

Hans Peter Kjer

Arzt für Allgemeinmedizin - Homöopathie
Immenstädter Str.13a, 87527 Sonthofen
Tel. 08321 / 6763924
www.hanspeterkjer.de



Ein Thema, das in den letzten Jahren an Aktualität ständig zugenommen hat und sehr kontrovers diskutiert wird, ist das

ADHS

zu „gut Deutsch“: **Aufmerksamkeitsdefizit-Hyperaktivitätsstörung.**

Gut, dass es das Kürzel gibt. Es ist mittlerweile so geläufig, dass jedermann ungefähr weiß, was damit gemeint ist, wenn es auch – als Diagnose – in der Regel Unbehagen und Ängste bei den Betroffenen auslöst, zumal auch sogleich der Name eines Medikaments im Raume schwebt, welches bei Vielen sehr zwiespältige Empfindungen weckt: **Ritalin®**.

Diese früher unbekannte „Krankheit“ („Störung“ wäre wohl zutreffender) hat mittlerweile derartige Ausmaße angenommen, dass z.B. in den USA im Jahre 2000 schon 6 Millionen Kinder und in manchen Klassen bis zu 20% der Schüler Ritalin bekamen. Auch in Deutschland zählt die Behandlung mit Ritalin zum Standard, obwohl es auf die durchaus nachteiligen Auswirkungen dieses Medikaments inzwischen genügend ernstzunehmende Hinweise gibt. Genauere Informationen über ADHS erhält man z.B. in der Internet-Enzyklopädie „Wikipedia“ und auf der Web-Seite www.adhs-deutschland.de. Insbesondere empfiehlt sich auch ein Studium der Web-Seite www.ritalin-kritik.de, wenn man sich über die Problematik der Ritalinbehandlung informieren will.

Bei ADHS-Deutschland e.V. finden wir Hinweise auf die vermuteten Ursachen dieser Störung: *„Nach heutigem wissenschaftlichen Erkenntnisstand handelt es sich bei ADHS wahrscheinlich um eine Regulationsstörung im Frontalhirn auf genetischer Grundlage. Die Reizweiterleitung wird durch sogenannte Neurotransmitter bewirkt (u.a. Dopamin und Noradrenalin), die der Körper selbst produziert. Die Ausschüttung und Aufnahme dieser Botenstoffe befindet sich bei ADHS-Betroffenen nicht im Gleichgewicht.“* Wenig später lesen wir dort: *„ADHS ist nicht heilbar! Der Betroffene kann aber lernen, unter besseren Bedingungen zu leben und zu arbeiten“.*

Demgegenüber konnte eine deutsche Studie aus dem Jahre 2000 nachweisen, dass viele „hyperaktive Kinder sich beruhigen, wenn die Kommunikation und Interaktion innerhalb der Familie verbessert wird.“ Die Forscher wandten ausdrücklich keine stimulierenden Drogen an. Sie führten mit den „hyperaktiven“ Kindern und ihren Familien acht therapeutische Sitzungen innerhalb von neun Monaten durch. Sie stellten fest, dass bei achtzig Prozent der Kinder die Entwicklung einen positiven Verlauf genommen hatte. Viele von ihnen hatten sogar einen ausgezeichneten Schulerfolg.

Verständlich, dass so gegensätzliche Informationen Irritationen auslösen. Auf der einen Seite das Etikett einer gravierenden Diagnose, die den Betroffenen u.U. lebenslang anhaftet („nicht heilbar!“), und auf der anderen Seite ein relativ einfacher Lösungsansatz durch Verbesserung der zwischenmenschlichen Beziehungen. Wie lässt sich das verstehen?

Schauen wir noch einmal bei ADHS-Deutschland e.V. nach, einer Vereinigung, deren löbliches Interesse darin besteht, Betroffenen Hilfestellung anzubieten. Da steht über das Erscheinungsbild der Störung: *„Im Wahrnehmungsbereich: leichte Ablenkbarkeit, Tagträumerei, mangelndes Durchhaltevermögen, Kritikempfindlichkeit, extreme Vergesslichkeit. Im Sozialisationsbereich: Impulsivität, mangelnde Selbststeuerfähigkeit, niedrige Frustrationstoleranz, Schwierigkeiten planvoll zu handeln, Antriebslosigkeit. Im motorischen Bereich: Zappeligkeit, Ungeschicklichkeit in Grob- und Feinmotorik, falsche Kraftdosierung.“*

Wenn wir berücksichtigen, dass diese Symptome sich mit Hilfe psychotherapeutischer Beeinflussung nachweislich bessern lassen, zumal sie ja alle etwas mit der seelischen Struktur und dem

Empfinden des betreffenden Kindes zu tun haben, dann wirkt die Festschreibung einer genetisch verankerten unheilbaren körperlichen Störung viel zu drastisch und starr. Wenn wir zudem berücksichtigen, dass ADHS vor noch 50 Jahren so gut wie unbekannt war, und bedenken, wie die Welt sich in diesem Zeitraum verändert hat, dann ergibt sich die Frage, ob sich diese Störung nicht auf eine viel einfachere Weise erklären bzw. verstehen lässt. Rabauken, Zappelphilippe, Faulenzer und Träumer hat es schon immer gegeben, ohne dass sie jedoch kollektiv unter einem Krankheitsbild zusammengefasst wurden, und viele von ihnen sind nach manchmal jahrelangen Irrfahrten (z.B. indem sie schon als Jugendliche von zu Hause auskniffen, um in der Welt ihr Glück zu suchen – z.B. Felix Graf Luckner) schließlich doch anständige oder berühmte Persönlichkeiten geworden.

Kommen wir noch einmal auf die erwähnte „*Verbesserung der Kommunikation und Interaktion innerhalb der Familie zurück*“, welche einen durchgreifenden heilsamen Effekt zeigte. Die Familie ist der Bereich, in dem für den heranwachsenden Menschen die Grundlagen für seine Persönlichkeitsentwicklung und sein soziales Verhalten gelegt werden. Kinder richten sich nach Vorbildern aus, lernen durch Gewöhnung und Erfahrung. Und gerade im Bereich der Familie ist in den letzten Jahrzehnten eine zunehmende Aufweichung und Zerfaserung der inneren Strukturen zu beobachten, indem vielen Kindern mehr Freiheiten und Rechte eingeräumt werden, als ihnen gut tut und als dies jemals vorher in der Menschheitsgeschichte der Fall war, und die Eltern oft nicht mehr in der Lage sind, ihre Erziehungs- und Führungsrolle in genügendem Maße wahrzunehmen. Hierfür gibt es unterschiedliche Gründe: entweder, weil ihnen selbst die Notwendigkeit einer klaren Führung schon nicht mehr vermittelt wurde, weil sie aus falsch verstandener Toleranz oder Nachgiebigkeit den Kindern zu viele Freiräume einräumen, weil beide Elternteile berufstätig sind und nicht genügend Zeit für die Kinder haben und/oder weil oft die „elektrische Oma“ (das Fernsehen) dafür herhalten muss, die Kinder ruhig und bei Laune zu halten bzw. deren freie Zeit auszufüllen.

Wenn Kindern zu wenig Grenzen gesetzt werden, kann sich dies schon im Säuglingsalter auswirken, indem sie, entsprechend ihren zunehmenden Fähigkeiten ihren Aktionsradius ständig erweitern, an alles drangehen und die Eltern nur noch hinterherhetzen können, um das Schlimmste zu verhüten. Je mehr Freiraum einem Kind gelassen wird, umso mehr steigern sich seine Bedürfnisse und einen umso größeren Expansionsdrang entwickelt es, um die Welt zu entdecken und sich verfügbar zu machen. Demgegenüber kann man den alten „Laufstall“ durchaus als eine Erziehungshilfe ansehen, welches dem Kind eine Grenze setzt, innerhalb derer es sich selbst beschäftigen muss. Und in vielen alten Kulturvölkern war/ist es sogar üblich, dass die Mutter das Kleinste, was sich dabei kaum rühren kann, ständig mit sich auf dem Rücken herumtrug bzw. –trägt, wodurch dieses schon von Anfang an in sich zentriert wird (s.a. Jirina Prekop und Christel Schweitzer: „Das unruhige Kind – ein Ratgeber für beunruhigte Eltern“).

Heranwachsende sind heute mehr oder weniger schutzlos einer schier unübersehbaren Fülle von Einflüssen und Eindrücken ausgesetzt, die zu verarbeiten ihre Leistungsfähigkeit bei weitem überschreitet: Unmengen an Spielsachen, Gameboys, Playstations, Computerspiele, der Zugang zum Internet und die vielen verschiedenen Aktivitäten, die sie selbst oder die Eltern für unbedingt notwendig halten und die nur mit Hilfe eines Terminkalenders zu bewältigen sind (diverse Sportarten, Musikinstrumente, Ballett, Tanzgruppen, Kurse, Schützenverein usw.).

Ist es nicht ganz naheliegend, dass ein Kind die Orientierung verliert, wenn diese Einflüsse ein gewisses Maß überschreiten, dass es von ungeordneten Wünschen, Impulsen und Gedanken erfüllt ist und sich nicht mehr sammeln kann? Je feinfühlicher und durchlässiger ein Kind ist, umso weniger kann es sich schützen und umso mehr ist es gefährdet. Aber auch ein starker Wille, gepaart mit Begeisterungsfähigkeit und Eifer, kann dazu angetan sein, dass ein Kind sich mit Eindrücken und Aktivitäten vollsaugt und „abhebt“, sich nicht mehr bremsen kann. Alle Reize, die aufgenommen, alle Bedürfnisse, die geweckt und im Übermaß oder auch gar nicht befriedigt werden, können dazu führen, dass das betroffene Kind unruhig wird, sich nicht mehr konzentrieren kann und die Spannung in Form von ständiger Bewegung oder impulsiven Ausbrüchen nach außen ableitet. Aber auch das Gegenteil ist möglich, indem das Kind sich in die Welt des Fernsehens oder der elektronischen Unterhaltungsmedien verliert und nicht mehr genügend Realitätsbewusstsein aufbringt, um die Anforderungen und Pflichten des Lebens zu erfüllen. Es ist dann zwar ruhig, aber die Aufmerksamkeit und die seelischen Energien sind in vollkommen unwichtigen Dingen gebunden. Zusätzlich nimmt auch die Frustrationstoleranz ab, da es überwiegend daran gewöhnt ist, zu konsumieren, und so wird es grantig und aufsässig, wenn es seinen Bedürfnissen nicht nachkommen kann.

Noch ein weiterer Faktor spielt eine wichtige Rolle, der heutzutage wenig oder gar nicht bedacht wird. Das wäre die Frage der „inneren Führung“, die Ausrichtung der seelischen Kräfte auf Gott und das Bewusstsein, dass uns alles von Gott gegeben wird, dass Er uns durch das Leben leitet – wenn wir dazu bereit sind. Ein Kind, das in den Glauben seiner Familie eingebettet ist, bei dem das Gebet zum normalen Alltag gehört und das vom Vater im Himmel zumindest eine gewisse Ahnung hat, ist natürlich bewusst oder unbewusst in stärkerem Maße auf Gott ausgerichtet und bekommt in der Regel auch andere Wertmaßstäbe vermittelt als eines, dessen Aufmerksamkeit sich überwiegend oder ausschließlich auf die Dinge der Welt richtet. Hier haben die Eltern eine entscheidende Vorbildfunktion – sei es in der einen oder in der anderen Richtung.

Über allem stellt sich natürlich die Frage, wie das Problem ADHS konkret therapeutisch angegangen werden kann, da die betroffenen Kinder oft sehr anstrengend für ihre Umgebung sind, sich nur schwer lenken lassen und nicht selten erhebliche Schwierigkeiten in Gemeinschaften, in der Schule und in der Ausbildung haben. Aus dem bisher gesagten lassen sich eine Reihe von äußeren Einflussmöglichkeiten ableiten, z.B. indem man den Kindern andere Werte vermittelt als ein rein auf Aktivität und Konsum ausgerichtetes Denken, indem man die Kommunikation innerhalb der Familie verbessert und mehr Dinge gemeinsam unternimmt und indem man unnötige bzw. schädliche Reize soweit als möglich von den Kindern fernhält.

Eine weitere Möglichkeit besteht darin, die seelisch-geistige Verfassung mit Hilfe einer Bach-Blütentherapie auszugleichen und zu stabilisieren, damit das betreffende Kind für schädliche Einflüsse weniger empfänglich ist und in seinen Aktivitäten maßvoll bleibt. Infrage kommende Blüten wären u.a.: **Red Chestnut** zum Ausgleich einer zu ausgeprägten Feinfühligkeit; **White Chestnut**, um das Gedankenkarussell zur Ruhe zu bringen; **Impatiens**, damit das Kind Prioritäten setzen und weniger Dinge in Ruhe machen kann; **Vine**, damit es sich besser unterordnen und einfügen kann; **Vervain** zum Ausgleich eines über das Ziel hinausschießenden Eifers bzw. Temperaments; **Wild Oat**, damit das Kind seine eigene innere Linie findet. Da die Problematik sehr komplex ist und von weiteren Faktoren mitbestimmt wird (Charaktereigenschaften, Belastungen, dem sozialen Kontext usw.), macht eine Selbstbehandlung jedoch wenig Sinn, und insofern können die erwähnten Blüten nur zur Illustrierung dienen. Es sollte in jedem Fall ein erfahrener Therapeut zu Rate gezogen werden, der die Zusammenhänge aus dem notwendigen Abstand betrachten kann und über eine ausreichende Kenntnis der Bach-Blüten verfügt. Darüber hinaus kann es notwendig sein, die näheren Bezugspersonen in die Therapie einzubeziehen, um dadurch gleichzeitig das engere soziale Umfeld zu stabilisieren.

Auch die Hildegard-Heilkunde bietet eine ganze Reihe von Ansatzmöglichkeiten für die Therapie. Da wären beispielsweise einige Edelsteine zu nennen, die das Kind vor schädlichen Gefühlsimpulsen schützen (**Chrysolith, Chrysopras, blauer Chaledon, Beryll**), sowie pflanzliche Heilmittel, die ausgleichend auf die seelische Verfassung wirken (**Muskat-Zimt-Kekse, Kubebenkörner** usw.).

Mit dem genannten Repertoire lässt sich erfahrungsgemäß in vielen Fällen Gutes bewirken, und die Betroffenen sind darüber hinaus sicher nicht schlecht beraten, wenn sie ihr Bewusstsein auf die höheren Werte ausrichten, die das Leben bestimmen, und versuchen, gemeinsam mit ihren Kindern wieder beten zu lernen.