

Dr.med. Ursula Davatz

19.9.2024

Wie geht man als Erziehungsperson mit ADHS/ADS-Kindern um?

[Audio](#)

[00:00:00.280] - Dr.med. Ursula Davatz

Das Thema lautet: Wie geht man als Erziehungsperson mit ADHS/ADS-Kindern um?

[00:00:08.850] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich sage: ADHS und ADS.

[00:00:11.810] - Dr.med. Ursula Davatz

In der Forschung wird es noch nicht getrennt, aber die Praktiker, die sehen den Unterschied.

[00:00:20.070] - Dr.med. Ursula Davatz

Die beiden haben aber viel gemeinsam, jedoch in ihren Reaktionsweisen können sie recht verschieden sein.

[00:00:28.710] - Dr.med. Ursula Davatz

Die ADHS-Kinder, die erkennt man oft schneller.

[00:00:31.730] - Dr.med. Ursula Davatz

Die ADS-Kinder, die gehen verloren, die verschwinden und die kommen dann erst mit 40 zur Diagnose.

[00:00:39.430] - Dr.med. Ursula Davatz

Als Einleitung möchte ich eine kurze Bemerkung machen.

[00:00:44.960] - Dr.med. Ursula Davatz

Wir leben heute in einer Zeit der AI, also Artificial Intelligence oder KI, der künstlichen Intelligenz, und die erfährt einen riesigen Hype.

[00:00:57.700] - Dr.med. Ursula Davatz

Überall wird die bewundert, es ist fast wie ein goldenes Kalb, das angebetet wird.

[00:01:04.230] - Dr.med. Ursula Davatz

Es geht so weit, dass man denkt, man braucht den Menschen bald nicht mehr.

[00:01:09.310] - Dr.med. Ursula Davatz

Es kann alles geregelt werden mit KI.

[00:01:12.800] - Dr.med. Ursula Davatz

Das ist für mich nicht so.

[00:01:16.530] - Dr.med. Ursula Davatz

Die, die die KI verkaufen, die wollen natürlich die Konsumenten – das sind die Kinder – so früh wie möglich abhängig machen, damit sie viele Kunden haben.

[00:01:27.520] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich habe lange in der Drogenarbeit gearbeitet, mit vielen Süchtigen, und da ging es dann auch immer um die Reklame für die Droge.

[00:01:38.950] - Dr.med. Ursula Davatz

Es gab früher eine Reklame, die hat für Kinder Kaugummi verkauft, wo die Camel Werbung drauf war.

[00:01:47.180] - Dr.med. Ursula Davatz

Die haben versucht, schon die kleinen Kinder auf die Zigaretten einzuspielen.

[00:01:53.400] - Dr.med. Ursula Davatz

Die bildliche Werbung ist sehr stark.

[00:01:57.380] - Dr.med. Ursula Davatz

Die übrige Werbung, welche im Internet läuft, ist auch sehr stark.

[00:02:03.280] - Dr.med. Ursula Davatz

Wir haben da eine grosse Konkurrenz.

[00:02:08.800] - Dr.med. Ursula Davatz

Sie als Lehrer haben eine grosse Konkurrenz mit dem Internet.

[00:02:13.360] - Dr.med. Ursula Davatz

Da läuft ja auch schon ein Kampf.

[00:02:15.870] - Dr.med. Ursula Davatz

Das frühe süchtig machen über das Internet, wird natürlich auch von den Kindern benutzt.

[00:02:28.070] - Dr.med. Ursula Davatz

Immer mehr Kinder haben ein Handy.

[00:02:32.050] - Dr.med. Ursula Davatz

Als ich im Bus hierher gefahren bin, alle mit Handy, alle mit Kopfhörer, alle sind fasziniert davon.

[00:02:47.710] - Dr.med. Ursula Davatz

ADHS/ADS Kinder sind besonders anfällig auf Sucht.

[00:02:53.780] - Dr.med. Ursula Davatz

Es gibt unter den Süchtigen mehr ADHS/ADSLer als unter der Durchschnittsbevölkerung.

[00:03:00.250] - Dr.med. Ursula Davatz

Wir sind doppelt gefragt, mit ADHS/ADS Kinder so umzugehen, dass sie nicht süchtig werden müssen.

[00:03:09.100] - Dr.med. Ursula Davatz

Das nur als kleine Einleitung.

[00:03:14.340] - Dr.med. Ursula Davatz

Was sind denn die typischen Eigenschaften von ADHS/ADS-Kindern?

[00:03:21.750] - Dr.med. Ursula Davatz

Das „A“ bedeutet „Attention Deficit“, also „Aufmerksamkeitsstörung“, es wird auf Englisch gesagt.

[00:03:29.210] - Dr.med. Ursula Davatz

Die Aufmerksamkeitsstörung.

[00:03:31.810] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich persönlich nenne diese Eigenschaft, die man Aufmerksamkeitsstörung nennt, mit breiter Aufmerksamkeit.

[00:03:41.410] - Dr.med. Ursula Davatz

Diese Kinder haben einen weiten Radar, sie merken alles was geschieht im Raum, schneller als der Durchschnitt und nehmen das alles auf.

[00:03:54.820] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn die Lehrperson nicht interessant genug berichtet, dann sind sie schnell auf dem Handy, stören den Nachbarn, schauen zum Fenster raus und die Lehrperson hat ihre Autorität verloren.

[00:04:07.770] - Dr.med. Ursula Davatz

Sie als Lehrer, Eltern und Erzieher haben sehr viel Konkurrenz.

[00:04:19.600] - Dr.med. Ursula Davatz

ADHS/ADSLer müssen immer wieder gefordert werden. Ihre Aufmerksamkeit muss immer wieder von neuem geweckt werden, sonst schweifen sie ab.

[00:04:20.450] - Dr.med. Ursula Davatz

Im Extremfall redet man da von Sensation Seeking.

[00:04:38.230] - Dr.med. Ursula Davatz

ADHS/ADSLer suchen starke Reize.

[00:04:38.640] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn der Reiz der Schule, der Eltern nicht ansprechend genug ist, nicht genug herausfordernd ist, dann schweifen sie ab, sie lenken ab.

[00:04:55.350] - Dr.med. Ursula Davatz

Bevor man einem ADHS/ADS Kind einen Befehl gibt, muss man immer seinen Appell haben.

[00:04:56.140] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich habe 13 Regeln für Eltern notiert.

[00:05:01.489] - Dr.med. Ursula Davatz

<https://adhs.expert/wp-content/uploads/2024/06/13-TIPPS-FUeR-ERZIEHENDE.pdf>

[00:05:01.660] - Dr.med. Ursula Davatz

Man muss zuerst den Appell haben, man muss den Augenkontakt haben.

[00:05:19.380] - Dr.med. Ursula Davatz

Man kann nicht vom oberen Stock in den unteren einen Befehl geben, nicht von einer Ecke im Zimmer zur anderen.

[00:05:26.500] - Dr.med. Ursula Davatz

Dann ist der Appell weg.

[00:05:28.440] - Dr.med. Ursula Davatz

Das ist wie bei einem Hund, wenn man da nicht den Kontakt hat, dann findet er etwas anderes.

[00:05:36.010] - Dr.med. Ursula Davatz

Das wäre die Aufmerksamkeitsstörung.

[00:05:40.540] - Dr.med. Ursula Davatz

Die Reizverarbeitung, die läuft über das emotionale Gehirn.

[00:05:46.870] - Dr.med. Ursula Davatz

Unsere Lehraufgaben, so wie wir die Schule verstehen, wie wir das Lernen verstehen, geht eigentlich alles immer nur über den Intellekt.

[00:05:58.880] - Dr.med. Ursula Davatz

Gelernt wird nicht über den Intellekt.

[00:06:01.570] - Dr.med. Ursula Davatz

Man lernt nur, wenn man eine Beziehung zur lehrenden Person hat und diese Beziehung muss immer hergestellt werden. Sonst funktioniert es nicht.

[00:06:12.670] - Dr.med. Ursula Davatz

Manche Erziehungspersonen können das besser und anderen fällt es schwerer.

[00:06:21.220] - Dr.med. Ursula Davatz

Das Reizangebot und der Lernreiz, der läuft über unser emotionales Gehirn.

[00:06:27.480] - Dr.med. Ursula Davatz

Das sieht man ja heutzutage auch über die Medien.

[00:06:30.770] - Dr.med. Ursula Davatz

Je emotionaler irgendjemand etwas erzählt und verbreitet – und es kann falsch sein, also Fake News –, es wird darauf reagiert.

[00:06:39.040] - Dr.med. Ursula Davatz

Man reagiert auf das Emotionale und nicht auf das Intellektuelle.

[00:06:43.680] - Dr.med. Ursula Davatz

Es gibt Untersuchungen, wo man irgendetwas erzählt.

[00:06:48.550] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn man den Menschen ablenken kann auf eine emotionale Schiene, dann glaubt er das und nicht an das Intellektuelle.

[00:06:58.620] - Dr.med. Ursula Davatz

Das ist eine wichtige Angelegenheit.

[00:07:02.310] - Dr.med. Ursula Davatz

Als Lehrer und Eltern haben sie eine gewisse Unterhaltungsfunktion.

[00:07:11.100] - Dr.med. Ursula Davatz

Sie müssen die Aufmerksamkeit des ADHS/ADS Kindes immer wieder von neuem holen.

[00:07:20.080] - Dr.med. Ursula Davatz

Sie müssen immer Beziehung herstellen, bevor sie etwas weitergeben.

[00:07:23.300] - Dr.med. Ursula Davatz

Lehrer sind Unterhalter.

[00:07:35.750] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn das ADHS/ADS Kind an einer Sache interessiert ist, dann können ADHS/ADS-Kinder hyper fokussiert sein.

[00:07:48.530] - Dr.med. Ursula Davatz

Dann bleiben sie bei dieser Sache, man kann sie fast nicht mehr davon wegbringen.

[00:07:53.740] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn man ADHS/ADS Kinder von etwas abbringen möchte, worauf sie fokussiert sind, spielen oder lesen, dann kommen sie nicht, dann hören sie nichts. Da bringt man sie schlecht weg.

[00:08:00.750] - Dr.med. Ursula Davatz

Man muss zuerst ihr Interesse, das sie für etwas haben, validieren und sagen: ja, ich weiß, ich verstehe, das ist jetzt ganz wichtig für dich, aber in zehn Minuten müssen wir gehen und ich will nicht, dass wir zu spät kommen.

[00:08:27.400] - Dr.med. Ursula Davatz

Sie brauchen eine gewisse Übergangszeit.

[00:08:36.180] - Dr.med. Ursula Davatz

Man kann nicht sagen: fertig und jetzt kommst du mit.

[00:08:39.590] - Dr.med. Ursula Davatz

ADHS/ADSler müssen sich innerlich, intrinsisch umstellen können und dann können sie mitmachen.

[00:08:45.020] - Dr.med. Ursula Davatz

Dazu braucht es von uns Erwachsenen etwas Geduld.

[00:08:49.880] - Dr.med. Ursula Davatz

Wir können nicht sagen: jetzt fertig, jetzt geht es anders weiter.

[00:08:52.630] - Dr.med. Ursula Davatz

Wir müssen vorankündigen und dann das durchsetzen.

[00:09:06.600] - Dr.med. Ursula Davatz

Das H, das steht für Hyperkinese. Das heißt Hyperaktivität.

[00:09:13.820] - Dr.med. Ursula Davatz

Sehr motorische Kinder, die haben eine Hyperaktivität muskulär, bewegungsmäßig, sie können nicht still sitzen, Zappelphilipp und so weiter.

[00:09:24.640] - Dr.med. Ursula Davatz

Was hat diese Hyperaktivität für eine Bedeutung?

[00:09:29.760] - Dr.med. Ursula Davatz

Diese Hyperaktivität hat die Aufgabe, überschüssige Energie loszuwerden.

[00:09:38.830] - Dr.med. Ursula Davatz

Darum wird viel Sport betrieben, es wird mit dem Stuhl gewackelt, usw.

[00:09:40.410] - Dr.med. Ursula Davatz

Sie müssen sich bewegen dürfen, um keinen Stau im Gefühlsapparat, im Gefühlshirn zu bekommen.

[00:09:56.450] - Dr.med. Ursula Davatz

Sie reagieren ihre Emotionen ab.

[00:09:58.930] - Dr.med. Ursula Davatz

Die Hyperaktivität hat eine Emotionsregulierende Funktion.

[00:10:08.420] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn ADHS/ADS Kinder gestresst, gekränkt werden, können sie sich von diesen ärgerlichen Emotionen im emotionalen Gehirn, ablenken, indem sie es rauslassen.

[00:10:23.490] - Dr.med. Ursula Davatz

Viele Erwachsene gehen joggen, man kann boxen gehen, Fahrrad fahren.

[00:10:28.640] - Dr.med. Ursula Davatz

Heute sieht man viele sportlich aktive Leute.

[00:10:33.070] - Dr.med. Ursula Davatz

Über die Aktivität kann man die Emotionen wieder etwas runterfahren, sodass man sich wieder konzentrieren kann.

[00:10:41.680] - Dr.med. Ursula Davatz

Es gibt Untersuchungen, dass ADHS/ADS Kinder nach dem Turnunterricht besser aufpassen können.

[00:10:51.300] - Dr.med. Ursula Davatz

Die Aktivität bringt mit sich, dass Dopamin ausgeschüttet wird.

[00:10:57.200] - Dr.med. Ursula Davatz

Alle ADHS/ADS Medikamente machen, dass vermehrt Dopamin ausgeschüttet wird.

[00:11:03.650] - Dr.med. Ursula Davatz

Mit eigener Aktivität kann man seine Aufmerksamkeit wieder rauffolen.

[00:11:11.950] - Dr.med. Ursula Davatz

Das geschieht mit der Hyperkinese.

[00:11:15.270] - Dr.med. Ursula Davatz

Zur Hyperkinese gehört auch noch die Impulsivität.

[00:11:24.160] - Dr.med. Ursula Davatz

Die Impulsivität ist eine starke Reaktion auf störende Reize.

[00:11:30.950] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn wir sie falsch anschauen oder irgendetwas falsch machen in ihren Augen, dann wehren sie sich ab mit impulsiver Abwehr, also mit Aggressivität.

[00:11:44.600] - Dr.med. Ursula Davatz

Der ADHSler, der zeigt das sofort, der wird eher aggressiv, schimpft, wird unhöflich.

[00:11:51.340] - Dr.med. Ursula Davatz

Das ist oft schwierig, sowohl für die Eltern wie auch für die Lehrer. Man sagt dann: du hast keinen Respekt zu mir.

[00:12:04.330] - Dr.med. Ursula Davatz

In dem Augenblick, da die Impulsivität überschießt, da gibt es keinen Respekt. Das ist einfach Impulsivität.

[00:12:15.000] - Dr.med. Ursula Davatz

Das kann nicht vom Großhirn und vom Intellekt her gesteuert werden. Das läuft einfach ab.

[00:12:21.070] - Dr.med. Ursula Davatz

Das läuft reflexartig ab, impulsiv ab.

[00:12:29.950] - Dr.med. Ursula Davatz

Vor der Impulsivität ist eine hohe Sensibilität.

[00:12:33.960] - Dr.med. Ursula Davatz

ADHS/ADSLer sind leicht verletzbar.

[00:12:36.850] - Dr.med. Ursula Davatz

Auch die aggressiven ADHS/ADS-Kinder, bevor die aggressiv werden, sind die immer verletzt worden.

[00:12:44.120] - Dr.med. Ursula Davatz

Wir Erwachsenen sind da eher etwas abgestumpft, wir merken nicht, wie wir die Kinder verletzen.

[00:12:46.470] - Dr.med. Ursula Davatz

Es gibt Regeln, dass man die ADHS/ADS Kinder nicht verletzen darf.

[00:12:53.180] - Dr.med. Ursula Davatz

Man denkt dann immer, weil sie so aggressiv sein können, müssten sie auch unsere Belehrungen entgegennehmen können.

[00:13:07.280] - Dr.med. Ursula Davatz

ADHS/ADSLer teilen aus.

[00:13:08.730] - Dr.med. Ursula Davatz

Man sagt dann: austeilen kannst du, aber einstecken nicht.

[00:13:11.620] - Dr.med. Ursula Davatz

Ja, das ist so. Kinder können das noch nicht.

[00:13:15.000] - Dr.med. Ursula Davatz

Als Erwachsene können sie es lernen. Sie lernen es etwas später als der Durchschnittsmensch, aber fällt ihnen immer schwer, weil sie diese tiefe Reizschwelle haben, so hypersensibel sind.

[00:13:29.860] - Dr.med. Ursula Davatz

Die Hypersensibilität von ADHS/ADS Kindern, die benennt man heute mit hochsensibel.

[00:13:40.410] - Dr.med. Ursula Davatz

Ärzte haben es an sich, dass sie aus allen Symptomen wieder eine neue Diagnose machen.

[00:13:46.300] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich gehöre nicht dazu.

[00:13:48.250] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich finde, das kann man alles beim ADHS und ADS einreihen.

[00:13:52.470] - Dr.med. Ursula Davatz

Bei den ADS Kindern spricht man auch von Autismus oder Asperger.

[00:13:59.990] - Dr.med. Ursula Davatz

Heute wird im Volk schon allgemein Autismus diagnostiziert.

[00:14:05.250] - Dr.med. Ursula Davatz

Mein Mann ist autistisch, ich bin etwas autistisch.

[00:14:08.780] - Dr.med. Ursula Davatz

Für mich sind das alles ADSler.

[00:14:13.820] - Dr.med. Ursula Davatz

Die sensiblen ADSler.

[00:14:18.250] - Dr.med. Ursula Davatz

Die ADHSler, reagieren aggressiv nach außen.

[00:14:23.500] - Dr.med. Ursula Davatz

Die ADSler, wenn die verletzt werden, ziehen sich die zurück.

[00:14:28.850] - Dr.med. Ursula Davatz

Im Gehirn passiert etwas.

[00:14:31.140] - Dr.med. Ursula Davatz

Sie ziehen sich zurück, aber im Gehirn läuft ein Denkapparat ab. Sie denken, sie hirnieren, sie überlegen, manche erfinden sich Geschichten, um auszuweichen. Sie sind hyperaktiv im Gehirn, in der Gedankenwelt.

[00:14:51.640] - Dr.med. Ursula Davatz

Die ADSler fallen häufig nicht auf. In der Schule sind die einfach ruhig, sie verschwinden in ihre eigene Fantasiewelt.

[00:15:02.830] - Dr.med. Ursula Davatz

Zu Hause hören die nicht zu, weil sie versunken sind in ihrer inneren Aktivität.

[00:15:12.220] - Dr.med. Ursula Davatz

Erwachsene, aber auch schon Kinder beschreiben das, dass sie da ganz viel denken müssen.

[00:15:17.410] - Dr.med. Ursula Davatz

Es kommen immer neue Gedanken, neue Gedanken, und sie können es nicht abstellen.

[00:15:22.200] - Dr.med. Ursula Davatz

Die geistige, die intellektuelle Aktivität ist genauso schwierig zu kontrollieren, wie die motorische Hyperaktivität.

[00:15:37.820] - Dr.med. Ursula Davatz

Auf Gehirnebene haben die ADHS/ADS Kinder eine stärkere Vernetzung vom emotionalen Gehirn mit dem übrigen Gehirn.

[00:15:52.290] - Dr.med. Ursula Davatz

Das heißt, sie können besser Grenzen überschreiten und querdenken und assoziieren.

[00:16:01.350] - Dr.med. Ursula Davatz

Das ADHS/ADS Gehirn ist sehr assoziativ.

[00:16:04.900] - Dr.med. Ursula Davatz

Beim Kleinkind ist das ohnehin noch so, aber mit der Pubertät wird das langsam etwas eingeschränkt.

[00:16:12.190] - Dr.med. Ursula Davatz

Bei den ADHS/ADS Kindern wird das eher später eingeschränkt.

[00:16:13.800] - Dr.med. Ursula Davatz

ADHS/ADS Kinder bleiben länger Kindsköpfe und sie bleiben auch länger kreativ.

[00:16:26.990] - Dr.med. Ursula Davatz

Diese größere Vernetzung im Gehirn, die macht sie kreativ, die hilft ihnen, Grenzen zu überschreiten.

[00:16:36.370] - Dr.med. Ursula Davatz

Unter der ADHS/ADS Kindern gibt es Forscher, z.B. Albert Einstein.

[00:16:48.570] - Dr.med. Ursula Davatz

Es kommen neue Ideen an den Tag.

[00:16:50.030] - Dr.med. Ursula Davatz

Sie lassen sich nicht so leicht in eine Schiene bringen, in den Fokus, welchen wir von ihnen erwarten.

[00:16:50.490] - Dr.med. Ursula Davatz

Erwachsene und auch schon Kinder, Jugendliche sagen: wenn ich die Medikamente nehme, bin ich nicht mehr so kreativ. Ich spüre mich nicht mehr richtig.

[00:17:12.040] - Dr.med. Ursula Davatz

Das stimmt, die Hyperfokussierung ist natürlich auch auf eine Art Stress und für ADHS/ADS Menschen eine Art Tunnelblick.

[00:17:22.500] - Dr.med. Ursula Davatz

Sie sind natürlich gewohnt, diesen weiten Blick zu haben, diese breite Aufmerksamkeit.

[00:17:30.570] - Dr.med. Ursula Davatz

Jetzt komme ich zu den Medikamenten. Es gibt viele Medikamente.

[00:17:36.260] - Dr.med. Ursula Davatz

Das bekannteste ist das Ritalin.

[00:17:38.750] - Dr.med. Ursula Davatz

Es sind alles Amphetamine, verschiedene Formen von Amphetaminen. Auf der Gasse sagt man „Upper“. Es sind Stimulantien.

[00:17:49.760] - Dr.med. Ursula Davatz

Sie wirken so, dass Dopamin und Adrenalin, aber vor allen Dingen Dopamin, ausgeschüttet werden. Es gibt verschiedene Mechanismen.

[00:17:58.640] - Dr.med. Ursula Davatz

Das Dopamin bewirkt dann, dass sie mehr fokussiert sind. Das kann sehr hilfreich sein in der Schule, speziell wenn die Mühe haben mit dem Aufpassen und der Lehrer

vielleicht nicht ganz so in Beschlag nehmend ist, nicht ganz so attraktiv für sie ist, dann hilft ihnen das, besser aufzupassen.

[00:18:25.360] - Dr.med. Ursula Davatz

Es gibt kurzwirksame, es hat Langzeit wirksame, die den ganzen Tag wirken.

[00:18:36.930] - Dr.med. Ursula Davatz

Nach der Wirkung gibt es häufig einen Rebound.

[00:18:41.230] - Dr.med. Ursula Davatz

Die werden runter gezähmt und nachher schießt alles wieder auf und das haben manche Menschen und manche Kinder auch nicht gerne.

[00:18:51.240] - Dr.med. Ursula Davatz

Man muss rausfinden, was am besten geht.

[00:18:51.770] - Dr.med. Ursula Davatz

Medikamente helfen, die Noten zu verbessern.

[00:18:59.420] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn ein Kind Ritalin, Concerta oder was Ähnliches bekommt, dann gehen die Noten oft um einen Punkt oder mehr rauf.

[00:19:12.530] - Dr.med. Ursula Davatz

Noten sind natürlich nicht Alles.

[00:19:17.860] - Dr.med. Ursula Davatz

Mir als Psychiaterin geht es sehr stark um die Persönlichkeitsbildung.

[00:19:23.820] - Dr.med. Ursula Davatz

Die Intelligenz und was man da alles produzieren kann, die kann man heute eben mit KI auch etwas ersetzen, hingegen die Persönlichkeit nicht.

[00:19:34.830] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich habe Patienten, welche die Diagnose dann erst mit 40 bekommen haben. Manche haben sich selbst behandelt mit Haschisch, also mit Cannabis, mit Kiffen.

[00:19:50.750] - Dr.med. Ursula Davatz

Ein 50-jähriger hat mir gesagt: ich habe meine Gefühle ständig runtergedrückt mit Haschisch. Ich muss jetzt lernen, meine Gefühle wahrzunehmen, zu merken, wenn es mir zuviel wird. Das ist eine ganz typische Verhaltensweise von ADHS/ADS Menschen.

[00:20:08.090] - Dr.med. Ursula Davatz

Sie können sehr empathisch sein, sehr engagiert, wenn sie begeistert sind, können sie die anderen begeistern.

[00:20:08.160] - Dr.med. Ursula Davatz

Sie sind dann so begeistert, dass sie über ihre Grenzen hinaus gehen.

[00:20:30.580] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn man sich da mit Haschisch oder Ritalin zudröhnt, abstellt, dann nimmt man seine Grenzen nicht mehr wahr.

[00:20:31.050] - Dr.med. Ursula Davatz

Es ist ganz wichtig, dass Menschen mit ADHS/ADS ihre Grenzen kennenlernen, spüren lernen und darauf hören, dass sie dann etwas Pause machen.

[00:20:52.940] - Dr.med. Ursula Davatz

ADHS/ADS verausgaben sich so stark, das sie zwischen durch wieder Pausen machen müssen.

[00:21:00.130] - Dr.med. Ursula Davatz

Die Frau von Albert Einstein hat ihm immer gesagt, wann er Pause machen, schlafen, essen muss.

[00:21:00.240] - Dr.med. Ursula Davatz

Eigentlich sollte man das selber lernen.

[00:21:14.170] - Dr.med. Ursula Davatz

Nicht jeder hat eine Frau oder einen Mann, welcher das für einen tut.

[00:21:21.350] - Dr.med. Ursula Davatz

Die Persönlichkeitsentwicklung, welche durch die intellektuelle Leistung, die mit den Noten hochgeht in der Schule, die wird eher etwas abgebremst.

[00:21:42.490] - Dr.med. Ursula Davatz

Die Persönlichkeit kann man dann noch entwickeln, wenn man aus der Schule raus ist, das stimmt. Das ist immer Sache vom betreffenden Individuum und von den Eltern, für was sie eintreten.

[00:21:56.830] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich befehle keinen Eltern, dass sie ihrem Kind Ritalin geben müssen.

[00:22:05.290] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich verweigere auch kein Ritalin. Ich verschreibe es, wenn es die Eltern, Erwachsenen wollen.

[00:22:10.020] - Dr.med. Ursula Davatz

Von Medikamenten sagt man immer, die muss man immer nehmen, damit es einen Spiegel gibt.

[00:22:14.300] - Dr.med. Ursula Davatz

Nein muss man nicht, man kann die Medikamente auch nur punktuell nehmen, wenn man eine spezielle Leistung erbringen muss, wenn man lernen muss.

[00:22:26.300] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn man die Steuererklärung ausfüllen muss.

[00:22:32.750] - Dr.med. Ursula Davatz

Medikamente wie Ritalin, Concerta müssen nicht durch das Band genommen werden.

[00:22:40.590] - Dr.med. Ursula Davatz

Jetzt komme ich zu den Lehrpersonen und Eltern.

[00:22:55.620] - Dr.med. Ursula Davatz

Was sollen Lehrpersonen tun, wenn sie Kinder mit ADHS/ADS haben?

[00:22:55.820] - Dr.med. Ursula Davatz

Wie können sie diese fördern?

[00:23:03.800] - Dr.med. Ursula Davatz

Als erstes müssen sie die Eigenschaften ihres ADHS/ADS Kindes wahrnehmen. Nicht alle sind gleich. Man kann sie nicht alle über den gleichen Kamm scheren und erkennen.

[00:23:19.240] - Dr.med. Ursula Davatz

Man muss die ADHS/ADS Kinder in ihrem Wesen validieren.

[00:23:26.450] - Dr.med. Ursula Davatz

Nur wenn man sie validiert hat, kann man mit seinen Anforderungen kommen.

[00:23:32.700] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich habe einige Erwachsene, die sagen: ich habe nie etwas Recht gemacht.

[00:23:37.420] - Dr.med. Ursula Davatz

Meine Mutter war nie zufrieden, mein Vater war nie zufrieden. Die Lehrer haben mich immer kritisiert. Ich konnte nie etwas recht machen.

[00:23:42.870] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn ein Mensch mit dieser Erfahrung aufwächst, dass er nie etwas recht machen kann, können sie sich vorstellen, sein Selbstwertgefühl ist im Keller.

[00:23:52.930] - Dr.med. Ursula Davatz

Frauen entwickeln dann Depressionen.

[00:23:56.280] - Dr.med. Ursula Davatz

Bei Frauen wird das ADHS/ADS häufig auch erst mit 35, 40 gestellt.

[00:24:03.820] - Dr.med. Ursula Davatz

Die Frauen haben sich angepasst. Die können das besser als die Buben, aber sie haben ein extrem schlechtes Selbstwertgefühl.

[00:24:13.460] - Dr.med. Ursula Davatz

Die reagieren dann auf alle Reize, die von außen kommen, nehmen die alle persönlich: jetzt habe ich schon wieder versagt.

[00:24:21.460] - Dr.med. Ursula Davatz

Die oder der macht das nur, weil ich es falsch gemacht habe.

[00:24:25.320] - Dr.med. Ursula Davatz

In der Beziehung passen sich diese Frauen immer dem Gegenüber an.

[00:24:34.190] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich spreche dann von: Empathie versus Selbstfürsorge.

[00:24:36.430] - Dr.med. Ursula Davatz

Die ADHS/ADS Frauen sind immer bei der Empathie. Die wollen alles Recht machen, vergessen sich selbst, höhnen sich aus und sind am Schluss am Boden zerstört.

[00:24:52.680] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn dann die Depression auftritt, gibt man ihnen Antidepressiva, d.h. Stimulantien, also auch Medikamente, die stimulieren, oder Medikamente, die stumpf machen.

[00:25:03.180] - Dr.med. Ursula Davatz

Die modernen Antidepressiva, die SSRI, die machen weniger sensibel.

[00:25:08.280] - Dr.med. Ursula Davatz

Da muss man sich nicht so fest aufregen, aber man verwirklicht seine Persönlichkeit dadurch nicht besser.

[00:25:17.240] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn Emotionen auftreten, dann muss man an sich auf die hören und lernen, mit sich umgehen.

[00:25:24.230] - Dr.med. Ursula Davatz

Das ist natürlich viel mühsamer, als schnell ein Medikament zu verschreiben oder eines zu nehmen.

[00:25:32.260] - Dr.med. Ursula Davatz

Es gilt, das ADHS/ADS Kind zuerst in seinem Wesen zu validieren.

[00:25:38.560] - Dr.med. Ursula Davatz

Dazu braucht es eine gewisse Zeit.

[00:25:38.640] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich hatte mit einer Heilpädagogin zu tun.

[00:25:48.840] - Dr.med. Ursula Davatz

Da hat die Lehrerin der Heilpädagogin gesagt, sie muss jetzt einfach einen Lehrplan machen und dem Kind das alles beibringen.

[00:25:54.940] - Dr.med. Ursula Davatz

Die Antwort der Heilpädagogin: ich kann dem Kind nichts beibringen, solange ich es nicht kenne. Ich muss es zuerst kennenlernen.

[00:26:04.290] - Dr.med. Ursula Davatz

Das stimmt.

[00:26:04.440] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn man sich den ADHS/ADS Kindern annähert muss man sich ihnen behutsam annähern. Nicht militärisch, nicht zögerlich, behutsam. Das ist ein Unterschied.

[00:26:27.720] - Dr.med. Ursula Davatz

Die spüren ob man selbstsicher ist. ADHS/ADSlers fühlen sich schnell von unseren Anforderungen überfahren.

[00:26:39.660] - Dr.med. Ursula Davatz

Zusammen ein gemeinsames Projekt haben.

[00:26:40.030] - Dr.med. Ursula Davatz

Wir haben das Problem zusammen: du hast Mühe aufzupassen.

[00:26:44.870] - Dr.med. Ursula Davatz

Du störst deine Kollegen und ich habe dann Probleme den Schülern etwas beizubringen. Wie machen wir das?

[00:26:45.600] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn ich Eltern und ADHS/ADS Kinder in der Therapie habe, frage ich immer die Eltern: was ist das Problem?

[00:26:50.940] - Dr.med. Ursula Davatz

Dann frage ich immer zuerst das Kind: du siehst, wir haben hier das Problem, was ist dein Vorschlag? Wie können wir das zusammen lösen?

[00:26:56.740] - Dr.med. Ursula Davatz

Gemeinsam zusammen das Problem lösen.

[00:27:07.750] - Dr.med. Ursula Davatz

Nicht schon wissen, wie das Problem gelöst werden muss.

[00:27:17.360] - Dr.med. Ursula Davatz

Da sind wir Erwachsene sehr schnell, dass wir dem Kind etwas überstülpen, was das Kind nicht annehmen kann.

[00:27:17.930] - Dr.med. Ursula Davatz

Das ist, wie eine Hauttransplantation, welche abgestossen wird.

[00:27:40.910] - Dr.med. Ursula Davatz

Wir müssen sorgfältig auf die ADHS/ADS Kinder zugehen und gemeinsam ein Projekt daraus machen.

[00:27:41.490] - Dr.med. Ursula Davatz

Das kann irgendetwas sein.

[00:27:45.560] - Dr.med. Ursula Davatz

Das kann die Ruhe in der Schule sein. Etwas zusammen konstruieren.

[00:27:54.320] - Dr.med. Ursula Davatz

Die Lehrer haben die ganze Klasse. Die Eltern haben zu Hause noch andere Geschwister.

[00:28:04.300] - Dr.med. Ursula Davatz

Das Projekt ist dann: wie gehen wir damit um wenn du das willst und dein kleiner Bruder will das nicht? Wie machen wir das? Wie lösen wir das?

[00:28:13.390] - Dr.med. Ursula Davatz

Es ist ganz wichtig, dass Erwachsene, welche mit ADHS/ADS Kinder umgehen müssen, Problemlösungen finden.

[00:28:29.750] - Dr.med. Ursula Davatz

Statistisch gesehen, sagt man, ADHS/ADS Familien haben mehr Konflikte, mehr Job-Veränderungen, mehr Scheidungen.

[00:28:46.680] - Dr.med. Ursula Davatz

Man muss lernen, mit den ADHS/ADS Menschen Konflikte zu lösen.

[00:29:05.410] - Dr.med. Ursula Davatz

Viele verschiedene Problemlösungsstrategien gemeinsam erarbeiten.

[00:29:22.150] - Dr.med. Ursula Davatz

Man sagt: das Kind folgt nicht.

[00:29:22.650] - Dr.med. Ursula Davatz

Das Verb "folgen" beinhaltet: hinterher laufen.

[00:29:27.940] - Dr.med. Ursula Davatz

Das Kind gehorcht nicht. Das Kind hört nicht, was man sagt.

[00:29:28.380] - Dr.med. Ursula Davatz

Das ADHS/ADS Kind kann nicht folgen, nicht hören, wenn man nicht die Beziehung hergestellt hat und das Kind gemerkt hat, was man will.

[00:29:33.240] - Dr.med. Ursula Davatz

Als Erwachsener ist man immer stärker. Als Erwachsener muss man die Beziehung zum ADHS/ADS Kind herstellen.

[00:29:43.920] - Dr.med. Ursula Davatz

Sobald sie eine Beziehung zu den ADHS/ADS Kindern haben, sind diese Kinder handzahn, dann fressen sie einem aus der Hand.

[00:29:56.060] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn man ADHS/ADS Kinder verletzt, kann man gar nichts von ihnen haben.

[00:29:56.930] - Dr.med. Ursula Davatz

Man muss wirklich darauf achten, dass man ADHS/ADS Kinder nicht verletzt.

[00:29:57.400] - Dr.med. Ursula Davatz

Der Mensch ist ein soziales Wesen.

[00:30:07.050] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich habe mich viel mit Tieren, Tierpsychologie und Primatenforschung befasst.

[00:30:13.840] - Dr.med. Ursula Davatz

Alle sozialen Wesen haben soziale Gene. Wir Menschen haben auch soziale Gene.

[00:30:21.600] - Dr.med. Ursula Davatz

Die sozialen Gene kommen zur Wirkung nicht erst, wenn wir in die Schule oder in die Sonntagsschule oder in die Kirche gegangen sind. Die sind in uns eingeboren.

[00:30:33.870] - Dr.med. Ursula Davatz

Ein Delphin kann einen Menschen retten, der in Not geraten ist.

[00:30:39.610] - Dr.med. Ursula Davatz

Wir dürfen auf die sozialen Gene pochen.

[00:30:40.170] - Dr.med. Ursula Davatz

Wir dürfen das Individuum nicht verletzen. Dann haben wir ausgespielt.

[00:30:40.460] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich bringe ein Beispiel aus der Schule.

[00:30:55.910] - Dr.med. Ursula Davatz

Bratsch - ein Dorf macht Schule.

[00:31:00.630] - Dr.med. Ursula Davatz

<https://www.srgd.ch/de/aktuelles/news/2023/09/19/dok-film-bratsch-ein-dorf-macht-schule-gewinnt-berner-filmpreis/>

[00:31:00.950] - Dr.med. Ursula Davatz

Zwei Lehrer haben im Wallis in Bratsch ein altes Schulhaus gemietet, welches nicht mehr verwendet wurde. Sie haben dort eine neue Form von Schule aufgebaut.

[00:31:13.330] - Dr.med. Ursula Davatz

Die Schule hat nur aus drei Arbeitsgruppen bestanden.

[00:31:26.900] - Dr.med. Ursula Davatz

Jedes Kind konnte sich in eine Arbeitsgruppe einschreiben und die Kinder haben dann verschiedene Aufgaben gemacht: Spielplatz, Lager, Küche.

[00:31:45.950] - Dr.med. Ursula Davatz

An Hand dieser gemeinsamen Projekte, haben die Kinder rechnen gelernt.

[00:31:45.980] - Dr.med. Ursula Davatz

An einer Sitzung mit dem Gemeindepräsidenten führt das Kind die Sitzung.

[00:31:46.010] - Dr.med. Ursula Davatz

Das Kind sagt: ja, Herr Gemeindepräsident, sie dürfen jetzt sagen, was sie stört.

[00:32:13.740] - Dr.med. Ursula Davatz

Das ist natürlich Sozialkompetenz.

[00:32:16.480] - Dr.med. Ursula Davatz

Problemlösungsstrategien mit den Kindern zusammen erarbeiten, ist immer Sozialkompetenz.

[00:32:26.940] - Dr.med. Ursula Davatz

Heutzutage macht man, glaube ich, auch Noten in der Sozialkompetenz.

[00:32:36.750] - Dr.med. Ursula Davatz

Die Sozialkompetenz auf dem Pausenplatz, die wird nicht angeschaut.

[00:32:42.300] - Dr.med. Ursula Davatz

Auf dem Pausenplatz sollte die Sozialkompetenz auch geübt werden und natürlich auch im Schulzimmer.

[00:32:51.800] - Dr.med. Ursula Davatz

Da werden die Kinder oft alleine gelassen.

[00:32:54.970] - Dr.med. Ursula Davatz

Auch ADHS/ADS Kinder sind soziale Wesen.

[00:32:55.450] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn wir ADHS/ADS Kinder abholen können, wenn wir die intrinsische Motivation antippen können, sind die ADHS/ADS Kinder absolut kooperativ, handzahn, machen mit und sind sogar sehr begeisterungsfähig.

[00:33:20.080] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich wechsele wieder auf die Tierwelt.

[00:33:22.410] - Dr.med. Ursula Davatz

In der Tierwelt redet man von tiergerechter Haltung.

[00:33:28.330] - Dr.med. Ursula Davatz

Wir müssen lernen, unsere Kinder persönlichkeitsgerecht zu erziehen.

[00:33:37.110] - Dr.med. Ursula Davatz

Mit ihnen Projekte machen, sie begleiten, sie fördern.

[00:33:37.540] - Dr.med. Ursula Davatz

Dann haben wir Erfolg.

[00:33:46.260] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn wir nicht auf ihr Wesen eingehen, dann arbeiten wir immer gegeneinander.

[00:33:56.820] - Dr.med. Ursula Davatz

Gehorsam kann man nicht verlangen, von ADHS/ADS Kinder.

[00:34:01.320] - Dr.med. Ursula Davatz

ADHS/ADS Kinder kann man motivieren.

[00:34:07.550] - Dr.med. Ursula Davatz

ADHS/ADS Kinder müssen intrinsisch motiviert sein.

[00:34:11.160] - Dr.med. Ursula Davatz

Das geht bis ins Erwachsenen Alter.

[00:34:12.170] - Dr.med. Ursula Davatz

Die meisten Erwachsenen ADHS/ADSLer sagen: ich möchte ein eigenes Geschäft haben. Ich toleriere keine Chef oben an mir.

[00:34:12.300] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn ADHS/ADSLer einen Chef haben, muss er von der Persönlichkeit her stark sein, tolerant sein, viel Freiheit lassen, dann arbeiten sie gut mit.

[00:34:31.460] - Dr.med. Ursula Davatz

ADHS/ADSLer brauchen spezielle Chefs.

[00:34:40.400] - Dr.med. Ursula Davatz

Nein sagen ist auch nicht sehr hilfreich.

[00:34:41.050] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich verwende ein Bild aus der Physik: wenn eine Welle übers Meer geht, die eine kleine Amplitude hat, aber eine sehr lange Wellenlänge, wenn die ans Land kommt und da ist eine Mauer, dann gibt es eine Springflut.

[00:35:02.640] - Dr.med. Ursula Davatz

Dann wird alles zerstört.

[00:35:12.510] - Dr.med. Ursula Davatz

Man darf nicht Nein sagen.

[00:35:13.600] - Dr.med. Ursula Davatz

Man muss immer verstehen, um was es geht beim Kind.

[00:35:20.670] - Dr.med. Ursula Davatz

Das heißt nicht, dass man alles durchlässt.

[00:35:23.100] - Dr.med. Ursula Davatz

Man muss verstehen, was beim Kind abläuft. Das wäre wieder validieren und dann sagen: ja, ich verstehe es, aber wie lösen wir jetzt das Problem?

[00:35:35.110] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn bei dieser langen Welle keine Wand ist, keine Mauer, dann geht die Welle raus, rein, raus, rein, raus und irgendwann mal ist sie fertig.

[00:35:48.300] - Dr.med. Ursula Davatz

Sobald wir Nein sagen, ist das eine riesige Frustration für die Kinder, denn die ADHS/ADS Kinder haben eine schlechte Impulskontrolle.

[00:36:00.260] - Dr.med. Ursula Davatz

Die schlechte Impulskontrolle, die muss dann gegen dieses Nein anschließen.

[00:36:05.280] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn wir die ADHS/ADS Kinder validieren und dann sagen: ich, aus dieser Situation heraus, will es so und so, dann können die eher mitkommen.

[00:36:16.870] - Dr.med. Ursula Davatz

Das heisst nicht, dass ADHS/ADS Kinder immer gehorchen.

[00:36:17.320] - Dr.med. Ursula Davatz

Jetzt spreche ich die Lehrpersonen an: wenn Lehrpersonen etwas durchsetzen wollen, dann müssen sie klar wissen, was ihnen wichtig ist und was sie durchsetzen wollen.

[00:36:43.510] - Dr.med. Ursula Davatz

Man kann nicht nur auf die Vernunft pochen.

[00:36:45.750] - Dr.med. Ursula Davatz

Die Emotionalität ist stärker.

[00:36:49.840] - Dr.med. Ursula Davatz

Manchmal braucht es dann auch, dass man die Stirn bietet: ich will es in meinem Unterricht so.

[00:36:55.020] - Dr.med. Ursula Davatz

In meinem Haushalt will ich das so.

[00:37:00.270] - Dr.med. Ursula Davatz

Jesper Juul sagt: man darf nicht sagen: du musst! Man darf sagen: ich will!

[00:37:04.930] - Dr.med. Ursula Davatz

Das können Eltern tun und das müssen Lehrer tun.

[00:37:11.940] - Dr.med. Ursula Davatz

Man setzt die eigene Emotionalität ein und setzt sich durch.

[00:37:19.760] - Dr.med. Ursula Davatz

Sie sind alle stärker als das Kind, sie sind älter, sie haben mehr Erfahrung.

[00:37:26.660] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn das Kind spürt: es ist nicht verhandelbar, es ist so, ich will es so. Dann geben die ADHS/ADS Kinder auf einmal nach.

[00:37:27.250] - Dr.med. Ursula Davatz

Nicht zuerst in eine Kampfsituation kommen, wenn es um etwas geht, das sie zu Hause oder in der Klasse einführen wollen. Das löst den aggressiven Stressreflex aus. Auf Kooperation gehen.

[00:38:04.620] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn es um etwas geht, das sie unbedingt durchsetzen müssen – und in der Schule ist das zum Teil so –, dann müssen sie sagen: ich will, das ist meine Regel und so läuft es bei mir im Schulzimmer.

[00:38:15.970] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn man ADS Kinder konfrontiert, gehen sie auf die innere Flucht. Sie ziehen sich zurück und machen Oppositionsverhalten, man kann sie nicht mehr erreichen und es funktioniert gar nichts mehr.

[00:38:35.220] - Dr.med. Ursula Davatz

Dort spricht man dann von oppositionellem Verhalten, man macht auch wieder eine Diagnose daraus.

[00:38:44.180] - Dr.med. Ursula Davatz

So sind wir Ärzte halt.

[00:38:48.560] - Dr.med. Ursula Davatz

Zur Durchsetzungskraft der Lehrperson.

[00:38:53.090] - Dr.med. Ursula Davatz

Der Umgang mit ADHS/ADS Kinder ist keine Kuschelpädagogik.

[00:39:02.240] - Dr.med. Ursula Davatz

Das wird oft gemeint, wenn man nicht gleich bestraft und drastisch rein fährt, man würde Kuschelpädagogik anwenden.

[00:39:12.520] - Dr.med. Ursula Davatz

Nein, es ist keine Kuschelpädagogik. Man arbeitet mit dem Wesen des Kindes, man geht auf das Wesen ein und man bringt es dann dazu, dass es die Dinge lernt, die man ihm beibringen will.

[00:39:26.590] - Dr.med. Ursula Davatz

Man darf es nicht verwechseln mit Kuschelpädagogik.

[00:39:30.260] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich habe lange mit Juristen zusammen in der nordostschweizerischen Strafvollzugskommission gearbeitet.

[00:39:41.970] - Dr.med. Ursula Davatz

Wir mussten Berichte lesen und dann sagen: wer sechs Stunden Ausgang hat oder übers Wochenende und so weiter.

[00:39:51.770] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn ich dann emotionale oder psychologische Dinge eingebracht habe, dann haben mich die Juristen häufig abgetan: ja, du willst nur Kuschelpädagogik? Nein, darum geht es nicht. Ich will erfolgreicher sein mit diesen schwer zu handhabenden Menschen.

[00:40:14.590] - Dr.med. Ursula Davatz

Die Mädchen, die passen sich an, wenn sie streng erzogen werden.

[00:40:20.120] - Dr.med. Ursula Davatz

Die Jungen, die passen sich vielleicht eine Zeit lang an und dann nicht mehr.

[00:40:25.770] - Dr.med. Ursula Davatz

Wo enden die? Die enden dann in der Delinquenz.

[00:40:30.300] - Dr.med. Ursula Davatz

Die Mädchen enden in der Depression und die Jungen in der Delinquenz.

[00:40:35.510] - Dr.med. Ursula Davatz

Letzte Woche habe ich mit einem Gerichtsmediziner gesprochen, der mit Gefängnissen zusammenarbeitet.

[00:40:44.390] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich habe gefragt: haben sie nicht viele ADHSler in den Gefängnissen?

[00:40:46.710] - Dr.med. Ursula Davatz

Ja, über 50%.

[00:40:46.960] - Dr.med. Ursula Davatz

Die enden dann dort, das wollen wir nicht.

[00:41:00.300] - Dr.med. Ursula Davatz

Es lohnt sich, genügend Zeit aufzuwenden und mit diesen widerspenstigen ADHS/ADS Knaben sorgfältiger umzugehen.

[00:41:14.690] - Dr.med. Ursula Davatz

Zu den Lehrpersonen und der Durchsetzungskraft: es ist keine Kuschelpädagogik. Als Lehrperson müssen sie wissen, was ihnen wichtig ist und was nicht.

[00:41:26.490] - Dr.med. Ursula Davatz

Lieber weniger Regeln, aber die durchsetzen.

[00:41:33.520] - Dr.med. Ursula Davatz

Eine Mutter mit einem ADHS/ADS Sohn hat gesagt: ich war konsequent, inkonsequent.

[00:41:38.860] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich habe immer zuerst irgendetwas gewollt, schlussendlich habe ich nachgegeben. Das ist natürlich nicht gut, das geht nicht. Da lernt das Kind überhaupt keine Grenzen, keine Disziplin.

[00:41:49.660] - Dr.med. Ursula Davatz

Nicht zu viele Regeln haben. Ein paar wenige und die klar deklarieren.

[00:41:56.650] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich habe mit Schulen im Kanton Aargau zusammen gearbeitet. Dort wurde auf das Schulreglement zurückgegriffen.

[00:42:07.470] - Dr.med. Ursula Davatz

Dem Kind sagt man: im Schulreglement steht so und darum musst du es so machen.

[00:42:10.730] - Dr.med. Ursula Davatz

Das geht gar nicht.

[00:42:12.840] - Dr.med. Ursula Davatz

Der Lehrer muss die Regeln selber durchsetzen, mit seiner persönlichen Autorität.

[00:42:20.140] - Dr.med. Ursula Davatz

Die Schule, die Lehrperson kann nicht einfach auf ein Reglement verweisen.

[00:42:27.100] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich als deine Lehrerin, ich als dein Lehrer, für mich ist das wichtig, dass das so und so in meinem Schulzimmer, in meinem Unterricht gemacht wird.

[00:42:38.160] - Dr.med. Ursula Davatz

Die Lehrpersonen müssen sich überlegen: was ist ihnen ganz wichtig und das dann sagen.

[00:42:44.700] - Dr.med. Ursula Davatz

Die ADHS/ADS Kinder versuchen dagegen vorzugehen.

[00:42:49.940] - Dr.med. Ursula Davatz

Nicht vor der Schulklasse blamieren. Das Kind in eine Einzelsitzung nehmen und dann sagen: schau, ich sehe du hast Mühe dieser Regel zu folgen. Da haben wir ein Problem miteinander. Ich muss mit der ganzen Klasse arbeiten. Ich kann nicht nur auf deine Wünsche eingehen.

[00:42:50.330] - Dr.med. Ursula Davatz

Das Kind muss die Lehrperson validieren und die Lehrperson muss das Kind validieren. Dann sagen: wir versuchen es wieder. Wir schauen mal, ob es besser geht.

[00:43:36.610] - Dr.med. Ursula Davatz

Es ist nicht so, dass wenn man klar sagt, was man möchte, dass es alle ADHS/ADS Kinder dann so umsetzen. Es ist eine Lernphase.

[00:43:41.620] - Dr.med. Ursula Davatz

Jeder Tennisspieler hat mindestens zwei Anschläge zugute.

[00:43:42.220] - Dr.med. Ursula Davatz

Beim ADHS/ADS Kind braucht es mehr Versuche.

[00:43:47.760] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn es nicht sofort funktioniert nicht gleich denken: ich gebe jetzt auf oder ich kommt jetzt mit der Strafe. Wieder auf Kooperation gehen.

[00:44:03.280] - Dr.med. Ursula Davatz

In der Schulstunde braucht es so etwas wie Raubtier Dompteure. Im Zirkus Knie sieht man die nicht mehr.

[00:44:03.500] - Dr.med. Ursula Davatz

Der Dompteur hat gesehen, welche ausweichen oder nicht richtig aufpassen und hat immer wieder Kontakt mit ihnen aufgenommen.

[00:44:25.060] - Dr.med. Ursula Davatz

Das ADHS/ADS Kind braucht, dass man etwas mehr Kontakt mit ihm aufnimmt, immer wieder seine Aufmerksamkeit abholt.

[00:44:25.290] - Dr.med. Ursula Davatz

Das ist keine Verwöhnungsstrategie, sondern einfach eine reelle Strategie.

[00:44:41.740] - Dr.med. Ursula Davatz

Was man nicht machen darf, wenn man das ADHS/ADS Kind holt und es weiss dann nicht was es tun soll, sagen: du hast geschlafen, du hast nicht aufgepasst.

[00:44:42.380] - Dr.med. Ursula Davatz

Man darf das ADHS/ADS Kind nicht vor der Klasse blamieren.

[00:44:50.980] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich habe einige ADHS/ADS Kinder, welche mir erzählen, wie sie von der Lehrerin, dem Lehrer blamiert wurden. Das ist schlimm.

[00:44:51.530] - Dr.med. Ursula Davatz

Blamieren ist nur an Hand vom Beispiel der Eskimos erlaubt.

[00:45:20.410] - Dr.med. Ursula Davatz

Die Eskimos müssen ihren Kindern beibringen, dass die nicht mehr auf das Eis gehen im Frühling, wenn das einbricht.

[00:45:28.080] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn ein Kind dann trotzdem auf das Eis geht, dann wird es vor der ganzen Gruppe blamiert.

[00:45:36.290] - Dr.med. Ursula Davatz

Das Eskimo Kind wird so blamiert, dass es nie mehr auf das Eis geht zu der Zeit. Das ist überlebensnotwendig.

[00:45:47.840] - Dr.med. Ursula Davatz

Blamieren, beschämen fördert die Lernfähigkeit nicht, im Gegenteil, es macht alles zu und das Kind kann dann weniger lernen.

[00:45:58.280] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn es um das Überleben geht wie bei den Eskimos, dann ist das angebracht.

[00:46:03.850] - Dr.med. Ursula Davatz

Das muss man unterscheiden können.

[00:46:04.280] - Dr.med. Ursula Davatz

Als Lehrer müssen sie ihre Autorität klar deklarieren, ihre Wünsche klar deklarieren und nicht einfach auf ein Schulreglement delegieren, verweisen.

[00:46:30.290] - Dr.med. Ursula Davatz

Was auch nicht geht – das habe ich von meinen Enkelkindern gehört –, Mütter machen das oft, dass wenn sie nicht weiterkommen, dann setzen sie ihre Leiden ein.

[00:46:43.560] - Dr.med. Ursula Davatz

Es geht mir schlecht, wenn du mir nicht gehorchst. Das dürfen wir auch nicht machen.

[00:46:49.160] - Dr.med. Ursula Davatz

Da hat eine Lehrerin gesagt: „Ich habe so viel Schreckliches erlebt, selber in der Schule, und jetzt bringt ihr mich wieder zum Leiden. Also eigenes Leiden einsetzen als Erziehungsinstrument ist nicht sehr günstig.“

[00:47:05.950] - Dr.med. Ursula Davatz

Aber ja, kann passieren.

[00:47:08.530] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn die Regel durchbrochen wird, wird wieder angemahnt, aber einzeln.

[00:47:19.040] - Dr.med. Ursula Davatz

Klare persönliche Regeln in der Schule, im Schulzimmer.

[00:47:25.440] - Dr.med. Ursula Davatz

Klare Regeln auch zu Hause, gibt sogenannte psychologische Sicherheit.

[00:47:34.040] - Dr.med. Ursula Davatz

Das heißt, es gibt Struktur.

[00:47:36.620] - Dr.med. Ursula Davatz

Das Kind weiß, an was es sich halten kann.

[00:47:39.960] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn die Regeln immer wieder verändert werden, nicht vorhersagbar sind, dann wird das Kind sehr verunsichert.

[00:47:49.420] - Dr.med. Ursula Davatz

ADHS/ADS-Kinder, die haben da noch mehr Probleme damit.

[00:47:54.110] - Dr.med. Ursula Davatz

Es lohnt sich, klare Regeln zu haben.

[00:47:56.750] - Dr.med. Ursula Davatz

Nicht zu viele, aber die, die man hat, dass man die durchsetzt, dann gibt das Sicherheit.

[00:48:04.230] - Dr.med. Ursula Davatz

Die Kinder wissen genau, woran sie sind.

[00:48:06.790] - Dr.med. Ursula Davatz

Das sagen Kinder dann manchmal auch.

[00:48:09.320] - Dr.med. Ursula Davatz

Die Kinder sagen: der Lehrer, der ist zwar streng, aber er ist gerecht und ich weiß, worum es geht.

[00:48:15.500] - Dr.med. Ursula Davatz

Die Lehrerin, eine andere, da weiß man nicht so recht, ob sie guter Laune ist oder nicht. Das kann auch beim Lehrer sein. Das gibt Unsicherheit.

[00:48:26.450] - Dr.med. Ursula Davatz

Es ist wichtig, dass wir auch zu Hause in der Familie unsere Regeln haben. Das gibt Struktur und das gibt Sicherheit.

[00:48:39.790] - Dr.med. Ursula Davatz

ADSLer, Autisten, die machen dann selber ganz strenge, rigide Regeln.

[00:48:52.910] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn zum Beispiel der Kellner die Tasse bringt und der Löffel ist vorne anstatt hinten, dann gibt es schon ein grosses Theater.

[00:48:59.010] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn das Kind nicht am gleichen Platz sitzen kann, im gleichen Bett schlafen kann, wenn etwas durchbrochen wird, gibt es schon ein grosses Theater.

[00:49:09.320] - Dr.med. Ursula Davatz

Die Durchsetzungskraft, die darf auch mit etwas Emotionalität gemacht werden. Nicht: du bist schlimm, sondern: ich will, es ist wichtig für mich.

[00:49:32.350] - Dr.med. Ursula Davatz

Die Energie muss bei der erwachsenen Person bleiben und nicht negativ aufs Kind übertragen werden.

[00:49:40.450] - Dr.med. Ursula Davatz

Ein Beispiel von Allan Guggenbühl, er ist Jugendpsychologe.

[00:49:41.840] - Dr.med. Ursula Davatz

https://de.wikipedia.org/wiki/Allan_Guggenb%C3%BChl

[00:49:42.260] - Dr.med. Ursula Davatz

Eine Klasse war nicht mehr führbar. Sämtliche Lehrpersonen hatten ein Burnout, haben sich krank schreiben lassen.

[00:49:48.470] - Dr.med. Ursula Davatz

Der Schulleiter hat wieder einen alten Lehrer reingeholt.

[00:50:03.040] - Dr.med. Ursula Davatz

Der alte Lehrer hat zugesagt und gesagt: ich mache es nach meinem Stil, du kannst mir nichts vorschreiben, als Schulleiter. Das hat er gemacht.

[00:50:03.520] - Dr.med. Ursula Davatz

Er sass in der Schule, die Kinder haben wilde Dinge gemacht. Er hat eine Zeitung gelesen. Er hat die Schüler ausagieren lassen.

[00:50:07.090] - Dr.med. Ursula Davatz

Am zweiten Tag, hat er ein Buch gelesen, die Kinder waren immer noch wild.

[00:50:16.270] - Dr.med. Ursula Davatz

Am dritten Tag hat einer der Schüler gesagt: wann beginnen wir endlich mit dem Unterricht?

[00:50:35.740] - Dr.med. Ursula Davatz

Manchmal muss man Dinge auch laufen lassen und erst dann mit der Autorität kommen.

[00:50:47.230] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn die ADHS/ADS Kinder noch nicht bereit sind, hat es keinen Sinn.

[00:50:54.380] - Dr.med. Ursula Davatz

Meine Schlussbemerkung: ADHS/ADS-Kinder weichen von der Norm ab und sind eine größere Herausforderung für die Erziehungsperson, für die Eltern und für die Lehrer.

[00:51:12.060] - Dr.med. Ursula Davatz

Das bringt etwas mit sich.

[00:51:14.770] - Dr.med. Ursula Davatz

Anhand von dieser Herausforderung sind sie alle aufgefordert, zu lernen.

[00:51:21.010] - Dr.med. Ursula Davatz

Lernen ist was Schönes, lernen hält uns jung.

[00:51:25.110] - Dr.med. Ursula Davatz

Da kann ich wieder auf neuropsychologischer Ebene sagen: wir wissen heute, dass im emotionalen Gehirn, die Adulte/Erwachsenen Neurogenese, die läuft bis zum Tod.

[00:51:37.760] - Dr.med. Ursula Davatz

Wir können neue Nervenzellen machen. Wir sind fähig zu lernen.

[00:51:43.890] - Dr.med. Ursula Davatz

Vielleicht nicht mehr so schnell wie ein Teenager, aber wir können lernen.

[00:51:48.620] - Dr.med. Ursula Davatz

Daher landen wir wieder beim sokratischen Lernen.

[00:51:52.850] - Dr.med. Ursula Davatz

Sokrates hat schon gesagt: nicht ich bringe nur den Kindern etwas bei oder den Jugendlichen. Ich lerne auch von den Jugendlichen.

[00:52:02.330] - Dr.med. Ursula Davatz

Wir können von unseren Kindern lernen.

[00:52:06.270] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn ich Familien habe in Therapie – ich bin ja Familientherapeutin –, wenn ich eine Familie erfolgreich begleiten kann, sodass es dann besser läuft in der Familie, dann sagen eigentlich alle: es war zwar schwierig, aber über mein Symptomkind habe ich viel gelernt.

[00:52:28.210] - Dr.med. Ursula Davatz

Das haben die Eltern von Drogensüchtigen gesagt und das haben die Eltern von Schizophrenen gesagt.

[00:52:33.370] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich begleite auch viele solche. Etwas vom schwierigsten.

[00:52:40.140] - Dr.med. Ursula Davatz

Es ist wichtig, dass wir als Eltern und dass auch sie als Lehrer die Einstellung haben: ich kann lernen. Ich kann anhand von diesen schwierigen Kindern lernen.

[00:52:54.370] - Dr.med. Ursula Davatz

Das ist ein Lernen nicht wie bei der KI. Die lernt nur, was man ihr eingefüllt hat.

[00:52:55.230] - Dr.med. Ursula Davatz

Das ist kreatives Lernen, etwas neues Lernen. Menschliches Lernen. Dazu möchte ich sie alle auffordern.

[00:53:04.640] - Dr.med. Ursula Davatz

Lehrer und Eltern machen Prävention, indem sie lernen, mit ADHS/ADS Kindern artgerecht, persönlichkeitsgerecht umzugehen. Damit tragen sie etwas ganz Wesentliches zur Prävention bei.

[00:53:31.430] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich sehe ja, wie dann in der Psychiatrie umgegangen wird mit diesen Kindern, wie hilflos man oft ist und wie an erster Stelle nur auf Medikamente gepocht wird.

[00:53:44.950] - Dr.med. Ursula Davatz

In den Gefängnissen ist das Gleiche: es wird viel Geld ausgegeben.

[00:53:49.550] - Dr.med. Ursula Davatz

Brian Keller (Carlos) ist ein Beispiel dafür.

[00:53:55.890] - Dr.med. Ursula Davatz

https://de.wikipedia.org/wiki/Fall_%C2%ABCarlos%C2%BB

[00:53:56.650] - Dr.med. Ursula Davatz

Er hat eine schwierige Geschichte, aber man könnte so viel Prävention machen, wenn wir lernen, besser mit diesen speziellen Kindern umzugehen.

[00:54:07.100] - Dr.med. Ursula Davatz

Dann sind die ADHS/ADS Kinder interessant, erfolgreich und sehr unterhaltend.

[00:54:13.520] - Dr.med. Ursula Davatz

Sie tragen etwas zur Verhütung von Folgekrankheiten bei, indem sie sinnvoll geschickt mit ADHS/ADS Kindern umgehen lernen.

[00:54:25.080] - Dr.med. Ursula Davatz

In dem Sinn, danke fürs Zuhören und jetzt dürfen Sie mir Fragen stellen.

[00:54:30.070] - Bemerkung 1

Gefühlt, in meinem Umfeld, machen zur Zeit ganz viele ihre ADHS/ADS Abklärung. Gefühlt hat jeder Dritte diese Diagnose ADHS/ADS. Gibt es dazu eine Studie?

[00:55:09.780] - Dr.med. Ursula Davatz

Wieviele ADHS/ADS Menschen gibt es? Früher hat man gesagt 4-5%. 5% Jungs, 4% Mädchen. Es wechselt dauernd. Je nachdem, wo die Statistik gemacht wird, sieht die Statistik auch anders aus. In Italien und Griechenland wird die Diagnose weniger gestellt. Wir sprechen vom südländischen, italienischen Temperament. Schon im Tessin gibt es weniger Diagnosen. Dort sagt man einfach: das ist das südländische Temperament.

[00:55:52.680] - Dr.med. Ursula Davatz

In der Deutschschweiz wird es gleich viel diagnostiziert wie in den USA.

[00:56:07.700] - Dr.med. Ursula Davatz

Sie sagen: man hat das Gefühl, jedes zweite ist eines. Diejenigen, welche auffallen, die nimmt man wahr. Die Gesunden nimmt man nicht wahr.

[00:56:14.540] - Dr.med. Ursula Davatz

Man sagt ungefähr 25% mit ADHS/ADS haben guten Erfolg. Michael Phelps, der ist auch Alkoholsüchtig. Er ist ein Schwimmer.

[00:56:21.760] - Dr.med. Ursula Davatz

Diejenigen, welche erfolgreich durchkommen, die zähmen wir nicht, somit können wir es nicht richtig vergleichen.

[00:56:41.390] - Dr.med. Ursula Davatz

Wir sehen nur diejenigen, welche auffallen.

[00:56:41.720] - Dr.med. Ursula Davatz

ADHS/ADS ist statistisch vererbt. Die Gene haben nicht zugenommen.

[00:56:54.620] - Dr.med. Ursula Davatz

Im Mittelmeerraum gibt es mehr ADHS/ADS Gene. Dort waren die ADHS/ADS Gene von Vorteil, im Sinne der Selektion. Das war die Handelsstrasse. Dort wurde Handel getrieben.

[00:56:55.180] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn man auf einen italienischen oder griechischen Markt geht, dann sieht man, wie die Aufmerksamkeit sehr breit ist. So können sie gut Handel treiben. Im Mittelmeerraum wurden die ADHS/ADS Gene selektioniert.

[00:57:21.510] - Dr.med. Ursula Davatz

Nordafrika wahrscheinlich auch.

[00:57:23.970] - Dr.med. Ursula Davatz

In die USA sind viele ADHS/ADSLer ausgewandert.

[00:57:24.420] - Dr.med. Ursula Davatz

Wir haben sie hier nicht toleriert.

[00:57:28.880] - Dr.med. Ursula Davatz

Die Mutigen, die sind ausgewandert.

[00:57:35.220] - Dr.med. Ursula Davatz

Die Amerikaner haben nicht so schöne Handschriften. Das ist die motorische Koordination, welche nicht so gut ist.

[00:57:44.250] - Dr.med. Ursula Davatz

Die Mädchen holen auf mit der Diagnose, weil man die Diagnose mit 35/40 Jahren stellt.

[00:58:26.890] - Dr.med. Ursula Davatz

Früher sagte man, es wächst sich aus. ADHS/ADS wächst sich nicht aus, man lernt nur besser damit umzugehen.

[00:58:39.950] - Dr.med. Ursula Davatz

Glaube nie einer Statistik, welche du nicht selber gefälscht hast.

[00:58:52.480] - Dr.med. Ursula Davatz

Es wurden die ADHS/ADS Symptome aufgenommen von den Gefangenen, es wurden ihnen Fragebogen gegeben. Dann waren es nur 15%.

[00:58:59.580] - Dr.med. Ursula Davatz

Da habe ich gesagt: das kann nicht stimmen.

[00:59:02.260] - Dr.med. Ursula Davatz

Das sind alles Ausländer, die reagieren anders auf den Fragebogen und dann kommt einfach nichts raus.

[00:59:10.490] - Bemerkung 2

Ich bin Sozialpädagogin. Man muss das System anschauen. Ich habe gehofft, dass ich heute alle Lehrpersonen sehen werde.

[00:59:57.400] - Bemerkung 3

Der heutige Abend richtet sich an die Eltern.

[01:00:11.990] - Bemerkung 2

Die Lehrpersonen, Pädagogen sind überfordert, sie lernen nur Didaktik. Die Eltern müssen sich damit auseinandersetzen. Die Kinder werden abgestempelt und diagnostiziert.

[01:00:53.820] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich verstehe sie gut. Ich habe viele Kinder, welche aus der normalen und der privaten Schule kommen. Ich sage: never teach a teacher.

[01:00:53.880] - Dr.med. Ursula Davatz

Lehrer lassen sich oft nicht gerne etwas sagen.

[01:01:12.890] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich habe im Kanton Aargau mit einer Bezirksschule sehr gut zusammengearbeitet.

[01:01:18.460] - Dr.med. Ursula Davatz

Wir haben die schwierigsten gut durchgebracht.

[01:01:21.480] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich habe auch solche, da wurde ich total abgewiesen von den Lehrern.

[01:01:26.820] - Dr.med. Ursula Davatz

Man hat mich nicht involviert.

[01:01:30.570] - Dr.med. Ursula Davatz

Es wäre schon schön, wenn die Lehrer mehr verstehen würden von ADHS/AD Kindern und besser mit denen umgehen können.

[01:01:37.810] - Dr.med. Ursula Davatz

Man hat Mühe Lehrer zu finden. Das Burnout der Lehrer.

[01:01:43.210] - Dr.med. Ursula Davatz

Daran ist auch schuld, dass die Lehrer nicht genügend unterstützt werden im Umgang mit schwierigen Kindern.

[01:01:57.300] - Bemerkung 4

Man hat für das Kind einen Lehrer, einen Ergotherapeuten, Logopädie, IF und noch Cranio.

[01:01:57.630] - Bemerkung 4

<https://de.wikipedia.org/wiki/Cranio-Sacral-Therapie>

[01:02:01.200] - Bemerkung 4

Das Kind ist nicht diagnostiziert.

[01:02:01.380] - Bemerkung 4

Früher gab es nicht so viel Unterstützung für Lehrkräfte wie heute. Man muss für sein eigenes Kind Bewältigungsstrategien suchen.

[01:02:57.320] - Dr.med. Ursula Davatz

Im Aargau habe ich versucht in die Lehrinstitution reinzukommen und etwas anzubieten.

[01:03:18.920] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich bin abgeblitzt. Ich denke, es wäre wichtig, dass man es näher reinbringt.

[01:03:24.860] - Bemerkung 5

Man spricht immer über die Diversität und den Individualismus. Wenn es nicht passt, dann kommen die Anschuldigungen von den Eltern, von den Lehrern usw.

[01:03:40.750] - Dr.med. Ursula Davatz

Das Problem des medizinischen Modells ist, dass wir die Heilpädagogin, Ergotherapeutin, Cranio-Sacral-Therapie usw. zu viel auf das Kind eingewirkt wird.

[01:03:59.560] - Dr.med. Ursula Davatz

Eigentlich sollten die Hauptpersonen etwas instruiert werden, dann brauchst es das andere gar nicht.

[01:04:07.170] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich hatte ein Kind, das hat Schule geschwänzt.

[01:04:09.040] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich habe erreicht, dass es wieder in die Schule geht. Am Montag ist das Kind nicht in die Schule gegangen, weil dort die Heilpädagogin war. Die hat für das Kind blöde Fragen gestellt.

[01:04:13.450] - Dr.med. Ursula Davatz

Wir dürfen nicht von unserer Symptom-Korrektur ausgehen als Ärzte.

[01:04:28.560] - Dr.med. Ursula Davatz

Wir müssen vom Kind ausgehen und schauen was am besten für das Kind ist.

[01:04:28.700] - Dr.med. Ursula Davatz

Das ist nicht immer so einfach.

[01:04:28.840] - Bemerkung 6

Beide Seiten müssen daraus lernen. Die Eltern und auch die Lehrpersonen. Die integrative Schule ist umstritten, so wie es zur Zeit läuft.

[01:04:50.300] - Dr.med. Ursula Davatz

Die integrative Erziehung ist gut von der Idee her, aber es bräuchte Unterstützungspersonen für die Lehrkraft, dass wenn sie aufläuft, dass sie da Unterstützung bekommt und vielleicht andere Methoden findet.

[01:05:11.650] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich hatte eine Schule im Aargau, da ist ein ADHS/ADS Kind immer abgehauen.

[01:05:20.990] - Dr.med. Ursula Davatz

Da musste immer ein anderes Kind dieses Kind eine Woche lang begleiten.

[01:05:27.930] - Dr.med. Ursula Davatz

Zuerst die Mädchen, dann die Jungen. Der hat sich dann gut integriert und hat abgeschlossen.

[01:05:36.080] - Bemerkung 7

Sie waren zuerst gegen die Medikamente, um die Persönlichkeitsentwicklung zu unterstützen. Viele Erwachsene haben durch die Prägung als Kind gelitten. Die Kinder heute können fast nicht angepasst sein und schadlos eine Persönlichkeit entwickeln in meiner Perspektive. Die Kinder müssen immer angepasst sein. Wenn sie nicht angepasst sind, können sie keine Persönlichkeit entwickeln, weil sie vom System eingedämmt werden.

[01:06:13.410] - Dr.med. Ursula Davatz

Das kommt auf den Lehrer an. Was ist das nicht schlüssig für sie?

[01:06:37.390] - Bemerkung 7

Ich fand, dass die Persönlichkeitsentwicklung meiner Tochter ohne Medikation eingedämmt war, weil sie sich geschämt hat, weil sie sich nicht mehr getraut hat, offen auszusprechen, weil sie nicht mehr aus sich rauskam.

[01:06:49.240] - Bemerkung 7

Durch die Medikation hatte sie wieder mehr Möglichkeiten, ein Teil ihrer Persönlichkeit zu zeigen.

[01:06:58.140] - Dr.med. Ursula Davatz

Es ist ein Abwägen. Ich muss es immer den Eltern überlassen. Ich entscheide es nicht für die Eltern und auch nicht für das Kind. Es ist ein abwägen.

[01:06:58.440] - Dr.med. Ursula Davatz

Vielleicht ist es in einer Phase besser, wenn es die Medikamente nimmt. Dann ist es besser integriert in der Klasse, wird besser respektiert vom Lehrer oder von der Lehrperson. Das tut natürlich gut.

[01:07:22.830] - Dr.med. Ursula Davatz

Das will ich nicht verhindern, sicher nicht.

[01:07:26.840] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich muss mit jeder Familie und mit jedem Lehrer oder Lehrkörper, muss ich da so rausfinden, was ist jetzt da die beste Entscheidung?

[01:07:37.780] - Bemerkung 7

Es ist ein schmaler Grad.

[01:07:37.760] - Dr.med. Ursula Davatz

Die Persönlichkeit kann das Kind auch noch später entwickeln.

[01:07:45.440] - Dr.med. Ursula Davatz

Miguel Camero, der Beatboxer.

[01:07:45.970] - Dr.med. Ursula Davatz

<https://www.camero.ch/>

[01:07:46.500] - Dr.med. Ursula Davatz

Ihm war die Schule egal und er hat seinen Weg gefunden.

[01:07:47.030] - Dr.med. Ursula Davatz

Es kommt auf die Situation an. Im war es egal, dass die Lehrer alles falsch finden.

[01:08:11.380] - Bemerkung 8

Miguel Camero wurde zu Hause wohl validiert und nicht beschämt.

[01:08:29.650] - Dr.med. Ursula Davatz

Genau.

[01:08:36.390] - Bemerkung 9

Ich hätte gerne drei Fragen über Ihren fantastischen Vortrag. Wie hat der Lehrer nach den drei Tagen reagiert.

[01:09:04.490] - Dr.med. Ursula Davatz

Er hat mit der Schule begonnen. Er hat einfach gewartet und dann mit der Schule begonnen.

[01:09:17.370] - Bemerkung 9

Wie hoch ist die Wahrscheinlichkeit der ADHS/ADS Übertragung der Genetik? Der Vater hat es, die Mutter hat es?

[01:09:44.110] - Dr.med. Ursula Davatz

Es ist relativ hoch. ADHS/ADS ist nicht ein Gen. Es sind mehrere Gene, 20, 30, 100. Es ist eine Genmischung. Je nach der Mischung kommt es wieder raus.

[01:10:10.090] - Dr.med. Ursula Davatz

Menschen mit ADHS/ADS suchen Menschen, welche es auch haben. Die verstehen sich.

[01:10:18.800] - Dr.med. Ursula Davatz

Cordula Neuhaus sagt: they find each other, they bind with each other and they reproduce with each other.

[01:10:28.050] - Dr.med. Ursula Davatz

Einer ist ADHS, der andere ADS, manchmal auch nicht.

[01:10:42.010] - Bemerkung 9

Wann würden sie eine ADHS/ADS Abklärung empfehlen?

[01:10:51.650] - Dr.med. Ursula Davatz

Heute kommt ADHS/ADS in allen Medien. Jetzt gehen alle abklären.

[01:10:52.720] - Dr.med. Ursula Davatz

Die Abklärung für die Kinder hat Wartezeiten von sechs Monaten bis zu einem Jahr.

[01:11:18.500] - Dr.med. Ursula Davatz

Es braucht keine Abklärung. Sie brauchen die Abklärung nur, wenn sie einen Nachteilsausgleich für ihr Kind wollen. Manche Schule verlangen die offizielle Abklärung. Um mit dem Kind besser umgehen zu können brauchen sie keine Abklärung.

[01:11:19.260] - Dr.med. Ursula Davatz

Sie sehen selber, wie das Kind reagiert und können selber mit dem Kind umgehen lernen. Der Umgang wird nicht besser durch die Abklärung.

[01:11:43.980] - Dr.med. Ursula Davatz

Es wird abgeklärt, das Kind kriegt einen Stempel, die Ärzte, welche die Abklärung machen, beraten dann nicht die Lehrer und Eltern im Umgang mit dem Kind.

[01:11:44.360] - Dr.med. Ursula Davatz

Es gibt ganz wenige, welche beraten können.

[01:11:47.800] - Dr.med. Ursula Davatz

Das ist wieder das medizinische Modell. Man macht die Diagnose, gibt Medikamente und Adieu.

[01:12:10.960] - Dr.med. Ursula Davatz

Es gibt ADHS/ADS Coaches, aber längst nicht genügend.

[01:12:13.190] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn sie das Gefühl haben, es geht in die Richtung, dann können sie achtsam sein und versuchen das anzuwenden, was sie jetzt gehört haben.

[01:12:13.720] - Dr.med. Ursula Davatz

Es braucht nicht zwingend eine Abklärung.

[01:12:27.860] - Bemerkung 10

Die Abklärung kann auch helfen dem Kind zu erklären. Damit das Kind nicht einfach denkt ich bin falsch.

[01:13:01.560] - Dr.med. Ursula Davatz

Erwachsene, die dann die Abklärung machen, die sagen: mir hat es geholfen, jetzt habe ich auf einmal verstanden.

[01:13:17.110] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn man so lange warten muss, sage ich: macht nichts, wir können dennoch schon starten, lernen. Wenn sie die Abklärung wollen, müssen sie warten.

[01:13:39.210] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich habe Erwachsene, welche sagen: ja, ich musste schon als Kind zum Psychologen gehen und habe dann die Diagnose bekommen und konnte gar nichts damit anfangen und ich habe mich abgestempelt gefühlt.

[01:13:49.140] - Dr.med. Ursula Davatz

Bei den Kindern habe ich eher die Haltung, dass man sagt: es gibt eine Vielzahl von Menschen. Wir sind alle unterschiedlich. Manche sind in dem gut und in dem schlecht. Du bist in dem gut und dort hast du mehr Mühe. Wir dürfen unterschiedlich sein.

[01:14:04.700] - Dr.med. Ursula Davatz

Es gibt das Buch: Anders, nicht falsch.

[01:14:05.220] - Dr.med. Ursula Davatz

<https://www.kommode-verlag.ch/shop/anders-nicht-falsch/>

[01:14:05.490] - Dr.med. Ursula Davatz

Für manche ist es eine Entlastung. Jetzt verstehe ich mich endlich.

[01:14:18.670] - Dr.med. Ursula Davatz

Für die Kleinen noch nicht. Für die größeren eher und für die Erwachsenen, die sagen oft: ich bin erleichtert. Jetzt verstehe ich mich.

[01:14:29.920] - Bemerkung 11

Sie haben gesagt, dass die Kinder beim Sport Energie ablassen können. Wo hilft Ruhe und Entspannung? Kann man das auch erklären?

[01:14:47.530] - Dr.med. Ursula Davatz

ADHS/ADS Kinder brauchen eher Ruhe, Rückzug, ins Zimmer gehen, dass man sie nicht zu viel stört. In der Pubertät wird das noch stärker, dass man sie nicht zu viel stört. Die stört man häufig zu viel. Auch die Erwachsenen ADHS/ADSler sagen, sie müssen sich immer wieder zurück ziehen, ihre Mitte finden, da darf man sie nicht stören. Man darf nicht ständig Leistung von ihnen verlangen.

[01:15:33.580] - Bemerkung 11

Und die Bewegungskinder?

[01:15:34.490] - Dr.med. Ursula Davatz

Die sollen sich bewegen dürfen.

[01:15:34.950] - Bemerkung 11

Nicht nach Hause einfordern?

[01:15:40.280] - Dr.med. Ursula Davatz

Nein, die muss man sich bewegen lassen. Nicht noch zusätzlich stimulieren. Ein Sport und dort Einsatz.

[01:15:50.440] - Bemerkung 12

Es gibt noch den Mittelweg der progressiven Entspannung, dass man gerade ADHS-Kinder versucht, mit diesen progressiven Entspannungen zu holen.

[01:16:01.190] - Dr.med. Ursula Davatz

Dass man eine Körperübung macht, progressive Entspannung, ist möglich.

[01:16:07.940] - Dr.med. Ursula Davatz

Die Kinder finden das oft noch nicht so lustig, aber es gibt solche, die machen mit.

[01:16:13.280] - Bemerkung 12

Zuerst anspannen und dann loslassen. Das stört den Unterricht weniger, als wenn das Kind zwei Mal um das Schulhaus rennt und die anderen Kinder müssen zuhalten.

[01:16:13.470] - Dr.med. Ursula Davatz

Im Flugzeug macht man ja auch isometrische Übungen, weil man da so ruhig sitzen muss und das tut auch gut. Ja, das stimmt.

[01:16:35.670] - Bemerkung 13

Wie ist es mit dem Schlafverhalten bei ADHS/ADS Kindern?

[01:16:35.890] - Dr.med. Ursula Davatz

Viele ADHS/ADSLer haben Schlafprobleme. Man muss ein Runterfahr-Ritual haben. Das soll immer gleich sein.

[01:16:47.290] - Dr.med. Ursula Davatz

Am Abend keine grossen Probleme diskutieren, sondern wirklich herunterfahren. Jede Mutter, jeder Vater macht das mit seinen Kindern auf seine Art und Weise. Nicht vor dem Schlafen noch rumtoben.

[01:17:24.380] - Bemerkung 14

Benötigen ADHS/ADS Kinder weniger Schlaf?

[01:17:28.380] - Dr.med. Ursula Davatz

Das kann auch sein. Manche haben einen unterschiedlichen Schlafrythmus. Die gehen früh ins Bett und stehen frühmorgens aus und umgekehrt.

[01:17:48.600] - Bemerkung 15

Lerchen und Eulen.

[01:17:48.610] - Dr.med. Ursula Davatz

Die Lärchen stehen früh auf und die Eulen sind die ganze Nacht wach. Man muss seinen Rhythmus etwas finden.

[01:17:54.570] - Dr.med. Ursula Davatz

Wichtig ist, dass man rhythmisiert. Dann gewöhnt sich das Hirn daran und dann macht es mit. Nicht immer wieder anders.

[01:18:52.890] - Bemerkung 16

Keine Kritik sondern ein grosses Dankeschön an diese Aufforderung, dass das Thema ADHS/ADS uns Erwachsene etwas angeht, im Umgang mit den Kindern und es nicht die Kinder sind, welche sich von heute auf Morgen ändern, sondern wir Erwachsene an uns etwas ändern müssen im Umgang mit den Kindern. Vielen Dank für diesen Aufruf.

[01:18:59.840] - Dr.med. Ursula Davatz

Dankeschön.

[01:18:59.920] - Dr.med. Ursula Davatz

Gerhard Polt sagt: was die Gene versaut haben, kann nicht nur mit Schlägen korrigiert werden.

[01:18:59.970] - Dr.med. Ursula Davatz

Es ist von der Natur her gegeben. ADHS/ADS ist eine genetische Vererbung und da kann man nicht einfach draufhauen, dann wird es anders, sondern man muss auf das eingehen und dann kann man es führen.

[01:19:28.500] - Dr.med. Ursula Davatz

Es freut mich, wenn sie das so aufgefasst haben.

[01:19:32.000] - Dr.med. Ursula Davatz

Sehr schön.

[01:19:33.900] - Bemerkung 17

Es gibt ja verschiedene Symptome. Eine unleserliche Schrift. Was sind die häufigsten Symptome?

[01:19:56.760] - Dr.med. Ursula Davatz

Die häufigsten Symptome: die Impulsivität und die Sensitivität.

[01:20:03.800] - Dr.med. Ursula Davatz

Die Impulsivität, die dann in Hyperaktivität bei den ADHS/ADSlern übergeht und bei den ADSlern in interne Hyperaktivität übergeht.

[01:20:14.980] - Dr.med. Ursula Davatz

Auf dem Sinnesbereich: sie haben nicht gerne Wolle. Irgendwas kratzt auf der Haut. Sie haben zum Teil nicht gerne andere Geschmäcker.

[01:20:28.320] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich hatte ein ADHS/ADS-Kind, das hat nur Nudeln oder Spaghetti gegessen mit Butter, keine Sauce, nichts, etwas Salat und die Sauce der Mutter und vielleicht noch Wienerli oder so was.

[01:20:43.690] - Dr.med. Ursula Davatz

Die Esskultur ist oft sehr eintönig.

[01:20:50.090] - Dr.med. Ursula Davatz

Da verzweifeln dann die Mütter.

[01:20:52.810] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich habe von einem Kinderarzt mal gehört, der hat gesagt, zum Teil haben die Kinder ganz komische Diäten. Diese Kinder hat man untersucht und die Kinder waren immer noch gesund.

[01:20:59.730] - Dr.med. Ursula Davatz

Irgendwie ist unsere menschliche Natur nicht so leicht zerstörbar, auch wenn sie ganz falsch ist.

[01:21:11.420] - Dr.med. Ursula Davatz

Im Bereich ADHS/ADS wurde eine Zeit gesagt: die künstlichen Zusatzstoffe, die Phosphate und so weiter, die machen das ADHS/ADS schlechter.

[01:21:22.100] - Dr.med. Ursula Davatz

Heutzutage ist die Medizin sehr auf Ernährung und gesunde Ernährung und das hat eine Auswirkung aufs Hirn und so weiter und so weiter.

[01:21:33.170] - Dr.med. Ursula Davatz

Zum Teil wird er auch wieder zu sehr fokussiert.

[01:21:36.770] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich komme aus einer Familie, wo man eher gesunde Ernährung plädiert hat.

[01:21:44.460] - Dr.med. Ursula Davatz

Es ist sicher gut, wenn man den Kindern alles anbietet und sie lernen mit der Zeit dann auch andere Geschmäcker essen.

[01:21:56.590] - Dr.med. Ursula Davatz

Manche sind sehr sensibel mit dem Gehör, haben vielleicht das absolute Musikgehör, oder auf Reize, andere visuell; Geschmäcker, die haben eine sehr gute Nase.

[01:22:10.530] - Dr.med. Ursula Davatz

Sie können in allen Sinnesbereichen auch wieder extrem sein.

[01:22:18.490] - Dr.med. Ursula Davatz

Sie können spezielle Begabungen haben.

[01:22:20.780] - Dr.med. Ursula Davatz

Albert Einstein war physikalisch sehr begabt. Er hat nicht gut gerechnet, dazu hat er immer jemanden gebraucht.

[01:22:25.180] - Dr.med. Ursula Davatz

ADHS/ADSler können in einem Fach sehr gut sein.

[01:22:37.120] - Dr.med. Ursula Davatz

Sie können im Lesen oder Schreiben sehr gut oder sehr schlecht sein. Das wäre dann die Legasthenie.

[01:22:41.360] - Dr.med. Ursula Davatz

ADHS/ADS kommt häufig mit einer Lernstörung.

[01:22:44.730] - Dr.med. Ursula Davatz

Dann macht man wieder eine extra Diagnose, aber es ist oft kombiniert.

[01:23:16.020] - Bemerkung 18

Autismus würden sie nicht nochmals separat abgrenzen.

[01:23:16.340] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich persönlich mache das nicht. Ich sage: das ist eine Extremform des ADS.

[01:23:25.890] - Dr.med. Ursula Davatz

Es gibt die GWAS.

[01:23:32.300] - Dr.med. Ursula Davatz

[https://de.wikipedia.org/wiki/](https://de.wikipedia.org/wiki/Genomweite_Assoziationsstudie#:~:text=Eine%20genomweite%20Assoziationsstudie%20(GWAS%2C%20engl,Allelen)%20zu%20assoziiieren.)

Genomweite_Assoziationsstudie#:~:text=Eine%20genomweite%20Assoziationsstudie%20(GWAS%2C%20engl,Allelen)%20zu%20assoziiieren.

[01:23:33.010] - Dr.med. Ursula Davatz

Da hat man verschiedene psychiatrische Diagnosen rausgenommen und die alle genetisch getestet.

[01:23:40.850] - Dr.med. Ursula Davatz

Da kam raus, dass Schizophrenie, manisch-depressiv, schwere Depression, Autismus und ADHS/ADS den gleichen Gen-Lokus verändert haben.

[01:23:54.610] - Dr.med. Ursula Davatz

Dann war man erstaunt.

[01:23:57.670] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich habe dann gesagt: für mich ist es klar, das ADHS/ADS ist das vererbte Genom und dann kann es Schizophrenie machen, es kann manisch-depressiv machen, es kann Frauen schwer depressiv machen. Der Autismus kam auch vor.

[01:24:14.840] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich rede von Folgekrankheiten.

[01:24:22.970] - Dr.med. Ursula Davatz

Die Mediziner sprechen von Komorbidität, die sagen, es sind zwei verschiedene Krankheiten und ich sage, es sind Folgekrankheiten.

[01:24:29.970] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich habe mich mit Schizophrenie speziell befasst.

[01:24:33.670] - Dr.med. Ursula Davatz

Am Anfang habe ich nur die Beziehung zwischen Schizophrenie und ADHS/ADS angeschaut. Jetzt schaue ich alle an.

[01:24:41.980] - Dr.med. Ursula Davatz

Borderline Persönlichkeitsstörung tritt häufig auf bei Frauen, die mit ADHS/ADS zu streng erzogen wurden.

[01:24:50.830] - Dr.med. Ursula Davatz

Bipolare Störung, das ist manisch-depressiv, das ist auch typisch und das kommt jetzt alles langsam raus.

[01:24:57.790] - Dr.med. Ursula Davatz

Die Männer werden delinquent.

[01:25:03.160] - Dr.med. Ursula Davatz

Suchtkrankheiten, das hat man schon. Das verstärkt sich dann.

[01:25:05.170] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich habe mein Buch mitgebracht über ADHS und Schizophrenie.

[01:25:10.370] - Dr.med. Ursula Davatz

<https://www.somedia-buchverlag.ch/gesamtverzeichnis/deadhs-und-schizophrenie/>

[01:25:10.370] - Dr.med. Ursula Davatz

Eines über Drogen: wie bewahren wir unsere Kinder von der Drogensucht.

[01:25:15.805] - Dr.med. Ursula Davatz

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

[01:25:16.120] - Dr.med. Ursula Davatz

Im Kanton Aargau war ich lange in der Drogenarbeit tätig und habe die Drogenberatungsstellen unter mir gehabt und war in der Drogenkommission.

[01:25:26.150] - Dr.med. Ursula Davatz

Da habe ich viel mit Süchtigen zu tun gehabt.

[01:25:30.070] - Dr.med. Ursula Davatz

Damals habe ich ADHS/ADS und Sucht noch nicht miteinander gesehen, aber jetzt sehe ich es.

[01:25:35.860] - Dr.med. Ursula Davatz

Dazu gibt es auch Statistiken.

[01:25:38.640] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn wir unsere ADHS/ADS Kinder persönlichkeitsgerecht behandeln, können wir da sehr viel Prävention machen.

[01:25:48.950] - Dr.med. Ursula Davatz

Dazu habe ich sie aufgefordert.

[01:26:01.560] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich wünsche ihnen einen schönen Abend, ich hoffe sie konnten etwas mitnehmen.