

## **Wissenswertes für Familien**

### **Nr. 47: Kinder die nicht aufmerksam sein können / ADHS**

Eltern sind besorgt wenn sie von der Schule verständigt werden, dass ihr Kind im Unterricht nicht aufmerksam auf seine Lehrer hört oder Störungen im Klassenzimmer verursacht. Eine mögliche Ursache für dieses Verhalten ist die sogenannte Aufmerksamkeits-Defizit-Hyperaktivitäts-störung (ADHS).

Obwohl ein Kind mit ADHS oft ein guter Schüler sein will, kommen ihm sein impulsives Verhalten und seine Aufmerksamkeitschwierigkeiten in der Klasse dazwischen und verursachen Verhaltens- u. Leistungsprobleme. Lehrer, Eltern und Freunde bemerken dass das Kind sich nicht ordentlich benimmt oder zumindest anders ist, aber sie können meist nicht erkennen, was genau falsch läuft.

Generell kann jedes Kind Unaufmerksamkeit, Ablenkungsbereitschaft, Impulsivität oder Hyperaktivität von Zeit zu Zeit an den Tag legen, aber ein Kind mit ADHS zeigt diese Verhaltensweisen viel öfter und extremer, als andere Kinder der selben Altersgruppe oder Entwicklungsstufe. ADHS kommt bei 3 bis 4 % der Schulkindern vor. ADHS kann bis ins Erwachsenenalter andauern. ADHS vererbt sich in Familien, wobei ungefähr 25 % der leiblichen Eltern ebenfalls ein ADHS aufweisen.

Ein Kind mit ADHS zeigt oft folgende Auffälligkeiten:

- Probleme damit, aufmerksam zu sein
- Unaufmerksamkeit hinsichtlich Details und das Begehen von Flüchtigkeitsfehlern
- Leichte Ablenkbarkeit
- Verlust von Schultensilien; Vergessen der Hausübungen
- Schwierigkeiten Schul- und Hausübungen fertigzustellen
- Schwierigkeiten zuzuhören und komplexeren Anweisungen Erwachsener zu folgen
- Ungeduld; ungefragtes „Herausplatzen“ mit einer Antwort
- Das Kind zappelt herum und krümmt sich, verlässt seinen Sitzplatz und rennt herum oder klettert auffällig gerne
- Erscheint immer von irgendetwas getrieben zu werden
- Spricht zu viel und hat Probleme leise zu spielen
- Unterbricht andere häufig und mischt sich ungefragt ein

Es gibt mehrere Arten des ADHS. Einige Menschen haben nur Probleme hinsichtlich Aufmerksamkeit und Selbstorganisation. Andere haben nur Symptome von Hyperaktivität und Impulsivität. Am häufigsten kommt der Mischtyp vor, jene Leute haben sowohl Schwierigkeiten hinsichtlich Aufmerksamkeit als auch Zeichen von Hyperaktivität.

Ein Kind mit ADHS Symptomen sollte einer umfassenden Untersuchung unterzogen werden. Eltern sollten ihren Kinder- oder Hausarzt um Überweisung ihres Kindes zu einem



Kinder- und Jugendpsychiater ersuchen, der dieses medizinische Problem entsprechend diagnostizieren und behandeln kann. Ein Kind, das unter ADHS leidet kann auch andere psychiatrische Störungen aufweisen wie z.B. Verhaltensauffälligkeiten, Angststörungen, Depressionen oder Entwicklungsstörungen. Diese Kinder können auch Lernschwierigkeiten aufweisen.

Ohne entsprechende Behandlung wird das Kind wohl hinsichtlich Schulleistungen zurückfallen, außerdem können auch Freundschaften darunter leiden. Das Kind erfährt viel öfter ein Versagen als es Erfolgserlebnisse hat, wird von Lehrern und der Familie, welche das Gesundheitsproblem nicht erkennen, häufig kritisiert.

Die Forschung hat deutlich gezeigt, dass Medikamente das Kind dabei unterstützen kann, seine Aufmerksamkeit und sein Verhalten sowie die organisatorischen Fähigkeiten zu verbessern. Die wirksamsten Medikamente sind wahrscheinlich Stimulantien sowie das Atomoxetin. Auch andere Medikamente wie Guanfacine, Clonidine und einige Antidepressiva können hilfreich sein.

Nichtmedikamentöse Behandlungsansätze sind kognitive Verhaltenstherapie, das Training sozialer Fertigkeiten, Elternschulung sowie massnahmen , die Schulsituationen betreffend. Verhaltenstherapie soll das Kind dabei unterstützen seine Aggression im Zaum zu halten und sein soziales Verhalten zu verbessern. Kognitive Therapie kann das Kind beim Aufbau von Selbstwert unterstützen; dabei sollen negative Gedanken und schlechte Stimmungen reduziert sowie Problemlösungsstrategien verbessert werden. Eltern sollen diesbezüglich lernen, dass sie besser Schritt für Schritt Anweisungen geben sollen, anstatt einmaliger (schwieriger) Mehrfachaufgaben. Durch Veränderungen der Lerntechniken kann versucht werden bei zusätzlich vorhandenen Lernschwierigkeiten den ADHS-Symptome entgegenzuwirken.

Ein Kind mit diagnostizierter ADHS kann bei entsprechender Behandlung ein produktives und erfolgreiches Leben führen.

Für weitere Information siehe auch:

Nr. 16: Lernschwächen

Nr. 21: Psychiatrische Medikation für Kinder

Nr. 29: Psychiatrische Medikation: Arten von Medikamenten

Nr. 33: Verhaltensstörungen

Nr. 51: Fragen bzgl. psychiatrischer Medikation für Kinder und Jugendliche, und

Nr. 52: Umfangreiche psychiatrische Exploration