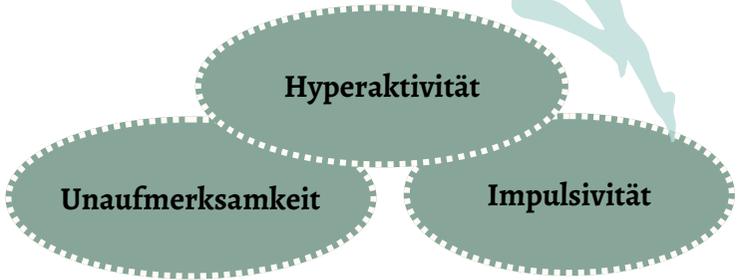


# Stillsitzen ist nicht für jede:n so leicht!

## ↳ ADHS - What is it?

Aufmerksamkeitsdefizit-/Hyperaktivitätsstörung

Woran merke ich überhaupt, dass jemand AHDS hat? (Symptome)



↳ heißt also: unruhig, schwer zu konzentrieren, Entscheidungen treffen ohne viel darüber nachzudenken, ...

ADHS verschwindet nicht im Alter, sondern die Erkennungsmerkmale ändern sich

ALSO: Wandel vom nach außen tragenden zu innerer Unruhe im Erwachsenenalter

- 3 verschiedene Arten:
- vorwiegend unaufmerksamer Typ
  - vorwiegend hyperaktiver Typ
  - Kombiniertes Typ

## Wie häufig ist ADHS?

Die Häufigkeit liegt bei ca. 5%, das heißt von 100 Personen wurde bei ca. 5 Personen ADHS festgestellt.

## A closer look - Risikofaktoren, Entstehungs- und aufrechterhaltende Mechanismen



Diese Ursachen beeinflussen Prozesse, die ADHS-Symptome aufrechterhalten.



## In action - Anlaufstellen, Interventionen, Behandlungen

### Anlaufstellen

- ↳ Familie    ↳ Freunde
- ↳ Kinder- oder Hausarzt/ -ärztin
- ↳ Lehrer:innen, Vertrauenslehrer:innen
  - Schulsozialarbeiterin MLS: Kathrin Nordheim-Schmidt (Tel.: 06421/928427)
  - Vertrauenslehrer:in MLS: Werner Wörder, Inge Rein-Sparenberg
- ↳ Schulpsychologie
  - Robert-Koch-Straße 17, 35037 Marburg  
Tel.: 06421/ 616530
- ↳ Sozialpädiatrisches Zentrum
  - UKGM: Feulgenstr. 10-12, 35392 Gießen  
Tel.: 0641/985-43481
- ↳ Kinder- & Jugendpsychiater:innen
- ↳ psychologische & ärztliche Psychotherapeut:innen
  - Hochschulambulanz für Kinder und Jugendliche  
Gutenbergstraße 29, 35037 Marburg  
Tel.: 06421/ 2825096
  - Psychotherapeutische Ambulanz der AWKV  
Heinrich-Heine-Straße 44, 35039 Marburg  
Tel.: 06421/ 3893820
- ↳ Krankenkasse
- ↳ zentrales ADHS-Netzwerk



# Interventionen und Behandlung

## Herausforderungen

## Lösungsansätze

Hyperaktivität,  
Unaufmerksamkeit,  
Impulsivität

**Aufklärung und Beratung** der  
Kinder und Eltern

### **Selbstinstruktionstraining**

(es soll gelernt werden erst zu  
denken, dann zu handeln)  
--> die nächsten

Handlungsschritte vor der  
Ausführung laut aussprechen

### **Verhaltenstherapie:**

Strukturierung des Alltags und  
bessere Kontrolle des Verhaltens  
erlernen

### **Rollenspiele:** neue

Verhaltensweisen können  
erprobt und eingeübt werden

### **Gruppentherapie:** Training im

sozialen Umgang mit Anderen,  
Möglichkeit positive  
Rückmeldungen zu bekommen

**Elterntrainings:** Eltern lernen,  
wie sie ihre Kinder unterstützen  
können;

liebvoller aber konsequenter  
Erziehungsstil angestrebt  
(dazu gehören **klare Strukturen**,  
**Rückmeldungen** zum Verhalten  
des Kindes geben, **Belohnungen**  
bei erwünschtem Verhalten)

Probleme mit  
Gleichaltrigen

Einbezug der  
Eltern

# Break the stigma - Stigmatisierung, Stereotype

## Worunter leiden Kinder und Jugendliche mit ADHS?

- ↪ Hänseleien durch Mitschüler:innen
- ↪ werden aufgrund von  
Unaufmerksamkeit für weniger schlaue  
gehalten als sie sind
- ↪ ADHS wird weniger ernst genommen  
als andere Störungen

## Was ist dran, an den Vorurteilen?

- ↪ ADHS ist eine ernstzunehmende  
Störung
- ↪ sie wird im Diagnosekatalog ICD10  
aufgelistet
- ↪ Betroffene leiden unter der  
Symptomatik, sowie unter dem  
Umgang ihrer Mitmenschen mit der  
Störung
- ↪ Menschen mit ADHS fällt es oft schwer  
über längere Zeit konzentriert zu  
bleiben
- ↪ das heißt nicht, dass sie ein  
schlechteres Gedächtnis haben oder  
weniger intelligent sind

“ Du kannst alles erreichen, was du dir  
in den Kopf setzt – vielleicht auf eine  
andere Art und Weise als andere. Du  
wirst wahrscheinlich etwas härter  
arbeiten müssen, aber du kannst es  
schaffen. ”

Michelle Carter (von ADHS betroffen,  
Kugelstoßerin, Olympiagold 2016)



Dieses Factsheet ist entstanden im Rahmen des  
Seminars „Living Library - Ein neuer Ansatz zur  
Reduktion von Stigma in der Schule“ am Fachbereich  
Psychologie,, Arbeitseinheit Klinische Kinder- und  
Jugendpsychologie der Philipps-Universität Marburg  
(unter Verantwortung von Prof. Dr. Hanna  
Christiansen)

Seminarleitung: M. Sc. Psych. Markus Stracke

Erstellt von: Hannah Jobst, Katharina Koch, Mara Joy  
Leineweber, Alina Oster, Agon Ukaj