



ADHS

Betroffene in Deutschland & international

Einleitung

Immer wieder stehen ADHS-Betroffene vor dem Versuch sich und ADHS zu erklären. Scheitern werden die meisten! Nett belächelt im freundlichen Fall und – ganz besonders in ihrer eigenen Wahrnehmung – in den meisten Fällen eher abgekanzelt.

Sollte der Versuch der Aufklärung wider Erwarten sogar positiv verlaufen bleibt nach dem Gespräch doch meist etwas eher krankhaftes, sonderliches hängen.

Diese Zusammentragung soll eine Unterstützung anbieten. Soll den Versuch machen zu zeigen, wie groß die Bandbreite der Betroffenen ist, welche unterschiedliche Berufszweige und Tätigkeiten möglich sind, welche Leistungen mit oder gerade eben auch durch ADHS überhaupt erst möglich sind.

Es wurde gerade für die Reputation – und eben nicht die Erklärung – nach bekannten Persönlichkeiten gesucht und nach freien Beiträgen, um auch hierin den Versuch zu machen die Vielfalt dieser Welt aufzuzeigen.

Es ist sowohl eine Liebeserklärung an dieses Anderssein als auch die Berücksichtigung der existentiellen Not die diese Diagnose mit sich zieht bzw ihr zumeist vorneweg geht.

- | | |
|--------|---|
| Teil 1 | Entwicklung in Deutschland |
| Teil 2 | Prominenz mit diagnostizierter ADHS
<i>Verlinkung zu ADHSpedia</i> |
| Teil 3 | ADHS und Erfolg
<i>Beitrag von Dr. Martin Winkler</i> |

Herzlich



Entwicklung in Deutschland

Liebe Leserinnen und Leser,

seit ich vor 20 Jahren mit der Thematik AD(H)S in Kontakt kam hat sich eine Menge getan:

Damals war der Tenor in Deutschland, dass AD(H)S eine psychische Störung sei, die vorrangig auf einer schlechten Erziehung beruhte.

Heute ist die neurobiologische Andersartigkeit auch in unseren Gefilden bekannter geworden und lässt so eine passende und hilfreiche Unterstützung eher zu als damals. Immer weiter wird bekannt, dass sich Menschen mit AD(H)S durch anderes Denken aber auch Sehen (Retina), Schmerzempfinden, Leistungsfähigkeit - um nur einiges zu nennen - unterscheiden. Durch Forschung und neue Nachweismethoden sind heute die Fragen in der Wissenschaft sogar soweit, ob AD(H)S nicht bereits durch die Verbindung des homo sapiens (nicht AD(H)S) und neandertaler (ADHS) in die Evolution der Menschlichen Entwicklung einging und diese damit sogar entscheidend beeinflusst hat.

Es bleibt aber leider festzustellen, dass durch die geringe Bekanntheit der umfangreichen Auswirkung/Fähigkeit von AD(H)S, der Diagnose immer noch ein Makel anhängt. Durch die Betrachtung von Prominenten in Deutschland und weltweit und der „Durchsetzung“ in allen beruflichen Sparten soll hier der Versuch stehen eine Offenheit zum Stolz zu finden.

Heinrich Hoffmann Der Struwwelpeter

bringt die gesamte Palette von ADHS auf den Punkt und stellt gleichzeitig einen „Beweis“ für die langjährige Bekanntheit dar.



Prominenz mit diagnostizierter ADHS

Hier verweise ich über den Link auf die Seite von ADHSpedia. Es erscheint mir eine qualifizierte aber vor allem aktuell umfangreichste Aufstellung :

[ADHSpedia](https://www.adhspedia.de/wiki/Bekannte_Persönlichkeiten_mit_ADHS)

https://www.adhspedia.de/wiki/Bekannte_Persönlichkeiten_mit_ADHS

Auszug 1:

Eckart von Hirschhausen

Der deutsche Arzt, Autor und Kabarettist Eckart von Hirschhausen kommentierte im Rahmen eines offenen Bekennerschreibens, er sehe deutliche positive Zusammenhänge zwischen seiner Karriere und seiner ADHS-Betroffenheit. Er selbst leide an einer milden Form des vornehmlichen unaufmerksamen ADHS-Subtyps. Wie auch Christopher Lauer ist er der Auffassung, dass die mit ADHS oftmals einhergehenden divergenten und assoziativen Denkmuster eine Ressource sein können:

„Heute keine Kolumne. Sondern ein Bekennerbrief zur Aufmerksamkeitsstörung – Attention deficit disorder. Nicht verbunden mit Hyperaktivität, nur im Kopf. Ich hab das. In milder Form. Und ich lebe sehr gut damit. Ich lebe sogar davon. Denn ohne meine sprunghafte Aufmerksamkeit wäre ich nie Komiker geworden. Und viele meiner Komikerkollegen auch nicht [...] 'Das Reh springt hoch, das Reh springt weit – warum auch nicht, es hat ja Zeit!'. Komik springt um die Ecke. Und um auf so etwas zu kommen, braucht man eine gelockerte Assoziationsfähigkeit. Ist sie viel zu locker, landet man in einer Geschlossenheit, ist sie aber nur ein bisschen locker, lockert der Umgang damit andere auf, sie lachen und sind sehr dankbar dafür. Und man selbst auch, denn zum Schalterbeamten hätte man es nie im Leben bringen können [...] Schwer haben wir geistig Hyperaktiven es nur, wenn etwas ernsthaft von uns verlangt wird: still sitzen, über Stunden uns mit nur einem Thema beschäftigen oder aber übers Leben mit nur einem Job oder Partner. Das Schwerste ist Pläne einhalten. Pünktlich abgeben oder abheben.“

Eckart von Hirschhausen

Auszug 2:

David Neeleman, CEO der US-amerikanischen Fluggesellschaft *Jetblue Airways*:

„Wenn jemand kommen und sagen würde, dass ich jetzt sofort die Wahl zwischen 'normal sein' und ADHS habe, würde ich ADHS wählen. Ich nehme erst gar keine Medikamente, denn am Ende gefällt mir dieser Zustand doch zu gut und ich bin wie alle anderen“



Auszug 3

und nur ein Auszug bekannter Namen:

Justin Timberlake, Popsänger und Schauspieler

Christopher Lauer, Politiker

Paris Hilton, Modedesignerin, Fotomodell, Schauspielerin, Sängerin und Unternehmerin

Andreas Wolff, Torwart der deutschen Handballnationalmannschaft

Sylvester Stallone, Schauspieler, Filmregisseur, Drehbuchautor und Unternehmer

Simone Biles, Turnerin

James Middleton, Unternehmer und Mitglied der Royal Family

Tim Howard, Fußballprofi

Gabi Grecko, Modedesignerin, Model und DJ

Sascha Lobo, Blogger, Buchautor, Journalist und Werbetexte

Edward Hallowell, Psychiater

Will Smith, Schauspieler, Filmproduzent und Rapper

Katherine Ellison, Autorin

Jamie Oliver, TV-Koch

Jan Ullrich, Profi-Radrennfahrer

Jennifer Lopez, Sängerin, Schauspielerin und Unternehmerin



ADHS-Blog vom 10.10.2011

Dr. med. M. Winkler

ADHS und Erfolg: Steve Jobs und Störenfriede, die wir brauchen

„Here’s to the crazy ones, the misfits, the rebels, the troublemakers, the round pegs in the square holes... the ones who see things differently — they’re not fond of rules... You can quote them, disagree with them, glorify or vilify them, but the only thing you can’t do is ignore them because they change things... they push the human race forward, and while some may see them as the crazy ones, we see genius, because the ones who are crazy enough to think that they can change the world, are the ones who do.“

Auch wenn ich es eigentlich nicht mag, Prominenten oder Verstorbenen ADHS anzudichten, so war Steve Jobs für mich ein Vorbild für die Einstellung eines positiven Andersseins. „Sei lieber Pirat als zur Navy zu gehen“. Kürzer und treffender kann man es vermutlich nicht ausdrücken. Seine inzwischen millionenfach heruntergeladene Rede von Studenten ist da sicher ein Hinweis auf seine Lebensphilosophie. Sei Du selbst – Think different (bekannter Apple Werbespruch).

Menschen mit Hochbegabung bzw. hoher kreativer Intelligenz werden häufig als Störenfriede bezeichnet. Ein Steve Jobs vertraut aber eben nicht (allein) der Marktforschung, die alles so will, wie die Masse es will. Ein Visionär vertraut seiner Intuition und einem eigenen stimmigen Gefühl. Es muss sich „rund anfühlen“. Dabei kann dann der eigene Anspruch an Perfektionismus andere Menschen zur Verzweiflung bringen. Gerade weil häufig dieses Bauchgefühl von „Stimmigkeit“ eben nicht adäquat in Worte zu bringen ist. Man aber eben mit diesem intuitiven Wissen mit einer zweitbesten Lösung nicht einverstanden sein kann.

Steve Jobs muss ein ziemlich fürchterlicher Tyrann zu einigen Untergebenen gewesen sein. Kein leichter Mensch, wenn es anders als von ihm gewollt lief. Seine Fähigkeit zu Visionen steht der Unfähigkeit des Perspektivenwechsels entgegen. Ein ADHSler wird eben nicht immer erkennen bzw. entsprechend fühlen, was seine harsche Kritik oder aber sein Vorseilen in Gedanken und Projekten für die nachhinkenden Stinos bedeutet.



Aber Jobs hat versucht, eine Vision zu vermitteln. *Suche Dir eine Aufgabe, für die du wirklich brennst. Die dich ausmacht, die du ausfüllen kannst. Die dich und andere begeistert.* Nach meiner Auffassung hat jeder ADHSler solche (häufig) verstärkten Ressourcen. Manchmal zu viele, um sich festzulegen (was gerade im Übergang zum Erwachsenenalter mit der Einschränkung auf EINEN Ausbildungsweg ein Problem darstellen kann). Manchmal ist man zu weit voraus, um verstanden zu werden. Oder zu weit zurück in seinen sozialen Kompetenzen, um gruppenfähig zu bleiben.

ADHS ist ein Risikofaktor für Erfolg. 1/3 der Unternehmer und Multimillionäre haben ADHS. Und vermutlich hätten wir keins der derzeitigen Computerbetriebssysteme und viele andere Entdeckungen und kreative Entwicklungen ohne diese Unternehmertypen mit ADHS. Häufig kennzeichnen Umwege und Abbrüche den Weg zum Erfolg.

Aber wenn ein ADHSler von einem Ziel Witterung aufgenommen hat und dafür begeistert ist, kann nichts und niemand ihn oder sie aufhalten. Noch nicht einmal die Schule.

Danke Steve Jobs und wo sind die nächsten Visionäre, die jetzt mein Iphone und Ipad zum nächsten Level bringen und diese Gadgets überflüssig bzw. noch besser machen? Ich bin sicher, es werden ADHSler sein

<https://adhsspektrum.wordpress.com/2011/10/10/adhs-und-erfolg-steve-jobs-und-storenfriede-die-wir-brauchen/>