

# Inhalt

Danksagung	9
Vorwort	11
Einleitung	13
<b>1 Phänomene in Partnerschaften und familiären Systemen bei nicht erkannter ADHS</b>	<b>17</b>
1.1 Nicht erkannte ADHS bei Erwachsenen wirkt sich auf Partnerschaft und Familienleben aus	17
1.1.1 Verletzungen in der Kindheit von Betroffenen – Auswirkung im Erwachsenenalter	18
1.1.2 Frühzeitige Diagnose erleichtert das Leben	24
1.1.3 Entwicklung und Last ungerechtfertigter Schuld- und Schamgefühle	38
<b>2 Partnerschaft bei Menschen mit ADHS – Herausforderung und Chance</b>	<b>49</b>
2.1 Aufbau einer Partnerschaft – überdimensionale Verletzbarkeit	52
2.2 Zwischen Selbstbestimmung und Kompromissbereitschaft in der Partnerschaft	58
2.3 Missverständnisse in der Partnerschaft aufgrund kommunikativer Schwierigkeiten	64
<b>3 Familiengründung und die Auseinandersetzung mit der eigenen Vergangenheit</b>	<b>69</b>
3.1 Familiensysteme – ein starker sozialer Verbund mit unbewussten Mechanismen	69
3.2 Familienplanung: Wunsch nach Akzeptanz und Sicherheit	71
3.3 Idealistische Vorstellungen bei Familienplanung und Realität des Elternseins	75

3.4	Kommunikationsschwierigkeiten in der Familie und weiteren sozialen Systemen . . . . .	82
<b>4</b>	<b>Abwehrmechanismen bei Menschen mit ADHS und deren Folgen für Partnerschaft und Familie . . . . .</b>	<b>87</b>
4.1	Bewusstes Verdrängen und Vergessen (Prokrastination) . . . . .	87
4.2	Unbewusste Verdrängungsmechanismen . . . . .	93
4.3	Verdrängung als Abwehrmechanismus . . . . .	94
4.4	Verleugnung als Abwehrmechanismus . . . . .	104
4.4.1	Phänomen der Reizüberflutung und deren Folgen . . . . .	114
4.4.2	Einbezug der besonderen Fähigkeiten und Talente bei der Berufswahl . . . . .	124
4.5	Kompensation als Abwehrmechanismus – das Leben wird erträglicher . . . . .	130
4.6	Projektion als Abwehrmechanismus – Ablehnung unerwünschter Eigenschaften und deren Übertragung auf Nahestehende . . . . .	136
4.7	Mangelnde Abgrenzung aufgrund von Loyalitätskonflikten – Gefährdung der eigenen Gesundheit . . . . .	142
4.8	Idealisierung und Vereinnahmung des Nachwuchses durch einen Elternteil – Abhängigkeit und Fremdbestimmung des Jugendlichen . . . . .	148
4.9	Hierarchieumkehr in der Familie – Verharmlosung in der Anfangsphase . . . . .	156
4.10	Parentifizierung – Kindern müssen die Verantwortung für die Eltern übernehmen . . . . .	162
4.11	Verdrängung von Loyalitätskonflikten in der Kindheit und Verschiebung auf die eigene Partnerschaft . . . . .	167
	<b>Schlussbemerkung . . . . .</b>	<b>175</b>
	<b>Ausblick . . . . .</b>	<b>181</b>
	<b>Literatur . . . . .</b>	<b>187</b>
	<b>Die Autorin . . . . .</b>	<b>191</b>
	<b>Sachwortverzeichnis . . . . .</b>	<b>193</b>