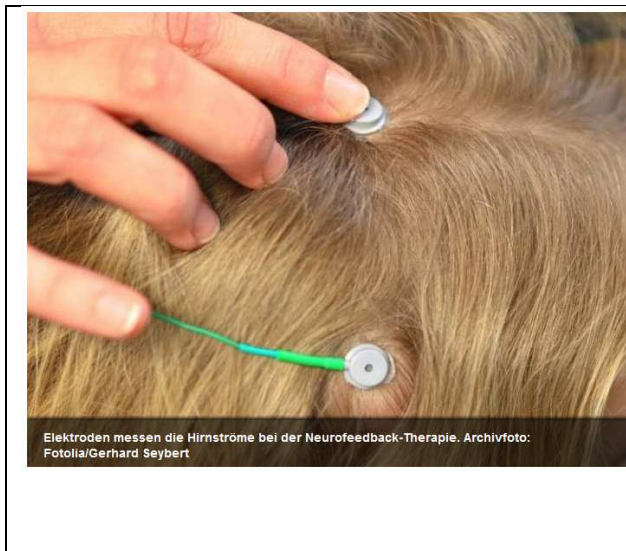


Neurofeedback-Therapie gegen ADHS - Wiesbadener Psychologin Henna Laurén überzeugt

WIESBADEN - Sie sind unruhig, unkonzentriert und oft impulsiv: Kinder mit ADHS. Das kann nicht nur in der Schule, sondern auch in der Familie zu Konflikten führen. Doch vor allem leiden die Kinder selbst an der Störung: Sie scheitern früh an Aufgaben, die ihre Altersgenossen problemlos bewältigen. „Wenn das Kind darunter leidet, ist eine Therapie sinnvoll“, sagt die angehende Psychologin (Bachelor) Henna Laurén. Sie arbeitet in der **Wiesbadener Praxis von Kinder- und Jugendpsychiater Dr. Nawid Peseschkian** mit der Neurofeedback-Methode. Eine Therapie, die oft ähnlich gute Erfolge zeige, wie die medikamentöse Behandlung.



[Zur Person](#)

Henna Laurén arbeitet seit drei Jahren als Psychologin in der Wiesbadener Praxis für Kinder- und Jugendpsychiatrie von Dr. Nawid Peseschkian. Hier leitet sie den Bereich Neurofeedback. Ihren Bachelor in Psychologie hat sie an der Uni Mainz gemacht, wo sie derzeit kurz vor dem Master-Abschluss steht. In Finnland hat sie zudem einen Abschluss mit den Schwerpunkten Pädagogik und Sonderpädagogik gemacht und ist Lehrerin für Deutsch, Finnisch und Psychologie. Zusätzlich hat sie eine Weiterbildung zur Familien- und Konfliktberaterin auf Basis der Positiven Psychotherapie absolviert. Die 30-Jährige wohnt in Wiesbaden.

Frau Laurén, ADHS wird umgangssprachlich auch als „Zappelphilipp-Syndrom“ bezeichnet. Macht man es sich damit zu leicht?

Ja, das ist ein bisschen zu einfach. Denn das Zappeln, also die Hyperaktivität, ist nur eines der Kriterien für ADHS – die Aufmerksamkeitsdefizit- und Hyperaktivitätsstörung. Zusätzlich haben Kinder auch Probleme mit der Impulskontrolle und der Aufmerksamkeit. Manchmal liegt auch überhaupt keine Hyperaktivität vor. Dann spricht man von ADS.

Wie wirkt sich die Störung auf den Alltag betroffener Kinder und ihrer Familien aus?

Die Störung zieht sich durch den gesamten Tagesablauf und fängt schon beim Aufstehen und Anziehen an. Hier zeigt sich die strukturelle Schwäche der Kinder. Ganz typisch sind Probleme bei den Hausaufgaben. Die Eltern fordern, dass die Aufgaben erledigt werden. Die Kinder vermeiden sie, weil ihnen die Konzentration schwerfällt. Das sorgt für Konflikte, die sich täglich wiederholen. Es ist ein Teufelskreis.

Halten die Kinder überhaupt einen normalen Schultag durch?

Manche schaffen es mit viel Anstrengung, sind danach aber völlig platt. Anderen gelingt es nur mit Medikamenten oder in Kleingruppen, in denen sie weniger abgelenkt werden. ADHS-Kindern fällt es schwer, das Relevante im Unterricht herauszufiltern. So können sie sich vielleicht an die Farbe des Rucksacks des Sitznachbarn erinnern, aber nicht daran, was die Lehrerin gesagt hat.

Es gibt verschiedene Behandlungsansätze für ADHS. Aber muss man die Störung überhaupt immer behandeln lassen?

Wenn es die Betroffenen und ihre Umwelt belastet, dann schon. Oft zeigt sich erst zu Schulbeginn, wie belastend die Störung tatsächlich ist. Denn plötzlich wird von den Kindern ein bestimmtes soziales Verhalten und schulische Leistungen erwartet, die sie nicht erfüllen können.

In der Behandlung von ADHS spielen Medikamente wie Ritalin eine große Rolle. Werden die Kinder, die ja im Schulalltag oft stören, damit einfach ruhiggestellt?

Nein. Diese Medikamente helfen den Kindern, ihr Potenzial richtig abzurufen. Medikamente werden nur dann verschrieben, wenn ein Leiden besteht, und die Kinder mit ihrem Alltag nicht zurechtkommen. Sinnvoll ist immer eine multimodale Therapie, in der Elternterapie, Therapie für das Kind, Zusammenarbeit mit den Institutionen und Schule und in manchen Fällen auch Medikation zusammenwirken. Entscheidend ist hier aber eine saubere Diagnose. Man darf diese Medikamente nicht einfach jedem Kind verabreichen, das unruhig ist.

Passiert das denn?

Es kann durchaus zu Fehldiagnosen kommen, denn ähnliche Symptome können auch durch eine temporäre Belastung entstehen – einen Todesfall in der Familie oder eine Überforderung in der Schule. Wir machen deshalb eine umfassende Diagnostik und befragen auch die Eltern und die Schule zum Verhalten des Kindes.

In Ihrer Praxis wird die Neurofeedback-Methode zur Behandlung von ADHS angewandt. Wie funktioniert das?

Mit Neurofeedback soll die Steuerungsfähigkeit der Kinder verbessert werden. Es werden dafür Elektroden am Kopf befestigt, die die Hirnströme messen. Das Kind sitzt vor einem Computer und muss mit reiner Gedankenkraft ein Flugobjekt auf dem Bildschirm bewegen. Anspannung lässt es steigen, Entspannung lässt es sinken. Wir erklären ihnen vorher nicht, wie es funktioniert. Das sollen sie selbst ausprobieren. Mit dem Programm lernen sie, ihre Konzentration zu halten. Das können sie dann auf den Alltag in der Schule übertragen.

Und wie erfolgreich ist die Neurofeedback-Therapie?

Sie kann erfolgreich sein, vor allem, wenn die Kinder aktiv mitarbeiten und motiviert sind. Die Wirksamkeit von Neurofeedback wird auch durch verschiedene Studien bestätigt. Bei uns haben die Kinder in der Regel 20 Sitzungen und kommen einmal in der Woche. Drei Monate nach Therapieende ist eine Auffrischung nötig. Danach fällt es den Kindern in der Regel leichter, ihre Aufmerksamkeit zu steuern.

Kann das Neurofeedback Medikamente wie Ritalin ersetzen?

Nein, nicht immer. Studien zeigen zwar, dass beides gleich wirksam ist, doch nicht jede Therapie funktioniert bei jedem gleich gut. Medikamente greifen schneller, Neurofeedback hingegen ist noch nicht flächendeckend verfügbar und muss in der Regel bei gesetzlich Versicherten privat gezahlt werden. Eine Sitzung kostet 70 Euro. Neurofeedback ist eine sehr gute unterstützende Therapie, durch die manchmal die Menge der Medikation reduziert werden kann.

Die Zahl der ADHS-Diagnosen steigt auch in Wiesbaden. Gibt es inzwischen genug Angebote für betroffene Familien?

Die psychiatrische Versorgung in Wiesbaden könnte besser sein. Viele Kinder müssen lange auf einen Therapieplatz warten. Und ein Jahr auf der Warteliste, kann sich stark auf die schulische Entwicklung auswirken. Gut ist, dass viele Schulen inzwischen sehr wachsam sind und das Verhalten der Kinder beobachten. Obwohl sie meist mehr auf die zappeligen Kinder achten, als auf die Träumer.

Oft wird nur über die Probleme gesprochen, die ADHS verursacht. Doch es gibt auch Dinge, die Kinder mit dieser Störung besonders gut können, oder?

Absolut. Sie sind kreativ, reagieren schnell und sind im positiven Sinne sehr lebhaft. Aus der eigenen Erfahrung heraus sind sie zudem oft empathisch und haben Mitgefühl für andere. Gerade im Sport können sie mit ihrer Energie sehr erfolgreich sein, wenn es ihnen gelingt, sie richtig zu lenken. Diese Kinder müssen einfach nur ihre Nische finden.

Das Interview führte Eva Bender.