



## VEDLEGG TIL

# Attest på ADHD fra psykiater eller psykolog



I etiske regler for leger, kapittel IV §§ 3 og 4, står det at en lege skal bygge sine erklæringer på nødvendig innhentet informasjon og på så omfattende undersøkelser som formålet tilsier. Erklæringen skal gi tilstrekkelig informasjon til å fylle sin hensikt og skal være objektiv og nøytral.

Vi ber om at dette vedlegget leses, underskrives og sendes inn sammen med attesten, slik at vi vet at attesten er utferdiget med en viss kjennskap til hva kandidaten møter i Forsvaret.

Attester som sendes til Forsvaret vurderes av leger med sivil spesialistkompetanse samt bred militærmedisinsk bakgrunn.

### **ANNERLEDES ENN SIVILT LIV**

Militærtjeneste innebærer situasjoner som er svært forskjellig fra sivilt liv. Det stilles store krav både fysisk, sosialt og psykisk. Man deler rom med ukjente ungdommer som man ikke har valgt selv, og må klare å samarbeide og forholde seg til dem på en

god og konstruktiv måte. Man må følge ordre fra befal, selv om man ikke nødvendigvis skjønner meningen med dette. Man må klare å leve i en situasjon der man har liten innflytelse eller kontroll over egen hverdag, og der man ikke vet hva som vil skje når. Man vekkes om natten og må ut og gå, man utsettes for store fysiske påkjenninger. Man kan få irettesettelser for forglemmelser. Man må sove når man kan og spise når man har mulighet. Man må spise fort og man må spise det man får servert.

Mange ønsker seg inn i Forsvaret fordi de ønsker utfordringer. Noen ungdommer med ADHD ønsker seg inn i Forsvaret nettopp for å bevise at de kan mestre en krevende

militærtjeneste på tross av vansker tidligere i livet.

For de fleste ungdommer vil det å miste muligheten til å strukturere egen hverdag være en krevende side ved militærtjeneste. For personer med ADHD er dette ekstra utfordrende fordi mange bruker faste rutiner som hjelpemiddel for å fungere godt. Egenutviklede strategier for å huske og å gjennomføre oppgaver vil sannsynligvis ikke kunne brukes i militærtjeneste, hvor det blant annet forventes det at man skal kunne forholde seg til flere beskjeder samtidig og i løpet av kort tid. Det er ikke mulighet for tilpasninger i tjenesten – selv om man har ADHD må man fungere på linje med alle andre.

ADHD-diagnosen spenner over et vidt spekter. Noen har kun lette konsentrasjonsproblemer der diagnosen har gitt mulighet for tilpasninger i skolearbeidet. For andre vil symptomer som økt impulsivitet, glemsomhet eller nedsatt konsentrasjon kunne sette vedkommende eller andre i fare. Mange med ADHD som ønsker militærtjeneste har gode resultater fra fysiske tester og tenker at de derfor passer bra i Forsvaret. Flere av disse vil kunne fungere godt og har stor arbeidskapasitet. Gode fysiske forutsetninger kan imidlertid ikke fullt ut kompensere for problemer med impulsivitet eller konsentrasjon, glemsomhet eller avhengighet av egne rutiner.

### **DERFOR HAR VI STRENGE KRAV**

God psykisk og somatisk helse hos soldatene er nødvendig for at Forsvaret skal opprettholde sin stridsevne. I tillegg ønsker Forsvaret å unngå å forverre folks helse (inkludert psykisk helse) ved å ta inn personer

til militærtjeneste som er psykisk sårbare. En kritisk forskjell fra sivil liv, er at man i militærtjeneste blir satt i situasjoner hvor man har ansvar for egen og andres sikkerhet. Risikoen for at fremtredende ADHD-symptomer kan føre til farlige situasjoner, for eksempel på skytebanen, ved håndtering av tungt utstyr, tunge kjøretøy og avanserte våpensystemer med stort skadepotensial, er noe av bakgrunnen for at ADHD vurderes strengt.

### **KRAV TIL ATTESTEN**

Enkelte med ADHD har eller har hatt andre diagnoser som sinnemestringsproblemer eller andre atferdsforstyrrelser. Dette må det opplyses om i attesten. Funksjon på skole må beskrives. Har kandidaten fulgt normert skoleprogresjon? Har det vært behov for tilrettelegging på videregående? Hvordan har sosial funksjon i klasserommet vært? Har vedkommende stort skolefravær? Har det forekommet ukritisk impulsiv atferd? Har vedkommende hatt noen arbeidsforhold (deltidsjobb/sommerjobb)? Har vedkommende hatt kontakt med politi for ordensforstyrrelse eller liknende, eventuelt kontakt med konfliktråd? Hvordan fungerer kandidaten under stress?

Attesten må gi et godt og sannferdig bilde av dagens funksjon.

En erklæring må inneholde en grundig vurdering av hyperaktivitet, konsentrasjonsproblemer, glemsomhet, atferdsproblemer, sosial funksjon, skolefunksjon samt en vurdering av psykisk robusthet eller sårbarhet. Dersom kandidaten tidligere er fulgt opp ved BUP, DPS eller annen instans, må kopi av epikriser og journalnotater legges ved.



## FYLLES UT AV PSYKIATER/PSYKOLOG

Vurdering av militær tjenestedyktighet overlates til militærlege på bakgrunn av gitte opplysninger.

Det bekreftes at attesten er skrevet med kjennskap til innholdet i dette skrivet.

**FULLT NAVN I BLOKKBOKSTAVER**

**DATO OG SIGNATUR**

Les mer om Forsvarets helsekrav på [forsvaret.no/helsekrav](https://forsvaret.no/helsekrav)