Umgang mit AD(H)S in der sozialpädagogischen Familienbegleitung

Interne Fortbildung annea.
Mülisaal in Winterthur Hegi am 21. Mai 2026

I. Einleitung

- Menschen mit AD(H)S sind spezielle Neurotypen. Ihre spezifischen Eigenschaften werden vererbt über 683 Genvarianten, welche die Genregulation beeinflussen und als einzelne Gene Auswirkungen in mehreren somatischen Bereichen haben, also sehr kompliziert.
- Die speziellen Eigenschaften, die sich am meisten hervorheben sind:
  1. Hohe Sensitivität in allen Wahrnehmungsbereichen und dadurch leichte Verletzlichkeit.
- 2. Starke Reaktivität die sich in Form von reflexartigen Stressreaktionen zeigt:

  ADHS: Stressreaktion nach aussen in Form von Aggressivität als Kampfreaktion.

  ADS: Flucht nach innen, d. h. Rückzug und Kommunikationsverweigerung, im Extremfall Totenstarre, autistische Reaktion.
- Diese Eigenschaften stellen höhere Anforderungen an das erzieherische Umfeld, d. h. an Eltern und professionelle Erzieher und somit auch an die Mitarbeiter der Sozialpädagogischen Familienbegleitung.

II. Was sind die speziellen Herausforderungen im erzieherischen und therapeutischen Umgang mit AD(H)S?

- Als erstes müssen Sie sich dessen bewusst sein, dass sich Gene nicht erziehen lassen, mit genetischen Veranlagungen kann man nur lernen umzugehen.
- Es ist das AD(H)S betroffene Individuum, das lernen muss mit seinen Emotionen umzugehen, d. h. Emotionsregulation zu erlernen.
- AD(H)S-Kinder lernen dies etwas verzögert, was bedingt, dass die Erzieher etwas länger Geduld haben müssen und ihren Kindern «Welpenschutz» zu gewähren haben.

III. Faustregeln für Erzieher

- Nur im «low arousal state» mit AD(H)S-Kindern interagieren wie im Flugzeug: Zuerst sich selbst die Sauerstoffmaske anziehen und erst dann auf das Kind eingehen, d. h. sich zuerst selbst beruhigen, bevor man interagiert, sonst lieber laufen lassen…
- Keine Befehle geben, sondern zu Zusatzarbeit auffordern und Vorbild sein, Kinder sind «gleichwürdig» nach Jesper Juul. AD(H)S-Kinder müssen intrinsisch motiviert sein.
- Nicht Nein sagen, sondern sofort sagen, wie man es haben möchte und aus welchem Grund.
- Die Gefühle und Nöte des Kindes zuerst «validieren» und erst danach mit den sozialen Regeln kommen, allenfalls das Kind fragen, wie es in einer nächsten ähnlichen Situation besser mit seinen Emotionen umgehen könnte.
- In zwischenmenschlichen Konflikten nicht nach dem moralischen Prinzip von Täter - Opfer beurteilen, sondern nach Konfliktlösungen suchen, bei welchen beide ihr Gesicht wahren können.
- Sich Zeit zum gegenseitigen Lernen lassen, Geduld mit sich und dem Kind haben.

IV. Umgang mit den überforderten, verzweifelten Eltern

- Als erstes sie in ihrer guten Absicht bestätigen.
- Dann nach ihrer Erziehungserfahrung als Kinder in ihrer Herkunftsfamilie fragen.
- Ungünstige Erziehungsstile wie allzu strenge Restriktion und Bestrafung, Beschämung etc. die bei Kindern mit AD(H)S viel Schaden anrichten und zu psychiatrischen Krankheitsbildern führen können, möglichst reduzieren bzw. vermeiden.
- Eltern darin unterstützen, dass sie sich getrauen vom Erziehungsmodus ihrer Herkunftsfamilie abzuweichen ohne sich schuldig oder ineffizient zu fühlen.
- AD(H)S-Kinder müssen intrinsisch motiviert sein dürfen, dann funktioniert alles besser.

Psychiatrische Praxis Dr. med. Ursula Davatz
8006 Zürich, www.ganglion.ch

https://adhs.expert

V. Umgang mit ausländischen Familien

- Bei Ausländerfamilien müssen die unterschiedlichen Erziehungsstile und Wertvorstellungen genau herausgearbeitet werden: Die von der Herkunftsfamilie und unsere Schweizerische Erziehung.
- Es muss dabei aufgezeigt werden, dass ihre Kinder bessere Chancen haben in der Schweiz, wenn sie nach unseren sozialen Regeln erzogen werden bzw. diese Regeln erlernen und internalisieren.
- Zuhause, innerhalb der Familie, können sie ihre Regeln bewahren.
- Aber den Eltern muss dennoch aufgezeigt werden, welche Erziehungsregeln bei den AD(H)S-Kindern besser funktionieren.
- AD(H)S-Kinder kann man nicht erziehen, sie müssen sich selbst erziehen, man kann sich im besten Fall durchsetzen, wenn es wirklich darauf ankommt.

Fallvorstellungen zur Übung

Dr. med. Ursula Davatz
Psychiaterin / Familientherapeutin

Psychiatrische Praxis Dr. med. Ursula Davatz
8006 Zürich, www.ganglion.ch

https://adhs.expert