

2.3.b PDF zur Hördatei

Interview mit Frau Nolte: Elterntraining

Teil 3: Fragen zu den Inhalten



Herr Kennedy

Frau Nolte, welche Inhalte werden in Ihrem Elterntraining bearbeitet?

Frau Nolte

Also, es gibt Themen, die in allen Gruppen bearbeitet werden. Das habe ich zum Teil am Anfang ja schon erwähnt.

Herr Kennedy

Ja. Das sind die neurobiologischen Hintergründe. Was bedeutet das?

Frau Nolte

Ja, also Eltern müssen verstehen, dass das Gehirn ihres Kindes da etwas anders funktioniert und das wird solange erklärt, bis es verstanden wird.

Herr Kennedy

Also was im Gehirn abläuft?

Frau Nolte

Genau.

Herr Kennedy

In diesem Zusammenhang?

Frau Nolte

Ganz genau.

Herr Kennedy

Biologisch gesehen.

Frau Nolte

Ganz genau.



Herr Kennedy

OK.

Frau Nolte

Auf einfache Art, aber so, dass die Eltern verstehen und auch so, dass sie in der Lage sind mit ihrem Kind darüber zu sprechen, wenn das Kind wissen möchte, was ist eigentlich mit mir los.

Auch die Symptomatik muss verstanden werden, die Lerngeschichte, die Medikamente. Thema in jeder Gruppe mit Schulkindern sind Hausaufgaben und das Lernen. Auch das ist klar.

Und ansonsten hängen die Themen wirklich ganz stark vom Alter des Kindes und auch von der Zusammensetzung der Gruppe ab, d.h. bei Jugendlichen sind z.B. auch Themen wie die Berufsfindung, Umgang mit dem Thema Alkohol, Nikotin, Thema Führerschein, Zeit – Geld – Management und solche Dinge wichtig.



Herr Kennedy

Ja.

Frau Nolte

Bei jüngeren Kindern geht es dann mehr um Strukturierung, um Regeln auch um Geschwisterstreitereien, um Medienkonsum und der Gleichen. Also da muss man einfach sehen, wie die Zusammensetzung der Gruppe ist.

Herr Kennedy

Wer entscheidet darüber, welche Themen im Elterntaining behandelt werden?

Frau Nolte

Im Elterntaining werden die Themen behandelt, die aus der Gruppe kommen. Also, ich werde z.B. nichts über die Berufsfindung sagen, wenn die Eltern diesbezüglich noch gar kein Interesse oder keinen Bedarf haben, weil sie Grundschulkindern haben.

Zu Beginn des Trainings ist es bei mir so, dass wir eine große Meckerrunde haben, d.h. Eltern bekommen ausführlich Gelegenheit, alles zu sagen, was schwierig ist, was nervt und belastet. Was sie einfach auch nicht verstehen und daraus ergeben sich dann die Themen für die Gruppe.



Herr Kennedy

Ja, dann erübrigt sich eigentlich meine nächste Frage, ob die Eltern selbst aktiv werden müssen oder nicht, weil sie werden aktiviert von Anfang an.

Frau Nolte

Sie werden von Anfang an aktiviert. Natürlich gibt es Themen, die mehr in Form von Vorträgen behandelt werden, also gerade jetzt z.B. die neurobiologischen Hintergründe oder die medikamentöse Behandlung.

Aber auch dazu stellen die Eltern dann Fragen oder bringen eigene Erfahrungen ein.

Und dann gibt es natürlich Themen, jetzt wie z.B. haben wir das Thema, wie erkläre ich einem unwissenden, aber an sich gutmeinenden und interessierten Lehrer, was mein Kind hat und warum es sich in dieser oder jener Art verhält und das wird eingeübt.

Oder es werden eben auch Minirollenspiele durchgeführt, wo Eltern selber erfahren, wie das ist, wenn man in einem rüden Tonfall Verhaltensverschreibungen bekommt oder wenn man eben oft getadelt wird. Also das ist schon auch ganz wichtig, dass die Eltern hier aktiv mitmachen.

Herr Kennedy

Werden eventuell auch andere Fachpersonen als Referent in das Elterntraining eingeladen?



Frau Nolte

Also es ist nicht vorgesehen und ich habe es bisher auch noch nie gemacht, aber bei einer ganz speziellen Problematik würde ich es jetzt auch nicht ausschließen, wenn z.B. Drogenkonsum ein Thema wäre.

Wenn ich allerdings eine Fachperson von außen einladen würde, dann wäre es schon ganz entscheidend, dass diese Person dann eben nicht nur über ihren Fachbereich, sondern auch über ADHS wirklich gut Bescheid weiß. Sonst macht es keinen Sinn.

Herr Kennedy

OK. Bekommen die teilnehmenden Eltern auch Hausaufgaben? Sprich verschiedene Aufgaben, die zu Hause erprobt und umgesetzt werden sollen?

Frau Nolte

Ja, also dadurch, dass ich im Moment die Elterntrainings an Abenden durchführe, versuchen die Eltern natürlich zu Hause dann diese Verhaltensstrategien auch umzusetzen und bringen die Erfahrungen wieder ein.

Sie werden aber auch von mir dazu angeregt, sich ganz konkrete Situationen zu überlegen, die zu Hause schwierig sind, die sie in die Gruppe mitbringen sollen und diese werden dann natürlich ja auch besprochen, weil sonst macht es dann keinen Sinn.

Also oft ist z.B. nötig, eben diese Situation wirklich gut anzuschauen, eine Vorlaufanalyse zu machen, um zu sehen, warum z.B. jetzt diese Situation zur Eskalation kommt.

Also ein Beispiel: ein Siebzehnjähriger, der jeden Samstag zwei Stunden dem Papa ums Haus helfen muss, weil er sich sehr verschuldet hat.

An einem Samstag kommt nun der Vater und verlangt, ohne Vorankündigung, mehr Arbeit von diesem Jugendlichen, weil eben viel zu tun ist. Es kommt Bocken, es kommt Motzen und auf dieses Bocken

und Motzen reagiert dieser Papa erst appellierend und dann moralisierend und dann mit zunehmend ärgerlichem Unterton und schließlich eskaliert das Ganze.

Und wenn man sich diese Situation nun genau anschaut, dann merken Eltern oft eben, was hier schief gelaufen ist.

Und anhand dieser kleinen Analysen lernen sie einfach, noch einmal ganz viel darüber, wie ein ADHS-Kind funktioniert und was einfach auch Eltern beachten können, damit es eben nicht zu solchen Eskalationen kommt.



Herr Kennedy

Wie gehen Sie mit diesen Hausaufgaben weiter vor? Werden diese im Laufe des Trainings noch einmal aufgegriffen und besprochen? Ich glaube, Sie haben da gerade ein sehr schönes Beispiel gebracht, wie das noch einmal durchanalysiert wird.

Frau Nolte

Ja. Genau. Sie bringen das dann praktisch ein, und das wird dann eben aufgegriffen und besprochen und anhand solcher Beispiele lernen natürlich dann auch die anderen Eltern viel.

Herr Kennedy

Ja, und das ist auch alles praxisbezogen. Es ist nicht alles nur Theorie.

Frau Nolte

Nein. Das ist praxisbezogen.

Herr Kennedy

So lernt man am Besten, nicht wahr?

Frau Nolte

Genau.

Herr Kennedy

Ist in Ihrem Elterntaining auch Platz, ganz persönliche Probleme der einzelnen Familien zu bearbeiten?

Frau Nolte

Die Eltern bringen ganz persönliche Probleme ein. Sie sind in der Regel sehr, sehr offen. Aber natürlich hat das seine Grenzen. Das Elterntaining kann keine Kriseninterventionen in Familien leisten.

Es kann eben auch keine Ehe-Therapie ersetzen, wenn deutlich wird, dass die Paare bzw. Partner untereinander wirklich große Schwierigkeiten haben.

Was aber das Elterntaining leisten kann ist, dass die Eltern sensibilisiert werden für gravierende, familiäre Probleme und hier kann dann einfach auch eine Weichenstellung für weiterführende Maßnahmen gegeben werden.



Herr Kennedy

OK. Bekommen die teilnehmenden Eltern auch schriftliche Unterlagen, auf die sie im Alltag dann immer wieder zurückgreifen können?

Frau Nolte

In einem begrenzten Umfang, ja. Sie bekommen schon Unterlagen, aber vor allem in den Bereichen, wo ich merke, dass sie diese brauchen; z.B. ein Bild über diese neurobiologische Geschichte.

Oder da, wo sie selber den Wunsch äußern. Aber ich achte schon auch darauf, dass ich sie nicht mit Papier überhäufe.

Herr Kennedy

OK. Gibt es von Ihrer Seite auch Buchempfehlungen zum Thema Eltern als Coach bei ADHS?

Frau Nolte

Ich mache ab und zu einen Büchertisch und variiere die Bücher dann auch, je nach Thema, und natürlich sind dann auch Bücher dabei, in denen es darum geht, wie Eltern ihr Kind coachen können.

Aber ich denke, man muss sich schon darüber im Klaren sein, dass Eltern über das alleinige Lesen von Büchern, das Verhaltensmanagement in der Regel nicht lernen.

Ich habe Eltern im Elterntraining die gut, wirklich gut informiert sind, viel gelesen haben und die trotzdem sagen, ich kann es im Alltag aber einfach nicht umsetzen.



Herr Kennedy

Ja. Das ist verständlich.

Frau Nolte

Ja, das ist es.

Herr Kennedy

Also, lernen durch Tun.

Frau Nolte

Ja, genau.

Herr Kennedy

Okay.