

Dr.med. Ursula Davatz

23.10.2010

Jugendliche mit ADHS/ADS, ihre Bedürfnisse und Unterstützungsmöglichkeiten durch Psychotherapie und Coaching.

[Audio](#)

[00:00:00.000] - Dr.med. Ursula Davatz

Jetzt kommt der Vortrag vom 23. Oktober 2010 zum Thema: Jugendliche mit ADHS/ADS, ihre Bedürfnisse und Unterstützungsmöglichkeiten durch Psychotherapie und Coaching.

[00:00:15.940] - Dr.med. Ursula Davatz

Die Veranstaltung ist von der ELPOS organisiert und findet in Luzern statt.

[00:00:24.190] - Dr.med. Ursula Davatz

Das Thema lautet: Jugendliche mit ADHS/ADS, ihre Bedürfnisse und Unterstützungsmöglichkeiten durch Psychotherapie und Coaching.

[00:00:35.660] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich habe das erst jetzt so genau gelesen. Ich werde mich versuchen, an den Titel zu halten.

[00:00:41.900] - Dr.med. Ursula Davatz

Die Idee ist, dass ich Ihnen ein paar Gedanken mitgebe.

[00:00:45.050] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn Verständnisfragen vorhanden sind, kann man nach meinem Vortrag noch ein paar Fragen stellen. Ich werde bis zum Schluss hierbleiben, sodass sie sich die Fragen notieren können.

[00:01:13.510] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich beschäftige mich seit 40 Jahren mit dem ADHS/ADS, mit Unterschieden, mit Unterbrüchen.

[00:01:32.050] - Dr.med. Ursula Davatz

Früher wurde es nicht ADHS/ADS nicht genannt, sondern POS, also psychoorganisches Syndrom, frühkindliches, psychoorganisches Syndrom.

[00:01:41.100] - Dr.med. Ursula Davatz

Heute wird es unter dem Begriff vom ADHS/ADS zusammengefasst, das heisst Aufmerksamkeitsdefizitstörung.

[00:01:46.650] - Dr.med. Ursula Davatz

Während früher die Ärzte, also Psychiater, das noch abgelehnt haben, viele Psychologen, viele Ärzte haben gesagt: das gibt es gar nicht. Ein Psychiater hat mal gesagt, Psychopathologie ohne Signifikanz.

[00:01:58.500] - Dr.med. Ursula Davatz

Das stimmt natürlich nicht. Man kann es heute nachweisen. Von dort ist die ganze Medizin jetzt darauf aufgesprungen.

[00:02:05.670] - Dr.med. Ursula Davatz

Das Problem der Mediziner ist, dass sie immer die Pathologie findet.

[00:02:12.470] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich bin zwar auch Medizinerin und Psychiaterin, aber ADHS/ADS ist an sich eine Normvariante.

[00:02:18.340] - Dr.med. Ursula Davatz

Das heisst, es ist ein Mensch, der ein bisschen aus der Norm herausfällt, der nicht genau in der Mitte der gaussischen Glockenkurve liegt, aber deswegen muss man ihn noch nicht krank machen.

[00:02:29.570] - Dr.med. Ursula Davatz

Und deswegen muss man auch nicht immer gleich mit Medikamenten einfahren. Man kann unterstützen, man muss aber nicht.

[00:02:36.750] - Dr.med. Ursula Davatz

Was schlussendlich die Krankheit ausmacht, ist Interaktion zwischen Umfeld und dem Menschen.

[00:02:44.120] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn die Interaktion zwischen Umfeld und Mensch nicht gut läuft, dann gibt es eine Krankheit daraus.

[00:02:52.980] - Dr.med. Ursula Davatz

Früher hat man gesagt, das ADHS/ADS wächst sich einfach aus in der Pubertät und dann ist der Mensch gesund und normal.

[00:03:00.800] - Dr.med. Ursula Davatz

Heute weiss man, dass das nicht stimmt. Der Mensch behält immer gewisse spezielle Eigenschaften.

[00:03:06.220] - Dr.med. Ursula Davatz

Heutzutage redet man auch vom ADHS/ADS bei Erwachsenen.

[00:03:10.360] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn man wieder von der Pathologie ausgeht, sagen Psychiater, 75% der erwachsenen ADHS/ADS Patienten haben eine zweite Krankheit.

[00:03:22.140] - Dr.med. Ursula Davatz

Eine zweite psychiatrische Krankheit. Das ist absolut erschreckend.

[00:03:28.140] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich sage dem, das müsste nicht sein. Nur 25% werden normal.

[00:03:35.180] - Dr.med. Ursula Davatz

75% entwickeln eine sekundäre Krankheit. Diese sind manisch-depressiv, Schizophrenie, Drogenkrankheit, Delinquenz gibt es viele und des vielen mehr.

[00:03:51.400] - Dr.med. Ursula Davatz

Da funktioniert der Umgang mit diesen ADHS/ADS Kindern nicht gut.

[00:03:57.240] - Dr.med. Ursula Davatz

Es gibt dann die anderen extremen Formen, die sehr berühmt werden, also Künstler werden, Politiker werden, Ärzte werden, berühmte Leute werden.

[00:04:09.580] - Dr.med. Ursula Davatz

Bill Gates, Mozart, Churchill, und so weiter.

[00:04:16.030] - Dr.med. Ursula Davatz

Man könnte viele aufzählen.

[00:04:18.280] - Dr.med. Ursula Davatz

Dort haben die Eltern irgendetwas richtig gemacht und das Erziehungssystem hat es recht gemacht, dass sie so gut raus gekommen sind.

[00:04:24.120] - Dr.med. Ursula Davatz

Man sollte bei diesen gesunden Verläufen schauen, was man machen müsste, damit es gut rauskommt.

[00:04:30.500] - Dr.med. Ursula Davatz

Das als Einleitung.

[00:04:32.880] - Dr.med. Ursula Davatz

Zur Pubertät. Jugendliche sind in der Pubertät. Die Pubertät wird heutzutage immer etwas länger. Sie fängt früher an, sie hört später auf.

[00:04:41.970] - Dr.med. Ursula Davatz

Die Eltern mögen es fast nicht mehr, weil sie so lange dauern.

[00:04:47.060] - Dr.med. Ursula Davatz

Die Pubertät ist die Phase des Erwachsenwerdens, der Persönlichkeitsentwicklung.

[00:04:52.970] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn man in der Pubertät mit dem ADHS/ADS nicht artgerecht umgeht, dann entwickelt man mit Sicherheit sekundäre Störungen.

[00:05:07.360] - Dr.med. Ursula Davatz

Respektive, dann kann es auch eine Persönlichkeitsstörung geben.

[00:05:11.890] - Dr.med. Ursula Davatz

Das ist auch eine der Diagnosen, Persönlichkeitsstörungen, die sich aus dem ADHS/ADS heraus entwickeln können, wenn man denen nicht gerecht wird.

[00:05:21.100] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn sie ein Pferd oder einen Hund nicht artgerecht halten, dann wird der zu einem Krüppel. Wenn man einen Menschen nicht artgerecht oder persönlichkeitsgerecht mit dem interagiert, den stützt, sich nicht persönlichkeitsgerecht mit dem Menschen auseinandersetzt, dann kann er eine Fehlentwicklung machen.

[00:05:44.240] - Dr.med. Ursula Davatz

Das wollen wir natürlich um alles in der Welt verhindern und darum sind wir ja heute so miteinander zusammen.

[00:05:51.620] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich gehe jetzt kurz durch, was ganz wichtig ist in der Pubertät. Das ist natürlich überhaupt nicht erschöpfend.

[00:05:57.390] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich fange bei den Emotionen an.

[00:05:59.960] - Dr.med. Ursula Davatz

In der Pubertät muss der Mensch lernen, mit seinen eigenen Emotionen umzugehen.

[00:06:07.080] - Dr.med. Ursula Davatz

Das ist eine der wichtigsten Aufgaben.

[00:06:09.050] - Dr.med. Ursula Davatz

Die Pubertätsliteratur sagt ja: Himmelhoch jauchzend, zu Tode betrübt.

[00:06:12.070] - Dr.med. Ursula Davatz

Im Deutsch liest man: die Leiden des jungen Werthers.

[00:06:18.590] - Dr.med. Ursula Davatz

Bei gewissen Kindern eskaliert es und es kommt zum Selbstmord. Dann ist es nicht gut gelaufen im Umgang mit diesen Emotionen.

[00:06:31.680] - Dr.med. Ursula Davatz

Der eigene Umgang mit den Emotionen ist etwas Wichtiges und das braucht einen Lernprozess und das braucht auch eine Auslaufmöglichkeit.

[00:06:45.000] - Dr.med. Ursula Davatz

Wir Schweizer sind in Bezug auf Emotionen eher zurückhaltend, im Vergleich zu Griechen, Italienern, Franzosen, Spanier. Alle Mittelmeerländer tolerieren mehr Emotionen.

[00:06:58.910] - Dr.med. Ursula Davatz

Wir Schweizer und Deutsche wahrscheinlich auch nicht, tolerieren nicht so viele Emotionen. Es sei denn, in einem Kontext.

[00:07:07.760] - Dr.med. Ursula Davatz

Die Autorität, die darf die Emotionen negativ verwenden, aber das Kind darf sie nicht verwenden, obwohl dem Kind die Emotionen viel mehr zustehen.

[00:07:18.330] - Dr.med. Ursula Davatz

In diesem Sinne sind ADHS/ADS Kinder ganz speziell emotional. Man sagt, sie seien impulsiv. Sie können ihre Emotionen nicht so gut steuern. Sie haben sehr stark überschüssende Emotionen.

[00:07:34.560] - Dr.med. Ursula Davatz

Sie verfügen über eine schnelle, starke, emotionale Reaktionsbereitschaft.

[00:07:40.980] - Dr.med. Ursula Davatz

Das macht sie sehr herzlich, liebevoll, wenn es positiv ist.

[00:07:42.990] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn sie verrückt werden, dann macht es es ein bisschen schwieriger. Dann können sie stark reinfahren, böse Dinge sagen. Gegenstände zerstören. Das Zimmer zusammen schlagen, die Türe schletzen, sodass der Türrahmen rausfällt. Lauter solcher Dinge.

[00:07:52.640] - Dr.med. Ursula Davatz

Die Eltern haben dann die Tendenz zu sagen: das geht doch nicht, das kann ich nicht zulassen, das darf ich ihm nicht erlauben, sonst meint er, er/sie könne das immer machen.

[00:08:17.760] - Dr.med. Ursula Davatz

Es gibt sehr emotionale Mädchen, die da auch sehr wild sein können.

[00:08:24.820] - Dr.med. Ursula Davatz

Im Augenblick, wo die Emotionen so hoch schlagen, wo die Emotionen riesigen Wellen machen, können sie nicht erziehen. Dann müssen sie aufhören zu erziehen. Wenn sie dann dem Kind eine erzieherische Barriere setzen, dann gibt es nur eine Springflut.

[00:08:46.260] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich bringe das Beispiel aus der Chaostheorie.

[00:08:48.840] - Dr.med. Ursula Davatz

In der Chaostheorie schaut man Wellen an.

[00:08:53.760] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn es zum Beispiel eine Welle hat auf dem Meer, die keine hohe Amplitude hat, aber eine lange Wellenlänge, dann schiebt sich die über das Meer, und wenn sie an den Rand kommt, also an das Ende des Meeres, an das Ufer kommt, und wenn dort eine Mauer ist, dann peitscht sich die auf und es gibt eine Springflut.

[00:09:12.480] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn sie ihrem erregten ADHS/ADS Kind eine Mauer vor die Nase stellen, dann gibt es einen Springflut.

[00:09:17.000] - Dr.med. Ursula Davatz

Dann wehrt sich das Kind so stark dagegen, dass sie überrollt werden, dass das Kind zerstörerisch wird. Das ist nicht gut.

[00:09:17.590] - Dr.med. Ursula Davatz

Im Augenblick des emotionalen Ausbruchs, dürfen sie nicht erziehen, sondern sie dürfen nur beruhigen. Sie dürfen dort nicht mit den Regeln kommen. Sie dürfen auch nicht sagen: das geht doch nicht. Alle diese Sätze können sie weg lassen. Sie müssen nur sich selber beruhigen und ruhig mit dem Kind Kontakt haben.

[00:09:49.840] - Dr.med. Ursula Davatz

Nicht sagen: geh weg, das toleriere ich nicht. Das ist Beziehungsabbruch und das macht auch wieder Angst.

[00:09:56.160] - Dr.med. Ursula Davatz

Liebesentzug macht Angst. Die Kinder sind angewiesen auf Beziehung zu uns Eltern oder Erziehern. Darum sollte man eigentlich keinen Beziehungsabbruch machen, sondern an erster Stelle sich selber beruhigen und ruhig im Kontakt bleiben.

[00:10:12.730] - Dr.med. Ursula Davatz

Emotionen kann man nicht erziehen. Emotionen kann man nur beruhigen.

[00:10:12.850] - Dr.med. Ursula Davatz

Dieses Wissen, müssen wir auch in der Psychiatrie verwenden. Wenn ein Patient absolut ungepflegt und emotional aus dem Häuschen herein stürmt, kann man nicht sagen: das geht nicht. Man muss selber ruhig mit ihm Kontakt aufnehmen.

[00:10:32.000] - Dr.med. Ursula Davatz

Die Emotionen sind in dem Moment, wo sie so stark Wellen schlagen, nicht mehr der Kognition unterstellt. Dann kann man auch nicht argumentieren. Dann muss man aufhören mit argumentieren.

[00:10:47.850] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn ein Pferd wild tut, kann man auch nicht sagen: das geht nicht, das erlaube ich dir nicht. Man muss sie eher ein bisschen laufen lassen und dann wieder zu sich nehmen.

[00:10:59.650] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn man ein Kind, einen Jugendlichen, im Augenblick, wo er emotional aufgewühlt ist, erziehen möchte, dann gießt man Öl aufs Feuer, bläst ins Feuer hinein und erhöht das Feuer.

[00:11:14.840] - Dr.med. Ursula Davatz

Im Extremfall sage ich, sie bringen in dem Moment ihr Kind nicht zum Folgen. Sie können es nicht führen. Sie müssen es zuerst beruhigen, bevor sie es wieder führen können.

[00:11:26.500] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn sie rigid, also zu streng dahinter gehen, können sie ihr Kind tot schlagen und es folgt trotzdem nicht.

[00:11:38.020] - Dr.med. Ursula Davatz

Es geht dann auch um Leben und Tod.

[00:11:40.860] - Dr.med. Ursula Davatz

Man wird ja selber je nachdem so verrückt, dass man es fast nicht mehr aushaltet.

[00:11:45.360] - Dr.med. Ursula Davatz

Da muss man sich an die Regeln halten, halt, jetzt, stopp, nichts mehr erziehen, nur noch sich selber beruhigen und dadurch dann auch das Kind beruhigen.

[00:11:57.350] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn dann der emotionale Sturm mal vorbei ist, wenn sich beide wieder beruhigt haben, dann macht man eine sogenannte Nachbesprechung.

[00:12:10.590] - Dr.med. Ursula Davatz

Das soll nicht eine Stunde später sein, es soll aber auch nicht zwei Wochen später sein. Dann ist alles wieder vergessen. Es kann ein oder zwei Tage später sein. Es kommt darauf an, wie es einem selber geht.

[00:12:10.790] - Dr.med. Ursula Davatz

Dann kann man sagen: ich möchte gerne nochmals auf diesen Vorfall zurück kommen.

[00:12:24.960] - Dr.med. Ursula Davatz

Das soll nicht am Mittagstisch sein. Nicht zwischen Tür und Angel.

[00:12:29.040] - Dr.med. Ursula Davatz

Machen sie eine Sitzung mit ihrem Kind.

[00:12:34.020] - Dr.med. Ursula Davatz

Gehen sie in ein Zimmer, machen sie die Türe zu. Der Partner dar nicht zuhören. Der mischt sich sonst ein. Die anderen Geschwister dürfen auch nicht zuhören. Es ist eine private Sitzung, zwischen ihnen und ihrem Kind.

[00:12:52.530] - Dr.med. Ursula Davatz

Probleme werden nur in der Dual Beziehung gelöst, nicht wenn es noch Spektatoren hat, Voyeure, die sich dann sogenannt vermeintlich hilfreich, reinmischen.

[00:13:02.730] - Dr.med. Ursula Davatz

Nicht abgeschlossen, aber Türe zu. Nicht gestört von irgendetwas. Auch nicht vor dem Computer, du kannst sprechen und ich mache hier weiter. Das geht auch nicht.

[00:13:02.880] - Dr.med. Ursula Davatz

In dem Augenblick können sie sagen: ich möchte gerne nochmals zurück kommen auf die Situation. Dann nochmals die Situation schildern.

[00:13:28.020] - Dr.med. Ursula Davatz

Du bist dann und dann nach Hause gekommen. Nicht: du bist zu spät nach Hause gekommen. Das ist schon eine Wertung.

[00:13:28.090] - Dr.med. Ursula Davatz

Sie müssen die Situation absolut wertfrei schildern.

[00:13:28.130] - Dr.med. Ursula Davatz

Du bist um halb vier morgens nach Hause gekommen, ich habe die ganze Nacht gewartet. Oder ich habe geschlafen, ich bin aufgewacht. Ich bin aufgestanden, es ist

mir das und das durch den Kopf gegangen. Ich habe das und das gesagt, du hast das und das gemacht. Ich habe das und das, ich habe so reagiert und so weiter.

[00:13:48.930] - Dr.med. Ursula Davatz

Einfach nur die Abfolge, wie das passiert ist.

[00:13:53.900] - Dr.med. Ursula Davatz

Dann kann man auch eigene Fehler eingestehen. Ich glaube, das nächste Mal bleibe ich nicht mehr auf.

[00:13:58.440] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn ich aufwache, dann warte ich bis am nächsten Morgen. Dann reden wir miteinander. Das und das war von mir her ein Fehler.

[00:14:07.820] - Dr.med. Ursula Davatz

Dann kann man die Regeln durchgeben.

[00:14:10.100] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich möchte, dass wenn du später nach Hause kommst, wie du mir gesagt hast, dass du mir ein SMS schickst oder was auch immer.

[00:14:19.560] - Dr.med. Ursula Davatz

Dann halt einfach seine Regeln durchgeben.

[00:14:22.890] - Dr.med. Ursula Davatz

Kannst du das noch vollziehen?

[00:14:26.240] - Dr.med. Ursula Davatz

Hast du einen Vorschlag für eine andere Regel? Also man handelt dann aus, was für eine Regel.

[00:14:32.440] - Dr.med. Ursula Davatz

Man schildert die Situation, man sagt dann seinen Wunsch.

[00:14:37.520] - Dr.med. Ursula Davatz

Nicht: du musst. Sondern: ich möchte.

[00:14:40.760] - Dr.med. Ursula Davatz

Man darf keinen Befehl mehr durchgeben, denn es sollte ja ein Erwachsener werden. Er sollte lernen, mit sich selber umzugehen. Man sagt seine Regel und dann fragt man, was seine Problemlösung ist.

[00:14:54.180] - Dr.med. Ursula Davatz

Man könnte sogar sagen, dass das nicht so gut war, was man da gemacht hat.

[00:14:58.590] - Dr.med. Ursula Davatz

Was ist deine Problemlösung?

[00:15:00.130] - Dr.med. Ursula Davatz

Zuerst den Jugendlichen einen Vorschlag machen lassen und erst dann die eigenen Regel durchgeben.

[00:15:08.760] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich als Therapeutin frage häufig zuerst den Jugendlichen, das und das Problem haben wir. Wie siehst du es und was ist dein Lösungsvorschlag.

[00:15:12.910] - Dr.med. Ursula Davatz

Es ist gut, wenn man den Jugendlichen zuerst fragt, dann muss er mitdenken. Dann kann er nicht einfach "Nein" sagen. Dann muss er selber einen Vorschlag machen. Dann können sie antworten: das genügt mir nicht ganz, ich möchte noch ein bisschen mehr. Meine Vorstellung ist so und so.

[00:15:28.600] - Dr.med. Ursula Davatz

Dann kann man aushandeln.

[00:15:28.900] - Dr.med. Ursula Davatz

Dann landet man irgendwo, wo beide zufrieden sind.

[00:15:35.920] - Dr.med. Ursula Davatz

Nicht einfach nur befehlen: ich will das nie mehr, das geht nicht und sonst geschieht das. Nicht mit befehlen, bedrohen und Bestrafung erziehen, sondern sie wirklich als herangehende Erwachsene anschauen.

[00:15:57.100] - Dr.med. Ursula Davatz

Vielleicht noch ein weiterer Punkt, das haben sie schon bei ADHS/ADS Kindern gemerkt als sie klein waren.

[00:16:07.720] - Dr.med. Ursula Davatz

ADHS/ADS Kinder sind sehr stark von innen her gesteuert. Sie haben einen eigenen Pilot, wenn sie etwas im Kopf haben, muss das durchgesetzt werden. Sie haben einen Starrkopf oder sind eigensinnig.

[00:16:18.350] - Dr.med. Ursula Davatz

Im Augenblick wo sie als Eltern sagen: nein, das geht nicht, bauen sie eine Mauer auf und dann macht er seine Springflut.

[00:16:18.550] - Dr.med. Ursula Davatz

Aus diesem Grund sollte man den ADHS/ADS Kindern nie sagen: nein, das geht nicht. Das Nein kann man gleich weglassen. Das "Nein" unterbricht sie in ihrer Zielstrebigkeit.

[00:16:39.610] - Dr.med. Ursula Davatz

ADHS/ADS Kinder und Jugendliche sind hyper motiviert, wenn sie etwas gefunden haben, das ihnen gefällt.

[00:16:43.640] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn man von Ihnen etwas verlangt, das sie nicht mögen, sind sie überhaupt nicht motiviert.

[00:16:48.500] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn sie etwas gefunden haben, das ihnen gefällt, und das finden sie, denn sie haben immer Dinge, welche sie interessieren. Dann bremst man sie ab, dann löst das einen Wutanfall aus.

[00:16:57.240] - Dr.med. Ursula Davatz

Deshalb nicht "nein" sagen, sondern sie dort abholen, wo sie sind. Aha, ich sehe du machst das und das gerne.

[00:16:57.440] - Dr.med. Ursula Davatz

Dann sagen: mir ist wichtig, dass du das und das machst. Ich hätte es gerne so.

[00:17:11.570] - Dr.med. Ursula Davatz

Das "Nein" überspringen, um die riesige emotionale Auflehnung zu verhindern. Es gibt trotzdem noch eine Reaktion.

[00:17:23.960] - Dr.med. Ursula Davatz

Sofort sagen, wie man es möchte. Man muss gar nicht sagen, wie man es nicht möchte, sondern man muss sagen, wie man es gerne hätte. Im Augenblick, wo man sagt, wie man es gerne hätte, dann versteht einem das Kind auch besser.

[00:17:37.900] - Dr.med. Ursula Davatz

Häufig haben wir Regeln von unseren Eltern übernommen und wir wissen das gar nicht.

[00:17:41.400] - Dr.med. Ursula Davatz

Wir merken erst, wenn das Kind irgendwelche Regeln überschreitet, dass wir das nicht wollen.

[00:17:50.380] - Dr.med. Ursula Davatz

Im Augenblick, wo wir sagen müssen, wie wir es gerne hätten, müssen wir uns unseren Regeln bewusst werden und müssen die ausdrücken.

[00:17:57.740] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich denke, das ist eine sehr heilsame Angelegenheit. Das tut einem gut, wenn man sich selber bewusst werden muss, was will man eigentlich? Nicht nur: was will man nicht.

[00:18:11.240] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn man den Beruf ausgewählt hat, wusste man immer besser, dass will man nicht, das will man nicht. Was man wollte, wusste man nicht richtig.

[00:18:19.510] - Dr.med. Ursula Davatz

Es ist schwieriger zu sagen, was man will, als was man nicht will.

[00:18:22.630] - Dr.med. Ursula Davatz

Im Umgang mit ADHS/ADS Kinder das Nein weg lassen und sagen, was man will. Sofort das Positive sagen.

[00:18:35.000] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn man man die Regeln sagt, wie man es gerne hätte, das sagen mir die Eltern immer: ich habe es ihm schon gesagt, aber er hört nicht auf mich.

[00:18:43.240] - Dr.med. Ursula Davatz

Dann frage ich: wie haben sie es gesagt?

[00:18:43.480] - Dr.med. Ursula Davatz

Dann kommt meistens ein Beispiel, dass sie mit emotionalem Nachdruck etwas sagen.

[00:18:58.550] - Dr.med. Ursula Davatz

ADHS/ADS Kinder sind sehr sensibel. C'est le ton qui fait la musique, sie hören, was hinten dran an Emotionalität läuft. Wenn man zu viel Druck aufsetzt, dann machen sie nur Gegendruck und hören gar nichts.

[00:19:13.920] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich sage den Eltern: sie müssen selber überzeugt sein von dem was sie sagen, von der Regel, welche sie sagen. Nicht das Kind überzeugen wollen.

[00:19:16.800] - Dr.med. Ursula Davatz

Je weniger man überzeugt ist, umso mehr will man es Gegenüber überzeugen.

[00:19:27.840] - Dr.med. Ursula Davatz

Man will das Gegenüber zu einer Kooperation zwingen, das geht nicht.

[00:19:42.520] - Dr.med. Ursula Davatz

Man muss selber überzeugt sein. Das mit einem überzeugten Standpunkt sagen. Dann ein bisschen warten können. Dann ist es oft erstaunlich, wie gut das Kind übernimmt.

[00:19:42.720] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn sie dem Kind ihre Regeln den Hals runter stopfen wollen, nimm hier, friss endlich, dann gibt es nur Abwehr und dann haben sie gar nichts.

[00:20:07.750] - Dr.med. Ursula Davatz

Das ist etwas sehr schwieriges für Eltern, dass sie lernen eine eigene Überzeugung zu haben. Die Eltern müssen eine mentale Kraft entwickeln. Bevor sie zum Kind hingehen müssen sie wirklich überlegen: kann ich das, möchte ich das, will ich das, setzte ich mich durch und das dann mit der notwendigen Überzeugung sagen.

[00:20:21.020] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn sie zögern und sagen: es geht sowieso nicht, ich erreiche das nicht, dann müssen sie gar nichts sagen.

[00:20:26.240] - Dr.med. Ursula Davatz

Das den Eltern beizubringen, ist manchmal ein bisschen schwierig.

[00:20:30.000] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn ich den Eltern versuche, Rückenstütze zu geben und zu sagen, was ihre Regeln sind, dann sagen sie, dass ich es schon kann, aber es geht sowieso nicht.

[00:20:39.020] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn ich dann sage, dass sie es so oder so machen können, dann sagen sie: ja, ja schon versucht, das geht aber nicht.

[00:20:43.020] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn man die Haltung hat, dass es nicht geht, dann geht es nicht. Dann müssen auch gar nicht erst damit beginnen. Man muss wirklich überzeugt sein.

[00:20:59.580] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich komme wieder mit einem Beispiel aus der Tierwelt. Wenn man reitet und man denkt: ich kriege das Pferd nicht dorthin wo ich möchte oder nicht über das Hindernis, dann geht es sicher nicht. Das Pferd spürt über den Körperkontakt der Beine: die ist unsicher. Die weiss nicht was sie möchte, dann macht das Pferd was es möchte.

[00:21:11.050] - Dr.med. Ursula Davatz

Man muss eine gewisse innere Kraft entwickeln und dann die Regeln sagen.

[00:21:15.430] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn ich die Eltern frage: was geht nicht, dann sagen die: alles. Dann antworte ich: das geht nicht. Sie müssen etwas heraus wählen.

[00:21:21.830] - Dr.med. Ursula Davatz

Lieber nur ein paar wenige Dinge dran nehmen und die eine nach der anderen durchsetzen, also 100'000 Dinge und alle gehen nicht. Sie müssen sich reduzieren auf ein paar wenige Dinge und dann langsam an den Feinheiten schleifen.

[00:21:38.490] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich frage die Eltern: was sind für sie die drei wichtigsten Dinge? Dann müssen die Eltern wählen.

[00:21:38.690] - Dr.med. Ursula Davatz

Dann schaut man und arbeitet daran.

[00:21:48.600] - Dr.med. Ursula Davatz

Man kann Kinder auf verschiedene Arten erziehen. Mit Befehlen, mit Bestrafung oder mit Emotionalität und Schuldgefühlen.

[00:22:16.180] - Dr.med. Ursula Davatz

Erziehung durch Schuldgefühle, da bin ich ganz scharf drauf, ist keine gute Sache.

[00:22:16.210] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich habe natürlich viele Patienten, die unter ihren Schuldgefühlen leiden, wo es dann wirklich eine Krankheit daraus gibt. Das ist nicht gut.

[00:22:26.700] - Dr.med. Ursula Davatz

In der Pubertät ist man sehr impulsiv und emotional aufgewühlt. Man hat aber auch ein sehr großes soziales Gefühl. Ein riesiges Gerechtigkeitsgefühl.

[00:22:39.800] - Dr.med. Ursula Davatz

Auch wenn ein Kind noch so aggressiv ist, noch so impulsiv ist, hinten dran sind trotzdem riesige Schuldgefühle.

[00:22:47.880] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich hatte eine Patientin, die ist wie verrückt über ihre Mutter hergefallen. Hinterher, wenn sie die Mutter so schlecht behandelt hatte, hatte sie riesige Schuldgefühle. Die Mutter dachte, es sei ihr völlig egal, der macht das gar nichts.

[00:23:02.860] - Dr.med. Ursula Davatz

Operieren sie nicht mit ihrem eigenen Leiden.

[00:23:09.460] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn du so böse bist, dann geht es mir schlecht.

[00:23:11.990] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn du so böse bist, dann macht der Vater einen Herzinfarkt.

[00:23:12.190] - Dr.med. Ursula Davatz

Der kleine Bruder hat keinen Platz mehr.

[00:23:17.240] - Dr.med. Ursula Davatz

Holen sie nicht die Krankheiten rein, nicht die eigenen, nicht die von einem Geschwister, nicht die vom Partner um das Kind zum Gehorsam zu bringen.

[00:23:24.820] - Dr.med. Ursula Davatz

Das ist keine gute Methode.

[00:23:35.220] - Dr.med. Ursula Davatz

Es ist wichtig, dass sie selber hinstehen und sagen, was sie wollen.

[00:23:40.170] - Dr.med. Ursula Davatz

Es ist erstaunlich, wenn sie hinstehen und sagen, was sie wollen.

[00:23:43.880] - Dr.med. Ursula Davatz

Auch wenn das Kind nicht sofort gefolgt. Ein paar Jahre später hat es alle ihre Regeln doch sehr gut aufgenommen.

[00:23:51.970] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich hatte mal eine jüdische Mutter mit einem ADHS/ADS Jungen.

[00:23:53.900] - Dr.med. Ursula Davatz

Die Mutter hat gesagt, ihr Sohn mache nichts von dem, was sie will.

[00:23:59.090] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich habe gesagt: glauben sie mir, er wird wahrscheinlich mehr von ihren Regeln aufnehmen. In fünf Jahren werden sie es sehen. Fünf Jahre später ist sie gekommen und hat gesagt: sie hatten recht.

[00:24:09.530] - Dr.med. Ursula Davatz

Er hat die Regeln besser aufgenommen als seine Geschwister, obwohl er sich zuerst fürchterlich dagegen gewehrt hat.

[00:24:19.670] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich verlange viel von den Eltern. Selbstverständlich dürfen sie auch mal menschlich sein und ausrasten und auch alles falsch machen.

[00:24:26.960] - Dr.med. Ursula Davatz

Das ist nicht so schlimm. Kinder sind auch Menschen und die können das auch sehen.

[00:24:28.930] - Dr.med. Ursula Davatz

Manchmal ist das sogar notwendig, dass sie sehen, meine Mutter, mein Vater ist nur ein Mensch, auch er verliert manchmal die Pedale.

[00:24:41.380] - Dr.med. Ursula Davatz

Nicht auf das Kind zu schießen, wenn man emotional wird, sondern in die Luft zu schießen. Ich bin so verrückt, ich halte es nicht mehr aus. Ich weiss nicht mehr, was. Nicht: du bist der Hinterletzte und Unmögliche. Also nicht auf die Person losgehen.

[00:24:57.490] - Dr.med. Ursula Davatz

Denken sie immer daran: es geht um die Persönlichkeitsentwicklung des Kindes. Wir wollen die stärken, nicht schwächen.

[00:25:06.900] - Dr.med. Ursula Davatz

Sie dürfen schon schwach sein, aber mit dieser Schwäche nicht ihr Gegenüber erdonnern, sondern die Schwäche einfach zeigen, ein hysterischer Anfall haben, das macht alles nichts.

[00:25:17.160] - Dr.med. Ursula Davatz

Davonlaufen in der Wut und für sich selbst schauen.

[00:25:24.850] - Dr.med. Ursula Davatz

Generell, das sage ich natürlich den Eltern: versuchen sie den Fels in der Brandung zu sein.

[00:25:31.130] - Dr.med. Ursula Davatz

Sie sind älter, sie sind erfahrener, sie haben ihren Job, sie haben ihre Position. Seien sie daher nachsichtig, wenn das Kind ein bisschen daneben schlägt.

[00:25:32.720] - Dr.med. Ursula Davatz

Das drücke ich wiederum mit einem Satz aus: Sie müssen dem Kind Welpenschutz geben.

[00:25:33.120] - Dr.med. Ursula Davatz

Sie dürfen nicht gleich zurück schießen, wie das Kind gegen sie schießt.

[00:25:48.490] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn sie in die Versuchung kommen, dann schießen sie bitte in die Luft.

[00:25:52.640] - Dr.med. Ursula Davatz

Das macht auch Eindruck und ist weniger zerstörerisch.

[00:25:56.360] - Dr.med. Ursula Davatz

Vielleicht ganz schnell ein Beispiel.

[00:26:02.720] - Dr.med. Ursula Davatz

Bei einem ADHS/ADS Kind wurde die Diagnose erst mit 15/16 Jahren gestellt. Die Kinderärztin hat mir die Familie geschickt. Der Sohn hatte noch keine Lehrstelle, hat sich in der Schule daneben benommen, gefehlt, die Noten nicht erreicht, usw. Er hat dann eine Lehrstelle gefunden. Ich habe ein einziges Mal mit dem Lehrmeister telefoniert. Der Lehrmeister hat gesagt. doch es ist alles in Ordnung, ich nehme ihn gerne, aber irgendetwas ist komisch mit ihm. Ich antwortete: ja, sie haben Recht, der hat ein ADHS/ADS.

[00:26:49.180] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich habe gesagt: nehmen sie den ganz nahe an sich ran, dass sie ihn führen, er akzeptiert nur den Chef. Wenn jemand anderes ihm Befehle gibt, dann geht das nicht so gut. Ok, verstanden.

[00:27:00.400] - Dr.med. Ursula Davatz

Der Chef hat ihn zu sich genommen, der Junge war sehr stolz, dass er immer für den Chef arbeiten darf. Er war sehr motiviert.

[00:27:00.440] - Dr.med. Ursula Davatz

Die Eltern sind vor seinem Stellenantritt zusammen in die Ferien gefahren. An der Grenze zu Italien erhalte ich eine Telefon von den Eltern. Grosse Verzweiflung. Der Junge ist davon gelaufen, das Auto ist zusammen gebrochen. Der Junge ging nach Hause.

[00:27:14.390] - Dr.med. Ursula Davatz

Er wollte an ein Konzert gehen. Er ist nur wegen der Mutter mitgekommen, eigentlich wollte er nach Hause. Diskussion am Telefon, hin und her, Krisenintervention, schlussendlich sind sie mit ihm nach Hause gegangen und er durfte sein Konzert besuchen. Es war ein grosses Durcheinander.

[00:28:00.200] - Dr.med. Ursula Davatz

Er hat die Lehre angefangen. Vor einem Monat habe ich mit der Mutter gesprochen. Sie hatte grosse Freude an ihrem Sohn, er hat sich sehr gut entwickelt. Ich habe die Mutter

noch ein paar Mal beraten, wie sie mit ihrem Sohn umgehen soll. Sie hat es gelernt. Der Vater hat es noch nicht ganz so gut gelernt. Die Mutter hat es gelernt. Der Sohn hat sich sehr gut entwickelt. Er hat aufgehört mit Haschisch rauchen und sucht jetzt einen anderen Lehrmeister, weil es zu Ende gelaufen ist.

[00:28:15.000] - Dr.med. Ursula Davatz

Mit dem möchte ich sagen: auch wenn etwas ganz schreckliches gelaufen ist, nach fürchterlicher Eskalation ausgesehen hat die Mutter hat wirklich gelernt mit dem umzugehen und sagt jetzt, dass er ein gefreuter junger Mann ist, sie sei so stolz auf ihn. Davor sagte sie: ich könnte ihn auf den Mond schiessen.

[00:29:01.630] - Dr.med. Ursula Davatz

Soviel zum Umgang mit den Emotionen.

[00:29:08.450] - Dr.med. Ursula Davatz

Jetzt zum Thema: Umgang mit dem Lernverhalten, der Schule und der beruflichen Laufbahn.

[00:29:13.270] - Dr.med. Ursula Davatz

In der Pubertät, sollte man wenn man nicht weiter in den Schule geht, z.B. ins Gymnasium, entscheiden, was man werden möchte, was man lernen möchte.

[00:29:24.440] - Dr.med. Ursula Davatz

Es gibt ADHS/ADS Kinder, die sehr intelligent sind, eine schnelle Auffassungsgabe haben und dann einfach wieder in die Schule gehen. Das ist einfach für die. Dort kommen die Probleme erst später. Es gibt Kinder, die eher praktisch begabt sind, die vielleicht noch eine Lernstörung dazu haben, die gehen dann eher in eine Lehre.

[00:29:24.840] - Dr.med. Ursula Davatz

Im Kanton Luzern kenne ich das System nicht. Ich komme aus dem Kanton Aargau. Dort haben wir Realschule, Sekundarschule oder Bezirksschule.

[00:29:37.590] - Dr.med. Ursula Davatz

Beim Übertritt von der Primarschule oder Sekundarschule in die Bezirksschule oder Lehre, da haben die Eltern wahnsinnig Angst, der ist nicht gut in dem Fach und in dem Fach, dann findet er keine Lehrstelle, er hat eine schlechte Note im Betragen, was mache ich jetzt, oh Schreck.

[00:30:07.900] - Dr.med. Ursula Davatz

Die Eltern machen Panik, wenn die Kinder abgehängt werden.

[00:30:11.550] - Dr.med. Ursula Davatz

In der Pubertät interessieren sich die Kinder oft für andere Dinge, mit dem anderen Geschlecht, mit sozialen Dingen. Die Schule kann dann langweilig und sekundär sein.

[00:30:31.010] - Dr.med. Ursula Davatz

Es gibt Lehrer, denen es gelingt, die Schule attraktiv und interessant zu behalten. Dann gehen die Kinder gerne in die Schule. Falls das nicht gelingt, lassen sie das einfach hängen.

[00:30:36.380] - Dr.med. Ursula Davatz

Falls die Kinder noch eine Lernstörung haben, sieht man immer wieder die Eltern, welche mit den Kindern lernen.

[00:30:39.840] - Dr.med. Ursula Davatz

Dazu sage ich prinzipiell: tun sie das nicht.

[00:30:46.360] - Dr.med. Ursula Davatz

Sie sollten Mutter und Vater sein. Sie sollten kein Lerncoach sein.

[00:30:46.500] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn es ganz gut geht, dann sicher nicht aufhören. In der Regel klappt das nicht so gut. Man verliert die Geduld, das Kind möchte von der Mutter oder vom Vater sich nichts sagen lassen.

[00:30:53.000] - Dr.med. Ursula Davatz

Machen sie sich ihre Beziehung nicht kaputt durch das Lernen mit dem Kind, bis Nachts um 12 Uhr, beide sind müde, am Morgen müde, etc.

[00:31:31.840] - Dr.med. Ursula Davatz

Die Verantwortung für das Lernverhalten dem Kind abgeben, auf eine ruhige Art, als Ritual. Nicht im Sinne von: du regst mich auf, blas mir in die Schuhe, ich tue jetzt nichts mehr, du musst selber schauen.

[00:31:39.890] - Dr.med. Ursula Davatz

Man muss einen guten Moment finden, vielleicht in der Sommerferien oder in den Frühlingsferien oder in den Weihnachtsferien, jetzt beginnt die Schule wieder, ich habe mir das überlegt. Wir hatten immer Streit zusammen, ich finde jetzt, dass du alt genug bist, ich übergebe dir deine Lernverantwortung.

[00:31:47.960] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich sage den Eltern man soll die Lernverantwortung mit einem kleinen Talisman übergeben. Mit einem Schlüsselring, mit einer Halskette oder sonst einem Gegenstand, einem schönen Stein, irgendetwas mit einer symbolischen Kraft, im Sinne von der Selbstverantwortungsübergabe.

[00:32:19.820] - Dr.med. Ursula Davatz

Es geht um die Verantwortungsübergabe.

[00:32:23.640] - Dr.med. Ursula Davatz

Dann kann man sagen: wenn du Hilfe von mir möchtest, dann stehe ich dir gerne zur Verfügung aber nicht mehr nach der 22 Uhr Abends und du musst es einen Tag vorher anmelden. Sonst kann ich nicht.

[00:32:35.320] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich muss es in meinem Kopf auch einplanen, sonst bin ich nicht geduldig und habe vielleicht noch andere Dinge im Kopf und dann geht es nicht. Das Kind muss lernen zu planen.

[00:32:42.920] - Dr.med. Ursula Davatz

Die Mutter oder der Vater stehen nicht mehr jederzeit zur Verfügung, auch Nachts um 12 Uhr, einfach damit es eine gute Note gibt.

[00:32:52.140] - Dr.med. Ursula Davatz

Die Eltern sagen dann: er verpasst den Übertritt, dann hat er keine Chance.

[00:32:52.280] - Dr.med. Ursula Davatz

Dann sage ich: dann muss er es halt verpassen, er oder sie lernt so besser, als wenn sie ständig hinten dran stehen. Das geht nicht.

[00:33:25.130] - Dr.med. Ursula Davatz

Es ist oft schwierig aber ich behaupte, die Kindern lernen besser, wenn die Eltern das so übergeben.

[00:33:30.540] - Dr.med. Ursula Davatz

Selbst wenn die Kinder einmal repetieren müssen oder provisorisch werden, die Eltern sind die schlechtesten Lerncoaches.

[00:33:30.620] - Dr.med. Ursula Davatz

Die Eltern müssen Eltern bleiben.

[00:33:30.670] - Dr.med. Ursula Davatz

Falls es nicht reicht, kann man jemanden externes organisieren, der speziell für das ausgebildet ist. Das kostet natürlich Geld, wenn es nicht innerhalb von der Schule ist.

[00:33:41.080] - Dr.med. Ursula Davatz

Es ist gut investiertes Geld und sie schonen dadurch ihre Nerven.

[00:33:45.440] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn ihre Nerven kaputt gehen, zahlt das zwar die Krankenkasse, aber alles in allem angeschaut, ist es gut investiertes Geld, wenn sie jemanden Professionelles reinholen.

[00:34:02.940] - Dr.med. Ursula Davatz

Die Verantwortung für das Lernen dem Kind übergeben, aber nicht durch ein Hinschmeissen in der Wut, aus Verzweiflung und Ohnmacht, sondern eine ganz klare Stab Übergabe, so wie bei der Stafette, als Ritual.

[00:34:20.540] - Dr.med. Ursula Davatz

Der nächste Punkt ist Umgang mit Lernen. Das braucht zum Teil sehr lange. Manchmal glauben es die Eltern nicht und sie können es nicht lassen, sie sind halt ehrgeizig mit ihrem Kind. Dann sage ich immer wieder das Gleiche, an dieser Stelle muss ich dann die Geduld haben, bis die Eltern verstehen, dass es besser geht.

[00:34:49.450] - Dr.med. Ursula Davatz

Ein weiterer Punkt ist der Umgang mit Geld.

[00:34:49.760] - Dr.med. Ursula Davatz

ADHS/ADS Kinder sind Kinder, die impulsiv sind und viele davon geben ihr Geld auch impulsiv aus. Es wird impulsiv gekauft, es wird vielleicht impulsiv verschenkt, es wird impulsiv eingeladen, man kauft sich zum Teil auch Gunst bei den Kollegen oder solche Dinge. Das Geld fließt einfach davon.

[00:35:07.920] - Dr.med. Ursula Davatz

Dann sagen die Eltern: er/sie kann noch nicht mit dem Geld umgehen, ich muss das Geld für die Kinder verwalten.

[00:35:17.280] - Dr.med. Ursula Davatz

Dann sage ich falsch: damit das Kind lernt, mit dem Geld umzugehen, muss es Geld verwalten dürfen.

[00:35:31.840] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich bin eine Vertreterin von Taschengeld ab 12 Jahren oder früher. Eltern sagen dann: ich gebe das Taschengeld lieber jeden Tag, er kann mich ganz schlecht fragen.

[00:35:44.040] - Dr.med. Ursula Davatz

Beim kleinen Kind kann man das Taschengeld pro Woche geben. Ab 12 Jahren würde ich das Taschengeld pro Monat geben, damit das Kind lernt, sein Geld selber zu verwalten. Dann sieht das Kind, wenn das Geld weg ist. Wenn am ersten Tag schon alles ausgegeben ist, dann hat das Kind kein Geld mehr.

[00:36:01.030] - Dr.med. Ursula Davatz

Dann wird häufig gesagt: dann fährt das Kind schwarz, dann hat das Kind nichts zu essen, dann gebe ich dem Kind einfach wieder Geld.

[00:36:13.020] - Dr.med. Ursula Davatz

Es gibt ganz klar eine Summe pro Monat. Es wird kein Vorbezug gemacht. Die Kinder dürfen nicht zu Mutter oder Vater das Geld ausleihen gehen. Ich muss auf den Zug, gibst du mir fünf oder zehn Franken. Ich gebe es dir dann wieder zurück. Solche Dinge nicht tun. Am Schluss hat man so keine Übersicht mehr.

[00:36:34.420] - Dr.med. Ursula Davatz

Ein festes Taschengeld, nicht pumpen, nicht Vorschuss geben.

[00:36:37.970] - Dr.med. Ursula Davatz

Das fällt den Müttern meistens schwer, manchmal auch den Vätern. Sie schieben immer Geld hinterher.

[00:36:47.620] - Dr.med. Ursula Davatz

Man gibt Geld, man schiebt Geld hinterher, man lässt das Kind Übergriffe auf einem machen und man macht Übergriffe auf das Kind. Dann sagt man: du musst dann, du

solltest dann, du musst sparen, hast du schon wieder, was hast du schon wieder gemacht?

[00:37:04.160] - Dr.med. Ursula Davatz

Das bringt alles nichts.

[00:37:04.300] - Dr.med. Ursula Davatz

All das Gerede der Eltern dem Kind gegenüber bringt gar nichts. Nur die Handlung bringt etwas.

[00:37:18.720] - Dr.med. Ursula Davatz

Dann sagen die Eltern: er fährt schwarz und wird erwischt. Das wird notiert.

[00:37:22.900] - Dr.med. Ursula Davatz

Dort sagen die Eltern: ich möchte nicht, dass er einen Eintrag im Strafregister bekommt, als chronischer Schwarzfahrer. Wenn es weiter geht, kommt die Jura, die Jugendanwaltschaft.

[00:37:45.530] - Dr.med. Ursula Davatz

Die Jugendanwaltschaft ist auch noch keine Gefahr. Mit denen kann man zusammenarbeiten und die können einem dann eine juristische Hilfe geben, sodass man ein bisschen stärker ist als Eltern.

[00:38:00.880] - Dr.med. Ursula Davatz

Muss man nicht Angst haben vor der Strafe und der Jugendanwaltschaft. Die sind eigentlich eine Hilfe für einem.

[00:38:08.160] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn man das Kind freikauf, damit es nicht mit dem Gesetz in Kontakt kommt oder Gesetze übertritt, dann tut man dem Kind einen schlechten Dienst und man macht eher weiter.

[00:38:12.800] - Dr.med. Ursula Davatz

Fixes Taschengeld, kein Vorschuss und nicht Nachzahlen. Verhungern muss das Kind nie. Das Kind wohnt zu Hause, hat ein kostenloses Bett. Wenn es zum Mittag nichts zu essen hat, kann das Kind ein Brötchen mitnehmen. Dann verhungert das Kind auch nicht. Man muss nicht Angst haben, das Kind wird nicht existentiell bedroht.

[00:38:24.780] - Dr.med. Ursula Davatz

Das mit dem Schwarzfahren lösen dann viele, indem sie ein Abonnement kaufen. Das ist auch eine Möglichkeit. Die Kinder vergessen das immer, lassen es irgendwo liegen. Dann macht man am besten ein Doppel.

[00:38:46.590] - Dr.med. Ursula Davatz

Keine Schulden bezahlen. Sie beginnen Geld auszuleihen bei ihren Freunden. Der bedroht mich, der macht das. Dann kann man immer noch sagen: dann kann er zu mir kommen, dann spreche ich mit ihm, nicht bezahlen.

[00:39:04.540] - Dr.med. Ursula Davatz

Keine Schulden bezahlen und keinen Vorschuss geben. Keine Löcher stopfen.

[00:39:23.800] - Dr.med. Ursula Davatz

Ein weiterer Punkt ist der Umgang mit der eigenen Sexualität. Je nachdem wie man selber aufgewachsen ist, was man für eine Moral hat, ist man zugeknöpfter oder offener.

[00:39:45.000] - Dr.med. Ursula Davatz

Der Umgang mit der eigenen Sexualität ist natürlich etwas ganz, ganz Wichtiges, auch für ADHS/ADS Kinder.

[00:39:50.820] - Dr.med. Ursula Davatz

Es ist sehr gut wenn sie eine Freundin oder einen Freund haben. Anhand von einer Freundin oder einem Freund, lernt man auch wieder seine Hörner abstoßen.

[00:40:01.160] - Dr.med. Ursula Davatz

Oft sind sie dann dort auf einmal sehr zuvorkommend, nett und freundlich, im Gegensatz zur Mutter oder zum Vater.

[00:40:08.740] - Dr.med. Ursula Davatz

Das ist auch toll.

[00:40:09.800] - Dr.med. Ursula Davatz

Dann sehen wir, die können ja das. Es ist ja gar nicht so, dass sie so rüpelhaft sind.

[00:40:15.030] - Dr.med. Ursula Davatz

Was die Sexualität anbetrifft, ist auch wieder wichtig, dass man nicht die Sexualität kontrollieren will, sondern dass man auch dort wieder seine Wertvorstellungen sagt, ohne dass man befiehlt.

[00:40:37.270] - Dr.med. Ursula Davatz

Wertvorstellungen sagt, lebt, wenn man selber eine Affäre hat und dem Kind sagt, das gehört sich nicht, dann kommt das natürlich nicht so gut rüber.

[00:40:49.070] - Dr.med. Ursula Davatz

Es gibt viele Kinder, die dann selber herausfinden, dass ihre Eltern eine Affäre haben. Dann ist es mit dieser moralischen Erziehung ein bisschen schwierig.

[00:40:57.030] - Dr.med. Ursula Davatz

Die Kinder hören dann auch nicht richtig hin.

[00:41:02.860] - Dr.med. Ursula Davatz

Wichtig ist, dass sie ihre eigene Moralvorstellung präsentieren, mit Überzeugung darlegen, ohne dass sie überzeugen wollen.

[00:41:08.240] - Dr.med. Ursula Davatz

Die kann unterschiedlich sein. Die kann auch zwischen Mann und Frau unterschiedlich sein. Das macht nichts.

[00:41:20.780] - Dr.med. Ursula Davatz

Anhand der Wertvorstellungen, können sich die Kinder orientieren. Das tut den Kindern gut. Auch dort wieder dem Kind Eigenverantwortung übergeben, so wie für das Lernverhalten, auch für die Sexualität Eigenverantwortung übergeben.

[00:41:31.220] - Dr.med. Ursula Davatz

Zuletzt noch der Umgang mit Drogen. Drogen sind heute allgegenwärtig. Ich habe vor Jahren an der Kantonsschule Luzern einen Vortrag gehalten über Drogenprävention: Viel Wissen über Krankheit, macht noch nicht gesund.

[00:41:30.300] - Dr.med. Ursula Davatz

Das Wissen, dass Drogen schädlich sein können, hindert nicht daran, dass man sie nimmt.

[00:42:04.720] - Dr.med. Ursula Davatz

ADHS/ADS Kinder nehmen eher häufiger Drogen.

[00:42:07.940] - Dr.med. Ursula Davatz

Sie nehmen häufig Drogen als Selbstmedikation.

[00:42:10.880] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich habe an einer ELPOS Weiterbildung gehört wo die Mutter gesagt hat: ich bin froh, wenn er Haschisch raucht, dann ist er besser zu haben.

[00:42:17.060] - Dr.med. Ursula Davatz

Es stimmt natürlich, das hyperaktive Verhalten der ADHS/ADS Kinder kommt ein wenig herunter, wenn sie Haschisch rauchen. Im Cannabis hat es einen Stoff, der beruhigt. Das macht sie ein wenig ruhiger. Dann sind sie ein bisschen angenehmer. Sie sind ein bisschen zu und es ist ihnen alles ein bisschen egal. Das ist natürlich nicht so gesund.

[00:42:42.410] - Dr.med. Ursula Davatz

In der Pubertät sollte man lernen, sich mit dem Umfeld auseinandersetzen.

[00:43:02.020] - Dr.med. Ursula Davatz

Die psychosoziale Entwicklung läuft über die Auseinandersetzung mit dem Umfeld.

[00:43:08.940] - Dr.med. Ursula Davatz

Indem man Drogen nimmt, setzt man sich nicht mehr so gut auseinander.

[00:43:12.060] - Dr.med. Ursula Davatz

Indem man Haschisch nimmt, ist einem alles ein bisschen wurscht und dann setzt man sich nicht mehr auseinander und dann lernt man nicht. Man bleibt ein Kindskopf.

[00:43:20.200] - Dr.med. Ursula Davatz

Dann kommt noch dazu, und das weiss man heute, ich habe am Anfang gesagt: die genetische Veranlagung und das Umfeld, das zusammen ergibt die Krankheit.

[00:43:25.310] - Dr.med. Ursula Davatz

Dazu gibt es auch Untersuchungen, wo man das beweisen kann.

[00:43:25.460] - Dr.med. Ursula Davatz

Es gibt Kinder, die bei Haschisch Konsum eine Psychose machen, also einen schizophrenen Schub machen.

[00:43:34.510] - Dr.med. Ursula Davatz

Das weiss man vorher nicht.

[00:43:38.790] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich denke sogar, dass ADHS/ADS Kinder ein wenig mehr gefährdet sind mit Cannabis einen psychotischen Schub zu machen, als andere die kein ADHS/ADS haben.

[00:43:51.030] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich will ihnen damit nicht Angst machen.

[00:44:01.260] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich muss trotzdem mein Wissen irgendwie weiter geben. Deshalb ist es wichtig, dass man in Bezug auf Drogen auch wieder eine klare Haltung hat.

[00:44:09.290] - Dr.med. Ursula Davatz

Es läuft in Kalifornien, Luxemburg, Zürich, wo sie sagen, dass Haschisch gar nicht gefährlich ist. Bei gewissen Kinder macht es nichts ausser, dass man sich psychosozial nicht entwickelt, man bleibt ein Kindskopf.

[00:44:18.490] - Dr.med. Ursula Davatz

Die Leute aus den 1968er Jahre, welche ständig Haschisch geraucht haben, sind zum Teil sehr kindlich zurück geblieben.

[00:44:28.600] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich komme auch aus den 1968er Jahren, aber ich kann nicht rauchen.

[00:44:41.980] - Dr.med. Ursula Davatz

Man beraubt sich seiner psychosozialen Entwicklung.

[00:44:49.550] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn man eine gewisse genetische Prädisposition hat, wo man noch nicht genau weiss, was das ist, aber es gibt eine, wenn man Cannabis raucht, kann es zu einer Schizophrenie führen.

[00:45:02.820] - Dr.med. Ursula Davatz

Wir in der Psychiatrie haben viele erlebt und die Psychose hat zugenommen mit dem vermehrten Cannabis Konsum.

[00:45:13.350] - Dr.med. Ursula Davatz

Das ist jammerschade.

[00:45:14.240] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn man dann sagt, Cannabis macht einfach nichts, ist das falsch.

[00:45:20.460] - Dr.med. Ursula Davatz

Auch bei den Drogen dürfen sie als Eltern kein Verbot aussprechen: du darfst das nicht.

[00:45:25.660] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich finde es schädlich, ich finde es nicht gut für dich, ich möchte das nicht.

[00:45:34.500] - Dr.med. Ursula Davatz

Sie können es nicht verbieten.

[00:45:35.690] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich verbiete dir das, das geht nicht.

[00:45:38.540] - Dr.med. Ursula Davatz

Das Kind muss Eigenverantwortung übernehmen und selber schlussendlich beschließen, das es nicht geht.

[00:45:45.320] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich hatte solche, die Cannabis geraucht haben, die psychotisch wurden.

[00:45:49.760] - Dr.med. Ursula Davatz

Fast alle, mit ganz wenigen Ausnahmen, die ich nicht von Anfang an hatte, haben gelernt, innerhalb von zwei Jahren damit umzugehen. Das heisst, zu sagen: nein, das ist für mich kein Thema mehr. Ich will es nicht mehr, ich mache es nicht mehr.

[00:46:05.380] - Dr.med. Ursula Davatz

Die lernen schlussendlich, keinen Cannabis mehr zu rauchen.

[00:46:09.080] - Dr.med. Ursula Davatz

Sie müssen es nicht verbieten.

[00:46:10.640] - Dr.med. Ursula Davatz

Vielleicht müssen sie noch ein paar Mal reinfallen, aber sie müssen es nicht verbieten.

[00:46:15.400] - Dr.med. Ursula Davatz

Es geht einfach nicht.

[00:46:16.730] - Dr.med. Ursula Davatz

Auch bei den Drogen gilt die gleiche Haltung, die gleiche Regelung. Eine klare Haltung haben. Diese klar zum Ausdruck bringen. Nicht überzeugen wollen, sondern selber überzeugt sein.

[00:46:30.600] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich habe Vorträge gehalten über Drogen und so weiter. Meine Teenager Tochter hat immer zu mir gesagt: du bist hinter dem Mond zu Hause, du verstehst nichts.

[00:46:32.280] - Dr.med. Ursula Davatz

Die haben alle Haschisch versucht.

[00:46:39.800] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich habe gesagt, es sei mir egal, wenn du findest, ich sei hinter dem Mond zuhause. Das ist meine Haltung. Ich finde, Haschisch muss man nicht unbedingt konsumieren.

[00:46:51.240] - Dr.med. Ursula Davatz

Man bleibt ein Kindskopf.

[00:46:51.360] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich habe ein Buch heraus gegeben: wie bewahren wir unsere Kinder vor der Drogensucht.

[00:46:51.376] - Dr.med. Ursula Davatz

https://www.buchfix.ch/contents/de-ch/p15497_Wie-bewahren-wir-unsere-Kinder-vor-der-Drogensucht.html

[00:46:51.430] - Dr.med. Ursula Davatz

In diesem Buch sage ich: es macht Jugendalzheimer.

[00:47:04.590] - Dr.med. Ursula Davatz

Man verblödet früh.

[00:47:08.020] - Dr.med. Ursula Davatz

Irgendwann verblöden wir alle einmal vielleicht, weil das Gehirn mit der Zeit abbaut.

[00:47:08.130] - Dr.med. Ursula Davatz

Es ist Jammerschade, wenn ein Jugendlicher sein Gehirn schon mit 16 Jahren abbaut.

[00:47:23.520] - Dr.med. Ursula Davatz

Es Untersuchungen, wenn chronische Cannabis Konsumenten, in Nordafrika heisst es "Quads", es ist die gleiche Wirkstoffsubstanz.

[00:47:34.800] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn chronische Quads Konsumenten Autounfälle gemacht haben, man hat ihre Gehirne angeschaut, dann war das Gehirn geschrumpft.

[00:47:38.580] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn man bei den Schizophrenen eine Hirnanalyse macht, da hat man nicht operieren müssen, man kann ja das heute so darstellen, die Schizophrenen hatten dann auch ein geschrumpftes Hirn. Das hat verschiedene Ursachen, weil die meistens sehr isoliert leben und keine Stimulierung mehr haben.

[00:48:00.040] - Dr.med. Ursula Davatz

Diejenigen, welche schizophren waren und Cannabis geraucht haben, deren Hirn ist am meisten geschrumpft.

[00:48:04.450] - Dr.med. Ursula Davatz

Das zeigt klar: Cannabis zusammen mit Schizophrenie ist schädlich für die Entwicklung eines Menschen.

[00:48:04.610] - Dr.med. Ursula Davatz

Mir tut es immer unglaublich leid, wenn ich Jugendliche sehe, die in eine chronische Laufbahn laufen, über Cannabis konsumieren und dann eine Psychose haben.

[00:48:27.260] - Dr.med. Ursula Davatz

Aber wie gesagt, nicht kontrollieren, nicht nachspionieren, eine klare Haltung und mit jemandem zusammenarbeiten, der ihnen dann vielleicht hilft und Unterstützung gibt. Dann lernen die Jugendlichen innerhalb von einem halben Jahr, spätestens nach zwei Jahren, von dem wieder abzusehen. Mit ganz wenigen Ausnahmen.

[00:48:50.220] - Dr.med. Ursula Davatz

Jetzt komme ich zur Schlussbemerkung.

[00:48:52.720] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich parodierte einen Satz, den ich in meiner medizinischen Laufbahn gehört habe, mal von einem Chef von mir. Man sagt: Vertrauen ist gut, Kontrolle ist besser.

[00:49:07.480] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich nein. Im Umgang mit dem ADHS/ADS Kind sage ich genau das Gegenteil. Kontrolle ist schlecht, Selbstkontrolle ist besser.

[00:49:18.680] - Dr.med. Ursula Davatz

Dem ADHS/ADS Kind früh Selbstkontrolle zu übergeben ist besser.

[00:49:26.580] - Dr.med. Ursula Davatz

Oft weiß das ADHS/ADS Kind selber besser, was gut für es ist. Lernt es auch besser, als wenn man ständig rein redet.

[00:49:33.690] - Dr.med. Ursula Davatz

Man darf sich und man soll sich mit einem ADHS/ADS Kind auseinandersetzen, aber nach Möglichkeit auf eine ruhige gute Art, wo man gut bei sich selber bleibt und sich nicht immer wieder in einen emotionalen Sturm begeben.

[00:49:54.200] - Dr.med. Ursula Davatz

Eine authentische, ehrliche, standhafte Auseinandersetzung ohne rigide dabei zu sein.

[00:50:03.510] - Dr.med. Ursula Davatz

Das hilft dem ADHS/ADS Kind besser sich zu einer gesunden, interessanten Persönlichkeit zu entwickeln als ständig an ihm rum zu machen.

[00:50:13.930] - Dr.med. Ursula Davatz

ADHS/ADS Kinder muss man früher loslassen, im Sinne von, sie wissen besser, was für sie gut ist, als wir.

[00:50:26.620] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich bringe zum Abschluss nochmal so ein Beispiel aus der Chaostheorie von den Turbulenzen.

[00:50:32.840] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich musste mal anstehen für einen Abflug. Da habe ich zwei Piloten miteinander reden gehört und die haben gesagt: im Notfall, wenn das Flugzeug in Turbulenzen kommt, das Steuer dem Flugzeug übergeben. Das Flugzeug weiss es besser als wir Piloten.

[00:50:51.780] - Dr.med. Ursula Davatz

Das Flugzeug passt sich den Strömungen an und schaukelt so durch.

[00:50:58.050] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn wir eingreifen, haben wir die Tendenz zu Übersteuern. Dann übersteuern wir auch das ADHS/ADS Kind. Dann gibt es eine Schleuderbewegung. Dann schleudert es uns und das Kind raus. Das ist nicht so gut.

[00:51:13.540] - Dr.med. Ursula Davatz

Das Gleiche lernt man beim Fahren auf Eis. Ich habe noch nie einen Schleuderkurs gemacht. Aber ich bin manchmal ein wenig zu schnell gefahren auf dem Schnee.

[00:51:21.760] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn man einen Schleuderkurs macht, sollte man das Steuerrad mit einem Finger halten können, damit man nicht übersteuert.

[00:51:29.550] - Dr.med. Ursula Davatz

Also sanft halten, denn auf rutschigen Flächen, wenn man dort übersteuert, dann versperrt es sich und dann schleudert man viel mehr.

[00:51:39.500] - Dr.med. Ursula Davatz

Das sind so ein paar Bilder, die man für die ADHS/ADS Kinder verwenden kann.

[00:51:43.340] - Dr.med. Ursula Davatz

Die Erzieher haben häufig die Tendenz ADHS/ADS Kinder zu übersteuern und das kommt nicht gut.

[00:51:49.450] - Dr.med. Ursula Davatz

Lieber ihnen das Steuer früher übergeben mit Haltungen und Regeln. Das ist der Gartenzaun.

[00:51:59.000] - Dr.med. Ursula Davatz

ADHS/ADS Kinder muss man die Feinsteuerung selber machen lassen, als sie übersteuern und dann Persönlichkeitsstörungen oder psychische Krankheiten daraus zu machen.

[00:52:08.460] - Dr.med. Ursula Davatz

Gibt es eine brennende Verständnisfrage?

[00:52:18.340] - Bemerkung 1

Können sie noch etwas zum Schlaf sagen?

[00:52:25.180] - Dr.med. Ursula Davatz

Der Schlaf steht im Zusammenhang mit Aktivphase und Ruhephase.

[00:52:41.820] - Dr.med. Ursula Davatz

ADHS/ADS Kinder sind natürlich sehr aktiv. Es gibt solche, die dann ein bisschen weniger Schlaf brauchen als andere.

[00:52:49.000] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn man sie am Tag dann zu fest übersteuert und zu weit hoch treibt, dann können sie auch nicht mehr schlafen.

[00:52:57.780] - Dr.med. Ursula Davatz

Schlaf kann man nicht befehlen.

[00:53:01.000] - Dr.med. Ursula Davatz

Du musst jetzt schlafen.

[00:53:03.680] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn sie das beim Kind probieren, geht es nicht.

[00:53:04.800] - Dr.med. Ursula Davatz

Bei ADHS/ADS Kinder ist es wichtig, bevor man ins Bett geht, oben runter fahren.

[00:53:14.490] - Dr.med. Ursula Davatz

Einen Computer muss man auch runter fahren. Man macht Fenster um Fenster zu.

[00:53:16.580] - Dr.med. Ursula Davatz

Die Eltern müssen den Kindern Rituale beibringen, welche das Kind runterfahren.

[00:53:25.510] - Dr.med. Ursula Davatz

Das kann verschieden sein.

[00:53:30.440] - Dr.med. Ursula Davatz

Eines, das ein Musikinstrument spielt, geht immer noch Klavier spielen.

[00:53:36.820] - Dr.med. Ursula Davatz

Unser Sohn hat immer Tagebuch geschrieben. Das macht er heute noch, seine Sachen aufschreiben.

[00:53:42.440] - Dr.med. Ursula Davatz

Irgendein Ritual herausfinden, das gut ist.

[00:53:54.260] - Dr.med. Ursula Davatz

Sicher nicht am Abend noch irgendwelche riesigen Diskussionen haben.

[00:53:58.900] - Dr.med. Ursula Davatz

Nicht mehr so. Keine Bestrafung, kein Theater. Runterfahren, beruhigen.

[00:54:03.130] - Bemerkung 2

Wie sieht es beim Ausgang aus?

[00:54:15.440] - Dr.med. Ursula Davatz

Das ist die Handhabung des eigenen Schlafs.

[00:54:15.550] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich bin eher liberal. Ich habe immer gefragt: wann bist du zu Hause?

[00:54:15.660] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich übergebe dem Kind die Verantwortung für den Ausgang. Wenn das Kind sagt: ich bin um "halb" zu Hause. Um halb wieviel?

[00:54:25.450] - Dr.med. Ursula Davatz

Vielleicht findet man dann einen Kompromiss.

[00:54:41.200] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich bin in der Nacht nie wach geblieben. Andere Eltern haben mir das nicht geglaubt. Die anderen Kinder, habe das auch nicht geglaubt. Was bringt es mir? Ich ändere nichts. Ich beginne sicher keinen Krach in der Nacht. Ich frage am nächsten Morgen: wann bist du nach Hause gekommen? Aha. Was ist gewesen? Dann kann ich wieder sagen: ich möchte, dass du dann und dann zu Hause bist.

[00:55:01.010] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich mahne immer wieder die Regeln an. Ich übergebe eher früh die Verantwortung.

[00:55:27.270] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn alles schief läuft, das Kind jede Nacht weg ist, dann greife ich auch ein und sage: jetzt möchte ich das nicht, du hattest die Freiheit, du konntest deine Freiheit nicht handhaben. Dann stehe ich selber vor die Türe.

[00:55:30.150] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich kann natürlich nicht selber in den Ausgang gehen und sagen: du musst zu Hause bleiben.

[00:55:38.760] - Dr.med. Ursula Davatz

Dann muss ich physisch vor der Tür stehen, damit sie nicht rausgehen.

[00:55:43.360] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn man wach ist, gehen die Kinder zum Fenster raus und solche Dinge.

[00:55:43.560] - Dr.med. Ursula Davatz

Man muss präsent sein.

[00:55:50.910] - Dr.med. Ursula Davatz

Kinder sind erfinderisch, das ist natürlich eine Mühe.

[00:55:51.260] - Bemerkung 3

Was sagen sie zu Medikamenten?

[00:55:58.730] - Dr.med. Ursula Davatz

Das viel gelobte Ritalin.

[00:56:10.000] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich zeige das Hirn Modell anhand meiner Hand.

[00:56:10.120] - Dr.med. Ursula Davatz

Mein Daumen ist das emotionale System vom Gehirn. Das emotionale System vom Gehirn schaukelt sich einfach auf, insbesondere bei den ADHS/ADS Kindern.

[00:56:26.600] - Dr.med. Ursula Davatz

Die Bahnen des Grosshirns sind nicht so richtig aktiviert.

[00:56:26.720] - Dr.med. Ursula Davatz

Das Dopamin ist eine Übertragungssubstanz.

[00:56:37.020] - Dr.med. Ursula Davatz

Ritalin ist ein Amphetamin, ist an sich eine Droge, auch der Gasse, ein Upper, ein Stimulans.

[00:56:45.000] - Dr.med. Ursula Davatz

Mit dem Ritalin aktivieren wir die Bahnen und dann können sie besser aufpassen.

[00:56:53.190] - Dr.med. Ursula Davatz

Durch das Ritalin werden die Noten in der Schule besser.

[00:57:00.260] - Dr.med. Ursula Davatz

Es hat natürlich auch immer Nebenwirkungen.

[00:57:03.830] - Dr.med. Ursula Davatz

Der Appetit geht weg. Man verwendet Ritalin auch als Appetitzügler.

[00:57:07.780] - Dr.med. Ursula Davatz

Mit Ritalin sind die ADHS/ADS Kinder eingeschränkter. Sie sind nicht mehr so lebendig und so spontan und so gefühlsmäßig.

[00:57:16.890] - Dr.med. Ursula Davatz

Gewisse Kinder sagen dann, ich bin ein Zombie, ich bin nicht mich selber, ich will das nicht.

[00:57:21.090] - Dr.med. Ursula Davatz

Es gibt Kinder, die es verweigern und es gibt Eltern, die es verweigern.

[00:57:24.700] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich verweigere es nicht, aber ich schlage es nicht als erstes vor.

[00:57:30.000] - Dr.med. Ursula Davatz

Heute weiß ja jeder, was Ritalin ist.

[00:57:32.780] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn es die Eltern wollen, dann verschreibe ich es auch.

[00:57:36.070] - Dr.med. Ursula Davatz

Heutzutage wird es auch den Erwachsenen verschrieben. Da bin ich eher vorsichtig.

[00:57:40.900] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich finde, man sollte lernen, mit seinem ADHS/ADS umzugehen.

[00:57:44.380] - Dr.med. Ursula Davatz

Im Erwachsenenalter sollte man es können und sich dann nicht noch mit Ritalin nachhelfen müssen.

[00:57:51.160] - Dr.med. Ursula Davatz

Es wird heutzutage auch viel bei den Erwachsenen verschrieben.

[00:57:54.680] - Dr.med. Ursula Davatz

Zum Teil können die dann ihren Job behalten oder machen sonst bessere Leistungen.

[00:57:56.020] - Dr.med. Ursula Davatz

Die Aufmerksamkeitsstörung kann sehr stark mit dem Ritalin verbessert werden.

[00:58:12.300] - Dr.med. Ursula Davatz

Es ist heute eines der meisten verschriebenen Medikamente.

[00:58:15.860] - Dr.med. Ursula Davatz

Es hat riesig zugenommen.

[00:58:19.740] - Dr.med. Ursula Davatz

Man sagt glaube ich, 20% bis 40% der Studenten gehen nicht mehr an die Prüfung ohne Ritalin.

[00:58:26.860] - Dr.med. Ursula Davatz

Das ist natürlich verrückt.

[00:58:28.370] - Dr.med. Ursula Davatz

Als wir als Medizinstudenten die Prüfungen gemacht haben als Medizinstudenten, ist man durchgefallen, wenn man ein Medikament genommen hat. Heute gehen sie alle mit Medikamenten.

[00:58:39.770] - Dr.med. Ursula Davatz

In der Pubertät muss man lernen, mit seinen Emotionen umzugehen.

[00:58:43.780] - Dr.med. Ursula Davatz

Es gibt einen riesigen Trend, wenn man die Emotionen nicht im Griff hat, man nimmt ein Medikament.

[00:58:48.780] - Dr.med. Ursula Davatz

Ein Medikament zum Runterfahren.

[00:58:49.490] - Dr.med. Ursula Davatz

Ein Medikament zum Aufputschen.

[00:58:50.250] - Dr.med. Ursula Davatz

Ein Medikament zum Aufpassen, ein Medi zum Schlafen.

[00:58:53.290] - Dr.med. Ursula Davatz

Es ist fürchterlich. Da bin ich sehr kritisch.

[00:58:57.640] - Dr.med. Ursula Davatz

Die Jugendliche haben zum Teil schon viele Medikamente: Ritalin, Antidepressiva (SSRI), ein Neuroleptikum, eine ganze Batterie von Medikamenten.

[00:59:11.600] - Dr.med. Ursula Davatz

So lernen die Jugendlichen nicht selber mit den Emotionen umgehen, sondern die Chemie macht es.

[00:59:13.250] - Dr.med. Ursula Davatz

Was gibt denn das für einen Persönlichkeit?

[00:59:20.590] - Dr.med. Ursula Davatz

Daher gebe ich den Teenagern oft ungern Medikamente.

[00:59:26.920] - Dr.med. Ursula Davatz

Die Jugendlichen kriegen vom Hausarzt, vom Psychiater Medikamente.

[00:59:32.060] - Bemerkung 4

Die Lehrpersonen verlange das auch zum Teil

[00:59:32.380] - Dr.med. Ursula Davatz

Dazu sage ich: wenn die Eltern das nicht wollen, die haben das Recht.

[00:59:45.260] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn das Kind rausfällt, dann muss man eine neue Schullösung finden.

[00:59:48.610] - Dr.med. Ursula Davatz

Wir hören das im nächsten Referat.

[00:59:52.200] - Dr.med. Ursula Davatz

Was hilft diesen Kindern auch noch?

[00:59:53.980] - Dr.med. Ursula Davatz

Alles, was ritualisiert.

[00:59:54.870] - Dr.med. Ursula Davatz

Etwas Regelmässiges tun.

[01:00:00.260] - Dr.med. Ursula Davatz

Regelmässig Sport, regelmäßig ein Instrument, regelmäßig schreiben.

[01:00:05.380] - Dr.med. Ursula Davatz

Man muss gute Rituale haben.

[01:00:07.920] - Dr.med. Ursula Davatz

Rhythmen, man muss sie rhythmisieren.

[01:00:10.870] - Dr.med. Ursula Davatz

Das gibt Halt, Stabilität und das holt die Jugendlichen auch runter.

[01:00:13.580] - Dr.med. Ursula Davatz

Was heute auch gemacht wird, ist Neurofeedback.

[01:00:18.440] - Dr.med. Ursula Davatz

So lernen die Jugendlichen sich selber zu beruhigen.

[01:00:22.200] - Dr.med. Ursula Davatz

Jonglieren kann einen beruhigen.

[01:00:27.260] - Dr.med. Ursula Davatz

Irgendein Geduldsspiel.

[01:00:30.680] - Dr.med. Ursula Davatz

Gewisse Personen machen Sudoku um sich zu beruhigen.

[01:00:30.890] - Dr.med. Ursula Davatz

Irgendetwas das die Aufmerksamkeit fasziniert.

[01:00:38.160] - Dr.med. Ursula Davatz

Das ist natürlich nicht bei jedem Kind gleich.

[01:00:42.960] - Bemerkung 5

Die Jugendlichen sollen selber entscheiden, ob sie Ritalin nehmen wollen oder nicht.

[01:00:43.040] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn das Kind sagt, nein, das will ich nicht, dann akzeptiere ich das, dann machen wir es anders. Es hat niemand das Recht, dem Kind Ritalin aufzuzwingen.

[01:01:56.720] - Bemerkung 6

Sie haben von Welpenschutz gesprochen?

[01:01:56.920] - Dr.med. Ursula Davatz

Welpen sind die kleinen Hunde. Alle Jungtiere haben einen komischen Pelz.

[01:01:57.030] - Dr.med. Ursula Davatz

Man darf nicht gleich zurück schießen, wie das Kind gegen einem schießt.

[01:02:07.640] - Dr.med. Ursula Davatz

Gewisse Eltern sagen: der ist so frech, dann darf ich auch.

[01:02:07.800] - Dr.med. Ursula Davatz

Väter machen das häufig.

[01:02:11.940] - Dr.med. Ursula Davatz

Das ist nicht gut.

[01:02:13.770] - Dr.med. Ursula Davatz

Die Kinder sind viel schwächer als wir.

[01:02:17.500] - Dr.med. Ursula Davatz

Die Kinder blasen sich mit Imponiergehabe auf. Man darf nicht gleich zurück schlagen.

[01:02:17.580] - Bemerkung 7

Kann Ritalin abhängig machen?

[01:02:21.900] - Dr.med. Ursula Davatz

Ja, Ritalin kann abhängig machen.

[01:02:34.970] - Dr.med. Ursula Davatz

Man steigert es dann immer mehr, um den Aufmerksamkeitseffekt zu haben.

[01:02:42.260] - Dr.med. Ursula Davatz

Dann ist es eine Droge.

[01:02:45.260] - Dr.med. Ursula Davatz

Mit der gleichen Dosierung, wenn man einfach ein bisschen mehr wach ist, besser funktioniert, dann nicht.

[01:02:53.260] - Dr.med. Ursula Davatz

Viele Erwachsene oder so Jugendliche steigern es.

[01:02:56.650] - Dr.med. Ursula Davatz

Dann ist man in der Sucht drinnen.

[01:02:56.720] - Bemerkung 8

Wie merkt man das?

[01:02:56.760] - Dr.med. Ursula Davatz

Dass es der Körper dann braucht, um wach bleiben zu können.

[01:03:25.620] - Dr.med. Ursula Davatz

Man hat ein Verlangen danach, dass man immer mehr davon nehmen möchte.

[01:03:25.770] - Dr.med. Ursula Davatz

Die Rennen uns zum Teil die Bude ein, weil sie es einfach wollen. Sie machen Panik, wenn sie es nicht haben.

[01:03:42.010] - Dr.med. Ursula Davatz

Es gibt Sucht, es gibt Entzugserscheinungen.

[01:03:48.840] - Dr.med. Ursula Davatz

Ob das psychologisch oder körperlich ist, das ist schwierig zum auseinandernehmen.

[01:03:52.430] - Bemerkung 9

Kann Ritalin zu Muskelzuckungen führen?

[01:03:52.750] - Dr.med. Ursula Davatz

Das wäre eine Hyperinnervation der Muskeln, die dann wie unter Strom sind.

[01:04:19.210] - Dr.med. Ursula Davatz

Das ist nicht so gut. Das kenne ich nicht. Das muss ich mir genauer anschauen.

[01:04:19.710] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich halte die Dosis immer tief. 20, 40. Gewisse geben 80 und 100. Das getraue ich mich nicht. Das finde ich zu hoch.

[01:04:52.380] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich wünsche eine schöne Pause und einen schönen Nachmittag.