

Aufmerksamkeits-Defizit-Syndrom = ADHS

POSITIV:

- Mutti sagt von mir, ich bin
- hilfsbereit + sozial
 - kreativ + ideenreich
 - fantasievoll
 - nicht nachtragend
 - witzig + humorvoll
 - tierlieb + naturverbunden
 - gerecht + sogar überdurchschnittlich schlau

- seelische Entwicklungsstörung
- stark ablenkbar
- Tagträumer

- leicht ablenkbar
- Schusseligkeit
- Vergesslichkeit
- kritikempfindlich
- mangelndes Durchhaltevermögen
- Konzentrations-Schwäche
- Aufmerksamkeits-Schwäche

- Handeln ohne Nachzudenken
- Schnell frustriert
- impulsiv
- planloses Handeln
- depressive Verstimmung

- Zappelphilipp
- ungeschickt
- gestörte Motorik
- hyperaktiv
- fehlerhafte Kraftdosierung

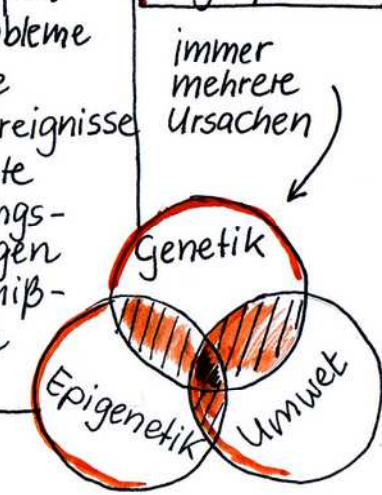
(mögliche) URSACHEN

- Epigenetik
- Umwelt
- Genetik

70% haben es geerbt!

- Eltern häufig auch mit Symptomen

- gestörtes Eltern-kind-Verhältnis
- kein intaktes Familienleben
- Wohnumfeld
- Schulprobleme
- kritische Lebensereignisse
- überhöhte Erwartungshaltungen
- Kindesmissbrauch
- Gifte



Mythen wurden widerlegt

- nicht durch falsches Essen!
- nicht durch Reizüberflutung!
- nicht durch falsche Erziehung!

5-9% aller Kinder eines Jahrgangs erkranken an ADHS
aber: kein signif. Anstieg

- ## LEBEN MIT ADHS
- BEWEGUNG!!!**
 - Sport
 - tanzen
 - Kreide holen Treppensteigen
 - mit klaren Regeln**
 - Telefon
 - Computer
 - Fernseher
 - Musik
 - minimieren, was ablenken kann**
 - klarer Tagesablauf**
 - kleinschrittiges Vorgehen**
 - Viel Zuwendung Loben!**
 - auch bei Kleinigkeiten**
 - Auszeiten geben**
 - Time out**
 - 1 Min. je Lebensjahr**
 - Todo Liste**
 - 1....
 - 2....
 - 3....
 - 4....

BEHANDLUNG

- Erw → Psychater
- Ki → Ki-u. Jgd-Psych.
- nicht heilbar
- Symptome mildern
- Medikamente
 - Ritalin
 - Amphetamin
- Verhaltenstherapie am wichtigsten!!!
- Diagnostik Tests
- Facharzt

