



Európai Regionális Szervezet

HÍRLEVÉL

2026. március 2.

Ötven szekció, egyetlen képernyő – ICONnect ADHD 2026

Négy nap, közel hatvan programpont, négy párhuzamosan futó szekciósáv – egyetlen fizikai helyszín nélkül. 2026. február 25. és 28. között rendezték meg az ICONnect ADHD 2026 online konferenciát, amely három nagy amerikai ADHD-szervezet, a CHADD, az ADDA és az ACO közös szervezése volt.

Három szervezet, egy program

Az „Annual International Conference on ADHD” 1988-ban indult helyi rendezvényként, ma pedig a szervezők megfogalmazásában Észak-Amerika legnagyobb és leghosszabb ideje működő multidiszciplináris ADHD-találkozója. A sorozatot a CHADD (az Egyesült Államok legnagyobb ADHD-s érdekvédelmi szervezete, amely a CDC támogatásával működteti az ADHD Nemzeti Forrásközpontját), az ADDA (a felnőttkori ADHD-ra fókuszáló nemzetközi szervezet) és az ACO (az ADHD-coachok szakmai szervezete) működteti közösen.

A szervezők célja szerint „Az ADHD ICONnect összefogja és megerősíti az ADHD-közösséget – a szülőket, a felnőtteket és a szakembereket –, és élénk, befogadó teret terem, ahol a szakértelem találkozik a megélt tapasztalattal.”

Az online forma egyik legkézzelfoghatóbb előnye a részvételi díjban mutatkozott meg: a tagok a legkorábbi regisztrációs időszakban 99 dollárért válthattak jegyet, de a legmagasabb részvételi díj sem haladta meg a 209 dollárt. Ehhez képest a konferencia kifejezetten széles körű továbbképzési kínálatot biztosított – fontos azonban tudni, hogy ezek amerikai szakmai kreditek, a magyar pedagógus-továbbképzési rendszerhez nincs közük. A mentálhigiénés szakemberek (pszichológusok, szociális munkások) az Amerikai Pszichológiai Társaság (APA) és a szociálismunkás-kamarák szövetsége (ASWB) által elismert rendszerben legfeljebb 26 kreditórát szerezhettek. Az ADHD-coachok saját szakmai szervezeteik rendszerében gyűjthettek krediteket: a Nemzetközi Coachszövetség (ICF) elismerésével legfeljebb 32, az ADHD-coachok szakmai szövetsége (PAAC) elismerésével pedig legfeljebb 38 órát. Az előadások felvételei ráadásul a közzétételüket követően még 14 napig elérhetők maradtak.

Merre mozdult el a szakmai beszélgetés?

A program fókusztemái több ponton eltértek attól, amit egy hagyományos szemléletű ADHD-konferenciától várnánk. Kiemelt figyelmet kapott a felnőttkori ADHD: David Goodman (Johns Hopkins Egyetem) a felnőttek gyógyszeres kezelésének kérdéseit járta körül, Linda Roggli pedig azt mutatta be, milyen – sokszor egymásnak ellentmondó – érzésekkel járhat a késői diagnózis, a megkönnyebbüléstől az elszalasztott lehetőségek miatti megbánásig.

Az érzelmszabályozás és a szégyen témája legalább öt programelemben megjelent. Shawn Horn „Állapot a stratégia előtt” című előadása jól érzékeltette ezt a megközelítést: abból indult ki, hogy a különböző technikák

és gyakorlati stratégiák alkalmazását meg kell előznie az érzelmi állapot rendezésének. Önálló hangsúlyt kaptak a nőket érintő sajátos kérdések, a hormonális változások és a késői felismerés is. Sandra Kooij (Amsterdam UMC) például a hormonális ingadozások és az ADHD-tünetek erőssége közötti összefüggéseket ismertette.

A tudományos programban az ADHD-kutatás több meghatározó szakembere is helyet kapott. Stephen Faraone az ADHD genetikai hátteréről, Brooke Molina a diagnosztikai tendenciákról és a legfrissebb előfordulási adatokról beszélt. Margaret Sibley egy olyan, felnőtteknek szóló kognitív viselkedésterápiás módszert mutatott be, amelynek kidolgozásába ADHD-val élő felnőtteket is bevontak. Anita Thapar (Cardiffi Egyetem) pedig a brit ADHD-ellátás tapasztalatait és az ezekből levonható tanulságokat ismertette.

Szakértelem és megélt tapasztalat egy programban

A konferencia egyik sajátossága az volt, hogy a tudományos előadások mellett a közösségi programok és a résztvevők közötti tapasztalatcsere is fontos szerepet kapott. A négy nap során összesen tizenegy sorstársi támogató csoportot szerveztek. Külön csoport várta azokat, akik ADHD-val és autizmussal egyaránt éltek, azokat, akik csak felnőttként kaptak diagnózist, valamint az ADHD-val élő gyermekek szüleit. Önálló csoportot szerveztek azoknak az ADHD-val foglalkozó szakembereknek is, akik maguk is érintettek voltak. Emellett kötetlen beszélgetések teremtettek lehetőséget arra, hogy a résztvevők kisebb körben osszák meg egymással tapasztalataikat és személyesen is kapcsolatba kerüljenek egymással.

A közösségi programok jelentőségéről Duane Gordon, az ADDA elnöke saját első konferenciájának élményét felidézve beszélt: „Félénken, szorongva és kimerülten érkeztem. A konferencia végére azonban, olyan emberek között, akik értették, min megyek keresztül – akik engem is értettek –, minden megváltozott.”

Miért érdekes ez itthonról nézve?

Az online megrendezés egyik legnagyobb előnye az volt, hogy viszonylag alacsony részvételi díj mellett nemzetközileg elismert kutatók és gyakorlati szakemberek előadásait lehetett követni a világ bármely pontjáról. Ez különösen azok számára jelentett új lehetőséget, akiknek egy tengerentúli konferencián való személyes részvétel a távolság és a költségek miatt nehezen lett volna megoldható. Figyelemre méltó volt az is, hogy a tudományos program és az érintetteknek szóló közösségi programok nem különültek el élesen egymástól: a genetikai kutatástól és a gyógyszeres kezeléstől az érzelemszabályozáson át a sorstársi támogatásig egyaránt helyet kaptak a konferencián. Ez a sokoldalú megközelítés a hazai ADHD-val kapcsolatos szakmai gondolkodás számára is érdekes példa lehet.