

Die hyperaktiven ADS-Kinder halten mit ihrem auffälligen und oft schwierigen Verhalten ihre Umwelt auf Trab. Die aufmerksamkeitsgestörten Träumer leiden dagegen still und oft unerkannt.

Seit einer Stunde sitzt die Drittklässlerin Ina* über ihren Hausaufgaben. Ein Stöckli hat sie bis jetzt gerechnet, vor ihr liegen noch jede Menge Rechnungen und ein Deutscharbeitsblatt. Die Mutter schaut ihrer Tochter von Zeit zu Zeit über die Schulter und sieht, dass es wie immer einfach nicht vorwärts geht. Statt das Heft aufs Pult zu legen, das Buch aufzuschlagen und den Füller in die Hand zu nehmen, sitzt das Mädchen an seinem völlig chaotischen Schreibtisch, schaut aus dem Fenster und träumt. Jeden Tag spielt sich das gleiche Theater ab: Ina kann sich nicht konzentrieren, trödelt, weint irgendwann, ist verzweifelt. Auch heute endet die Hausaufgabenqual damit, dass die Mutter erst schimpft und schliesslich neben ihrer Tochter sitzt, sie ungeduldig antreibt und ihr hilft. Warum nur kann Ina nicht wie andere Kinder mit den paar Rechnungen in 30 Minuten fertig sein? Warum ist jeder Nachmittag vergiftet durch den ewigen Kampf mit den Hausaufgaben?

Möglicherweise leidet die zehnjährige Ina unter einem sogenannten Träumer-ADS – einem Aufmerksamkeits-Defizit-Syndrom –, das sie am Lernen hindert und daran, Aufgaben ihrem Alter gemäss konzentriert und zielstrebig anzupacken. Bei diesem Typus sind deutlich mehr Mädchen vertreten (1 Mädchen zu 2 Jungen) als bei den Hyperaktiven (1 Mädchen zu 4 Jungen). Fachleute vermuten, dass insgesamt mehr Kinder von der Hans-Guck-in-die-

Luft-Variante betroffen sind als vom Zapfelphilipp-Syndrom. «Weil sie sich nicht auffällig verhalten, kommt man oft gar nicht auf die Idee, sie könnten ein ADS haben», sagt die Psychologin Dr. Monika Brunsting, die sich seit Jahren in ihrer Praxis mit unaufmerksamen Kindern beschäftigt und kürzlich das Buch «Träumer oder ADS?» herausgegeben hat. Während die Hyperaktiven eher vom Schulpsychologen abgeklärt würden, sässen die tendenziell angepassten und unproblematischen Träumer oft harmlos in der letzten Reihe, wo sie weit weg vom Schulstoff in den Wolken schweben. Wissenslücken und unterdurchschnittliche Leistungen sind die Folge. Unter Umständen muss das Kind eine Klasse wiederholen oder wird in eine Kleinklasse versetzt. Erst wenn die Lehrerin solche Massnahmen vorschlägt oder der Übertritt in die Oberstufe ansteht, kommen die Eltern in ihre Praxis, so die Erfahrung von Monika Brunsting. Meistens gehe diesem Schritt aber ein langer, stiller Leidensweg voraus. «Mir ist es darum ein grosses Anliegen, dass Eltern und Lehrpersonen auch diesem ADS-Typus Beachtung schenken und frühzeitig reagieren», sagt die Fachfrau, «denn nur mit therapeutischer Hilfe können die betroffenen Kinder ihre Fähigkeiten entfalten.» Leidet nun jeder Schüler, jede Schülerin mit unbefriedigenden Noten zwangsläufig unter einem ADS? «Natürlich nicht», räumt Brunsting ein, «nicht jedes verträumte Kind mit mittelmässigem Zeugnis muss gleich zum Psychologen.» Doch ein normal intelligentes Kind, das wie Ina über längere Zeit mit stark ausgeprägter Unaufmerksamkeit

zu kämpfen hat, schlecht lernen kann und Noten bringt, die nicht seinem Potenzial entsprechen, sollte von einer Fachperson abgeklärt werden.

Ein bisschen verträumt, leicht ablenkbar und bisweilen unaufmerksam seien ja alle Kinder immer wieder mal, sagt auch die Neuropsychologin Dr. Renate Drechsler

EIN AUFMERKSAMKEITSGESTÖRTES KIND...

- ... ist häufig unaufmerksam gegenüber Details und macht Sorgfaltsfehler
- ... kann die Aufmerksamkeit bei Aufgaben oder beim Spiel nicht aufrechterhalten
- ... scheint oft nicht zu hören, was gesagt wird
- ... führt Aufträge nicht aus und erfüllt Schularbeiten oder andere Pflichten nicht
- ... hat Schwierigkeiten bei selbstbestimmten Arbeiten
- ... kann Motivation nicht aufrechterhalten und wechselt darum häufig die Tätigkeiten
- ... schweift gedanklich schnell ab
- ... hat Mühe, Aufgaben zu organisieren oder zu strukturieren
- ... vermeidet Arbeiten, die geistiges Durchhaltevermögen erfordern (z. B. Hausaufgaben)
- ... wird durch äussere Reize leicht abgelenkt
- ... verliert oft Gegenstände, die für bestimmte Aktivitäten notwendig sind (Bleistifte, Werkzeuge etc.)
- ... vergisst Dinge im täglichen Ablauf

*Name von der Redaktion geändert

(siehe Interview). Aber: «Die Symptome treten bei ADS-Kindern mit einem besonderen Schweregrad auf und schränken den Alltag stark ein.» Gerade wenn man nicht wisse, was hinter den Schulschwierigkeiten eines Kindes steckt, müsse man genau hinschauen.

Wenn eine Drittklässlerin täglich stundenlang an den Hausaufgaben sitzt und nur mit Hilfe der Mutter vorwärts kommt, besteht ein Problem, das untersucht werden muss. Liegt tatsächlich ein ADS vor, muss das Kind sich nicht mehr die ständige Nörgelei von Eltern und Lehrern, es soll sich endlich mal anstrengen, anhören, sondern kann auf Verständnis und Hilfe hoffen. Denn Ermahnungen, Strafen oder auch Geringschätzung wirken auf ein Kind, das unter einer Aufmerksamkeitsstörung leidet, fatal. Klar, dass jeder Tag mit Hausaufgaben ein Horrortag ist und dass nur noch Ferien und Wochenenden ein Lichtblick sind. Die Diagnose ADS sei daher eine Entlastung, sowohl für die Kinder als auch für die Eltern, sagt Renate Drechsler. Einerseits müssen sich die Eltern nicht ständig hinterfragen, ob sie in der Erziehung völlig versagt haben, und andererseits bekommen sie Anleitungen, um ihr Kind zu unterstützen. Ein Freibrief sei der Befund aber nicht, warnt sie: «Eltern sind nicht von ihren erzieherischen Aufgaben enthoben und für Kinder mit ADS ist es besonders wichtig, sich an Regeln zu halten.»

Text und Interview: Regina Kesselring

ADRESSEN

www.elpos.ch Eine sehr informative Site des Vereins für Eltern und Bezugspersonen von Kindern sowie für Erwachsene mit AD(H)S

www.skjp.ch Schweizerische Vereinigung für Kinder- und Jugendpsychologie

www.schulpsychologie.ch Die Schulpsychologinnen und -psychologen der deutschen Schweiz stellen sich vor

BUCHTIPP Träumer oder ADS? von Monika Brunsting, ISBN 9783952127414, Fr. 37.–

INFOS Wichtig zu wissen: Die Diagnose AD(H)S muss vor dem 9. Lebensjahr gestellt werden, damit die IV Therapie- und Behandlungskosten übernimmt.

ADS-Kinder brauchen Strukturen und Belohnung



Warum verträumte ADS-Kinder Mühe mit Gruppenunterricht und Selbstständigkeit haben und wie man ihnen im Alltag helfen kann, erklärt die Neuropsychologin Dr. Renate Drechsler vom Kinder- und Jugendpsychiatrischen Dienst Zürich.

WIR ELTERN: Frau Drechsler, wie unterscheidet man, ob ein Kind schlicht verträumt ist oder unter einem ADS leidet?

DR. RENATE DRECHSLER: Der Schweregrad ist ausschlaggebend. Wenn ein Kind im Alltag deutlich durch seine Unaufmerksamkeit behindert ist, liegt der Verdacht nahe, dass ein ADS im Spiel ist.

Können Sie skizzieren, was ein ADS ist?

Es handelt sich um eine genetisch bedingte Aufmerksamkeitsstörung. Die Diagnose wird aufgrund von Beobachtungen, Interviews mit den Eltern und möglichst mit den Lehrpersonen sowie einem Kriterienkatalog gestellt. Zuvor müssen jedoch körperliche oder umweltbedingte Ursachen für die Probleme ausgeschlossen werden. Manchmal wirkt ein Kind auch nur unaufmerksam, wenn es eigentlich intellektuelle Schwierigkeiten oder eine Lese-Rechtschreibschwäche hat. Dem Befund ADS geht also eine aufwendige Abklärung voraus.

Wieso sind die einen ADS-Kinder hyperaktiv und die anderen still und zerstreut?

Das weiss man nicht. Sogar innerhalb einer Familie können die zwei ADHS-Typen auftreten, das eine Kind ist zappelig, das andere verträumt.

Mit welchen Problemen hat ein aufmerksameitsgestörtes Kind zu kämpfen?

Meistens sind diese Kinder angenehme Familienmitglieder, als Babys schreien sie nicht mehr als andere, später sind sie angepasst und unauffällig. Es kann sein, dass sie zu Hause trödeln oder man ihnen stets von Neuem sagen muss, was sie tun sollen. Doch ihr Problem macht sich meist erst in der Schule bemerkbar. Ganz konkret: Ein Kind braucht viel zu lange für die Hausaufgaben, ist nicht in der Lage auf das zu fokussieren, was zu erledigen ist, weiss nicht, wie und wo es

anfangen soll. Nur schon der erste Schritt, um die Aufgaben zu beginnen, ist eine schier unüberwindbare Hürde. Und wenn die geschafft ist, weiss das Kind nicht, wie der zweite Schritt aussehen könnte. Das ADS ist im Prinzip eine Störung der Selbstregulation.

Was ist damit genau gemeint?

Die Selbstmotivation ist nur schwach vorhanden oder schwankt. An einer Tätigkeit dranbleiben, durchhalten ohne abzuschweifen, sich selbst so weit motivieren, um über die nächste Schwelle zu kommen – das fällt betroffenen Kindern schwer. Unterrichtsformen mit selbstbestimmtem Lernen sind für die unaufmerksamen Kinder besonders schwierig, denn hier ist eigener Antrieb gefordert.

Welche Behandlungsmethoden helfen?

Die gängigste und wirksamste Behandlung ist die mit Stimulanzien, z. B. Ritalin. Gleichzeitig können verhaltenstherapeutische Massnahmen helfen, in denen versucht wird, den Kindern Strategien an die Hand zu geben, wie sie sich organisieren können. Aber auch die Eltern und Lehrpersonen sollten einbezogen werden, damit sie dem Kind im Familienalltag bzw. in der Schule helfen können.

Wie können Eltern denn im Alltag helfen?

Ganz wichtig sind klare Strukturen, an die sich das Kind halten kann, also ein geregelter Tagesablauf, wiederkehrende und verlässliche Regeln. Jede Art von Verzettelung und widersprüchlichen Botschaften ist eine Überforderung. Sehr hilfreich ist auch ein Belohnungssystem, Punkte oder Smileys für erledigte Aufgaben oder besonders schnelles Arbeiten. ADS-Kinder brauchen ein direktes Feedback, das ihnen mitteilt: «Gut, weiter so!» oder «Nein, so nicht, versuchs noch mal!»