

# ADHS AKTUELL

Mitteilungsblatt der Schweizerischen Fachgesellschaft ADHS



Informationen für Klinik und Praxis

Schriftleitung:

Dr. med. M. Ryffel, Kinder- und Jugendarzt FMH, Münchenbuchsee

- Editorial
- Aktuelles
- Themenschwerpunkte
- Veranstaltungen
- Aktuelle Literatur
- Verschiedenes

## Editorial

Im Rahmen der Berner ADHS-Gruppe von Fachpersonen und ELPOS hat die Kinder- und Jugendpsychiaterin Therese Niklaus die **Marte Meo Methode** vorgestellt und uns dazu das Wesentliche in einer schönen Übersicht zusammengefasst.

Meinrad Ryffel

## Aktuelles

### GG 404

Im IV-Rundschreiben Nr. 298 ist am 14. April 2011 nach jahrelanger Arbeit durch eine „Konsensusgruppe“ vieler Fachgesellschaften (die SFG-ADHS war dabei nicht vertreten) ein aktualisierter **Medizinischer Leitfaden** publiziert worden vgl

[http://praxispaediatric.ch/files/data/3886\\_1\\_de%5B1%5D.pdf](http://praxispaediatric.ch/files/data/3886_1_de%5B1%5D.pdf)

Weiterhin ist das Geburtsgebrechen GG 404 leider ein „versicherungsmedizinisches Konstrukt“, inkompatibel mit den aktuellen Diagnosesystemen DSM IV oder ICD 10. Die Chance für eine moderne Definition wurde einmal mehr verpasst.

Ein **bemerkenswertes Urteil** wurde vom Verwaltungsgericht des Kantons Zürich gefällt. Es hat den Rekurs einer Familie gut geheissen, deren Sohn im Gymnasium wegen seiner ADHS kein grösserer Zeitbedarf für die Abschlussprüfung zugestanden worden war.

Ein eben erstelltes **juristisches Gutachten** betrifft die **Auskunftspflicht von Arbeitnehmern gegenüber dem Arbeitgeber** bezüglich einer vorhandenen ADHS im vorvertraglichen Verhältnis. Es ist im internen Teil unserer Website abrufbar.

**Concerta** ist ab 1. Juni auch für Erwachsene in der Grundversicherung kassenzulässig. Die bisher bestehende Limitatio (nur einsetzbar wenn Ritalin ungenügend wirke) wurde fallengelassen, endlich ist auch eine Packung mit 60 Tbl. erhältlich und das Medikament wird somit deutlich billiger (ca 30 %)

## Themenschwerpunkt

### **Marte Meo und ADHS: Mit Marte Meo Entwicklungsunterstützungsmomente im gewöhnlichen Alltag nutzen**

Therese Niklaus Loosli, Kinder- und Jugendpsychiatrie FMH, [www.therese-niklaus.ch](http://www.therese-niklaus.ch), [beratungspraxis@therese-niklaus.ch](mailto:beratungspraxis@therese-niklaus.ch)

Kinder, die an einer ADHS leiden, zeigen eine beeinträchtigte Aufmerksamkeit mit in der Regel erheblicher Ablenkbarkeit sowie Überaktivität und Ruhelosigkeit (Dilling et al. 2008). Wie Schimmelmann ausführt, wird heute bei der Diagnose ADHS von multifaktoriellen Ursachen ausgegangen, insbesondere von genetischen und umweltbedingten Faktoren (Schimmelmann, 2011). Die neuere neu-

robiologische Forschung zeigt auf, wie wichtig förderliche Umweltbedingungen für die günstige Weiterentwicklung und Bahnung des kindlichen Gehirns sind (Braun, 2004 und 2006). Auch die Erkenntnisse der neueren Bindungsforschung weisen darauf hin, wie wichtig förderliche Umweltbedingungen für die günstige Entwicklung von (Klein-) Kindern sind (Ruppert, 2011).

Verschiedenste erprobte Behandlungsmöglichkeiten, die sich für Kinder und Jugendliche eignen, die an einem ADHS leiden, wurden in früheren Ausgaben von ADHSaktuell bereits besprochen. Deshalb soll in diesem Artikel nun die Marte Meo Methode anhand eines Fallbeispiels kurz beschrieben werden (mehr dazu in **Info**). Marte Meo wirkt in der Regel verblüffend gut bei Kindern, die an einer ADHS-Symptomatik leiden. Zudem vermögen bild- und filmbasierte Marte Meo Coaching- respektive Behandlungsprozesse aufzuzeigen, dass Marte Meo nicht nur im (Klein-) Kindesalter die Entwicklung fördert, sondern auch bei Jugendlichen und Erwachsenen mit speziellen Bedürfnissen beiträgt, die Weiterentwicklung zu unterstützen (Aarts 2002 und 2009; Aarts und Rausch, 2009).

#### **Info zu Marte Meo:**

*Marte Meo ist eine einfach umsetzbare systemisch lösungs- und ressourcenorientierte Entwicklungsunterstützungsmethode die hilft, die neueren Erkenntnisse der Neurobiologie sowie der Bindungstheorien in die konkreten gerade laufenden Beziehungsmomente im gewöhnlichen Alltag zu übertragen (Aarts, 2009; Aarts und Niklaus, 2011; Hawellek, 2006 und 2008; Hawellek und von Schlippe, 2007; Niklaus, 2009 und 2010). Marte Meo bedeutet sinngemäss „aus eigener Kraft“ und wurde von Maria Aarts 1976 in Holland entwickelt. Heute wird die Marte Meo Methode in mehr als 35 Ländern der ganzen Welt eingesetzt und von einem international stetig wachsenden Fachpersonen-Netzwerk weiterentwickelt (Aarts, 2009). Marte Meo als Einschätzungsinstrument zur Erstellung einer so genannten Marte Meo Entwicklungsdiagnose aus zwei kurzen Filmsequenzen aus dem gewöhnlichen Alltag wurde vor kurzem ausführlich beschrieben anhand eines konkreten Fallbeispiels (Aarts und Niklaus, 2011). Maria Aarts hat zur Erstellung dieser Marte Meo Entwicklungsdiagnose bei Kindern mit Verdacht auf ADHS die Checkliste für hyperaktive und ADHS-Kinder entwickelt (S. 342-350 in Aarts, 2009). Wie diese bildbasierte Einschätzung zu erstellen ist, können Fachleute sozialer Berufe in Marte Meo Ausbildungskursen anhand von Videofallsupervision mit Interaktionsanalyse lernen, z.B. bei Therese Niklaus ([www.therese-niklaus.ch](http://www.therese-niklaus.ch) und [www.martemeo.com](http://www.martemeo.com)). Was genau unter einer freien und einer geleiteten*

*Situation nach Marte Meo zu verstehen ist, sowie eine vertiefte Auseinandersetzung mit den so genannten Marte Meo Elementen und deren neurobiologischer Wirksamkeit kann hier nicht weiter vertieft werden, wurde aber bereits beschrieben (siehe Aarts, 2009; Aarts und Niklaus, 2011; Niklaus 2009 und 2010). Im bildbasierten Marte Meo Coaching (Review genannt) wird anhand der besten Bilder die wirksame Marte Meo Information vermittelt und ein nächster Arbeitspunkt – oder Entwicklungsunterstützungsvorschlag – besprochen (Aarts, 2009).*

#### **Marte Meo als Einschätzungsinstrument**

Nach wie vor gibt es keine Untersuchungsmethode, die eine gesicherte ADHS-Diagnose zulässt (Schimmelmann, 2011). Deshalb kann die sogenannte Marte Meo Entwicklungsdiagnose als bildbasiertes Einschätzungsinstrument der emotionalen und sozialen sowie der sprachlichen Fähigkeiten eines Kindes in alltäglichen Interaktionsmomenten im Rahmen einer ADHS-Abklärung als ein Beitrag unter anderen Abklärungen zu mehr diagnostischer Klarheit verhelfen (siehe **Info**).

Für therapeutisch und beratend Tätige, wie z.B. sozialpädagogische Familienbegleitung, Heilpädagogik, Früherziehung, Kinder- und Jugendpsychiatrie, Psychomotorik, Logopädie, Mütter-/Väterberatung u.a.m. kann diese Marte Meo Einschätzung auf verschiedenen Ebenen erfolgen: die Interaktion Kind-Fachperson oder Kind-Mutter, Kind-Vater, Kind-Geschwister u.a.m. Für Lehrkräfte lohnt sich der Interaktionsbereich Kind-Lehrkraft und Kind-Klasse-Lehrkraft mit der Marte Meo Methode einzuschätzen. Aufgrund der erfolgten Marte Meo Entwicklungsdiagnose, dem Alter des Kindes, dem Kontext und je nach Rolle der Fachperson zeigt sich in der Regel auch klar, ob direkt auf der bildbasierten Coachingebene mit den Eltern oder anderen Fachleuten des Kindes gearbeitet werden kann. Oder ob die Marte Meo Fachperson zusätzlich direkt im Kontakt mit dem Kind arbeiten sollte. Zudem können die Diagnose-Filme direkt weiter verarbeitet und genutzt werden für den bildbasierten Beratungs- respektive Coachingprozess (siehe nächstes Kapitel). Jeder Folgefilm des Beratungsprozesses wird jeweils kurz analysiert anhand der Interaktionsanalyse mit Hilfe der genannten Checklisten (siehe **Info**). Marte Meo eignet sich deshalb vorzüglich zur Einschätzung des Verlaufs des weiteren Entwicklungsprozesses.

## Marte Meo als lösungs- und ressourcenorientierte Entwicklungsunterstützungsmethode

Aufgrund der erstellten Marte Meo Entwicklungsdiagnose wird eindeutig klar, mit welchem Marte Meo Element (in der Folge MME genannt) und in welchen alltäglichen Beziehungsmomenten das Kind, das an einer ADS/ADHS- oder an einer hyperaktiven Symptomatik leidet, sich aus eigener Kraft weiter entwickeln kann (siehe **Info**). Je nach Berufsfeld der Fachperson lassen sich die Situationen präzise benennen, in welchen das Kind am meisten von diesen MME profitieren kann.

Die Marte Meo Methode wirkt vor allem in Bezug auf die Förderung von Selbstsicherheit, Selbstwirksamkeit, Selbstwahrnehmung, Selbstregulation und Sprachentwicklung<sup>1</sup> sowie in Bezug aufs Erlernen von Modellen<sup>2</sup>: z.B. wie das Kind eine Aufgabe von A bis Z selbständig zu lösen lernt anhand einer Schritt für Schritt Begleitung („Positives Leiten“ nach Marte Meo). Dieser Einsatzbereich der Marte Meo Methode passt gut zu der ADHS Symptomatik. Deshalb erstaunt nicht, dass Marte Meo bei Kindern und Jugendlichen und auch Erwachsenen, die an einer ADHS-Symptomatik leiden, verblüffend wirksam sein kann. Zudem lässt sich Marte Meo leicht und ohne zusätzlichen Zeitaufwand im gewöhnlichen Alltag anwenden: dies mag ebenfalls zu seiner Wirksamkeit mit beitragen. Auf den so genannten Folgefilmen lässt sich sehen, wie genau sich das Kind weiter entwickelt aufgrund der einfachen Hilfestellungen der Eltern und/oder der Fachperson in den gerade laufenden, alltäglichen Interaktionen: so wird auch in schwierigen Situationen die Zuversicht der Eltern und der Fachperson immer neu genährt. Kleinste Entwicklungsschritte, die auf den Filmen sichtbar werden, vermögen Hoffnung und Sicherheit im betroffenen (Familien-) System zu generieren.

Mit welchem MME ein Kind, das an einer ADHS-Symptomatik leidet, unterstützt werden kann, lässt sich ganz präzise nur aufgrund der bildbasierten Marte Meo Entwicklungsdiagnose erheben. Allerdings findet sich öfters, dass diese Kinder (altersunabhängig) bei Beratungs-/Behandlungsbeginn noch Worte und Sätze brauchen zu dem, was sie

gerade konkret tun, wenn sie frei spielen (MME „Die Handlungsinitiative des Kindes benennen“), damit sie ihre Selbstwahrnehmung weiter entwickeln können und sich selber benennen lernen. Was eine wichtige Fähigkeit ist, um sich selbständig in einer Gruppe Gleichaltriger einen Platz bauen und auf sich aufmerksam machen zu können.

### Fallbeispiel einer systemisch lösungs- und ressourcenorientierten Marte Meo Beratung

Die allein erziehende Mutter möchte gerne, dass Peter lernt, selbständig zu spielen und Hausaufgaben zu machen. Peter bringt sie an ihre Grenzen mit seinem zappeligen, unaufmerksamen Verhalten. Wenn er mit anderen Kindern spielt, kommt es öfters vor, dass Peter plötzlich anfängt, die anderen Kinder zu schlagen. Dies alles soll aufhören. Die Mutter ist in grosser Sorge, denn nun hat sich die Lehrkraft gemeldet: dieselben Schwierigkeiten zeigen sich auch im Schulalltag.

Die Marte Meo Entwicklungseinschätzung zeigt: Peter kann sich, d.h. seine Handlungen und seine Gefühle, noch nicht (genügend) wahrnehmen und sich noch nicht selber benennen. Und er hat auch noch nicht gelernt, sich in einer Gruppe Gleichaltriger oder bei einem beliebigen Gegenüber mit „Sich benennen“ wahr genommen zu machen – sich aus eigener Kraft in einer Gruppe einen Platz zu bauen. Er braucht deshalb noch Worte und Sätze zu dem, was er konkret tut. Im bildbasierten Coaching nach Marte Meo (Review genannt), sieht die Mutter, was sie alles schon genau richtig macht, damit sich Peter aus eigener Kraft weiter entwickeln kann (siehe **Info**). Sie fühlt sich nun bereits viel sicherer und kompetenter in ihrer Rolle als Mutter. Und die Marte Meo Therapeutin zeigt ihr auf dem Film, wo sie und Peter zu sehen sind, was genau sie in den nächsten Tagen tun kann, wenn sie etwas Zeit hat, um Peter in seiner weiteren Entwicklung konkret zu unterstützen (siehe **Info**).

Der 7 jährige Peter baut eine Strasse. Die Mutter kann sich ein paar Minuten Zeit nehmen, setzt sich mit einem Kaffee bequem und auf Augenhöhe zu Peter und schaut dem Kind beim Spielen mit den Lego Bausteinen zu und sagt mit entspannter Stimme: „Du baust eine Strasse mit den Legos“ (MME „die Handlung des Kindes benennen“). In dem Moment schaut Peter auf und sieht den schönen Blick seiner Mutter (MME „schöner Blick“).

Die Mutter beobachtet, dass Peter viel ruhi-

<sup>1</sup> In der so genannten freien Situation nach Marte Meo: z.B. wenn ein Kind frei spielt und die erwachsene Person (Mutter, Vater, Fachperson) ihm dabei zu schaut (mehr dazu siehe **Info**).

<sup>2</sup> In der so genannten geleiteten Situation nach Marte Meo: wenn die erwachsene Person ein Ziel hat in diesem Interaktionsmoment (mehr dazu siehe **Info**).

ger und länger spielt, wenn sie sich zu ihm setzt und ihn benennt. Und sie hat von der Marte Meo Therapeutin erfahren, dass sie Peter hilft, indem sie seine konkrete Handlung beim Spielen benennt, damit er lernen kann, selbständig zu spielen und Hausaufgaben zu machen (Marte Meo Information).

Mit diesem konkreten Benennen der Handlung des Kindes werden die gewünschten neurobiologischen Netzwerke in seinem Gehirn weiter gestärkt. Oft können Kinder, die an einer ADHS-Symptomatik leiden, schon gut diskutieren (MME „Reihe machen“), aber sie haben noch nicht gelernt, sich selber, d.h. ihre Handlungen und ihre Gefühle, wahr zu nehmen und zu benennen. Die entsprechenden Netzwerke im Gehirn müssen weiter gestärkt werden. Dies braucht bei Kindern, die an einer ADHS Symptomatik leiden oder andere spezielle Bedürfnisse zeigen, mehr Zeit und Geduld (Aarts 2009). Mit dem MME „schöner Blick“ hilft die Mutter, dass sogar die Dopamin-Netzwerke im Gehirn des Kindes aktiviert werden können. Dies hilft, die gerade aktivierten Netzwerke nachhaltig zu verstärken.

Die MME sind einfach und intuitiv anwendbar, wenn die Entwicklung eines Kindes altersgemäss verläuft. Wenn ein Kind aber spezielle Bedürfnisse zeigt, wie z.B. Peter, der an einer ADHS-Symptomatik leidet, müssen MME bewusst angewendet werden. Denn das Gehirn geht intuitiv davon aus, dass ein 7 jähriges Kind gelernt hat, sich selber zu benennen. Deshalb ist es auch wichtig, dass die Mutter weiss, dass ihr Kind spezielle Bedürfnisse aufweist und deshalb länger als andere Kinder braucht, dass er sich wahrnehmen und seine Handlungen konkret benennen lernt.

Für Fachleute im schulischen Bereich sind die Elemente des positiven Leitens nach Marte Meo speziell hilfreich, weil es in der Schule ums Lernen neuer Modelle geht (wie z.B. Rechnen, Schreiben, selbständig etwas erarbeiten, Respekts- und Kooperationsmodelle u.v.a.m.). Vor allem, wenn sich die (Spezial-)Lehrkraft mit leichter Stimme benennt, was sie tut und wie sie es gerne hätte, hilft dies einem Kind mit einer ADHS-Symptomatik, sich wieder zu orientieren und besser dabei bleiben zu können: MME „sich selber benennen“ (Aarts, 2007). Ebenso günstig ist das MME „Linking up“.

Im gewählten Beispiel wird nicht nur die Mutter, sondern auch die Lehrkraft bildbasiert von der Marte Meo Fachperson anhand eines Films aus

dem gewöhnlichen Schulalltag gecoacht. Die Lehrkraft möchte wissen, was sie tun kann, wenn Peter abschweift und beginnt, schwieriges Verhalten zu zeigen. Anhand der besten Bilder ist der Lehrkraft bereits klar geworden, was sie genau wie bisher tun kann, das zur Weiterentwicklung des Kindes beiträgt. Sie fühlt sich bereits viel sicherer und kompetenter. Die Marte Meo Fachperson erklärt und zeigt ihr bildbasiert nachfolgende Entwicklungsunterstützungsmomente, die sie ebenfalls nutzen kann:

Peter schweift ab und schaut zum Fenster hinaus. Die Lehrkraft nimmt an, dass er bald anfangen wird zu stören mit lauten Geräuschen. Anna, ein anderes Kind, ist gerade daran zu sagen, dass sie eine Tulpe auf der Wandtafel erkennt. Mit Marte Meo kann die Lehrkraft mit leichter Stimme sagen: „ah, Peter, schau, Anna beschreibt gerade die Tulpe, die sie auf der Wandtafel entdeckt“ (MME „Linking up“).

Mit dieser einfachen Massnahme fühlt sich Peter wichtig und wahr genommen. Er kriegt eine Orientierung, worum es gerade in diesem Moment geht und erhält damit Unterstützung, länger aufmerksam dabei bleiben zu lernen, wenn ein anderes Kind an der Reihe ist. Und er lernt so die Welt von Anna kennen (Empathie-Entwicklungsunterstützung des Kindes). Auf diese einfache Weise kommt Peter wieder in Entwicklungsstimmung: die Alarmzentrale (Amygdala) seines Gehirns beruhigt sich, wenn positive Gefühle wirksam werden, dadurch wird der Bibliothekar (Hippocampus) im Gehirn aktiviert und Neuromodulatoren werden ausgeschüttet. Dieser Vorgang wiederum fördert das Lernen und die Weiterentwicklung durch Neuroplastizität: die gerade aktivierten gewünschten Nervenbahnungen in Peters Gehirn werden verstärkt (mehr dazu siehe **Info**). Mit dem MME „Linking up“ fühlt sich auch Anna wichtig und wahr genommen. Die Selbständigkeit, Selbstwirksamkeit und Wahrnehmung beider Kinder wird in diesem Moment gestärkt. Neurobiologisch gesehen geschieht mindestens ebensoviel Entwicklungsunterstützung bei Anna wie bei Peter. Zudem werden durch das MME „Linking up“ Respekts- und Kooperationsmodelle für die ganze Klasse erfahr- und nachvollziehbar gemacht: damit wird die Lernatmosphäre in der ganzen Klasse positiv unterstützt. Abschliessend sei das MME „Freude teilen“ erwähnt. Wenn die Lehrkraft darauf achtet, die Auf-

träträge für das Kind so zu gestalten, dass sie selber zuversichtlich bleibt, den Jungen bis zum erfolgreichen Ziel dieser Aufgabe Schritt für Schritt begleiten zu können, kann sie dazu beitragen, dass die gerade aktivierten Netzwerke dessen Gehirn durch die Ausschüttung von Dopamin in diesem Moment auswachsen und verbreitert und gestärkt werden können. Denn weil das Kind so zu einem Erfolgserlebnis kommt (besser als erwartet) und die Lehrkraft den Erfolgsmoment mit dem MME „Freude teilen“ noch verlängert, sollten die Dopamin-Netzwerke in seinem Gehirn aktiviert worden sein und Dopamin ausgeschüttet werden. Dieses hat nicht nur einen grossen nachhaltigen Einfluss auf die Bahnung der gerade aktivierten Netzwerke, sondern führt durch die Ausschüttung von Endorphinen in der Regel auch zu Glücksgefühlen und somit zu verbesserter Lern-Motivation.

Die Klasse ist dran, mündlich zu rechnen. Die Lehrkraft stellt Peter in angenehmer Tonlage ihrer Stimme die Frage, wie viel 5 plus 5 ergeben. Sie nimmt an, dass er das Resultat dieser Rechnung erarbeiten kann. Er sagt: „das weiss ich nicht“. Sein Gesicht wirkt nun angespannt und er schaut weg. Die Lehrkraft bleibt bei ihm und fragt nicht ein anderes Kind. Weil sie erkannt hat, dass es wichtig ist, dass Peter zu kleinen Erfolgserlebnissen kommt. Sie macht nun Schritt für Schritt Begleitung (Positives Leiten nach Marte Meo) und benennt: „Stell Dir vor: Du hast 5 Kaugummis und nun tust Du nochmals 5 dazu, einen nach dem anderen“. Dann wartet sie (MME „Warten“). Peter ist nun mit seiner Aufmerksamkeit wieder voll bei der Lehrkraft. Da murmelt Peter leise: „10 Gummis“. Die Lehrkraft entgegnet mit bestätigender Tonlage der Stimme: „ja, genau, dann hast Du 10 Kaugummis, ganz präzise! Das ist genau richtig“. (MME: Bestätigen mit Benennen mit dem vollständigen Satz und Freude Teilen). „Das freut mich, dass Du das so schnell geschafft hast“ (MME: sich benennen und Freude teilen). Und schaut ihn die ganze Zeit dabei mit freudigem Gesicht an.

Die Lehrkraft weiss, dass die Dopaminneuronen des Kindes durch eine Situation „besser als erwartet“ aktiviert werden können und Zeit brauchen, bis sie Dopamin auszuschütten vermögen. Deshalb hat sie den Moment des Freude Teilens

mit dem Kind ein wenig verlängert. Und Peter wird zudem in diesem Moment unterstützt, sich selber besser benennen zu lernen: seine Sprachentwicklung wird gleich mit gefördert (Isager, 2009). Seine Selbstwahrnehmung, Selbstsicherheit und Selbstwirksamkeit wird in diesem konkreten Moment nachhaltig gestärkt.

### **Schlussbemerkungen**

Wie bereits erwähnt, lässt sich mit Marte Meo am Anfang und während des Beratungsprozesses in der Regel anhand der kurzen Analysen der Filme rasch und eindeutig abschätzen, ob gleichzeitig mit anderen Behandlungsmethoden gearbeitet werden kann/muss und ob weitere Fachpersonen beigezogen werden sollten. In diesem Zusammenhang sei das MME „gut Angeschlossen“ erwähnt: wenn es als Marte Meo Fachperson im Verlauf schwierig bleibt, sich selber am Anfang eines Marte Meo Coachings in eine zuversichtliche Stimmung zu bringen, ist dies in der Regel ein Hinweis darauf, dass eine Marte Meo Beratung alleine in dieser Situation nicht genügt. Dass noch andere Fachpersonen die Situation einschätzen und/oder andere zusätzliche therapeutische Zugänge gewählt werden müssen. Oder dass die Rahmenbedingungen für die Marte Meo Beratung noch ungenügend geklärt sind.

Wie sich immer wieder, und auch im geschilderten Fallbeispiel zeigt, erleichtert die Marte Meo Methode die Zusammenarbeit im involvierten Helfersystem. Die Eltern wissen genau, worum es als Nächstes geht, wie genau, wann und von wem genau dies umgesetzt wird und was es beitragen soll zur weiteren Entwicklung ihres Kindes. Das gemeinsame nächste wohlgeformte Ziel ist allen klar. Das ganze Helfersystem hat eine gemeinsame Sprache, die nicht nur die Eltern, sondern auch das Kind verstehen können.

Es wird deutlich: „weniger ist mehr“ ist nicht nur ein wichtiges MME, sondern führt auch zu mehr Erfolgserlebnissen beim Kind, das an einer ADHS-Symptomatik leidet. Und zu mehr Erfolgserlebnissen für die Eltern und die involvierten Fachpersonen. Dies führt zu mehr Sicherheit im Helfersystem, Diese Sicherheit wiederum überträgt sich entwicklungswirksam via Spiegelneurone aufs Kind (Bauer, 2006). Die sichtbaren Erfolgserlebnisse vermögen zudem, Energie und Motivation im Helfersystem und bei den Eltern (MME „Happ-Happ“, Aarts, 2009) zu generieren. Die Energie, weiter hoffnungsvoll dran bleiben zu können, wird

bei allen, beim Kind, den Eltern und dem involvierten Helfersystem, auf diese einfache Weise mit Marte Meo im gewöhnlichen Alltag genährt. Wie ohne weiteres zu erkennen ist, ist hier auch ein sogenannter Multiplikatoreffekt zusehen: Wirksames Wissen wird mit der Meo Methode bei all jenen generiert, die direkt mit dem Kind zu tun haben. Somit hat das Kind mehr alltägliche Übungsmöglichkeiten: dies führt öfters dazu, dass das Kind sich verblüffend rasch weiter entwickelt und dass es weniger Fachleute braucht, die direkt mit dem Kind arbeiten. Somit werden Ressourcen gespart: es gibt weniger Termine fürs Kind und für die Eltern und somit weniger Stress für alle Beteiligten und mehr Lebensqualität. Zudem ist zu vermuten, dass möglicherweise auch finanzielle Ressourcen eingespart werden können. Natürlich wäre es interessant, eine empirische Studie durchzuführen, um die auf Filmen beobachtbare Wirksamkeit von Marte Meo bei Kindern, die an einer ADHS-Symptomatik leiden, noch wissenschaftlich auszuwerten.

### Literaturliste

- Aarts, Maria** (2002). Marte Meo, Programm for Autism. Aarts Productions, Harderwijk.
- Aarts, Josje** (2007). Marte Meo-Methode für Schulen, Aarts Productions, Molenveld 18-20, Eindhoven
- Aarts, Maria** (2009). Marte Meo. Ein Handbuch, 2. Ausgabe. Aarts Productions, Eindhoven.
- Aarts, Maria, und Niklaus Loosli, Therese** (2011). Marte Meo: Früherfassung und Frühförderung in der Mütter-/Väterberatung, Marte Meo Magazine 2011, Art. 06G, Mai 2011, S. 1-8, vom Internet unter <http://www.martemeeo.com/en/magazine/all/2011/>
- Aarts, Maria, und Rausch, Hildegard** (2009). Mir fällt nix ein – Marte Meo Kommunikationstraining. Aarts Productions, Eindhoven.
- Bauer, Joachim** (2006). Warum ich fühle, was Du fühlst – Intuitive Kommunikation und das Geheimnis der Spiegelneurone, Hoffmann und Campe-Verlag.
- Braun, Katharina** (2004). Wie Gehirne laufen lernen. Magdeburger Wissenschaftsjournal 2/2004, S. 3-12, Naturwissenschaften.
- Braun, Anna Katharina** (2006). Lernen in der Kindheit optimiert das Gehirn. RdJB: Recht der Jugend und des Bildungswesens, 4/2006, S. 408-420. Berliner Wissenschafts-Verlag.
- Dilling, H., Mombour, W., und Schmidt** (2008). Internationale Klassifikation psychischer Störungen, 6. Vollständig überarbeitete Auflage, Verlag Huber
- Hawellek, Christian** (2006). Kleine Monster. Marte Meo Elterncoaching mit Eltern von Babies und Kleinkindern. Horizonte. Informationen der Landesarbeitsgemeinschaft für Erziehungsberatung Niedersachsen e.V.: 30-35.

**Hawellek, Christian und von Schlippe, Arist** (2007). Entwicklung unterstützen-Unterstützung entwickeln – Systemisches Coaching nach der Marte Meo Methode. Vandenhoeck & Ruprecht Verlag.

**Hawellek, Christian** (2008). Konkrete Hilfe zur Bewältigung des pädagogischen Alltags. Marte Meo Magazine 2008, nos. 3 & 4, Vol. 40/41, S. 4-8. Aarts Productions, Eindhoven.

**Isager, Mette** (2009). Marte Meo Konkret, Entwicklungs- und Sprachförderung in Beispielen.

[www.edition-octopus.de](http://www.edition-octopus.de) ISBN 978-3-86582-857-6.

**Niklaus Loosli, Therese** (2009). Interaktives Coaching nach Marte Meo: Ein systemisches sowie lösungs- und ressourcen-orientiertes Konzept zur Entwicklungsunterstützung. [www.therese-niklaus.ch/Marte%20Meo%20Artikel%202009.pdf](http://www.therese-niklaus.ch/Marte%20Meo%20Artikel%202009.pdf).

**Niklaus Loosli, Therese** (2010). Ein Fallbeispiel aus der Prävention: Die Wirksamkeit von Marte Meo neurobiologisch erklärt. Marte Meo Magazine von Oktober 2010, S. 1-7.

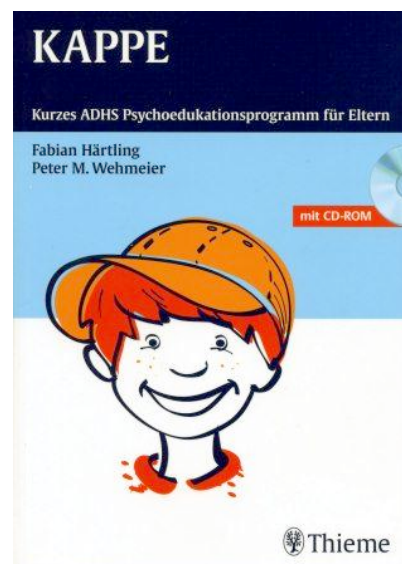
<http://www.martemeeo.com/~uploads/magazine/files/v2-Die-Wirksamkeit-Niklaus1.pdf>

**Ruppert, Franz.** Die fundamentale Bedeutung der Mutter-Kind-Bindung für die seelische Gesundheit. Vom Internet am 14.05.2011, unter:

[http://www.franz-ruppert.de/Vortrag\\_Idstein.pdf](http://www.franz-ruppert.de/Vortrag_Idstein.pdf).

**Schimmelmann Benno** in ADHS AKTUELL Nr. 29

### Aktuelle Literatur



### KAPPE

Fabian Härtling, Peter M. Wehmeier  
Kurzes ADHS Psychoedukationsprogramm für Eltern

Thieme Verlag 2011 ISBN 978-3-13-154661-6

Wie der Titel schon verrät, handelt es sich um ein ADHS Psychoedukationsprogramm für Eltern, welches beispielsweise von Psychologie-Studenten, pädagogischen Mitarbeitern oder nichtärztlichen Mitarbeitern einer Praxis durchgeführt werden kann. Zu bemerken ist, dass für eine Durchführung ein gewisses medizinisches beziehungsweise psychologisches Vorwissen bezüglich der ADHS zwingend vorhanden sein muss, damit die Inhalte korrekt und verständlich an die Eltern gelangen und ein optimales Eingehen auf mögliche Fragen gewährleistet ist. Psychoedukation gründet in den Konzepten der Verhaltenstherapie und stellt einen wichtigen Bestandteil der multimodalen Therapie von Kindern und Jugendlichen mit ADHS dar. Das KAPPE besteht aus vier Modulen, welche jeweils ca. 120 Minuten beanspruchen. Inhaltlich konzentriert es sich auf das Störungsbild ADHS, die Diagnostik, Behandlungsmöglichkeiten sowie Erziehungsstrategien. Basierend auf dem heutigen Wissensstand, wird der Inhalt interaktiv, äusserst kompakt und didaktisch geschickt vermittelt. Die von den Autoren vorgefertigten Folien, die jeweiligen Kommentare dazu, die Empfehlungen für Interaktionen und auch Anregungen für den genauen Ablauf des KAPPEs lassen zwar wenig Raum für eine eigenständige und kreative Durchführung dieses Programms zu, dafür ist eine korrekte Edukation der Eltern gewissermassen garantiert. Es lohnt sich das KAPPE anzuwenden. Einerseits als wichtiger Bestandteil der ADHS Therapie, andererseits zur Kompetenzerweiterung von Praxis-Mitarbeitern.

Chiara Knecht, Psychologin in Praxis Dr.Ryffel



**„Gemeinsam wachsen“ – der Elternratgeber ADHS** Verhaltensprobleme in Familie und Schule erfolgreich meistern  
Armin Born, Claudia Oehler  
Kohlhammer Verlag, 2011, ISBN 978-3-17-021161-2

In der besuchenswerten Weinstadt Würzburg im nördlichen Bayern gibt es unter der Leitung von Klaus Oehler ein sehr kreatives ADHS Zentrum (Gemeinschaftspraxis Dr. Oehler, Dr. Klein und Dr. Kreienkamp). In dieser kinder- und jugendpsychiatrischen Institution sind Gruppentrainings ua. für Angstpatienten, Kinder mit Epilepsien sowie mit Legasthenie entwickelt worden. Im Bereich ADHS hat dort das mittlerweile auch in der Schweiz durchgeführte Gruppenangebot „Tricks für Kids“ seinen Anfang genommen. Von den Mitarbeitern Armin Born und Claudia Oehler sind zudem verschiedene Elterntrainings erarbeitet worden. Dieses jetzt anderswo tätige Autorenteam hat den nachfolgend besprochenen und empfehlenswerten Elternratgeber verfasst.

Das Ziel des Buches besteht darin, den Eltern zu helfen, „in Erziehungssituationen nicht bloß zu reagieren und damit „aus dem Bauch“ heraus zu handeln, sondern überlegt und vorausplanend zu erziehen“. Das Konzept basiert auf verhaltenstherapeutischen Grundlagen. Es geht nicht um schnelles Reagieren, „sondern zunächst im Innehalten, im Beobachten, im Festlegen von realistischen Zielen, im Vorausplanen, in der Kommunikation mit dem Kind und schliesslich in der Umsetzung der angestrebten Ziele in kleinen Schritten“. Die Autoren ermuntern die Eltern im voraus, „elegante Lösungen“ für immer wiederkehrende kritische Situationen zu finden und anzuwenden. Anhand von einer „Lösungslandkarte“ können sie Schritt für Schritt eine effektive Veränderung von Problemverhaltensweisen des Kindes erarbeiten.

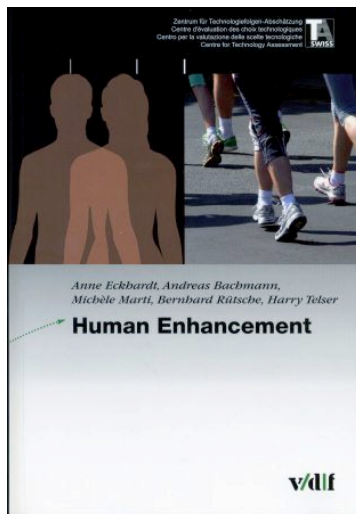
In einem weiteren Teil des Buches wird ua. auf eher förderliche und weniger förderliche Erziehungsstile von Kindern mit ADHS eingegangen. Ein wichtiger Teil widmet sich der häufig vorkommenden eigenen Impulsivität der Eltern. Abgerundet wird der Erziehungsteil des Buches mit den oft auftretenden Spezialproblemen wie „Lügen“, „Stehlen“ und „dem täglichen Kampf um den Computer“.

Am Ende des Ratgebers geben die Autoren Anregungen wie Eltern mit ihren eigenen negativen Gedanken im Bezug auf die Erziehung umgehen könnten, dh wie sie „Energiekiller“ in „Energie-Spender“ umwandeln können.

Das Buch ist leicht zu lesen und beinhaltet viele konkrete Beispiele. Das Konzept eignet sich gut als Grundlage in der therapeutischen Elternarbeit bei Familien mit ADHS.

Durch einen Code erhalten die Eltern zudem einen Internet- Zugang mit Arbeitsmaterialien zur Unterstützung bei der Durchführung der beschriebenen „Veränderungsexperimente“. Diese Unterlagen eignen sich auch als Therapiematerial.

Cecilia Stengard, Psychologin FSP in Praxis Dr. Ryffel



## Human Enhancement

Anne Eckhardt et al aus dem Zentrum für Technologiefolgen-Abschätzung TA SWISS

[www.ta-swiss.ch](http://www.ta-swiss.ch)

Vdf Verlag ETH Zürich 2011

ISBN 978-3-7281-3404-2

In dieser interdisziplinären Studie wird eine aktuelle Übersicht und kritische Bewertung der Interventionen zur Verbesserung der körperlichen und geistigen Leistungsfähigkeit dargestellt. Es geht dabei vor allem um Anwendungen, die ursprünglich zu therapeutischen Zwecken

entwickelt wurden und nun beim gesunden Menschen eingesetzt werden.

Definiert wird dies als: „Medizinische und biotechnologische Interventionen, die darauf zielen, Menschen in ihren Fähigkeiten und ihrer Gestalt in einer Weise zu verändern, die in den jeweiligen soziokulturellen Kontexten als Verbesserung wahrgenommen wird, deren Zielsetzung nicht primär therapeutischer oder präventiver Art ist“.

Diese Übersicht umfasst Beiträge über vorgeburtliche Förderungsprogramme, Gentherapien, künstliche Implantate und vieles mehr bis hin zu funktionellen Kosmetika und Schönheitsoperationen. Uns interessiert das ausführliche Kapitel zum Neuroenhancement, wo am Beispiel von Methylphenidat einmal mehr bestätigt wird, dass die Substanz insgesamt kein eigentlicher Neuroenhancer zu sein scheint und beim gesunden Menschen keine eindeutig positiven Effekte bewirkt. Allerdings scheint bei vielen Anwendern vor allem zu Beginn subjektiv doch ein gewisser Placeboeffekt vorzuliegen.

vgl dazu auch [ADHS-AKTUELL Nr. 25](#)

## Veranstaltungen

Die Vorbereitungen zur **2. Nationalen BeFa Tagung vom 3. September in Nottwil** laufen auf höchsten Touren. Sie können sich auf eine spannende Begegnung zwischen Betroffenen und Fachpersonen freuen. Anmeldung ab sofort unter [www.sfg-adhs.ch](http://www.sfg-adhs.ch) -> Veranstaltungen möglich.