

ADS / ADHS Keiner ist allein krank - Gesundwerden in Beziehungen



1

Eine Erziehung, die zäh an Bestehendem festhält und Neues schroff ablehnt zwingt die Kinder in extreme Verhaltensmuster - sind sie doch tagtäglich mit Neuem und Andersartigem im Kindergarten, in der Schule oder in der Stadt konfrontiert. So ignoriert jede Vereinheitlichung in der Familie die Interessen des Einzelnen und setzt ihn unter Druck. Die eigentliche Hintergrundkulisse von ADS bzw. ADHS und die damit verbundene Lösung ist, „*wie*“ Eltern ihre Kinder erziehen. Doch dieser Tatsache wird noch viel zu wenig Bedeutung für unsere spätere Lebensentwicklung beigemessen.

Die Aufmerksamkeitsdefizitstörung ohne Hyperaktivität (ADS) oder mit Hyperaktivität (ADHS) ist eine im Kindesalter beginnende *psychische Störung*. Sie zeichnet sich aus durch Symptome, wie ungewöhnlich hohe Ablenkbarkeit, spontane Aktivitäten von kurzer Dauer, überhäufiges Wechseln zwischen Aktivitäten, ständige motorische Unruhe und geringes Durchhaltevermögen bzw. Ausdauer bei der Bewältigung von Aufgaben. Etwa 4 - 8% der Kinder in Deutschland zeigen Symptome einer Aufmerksamkeitsdefizitstörung mit oder ohne Hyperaktivität.

Um das *Wesen* psychischer Störungen, wie ADS/ADHS, zu verstehen, ist es wichtig, sich über das Familiensystem klar zu werden und herauszufinden, welche Rolle die Krankheit in dieser Familie übernommen hat. Wie sind die Beziehungen in der Familie beschaffen? Wie kommunizieren ihre einzelnen Mitglieder miteinander? Welche Vorstellungen haben sie voneinander?

Der systemisch-soziologische Denkansatz basiert darauf, **wie** Menschen miteinander kommunizieren und im kommunizieren dann in Schwierigkeiten kommen können, die sich in späterer Folge als körperliche und seelische Störungen niederschlagen. In einem systemisch-soziologischen Coaching ist demnach der *Klient* nicht das Kind, die Mutter oder der Vater, sondern *die zwischenmenschlichen, kommunikativen Beziehungen* zwischen den Familienmitgliedern. *Psychische Störungen sind Störungen in zwischenmenschlichen Beziehungen und nicht Störungen in der Seele eines einzelnen Menschen. Keiner ist allein krank.*

Gab es bis zum 20. Jahrhundert für die Mitglieder der überwiegend kleinen Lebensgemeinschaften schlichtweg keine Wahlmöglichkeiten von Lebensformen, so hat heute die multikulturelle Gemeinschaft so viele unterschiedliche Lebensformen, Überzeugungen und Lebensziele, dass jeder Versuch, eine verbindliche Erziehungsmethode herzustellen, Konflikte und Krisen in uns produziert.

Eine Erziehung, die zäh an Bestehendem festhält und Neues schroff ablehnt zwingt die Kinder in extreme Verhaltensmuster - sind sie doch tagtäglich mit Neuem und Andersartigem im Kindergarten, in der Schule oder in der Stadt konfrontiert. So ignoriert jede Vereinheitlichung in der Familie des 21. Jahrhundert die Interessen des Einzelnen und setzt ihn unter Rechtfertigungsdruck.

Kinder mit Symptomen, wie hohe Ablenkbarkeit, haben Eltern mit starren Standpunkten, an denen sie lange festhalten. Doch jede Einengung der Wahlmöglichkeiten ignoriert doch die Interessen des Einzelnen und löst Stress und Druckgefühl aus.

Nicht kontrollierbares überaktives Verhalten bei den Kindern deutet auf Eltern hin, die alles unter Kontrolle haben müssen und jeden Umgang miteinander bis ins kleinste Detail regeln. Generell verweisen Kinder mit ADS/ADHS-Symptomen auf ein unbewegliches, zögerndes, an Maßstäben und Regeln festhaltende Eltern, die dann auch noch jede Abweichung entsprechend sanktionieren. Probleme darf es eben nicht geben.

Die ältere Generation wurde noch in dem Erklärungsmodell erzogen, dass die **Erziehungsschwierigkeiten der Eltern die Erziehbarkeitsprobleme der Zöglinge waren. Alles was schief lief in der Erziehung war im Zögling selbst begründet und nicht im Versagen der Eltern.** Diese Haltung hat sich vielfach bis heute fortgesetzt. Eltern, die mit dem Rücken an der Wand stehen und nicht weiter wissen, können sehr viel Macht ausüben und die Kinder in psychische Störungen, wie ADS/ADHS, stürzen.

Doch Erziehungsarbeit sollte Beziehungsarbeit sein. Dazu gehört auch, dass den Kindern Entfaltungsmöglichkeiten gegeben werden und sie sich auch mal **entziehen** können!

Eine nachhaltige Auflösung der ADS/ADHS-Symptome kann demnach nur erfolgen, wenn die Bilder, die die einzelnen Familienmitglieder voneinander haben, zur Sprache gebracht und verändert werden. Familiensysteme gleichen einem Mobile. Wir verändern etwas an einer Stelle, und eine andere kommt in Bewegung.

Doch die erste Aufgabe auf dem Lösungsweg ist es, Eltern von psychotischen Kindern von einer meist eingebildeten Schuld zu entlasten. Sie geben sich die Schuld, das Leben eines Menschen zerstört zu haben. So verfolgte eine Mutter bis heute eine Situation, in der sie ihren etwa vierjährigen Sohn in den Dünen verloren und erst nach einer Stunde wieder fand. Sie muss noch heute weinen, wenn sie davon spricht, wie es ihm damals so allein wohl ergangen ist.

Übrigens: Seit 2003 ist ADS/ADHS auch im Erwachsenenalter anerkannt. Betroffene im Erwachsenenalter zeigen verschiedene andere *psychische Störungen*, wie Depressionen, Angststörungen, Störungen des Selbstbildes und Selbstwertgefühls sowie soziale Phobien. Bei Frauen werden auch verstärkt Essstörungen, wie Magersucht und Bulimie als Begleiterkrankung zu ADS/ADHS beobachtet.

Hier gilt ähnliches wie bei den zwischenmenschlichen Eltern-Kind-Beziehungen, nur die Akteure haben gewechselt. Jetzt ist es der Ehe- oder Lebenspartner, der zäh an Bestehendem festhält, Neues schroff ablehnt und alles unter Kontrolle haben muss - und wir machen es auch noch mit und bekommen in Folge psychische Störungen!



Buchempfehlung:

Bis das Leben wieder gelingt

Was uns krank macht und was uns heilt!

150 S., € 12.80, ISBN 978-3-8370-5311-1

Dieses Buch gibt Antwort darauf, was Menschen in dieser Zeit wissen müssen, wenn sie in ihrem Leben körperlich, seelisch und geistig frei und erfolgreich sein wollen. Dazu gehört eben auch, nicht nur über **umwelt**bedingte, sondern auch über soziale **umfeld**bedingte Risikofaktoren informiert zu sein. Erst dann ist eine nachhaltige Genesung möglich.

3

