

Lob und Belohnen sind wichtig

Aufmerksamkeitsdefizit-/Hyperaktivitätssyndrom

Circa 500.000 Kinder in Deutschland leiden am Aufmerksamkeitsdefizit-/Hyperaktivitätssyndrom (ADHS), etwa ein Drittel bis zur Hälfte bekommt Medikamente. Wissenschaftler haben nun festgestellt, dass eine Belohnung der auffälligen Kinder genauso wirkungsvoll ist wie ein Medikament.

Wie äußert sich ADHS?

Die drei Hauptsymptome eines ADHS sind Hyperaktivität, mangelnde Aufmerksamkeit und Impulsivität. Sie können unterschiedlich ausgeprägt sein und müssen nicht alle gleichzeitig auftreten. Die Kinder sind meist zappelig, ständig in Bewegung, reden unaufhörlich, lassen sich leicht ablenken, haben keine Ausdauer, können nur schwer warten und sind in allem, was erledigt werden muss, sehr sprunghaft und nicht zuverlässig, um nur einige Auffälligkeiten zu nennen. Es wird vermutet, dass ADHS-Kinder schon im Säuglingsalter auf-

fallen können – mit ungewöhnlich lang andauernden Schreiphasen. Vielfach wird von motorischer Unruhe, Ess- und Schlafstörungen, Ablehnung eines Körperkontakts und Unausgeglichenheit der Säuglinge berichtet.

Wie geht man mit ADHS um?

Wichtig ist ein strukturierter Tagesablauf mit klaren Regeln und Zeiten, festen Hausaufgabenabläufen und regelmäßigen Gesprächen mit den Lehrern. Von großer Bedeutung sind jedoch Belohnungssysteme. So haben Wissenschaftler der University of Nottingham die Gehirnaktivität von Kindern mit ADHS gemessen und festgestellt, dass diese auf eine sofortige Belohnung auf die gleiche Art und Weise reagieren wie auf Medikamente.

Ein System von Belohnung aber auch leichter Bestrafung kann somit eine effektive Möglichkeit sein, das Verhalten des Kindes in der Schule und in der Familie positiv zu verändern. So sollte man ein erwünschtes Verhalten festlegen. Damit wird dem Kind genau erklärt, was von ihm erwartet wird, um die Belohnung zu erhalten. Die Belohnung sollte etwas sein, was das Kind haben möchte und worauf es gierig ist – allerdings in Maßen. Arbeitet das Kind jedoch dagegen, sollte man verbieten, was Kinder gern tun wie Fernsehen, Computerspiele et cetera. In der Schule können Lehrer zum Beispiel mit Pluspunkten Kinder mit ADHS belohnen.

Wichtig sind Sofortmaßnahmen

Studien haben ergeben, dass diese Strategie bei ADHS-Kindern nur dann funktioniert, wenn diese Maßnahmen sofort durchgeführt werden. Die Wissenschaftler wollten in der aktuellen Studie untersuchen, welche Auswirkungen diese Verhaltenstherapie auf das Gehirn des Kindes hat. Sie entwickelten ein Computerspiel, bei dem Kinder Aliens einer bestimmten Farbe fangen, aber andere meiden sollten. Das Spiel wurde entwickelt, um die Fähigkeit der Kinder zu testen, dem Impuls zu widerstehen, Aliens mit der falschen Farbe zu fangen. Um zu testen, ob eine gezielte Motivation einen Unterschied machte, wurde bei einer Form des Spiels die Belohnung für das Fangen der richtigen Aliens wie auch die Strafe für das Fangen der falschen vervielfacht.

