

Komponenten familienzentrierter verhaltenstherapeutischer Interventionen zur Verminderung der ADHS-Kernsymptome in der Familie einschließlich Elterstraining

(in Anlehnung an Döpfner et al., 2013)

1. Identifikation spezifischer Problemsituationen und Problemverhaltensweisen (Zielprobleme) in der Familie und Kontrolle ihres Verlaufs.
2. Analyse positiver und negativer Konsequenzen für angemessenes und für auffälliges Verhalten (Verhaltensanalyse) gemeinsam mit den Eltern. Meist zeigt sich ein inkonsistentes Erziehungsverhalten mit unklaren Familienregeln und fehlenden positiven und negativen Konsequenzen bei angemessenem bzw. problematischem Verhalten.
3. Wenn negative Eltern-Kind-Interaktionen dominieren, sollten zunächst Interventionen zur Steigerung der positiven Aufmerksamkeit und Zuwendung der Eltern zum Kind auch während spezieller Spielzeiten durchgeführt werden.
4. Anleitung der Eltern zum wirkungsvollen Äußern von Aufforderungen und von Grenzsetzungen sowie von Zuwendung, wenn Aufforderungen und Grenzen beachtet werden. Diese Verhaltensweisen sollen in individuellen Situationen eingeübt werden.
5. Erarbeitung von angemessenen negativen Konsequenzen bei auffälligem Verhalten des Kindes. Diese Konsequenzen sollten eng mit dem Problemverhalten verknüpft sein und sie sollten jedes Mal erfolgen, wenn das Problemverhalten auftritt. Diese Verhaltensweisen sollen in individuellen Situationen eingeübt werden.
6. Anwendung von Token-Systemen, um angemessenes Verhalten in spezifischen Situationen zu verstärken. Als Eintauschverstärker sollten beliebte Aktivitäten materiellen Verstärkern vorgezogen werden.
7. Anwendung von Verstärker-Entzugs-Systemen (response cost), um besonders häufiges Problemverhalten zu vermindern.
8. Anwendung von Auszeit vor allem bei ausgeprägten Formen von oppositionellem Verhalten und wenn negative Konsequenzen auf das Problemverhalten (siehe Punkt 5) nicht hinreichend erfolgreich sind. Diese Intervention muss besonders sorgfältig durchgeführt und kontrolliert werden.
9. Im Jugendalter werden statt Token-Systemen therapeutische Verträge eingesetzt und Selbstmanagement-Verfahren vermehrt genutzt. Problemlöse- und Kommunikationstrainings sowie Methoden der kognitiven Umstrukturierung werden zur Verminderung von Konflikten zwischen Eltern und Adoleszenten eingesetzt.