



Phänomen ADHS

ADHS – Was ist das?

Die Anzahl der Kinder und jungen Erwachsenen mit ADHS/ADS (Aufmerksamkeitsdefizit-Syndrom, mit und ohne Hyperaktivität) hat sich in den letzten Jahren vervielfacht.

Neben den Diagnose-Kriterien

- Aufmerksamkeitsschwäche
- Impulsivität
- Hyperaktivität bzw. Hypoaktivität

treten bei ihnen häufig auch

- Oppositionelles Verhalten und
- Schwierigkeiten im Sozialverhalten

auf.

Dazu kommen häufig Teilleistungsstörungen, verlangsamtes Arbeitstempo, geringe Fähigkeit, Vorgänge zu strukturieren, Vergesslichkeit usw.

Im Erwachsenen-Alter leiden Betroffene häufig unter Konzentrationsmangel, Problemen, den Alltag und berufliche Aufgaben effektiv zu organisieren, permanenten Überlastungsgefühlen oder Beziehungsschwierigkeiten.

Ihre Stärken, wie z.B. erhöhte Sensibilität, Kreativität, Hilfsbereitschaft, Begeisterungsfähigkeit und ein hohes Maß an Energie usw. geraten häufig ins Hintertreffen.

Wozu ADHS-Beratung?

ADHS/ADS-Betroffene profitieren in vielen alltäglichen Situationen sehr von einer durchdachten Hilfestellung. Mit ihr können sie deutlich leichter lernen, Konzentration zu halten, die eigenen Impulse zu steuern und Hyper- oder Hypoaktivität angemessen auszuleben – und ihre Stärken bewusst zu nutzen.

Ohne eine solche Hilfestellung geraten sie häufig in einen Teufelskreis von Misserfolg, geringem Selbstwert, Unverständnis, Misserfolgserwartung und weiteren schlechten Leistungen sowie wenig akzeptierten Verhaltensweisen. Sie fühlen sich häufig erschöpft, überfordert, ungeliebt und ra(s)tlos, genauso wie deren Eltern, Geschwister, Betreuungspersonen, Kollegen oder Partner.

Die Angebote der ADHS-Beratung Regensburg helfen allen Beteiligten, in Problem-Situationen hilfreich zu reagieren und den Ausprägungsgrad von ADHS/ADS zu verringern.

Sie gelten als wichtiger Bestandteil einer multimodalen ADHS/ADS-Therapie.

Für Familien mit temperamentstarken oder stark „verträumten“ Vorschulkindern können sie eine hilfreiche Vorbeugungsmaßnahme sein.