

ADHS-Expertin: Evelyn Polk Green

Frage: Warum ist die Diagnose und Behandlung von ADHS im Erwachsenenalter wichtig?

Antwort:

Die Diagnose und Behandlung von ADHS im Erwachsenenalter ist wichtig, weil viele Erwachsene jahrelang mit Versagensgefühlen, Angst, geringem Selbstwertgefühl, Depressionen und anderen negativen Emotionen gelebt haben und nie verstanden haben, dass es einen Grund für die Schwierigkeiten gibt, mit denen sie stets konfrontiert waren. Für Erwachsene, die sich immer etwas "fremd" und nicht zugehörig gefühlt haben, kann die Entdeckung, dass sie ADHS haben, ihr gesamtes Leben verändern. Stellen Sie sich die Erleichterung vor, wenn man erkennt, dass es für alle verlorenen Schlüssel, verpassten Meetings und Gelegenheiten, emotionale Ausbrüche und Versagen im Job, in Beziehungen und/oder Finanzdingen eine Erklärung gibt. Ich muss es wissen, denn diesen Aha-Moment habe ich als Erwachsene selbst erlebt!

Sobald Sie etwas WISSEN, können Sie nach Antworten, Behandlung und Lösungen suchen. Selbst wenn es Ihnen gelungen ist, relativ erfolgreich zu sein und Sie nicht das Bedürfnis verspüren, sich behandeln zu lassen, kann allein das Wissen einen positiven Unterschied bewirken. Ich habe mich nicht unmittelbar nach meiner Diagnose im Alter von 41 Jahren in Behandlung begeben... Ich war eine vielbeschäftigte Alleinerziehende, die mit der Erziehung zweier Söhne und einer erfolgreichen Karriere beschäftigt war. Ich hatte bis zu diesem Zeitpunkt nicht nur überlebt, sondern alles sogar sehr erfolgreich gemeistert ... dann aber kamen die hormonellen Schwankungen in den Wechseljahren und ein neuer anspruchsvoller Job, der mehr Papierkram als Interaktionen mit Menschen erforderte. Es war eine solche Erleichterung, sofort zu erkennen, dass mir mehrere Behandlungsoptionen zur Verfügung standen, die mir bei der Bewältigung dieser schwierigen Phase helfen konnten. Für mich war es ein großer Unterschied, genau zu wissen, warum ich solche Schwierigkeiten hatte. Ob Sie also Ihr ganzes Leben lang erfolgreich waren oder ob Sie wegen eines nicht diagnostizierten ADS immer wieder Schwierigkeiten hatten - allein das WISSEN kann Ihnen neue Möglichkeiten eröffnen und neue Wege zur Selbstakzeptanz und zum inneren Frieden eröffnen.

Über die Autorin

Evelyn Polk Green, MEd, ist ehemalige Präsidentin von ADDA, der Attention Deficit Disorder Association und CHADD (Kinder und Erwachsene mit Aufmerksamkeitsdefizit-/Hyperaktivitätsstörungen). Evelyn ist eine Erwachsene mit ADHS und Mutter von zwei erwachsenen Söhnen, die ebenfalls ADHS haben. Sie ist seit mehr als 25 Jahren in der Interessenvertretung für ADHS und psychische Gesundheit tätig.

