

Anleitung zur verhaltenstherapeutischen Begleitung als Bestandteil einer AD(H)S-Therapie von Kindern und Jugendlichen

Helga Simchen

Die Behandlung des Aufmerksamkeitsdefizitsyndroms erfordert ein multimodales Therapieprogramm, in dem die verhaltenstherapeutische Komponente nach der erzieherischen die wichtigste ist. Das bedeutet aber nicht, dass alle Kinder und Jugendlichen mit einem AD(H)S eine professionelle Verhaltenstherapie benötigen. Selbst die beste Verhaltenstherapie kann Erziehung nicht ersetzen, sondern setzt diese voraus.

Da die Zahl der Verhaltenstherapeuten auch in Zukunft sehr begrenzt sein wird, sollten alle Ärzte, die Kinder und Jugendliche mit AD(H)S betreuen, verhaltenstherapeutische Kompetenzen erwerben, vor allem zur Anleitung der Eltern. Die Eltern als Coach werden immer die wichtigsten Therapeuten ihrer Kinder bleiben, meist bis weit über das 18. Lebensjahr hinaus. Deshalb möchte ich einige wesentliche Prinzipien der verhaltenstherapeutischen Betreuung von Kindern und Jugendlichen mit AD(H)S den Eltern und Therapeuten vermitteln.

Die Verhaltenstherapie ist eine Sonderform der Psychotherapie, bei der ungünstige Verhaltens-, Denk- und Einstellungsweise der Betroffenen beeinflusst, hinterfragt und verändert werden.

Das erfolgt symptomorientiert und persönlichkeitszentriert mittels Selbstinstruktion, Lern- und Belohnungsprogrammen, verbesserter Selbstreflexion, Konfrontationstherapie und Förderung gezielter Lernprozesse. Die Verhaltenstherapie gibt der Auseinandersetzung der Betroffenen mit ihren Problemen und Schwierigkeiten einen geordneten Rahmen. In der Verhaltenstherapie sollen Ursache und Motive herausgefunden werden, warum sich Kinder und Jugendliche anders verhalten und alle bisher noch so kompetente und gut gemeinte Behandlung nicht die gewünschten Erfolge brachte. Mit dem

Stellen der Diagnose AD(H)S und dem Verständnis der neurobiologischen Ursachen lassen sich viele Symptome aus dem Leistungs- und Verhaltensbereich erklären. Das Verständnis der AD(H)S-Problematik von Seiten der Eltern und Lehrer, sowie deren aktive Mitarbeit ist dringend erforderlich und ein wesentlicher Bestandteil der Verhaltenstherapie. Eine erfolgreiche AD(H)S-Behandlung erfolgt symptom- und persönlichkeitszentriert mit Einbeziehung des sozialen Umfeldes und basiert auf wissenschaftlichen Erkenntnissen in der Psychologie, der Medizin und der Neurobiologie.

Die Verhaltenstherapie will den Betroffenen Kompetenzen verleihen im Umgang mit ihren Problemen, deren Ursachen erklären und Möglichkeiten zu deren Beseitigung aufzeigen. Selbstkontrolle und Eigenständigkeit sollen verbessert werden.

Ziel der Verhaltenstherapie ist es, vordergründig die Alltagsbewältigung zu verbessern und vorhandene seelische Verletzungen zu beseitigen.

Dabei wird der Behandlungserfolg bestimmt von:

- der Schwere der Problematik
- der Belastbarkeit der Betroffenen und ihrer Familie
- den derzeitigen therapeutischen Möglichkeiten
- den Fähigkeiten und Erfahrungen des Therapeuten

Bei Kindern und Jugendlichen mit ADHS steht ihr auffälliges, nicht selten störendes und von der Norm abweichendes Verhalten im Mittelpunkt der Behandlung. Ursache dafür ist eine angeborene, veränderte Wahrnehmungsverarbeitung, die zu einer mehr oder weniger veränderten Reaktions- und Verhaltensbildung führt.

Dieses abweichende Verhalten be-



dingt bei Kindern und Jugendlichen mit AD(H)S, dass sie sich ständig unverstanden und falsch beurteilt fühlen. Die Folge ist eine zunehmende innere Verunsicherung, die zu multiplen Ängsten, Aggressionen, Selbstwertkrisen, reaktiver Fehlentwicklung mit psychosomatischen Beschwerden führen kann. Bei Nichtbehandlung kann es längerfristig zu psychischen Erkrankungen kommen.

Die Notwendigkeit einer Verhaltenstherapie wird bestimmt von der Schwere der Symptomatik, vom Ausmaß der psychischen Überforderung, von den vorhandenen Ressourcen und vom Verhalten des sozialen Umfeldes.

Die Verhaltenstherapie von Kindern und Jugendlichen mit AD(H)S umfasst folgende Bereiche:

1. Die Arbeit mit den Eltern

- Information über AD(H)S
- Motivation zur Mitarbeit
- Anleitung für das Coaching

2. Verhaltenstraining

- Impulskontrolle erlernen
- Steuerungsfähigkeit verbessern
- sich Vorsätze geben
- die Selbstwahrnehmung verbessern

*Dr. Helga Simchen
Kinderarzt / Kinderneurologe / Kinder- und Jugendpsychiater
Tiefenpsychologische Psychotherapie / Verhaltenstherapie / Systemische Familientherapie / Hypnose*