
Da grosse ADHS - Interview



Beat Tanner ist Theologe und arbeitet als Paar- und Familientherapeut und Supervisor in eigener Praxis. Er arbeitet vor allem mit Ehepaaren, renitenten Kindern und Jugendlichen sowie mit Kindern mit der sogenannten ADHS-Symptomatik.

Annerös Tanner- Hegg ist dipl. Bäuerin und arbeitete über 10 Jahre in einem Heim mit verhaltensoriginellen Jugendlichen.

Die Fachstelle für Ehe- Familie und Erziehung ist in Aarau an der Bleichemattstrasse 15, zu finden. www.mutzurerziehung.ch.

Was bedeutet denn ADHS überhaupt?

Diese Abkürzung heisst Aufmerksamkeit-Defizit und Hyperaktivität-Syndrom. Dieser Ausdruck wird in der Psychiatrie verwendet. Nach Angaben von Fachleuten ist ADHS zur Zeit die häufigste diagnostizierte Krankheit bei Kindern. Kinder mit dieser Diagnose werden als psychisch krank angesehen.

Die typischen Symptome sind Unaufmerksamkeit, Konzentrationsschwäche, Tagträumerei, Aggressionen, soziale Schwierigkeiten, Impulsivität und Hyperaktivität. Diese Symptome werden unter anderem mit der Etikette ADHS zusammengefasst.

Was bedeutet denn dieses Verhalten für diese Kinder und dann auch für ihre Bezugsperson, besonders natürlich ihren Eltern?

Das ermüdende und störende Verhalten solcher Kinder löst bei den Eltern und andern Bezugspersonen wie zum Beispiel den Lehrpersonen an den Schulen, Gefühle wie Unsicherheit, Hilflosigkeit, aber auch Wut, Unverständnis, Schuldgefühle und gereiztes

Verhalten aus. Aber, auch das soll nicht übersehen werden, dieses Verhalten löst bei Bezugspersonen auch Mitleid aus. Oft führt dies dann dazu, dass die Eltern eine falsche Schonhaltung einnehmen, weil sie das Kind damit entschuldigen, dass es nicht anders kann. Dies führt oft zu einer eskalierenden Beziehungsspirale von Ärger, Ohnmacht, aber auch verteidigen des Kindes aus Angst und Schuldgefühlen seitens der Eltern. Auf der Seite des Kindes kommt es dann verstärkt zu solchen Symptomen, welche dann mit „ADHS“ beschrieben werden.

Werden denn ADHS Diagnosen nicht oft allzu schnell gestellt und liegen die Gründe für seine Unaufmerksamkeit und Unruhe nicht oft im Verborgenen?

Es gibt verschiedene Temperamente in den verschiedenen Familien und deshalb auch verschiedene Temperamente bei den Kindern. Abweichungen von unseren sozialen Normen sind tatsächlich noch keine Hinweise auf eine ADHS-Symptomatik.

Wenn nur auf Grund eines äusseren Verhaltens eingeschätzt und daraus eine Diagnose gestellt wird, ist dies meines Erachtens ein grosses Versäumnis.

Es gibt Kinder, die sich über Ihr Verhalten ausdrücken und so mitteilen, dass in Ihrem Umfeld und in ihrem eigenen Erleben etwas nicht stimmt. Gerade wir, welche professionell mit Kindern zu tun haben, dürfen uns von einer ADHS Diagnose nicht von ursächlichen seelischen Nöten ablenken lassen.

Oft sind es Leistungsdruck, Nervosität und Ansprüche der Erwachsenen und ihrem Perfektionismus, welche beim Kind Ängste auslösen, den eigenen Ansprüchen und den Ansprüchen anderer nicht gerecht zu werden und sich durch ADHS-Symptome bemerkbar machen.

Die Gene sind ja wesentlich an unserem Menschsein und der Sozialisation beteiligt. Sind diese Symptome denn nicht genetisch bedingt?

Die Gene sind unerlässlich am Leben und Weiterbestehen der Menschen beteiligt. Richtig ist auch, dass sie an der Sozialisation beteiligt sind. Gene reagieren oft sehr sensibel auf Umwelteinflüsse oder auf innere, in diesem Fall psychische Spannungen des Kindes. So kann es sein, dass ein Kind, welches unter seelischer Spannung leidet, bestimmte Gene durch biopsychologische Signale im Gehirn aktivieren oder auch deaktivieren kann.

Gene kann man mit einem teuren Klavier vergleichen. So lange niemand darauf spielt, werden wir von diesem Klavier keinen hören können. Erst wenn sich jemand an den Flügel setzt und spielt, wird die Melodie eines Liedes hörbar. Genau betrachtet werden Gene erst tätig, wenn sie eben durch äussere Einflüsse oder seelische Konflikte aktiviert oder deaktiviert werden.

Der Mensch ist eben mehr als Materie. Der Mensch besitzt auch eine Seele, welche dem Schöpfer zugewendet ist. Dies macht das Geheimnis des Menschsein's aus. Das Zusammenspiel von Seele und dem Gehirn ist ein Geheimnis, welches nicht aus einem medizinischen Verständnis erklärt werden kann, sondern eine theologische Dimension hat. Diese Einheit von Seele und Körper kann nur aus einer Schöpfungs- und Gottesbeziehung verstanden werden.

Das Gehirn ist bei jedem Menschen doch verschieden. Neurobiologen sprechen von der Plastizität des Gehirns, das heisst das Gehirn des Menschen verändert sich während seines ganzen Lebens. So sind veränderte Strukturen des Gehirns doch auch bei den sogenannten ADHS-Kindern zu finden?

Bis in etwa der 70-iger Jahren des letzten Jahrhunderts ging man davon aus, dass sich das Gehirn einmal in Kindheit gebildet, sich nicht mehr verändert und dann im Alter nur noch abgebaut werden kann. Heute weiss man, wie schon in der Frage erwähnt um die Plastizität des Gehirns. Der Ausdruck „Plastizität des Gehirns“ bedeutet, dass sich das Gehirn je nach seiner Benutzung über das ganze Leben eines Menschen verändert. Das Gehirn kann man sich wie ein Muskel vorstellen. Wenn man einen bestimmten Muskel braucht, wird er kräftiger und ist gut ausgebildet. Wenn ein Muskel nicht oder nicht mehr gebraucht wird, wird er kleiner und schwächer. So ist die Beobachtung richtig, dass jedes Gehirn des Menschen eben anders ist, weil jeder Mensch sein Gehirn anders braucht und auch einsetzt. Es werden die Teile des Gehirns benutzt, welche ein Mensch motiviert ist, einzusetzen und so dann auch eingesetzt werden. So kann ein Gehirn eines sogenannten ADHS Kindes in der Tat anders aussehen als der Durchschnitt seiner gleichaltrigen Kameraden. Ein solches Kind benutzt eben ganz bestimmte Teile seines Gehirns öfters als andere. Diese mehr benutzten Teile seines Gehirns haben unter Umständen eine dichtere Synapsendichte. Diese Veränderung eines bestimmten Teiles des Gehirns hat jedoch seine Ursache im motivierten und darum öfteren Gebrauch durch das Kind und nicht in einer Krankheit.

Eine medizinische, krankhafte Veränderung des Gehirns, welche im direkten Zusammenhang die Symptome von ADHS hervorrufen, wurde bisher noch nicht gefunden. Darum werden auch die Ausdrücke wie POS, welches für „Psycho-Organisches Syndrom“ steht, oder MCD, also „Minimale Cerebrale Störung“ nicht mehr benutzt. Alle diese Bezeichnungen wurden darum durch den aus Amerika stammenden Ausdruck „ADHS“ ersetzt.

Man kann also die typischen Symptome solcher sogenannten ADHS- Kinder auch anders verstehen, als nur neurobiologisch bestimmt?

Wir können die sogenannten ADHS Symptome auch als eine Kommunikation des Kindes mit bestimmten Botschaften an die Bezugspersonen verstehen. Diese sogenannte ADHS Kinder haben einen anderen Weg der Kommunikation gefunden. Sie teilen sich mehr durch Verhalten und weniger durch Worte mit. Werden diese Symptome und Verhaltensweisen jedoch richtig verstanden und reagieren Eltern und Lehrpersonen entsprechend darauf, lernt das Kind sich mehr verbal und weniger durch körperliche Symptome mitzuteilen.

Ein 11-jähriger Knabe mit einer ADHS-Diagnose erklärte auf meine Frage, wie er denn reagiere, wenn seine Mutter ihn beauftrage, den Tisch zu decken, spontan: „Dann werde ich hyperaktiv!“ – Sein hyperaktive Verhalten ist demnach eine Botschaft an die Mutter. Ein anderes Kind hätte vielleicht gesagt. „Warum immer ich?“ Solche Botschaften, die mehrheitlich aus dem Verhalten weitergegeben werden, sind oft ungehört oder werden zumindest missverständlich interpretiert. Das löst bei den anderen Menschen oft negative Gefühle wie Ärger, Unverständnis oder Hilflosigkeit hervor. Die Reaktionen der Eltern sind deshalb oft überreizt und lassen die Beziehungen zu ihren Kindern immer mehr angespannt und unversöhnlich werden. Oder das führt bei den Eltern oft zu einer Schonhaltung und sie entschuldigen deshalb das Verhalten des Kindes.

Das Kind antwortet also seiner Mutter tatsächlich mit seinem Verhalten?

Das Kind antwortet in diesem Beispiel seiner Mutter nicht mit Worten, sondern mit seinem Verhalten. Es sagt zum Beispiel nicht: „Nein, ich habe keine Lust den Tisch zu decken und darum mache ich das nicht.“ Das Kind antwortet mit den typischen ADHS Symptomen. Zum Beispiel mit sofortigen Bewegungsdrang also herumspringen und „nicht zuhören können“.

Dieser Junge reagierte genau wie vorhin beschrieben. Das führte bei der Mutter zur Verzweiflung. Das Kind selbst rechtfertigt und entschuldigt sein inneres „Nein“ zur Aufforderung seiner Mutter mit seinem Verhalten. Zurück bleibt eine hilflose und verzweifelte Mutter und ein Kind, das gefangen ist in seinem eigenen, zwanghaften Verhalten und unbedingt Hilfe von seinen Eltern braucht, um den Ausweg zu schaffen.

Dann müsste man also die Symptome und die durch das eigenwillige Verhalten gesendeten Botschaften verstehen, um solchen Kindern zu helfen ...?

Ja, genau! Das Verstehen der gesendeten Botschaften ist der Schlüssel zum Verständnis und Umgang mit solchen Kindern! Wer die ADHS Symptome versteht ist in der Lage die Beziehung zu verändern.

Wie ist denn ein Verständnis eines solchen ADHS-Verhaltens möglich?

Das Verstehen und Entschlüsseln solcher Symptome und Verhaltensweisen sind oft nicht auf den ersten Blick ersichtlich und brauchen Zeit um verstanden zu werden. Wir können uns als Eltern fragen: Welche Stress-Situationen lösen ein bestimmtes Verhalten aus? Kennen wir die Ängste des Kindes? Zum Beispiel zu kurz zu kommen und genügend Beachtung zu finden. Allenfalls auch die Ängste vor weiteren Konflikten zwischen ihm und seinen Bezugspersonen. Kennen wir den verzweifelten Wunsch des Kindes nach Versöhnung? Die verzweifelte Frage des Kindes ist: „Ist es wieder gut zwischen uns? Kann ich zu dir wieder Vertrauen fassen?“ Oft will das Kind einfach nur provozieren, um die Erfahrung zu machen, wo die Grenzen sind. Unsere oft ärgerlichen Reaktionen macht die Eltern zu Tätern und das Kind zum Opfer: „Keiner versteht mich! Da ist nicht fair! Immer bin ich schuld!“ sind dann oft die typischen Reaktionen des Kindes.

Andererseits reagieren wir sehr schnell und hektisch und lassen vom gesellschaftlichen Druck des Perfektionismus unser Verhalten bestimmen und leiten. Diesen inneren Zwang, eigenen und gesellschaftlichen Anforderungen zu entsprechen, sind schädlich für die Beziehungen und können eben die sogenannten ADHS-Symptome auslösen und fördern.

Wenn man also die ADHS Symptome versteht, ist es also möglich, die Beziehung und Kommunikation zum eigenen Kind zu verändern?

Ja, das ist sogar der Ausweg aus dieser zerstörerischen Beziehungsdynamik. Wenn die Eltern das Verhalten ihrer Kinder richtig deuten können, sind sie ihren ADHS-Symptomen nicht mehr hilflos ausgeliefert und werden wieder handlungsfähig. Sie werden sich nicht mehr so hilflos und ohnmächtig ihrem Kind ausgesetzt fühlen und mit Wut und Verzweiflung reagieren müssen. Die wiedergewonnene Handlungskompetenz der Eltern führt schnell zu einer verbesserten Beziehung zwischen ihnen und dem Kind.

Wie kann die Mutter denn auf ihren hyperaktiven Sohn reagieren?

Nun, wenn die Mutter die Botschaft ihres Sohnes kennt, lernt sie aus einer Gelassenheit heraus zu reagieren. Sie weiss um die Gedanken und Motive ihres Sohnes und hilft ihm seine Gedanken wahrzunehmen und auszusprechen. Damit muss sich das Kind nicht mehr zwanghaft durch sein Verhalten mitteilen, sondern lernt sich mit Worten auszudrücken.

Die Mutter kann z. B. den Sohn, wenn er zappelig und aufgeregt wird weil er den Tisch decken sollte, in einem ruhigen Ton fragen, ob er deshalb so unruhig werde, weil er keine Lust habe, den Tisch zu decken? Je nach Antwort kann sie dann weitere Fragen stellen, z. B.

wie sie dann essen sollten, wenn er den Tisch nicht deckte, oder woran es dann liege, dass er so aufgeregt werde.

Eine andere Möglichkeit für die Mutter zu handeln besteht zum Beispiel darin, auch noch später auf diese Situation zurückzukommen und ihrem Sohn Fragen zu stellen. So zum Beispiel, was er nun unternehmen möchte, um die Sache, nämlich den Tisch nicht gedeckt zu haben, wieder gut zu machen? Es ist oft erstaunlich, wenn man ruhig bleibt, welche kreative Vorschläge Kinder bringen, um die Sache wieder in Ordnung zu tun. In diesem Fall erklärt der Junge, dass er der Familie an den drei folgenden Tagen das Abendbrot zubereiten wolle. Diese Abmachung wurde strikt eingehalten. Die Beziehung zwischen der Mutter und ihrem Sohn veränderte sich ab diesem Moment. Die Mutter fühlte sich wieder aus ihrer Ohnmacht herausgeholt und handlungsfähig und der Sohn durch den klaren und bestimmten Auftrag der Mutter geborgen und weniger provoziert.

Können Eltern eine solche Beziehung selber verändern?

Grundsätzlich ja. Doch zeigt die Erfahrung, dass die Eltern in der Regel eine Mut machende Unterstützung in diesem Veränderungsprozess brauchen. Ich empfehle in solchen Situationen eine Erziehungsberatung.

Wie kann eine solche Beratung aussehen?

Eine Beratung soll natürlich individuell auf die familiäre Situation, den Möglichkeiten der Eltern und des Kindes zugeschnitten sein.

Wir bieten dies auf drei Ebenen an. Unterstützung und Coaching für die Eltern, Zusammenarbeit mit den Lehrpersonen in der Schule und selbstverständlich Unterstützung für das Kind. Das heisst, Training seiner Impulskontrolle und seiner Aufmerksamkeit.

Die Diagnose ADHS ist demnach für die Beziehung zwischen den Eltern und ihrem Kind nicht gerade hilfreich Eine solche Diagnose lenkt ja das Augenmerk von dem Menschen, der von Beziehung lebt weg, auf eine angebliche Stoffwechselstörung im Gehirn.

Ja, das ist eine wichtige Feststellung. Die Einseitigkeit einer solchen neuro-psychiatrischen Sichtweise verhindert das Arbeiten an der Beziehung innerhalb der Familie. Es stimmt natürlich, dass die Eltern durch eine sogenannte medizinische Diagnose zuerst eine Entlastung von ihren Schuldgefühlen erfahren. Das hingegen geht auf die Kosten des Kindes, welches durch das Etikett einer Krankheit auch stigmatisiert wird.

Gerade durch ihre Schuldgefühle sind die Eltern oft nicht in der Lage, ihren Kindern die notwendigen Grenzen zu setzen und die Botschaften der ADHS-Symptome zu entschlüsseln. Es ist also sinnvoller das Thema ADHS an der Wurzel zu packen und an den Ursachen der Schuldgefühle, Angst, Frustration und Ohnmacht arbeiten. Das führt zu einer neuen Qualität von Beziehung, welche dem Kind den notwendigen Halt und Sicherheit vermittelt.

Das Thema Schuld und Vergebung anzugehen ist aber eine grosse Herausforderung in einer Welt, die Schuld und Vergebung praktisch abgeschafft hat. Wie kann denn eine solche Hilfestellung und Veränderung aussehen?

Schuldgefühle und Ängste haben ihre Ursache oft in den eigenen, individuellen Wertvorstellungen. Diese in unserer postmodernen Gesellschaft am häufigsten auftretenden

Wertvorstellungen sind der Perfektionismus und die Minderwertigkeit. Der Einfachheit halber definiere ich diese Wertvorstellungen von Perfektionismus und Minderwertigkeit in drei Standards:

- Dass ich meine persönliche Erwartungen und Wünsche an mir selber erreichen muss
- Dass andere meine persönliche Erwartungen und Wünsche erfüllen müssen und nicht zuletzt
- Dass ich die Erwartungen anderer Menschen an mich, erfüllen muss.

Die Folge von meinen persönlichen Erwartungen und Vorstellungen sind Kritik, Schuldabschieben, Kontrollieren, und manipulierendes Verhalten und innere Unzufriedenheit. Dies äussert sich dann in Ohnmachtgefühlen, Wut, Frustration und verschiedenen Ängsten.

Aber vor allem ein zwanghaftes Bedürfnis, meine Vorstellung zu erreichen. So zum Beispiel: „Ich muss eine gute Mutter sein!“ Erreiche ich diese Vorstellung und meine individuelle Erwartung aus meiner Sicht nicht, erlebe ich Angst und Schuldgefühle. Der Einwand, ich kann doch meinem Kind keine schlechten Noten zumuten, oder der Ärger, dass der Ehepartner nicht rechtzeitig am Familientisch sitzt, ist somit die Selbst-Rechtfertigung meiner eigenen Ansprüche.

Haben Sie dazu ein Beispiel?

Letzthin ist der 11-jährige Stefan¹, wieder einmal nicht von der Schule nach Hause gekommen. Stefan's Mutter macht sich Vorwürfe: „Stefan muss doch die Hausaufgaben gemacht haben. Was denken nur die Lehrer?“ - Der Gedanke, die eigenen Ansprüche, Erwartungen und Vorstellungen nicht erfüllt zu haben, bestimmen nun die Gefühle und das Verhalten der Mutter. Einerseits hilflos und ärgerlich und andererseits von der Angst getrieben, macht sie sich schon einen Plan, wie sie Stefan doch noch helfen könnte, die Hausaufgaben vor dem zu Bett gehen zu erledigen. Doch diesmal geht die Mutter mit Ihren persönlichen Wertvorstellungen anders um.

Als Stefan nun später heimkommt, ist die Mutter ruhig und gefasst. Stefan erstaunt, dass es kein Donnerwetter gibt, sieht zunächst seine schweigende Mutter fragend an. „Was ist los?“ fragt er sie dann herausfordernd. „Nun, ich denke, du hast mir etwas zu erklären“ antwortet die Mutter in einem ruhigen Ton. Stefan wütend darüber, in die Verantwortung gezogen zu werden, stürmt schreiend in sein Zimmer. „Das ist gemein. Immer ich!“, dann schlägt er die Türe hinter sich zu.

Die Eltern beachten ihn nicht. Endlich kommt Stefan hungrig in die Küche: Die Eltern nehmen das Gespräch mit Stefan auf, der sich bereits hinter dem Tisch hingesetzt hat.

Von der Gelassenheit und Beharrlichkeit der Eltern beeindruckt, lässt sich Stefan auf das Gespräch ein. Um die Hausaufgaben jetzt noch zu machen, ist die Zeit zu weit vorgerückt. Die Eltern fragen ihn, welche Lösung Stefan vorschlägt, um das Thema Hausaufgaben wieder in Ordnung zu bringen. Stefan windet sich anfänglich, in der Hoffnung, die Eltern würden selber die Antwort geben. Die Eltern warten geduldig, bis Stefan seinen Vorschlag formuliert.

Stefan schlägt nun vor, dass er am nächsten Morgen den Lehrern erklärt, warum er die Hausaufgaben nicht gemacht und die Lehrer entscheiden lässt, wann und wie er die Aufgaben noch machen kann.

¹ Selbstverständlich sind Namen und Situation so geändert, dass keine Rückschlüsse auf reale Personen gezogen werden können.

Dieses Gespräch hat den Eltern natürlich viel Kraft und Zeit gekostet. In der Regel dauert dies eine ganz Weile. Doch bereits an diesen Abend hätten sie ihren Sohn Stefan vertrauter und weniger aggressiv erlebt, erklären die Eltern später.

Was ist denn der Grund dieser Veränderung innerhalb der Familie?

Das ist eine entscheidende Frage! Ich sehe den Grund vor allem darin, dass auf diese Weise der Konflikt zwischen den Eltern und ihrem Sohn Stefan gelöst und die Beziehung zwischen Eltern und Kind bereinigt wurde. Wichtig scheint mir auch, dass man den Kindern Verantwortung für ihr Handeln übergibt und ihnen zutraut, Lösungen für anstehende Probleme, die durch ihr Handeln entstanden sind, zu finden. Dies stärkt den Selbstwert des Kindes und es ist nicht mehr einfach das Opfer der ärgerlichen Eltern, die eine Strafe oder Lösung vorschlagen, gegen welche sie opponieren können.

Ich nenne diese Hilfestellung für Eltern: „Zuerst die alte Akte schliessen, bevor man eine neue öffnen kann!“

Die innere Einstellung zu diesem elterlichen Handeln ist: „Wir Eltern lieben dich, unser Kind, so sehr, dass wir nur in bereinigten Beziehungen weiterfahren wollen! Wir setzen alles daran, mit dir versöhnt zu sein.“

Die Eltern müssen so kein schlechtes Gewissen und keine Schuldgefühle mehr haben. Stefan spürte Sicherheit im gelassenen Verhalten der Eltern. Dass die Eltern von Stefan ihm auf diesem Weg geholfen haben, aus der Abwärtsspirale des eigenen Versagens auszusteigen, nämlich die Hausaufgaben nicht gemacht zu haben, entlastet Stefan ungemein. So hat er die hilfreiche Erfahrung gemacht, dass er selber Lösungen finden kann, für die er von den Eltern auch wieder Anerkennung erhält. Dies gibt ihm die Möglichkeit, wieder ohne Stress und mit seinen Eltern versöhnt die Aufmerksamkeit auf das Wesentliche in seinem Leben legen.

ADHS und Ritalin®: Könnte man nicht die gleiche Beruhigung des Kindes auch mit Ritalin® bewirken?

Es ist richtig, dass solche Kinder oft mit Medikamenten, zum Beispiel mit „Ritalin®“ oder „Concerta®“ etc. behandelt werden. Dass heisst jedoch noch lang nicht, dass solche Kinder wirklich im medizinischen Sinne krank sind. Denn diese Medikamente wirken auch bei Kindern und Erwachsenen, welche die Diagnose AD(H)S nicht haben. Der Unterschied in der Wirkung des Medikamentes ist jedoch weniger deutlich sichtbar. Eine hirnorganische Veränderung, die eindeutig und explizit als Ursache für ADHS festgestellt werden könnte, ist bis jetzt von Forschern noch nicht gefunden worden. Ebenso konnte bis zum jetzigen Zeitpunkt keine Störung der Aufmerksamkeit bei Kindern nachgewiesen werden. Im Gegenteil solche Kinder können bei entsprechender Motivation eine enorm hohe Konzentration aufbringen

Meiner Ansicht nach deckt das Verschreiben eines Medikamentes die Hilflosigkeit aller Beteiligten auf. Nur wenn das Kind so aufgedreht ist, dass es keine Möglichkeit mehr gibt, um mit ihm in Kontakt zu kommen, ist eine vorübergehende Abgabe von Ritalin® zu verantworten. Ein Kind, das die Erfahrung macht, nur von der sozialen Umwelt akzeptiert zu werden, wenn es die tägliche Dosis Ritalin® erhält, wird in seinem Vertrauen in seine Selbstwirksamkeit eingeschränkt. Dies ist jedoch die Voraussetzung für ein sicheres Selbstvertrauen. Das führt nun zu einem Teufelskreis von Minderwertigkeit und den sogenannten ADHS-Symptomen.

Es gibt ja die Dopaminmangelhypothese. Bei den sogenannten ADHS Kindern soll zu wenig von diesem Botenstoff zwischen den Synapsen vorhanden sein, was dann zu einer Aufmerksamkeitsstörung und die Hyperaktivität bei den Kindern führen soll.

Methylphenidat und verwandte Medikamente sind tatsächlich oft sehr wirksam. Wenn es auch bis zu 30 % „Non-Respondern“ gibt, also Kinder, welche auf das Medikament „Ritalin®“ nicht ansprechen.

Der Mangel an diesem Botenstoff Dopamin ist jedoch nur eine Hypothese, welche versucht zu erklären, warum ein Aufputschmittel hyperaktive Kinder beruhigen soll. Um die Wirkung von Methylphenidat zu verstehen, müssen wir im Gegenteil davon ausgehen, dass bei den so genannten ADHS-Kindern sogar ein Dopaminüberschuss besteht, der zu einer hohen Wahrnehmungsintensität und Handlungsfähigkeit des Kindes führt. Diese hohe Konzentration von Dopamin resultiert dann in den typischen ADHS –Symptomen.

Wir können davon ausgehen, dass Ritalin® in Tablettenform eingenommen, übermässiges Freisetzen des Botenstoffes Dopamin zwischen den Synapsen verhindert und darum auch impulsives und sozial unangemessenes Verhalten unterdrückt.

Gibt es denn keine körperliche und organische, also medizinische Ursache von ADHS?

Doch es gibt medizinische Ursachen von den sogenannten ADHS-Symptomen. Als Beispiel nenne ich die Fehlfunktionen der Schilddrüse, Tumore aber auch Medikamente. Hier sollte eine sorgfältige Abklärung durch einen Arzt stattfinden.

Denn haben ADHS-Symptome eine medizinische Ursache, müssen diese selbstverständlich auch durch einen Arzt behandelt werden.

Das heisst, dass es wichtig ist, mit dem Kind emotional in Kontakt zu treten und nicht mit einer Vier-Buchstaben Diagnose zu etikettieren?

Genau! Es ist die Aufgabe der Eltern, die innere Welt des Kindes zu verstehen und ihm zu helfen, aus seiner Verzweiflung von Versagen, Schuldgefühlen und Opferhaltung herauszufinden. Denn das können Kinder ohne die Hilfe ihrer Eltern nicht alleine bewerkstelligen.

Eine anspruchsvolle, aber auch dankbare Aufgabe, welche Eltern gegenüber ihren Kinder haben und übernehmen dürfen.

Das würde ja heissen, dass ADHS die Folge einer veränderten Sozialerfahrung ist?

Diese Beobachtung ist meines Erachtens richtig. Dr. Gerard Hüter, ein deutscher Neurobiologe, hat diese Aussage gemacht. Er führt das ADHS auf eine zu enge und nur auf sich fokussierte Beziehung zurück. Man sieht nur noch sich selber und hat keinen gemeinsamen Bezugspunkt ausserhalb von sich mehr. Ein Bezugspunkt ausserhalb von sich, wird in der Fachsprache „shared attention“ genannt: Eine Sache oder Person, auf die eine gemeinsame Aufmerksamkeit gerichtet wird. Eine solche gemeinsame Ausrichtung ist unter anderem der christliche Glaube, der uns von unserer Ich-orientierten Lebenseinstellung und eigenen Selbstbezogenheit wegführt. Das Augenmerk wird dann auf den Gott und Schöpfer ausserhalb von uns gelegt. Das führt automatisch weg von unserem Zwang, unseren individuellen Wertvorstellungen gerecht zu werden. Solche menschliche Wertvorstellungen habe ich bereits zusammenfassend beschrieben.

Die Folge eines solchen Glaubens, der sich dem dreieinigen Gott zuwendet, ist eine neue Freiheit und erweiterte Perspektive, welche Platz und Raum schafft für

gemeinsame Beziehungen und damit eben „shared attention.“ Es ist das Umsetzen des altbekannten Gebotes „Liebe Gott von ganzer Seele und ganzer Kraft und deinen Nächsten wie dich selbst!“

Und was hat dies nun alles mit dem christlichen Glauben zu tun?

(Lachen). Alles! Doch Spass beiseite. Beziehungen, wie wir sie in Familie, christlichen Gemeinden und Gesellschaft vorfinden, sind von Gott in die Schöpfung des Menschen hineingelegt worden. Der Glaube spricht von den Beziehungen zwischen den Menschen, aber auch zwischen den Menschen und Gott, als ihrem Schöpfer. Liebe, Schuld und Fehler, Vergebung und Versöhnung sind bei den sogenannten ADHS-Kindern und deren Eltern genauso ein ernst zu nehmendes Thema, wie bei allen anderen Menschen und Familien. Menschen werden dort Heil, wo eine Änderung der inneren Haltung geschehen darf, weil sie aus Betroffenheit die eigenen falschen Denk- und Verhaltensweisen erkennen.

Das ist auch der Weg, wie unser Gehirn sozial funktionsfähig wird, wenn aus einer inneren Betroffenheit die Vernetzung unser Nervenzellen verändert werden. So sieht es auf jeden Fall die Neurobiologie: Nur die persönliche Einsicht und Betroffenheit der eigenen Unzulänglichkeiten, Schwächen und Fehler führen zur Veränderung. Wer sich von der „alten“ biblische Botschaft betroffen machen lässt, welche uns aufzeigt, dass Gottes Liebe, Güte, Gnade und die Erlösung von der eigenen Schwachheit und Schuld das grösste menschliche Bedürfnis ist, erfährt auch eine persönliche Veränderung in seinen Beziehungen. Das Erfüllen dieses Bedürfnisses ist seit dem Sündenfall die grösste Sehnsucht des Menschen. Und genau diese Befreiung in einer neuen Beziehung bietet uns der dreieinige Gott in Jesus Christus an.

Was ist denn mit diesen Familien welche an Gott glauben oder sich sogar als „freikirchlich,“ bekennen und selber ein Kind mit ADHS –Symptomen haben?

Wiederum eine entscheidend und wichtige Frage. Es ist tatsächlich so, dass auch „gläubige“ Eltern und Familien Kinder mit solchen ADHS Symptomen haben. Vorschnell ein Urteil darüber zu fällen, wäre arrogant und lieblos. Niemand von uns kann sein Leben aus eigener Kraft in die Hand nehmen und kontrollieren.

Meine persönliche Erfahrung ist, dass es die grundsätzliche Tendenz des Menschen ist, sich hinter eigenen Wertvorstellungen zu verteidigen und sich oft hinter einer dicken Mauer von Selbstrechtfertigungen zu verstecken. Diese innere Haltung und Verhalten macht auch bei den „gläubigen“ Menschen und der Kirche nicht einfach Halt. Der Stolz des Menschen und die heutige Opfermentalität, welche quer durch alle Gesellschaftsschichten und Glaubensbekenntnisse geht, hindert uns oft die Freiheit der erweiterten Perspektive des „shared attention“, des Glaubens anzuwenden und so Vergebung und Versöhnung für mein persönlichen Versagen zu finden. Der fröhliche Tausch, nämlich das eigene Versagen und Schuld zu erkennen und abzugeben und dafür Vergebung zu erlangen, ist eine oftmals vergessene Form des christlichen Glaubens. Diese Form des christlichen Glaubens ist jedoch die Möglichkeit, in unseren Familien zu leben, was die heutigen Forscher „shared attention“ nennen und die Basis für jede Beziehung ist.

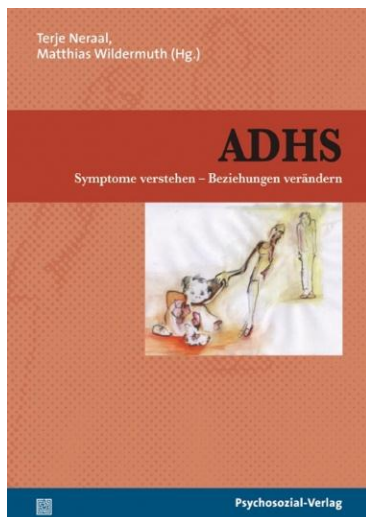
Der Ausdruck „Fröhlicher Tausch“ stammt vom Reformator Martin Luther (1484 – 1546). Martin Luther schreibt in seinem Schrift „*Von der Freiheit eines Christenmenschen*“ (1520) im 12. Abschnitt:

„Hier hebt nun der fröhliche Tausch und Wettstreit an: Christus ist ja Gott und Mensch, der noch nie gesündigt hat, und seine Rechtschaffenheit [Gerechtigkeit] ist unüberwindlich, ewig und allmächtig. Wenn nun er die Sünden der gläubigen Seele durch ihren Brautring (d.h. durch ihren Glauben) sich selbst zu eigen macht und geradeso tut, als hätte er sie getan, so müssen die Sünden im ihm verschlungen und ersäuft werden, denn seine unüberwindliche Gerechtigkeit ist allen Sünden zu stark.“

Das Wissen um diesen „fröhlichen Tausch“ ist die Grundlage jeder gelingender Beziehung in Ehe und Familie. Der christliche Glaube setzt dieses Wissen um, indem er sich an diese Verbundenheit zwischen ihm und Jesus Christus erinnert. Diese Erinnerung verändert das Denken und damit auch die menschliche Seele. Denn Gott lässt uns mit Seiner Botschaft nicht allein, sondern schenkt uns in seiner Güte auch verändernde Beziehungen.

Vielen Dank für dieses Interview!

Buchempfehlungen:



Terje Neraal et al.:
Symptome verstehen – Beziehungen verändern.
Psychosozial-Verlag



Gerard Hüther et al.:
Neues vom Zappelphilipp. ADHS verstehen, vorbeugen und behandeln.
Walter Verlag