

Für Betroffene und Fachpersonen

ADHS und Erziehung

Dr.med.Ursula Davatz

www.ganglion.ch

1. Nationale ADHS-Tagung
Workshop 4, 5.9.2009

Einleitung:

- Mit der medikamentösen Behandlung des ADHS-Kindes mit Ritalin ist es noch nicht getan.
- Die Eltern und Lehrer von ADHS-Kindern brauchen unbedingt ein Coaching, damit über die unglückliche Interaktion zwischen ADHS-Kind und Erzieher nicht eine sekundäre, meist psychische Krankheit entsteht, die man dann mit Comorbidität bezeichnet.
- 75% aller Erwachsenen, die an einem ADHS leiden, haben zusätzlich noch eine psychische Krankheit.
- Dies müsste nicht so sein. Wenn man der „artgerechten“ Erziehung, von diesen Kindern mehr Sorge tragen würde, könnte diese Zahl verringert werden.
- Das ADHS stellt zwar einen (genetischen) Risikofaktor für viele verschiedene psychische Krankheiten dar. Aus einem ADHS-Kind muss sich aber nicht zwingendermassen eine psychisch kranke Person entwickeln.

Was sind die gefährlichsten Erziehungsstile bei ADHS-Kindern und zu welchen sekundären psychischen Krankheiten führen sie?

1. Erziehung durch übermässige Bestrafung führt vor allem bei impulsiven Buben zu Persönlichkeitsstörungen wie dissoziale, asoziale Persönlichkeit mit Delinquenz.

2. Erziehung zu grosser Anpassung bei temperamentvollen Mädchen führt zu Ess-Brechsucht, Drogensucht, Borderline-Persönlichkeitsstörungen und manisch-depressiver Störung.
3. Erziehung durch Angst- und Schuldgefühle sowie viel Einreden auf das Kind führt zu Schizophreniekrankheit.
4. Erziehung mit wenig Struktur führt zu Messie-Syndrom.
5. Allzu strenge, perfektionistische Erziehung führt zu Depression und Zwangsstörungen und auch zu psychosomatischen Störungen.

Frage: Was ist ihr Erziehungsstil? Mit welchem sind sie gut gefahren und mit welchem nicht?

Was wäre eine ADHS-gerechte Erziehungsmethode, die zu keiner sekundären Pathologie führt?

- Das Kind führen, statt bei Fehlern bestrafen und kontrollieren.
- Nicht mit Bestrafung arbeiten. Häufige Bestrafung führt zu schlechtem Selbstwert und Minderwertigkeitskomplex.
- Mit Regeln arbeiten, die das Kind internalisieren kann, statt mit mütterlichen oder väterlichen Befehlen, welche dann Gehorsam und Unterwerfung verlangen. Ein eigensinniges Kind unterwirft sich schlecht, weil es stark selbst gesteuert ist.
- Rhythmus finden und Struktur setzen.
- Die Impulsivität und das Temperament des Kindes niemals als böse verurteilen und moralisch abwerten, sondern immer zuerst dahinter die Verletzung und die Schutzfunktion der Aggression suchen. Anschliessend dem Kind eine bessere Konfliktlösungsstrategie beibringen und ihm zeigen, wie es sich vor Übergriffen erfolgreich schützen kann.
- Die eigene Übergriffigkeit als Erzieher unbedingt wahrnehmen.
- Wenn es um einen Machtkampf geht, in welchem man sich als Erzieher unbedingt durchsetzen soll, mit „ich will“ oder „ich möchte, dass...“ statt „du musst“ reagieren.

- Bei Richtungswechsel diesen genug früh ankündigen und nicht abrupt durchführen, quasi erzwingen wollen.
- Bei einem Temperamentausbruch des Kindes nicht die Beziehung abbrechen, auch nicht strafen, sondern nur beruhigen. Erst anschließend wieder die Regeln durchgeben.
- Lieber wenig Regeln haben und diese dafür klar durchziehen als viele Regeln und alle immer wieder aufgeben, weil man sie nicht durchsetzen kann. Kinder werden sonst zu Tyrannen erzogen.
- In der Pubertät das Kind bei den Regeln mitgestalten lassen und die Verantwortung dafür übergeben, denn ADHS-Kinder sind stark eigen gesteuert.
- Die allgemeine erzieherische Haltung soll klare Prinzipien haben, aber nicht rigide sein. Es braucht einen gewissen Verhandlungsspielraum, eine „Knautschzone“, damit die Beziehung bei Verweigerung nicht bricht.