

Multimodale Behandlung von ADHS

Die drei Säulen der Therapie und aktuelle Forschungsergebnisse (Meta-Studie 2024)



Eigene Darstellung auf Basis von Döpfner et al. (2013), Gawrilow (2012) und Hess et al. (2024) | Jeannine Hohmann, INSTITUT LERNEN

1. Was bedeutet multimodal?

Die Behandlung von ADHS erfordert einen kombinierten Ansatz. Kein einzelnes Verfahren ist allein ausreichend: Psychoedukation, Psychotherapie und ggf. Pharmakotherapie wirken zusammen und müssen individuell abgestimmt werden.

2. Die drei Säulen der multimodalen Behandlung

Säule 1: Psychoedukation

Psychoedukation ist die Basis jeder ADHS-Behandlung. Sie umfasst die gezielte Informationsvermittlung über ADHS an das betroffene Kind, die Eltern, Lehrkräfte und andere Bezugspersonen.

Zielgruppe	Inhalte der Psychoedukation
Kind / Jugendliche/r	Was ist ADHS? Warum verhalte ich mich so? Wie kann ich meine Stärken nutzen?
Eltern	Verständnis der Störung, Umgang mit Verhalten, Kommunikation mit Schule und Therapeuten.
Lehrkräfte & pädagogische Fachkräfte	Symptomwissen, Klassenraumstrategien, Kooperation mit Eltern und Therapeuten – genau dies ist Inhalt Ihrer Weiterbildung ADHS-Trainer*in.

Säule 2: Psychotherapie

Psychotherapie zielt auf das Erlernen von Bewältigungsstrategien und die Reduktion von Begleitsymptomen. Sie ist besonders wichtig bei komorbiden Störungen.

Therapieziele:

- Erlernen des Umgangs mit krankheitsbedingten Beeinträchtigungen
- Entwicklung von Veränderungsmotivation
- Therapie der Begleitstörungen und ihrer Folgen
- Aufbau von Selbstregulationskompetenzen (Impulskontrolle, Aufmerksamkeitssteuerung)

Säule 3: Pharmakotherapie

Medikamente sind kein Allheilmittel, können aber bei schwerer Symptomatik die Wirksamkeit der anderen Maßnahmen verbessern. Die Entscheidung zur Medikation liegt ausschließlich beim Facharzt.

Wirkstoffgruppe	Handelsnamen (Auswahl)
Methylphenidat (MPH) – Erstlinientherapie	Ritalin, Medikinet, Concerta, Equasym, Methylphenidat-neuraxpharm
Atomoxetin (Non-Stimulanzium)	Strattera
Amphetamin / Lisdexamfetamin	Elvanse, Attentin, Amphetamin-Sirup/-Kapseln

Wichtige Regeln im Umgang mit Medikation

Keine eigenständige Dosierungsänderung durch Eltern oder Pädagogen.

Alle gesundheitlichen Veränderungen dem behandelnden Arzt mitteilen.

Regelmäßige Einnahme nach ärztlicher Verordnung sicherstellen.

Als pädagogische Fachkraft: Keine Stellungnahme zur Medikation – das ist ärztliche Aufgabe.

3. Meta-Studie 2024 – Aktuelle Forschungsergebnisse

Eine umfangreiche Netzwerkanalyse aus dem Jahr 2024 liefert wichtige Erkenntnisse zur Behandlung von ADHS:

Merkmal der Studie	Details
Methode	Netzwerkanalyse aus 100 Studien
Datenbasis	2.416 Datensätze aus 113 randomisierten kontrollierten Studien (RCTs)
Stichprobengröße	14.887 Teilnehmende, davon 45,6 % Frauen
Altersgruppe	Erwachsene mit ADHS

Kernaussage der Meta-Studie 2024

Kernergebnis: Es gibt keine universelle Lösung für die ADHS-Behandlung im Erwachsenenalter. Neben der kurzfristigen Wirksamkeit pharmakologischer Ansätze sind individuell abgestimmte, nicht-pharmakologische Strategien entscheidend.

Quelle: Prof. Alexandra Philipsen (Federführung), Meta-Studie 2024.

Diese Erkenntnis unterstreicht die Bedeutung des ganzheitlichen, multimodalen Ansatzes und der individuell abgestimmten Begleitung – genau das, was Sie als ADHS-Trainer*in im pädagogischen Kontext leisten.

4. Die Rolle der pädagogischen Fachkraft

Ihre Aufgabe als ADHS-Trainer*in	Nicht Ihre Aufgabe
Verhaltensbeobachtung und Analyse im Schulalltag	Diagnose stellen oder in Frage stellen
Strukturierende Maßnahmen einsetzen (TEACCH, Wenn-Dann-Pläne)	Medikation beurteilen oder empfehlen
Eltern informieren und begleiten (pädagogischer Rahmen)	Psychotherapeutische Behandlung durchführen
Kollegen sensibilisieren und Wissen weitergeben	Ärztliche Diagnosekriterien anwenden

5. Quellenverzeichnis

Döpfner, M., Fröhlich, J. & Lehmkuhl, G. (2013). Ratgeber ADHS. Göttingen: Hogrefe.
 Gawrilow, C. (2012). Lehrbuch ADHS. Stuttgart: UTB GmbH.
 Hess, J.L. et al. (2024). Comparative efficacy of pharmacological and non-pharmacological interventions for adult ADHD – Network meta-analysis of 113 RCTs. [DOI vor ZFU-Einreichung verifizieren]

Eigene Darstellung | Multimodale Behandlung von ADHS und Meta-Studie 2024 | Jeannine Hohmann · INSTITUT LERNEN · www.institut-lernen.de