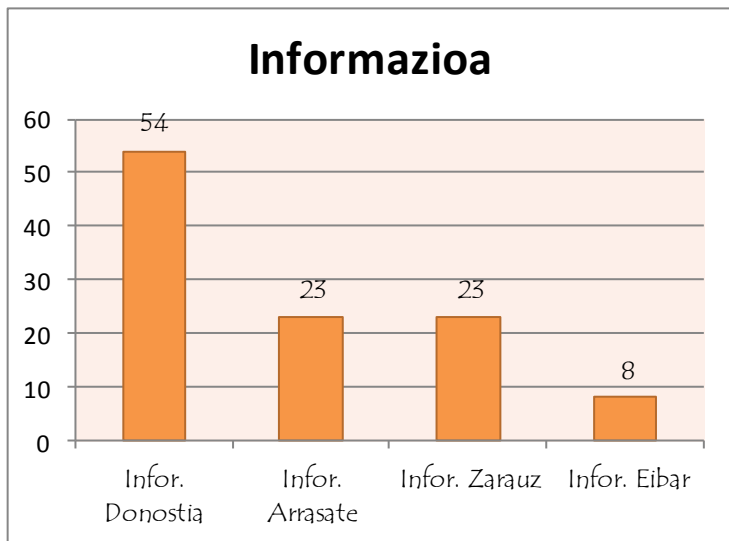
Diferenciamos sesiones informativas y de intervención.

La sesión **informativa** es un primer contacto con ADAHIGI, donde damos la información sobre los servicios que ofrecemos y conocemos la situación de la familia. Es gratuita y no obliga a nada.

Intervención: Una vez que la familia es socia, se inicia una intervención que es la que llamamos específicamente Atención Temprana, donde inicialmente se lleva a cabo 3 sesiones:

- madre/padre.
- niño/a-adolescente.
- devolución con los padres.

A partir de aquí y según las necesidades se planifica nuestro seguimiento.



Informazioa eta parte-hartzeko saioak bereizten ditugu.

Informazioa jasotzeko saioa Adahigirekin aurreneko kontaktu bat da, non gure zerbitzuak jakinaraztea ematen ditugun eta familiaren egoeraren berri jasotzen dugun. Dohakoa da eta ez du ezertan behartzen.

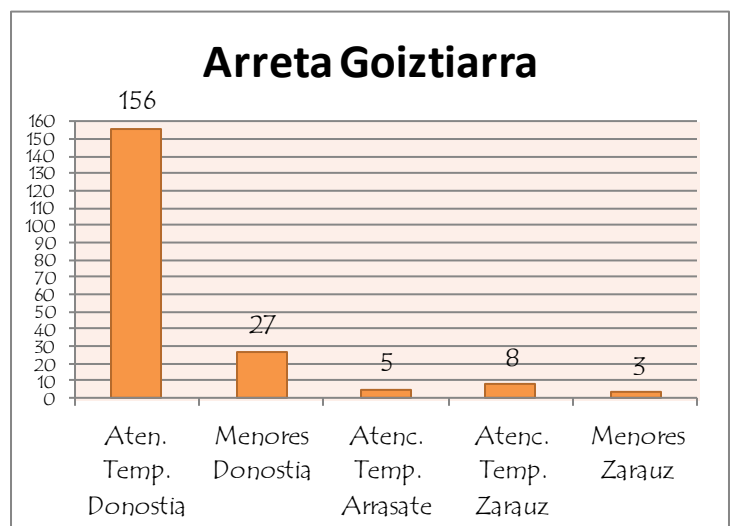
Esku-hartzeko saioak; Behin familia bazkide egiten denean, Arreta goiztiar deritzogun parte-hartze bat hasten da. Bertan 3 saio burutuko dira:

- ama/aita.
- haurra/nerabea.
- itzultze-hitzordua bat gurasoekin.

Hortik aurrera, eta behararen arabera, segimendu bat antolatzen da.

Seguimos ampliando nuestro servicio. Desde el mes de octubre atendemos también en EIBAR.

Gure zerbitzua zabalitzen jarraitzen dugu. Urritik aurrera Eibarren ere erantzungo zaitugu.



NUESTRAS SECCIONES EN NÚMEROS

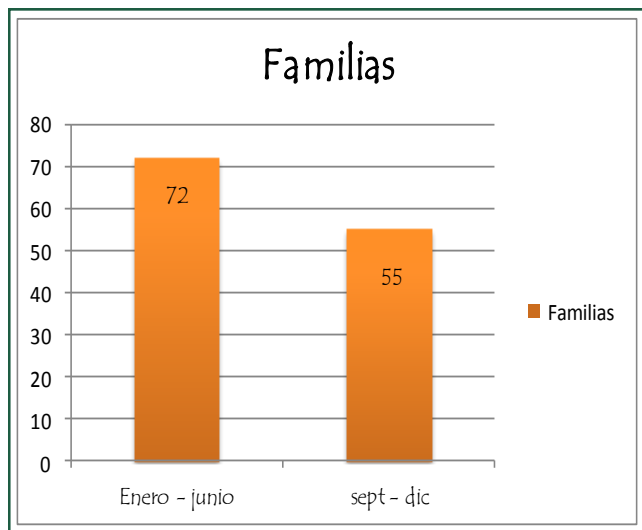
Grupos de autoayuda con familias

Se trabaja en grupo reducido, por un lado con los/as niños/as, y por otro con los/as padres-madres.

El objetivo con los menores es hacerles conscientes de lo que tener TDAH e interiorizar herramientas que les ayuden en el día a día.

Arrisku egoera dauden
familieri bitartetza

es



El objetivo con los padres-madres es quizás más importante: asumir lo que supone tener un/a hijo/a con TDAH y aprender a manejar todas las situaciones que surgen.

Familiekin autolauntzako taldea

Talde txikietan, alde batetik umeekin eta bestetik gurasoekin egiten da lan.

AGNH zer den jakinaraztea eta egunerokotasunean behar dituzten baliabideak barneratzea da gazteekin lantzen den helburua.

Gurasoekin ordea helburua garrantzitsuagoa da: AGNH duen seme-alaba bat edukitzea zer suposatzen du eta agertzen diren egoerei aurre egitea ikasi eta maneiatu.

17/18 KURTSOA:

NERABEEN TALDE BERRIA

(16 urtetik 19ra)



Helbuaroei arreta.

Intervención individual

Desde el servicio de Atenc. Temprana se ofrece esta posibilidad.

El perfil de la persona que solicita este servicio es:

Edad media: entre 20 y 35 años.

Demanda principal: problemas a nivel laboral y de estado de ánimo.

Atenc. Individual: 40 personas.

Atenc. Grupal: 15 personas.

Banakako esku-hartze

Arreta goiztiar zerbitzutik aukera hau eskaintzen da.

Zerbitzu hau eskatzen duen pertsonaren profila da:

Batezbesteko adina: 20 eta 35 urte.

Eskera nagusia: Arlo laboralean arazoak eta berain egoera emozionala.

Banakako arreta: 40 pertsona.

Taldeko arreta: 15 pertsona.



NUESTRAS SECCIONES EN NÚMEROS

Talleres de formación a centros escolares

Los talleres en los colegios son solicitados desde los centros escolares. De forma general se trata de 2 sesiones. La primera más teórica y la segunda práctica. En la segunda sesión intentamos ajustarnos a la demanda del profesorado y concretar en las situaciones o dificultades que viven en el aula.

Ikastetxetako tailerrak ikastetxeak berak eskatzen ditu. Orokorrean bi saiotan banatzen dira. Aurrenekoa teorikoa izaten da eta bigarrena praktikoa da. Bigarren saio honetan irakasleak eskatutakoa lantzen dugu, gelan bizi dituzten egoerak eta zailtasunak zehaztuz.

Tutoretza pertsonalizatuak

Gure bazkideen irakasleei zuzeneko zerbitzu bat da. Beraien koordinatuta egiten da lana, egoera zehatzak konpontzen laguntzen zaie, era honetara gure bazkideen errendimendua eta beraien arteko harremana hobetuz. Galdetzen dizkiguten ohiko zailtasunak:

- Kurrikulum barruan adostasunak.
- Ikaskideen artekoen harremanak.
- Autokontrolarekin arazoak.

Bilera hauek zehazteko ikastetxea jartzen da gurekin harremanetan eta gure aditua bertaratzen da. Beharrezkoa izanez gero, segimendu bat egiten da, kurtsoan zehar eta gero urteetan, bai email, baita aurrez aurre ere.



Se trata de un servicio directo a los profesores de nuestros/as socios/as. Se trabaja en coordinación con ellos para ayudarles a manejar situaciones puntuales con el fin de mejorar el rendimiento y relación de nuestros/as socios/as. Las dificultades habituales que nos consultan son:

- Ajustes metodológicos dentro del curriculum.
- Mejora de las relaciones sociales con compañeros e iguales.
- Problemas de autocontrol.

Para estas reuniones el centro se pone en contacto con nosotros y nuestro profesional es el que va al colegio, si es necesario se crea un seguimiento, bien vía email, bien presencial, a lo largo de curso escolar y en años posteriores.

DÍA DEL TDAH EN EUSKADI (7 de octubre)

Aurten ospatzeko tokia aldatu egin dugu, Sagües-era joan gara (Gros-eko hondartzaren ondoan) ekintzetarako leku gehiago edukitzeko asmoz.

Gure elkarkide eta familien partaide kopurua handiagoa izan da sare sozialen eraginez. Leku irekia zenez jende asko ederki pasatu zuen gure jarduerekin nahiz eta ez jakin nortzuk ginen.

ANADAHI eta AHIDAko familiak ere gerturatu ziren eta denok EUSARGHI osatzen dugu.

Dañoren urtean Gasteizeko ANADAHI lekukoa hartzen du.



Este año hemos cambiado el lugar de celebración, nos hemos ido a Sagües (junto a la playa de Gros) con el objetivo de poder tener un mayor espacio para las diferentes actividades que queríamos realizar.

La difusión por las redes sociales ha permitido que haya una mayor asistencia tanto de nuestros/as socios/as como de familias sensibilizadas con el TDAH. Al tratarse de un espacio abierto, también se acercó gente que sin saber "quienes éramos", disfrutó de las actividades que teníamos preparadas.

Contamos con la presencia de familias de las asociaciones tanto de ANADAHI como de AHIDA, que juntos formamos la gran familia que es EUSARGHI.

Para el año que viene, nos coge el relevo ANADAHI (Gasteiz).

ADAHIGI-ren VIII. Formakuntza jardunaldia

Para el 1 y 2 de diciembre, apurando el 2017, organizamos la VIII Jornada de formación e Información de ADAHIGI. Se inscribieron 168 personas entre padres, madres y profesores.

En esta ocasión, la Jornada se centró en nuestros hijos/as con 3 objetivos a cubrir:



Profundizar y aclarar desde la evidencia científica la situación que vive cada uno de los menores que tienen TDAH.

Para ello, contamos con el **Dr. Ramos Quiroga**, que desde la perspectiva basada en la investigación dejó claro la necesidad de diagnosticar y tratar correctamente el TDAH así como, los riesgos que de no hacerlo, puede suponer para ellos/as (accidentes, consumos...) y en consecuencia para la sociedad.

Conocer las diferentes posibilidades y recursos con los que el profesorado cuenta para mejorar la situación del niño/a y adolescente en el aula.

Nos acompañó **Lorea Aretxaga**, técnico del Beritzegune Nagusia. Nos presentó la perspectiva educativa en la que están trabajando y nos planteó diferentes acciones, que no están reñidas ni con el desarrollo de la autonomía de los/as niños/as ni con el curriculum, y que son imprescindibles para la mayoría de los menores con TDAH. Sirven para eliminar las barreras que el TDAH les provoca. Estas barreras impide un desarrollo normalizado y les llevan a un fracaso académico, personal e incluso social.



Ofrecer un punto de vista práctico y exitoso de la forma de relacionarnos con un menor con TDAH tanto siendo profesor como madre/padre.

La persona que nos ofreció de forma clara, sencilla y práctica, pero sin alejarse de la neurociencia fue **J.R. Gamo**. Comenzado con una explicación del funcionamiento del cerebro fue capaz, ofreciendo su experiencia y con una gran cantidad de ejemplos (en los que todos nos veníamos reflejados) mostrar que hay "otra" manera de manejar el día a día.

Ahora nos toca a todos y todas hacerlo un poquito mejor, asumiendo que son **sus expectativas** las que cuentan y recordándoles que les **QUEREMOS**.



Cuando mi marido y yo decidimos tener un hijo, nos hicimos una idea de cómo sería... tendría los ojos del abuelo, el pelo del abuelo, la nariz de la abuela... Todo iría genial, nos íbamos a convertir en los mejores padres del mundo, no cometeríamos los errores de nuestros padres... Yo lo tenía claro, quería "un UNAI". No había discusión....

Cuando nació, venía llamando la atención. De la sala de partos salió con los ojos bien abiertos sin quererse perder nada de lo que sucedía a su alrededor. Hasta la celadora que nos llevaba a la habitación nos dijo "Vaya ganas de vivir que trae este niño". Y así fue. Con 9 meses ya se echó a andar, y ya no pudimos pararle. Estar quieto era perder el tiempo. Tenía tantas cosas por descubrir...

Comenzó en la guardería, sin problemas... Era un niño alegre, inquieto, pero buen niño. Le encantaba correr por el parque, jugar el fútbol, pero le costaba estar sentado escuchando un cuento. ¿A qué niño no le cuesta estar sentado cuando le obligan?..

Llegó su etapa del colegio. En infantil más de lo mismo. Unai era curioso, con ganas de aprender "lo que a él le interesaba", pero sin lograr sentarse a escuchar un cuento, las fichas eran trabajos interminables, tiene que madurar, es muy infantil, era lo que me repetieron durante los 3 años de infantil ¿Muy infantil? ¿Un niño de 3, 4 o 5 años? ¿Tenía que convertirse ya en un adulto? NO POR FAVOR.

Lo que para mí era un niño feliz, sonriente, simpático, en Primaria fue un horror. "Es un maleducado, no respeta turnos, tiene que aprender a mantener la fila, le tenéis que decir en casa que en clase hay que mantenerse sentado y callado..." y tantas y tantas frases que os sonaran muy conocidas y que hacían preguntarme... ¿Tan mala madre soy? ¿Tan mal lo estoy haciendo? ¿Es que nadie ve lo alegre, simpático, cariñoso y buen chaval que es?.

A medida que los cursos pasaban, mi desesperación era mayor. Cuando llegaba la hora de ir recogerle, en lugar de ir contenta por ver cómo le había ido el día, iba preocupada, pensando en que cómo se habría metido, si habría apuntado los deberes en la agenda, o si el examen de ese día le habría salido bien. El llegar a casa e intentar repasar o hacer los deberes, era un tormento. Cuando no tenía sed, tenía ganas de orinar, la silla estaba muy lejos o muy cerca del escritorio y mi paciencia se agotaba por momentos. Las tardes eran interminables y claro, además de conseguir que Unai hiciera los deberes y repasara las lecciones del día, tenía que atender a mi enano, 3 años menor, que también necesitaba mi atención. Cuando mi marido, llegaba a casa hacia las 20:00 y se encontraba el panorama, empezaba otra vez una retahíla de siéntate, haz caso, tienes este ejercicio sin terminar, tienes que trabajar más limpio, etc.

La relación con mi hijo era mala, yo era un ogro, todo el día le estaba gritando y marcando las cosas que hacía mal. Había dejado de ver a aquel niño simpático y cariñoso para ver a un pequeño monstruo que quería hacerme la vida imposible negándose a hacerme caso en órdenes básicas y sencillas.

En la primera evaluación de 5º sacó 4 suspensos. HORROR!. Ya no podía más, y el colmo fue cuando vino llorando preguntándome "¿soy tonto? - No, cariño, no eres tonto, lo que pasa es que no te fijas, si lo hicieses evitarías cometer tantos errores".

Una amiga me habló del TDAH, "no puede ser", le dije, "es capaz y no le da la gana, se tiene que fijar más y poner un poco más de atención". Mi hijo no encajaba en el perfil de persona hiperactiva que yo tenía en mi cabeza. Pero me entraron las dudas, ¿y si realmente tenía un problema y no lo quería ver?. Decidimos mirarlo, y así sabríamos el porqué de su comportamiento. A través de un familiar dimos con Maite y con la asociación y de todo lo que había supuesto para ellos. Así que, allí fuimos. Con miedo por lo que nos fueran a decir pero dispuestos a afrontar lo que fuera por el bien de nuestros dos hijos.

El resultado de las pruebas fue contundente: tenía el pack completo donde predominaba la impulsividad. ¿Y ahora qué?.

Maite nos habló de los grupos de terapia que ofrecía la asociación y decidimos probar. Nuestra forma de actuar ante el comportamiento de nuestro hijo era, tanto o más importante, que la medicación. Hablamos con Unai, él también necesitaba ayuda y a su manera la estaba reclamando. Así que allí nos presentamos el primer viernes sin saber lo que nos esperaba, era raro... explicar a gente "extraña" tus preocupaciones, tus miedos, tu inquietudes... y de repente te das cuenta que esa gente "extraña" es la que mejor te entiende, la que no te juzga, la que sabe por lo que estás pasando y poco a poco van formando parte de tu vida hasta el punto que, cuando viene un bache, estás deseando acudir a ellos porque sabes que no te van a fallar. Dejábamos de ser "los padres de..." a ser NOSOTROS MISMOS...

No puedo decir que es lo que hacían en los grupos de los peques, pero lo que estaba claro era que Unai salía tranquilo, fortalecido. Había dejado de sentirse como un bicho raro porque veía que había más chavales como él. Al igual que nosotros, él también encontró ese lugar donde desahogarse sin ser juzgado, donde aprendió pequeñas artimañas para superar el día a día, estrategias para controlar su impulsividad... y así, han pasado los años y aquel niño que iba a ser un bala perdida, hoy cursa 2º de bachiller con un gran futuro por delante. Estoy segura que lo ha logrado gracias al apoyo que recibimos en la asociación.