

## Ist mein Kind wirklich „hyperaktiv“?

Ist ein Kind unruhig, schlecht „lenkbar“ und passt nicht in das Unterrichtsschema einer Schule, dann ist das Etikett „hyperaktiv“ schnell bei der Hand. Hyperaktivität ist ursächlich eine neurobiologisch begründete Störung. Und genau zu unterscheiden von Lernschwächen oder Verhaltensproblemen aufgrund von Erziehungsschwierigkeiten der Eltern oder anderen familiären Ursachen.

### Was ist Hyperaktivität?

Eine starke Beeinträchtigung der Konzentrations- und Aufmerksamkeitsfähigkeit. Dazu kommen oft Störungen der Impulskontrolle und innere Unruhe. Etwa drei bis sieben Prozent der Kinder sind von ADHS betroffen, die Störung zieht sich unbehandelt bis ins Erwachsenenalter weiter fort. Die Krankheit bringt emotionale (geringer Selbstwert, Labilität) wie auch erhebliche soziale Folgen mit sich (Ausgrenzung, Beziehungskonflikte).

### Wie entsteht ADHS?

Die ursächliche Entstehung ist nicht – wie oft behauptet – auf Erziehungsfehler zurückzuführen. Vielmehr handelt es sich um eine neurobiologische Funktionsstörung, eine Fehlregulierung von Neurotransmittern, den wichtigen Botenstoffen im Gehirn. Das Gehirn eines Kindes mit ADHS funktioniert wie ein „Dschungel“, bei gesunden Kindern kann man vielmehr von einer „Informationsautobahn“ sprechen. Beim ADHS-Kind werden Eindrücke und Erfahrungen nicht in die „richtigen“ Gehirnbahnen gelenkt. Die Folgen: Unkonzentriertheit, schnelles Vergessen, mangelnde Verhaltenskontrolle. Auch wenn nicht ursächlich, so sind passende Erziehungshaltungen entscheidend im Umgang mit ADHS-Kindern.

### Wie kann ADHS festgestellt werden?

Idealerweise von PsychologInnen, die sich darauf spezialisiert haben bzw. von ebensolchen PsychiaterInnen oder Spezialambulanzen. Die genaue Diagnose ist zeitaufwändig, braucht viele Gespräche, Testungen und Verhaltensbeobachtungen des Kindes (auch gemeinsam mit den Eltern).

### Einige Symptome von ADHS

- geringe Frustrationstoleranz
- starke Stimmungsschwankungen (gereizt sein)
- impulsives und vorschnelles Handeln
- verminderte Fähigkeit, warten zu können
- Gesagtes wird oft nicht gehört bzw. verstanden
- Probleme bei Handlungsabfolgen
- dauerndes Reden ohne Unterbrechung
- keine Struktur bei Bewältigung von Aufgaben
- heftige Beziehungskonflikte mit Gleichaltrigen
- Chaos im Kinderzimmer

### Wie kann ADHS behandelt werden?

Grundlage für einen individuellen Behandlungsplan ist eine umfassende und genaue klinische Diagnose. Das Behandlungskonzept sollte an mehreren Punkten ansetzen, weil das Störungsbild viele Lebensbereiche betrifft. An erster Stelle steht die Beratung und Aufklärung der Eltern, Geschwister und Betreuungspersonen in Schule bzw. Kindergarten. Behandlungen sind u.a.:

- Elternt raining, Erziehungsberatung (Änderung von Erziehungsmustern, Tagesabläufen)
- Interventionen in Kindergarten oder Schule
- Psychologische oder auch psychotherapeutische Begleitung bzw. Behandlung des Kindes
- Bewegungs-, Ergo- und Verhaltenstherapie
- medikamentöse Unterstützung

### Nützliche links:

[www.adapt.at](http://www.adapt.at) (Selbsthilfeverein von Eltern)

[www.adhs.ch](http://www.adhs.ch) (Ratgeber zum download)

<http://www.orf.at/stories/2088621/2088630/>

(„Pillen für Schüler“, aus orf-online)

<http://www.adhs.info/mediathek/literatur.html>