

Simon Mazza und über 100 weiteren Personen mit Betreuungsbedarf bietet die Stiftung Lebenshilfe eine bedarfsgerechte Begleitung in allen Lebensbereichen.

Ihre Spende ist eine wertvolle Unterstützung bei dieser Aufgabe. Vielen herzlichen Dank.



Saalbaustrasse 9, Postfach, 5734 Reinach AG,
www.stiftung-lebenshilfe.ch, Konto PC 50-15635-8,
IBAN CH56 0900 0000 5001 5635 8



SULZER, SUTTER

Informationsreihe Behinderungsursachen

4. AD(H)S Aufmerksamkeits-Defizit (Hyperaktivitäts)-Syndrom



«I bin halt so wie i bin.»

Simon Mazza, 18

AD(H)S = Aufmerksamkeitsdefizit (Hyperaktivität)–Syndrom

AD(H)S ist eine genetisch-bedingte, also vererbte, neurobiologische Störung. AD(H)S ist eine organische Krankheit, die aber relativ häufig mit psychischen Leiden (Depression, Aspergersyndrom) kombiniert ist. Mindestens 4-6% der Bevölkerung sind betroffen. Dass es heute so häufig ist, hängt mit der Entwicklung der Gesellschaft zusammen (Reizüberflutung). Bei AD(H)S ist in den Schaltstellen des Nervensystems nicht genug Botenstoff Dopamin vorhanden. Deshalb gelangen zu wenig von den Sinnesorganen ausgesandte Impulse in die zugehörigen Hirnzentren und diese sind in ihrer Entwicklung verzögert. Es entstehen Wahrnehmungsdefizite. Betroffene sind in der Regel normal intelligent und können trotz grossem Einsatz oft keine guten Leistungen erbringen. Das prägt sie für das ganze Leben. Einmal können sie es, einmal nicht. Das führt zum häufigen, ungerechten Vorwurf: «Gibt dir Mühe, du kannst, wenn du willst». Ihre Sensibilität gepaart mit der gestörten Wahrnehmung führt oft zum «Ausrasten», was zu sozialer Ausgrenzung, Schwierigkeiten in der Schule, am Arbeitsplatz, in einer Partnerschaft führt. Wichtig für ADHS sind: frühe Diagnose und Behandlung und viel Verständnis!

Simon Mazza: Ein Alltag voller Dynamik und Bewegung

Ruhelos, dauernd in Bewegung, den Kopf voller Musik: Das ist Simon. Ein cooler Typ, dessen Kopfhörer gewissermassen das Markenzeichen ist. Der Sound gehört zu seinem Leben wie der Zylinder zum Zirkusdirektor.

Am Morgen trifft man Simon vor dem Haus auf der «Heuwiese», wo er mit seinem Fahrrad herumkurvt. Sein Körper bewegt sich zum Rhythmus, der aus seinem Kopfhörer dröhnt. Im Winter ist Simon oft kurzärmlig unterwegs, während ihn die langärmligen Pullis im Sommer nicht stören. Dennoch beklagt er sich weder über die Kälte noch die Hitze.



Während eines Gesprächs hämmert er mit den Fingern wild auf den Tisch, mal bewegt er sich nach links, dann wieder nach rechts. Simon scheint die personifizierte Unruhe zu sein. Er weiss um seine Schwächen und seine Aggressivität, um sein gelegentlich unkontrolliertes Verhalten. Er steht aber auch zu seinen eigenen Defiziten und Grenzen.

Nur zu gerne wäre Simon Informatiker geworden, doch dieser Beruf wird ein Wunschtraum bleiben. «Ja das geht halt nöd!» bemerkt er lakonisch und ohne Groll. Sein Metier beherrscht er dennoch aus dem Effeff. So ist Simon durchaus in der Lage, einen Computer total zu zerlegen und wieder neu zu installieren. Natürlich nicht einfach so, aus Langeweile oder zum Zeitvertreib, sondern deshalb, um die Lieblingsmusik (Rock, HipHop und Techno) schneller herunterladen zu können.

Musik ist für Simon nicht nur das Stichwort, sondern der coole Sound scheint für ihn das halbe Leben zu sein. Da wären doch eigentlich auch das Tanzen und die Liebe ein Thema? Unser Gesprächspartner winkt ab: «Tanzen ist nicht mein Ding, das habe ich noch nie probiert!» sagt er. Und fügt an, dass die Liebe Privatsache sei und er darüber nicht sprechen möchte. Ein kleines Geheimnis gibt er dennoch preis: «Natürlich habe ich eine Freundin!»

Den Text für dieses Mailing wollte Simon selber schreiben. Wir haben seine Aufzeichnungen übernommen und entsprechend angepasst:

Arbeiten in der Servicegruppe «Haus und Garten»

Ich heisse Simon Mazza und mache seit zwei Jahren eine Anlehre zum Gartenbauhilfen in der Servicegruppe «Haus und Garten». Die Anlehre werde ich in diesem Sommer beenden.

Um 08.30 Uhr morgens beginnt mein Arbeitstag, der bis um 16.45 Uhr dauert. Ich komme ausgerüstet mit meinen Arbeitskleidern (Arbeitshosen, Handschuhen etc.). Mein Chef verteilt am Morgen die anfallenden Arbeiten, zum Beispiel Holz hacken, Rasen- und Fadenmähen. Zum Holzhacken muss ich Handschuhe und Stahlkappenschuhe tragen. Für den Rasen- und den Fadenmäher brauche ich 4-Takt Benzin, damit sie laufen. Ausserdem ist es Vorschrift, dass ich bei diesen Arbeiten einen Helm mit Gitter und Ohrenschutz trage. Nach der Arbeit fahre ich meistens mit dem Velo auf meine Wohngruppe, das Primeli, nach Menziken.



Kochen und Haushalten liegt mir nicht

Dort wohne ich zusammen mit sechs anderen Bewohner/innen. Die Gruppe ist sehr selbständig und hat in der Nacht keine Betreuung. Wir werden morgens und abends von Betreuer/innen begleitet (beim Kochen, Waschen etc.). In meiner Freizeit schaue ich gern Fernsehen, höre Musik oder besuche meine Kollegen/innen. Manchmal unternehme ich auch etwas mit meinen Mitbewohner/innen. Es tut auch gut mit ihnen zu reden, wenn man ein Problem hat.

«I bin halt so wie i bin.»

Es gibt Tage, da strotze ich vor Tatendrang und kann mich vor lauter Energie fast nicht bremsen. In solchen Momenten ist es sehr gut, wenn meine Betreuer/innen das «Bremsen» für mich übernehmen. Manchmal habe ich auch überhaupt keine Motivation zu arbeiten, dann verweigere ich alles und es ist eine Kunst mich an diesen Tagen «auszuhalten».