

# Anders Dynamisch Hochbegabt Sensibel

Kinder mit AD(H)S sind die Rosinen im Kuchen. Nicht sie, sondern ihr Umfeld muss verändert werden, das legen neue wissenschaftliche Untersuchungen nahe. Wir zeigen, wo es bereits funktioniert.

Text Veronica Bonilla Gurzeler Illustrationen Adrian Hablützel

Unsere Gesellschaft blickt vor allem mit missbilligend gerunzelter Stirn auf AD(H)S-Kinder (siehe Box S. 46). Stempelt sie als defizitär ab, mit einer Störung behaftet. Eltern verzweifeln an ihnen, ebenso wie die Schule. Andererseits gibt es Fachleute und Eltern, die das Besondere dieser Kinder hervorheben, von denen wir viel lernen könnten, würden wir sie nicht mit Medikamenten an das Mittelmaß anpassen.

Die Psychiaterin und Familientherapeutin Ursula Davatz bezeichnet sie sogar als Rosinen im Kuchen. Nun kommt auch eine Studie der Zürcher Hochschule für Angewandte Wissenschaften ZHAW und der Universität Freiburg zum Schluss: Nicht das Kind müsse verändert werden, sondern sein Umfeld. Doch wer die über 80-seitige Broschüre mit

Handlungsempfehlungen liest, die aus der Studie hervorgegangen sind, erfährt herzlich wenig darüber, was sich nun genau verändern müsste, damit den Bedürfnissen der Kinder ausreichend entsprochen wird. Dann halt doch wieder Ritalin? Ja, zumindest in der Schule, so das Fazit. Solange dort Normierung und Gleichmachen über allem stehen.

## Lenny geht nach den Sommerferien in eine Privatschule.

Das tönt etwas plakativ. Doch genau so hat es Melanie Borer\* erlebt. Ihr Sohn Lenny\* besucht in Gränichen AG den Kindergarten und soll im Sommer eingeschult werden. «Lenny hat ein starkes ADHS, redet nonstop, hüpf herum wie ein Gummiball, das ist nicht

einfach auszuhalten», sagt die Mutter. «Im Kindergarten fällt er zwar auf, doch die Lehrerin mag ihn und führt ihn sehr strukturiert.» Das spürt der Junge und reisst sich zusammen, so gut er kann; zuhause lässt er dann raus, was sich in ihm aufgestaut hat. Im Hinblick auf die Einschulung soll Lenny nun Ritalin nehmen, trotz heilpädagogischer Unterstützung – so wollte es der Schulpsychologe. «Das kommt für uns nicht in Frage», sagt Melanie Borer, die als Psychiatriepflegefachfrau auch beruflich mit erwachsenen AD(H)S-Betroffenen zu tun hat.

## Denkweise verändern

Ebenso ist für die Eltern klar, dass Lenny nicht in die Sonderschule gehört, ein weiterer Behördenentscheid. «Er ist intelligent, weiss zum Beispiel über den Weltraum bereits jetzt besser Bescheid als ich. Lenny ist, wie sein Vater, der auch ADHS hat, ein wandelndes Lexi-





kon», erzählt Melanie Borer. Doch ihr Partner habe mehrheitlich schlechte Erinnerungen an die Schulzeit, wurde ständig abgewertet, weil er nicht still sitzen konnte. Lenny soll nicht das Gleiche erleben. Er geht deshalb nach den Sommerferien in eine Privatschule.

Das Umfeld verändern, das scheint schneller gesagt als getan. Mut braucht es dafür. Und vor allem den Willen, die routinierteren Trampelpfade unserer Denk- und Erziehungsweise zu verlassen. Denn in diese passen AD(H)S-Kinder nicht hinein. Weil sie schlechter fremdzusteuern sind, oft dickköpfig und unruhig, aber vor allem kreativ und hochsensibel. Sie nehmen die Aussenwelt und ihre Mitmenschen intensiv und häufig sehr differenziert wahr, ebenso ihre eigene vielfältige Innenwelt. Weil so viel auf sie einprasselt, können sie sich schlecht konzentrieren – ausser ein Spiel, ein Tier, eine Situation oder ein Thema packt sie derart, dass sie ihm ihre volle Aufmerksamkeit widmen. Dabei zeigt sich, dass sie in der Regel mindestens durchschnittlich intelligent sind, nicht selten in Teilgebieten sogar hochbegabt.

### Im Wald statt auf Partys

Szenenwechsel, Schule für offenes Lernen (SOL) in Liestal (BL). In einem alten Fabrikgebäude unterrichten Ruth Oechslis und Matthias Held, früher Psychotherapeutin und Psychologin, mit einem Team von rund zehn Lehrpersonen zurzeit 60 Schülerinnen und Schüler. Der überwiegende Teil der Erst- bis Neuntklässler sind in der SOL, weil sie in der Volksschule nicht mehr zurechtkamen, Probleme mit ihrem Verhalten hatten oder gleich ganz von der Schule flogen. Der Diagnosen sind viele, AD(H)S ist die häufigste. Die beiden Schulleiter kümmern das erstaunlich wenig. «Die Kinder sind für uns weder krank noch gestört, weder mühsam noch daneben. Wir helfen ihnen einfach, ihren eigenen Rhythmus kennenzulernen, zu merken, was sie brauchen, Lösungen für Schwierigkeiten zu entwickeln. Und später ihren Weg in die Welt zu finden», sagt Ruth Oechslis. Ihre warmherzige Art und ihre freundlichen Augen geben einem das Gefühl, angenommen und in Ordnung zu sein, wie man ist. «Nach wenigen Tagen oder Wochen brauchen die meisten kein Ritalin und auch keine anderen Medikamente mehr», sagt Matthias Held. Und Oechslis ergänzt: «Bei Schwierigkeiten

schaun wir immer das ganze System an, also das Kind in seiner Familie. Und wir fragen uns: Was lebt das Kind, das sein Umfeld unterdrückt?» Bezogen auf die AD(H)S-Problematik regt Oechslis die Überlegung an, ob wir als Gesellschaft unsere Lebendigkeit derart unterdrücken, dass wir Kinder brauchen, die uns unerbittlich darauf aufmerksam machen?

Vieles ist anders an der SOL als an einer normalen Volksschule. Zum Beispiel das grosszügige Platzangebot: Wer im Klassenzimmer schlecht arbeiten kann, findet jederzeit ein ruhiges Zimmer. Oder das Frühstücksbuffet, das wie in einem Komfort-Hotel von 7.15 bis 11 Uhr geöffnet und ebenso reichlich bestückt ist. Äpfel, Rüeblis- und Gurkenstücke, Brot, Butter, Konfitüre, Käse, Nüsse, Müesli. Die Kinder, die meist einen langen Schulweg haben, frühstücken hier, bevor um acht Uhr der Unterricht beginnt, und können jederzeit etwas essen, wenn ihnen danach ist.

### Erfolge feiern, statt Ablehnung und Kontrolle erfahren.

Die Kinder werden jedoch auch gefördert und gefordert. Während der Woche haben sie neben den üblichen Schulfächern Zeit, ihren individuellen Interessen nachzugehen. Sobald sie eine Arbeit abschliessen, zeigen sie diese an der wöchentlichen Schulkonferenz, an der die gesamte Schule teilnimmt und die im Wechsel von zwei Jugendlichen aus der Oberstufe moderiert wird. Das kann ein selbst gebautes Longboard sein, ein Text, ein kleines Theaterstück, ein Physikexperiment. Die Lehrer sind mitverantwortlich, dass die Präsentation gelingt. «Das Kind und sein Werk sollen gefeiert werden», erklärt Oechslis.

Erfolge verzeichnen, gute Erfahrungen machen, statt Ablehnung und Kontrolle erleben. Melanie Borer hat Lenny zuliebe ihr Leben fundamental umgestellt.

Sie meidet überfüllte Spielplätze, hält Lenny vor Menschenansammlungen fern und sagt allzu grosse Einladungen ab. Zu viel Gewusel überfordere den Bub. «Tickt er aus, sind hinterher alle gefrustet», sagt die Mutter. Sie, die früher immer nach etwas gestrebt habe – noch eine spannende Ausbildung, eine

abenteuerliche Reise, ein cooles Event – ist jetzt mit ihrem Sohn oft im Wald und nicht dem Velo unterwegs. Oder versorgt mit ihm Pferde, Ponys, Hunde und Katzen.

«Das Schwierigste war, mich mit meiner Witw auseinanderzusetzen, die immer dann in mir hochkochte, wenn wieder mal nichts klappte. Als ich realisierte, wie traurig ich darüber war, dass mein Sohn es so schwer hat und nicht sein kann wie die anderen, kehrte Ruhe in mir ein.» Heute sei sie unendlich viel zufriedener als vor Lennys Geburt. Und wise jetzt auch, weshalb so viele ADHS-ler in ihrem Leben seien: «Sie lehren mich, meinen Perfektionismus abzulegen.»

### Unterschied ADS und ADHS

Die sogenannte Aufmerksamkeitsdefizitstörung kommt mit und ohne Hyperaktivität vor. Sind beide Typen gemeint, lautet die korrekte abgekürzte Schreibweise AD(H)S.

#### **Das Hauptmerkmal beider Formen ist die Hypersensitivität und die Impulsivität.**

Bei ADS richtet sich die impulsive Reaktion nach innen, bei ADHS nach aussen. Fachleute sprechen deshalb auch vom introvertierten und vom extravertierten Persönlichkeitstyp. Fühlen sich Kinder mit AD(H)S gestresst, angegriffen oder verletzt, reagieren sie entsprechend ihrem ADS-Typ mit Flucht nach innen oder bei ADHS mit Kampf nach aussen. Hyperaktive ADHS-Kinder stören den Lehrer, den Banknachbarn, die Klasse und ecken überall an, während ihre zurückhaltenden ADS-Gspändli ihr Unwohlsein nach innen richten und dabei gerne übersehen werden.

#### **Adressen**

- ◆ Elpos Schweiz, Dachorganisation von Eltern- und Fachpersonen → [elpos.ch](#)
- ◆ Schweizerische Fachgesellschaft AD(H)S → [sfg-adhs.ch](#)
- ◆ Schweizerische Info- und Beratungsstelle für Erwachsene mit AD(H)S → [adhs20plus.ch](#)
- ◆ Informationsportal des ADHS-Netz Deutschland für Betroffene und Pädagogen → [adhs.info](#)
- ◆ Ursula Davatz, Psychiaterin, Familientherapeutin, Vizepräsidentin von adhs 20+ → [ganglion.ch](#)



### *Interview*

## «ADS und ADHS sind keine Krankheit»

Ursula Davatz ist Psychiaterin und Familientherapeutin in Zürich und Baden. Ihr Anliegen ist es, das erzieherische Umfeld dieser speziellen Kinder möglichst früh fachlich kompetent zu beraten und zu unterstützen.

**wir Eltern:** Man hat den Eindruck, dass ADS und ADHS zugenommen haben. Stimmt das und wenn ja, woran liegt es?

**Ursula Davatz:** In der Deutschschweiz werden ADS und ADHS vermehrt diagnostiziert, nicht aber im Tessin und in der Westschweiz, auch in Italien kaum. ADHS scheint eine Verwandtschaft mit dem südlichen Temperament zu haben. Die modernen Medien und die ständige Verfügbarkeit von Informationen und das enorme Angebot von Unterhaltung haben aber zweifellos einen Einfluss auf die leichte Ablenkbarkeit dieser Kinder und verstärken ihr Aufmerksamkeitsproblem, so dass dies vermehrt in Erscheinung tritt.

#### *Sind ADS und ADHS also vererbbar?*

Forschungsergebnisse aus der Genetik zeigen, dass genetische Faktoren verantwortlich sind für diesen Neurotyp. Fast immer haben also auch die Eltern ADS oder ADHS. Man hat insgesamt zwölf oder mehr Genloci identifiziert, die verantwortlich sind für diesen Persönlichkeits- und Verhaltenstyp.

#### *Sind ADS und ADHS eine Krankheit?*

Nein, sie sind weder eine Krankheit noch eine Störung, sondern ein Neurotyp, eine Normvariante. Bedingt durch ihre hohe Sensibilität sind diese Kinder aber verletzlich, in der Jugendzeit oder als Erwachsene eine psychische Folgeerkrankung zu entwickeln, besonders wenn sie wiederholt Ablehnung erfahren durch ihr Anderssein und man sie gewaltsam zu anderen Persönlichkeiten erziehen will, als sie in der Lage zu sein sind.

#### *Wächst sich diese Normvariante nicht aus?*

Das dachte man früher, stimmt aber nicht. Wenn es gut geht, lernen die betroffenen Per-

sonen, besser damit umzugehen. Wenn nicht, entwickelt sich eine psychiatrische Krankheit. Bei 75 Prozent der Betroffenen im Erwachsenenalter diagnostiziert man eine psychische Krankheit, wie Zwangsstörungen, schwere Depressionen, Essstörungen, Psychosen, und andere Persönlichkeitsstörungen wie bipolare Störungen und Schizophrenie. Wenn wir das Umfeld dieser Kinder früh so verändern, dass sie persönlichkeitsgerecht erzogen werden, können sie sich indes zu interessanten Persönlichkeiten entwickeln.

### Diese Menschen sind kreativ, mutig und explorativ.

#### *Was meinen Sie mit persönlichkeitsgerecht erziehen?*

Es lohnt sich, diese Kinder genauer zu beobachten, ihnen zuzuhören, sie ernst zu nehmen und herauszufinden, aus welchen Gründen sie sich so benehmen und immer wieder gegen die Regeln verstossen. Man kann sie nicht zum Gehorsam zwingen, man kann sie aber sehr wohl zur Kooperation ermutigen, wenn man sie selbstsicher führt. Werden sie jedoch zu eng, zu rigide, zu brachial erzogen, können sie ihre Kreativität nicht umsetzen und werden spätestens in der Pubertät keine Grenzen mehr akzeptieren. Totales Laissez-faire ist ihnen allerdings auch nicht dienlich. Regelmässigkeiten, klare und sinnvolle Strukturen und eine gleichwürdige, respektvolle Begegnung auf Augenhöhe sind hingegen hilfreich und wirksam.

#### *Wann brauchen AD(H)S-Kinder Ritalin?*

Ritalin alleine ist nie die Lösung. Es hilft zwar, dass sich die Kinder besser konzentrieren können, häufig fühlen sie sich dadurch aber auch selbstentfremdet, besonders Kinder mit ADS. Es sollten stets zusätzlich Eltern und Lehrer beraten und darin angeleitet werden, wie sie besser mit dem Kind umgehen können, damit sie erfolgreicher sind in ihren Erziehungsbemühungen.

#### *Was müsste die Volksschule verändern, damit ADHS-Kinder weniger Schwierigkeiten haben?*

Die Schule sollte dort Abstand nehmen, alle gleichschalten zu wollen. Die heutzutage vorherrschende Normierungstendenz ist aus meiner Sicht schädlich für diese Kinder. Die Lehrer und Lehrerinnen sollten viel freier werden in der Gestaltung des Unterrichts und sich zum Ziel setzen, aus jedem Kind das Beste zu machen, denn ADS- und ADHS-Kinder verfügen über grosse Potenziale, die zurzeit grösstenteils verkümmern.

#### *An welche Potenziale denken Sie?*

Diese Menschen sind ausgesprochen kreativ, mutig und explorativ – ADS nach innen, ADHS nach aussen. Sie sind Quer- und Umdecker-Ecke-Denker, nehmen neue Ideen schneller auf und setzen sich oft über fixe bürokratische Normen hinweg. Da sie viel Gedankenarbeit leisten, werden aus ihnen fähige Wissenschaftler, kreative Erfinder und Künstler. Auch im Spitzensport sind überdurchschnittlich häufig Menschen mit ADHS anzutreffen.

