

Hi,

ich bin Andi und ich habe AD(H)S. Ich war Mitte 30, als ich die Diagnose erhielt. Da die hyperaktive Komponente nicht offensichtlich war, fiel ich auch nicht so sehr auf; ich nervte nicht, ging in der Schule nicht über Tische und Bänke und warf mich als Kind auch nicht schreiend auf den Boden, wenn ich was nicht bekam. Genervt waren trotzdem einige Leute von mir, weil ich faul sein konnte. Weil ich super sein konnte, wenn ich wollte. Weil ich lange Zeit nichts sagen konnte. Weil ich wesentliches vergessen und verschlafen konnte. Weil ich Unwesentliches bis zum Exzess zelebrieren konnte. Weil ich stur sein und weil ich weglassen konnte. Weil ich mit offenen Augen träumen konnte. Aber, ich erlebte mich nicht als faul, stumm und desinteressiert. Ich fühlte mich nicht verstanden. *Nicht. Ein. Mal.* Ich erinnere mich daran, dass ich oft gesagt habe, dass ich meine Ruhe haben wollte. Heute weiß ich, dass das nicht stimmte. Wenn ich gesagt hätte, dass ich nicht anecken wollte, keine Auseinandersetzungen wollte und einfach nur geliebt werden wollte, nur um meiner selbst willen, ohne sein zu müssen wie ich sein sollte, wäre das eher die Wahrheit gewesen. Teil der Wahrheit ist aber auch, dass ich gar nicht wusste, wer oder wie ich war und schon gar nicht wusste ich, warum. Heute kenne ich die Antwort: AD(H)S. Mit meiner Diagnose habe ich mich intensiv auseinandergesetzt; habe Bücher gelesen, Workshops und Selbsthilfegruppen besucht und mit der Zeit gemerkt, dass es vielen geht wie mir. Nicht genauso, aber ähnlich. Ähnlich anders als *normal*. Jetzt möchte ich dazu beitragen, dass dieses »anders« für alle normal wird, wie Linkshänder zu sein, eine Brille zu tragen oder einen Dialekt zu sprechen. Darum habe ich mich entschieden, für den Vorstand zu kandidieren. Denn dieser Verband bietet eine großartige Möglichkeit, dazu beizutragen, dass *neurodivers* so normal wird wie Butter auf ein Brot zu streichen.

Zur Person:

Ich bin 52 Jahre alt, Vater, Partner, Heilerziehungspfleger, Betriebsrat, psychologischer Berater, Enneagrammlehrer, bald Schemacoach. Ich habe in der Jugendhilfe gearbeitet und als Dozent an einer Fachschule für Heilerziehungspflege. Außerdem arbeitete ich in einer Förderstätte für Menschen mit Schwerst- und Mehrfachbehinderung, mittlerweile bin ich als Nachtdienst in einem Wohnheim für Menschen mit geistiger und körperlicher Behinderung tätig. Ich bin in einer ADHS-Coachinggruppe bei Dr. Martin Winkler, aktiv in einem Forum für ADHS-Selbsthilfe und profitiere davon, mich immer besser kennen und schätzen zu lernen. Außerdem berate und unterstütze ich wo ich kann und von wem es gewünscht wird. Ich gehe gerne in die Berge, beschäftige mich mit Psychologie, Kommunikation, Neurodiversität, Umwelt und Politik.

Einer meiner Leitsätze:

Ich liebe nicht, wen ich schön finde, ich finde schön, wen ich liebe.



Andreas Roscher, Lenggries 2024

andreas.roscher@neurodivers-dach.org