

## Wenn die Seele überläuft

### Kinder- und jugendpsychiatrische Störungsbilder


#### Aktivitäts- und Aufmerksamkeitsstörungen

Eine Gruppe von Kindern rückt in den letzten Jahren immer mehr in das Blickfeld der Schulpsychologie sowie der Kinder- und Jugendpsychiatrie: Aufmerksamkeitsgestörte und Hyperaktive. Sie frustrieren Lehrer, ermüden Eltern und lösen Verstimmungen bei Therapeuten aus, weil sie so anstrengend und unberechenbar sind.

Die Ursachen für die Aufmerksamkeits-Defizit-Hyperaktivitätsstörungen im Schulalter sind kaum erschlossen. Die ehrlichste Antwort ist, dass man noch nicht genau weiß, welches Erklärungsmodell in Frage kommt. Es gibt eine große Anzahl theoretischer Ansätze, die möglicherweise alle in sich etwas für sich haben, aber empirisch nicht belegbar sind. Erklärungsmodelle beziehen sich auf genetische Faktoren, auf biochemische Ursachen, auf falsche Ernährung, auf medizinische Ursachen, Hirnschädigungen und ein problematisches soziales Umfeld.

Die meisten Menschen kennen Funktionszustände ihres Gehirns, die sie als unangenehm empfinden. Einerseits kann es sehr belastend sein, wenn zu viele Informationen vom Gehirn auf einmal bearbeitet werden müssen. Andererseits kann es aber auch außerordentlich quälend sein, wenn das Gehirn nicht mit genügend interessanten Informationen versorgt wird.

Manchen Menschen fällt es sehr leicht, sich auf eher monotone und abwechslungsarme Geschehnisse zu konzentrieren. Sie lassen auch in Situationen, in denen wenig um sie herum geschieht, noch ausreichend viele Reize in ihr Bewusstsein vordringen, so dass ihr Gehirn genügend Stoff zum Verarbeiten hat. Andere Menschen hingegen benötigen unbedingt eine reizintensivere Umgebung, damit ihr Gehirn hinreichend ausgelastet ist und sie sich wohl fühlen können. Geraten diese Menschen in Situationen, die ihrem Gehirn zu wenig interessantes Material zur Verarbeitung bereitstellen können, so führt das oft zu ausgeprägtem Unwohlsein.

Diese genannten Symptome zeigen jedoch fast alle Kinder und Jugendlichen in irgendeiner Weise. Sie werden nur dann als Störung klassifiziert, wenn sie weitaus stärker ausgeprägt sind, als das bei ihren Altersgenossen mit etwa gleicher Begabung zu beobachten ist. Erst wenn Kinder und Jugendliche derart betroffen sind, dass sie drohen, dadurch an wichtigen Entwicklungsaufgaben zu scheitern, sollte man eine medizinische Diagnose stellen. Dabei darf aber niemals aus den Augen verloren werden, dass diese Kinder und Jugendlichen grundsätzlich eine Besonderheit aufweisen, die auch mit vielen positiven Eigenschaften verbunden ist. Kinder und Jugendliche mit dieser Besonderheit sind oft besonders kreativ, kontaktfreudig, begeisterungsfähig und zeigen häufig auch besondere Begabungen im sportlichen Bereich. Bei vielen berühmten Wissenschaftlern wie z. B. Albert Einstein hat diese Besonderheit vorgelegen. Deswegen ist es unzulässig, Kindern und Jugendlichen mit dieser Besonderheit, auch wenn sie zu Anpassungsschwierigkeiten mit krankhaftem Ausmaß führt, eine Fehlfunktion des Gehirns, eine Störung des Stoffwechsels oder sogar kranke Erbanlagen zuzuschreiben. Manches funktioniert bei ihnen sicherlich anders als bei Menschen ohne diese Besonderheit. Eine Wertung, welche Funktionsweise des Gehirns die bessere oder normalere ist, hängt immer von den Anforderungen ab und kann daher nicht allgemeingültig vorgenommen werden. 

#### **Hilfe**

Kinder und Jugendliche, deren Anpassungsfähigkeit in der Schule oder in anderen sozialen Anforderungssituationen durch diese Besonderheit derart vermindert ist, dass ihre soziale Entwicklung gefährdet ist, benötigen in erster Linie liebevolle Bestätigung. Ansonsten können erlebte Misserfolge und Ausgrenzungen so in ihre Persönlichkeit integriert werden, dass sie selbst glauben, in ihrer Umgebung nur Chaos und Unglück hervorrufen zu können.

Gerade bei Präzisierung von Anforderungen und positiver Verstärkung bei deren Einhaltung gelingt es vielen betroffenen Kindern und Jugendlichen, die schwerwiegendsten Schwierigkeiten zu überwinden.

Bei manchen betroffenen Kindern und Jugendlichen kann es zusätzlich notwendig sein, ein Medikament zu geben, das das Gehirn stimuliert. Damit ist es den Kindern und Jugendlichen möglich,

auch in reizarmen Anforderungssituationen wie z. B. in der Schule dem Gehirn die Informationsaufnahme so zu erleichtern, dass sie sich auch ohne Begleitaktivitäten wohl fühlen. Die Medikamente, die angewandt werden, machen nicht süchtig.

### **Emotionale Störungen**

Kinder und Jugendliche haben bis zum Erwachsenenalter viele Entwicklungsaufgaben zu bewältigen. Neben dem Erlernen von Bewegungsabläufen und vielfältigen Kulturtechniken müssen sie sich einer zunehmenden Anzahl sozialer Anforderungen stellen. Dazu gehören die Übernahme von Autonomie und die Loslösung aus der Versorgung der erwachsenen Bezugspersonen und das Gewinnen und die Gestaltung von freundschaftlichen Kontakten zu Gleichaltrigen, die Auseinandersetzung mit ihrer pubertären Entwicklung und das Erlernen eines verantwortungsvollen Umgangs mit der Sexualität. Aber auch die Entwicklung des Gewissens als eine wesentliche Entscheidungsinstanz sowie die Fähigkeit, langfristige Konsequenzen von Entscheidungen abzuwägen, in fernerer Zukunft liegenden Zielen nachzueifern und eigene Interessen angemessen vertreten und durchsetzen zu können, sind wesentliche Voraussetzungen für das Erwachsenwerden. Kinder und Jugendliche müssen lernen, sich und ihre Fähigkeiten realistisch einzuschätzen und Frustrationen zu ertragen. Schließlich müssen sie sich auch mit der Begrenztheit und Endlichkeit ihrer irdischen Existenz auseinandersetzen.

Kaum ein Kind meistert diese Entwicklungsaufgaben, ohne dass es irgendwann einmal die eine oder andere Last dabei drückt. Gefühlsmäßige Reaktionen wie z. B. Niedergeschlagenheit, Selbstzweifel oder auch Zukunftsängste sind bei fast allen Menschen zumindest für kurze Zeiträume während ihrer Kindheit oder Jugend festzustellen. Solange es sich bei diesen Veränderungen jedoch nur um vorübergehende und nicht übermäßig ausgeprägte Phänomene handelt, sind diese als nicht krankhaft und besorgniserregend zu werten.

Bei nachhaltigeren Veränderungen mit deutlicher Einschränkung der Anpassungsfähigkeit kann jedoch ein Behandlungsbedarf entstehen, der meistens mit der Diagnosestellung einer emotionalen Störung einhergeht. Viele emotionale Störungen im Kindesalter scheinen somit eher Verstärkungen normaler Entwicklungstrends als eigenständige, qualitativ auffällige Phänomene darzustellen. Die Mehrheit der Kinder und Jugendlichen mit emotionalen Störungen ist als Erwachsene psychisch unauffällig.

### **Hilfe**

Die emotionalen Störungen des Kindes- und Jugendalters lassen sich weniger eindeutig in spezifischere Untergruppen einteilen. Sie sind in der Regel einer psychotherapeutischen Behandlung gut zugänglich. Eine Behandlung mit Medikamenten ist in den meisten Fällen nicht erforderlich. Hingegen ist eine Einbeziehung der Familie in den Behandlungsprozess meistens empfehlenswert.

### **Angststörungen**

Menschen sind unterschiedlich. Während der Gehirnentwicklung konkurrieren von frühester Kindheit an zwei verschiedene Systeme miteinander: Ein System, das Neugier und Risikobereitschaft fördert, sowie ein anderes System, das zur Vorsicht mahnt und für die Auslösung von Angstgefühlen zuständig ist.

Jeder Mensch bekommt zunächst eine individuelle Mischung aus beiden Systemen mit in die Wiege gelegt: Bei dem einen überwiegt das eine System, bei einem anderen das andere, oder es liegt ein Gleichgewicht beider Systeme vor.

Grundsätzlich ist es gut, dass Menschen unterschiedlich in diesen Eigenschaften sind, weil in der Gesellschaft auch unterschiedliche Aufgaben zu erfüllen sind. Somit ist es nicht krankhaft, wenn jemand etwas risikofreudiger oder etwas ängstlicher ist.

Das Kräfteverhältnis zwischen den beiden Systemen ist keinesfalls für das gesamte Leben festgelegt. Vielmehr führen Lebenserfahrungen dazu, dass sich das Gleichgewicht verschieben kann. Ein risikofreudiger Mensch, der durch sein Verhalten einige Male Unglück hervorgerufen hat, kann so im Laufe seines Lebens etwas vorsichtiger werden. Und jemand, der sehr ängstlich ist, kann aus Ärger, dass andere Menschen mehr erleben, mehr wagen und feststellen, dass das Risiko, das er eingeht, immer noch vertretbar ist.

Eine Angsterkrankung entsteht, wenn unbegründete Ängste so ausgeprägt werden, dass sie die Betroffenen in ihrem alltäglichen Leben einschränken.

Für die Aufrechterhaltung und Zunahme der Ängste spielt das Vermeiden der Angst eine große Rolle. Kinder und Jugendliche, die von einer Angsterkrankung betroffen sind, lernen, dass ein Weglaufen vor

der Angst auslösenden Situation zu einer kurzzeitigen Verringerung des Angstgefühls führt. Mit jeder Erfahrung, dass sich Angst durch Vermeidung der auslösenden Situation verringert, prägt sich bei den Betroffenen tiefer die Gewissheit ein, dass eine Verringerung des Angstgefühls nur durch eine solche Angstvermeidung zu erreichen ist. Dadurch nimmt jedoch die Angst vor der nächsten ähnlichen Situation zu. Es kommt in der Folge zu einer zunehmenden Isolierung und zu einer solchen Steigerung der Angst, dass hieraus kein Entrinnen mehr denkbar erscheint.

### **Hilfe**

Eine solche Angsterkrankung kann dann erfolgreich überwunden werden, wenn die betroffenen Kinder und Jugendliche mit psychotherapeutischer Hilfe behutsam an die Angst auslösenden Situationen herangeführt werden. Indem sie die Erfahrung machen, dass auch ein Aushalten der Angst nach einer gewissen Zeit zu einem Nachlassen des Angstniveaus führt, kann die Angst dauerhaft überwunden werden. Bewährt hat sich dabei der Einsatz von Entspannungsverfahren, die dabei helfen, den körperlichen Angstsymptomen in den auslösenden Situationen entgegenzuwirken.

### **Essstörungen**

Unter dem Begriff der Essstörungen verbirgt sich eine Vielzahl an unterschiedlichen Störungsbildern, die alle in irgendeiner Weise mit dem Essen zu tun haben, jedoch nicht auf eine einheitliche Ursache zurückzuführen sind.

Bei der krankhaften Esssucht kann beispielsweise das Essverhalten Ausdruck des Bedürfnisses nach Fürsorge und Versorgung sein. Es kann aber auch auf unterdrückte aggressive Impulse hinweisen, die im wahrsten Sinne des Wortes heruntergeschluckt werden. Somit findet man bei Kindern und Jugendlichen mit Essstörungen fast immer begleitend Zeichen einer emotionalen Störung im Sinne dysfunktionaler Bewältigungsversuche noch ausstehender Entwicklungsaufgaben. Hinter dem problematischen Essverhalten stehen der Hunger nach Bestätigung, Anerkennung und der Wunsch, geliebt zu werden.

Ein herausragendes Störungsbild unter den Essstörungen stellt die Anorexie - Magersucht dar. Sie befällt überwiegend Mädchen im Pubertätsalter oder danach. Neben möglichen emotionalen Belastungen spielt häufig in der Anfangsphase der Erkrankung die Interaktion in der Familie eine besondere Rolle. Die Sorge der anderen Familienmitglieder um die Jugendliche, die nicht mehr ausreichend Nahrung zu sich nimmt, führt oft dazu, dass die Betroffene in den Mittelpunkt der Aufmerksamkeit der Familie rückt. Damit ist nicht selten ein Zuwachs an Einfluss der Betroffenen innerhalb der Familie verbunden. Die übrigen Familienmitglieder sind oft dazu bereit, mit einem großen Aufwand zum Beispiel bei der Zubereitung besonderer Speisen der Entkräftung der Betroffenen entgegenzuwirken. Das Scheitern dieser Strategie kann in den Familien zu erheblichen Konflikten führen, so dass dort heftige Schwankungen zwischen liebevoller Anteilnahme und sorgenvoller Zuwendung einerseits und Verärgerung andererseits zu beobachten sind.

Kritisch wird die Erkrankung dann, wenn für die Betroffenen die Gewichtsabnahme außer Kontrolle gerät. Das Abnehmen kann sich derart verselbstständigen, dass sich die Betroffenen kaum noch dagegen wehren können. Durch das Hungern werden Glücksgefühle ausgelöst, die bei einer Gewichtszunahme in ausgeprägte Niedergeschlagenheit umschlagen können. Es kommt zu einer Verschiebung des gesamten Hormonhaushaltes. Das Idealbild vom Körper verschiebt sich immer weiter weg von der „Normalität“, bis schließlich Gewichtsbereiche angestrebt werden, die mit dem Leben nicht mehr vereinbar sind. Bei derart schwerwiegenden Erkrankungen besteht eine erhebliche gesundheitliche Gefährdung. Auch heute noch versterben einige Betroffene an dieser Erkrankung.

### **Hilfe**

Deswegen ist in einem fortgeschrittenen Stadium meistens eine Behandlung in einer kinder- und jugendpsychiatrischen Klinik unvermeidlich. Dort wird durch vielfältige psychotherapeutische Strategien versucht, mögliche Auslöser ebenso wie die Folgeerscheinungen bearbeiten. Die Heilungschancen haben sich in den letzten Jahren deutlich verbessert, 60 bis 70 Prozent der Betroffenen können heute geheilt werden.

### **Drogen**

Neugierde, Experimentierfreude, Suche nach Grenzerfahrungen, das Hinterfragen bestehender Werte, die Sucht nach Leben sind in der Pubertät besonders ausgeprägt. Die gesellschaftlichen Gegebenheiten, Nikotin und Alkohol konsumierende Vorbilder, die allgemeine Akzeptanz legaler Drogen, ihre Verfügbarkeit und die Ignoranz der Folgen spielen eine große Rolle, dass Drogen zu einem für Kinder und Jugendliche spannenden Experimentierfeld werden.

Drogen sind psychoaktive Substanzen, die u. a. das Zentralnervensystem manipulieren und ein Suchtpotenzial haben. Unter Sucht verstehen wir das nicht mehr kontrollierbare Verlangen nach einer psychoaktiven Substanz.

Alkohol und Tabak sind die am häufigsten konsumierten Substanzen. Es folgen Medikamente wie Beruhigungs- und Schmerzmittel und illegale Drogen (Cannabis, Amphetaminderivate wie z. B. Ecstasy sowie Heroin, Kokain und LSD).

Neben körperlichen Veränderungen sind auch die sozialen Folgen für die Kinder und Jugendlichen beträchtlich (Isolation und Ausgrenzung aus dem bisherigen Freundeskreis, Ärger mit den Eltern, Probleme in Schule und Ausbildung). Dazu kommen bei illegalem Drogenkonsum durch die so genannte Beschaffungskriminalität häufig Konflikte mit dem Gesetz. Das wiederum kann zu einer schweren Last für die soziale Integration der Kinder und Jugendlichen werden.

### **Hilfe**

In jeder Kommune gibt es professionelle Hilfsangebote wie z. B. Drogenberatungsstellen, Aufklärungsprogramme für Schüler, Eltern und Lehrer. Ein Aufenthalt in einer Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie wird bei Notfallsituationen und schweren Vergiftungen sowie bei krisenhaften Zuspitzungen im sozialen Umfeld besonders innerhalb der Familie notwendig.

*Bitte mit Linkliste verlinken*