

Vortrag ELPOS Zentralschweiz 23.10.2010

Jugendliche mit ADHS

U. Davatz, <http://schizo.li>

I Einleitung

ADHS Kinder sind stets eine grössere erzieherische Herausforderung an die Eltern und professionelle Erzieher. Während der Pubertät werden sie entweder plötzlich viel oder sie hauen ganz über die Stränge und sind so nicht mehr führbar, dies besonders wenn man sie zu hart am Zügel hat. In der Regel sollte man Ihnen eher Eigenverantwortung übergeben als später, damit sie nicht über die Grenzen hinausschiessen und eine gestörte Persönlichkeit entwickeln.

II Umgang mit den eigenen Emotionen

- Der Umgang mit den eigenen Emotionen ist ein wichtiger Lernprozess während der Pubertät, man muss seine Emotionen selbst an **der Zügel reiten**.
- Da ADHS-Jugendliche ohnehin häufig über eine grosse Impulsivität, d.h. eine leichte und schnelle emotionale Reaktionsbereitschaft verfügen, sind sie auch in der Pubertät leicht reizbar und können schnell explodieren.
- Dabei ist von der Erzieherin her zu beachten, dass sich Emotionen niemals von aussen her kontrollieren, zurechtweisen oder gar erziehen lassen. Emotionen können nur durch eine ruhige Haltung beruhigt werden. Man darf niemals in die emotionale Explosion hinein erziehen wollen, dies ist nur Öl auf das Feuer giessen oder Wind in den Hurrikan blasen.
- Ist der emotionale Sturm erst einmal vorüber, kann man auf die kann man auf die Situation zurückkommen und dann die sozialen und ethischen Regeln einmal mehr bekannt geben, d.h. sagen, wie man es eigentlich haben möchte.
- Wichtig bei der Regelbekanntgabe ist, dass man sagt, wie man es haben möchte und nicht wie man es nicht haben möchte.
- ADHS-Kinder und Jugendliche reagieren, sehr schlecht auf das Wort „Nein“, sie fühlen sich verletzt, herunter gebremst in ihrer Zielstrebigkeit und ihrem persönlichen Ausdruck, so dass sie auf ein Nein mit einer grossen emotionalen Auflehnung und einem Gefühlsausbruch reagieren.
- Deshalb soll das Nein gleich übersprungen werden und man soll sofort kundgeben, wie man es gerne haben möchte.
- Wichtig ist auch, dass die erwachsene Erziehungsperson, die eigenen Emotionen gut unter Kontrolle hat und seine Regeln möglichst frei von Emotionen, jedoch klar und bestimmt durchgibt. Man muss dabei selbst von seinen Regeln überzeugt sein, aber nicht überzeugen wollen, denn dies setzt nur Druck auf den Jugendlichen auf und führt zu einer Abwehr oder allenfalls emotionalen Explosion.
- Eltern sollen auch wenn immer möglich nicht mit Schuldgefühlen operieren, ihre Aufgabe ist selbst stark zu bleiben als Fels in der Brandung.

III Lernverhalten, Schule, berufliche Laufbahn

- Eltern wollen nur das Beste für ihre Kinder auch in Bezug auf die berufliche Karriere ihrer Kinder, somit sind sie sehr darauf bedacht, dass ihre Kinder für die Schule lernen.
- Da ADHS Kinder häufig Motivationsprobleme haben bei ihren Aufgaben, kommt es häufig zu einem stetigen Kampf zwischen Eltern und Kinder.
- In der Pubertät sollten die Eltern die Verantwortung für die Schulaufgaben ihrer Kinder, aber nicht mehr, übernehmen. Sie müssen diese Verantwortung unbedingt an ihre Kinder abgeben.
- Die Verantwortungsaufgabe sollte aber eine offizielle Verantwortungsübergabe sein und nicht einfach ein „Hinschmeissen“ aus Wut, Verzweiflung und Ohnmacht.
- Die Eltern sollten die Verantwortlichkeit bewusst in einer Art Ritual übergeben, allenfalls eines symbolischen Gegenstandes, ein kleines Geschenk.

IV Umgang mit Geld

- Viele Eltern von ADHS-Kindern behaupten, ihr Kind könne nicht mit Geld umgehen könne, was häufig auch zutrifft. Sie sind impulsive Käufer ohne Plan.
- Damit diese Kinder aber mit Geld umgehen lernen, sollte man ihnen möglichst früh (12-14 Jahre) die Selbstverwaltung ihres Taschengeldes übergeben. Nur so lernen sie den Umgang mit Geld.
- Wichtig dabei ist, dass die Eltern, vor allem die Mutter aber gar keinen Vorschuss gibt und auch keine Schulden zahlt. Man darf niemals Löcher stopfen, auch wenn das Kind dann schwarz fährt oder mit der Jaga, beziehungsweise Polizei oder Eintrag ins Strafregister, droht.

V Umgang mit Sexualität

- Der Umgang mit der eigenen Sexualität gehört ebenfalls zur Pubertät.
- Auch dies bezüglich dürfen die Eltern nicht kontrollierend sein sondern nur ihre ethisch-moralischen Regeln kundtun, ihre Wertvorstellungen diesbezüglich klar zum Ausdruck bringen, aber niemals das Sexualverhalten ihrer Kinder zu kontrollieren versuchen.

VI Umgang mit Drogen

- ADHS –Kinder neigen häufig dazu zum Experimentieren unter anderem auch mit Drogen. Sie verwenden Drogen auch als Selbstmedikation.
- Es gibt einige, die auch in die Drogen abstürzen.
- Auch hier gilt die Regel eine klare Haltung diesbezüglich einzunehmen und davon überzeugt sein, aber niemals kontrollieren oder befehlen wollen, sondern den Jugendlichen die Eigenverantwortung übergeben.

Schlussbemerkung:

Man hört häufig den Satz: „Vertrauen ist gut, Kontrolle besser“. Für ADHS Jugendliche ist dies ein schlechter Leitsatz, der nur ihrer Persönlichkeitsentwicklung schadet.

Es müsste viel mehr heißen: **„Kontrolle ist schlecht, Vertrauen ist besser und eine ehrliche standhafte Auseinandersetzung braucht es, damit sich Jugendliche zu gefestigten Persönlichkeiten entwickeln können“.**

U. Davatz / 20.10.2010