

## Vorwort

Kaum eine Störung des Kindes- und Jugendalters erfährt so viel Beachtung wie die Aufmerksamkeitsdefizit-/Hyperaktivitätsstörung, kurz ADHS. Sie beschäftigt nicht nur Forscher und Kliniker, auch Eltern, Lehrern und Erziehern brennt das Thema unter den Nägeln. Unzählige Forschungsarbeiten entstanden in den letzten Jahren zur Erkundung des Symptombildes, zur Diagnostik und zur Effektivitätsabschätzung pharmakologischer und psychotherapeutischer Therapien. Die meiste Forschung bezieht sich dabei auf das Kindesalter. Einige Zeit dachte man, dass sich die Symptome der ADHS mit zunehmendem Alter „auswachsen“, inzwischen ist bekannt, dass dies nicht der Fall ist. Allerdings verändert sich das Symptombild über die Lebensspanne hinweg. Komorbide Störungen differenzieren sich bis zum Erwachsenenalter hin aus. Eine besonders sensible Phase stellt das Jugendalter dar, da von Jugendlichen zum einen eine größere Selbstständigkeit in der Alltagsbewältigung verlangt wird als von Kindern – die jedoch gerade Jugendlichen mit ADHS sehr schwer fällt – und neben den störungsspezifischen Symptomen Merkmale der Pubertät hinzukommen.

Für Jugendliche mit ADHS gibt es bislang nur wenige evaluierte Therapieansätze zur Behandlung von ADHS, gleichzeitig haben Jugendliche mit ADHS oftmals eine negative Einstellung gegenüber der medikamentösen Behandlung und brechen sie daher häufig ab. Störungsspezifische Psychotherapieprogramme für dieses Alter werden demnach dringend gebraucht.

In unserem kognitiv-verhaltensorientierten Trainingsprogramm SAVE haben wir versucht, wesentliche Faktoren zu realisieren, die für eine effektive psychotherapeutische Behandlung von Jugendlichen mit ADHS zentral sind. Dabei war es uns wichtig, dass die Jugendlichen zunächst ein besseres Verständnis für sich, ihre Stärken/Ressourcen, die Einschränkungen durch ADHS und die individuellen Entwicklungsmöglichkeiten gewinnen. Dazu eignet sich das gewählte Gruppensetting, da sich die Jugendlichen gegenseitig Rückmeldung und Unterstützung geben können. Die Bewertungen des Trainingsprogramms durch die Jugendlichen hat uns diesbezüglich recht gegeben: Gerade das Üben und Lernen in der Gemeinschaft mit

Gleichaltrigen und „Leidensgenossen“ war für viele sehr motivierend. Ein Schwerpunkt von SAVE liegt auf der Vermittlung von Fertigkeiten, wie Chaosorganisation, Verbesserung der Aufmerksamkeit und Reduktion der Ablenkbarkeit, die es den Jugendlichen ermöglichen, ihren Alltag reibungsloser, stressfreier und selbstständiger zu bewältigen. Viele der vermittelten Techniken und Strategien wurden von den Jugendlichen auch regelmäßig angewandt. Darüber hinaus haben wir eine verbesserte Emotionsregulation in den Fokus gestellt, damit die Jugendlichen ihre Stimmungen besser wahrnehmen und steuern können, um weniger impulsiv oder unüberlegt zu handeln.

Unser Trainingsprogramm zeichnet sich durch verschiedene Besonderheiten aus: Wir haben aufgrund der langjährigen Erfahrungen in der Arbeit mit Jugendlichen mit ADHS der Durchführung des Trainingsprogramms einen Rahmen gegeben, der es überhaupt erst möglich macht, zwei Stunden intensiv mit ihnen zu arbeiten. Zu denken ist hierbei an das Regel- und Verstärkersystem, aber auch an Übungen zur Wahrnehmung und Veränderung von innerer oder äußerer Unruhe. Um den Alltagstransfer der im Trainingsprogramm erarbeiteten Strategien zu maximieren und gleichzeitig das Bedürfnis von Jugendlichen nach Autonomie zu respektieren, haben die Jugendlichen die Möglichkeit, eine Vertrauensperson, den sog. „Trainingscoach“ in das Training einzubeziehen. Zusätzlich lernen die Jugendlichen, zielorientiert zu arbeiten und individuelle Konzentrationsübungen im Alltag anzuwenden.

Die Entwicklung und Evaluation des Trainingsprogramms erfolgte im wissenschaftlichen Rahmen an der Ulmer Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie. Mit den Ergebnissen und Erfahrungen, die durch die Anfertigung von Diplom- und Doktorarbeiten erlangt wurden, konnte das Programm schrittweise überarbeitet und spezifisch auf die Zielgruppe angepasst werden. Im Vorfeld zur Publikation dieses Therapiemanuals wurden das Thema und das Programm daher schon in anderen Kontexten aufgegriffen. Es ergeben sich somit in diesem Werk einzelne Überschneidungen zu den Texten aus dem Zeitschriftenartikel *SAVE – ein kognitiv-verhaltenstherapeutisches Gruppen-therapieprogramm für Jugendliche mit ADHS: Eine*

*Pilotstudie*<sup>1</sup> sowie dem Buchbeitrag *KVT bei hyperkinetischen Störungen*<sup>2</sup>.

Zahlreiche Personen haben uns tatkräftig unterstützt, denen wir an dieser Stelle danken wollen. Zu nennen sind hier Theresia Jung, Dr. Elisabeth und Dr. Gerhard Libal, das Team um PD Dr. Angelika Schlarb der Universität Tübingen und Prof. Dr. Ferdinand Keller. Die Zusammenarbeit mit Frau Renate Schulz und Frau Renate Scheddin vom Springer-Verlag und der Lektorin Frau Stefanie Teichert hat uns große Freude bereitet. Unser besonderer Dank gilt den Jugendlichen und deren Bezugspersonen, die es durch ihre Begeisterung und ihre konstruktiven Rückmeldungen ermöglicht haben, dass wir das Therapiemanual kontinuierlich weiterentwickeln konnten.

Wir wünschen allen, die mit diesem Therapiemanual arbeiten, viel Freude und Erfolg!

Für die Autoren:

**Jasmin Grieb**

**Nina Spröber**

**Anne Brettschneider**

Ulm, im Mai 2013

- 
- 1 Spröber N, Grieb J, Ludolph A, Hautzinger M, Fegert JM (2010) SAVE – ein kognitiv-verhaltenstherapeutisches Gruppentherapieprogramm für Jugendliche mit ADHS: Eine Pilotstudie. *Nervenheilkunde* 29: 44–51.
  - 2 Spröber N, Grieb J (2012) KVT bei hyperkinetischen Störungen. In: Schlarb AA (Hrsg) *Praxisbuch KVT mit Kindern und Jugendlichen – Störungsspezifische Strategien und Leitfäden*. Beltz, Weinheim, S 57–100.

<http://www.springer.com/978-3-642-38361-8>

SAVE - Strategien für Jugendliche mit ADHS  
Verbesserung der Aufmerksamkeit, der  
Verhaltensorganisation und Emotionsregulation  
Spröder, N.; Brettschneider, A.; Fischer, L.; Fegert, J.M.;  
Grieb, J.  
2013, XI, 179 S. 107 Abb. Mit Online-Extras., Softcover  
ISBN: 978-3-642-38361-8