

## ADHS und Frau

Isabelle konnte nie mit Zahlen umgehen, die Schule war eine Qual. Erst mit 32 Jahren hat sie eine Grundausbildung absolviert. Sie kann dank der ADHS-Diagnose gelassener durchs Leben gehen und startet im Herbst ihr CAS Studium an der Fachhochschule.

*Erfahrungsbericht von Isabelle / Interview durchgeführt von Christiane Hyvert  
April 2022, nachzulesen in der elpost Nr. 77, Sommer 2022*

Wenn ich an meine Kindheit zurückdenke, kommt mir das Wort «Dauerdenkmaschine» in den Sinn. Es hörte einfach nie auf zu denken. Hinzu kam eine schwere Dyskalkulie, was mir die Schulzeit erschwerte. Zahlen waren für mich wie Hieroglyphen. Es ging so ähnlich weiter, auch in der Lehre – die Ausbildung zur Drogistin brach ich im zweiten Jahr ab, ich trug farbige Haare und lange Pullis, um meine geritzten Arme zu verstecken. Meine Eltern waren enttäuscht, und ich war es auch. Warum konnte bei mir nicht einfach «der Knopf aufgehen»? Wieso konnte ich nicht einfach normal sein?

Nach dem Tiefpunkt kam die Wende

Als ich trotz Cannabis und Alkohol nicht mehr schlafen konnte, brachte mich mein damaliger Partner zu einer Psychologin. Diagnose: Endogene Depression und Borderline Persönlichkeitsstörung. Ich bekam Medikamente, nahm zu und konnte trotzdem noch nicht schlafen. Ich musste wieder bei meinen Eltern einziehen. Ich schaffte es jedoch trotz allem, eine Praktikumsstelle in einem Altersheim zu bekommen. Vieles war immer noch schwierig und mit den Medikamenten war ich langsam, was meine Chefin kritisierte. Im Affekt nahm ich mit 21 Jahren deshalb alle meine Tabletten und kam mit lebensbedrohlichen Epilepsieanfällen auf die Intensivstation. Meine Eltern hielten es nicht mehr aus, meine Freunde distanzierten sich und nur mein zukünftiger Mann, den ich damals erst einen Monat kannte, besuchte mich täglich in der Psychiatrie.

Aufwärts

Nach dem Aufenthalt in der Klinik ging es aufwärts – ich arbeitete wieder im Pflegeheim, was mir grossen Spass machte. Ich war jedoch immer noch zu langsam. So beschloss ich in Absprache mit der Psychologin, die Medikamente abzusetzen. Ich hatte eine Lehrstelle als festangestellte Pflagemitarbeiterin, meine alte Figur zurück, war ausgeglichen wie lange nicht mehr und konnte endlich schlafen!

Ausbildung und Familie

Meine Tochter kam 2006 auf die Welt und war von Geburt an anspruchsvoll. Sie weinte viel und machte alle Entwicklungsschritte im Turbogang durch. Auch später in der Schule schien es nicht zu klappen, sie eckte an und kam trotz vielen guten

Ideen nicht an. Sie war eine soziale Querdenkerin mit eindrücklicher Wortgewandtheit. Ich hatte in der Zwischenzeit eine Ausbildung zur Fachfrau Gesundheit angefangen, die ich dann auch mit 32 Jahren abschloss. Ich war sehr stolz! Mit der Unterstützung meiner tollen Chefin und meiner Familie bei der Kinderbetreuung, ging es anschliessend gleich weiter zum Studium an der Höheren Fachschule zur Pflegefachfrau.

Dank der Tochter zur Diagnose

Als meine Tochter nicht-aushaltbare nächtliche Angstzustände bekam, nicht mehr zur Schule wollte und äusserte, dass sie ihr Leben mit 7 Jahren (!) furchtbar anstrengend fand, kam der Punkt, mich bei einer Kinderpsychologin zu melden. «Kann es sein, dass Sie und auch Ihre Tochter ein ADHS haben?» Plötzlich wurde mir vieles klar – wie kann es nur sein, dass ich so viele Jahre blind war? Ich war unglaublich erleichtert, weil ich endlich wusste, was mit mir los war. Dann kam die Traurigkeit, dass ich so ein anstrengendes Leben führen musste, weil es niemand erkannt hatte. Ich sah vergangene Chancen und Situationen vorbeirauschen, die mir wegen dem ADHS und verwehrt blieben. Ich habe sofort mit Ritalin angefangen. Endlich fühlte ich mich wie mich selbst. Ich fühlte mich wohl in meinem Körper, konnte schlafen und meine Gefühle kontrollieren. Ich konnte meine Fähigkeiten und Talente zeigen und etwas zu Ende führen. Ich war liebevoller zu mir selbst und konnte viele alte Konflikte klären. Je älter ich werde, desto gelassener kann ich über meine Schwächen sehen und mich als das akzeptieren, was ich bin – auch wenn jetzt nicht einfach «alles gut» ist, schaue ich zuversichtlicher in die Zukunft und möchte weiterhin Neues lernen und beruflich weiterkommen.

Isabelle Koch ist 42 Jahre alt, verheiratet mit zwei Kindern und lebt in der Agglomeration Luzern