



Kinnen • Rademacher • Döpfner

Wackelpeter & Trotzkopf in der Pubertät

Wie Eltern und Jugendliche Konflikte
gemeinsam lösen können

BELTZ

dann einer genauen Abklärung durch einen Fachmann. Nähere Informationen hierzu finden Sie in Kapitel 4.

Üblicherweise lassen sich also ähnliche Probleme sowohl in der Familie als auch in der Schule sowie in anderen Situationen beobachten. Um dies zu überprüfen, werden Fachleute nach Rücksprache mit den Eltern auch direkt mit der Lehrerin sprechen. Wenn die Problematik insgesamt weniger stark ausgeprägt ist, kann es durchaus möglich sein, dass die Auffälligkeiten hauptsächlich in der Schule und weniger deutlich in der Familie beobachtbar sind. Wenn Ihnen also die Klassenlehrerin berichtet, dass Ihr Jugendlicher sich schlecht konzentrieren kann oder dass er impulsiv und unruhig ist, dann tun Sie das bitte nicht gleich als ein Hirngespinnst ab, nur weil Sie solche Auffälligkeiten selbst gar nicht beobachten können.

Wenn die Probleme nur in einem Lebensbereich auftauchen, ist dies jedoch ein Hinweis darauf, dass die Auffälligkeit nicht so stark ausgeprägt ist wie das üblicherweise bei Jugendlichen mit ADHS der Fall ist.

In den Fachkreisen besteht Uneinigkeit darüber, ob für die Diagnose einer ADHS Auffälligkeiten in allen drei Kernbereichen (Unaufmerksamkeit, Hyperaktivität, Impulsivität) vorliegen müssen oder ob es verschiedene Unterformen von ADHS gibt, nämlich:

- ADHS mit Auffälligkeiten in allen drei Kernbereichen
- ADHS, die hauptsächlich durch Aufmerksamkeitschwächen, aber weniger durch Impulsivität und motorische Unruhe gekennzeichnet ist
- ADHS, die hauptsächlich durch Impulsivität und motorische Unruhe und weniger durch Aufmerksamkeitschwächen gekennzeichnet ist

Vermutlich sind diese Unterschiede auch durch verschiedene Schweregrade der Auffälligkeit erklärbar. Bei Jugendlichen mit hohem Schweregrad sind alle drei Kernbereiche in allen Lebensbereichen auffällig, bei geringerem Schweregrad sind nicht alle drei Bereiche gleichermaßen auffällig und die Probleme treten auch nicht unbedingt in allen Lebensbereichen (Familie, Schule usw.) in gleicher Stärke auf. Außerdem kommt es häufig vor, dass im Kindesalter alle drei Verhaltensbereiche betroffen waren, im Jugendalter aber die Unruhe und manchmal auch die Impulsivität sich vermindern, sodass dann vor allem die Unaufmerksamkeit und Konzentrationsschwäche im Vordergrund stehen.

Je nach Schwerpunkt der Störung werden auch noch andere Begriffe

! zur Bezeichnung der Problematik verwendet:
Hyperaktivitätsstörung und Aufmerksamkeits-Defizit-Syndrom (ADS-Syndrom) sind die am häufigsten gebrauchten Begriffe.

Unter welchen Bedingungen tritt unaufmerksames, unruhiges und impulsives Verhalten auf, ohne dass eine ADHS vorliegt?

Wenn ein Jugendlicher Unruhe, Konzentrationsschwierigkeiten und impulsives Verhalten zeigt, heißt das nicht automatisch, dass eine ADHS vorliegt. Diese Merkmale können auch passager im Jugendalter oder *bei anderen Störungen oder Belastungen* auftreten. Beispiele dafür sind:

- altersgemäße Verhaltensweisen im Jugendalter
- Lernbehinderung oder geistige Behinderung
- schulische Überforderung
- schulische Unterforderung
- durch Medikamente bedingte ADHS-Symptome
- oppositionelle Verhaltensauffälligkeiten
- Unruhe und Konzentrationsprobleme bei Jugendlichen mit Ängsten
- Unruhe und Konzentrationsprobleme bei Jugendlichen mit Depression und mit anderen emotionalen Belastungen
- Unruhe und Konzentrationsprobleme bei Jugendlichen, die Drogen konsumieren
- ADHS-Symptome bei schwereren psychiatrischen/neurologischen Erkrankungen
- ADHS-Symptome bei chronischen, stark ausgeprägten familiären Problemen

Entscheidend für die Diagnose einer ADHS ist, dass sich die Symptome spätestens seit dem Kindesalter, meist seit dem Einschulungsalter oder sogar noch früher, wie ein roter Faden durch das Leben des Jugendlichen ziehen. Konzentrations- und Aufmerksamkeitsprobleme, Impulsivität oder Unruhe, die erst im Jugendalter oder nur phasenweise auftreten, sind ein sicheres Zeichen dafür, dass keine ADHS vorliegt, sondern die Probleme andere Ursachen haben. Diese Störungen und Belastungen werden im Folgenden kurz beschrieben.

Vorübergehende altersgemäße Verhaltensweisen im Jugendalter

Mit dem Eintritt in die Pubertät lassen bei vielen Jugendlichen die schulischen Leistungen nach. Freundschaften und erste Liebesbeziehungen sowie Selbstfindungsprozesse sind den

Jugendlichen in der Pubertät oftmals wichtiger als die Erfüllung ihrer Pflichten zu Hause oder die Erledigung ihrer Hausaufgaben. Im Rahmen ihrer Ablösung von den Eltern kommt es vermehrt zu Konflikten und die Jugendlichen reagieren im Konflikt oftmals sehr emotional und impulsiv.

Die Frage, ob diese Verhaltensweisen schon als auffällig zu werten sind oder noch nicht, lässt sich deshalb auch letztendlich nicht eindeutig beantworten. Wenn Sie sich nicht sicher sind, sollten Sie darüber mit anderen Eltern sprechen, die Jugendliche im gleichen Alter und mit gleichem Geschlecht haben.



Die Hilfen, die wir in unserem Elternleitfaden in Teil II und in den Anwendungsbeispielen in Teil III dieses Buches geben, können auch als allgemeine Erziehungshilfen bei pubertierenden Jugendlichen dienen, die keine eindeutigen Auffälligkeiten haben.

Lernbehinderung oder geistige Behinderung

Wir haben bereits die manchmal schwierige Abgrenzung von ADHS-Symptomen im Rahmen einer Lernbehinderung oder einer geistigen Behinderung erwähnt. Jugendliche mit solchen Intelligenzminderungen zeigen häufig im Vergleich zu normal entwickelten Gleichaltrigen eine verminderte Ausdauer und Konzentrationsfähigkeit oder auch vermehrt impulsives Verhalten und größere Unruhe. Grundsätzlich sollte daher bei Jugendlichen mit einer fraglichen ADHS-Symptomatik immer auch die Begabung des Jugendlichen untersucht werden. Wenn eine entsprechende Intelligenzminderung festzustellen ist, dann muss überprüft werden, ob die beschriebenen Verhaltensauffälligkeiten im Rahmen dieser allgemeinen Intelligenzminderung zu sehen sind, d. h., ob andere Jugendliche mit gleicher Intelligenz typischerweise ähnliche Auffälligkeiten zeigen oder ob die Verhaltensauffälligkeiten des Jugendlichen darüber hinausgehen. Vor allem ist bei diesen Jugendlichen eine angemessene Beschulung wichtig. Allgemeine Überforderungen müssen vermieden werden (siehe unten).



Treten auch bei angemessener Beschulung noch Verhaltensprobleme weiter auf, können Maßnahmen hilfreich sein, die in Teil II und III dieses Buches beschrieben sind. Dabei müssen aber die generellen Möglichkeiten und Leistungsgrenzen des Jugendlichen im Auge behalten werden.

Schulische Überforderung

Einzelne Merkmale einer ADHS können auch bei normal begabten Jugendlichen auftreten, wenn der Jugendliche den schulischen Anforderungen nicht gewachsen ist. Oft wird bei diesen Jugendlichen beobachtet, dass sie im Unterricht nicht richtig aufpassen, dass sie dazwischenreden, gelangweilt wirken, unruhig auf dem Stuhl herumrutschen und die Hausaufgaben immer wieder unterbrechen oder gar nicht erledigen. Wenn Jugendliche also Leistungsprobleme in der Schule haben, schlechte Noten mit nach Hause bringen und zusätzlich Verhaltensauffälligkeiten zeigen, die hyperkinetischen Auffälligkeiten ähnlich sind, dann muss abgeklärt werden, ob eine schulische Überforderung vorliegt, die den Jugendlichen so sehr belastet, dass er solche Verhaltensauffälligkeiten zeigt. Es ist natürlich auch möglich, dass schulische Leistungsprobleme nicht die Ursache der ADHS-Probleme sind, sondern dass sie eine Folge darstellen oder dass Jugendliche sowohl eine ADHS als auch Schulleistungsprobleme haben (siehe Teil III). Zur genauen Abklärung ist eine psychologische Untersuchung des Jugendlichen mithilfe von Intelligenz- und Leistungstests notwendig. Es gibt aber auch andere Hinweise auf eine schulische Überforderung:

- Die ADHS-Probleme haben mit dem Wechsel von der Grundschule auf die weiterführende Schule begonnen.
- Es waren früher schon Leistungsprobleme in der Schule vorhanden, ohne dass eindeutige ADHS-Probleme bestanden.
- Die ADHS-Probleme sind ausschließlich im Zusammenhang mit der Schule und kaum in schulfreien Phasen zu beobachten.

Bei Jugendlichen, die als Kinder starke ADHS-Probleme zeigten, kommt es allerdings auch häufig vor, dass die Probleme nachgelassen haben und nur noch im Zusammenhang mit der Schule auftreten. Wenn eine schulische Überforderung festgestellt wurde, dann sollte man zunächst eine entsprechende Entlastung vornehmen, beispielsweise durch gezielte schulische Förderung (wenn die Überforderung nicht zu stark ist und sich auf einzelne Schulfächer begrenzt), durch eine Klassenwiederholung oder durch einen Wechsel auf eine Schule mit geringeren Anforderungen.

Schulische Unterforderung

In sehr seltenen Fällen können Konzentrationsprobleme in der Schule, impulsives Verhalten und körperliche Unruhe auch auf eine Unterforderung in der Schule hinweisen. Das ist aber wirklich sehr selten, obwohl viele der betroffenen Eltern hoffen, dass dies die Ursache ist. Wenn Jugendliche sehr begabt (hochbegabt) sind, dann

kann es sein, dass sie in der Schule keine für sie interessanten Anregungen finden und sich Langeweile breit macht, die sich dann in entsprechenden Verhaltensauffälligkeiten äußert. Wenn diese Jugendlichen in eine Umgebung kommen, in der sie mehr gefordert und mehr gefördert werden, dann verschwinden die Verhaltensauffälligkeiten sehr schnell. Solche Jugendliche erkennt man daran, dass sie bereits im Kindergarten- und Grundschulalter besondere Fähigkeiten entwickelt haben, beispielsweise sehr gut sprechen konnten oder früh durch eigenes Interesse lesen und schreiben gelernt haben. In einem solchen Verdachtsfall ist ebenfalls eine genaue psychologische Untersuchung erforderlich. Wird eine hohe Begabung mit schulischer Unterforderung bestätigt, müssen entsprechende schulische Maßnahmen eingeleitet werden, z. B. indem man dem Jugendlichen innerhalb des Unterrichtes spezielle Aufgaben stellt, ihn eine Klasse überspringen lässt oder er auf eine Schule wechselt, die eine besondere Förderung ermöglichen kann.

Durch Medikamente bedingte ADHS-Symptome

ADHS-Symptome können auch durch verschiedene Medikamente, z. B. viele Hustensäfte, ausgelöst werden. Die Auffälligkeiten beginnen dann allerdings mit der Einnahme der Medikamente und verschwinden nach ihrem Absetzen wieder. Wenn Ihr Sohn oder Ihre Tochter also ein Medikament nimmt und plötzlich solche Verhaltensauffälligkeiten zeigt, dann lesen Sie bitte im Beipackzettel nach und fragen Sie Ihren Arzt. Schwieriger kann es sein, wenn Jugendliche fortwährend bestimmte Medikamente nehmen müssen, die man nicht so einfach absetzen kann. Dazu gehören Medikamente, die gegen ein Anfallsleiden (eine Epilepsie) oder Asthma verordnet werden. Viele dieser Medikamente können Aufmerksamkeitsschwächen oder auch Unruhe auslösen. Es gibt aber Medikamente, bei denen das weniger stark der Fall ist. Wenn Ihr Jugendlicher ein Anfallsleiden hat, Medikamente gegen solche Anfälle bekommt und ADHS-Symptome zeigt, dann sprechen Sie mit Ihrem Arzt darüber. Manchmal ist es nicht möglich, die Medikamente auszutauschen, weil die Anfälle nur mit einem bestimmten Medikament gut unter Kontrolle zu halten sind oder weil die Risiken einer medikamentösen Umstellung zu groß sind. Sie können die Hinweise, die wir in diesem Buch zur Behandlung und zum Umgang mit hyperkinetischen Jugendlichen geben, aber auch dann für Ihren Sohn oder Ihre Tochter umsetzen. Lediglich bei der medikamentösen Behandlung von ADHS müssen bei Jugendlichen mit einem Anfallsleiden manchmal andere Wege gegangen oder besondere Vorsichtsmaßnahmen eingehalten werden.