

Dies ist ein Download von www.gerald-huether.de

Ein Interview für die Zeitschrift „Mensch&Natur“, in dem es um die Frage geht, ob Kinder heutzutage möglicherweise zu selten die Erfahrung machen, wie schön es ist, gemeinsam mit anderen etwas zu entdecken und zu gestalten:

Gemeinsam Einsam, „AD(H)S ist keine Krankheit, sondern ein Sozialisationsdefizit“

Prof. Dr. Gerald Hüther entwickelt eine neue Sicht auf dieses strapazierte Krankheitsbild

Rund eine Million Kinder leiden in Deutschland am Aufmerksamkeitsdefizit-Syndrom ADS und Variante mit Hyperaktivität ADHS. Circa 300.000 Kinder nehmen alleine in Deutschland Medikamente, welche tief in den Gehirnstoffwechsel eingreifen. Der Verbrauch des Wirkstoffs Methylphenidat, der im ADS-Mittel Ritalin enthalten ist stieg von 34 kg im Jahr 1993 auf rund 1,8 Tonnen im Jahr 2011. Die Auswirkungen dieser Behandlung auf die spätere Hirnentwicklung sind bisher nur unzureichend erforscht.

Der prominente Hirnforscher Gerald Hüther entwickelt eine neue These die besagt, den betroffenen Kindern fehlt die Erfahrung des Gefühls der Zugehörigkeit zu sozialen Gruppen durch „shared attention“. Diese These liegt different zur vorherrschenden schulmedizinischen Lehrmeinung dass AD(H)S eine angeborene Funktionsstörung des Gehirns, vor allem des Dopamin-Stoffwechsels sei.

M&N: Professor Dr. Hüther, welche Erklärungen haben Sie für die Entstehung von AD(H)S, welches ja in den letzten Jahren bei immer mehr Kindern diagnostiziert wird?

Hüther: Das wichtigste Problem, das die Kinder haben, ist eine unzureichende Fähigkeit ihre Impulse zu kontrollieren. Das Gehirn ist als ein sich selbst organisierendes System zu verstehen, das sich in hohem Maße durch Erfahrungen in Interaktionen strukturiert. Beziehungserfahrungen werden in neuronale Beziehungsmuster transformiert, die sich dann im Frontalkortex des kindlichen Hirnes verankern.

Damit Kinder, die zur Steuerung ihres Verhaltens erforderlichen Vernetzungen im Frontalhirn herausbilden können, müssten sie den Nutzen von Einfühlung, den Nutzen von Disziplin, den Nutzen von Handlungsplanung und Folgenabschätzung erleben und als wichtig und wertvoll empfinden können.

Am leichtesten geht das, wenn sie sich zusammen mit anderen um etwas kümmern, etwas entdecken oder gestalten.

Viele Familien verlieren sich heute in Freizeitaktivitäten. Dabei macht jeder etwas für sich, doch wenig geschieht gemeinsam. Auch der zunehmende Konsum von Medien trägt nicht zum gemeinsamen Erleben bei.

Wenn keine gemeinsamen Erfahrungen mehr gemacht werden, können sich auch die dabei aktivierten Vernetzungen der Nervenzellen im Gehirn nicht ausbilden.

Die Fähigkeit zu geteilter Aufmerksamkeit nennt man „shared attention“.

M&N: Was erklärt das?

Hüther: Die Erfahrungen dieser „shared attention“ bildet die Voraussetzung dafür sich selbst als Teil einer Gemeinschaft zu verstehen.

Durch „shared attention“ lernen wir, unsere eigenen Impulse zu kontrollieren, uns auf etwas Gemeinsames mit Disziplin einzulassen.

Haben Kinder diese Erfahrungen nicht gemacht, bleiben sie in der personalen Beziehung stecken. Dann entstehen Situationen wie ein Junge, nennen wir ihn Adrian, sie im Kindergarten erlebt:

Alle Kinder kommen zusammen um Gemeinsam einen Turm zu bauen. Adrian will auch dazu gehören. Er kann es jedoch nur, indem er eine personale Beziehung herstellt, was dann dazu führt, dass er die anderen beim Bauen stört. Damit geht er denen aber auf die Nerven und wird irgendwann ausgeschlossen.

Für solch eine schmerzvolle Erfahrung gibt es dann für diesen Adrian nur zwei Bewältigungsstrategien. Die aktive: Er macht das womit sich die anderen beschäftigen kaputt, ADHS.

Und die passive: Rückzug in die eigene Traumwelt, ADS.

Diese Verhaltensmuster werden dann, je häufiger sie „erfolgreich“ eingesetzt werden im Gehirn des betroffenen Kindes verankert.

M&N: Führen wir denn dann in der jetzigen Zeit Ihrer Ansicht nach das „richtige“ Leben mit unseren Kindern?

Hüther: Ich habe leider immer mehr das Gefühl, dass unsere Gesellschaft nur noch nach den Erfordernissen der Wirtschaft und nicht mehr nach den Bedürfnissen von Kindern ausgerichtet ist.

Stress, Hektik, Karrieredenken und andere Faktoren haben unser Familienleben stark verändert. Es ist auch nicht mehr nötig, sich gemeinsam um die Sicherung des familiären Zusammenlebens zu kümmern, also z.B. Brennholz für den Winter zu sammeln oder Nahrungsvorräte anzulegen. Auch der gemeinsame Kirchgang oder das gemeinsame kümmern um die Alten, was unsere Familien vor Generationen noch eng zusammengehalten hat, ist heute nicht mehr relevant.

Es wird zu wenig Wert auf gemeinsame Aktivitäten, Interessen, auf gemeinsame Ziele und Inhalte des Zusammenlebens gelegt. Man klammert sich aneinander und versichert sich ständig gegenseitig, wie wichtig man füreinander ist, ohne dabei aber den Fokus auf etwas außerhalb dieser personalen Beziehung zu legen. Das kann auch aus Gleichgültigkeit und Vernachlässigung passieren, wenn jedes Familienmitglied Medienprodukte konsumiert, ohne dass es dabei noch ein gemeinsames Erleben gäbe.

M&N: Was raten Sie uns Eltern?

Hüther: Wir müssten anfangen umzudenken!

Wir müssten wieder lernen unsere Kinder „zu sehen“, uns über das, was unser Kind gelernt hat, aufrichtig zu freuen. Mit unseren Kindern gemeinsam Erfahrungen sammeln, mit allen Sinnen und unter emotionaler Beteiligung, so dass es „unter die Haut“ geht.

Familien müssten, wieder einen Sinn für Gemeinsamkeiten herausbilden, gemeinsame Ziele verfolgen, gemeinsam Erleben und gemeinsam Fühlen, diszipliniert gemeinsam auf ein Ziel hinarbeiten z.B. das Bauen einer tollen Sandburg am Strand oder im Park, statt sie auf den Geräten im Vergnügungspark herum toben zu lassen. Dann haben beide, Kinder und Eltern den gemeinsamen Nutzen daraus und im kindlichen Gehirn können diese gemeinsamen Erlebnisse verankert werden.

Eigentlich braucht jedes Kind drei Dinge. Es braucht Aufgaben, an denen es wachsen kann, es braucht Vorbilder an denen es sich orientieren kann, und es braucht Gemeinschaften in denen es sich aufgehoben fühlt.