

ADHD

NR. 1 · FEBRUAR 2013

LOKALAFDELINGEN **STORKØBENHAVN**

Generalforsamling 2013

– ny formand og ny bestyrelse

Lotte Kaspersen
nomineret til
Årets Helt



Mig og min ADHD

– en fortælling om kampe og sejre

Projekt OPRUST

LOTTE KASPERSEN

nomineret til **ÅRETS HELT**

Siden 2009 har Jyllands-Posten i samarbejde med TrykFonden og med læsernes hjælp fundet og kåret **Årets Helt**. Udvælgelsen af kandidater er demokratisk – alle har under nomineringsperioden mulighed for at indstille sin egen helt eller sit eget forbillede. Hvor svært det end er at definere helte og sammenligne heltegerninger, så definerer initiativtagerne **en helt** ved, at:

"... man først og fremmest er parat til at "ofre sig" for andre. Helten er den, der er parat til at sætte sine medmenneskers behov over sine egne. Helten er et forbillede. Helten udviser samfundssind".

Årets Helt indstilles hvert år i november og i 2012 havde ADHD-foreningen Storkøbenhavn sin egen helt nomineret; nemlig Lotte Kaspersen for hendes fantastiske og hjertevarme projekt "**Opgangsfællesskabet i Søborg**" – et bosted for unge med ADHD og AS/autisme. Lotte har tidligere arbejdet indenfor det socialpædagogiske område og set, hvad der har fungeret og ikke fungeret. Tankegangen

og ideologien omkring "**Opgangsfællesskabet i Søborg**" er baseret på Lotte Kaspersens 20 års erfaring på området og utallige positive eksempler, hvor forældre, børn og unge er blevet hørt, forstået og dermed hjulpet.

Som 40-årig fik Lotte selv diagnosen ADHD, og hendes tilgang til sit arbejde er derfor baseret på egne erfaringer og en helt unik forståelse for målgruppens daglige udfordringer. Det er helt naturligt for Lotte at bruge sin egen diagnose som øjenåbner i alt fra pædagogik til fysiske rammer. Lottes tilgang til sine borgere i opgangsfællesskabet er bl.a. tillid, respekt, anerkendelse og ikke mindst hjælp til selvhjælp. Lotte udtrykker det selv på denne måde:

"Anerkendelse er nøglen i den menneskelige udvikling, fordi vi først kan skabe os selv ved at blive skabt – det vil sige set, mødt og anerkendt – af en anden. Vi ved, at børn og unge med ADHD og AS/autisme, har svært ved at forudsige andres adfærd. Samtidig har de problemer med deres impuls kontrol, så de nærmest ender som selvkørende katastrofer. Derfor skal vi tilpasse vores krav og forventninger og motivere dem med belønninger og overgangshandlinger, hvor de får lov at gøre noget, som de synes er sjovt og meningsfuldt. Børn og unge lærer af voksne de kan lide. Når tilliden er til stede, er alle indstillet på at samarbejde".

Borgerne i opgangsfællesskabet består af individer, der alt for ofte har lidt nederlag og bl.a. derfor har lavt selvværd. Lottes mission er at implementere sine borgere så meget som muligt omkring deres hverdag. Med en respektfuld tilgang, så det enkelte menneske føler sig anerkendt, medbestemmende og skaber af eget liv. Kun via indflydelse på eget liv, føler man sig værdsat, succesfuld og anerkendt.



Lottes eget liv har tidligere været præget af psykiske nedture, angst, misbrug osv. I flere år flygtede hun fra sit eget liv uden helt at vide, hvad hun flygtede fra, og hvor hun flygtede hen. Årelange forløb med fejlagnostisering og derpå følgende fejlbehandlinger med vidtrækkende konsekvenser har krævet både blod, sved og tårer, en kæmpe fighterånd, en stædighed og en stærk vilje til at (over)leve. Måske netop derfor kan Lotte med en ærlig, nærværende og jordnær måde opbygge en tillid hos sine borgere – en tillid baseret på en værdifuld empati, en smertefuld indsigt og ikke mindst et kæmpe engagement.

Nu har Lotte trods og ikke mindst på grund af sine egne udfordringer med en diagnose inde på livet valgt at kaste alt sit overskud på et fantastisk givende projekt.

”Opgangsfællesskabet i Søborg” tegner allerede nu til en succes og er dermed et tiltrængt indspark til, hvad vi i dag tilbyder vores psykisk sårbare medmennesker. På Lottes kontor i ”Opgangsfællesskabet i Søborg” har Lotte selv skrevet:

”Ord er intet, handling er alt”.

Vi vælger hermed at beskrive Lottes gerning med **ord** og lader hende fortsætte sin uvurderlige **handling!**

Juryens medlemmer til Årets Helt er:

Gurli Martinussen, direktør i TrygFonden. Står i spidsen for fondens vidtrækkende aktiviteter, der udmønter sig i forskning, projekter og donationer, der alle er med til at skabe øget tryghed i Danmark.

Hanne Bech Hansen, tidligere politidirektør i København, statsadvokat i København og landets første kvindelige PET-chef. Anerkendt for gennemåbenhed at øge politiets troværdighed.

Henrik Thomsen, chefredaktør på Morgenavisen Jyllands-Posten. Initiativtager til en række journalistiske formidlingsprojekter, blandt andet JP Explorer og Galathea 3-ekspeditionen.

Lottes nominering kan ses på:

<http://www.aaretsfelt.dk/nominerede>

Læs mere om Lotte Kaspersen her:

<http://www.lottekaspersen.dk/index.html>

Lotte fortæller om sit liv og sit projekt på ADHD-foreningen Storkøbenhavns generalforsamling den 22. januar 2013.

ADHD står for Attention Deficit Hyperactivity Disorder

ADHD indebærer, at der er afvigelse inden for områderne opmærksomhed, aktivitet og impulsivitet.

ANNONCER

ANNONCER