



ZENTRUM
FÜR PSYCHOLOGISCHE
PSYCHOTHERAPIE



UNIVERSITÄT
HEIDELBERG
ZUKUNFT
SEIT 1386

A-D-H-S: Auch Du hast Sommerferien!

Ein Sommer-Therapieprogramm für Tagträumer, Gipfelstürmer und Schnelldenker Wie Kinder lernen, sich besser zu konzentrieren und an Regeln zu halten

Das Zentrum für Psychologische Psychotherapie (ZPP) der Universität Heidelberg bietet erstmalig ein in den USA bereits sehr erfolgreiches Sommercamp für Kinder mit ADHS an. In Deutschland sind ca. 5% der Kinder und Jugendlichen vom sogenannten „Zappelphilipp-Syndrom“ betroffen. Für die Rhein-Neckar-Region kann man davon ausgehen, dass mindestens 5000 Kinder mit ADHS jährlich in Beratungsstellen, Kliniken und Praxen vorstellig werden.

Das Aufmerksamkeits-Defizit/Hyperaktivitätssyndrom (ADHS) ist eine psychische Entwicklungsstörung mit meist chronischem Verlauf. Neben erblichen und neuronalen Ursachen spielen auch schulische und familiäre Einflüsse eine Rolle bei der Aufrechterhaltung der Störung. Kindern mit ADHS fällt es schwer, sich über einen längeren Zeitraum zu konzentrieren, Regeln oder Anweisungen zu befolgen und Aufgaben zu Ende zu bringen. Viele von ihnen sind ständig auf Achse, reden ununterbrochen und handeln unüberlegt. Dieses Verhalten wird von ihrer Umgebung häufig als störend empfunden. Daher haben Kinder mit ADHS oft Schwierigkeiten in sozialen Beziehungen. Zu Hause gibt es Ärger um die Hausaufgaben und das Einhalten von Familienregeln. Mit Gleichaltrigen gibt es mehr Streit und Freunde verlieren das Interesse am gemeinsamen Spiel. Darüber hinaus gehen diese Verhaltensweisen oft mit Misserfolgen in der Schule einher: Eine ADHS Symptomatik führt in vielen Fällen zu schlechten Noten, Klassenwiederholungen oder gar Schulverweigerung.

Eine intensive und frühzeitige Behandlung von ADHS ist sehr wichtig! „Eine Intervention im Kindesalter erweist sich als besonders günstig, da das Frontalhirn, welches für Selbstregulationsprozesse eine zentrale Rolle spielt, bis zum Jugendalter entscheidende Reifungsprozesse durchläuft“ sagt Prof. Sabina Pauen, Entwicklungspsychologin an der Universität Heidelberg. Derzeit empfehlen klinische Praxisrichtlinien zwei grundsätzliche Behandlungsformen von ADHS: Medikamente und Verhaltenstherapie. Allerdings stellen sowohl Kliniker als auch Forscher nicht selten fest, dass Medikamente nur einen Teil der Symptome verbessern. Einige Kinder und Jugendliche sprechen auf die Medikamente gar nicht an oder es treten Nebenwirkungen auf. „Eltern sollten sich nicht schämen, Hilfe in Anspruch zu nehmen und ihr Kind für eine Psychotherapie anzumelden, um den Langzeitfolgen früh entgegenzuwirken“ empfiehlt Dr. Eva Vonderlin, Leiterin der Kinder- und Jugendlichenambulanz am ZPP.

Sommercamp zum ersten Mal in Heidelberg

In den USA sind Sommercamps für eine intensive Unterstützung von Kindern mit ADHS weit verbreitet. Ein Expertenteam der Universität Heidelberg und der Florida International University bringen das Sommercamp jetzt nach Deutschland. Dr. Hinrich Bents, Leiter des ZPP, betont: „Wir als universitäres Therapie- und Ausbildungszentrum wollen neue und innovative Behandlungsmethoden auch in Heidelberg einführen und fördern“.

Kinder- und Jugendlichenpsychotherapeutinnen in fortgeschrittener Ausbildung und Studierende der Psychologie haben sich für die Betreuung der Kinder extra schulen lassen. Weiterhin wird das Team durch Trainer der Ballschule (Institut für Sportwissenschaften) und angehende Grundschullehrer der Pädagogischen Hochschule Heidelberg erweitert. Zudem kooperieren die Verantwortlichen mit der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie und Psychotherapie des Universitätsklinikums Heidelberg: „Ein ärztlicher Ansprechpartner für medizinische Fragen steht jederzeit bereit“ versichert Prof. Franz Resch, ärztlicher Direktor der Klinik.

Das Sommercamp findet in den ersten 3 Wochen der Sommerferien vom 04. bis 22. August am Zentrum für Psychologische Psychotherapie (Campus Bergheim) statt. Jungen und Mädchen im Alter von 7-12 Jahren werden täglich von 8-17 Uhr betreut.

Dem Teufelskreis entkommen: Gutes Verhalten wird belohnt

Wie sollte ein gutes Therapiekonzept aussehen? „Wichtig sind eine umfassende Aufklärung und ein Training der Eltern, Schul- und Lernförderung sowie ein Training von sozialen Kompetenzen und Organisationsfähigkeit“ kommentiert Dr. Lysett Babocsai von der Universität Florida. All diese Komponenten sind Bausteine des Sommercamps. Angeboten werden soziale Kompetenztrainings in der Gruppe, Sport- und Freizeitaktivitäten sowie ein Lernzentrum. Aufmerksames Zuhören, aktive Teilnahme, angemessenes und pro-soziales Verhalten, sowie das Einhalten von Regeln wird belohnt. Um auch das Lernen interessant und abwechslungsreich zu gestalten, gibt es wöchentlich wechselnde Themen (bspw. „exotische Tiere“), die auf die anderen Aktivitäten abgestimmt sind. Freitags wird hierzu ein passender Ausflug unternommen, z.B. ein gemeinsamer Zoobesuch.

Die Eltern einbinden

Während des Sommercamps findet zusätzlich ein Training für die Eltern der teilnehmenden Kinder statt. Eltern lernen verhaltenstherapeutische Strategien in einer Elterngruppe, die an einem Abend pro Woche angeboten und auch über das Camp hinaus fortgesetzt wird.

Kosten und Anmeldung

Das Sommercamp ist leider bereits komplett ausgebucht. (Stand: 24.07.2014)

Für weitere Auskünfte steht das Sekretariat des ZPP jederzeit zur Verfügung (Tel.: 06221 / 547291).