

# NERVENPROBE PUBERTÄT

## ADHS im Spannungsfeld zwischen Beruf und Schule

---

Dr. med. Ursula. Davatz  
[www.ganglion.ch](http://www.ganglion.ch)  
[www.schizo.li](http://www.schizo.li)

ELPOS, Lenzburg, Familie + Begegnung  
Donnerstag, 26. April 2012

Die Pubertätsphase ist ohnehin eine Zerreissprobe, nicht nur für die Nerven der Eltern, sondern auch für die Eltern-Kind Beziehung. Besteht beim Kind zusätzlich ein ADHS, haben Eltern häufig besondere Angst, denn alles ist extremer bei diesen Kindern, inklusive die Pubertät. Sie können aber plötzlich auch ganz vernünftig sein, dies zum grossen Erstaunen der Eltern.

### **Einige Grundregeln für das elterliche Verhalten von ADHS-Kindern in der Pubertät**

- Man darf die Kinder in dieser Entwicklungsphase nicht mehr erziehen wollen, man darf nur noch Beziehung pflegen.
- Die eigene Emotionalität muss gut unter Kontrolle gehalten werden.
- ADHS-Kinder haben ohnehin Probleme mit Ihrer Impulskontrolle.
- Während der Pubertät sollten sie sich eine bessere Kontrolle über ihre Emotionen erarbeiten.
- In der Pubertät ist die Emotionalität aber ohnehin aufgewühlt, auch bei Jugendlichen ohne ADHS.
- Versuchen die Eltern nun, ihre pubertierenden Kinder mit starker eigener Emotionalität auf den richtigen Weg zu bringen, giessen sie Öl ins Feuer, die Situation eskaliert

- und das Eltern-Kind Verhältnis geht in Brüche, die Beziehung reißt oder das Kind wird krank.
- Im Zweifelsfalle sollen die Eltern das Steuer eher loslassen und dem Kind das Steuer überlassen anstatt zu übersteuern und über einen vernichtenden Machtkampf in einen Schleuderkurs zu geraten.
  - Eltern sollen im Machtkampf mit ihrem pubertierenden Kind nicht unbedingt gewinnen wollen. Eltern sollen auch verlieren können. Sie tragen dadurch zum Selbstwertgefühl ihres Kindes bei.
  - Schlussendlich geht es in der Pubertät um die Übernahme der eigenen Verantwortung, um Selbstkontrolle und Eigenverantwortung und nicht um Fremdkontrolle durch die Eltern.
  - Eigenverantwortung muss aber gelernt und geübt werden, sie kann nicht befohlen werden.

## **Die Berufsfindung**

- Berufs- und Partnerwahl sind zwei wichtige Entscheidungen im Leben eines Menschen.
- Die Berufsfindung beginnt meistens in der Pubertät, die Partnerwahl sollte eher später stattfinden.
- Bei der Berufswahl spielt die schulische Leistung, sprich die Noten, eine nicht unwesentliche Rolle.
- Noch wichtiger ist aber die Persönlichkeitsentwicklung des pubertierenden Kindes.
- Setzen die Eltern zu sehr nur auf schulische Leistungen – bei ADHS-Kindern bestehen ohnehin häufig Lernstörungen – kommt die Persönlichkeitsentwicklung zu kurz.
- Bei ADHS-Kindern sollte deshalb ganz besonders vermehrt auf die Persönlichkeitsentwicklung geachtet werden und weniger auf die schulische Leistung.
- Die Persönlichkeitsentwicklung findet nur während der Pubertätsphase statt. Lernen kann hingegen noch das ganze Leben lang nachgeholt werden.
- Noten sind in dieser Phase also weniger wichtig, als Eigenverantwortung und Persönlichkeitsentwicklung.

- ADHS-Kinder sind häufig eigensinnig und speziell. Sie haben oft auch besondere Berufswünsche.
- Diese Berufswünsche sollten unbedingt ernst genommen werden und, falls ADHS-Kinder noch nicht wissen was sie wollen, muss man auch zuwarten können bis sie fündig geworden sind.
- Drängen macht sich nicht bezahlt bei ADHS-Kindern, es lohnt sich warten zu können, bis die Entwicklung soweit ist. Ein Zwischenjahr, eine sinnvolle neue Erfahrung ohne bestimmte Berufsabsicht, kann helfen.

### **Probleme mit der Schule**

- Viele Lehrer haben Probleme mit pubertierenden Schülern, ganz besonders auch mit ADHS-Pubertierenden.
- Sie neigen dann zum Erziehen durch strafen und ziehen die Eltern mit hinein in diese "negative Motivation".
- Eltern sollten sich nicht durch die strafende Haltung der Lehrer anstecken lassen.
- Eltern sollen aber auch nicht unablässig gegen die "bösen Lehrer" kämpfen, um ihr armes Kind zu beschützen, auch dieses Verhalten ist nicht hilfreich für das Kind.
- Die Lehrer sind für die Kinder ein Teil des Lebens, mit dem man umzugehen lernen muss. Eltern sollen das Gespräch mit dem Lehrer suchen, aber nicht mit der Einstellung, ihn verändern zu wollen.

### **Schlussbemerkung**

Lassen sie sich viel Zeit für die Persönlichkeitsentwicklung mit ihrem pubertierenden ADHS-Kind, auch für die Berufsfindung. Das Gras wächst nicht schneller, wenn man daran zieht und auch nicht höher. Nehmen Sie sich immer wieder viel Zeit für sich selbst, tragen Sie ihrem Nervenkostüm Sorge, damit Sie für ihr Kind ein Fels in der Brandung sein können.