



Thomas E. Brown

ADHS bei Kindern und Erwachsenen – eine neue Sichtweise

Deutschsprachige Ausgabe herausgegeben
von Franz Petermann

 **hogrefe**

ADHS bei Kindern und Erwachsenen – eine neue Sichtweise

ADHS bei Kindern und Erwachsenen – eine neue Sichtweise

Thomas E. Brown

Wissenschaftlicher Beirat Programmbereich Psychologie:

Prof. Dr. Guy Bodenmann, Zürich; Prof. Dr. Lutz Jäncke, Zürich; Prof. Dr. Franz Petermann, Bremen;
Prof. Dr. Astrid Schütz, Bamberg; Prof. Dr. Markus Wirtz, Freiburg i. Br.

Thomas E. Brown

ADHS bei Kindern und Erwachsenen – eine neue Sichtweise

Aus dem amerikanischen Englisch von
Benedikt Gers und Franz Petermann

Deutschsprachige Ausgabe herausgegeben von Franz Petermann



Geschützte Warennamen (Warenzeichen) werden nicht besonders kenntlich gemacht. Aus dem Fehlen eines solchen Hinweises kann also nicht geschlossen werden, dass es sich um einen freien Warennamen handelt.

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://www.dnb.de> abrufbar.

Dieses Werk einschließlich aller seiner Teile ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung außerhalb der engen Grenzen des Urheberrechtes ist ohne Zustimmung des Verlages unzulässig und strafbar. Das gilt insbesondere für Kopien und Vervielfältigungen zu Lehr- und Unterrichtszwecken, Übersetzungen, Mikroverfilmungen sowie die Einspeicherung und Verarbeitung in elektronischen Systemen.

Anregungen und Zuschriften bitte an:

Hogrefe AG
Lektorat Psychologie
Länggass-Strasse 76
3012 Bern
Schweiz
Tel: +41 31 300 45 00
E-Mail: verlag@hogrefe.ch
Internet: <http://www.hogrefe.ch>

Lektorat: Dr. Susanne Lauri
Herstellung: René Tschirren
Umschlagabbildung: iStock/krblockhin
Umschlag: Claude Borer, Riehen
Satz: punktgenau GmbH, Bühl
Druck und buchbinderische Verarbeitung: Finidr s. r. o., Český Těšín
Printed in Czech Republik

Das vorliegende Buch ist eine Übersetzung aus dem Englischen. Der Originaltitel lautet „A New Understanding of ADHD in Children and Adults – Executive Function Impairments“ von Thomas E. Brown. Authorised translation from the English language edition published by Routledge, a member of the Taylor & Francis Group LLC. © 2013 Taylor & Francis.

The right of Thomas E. Brown to be identified as author of this work has been asserted by him in accordance with sections 77 and 78 of the Copyright, Designs and Patents Act 1988. All rights reserved.

1. Auflage 2018
© 2018 Hogrefe Verlag, Bern

(E-Book-ISBN_PDF 978-3-456-95854-5)
(E-Book-ISBN_EPUB 978-3-456-75854-1)
ISBN 978-3-456-85854-8
<http://doi.org/10.1024/85854-000>

Nutzungsbedingungen:

Der Erwerber erhält ein einfaches und nicht übertragbares Nutzungsrecht, das ihn zum privaten Gebrauch des E-Books und all der dazugehörigen Dateien berechtigt.

Der Inhalt dieses E-Books darf von dem Kunden vorbehaltlich abweichender zwingender gesetzlicher Regeln weder inhaltlich noch redaktionell verändert werden. Insbesondere darf er Urheberrechtsvermerke, Markenzeichen, digitale Wasserzeichen und andere Rechtsvorbehalte im abgerufenen Inhalt nicht entfernen.

Der Nutzer ist nicht berechtigt, das E-Book – auch nicht auszugsweise – anderen Personen zugänglich zu machen, insbesondere es weiterzuleiten, zu verleihen oder zu vermieten.

Das entgeltliche oder unentgeltliche Einstellen des E-Books ins Internet oder in andere Netzwerke, der Weiterverkauf und/oder jede Art der Nutzung zu kommerziellen Zwecken sind nicht zulässig.

Das Anfertigen von Vervielfältigungen, das Ausdrucken oder Speichern auf anderen Wiedergabegeräten ist nur für den persönlichen Gebrauch gestattet. Dritten darf dadurch kein Zugang ermöglicht werden.

Die Übernahme des gesamten E-Books in eine eigene Print- und/oder Online-Publikation ist nicht gestattet. Die Inhalte des E-Books dürfen nur zu privaten Zwecken und nur auszugsweise kopiert werden.

Diese Bestimmungen gelten gegebenenfalls auch für zum E-Book gehörende Audiodateien.

Anmerkung:

Sofern der Printausgabe eine CD-ROM beigelegt ist, sind die Materialien/Arbeitsblätter, die sich darauf befinden, bereits Bestandteil dieses E-Books.

Das Entwirren der Komplexität hat gerade erst begonnen... Aber selbst in seinen frühen Phasen benötigt man Weitblick, wenn man irgendwo ankommen will.

Gerald M. Edelman (1992)

Bright Air, Brilliant Fire: On the Matter of the Mind

Vielleicht ist es dem Menschen besonders wichtig, an jedem Tag unseres Lebens uns und andere an unsere Komplexität, Zerbrechlichkeit, Endlichkeit und Einzigartigkeit zu erinnern.

Antonio R. Damasio (1994)

Descartes' Error: Emotion, Reason and the Human Brain

Inhalt

Danksagung	9
Vorwort zur deutschen Ausgabe	11
Einleitung	13
1 35 Mythen über ADHS und warum sie falsch sind	17
2 Eine neue Sichtweise für eine alte Störung – ADHS als Problem der Exekutivfunktionen	33
3 Was über die Ursachen und die Natur von ADHS bekannt ist	55
4 Wie die neue Sichtweise die Diagnostik der ADHS bei Kindern und Erwachsenen verändert	79
5 Wie man durch eine ADHS-Therapie die Exekutivfunktionen verbessern kann	97
6 Warum viele Lern- und psychische Störungen oft gemeinsam mit einer ADHS auftreten	123
Literatur	153
Sachwortregister	177
Über den Autor	187

Danksagung

Für meine Frau Bobbie in tiefer Dankbarkeit und Liebe für alles, was du bist, was du gibst, und dass wir immer noch alles miteinander teilen. Du bist das Licht meines Lebens! Und Dank an unsere Familie, Liza, Dave, Nancy, Abel, Noah und Simone, für eure großzügige Liebe, eure Ermutigung und euer andauernder Sonnenschein. Ich bin auch Philipp Reichel dankbar, der mir als Forschungsassistent in diesem Projekt half; er bot nicht nur wissenschaftliche Unterstützung, sondern lieferte auch viele hilfreiche Vorschläge.

Dank auch an George Zimmar, meinen Verleger, für seine großzügige Ermutigung und seinen Beitrag zu diesem Projekt, an Rob Brown für die Koordinierung der Arbeit, an Lorna Hawes für ihre sorgsame Überarbeitung, an Sally Beesley für die attraktive Gestaltung des Bucheinbandes, an Jennifer Sefa-Boakye für die Koordinierung des Marketings, an Christopher Tominich für das Handhaben unzähliger Details und an alle anderen im Routledge/Taylor and Francis Team, die geholfen haben, dieses Projekt fertigzustellen und den Lesern zur Verfügung zu stellen.

Vorwort zur deutschen Ausgabe

Kaum eine psychische Krankheit hat in den letzten Jahren so starke Kontroversen ausgelöst wie die Beschäftigung mit der ADHS. Es wurde in den letzten 40 Jahren mehrfach das Grundverständnis über die Ursachen und eine angemessene Therapie verändert. Es wurde kontrovers über die Bedeutung der Psychotherapie, die Wirksamkeit der Pharmakotherapie und des Eltern-Kind-Trainings im Rahmen der Behandlung von Kindern mit ADHS diskutiert. Und während dieser Jahrzehnte sind Eltern und Lehrkräfte aktiviert worden und formulierten die Notwendigkeit einer umfassenden Problembearbeitung. Im professionellen Bereich wurden Initiativen von Kinderärzten, Kinder- und Jugendpsychiatern, Kinder- und Jugendlichenpsychotherapeuten, Pädagogen, Ergotherapeuten usw. gestartet, die zu einer besseren Versorgung dieser Kinder und Jugendlichen beitragen wollten und auch vieles bewirkt haben. Bislang wurde noch keine umfassende Bilanz erstellt, wie der Ertrag all dieser Bemühungen zu bewerten ist.

Vermutlich ist der Eindruck nicht völlig falsch, dass die Diskussion um die ADHS nicht so wirklich vorankam. An diesem Punkt setzt das Buch von Thomas Brown an. In sehr provokanten Thesen wird eine neue Sichtweise der ADHS angekündigt, die einige Grundsätze der alten Sichtweise infrage stellt. Auch die überarbeiteten Klassifikationssysteme (DSM-5, ICD-11) vollziehen diesen Wandel zu einer neuen Sichtweise – wenn auch nur zaghaft.

Thomas Brown betrachtet die ADHS als ein komplexes Syndrom von entwicklungsbezogenen Störungen der Exekutivfunktionen, wobei es sich um eine situationsvariable Erkrankung über die Lebensspanne handelt. Eine ADHS schränkt in vielfältiger Weise die Funktionsfähigkeit der Betroffenen im Alltag ein. Die Einschränkungen im Bereich Schule, Ausbildung, Beruf und Familie werden in dem vorliegenden Buch gut beschrieben. Immer wieder wird illustriert, welche Konsequenzen Aufmerksamkeitsprobleme, Defizite im Arbeitsgedächtnis, eine eingeschränkte

Planungskompetenz und unzureichende Beharrlichkeit (Ausdauer) zur Folge haben. Die auffälligen Exekutivfunktionen verhindern, dass ein Selbstmanagement der Patienten gelingt. Selbstmanagement steht letztlich für eine konsequente Planung und Organisation des Alltags.

Manche Sichtweisen in diesem Buch sind neu: ADHS stellt eine Entwicklungsverzögerung der Exekutivfunktionen dar. Selbst viele etablierte pädagogische und psychotherapeutische Ansätze werden durch diese Sichtweise stark relativiert.

Thomas Brown engagiert sich in diesem Buch stark für eine medikamentöse Therapie der ADHS. Über diesen Punkt kann man streiten, jedoch sind vor dem Hintergrund gestörter Exekutivfunktionen die Überlegungen konsequent zu Ende gedacht.

Das vorliegende Buch geht auch sehr klar auf die Konsequenzen der ADHS im Kindes-, Jugend- und Erwachsenenalter ein. Die Vielfalt der komorbiden Beeinträchtigungen und die Stabilität der ADHS werden sehr deutlich illustriert. Die Komplexität der ADHS wird dadurch unterstrichen. Man kann Thomas Brown dabei zustimmen, dass es sich bei der ADHS um eine grundlegende (fundamentale) psychische Störung über die Lebensspanne handelt.

Die vorliegende Textfassung wurde an einigen Stellen gegenüber der Originalausgabe überarbeitet und aktualisiert (z.B. im Hinblick auf das DSM-5). Die Übersetzung fertigte ich gemeinsam mit Benedikt Gers an; Paul Röhr unterstützte uns bei der Textbearbeitung.

Bremen, im Dezember 2017

Franz Petermann

Einleitung

Aufmerksamkeitsdefizitstörung (ADS) oder Aufmerksamkeitsdefizit-Hyperaktivitätsstörung (ADHS) wird in der medizinischen Literatur seit über 100 Jahren mit einer Vielzahl verschiedener Bezeichnungen beschrieben. (In diesem Buch wird der Begriff „ADHS“ verwendet, um Aufmerksamkeitsdefizitstörungen mit oder ohne Hyperaktivität zu bezeichnen.) Während eines Großteils dieser Zeit lag der Schwerpunkt auf den Verhaltensproblemen von jungen Kindern, die als überaktiv und unaufmerksam beschrieben wurden. Der Begriff „Aufmerksamkeit“ wurde bis 1980 nicht als zentraler Aspekt des Syndroms verwendet (American Psychiatric Association, 1980), zudem stand das auffällige Verhalten im Vordergrund. Heute spricht man immer häufiger von ADHS als Entwicklungsproblematik im Sinne auffälliger Exekutivfunktionen.

Dieses Buch beschreibt dieses neue Verständnis und die kürzlich gewonnenen klinischen und neurowissenschaftlichen Forschungsergebnisse, die diese Sichtweise belegen. Der Leser findet hier, in klarer und zugänglicher Sprache, Informationen darüber, wie die Studien zur Funktionsfähigkeit des Gehirns das Verständnis von ADHS verändert haben. Diese Diskussion beschreibt und elaboriert viele Konzepte und Erkenntnisse bezüglich ADHS, die noch nicht in die Ausführungen im DSM-5 miteinbezogen wurden. Sie geht einen Schritt weiter, als nur Problemverhalten von Menschen mit ADHS aufzulisten, und liefert eine umfassende Sicht der komplexen neurologischen Entwicklungsstörungen und der kognitiven Probleme, die dieser Störung zu unterschiedlichen Zeitpunkten im Lebenslauf zugrunde liegen. Darüber hinaus wird eine Arbeitsdefinition von ADHS vorgeschlagen, die diese Entwicklungsproblematik des Self-Management im Sinne auffälliger Exekutivfunktionen kennzeichnet.

Dieses Buch fasst aktuelle Fakten zusammen, welche Experten im Bereich ADHS publiziert haben. Die Sichtweise, die es vorstellt, wurde über Jahre entwickelt, und viele Befunde wurden unabhängig voneinander in vielen wissenschaftlichen Zeit-

schriften und Büchern in den letzten 15 Jahren veröffentlicht. Das Buch wird diese Daten und Perspektiven in ein aktuelles und leicht verständliches Paradigma integrieren.

Erkenntnisse der Neurowissenschaften und klinischer Forschung haben zur Folge, dass das traditionelle Bild der ADHS als simple Verhaltensstörung nicht mehr haltbar ist. Es wurde eine Sichtweise erarbeitet, dieses Syndrom neu einzuordnen. Die Exekutivfunktionen werden in den Beschreibungen der ADHS auch im Rahmen der neusten Versionen des Klassifikationssystems DSM-5 kaum berücksichtigt. Dennoch wird diese neue Sichtweise immer häufiger von Experten aus Psychologie, Medizin, Pädagogik und verwandten Gebieten anerkannt. Sie kann dazu dienen, bisher isolierte Stränge der ADHS-Forschung zu integrieren, vor allem, um Probleme, die Menschen mit ADHS mit der Konzentration und bei der Bewältigung von alltäglichen Aufgaben aufweisen, besser zu erkennen und zu verstehen.

Weitere Forschung und die wachsende Anzahl an klinischen Erfahrungen werden letztendlich bessere Ansätze ermitteln, um ADHS zu konzeptualisieren. Aktuell bietet dieses Buch ein neues und hoffentlich hilfreiches Verständnis für Ärzte, klinische Kinderpsychologen, Kinder- und Jugendpsychiater, Kinderärzte, klinische Sozialarbeiter, Pädagogen, Behindertendienstleister sowie interessierte Patienten und deren Angehörige, um ADHS besser einordnen zu können.

Die Forschung hat immer mehr verdeutlicht, dass ADHS prinzipiell keine Verhaltensstörung darstellt und nicht auf die Kindheit beschränkt ist. Das Buch geht von der Annahme aus, dass die ADHS eine komplexe Entwicklungsstörung des Self-Management-Systems des Gehirns (der Exekutivfunktionen) darstellt, welches sich in der frühen Kindheit herausbildet, aber oft nicht erkannt wird, bis die Betroffenen den Herausforderungen des Jugendalters oder des Erwachsenseins begegnen. In manchen Fällen nehmen die ADHS-bezogenen Beeinträchtigungen im Jugendalter ab; in anderen Fällen bleibt die Störung ein Leben lang bestehen.

Dieses Buch beginnt mit einer Übersicht der bekannten, jedoch fehlerhaften Annahmen über die ADHS; es präsentiert außerdem wissenschaftliche Fakten aus Forschungsbefunden, die diese Mythen widerlegen. Aus den neuen Fakten resultiert eine neue Sichtweise, die in den vier folgenden Kapiteln beschrieben wird.

Kapitel 1 präsentiert 35 Mythen über die ADHS, die durch neue Erkenntnisse relativiert werden. Zu jedem dieser Mythen folgt eine kurze Zusammenfassung von Fakten, die jene falschen Annahmen widerlegen.

Kapitel 2 stellt eine Arbeitsdefinition vor, die auf aktueller ADHS-Forschung basiert. Dieses Kapitel beleuchtet zudem die entwicklungsbezogene Sichtweise der ADHS. Kapitel 2 beschreibt auch Gemeinsamkeiten und Unterschiede zwischen den alten und neuen Modellen und fasst anschließend Erkenntnisse zur Prävalenz der ADHS für die verschiedenen Altersgruppen zusammen.

Kapitel 3 berichtet von Befunden, die beschreiben, wie Menschen mit ADHS in unterschiedlichen Entwicklungsphasen in ihren kognitiven Funktionen und alltäglichen Aktivitäten eingeschränkt sind. Aktuelle Befunde zu Unterschieden in der Art und Geschwindigkeit der Gehirnentwicklung münden in die Frage: „Ist das ADHS-Gehirn anders strukturiert oder verbunden?“. Kapitel 3 enthält Befunde zur Bedeutung von Emotionen und Motivation bei ADHS. Diese Befunde erklären, warum ADHS-bedingte Einschränkungen bei allen Menschen (unabhängig von ihrer Intelligenz) auftreten. Abschließend werden in Kapitel 3 genetische und umweltbedingte Faktoren zur Entstehung der ADHS diskutiert.

Kapitel 4 präsentiert Ergebnisse darüber, wie Einschränkungen durch ADHS in verschiedenen Lebensphasen angemessen erfasst und diagnostiziert werden können. Diese Sichtweise lässt Zweifel aufkommen, dass ADHS-bezogene Defizite mit traditionellen neuropsychologischen Tests der Exekutivfunktionen beurteilt werden können. Es wird auch gezeigt, wie mit klinischen Interviews und Einschätzungsskalen der neuen Sichtweise der ADHS entsprochen werden kann. Allerdings wird auch aufgezeigt, wo die Grenzen der aktuell unzureichenden Einschätzungsskalen liegen.

Kapitel 5 gibt eine Übersicht über anerkannte medizinische und psychotherapeutische Behandlungsansätze der ADHS. Es wird gezeigt, wie eine medikamentöse Behandlung die Hirnfunktionen verbessern kann und wie dadurch unterschiedliche Aspekte des Self-Management-Systems im Gehirn beeinflusst werden können. Es wird aber auch über die Nebeneffekte einer solchen Behandlung berichtet und darüber informiert, welche psychotherapeutischen Ansätze kognitive und verhaltensbezogene Funktionen verbessern können.

Kapitel 6 berichtet über die bei ADHS komorbid auftretenden Lern- oder psychiatrischen Störungen. Es wird davon ausgegangen, dass Einschränkungen der Exekutivfunktionen bei ADHS Dyslexie und andere Lernstörungen, Angststörungen und Depressionen, bipolare Störungen, oppositionelles Verhalten, Zwangsstörungen und Messie-Syndrom, Störungen mit Substanzmissbrauch und die Autismus-Spektrum-Störung mitverursachen. Dieses Kapitel postuliert, dass die ADHS nicht mit einem fehlerhaften Softwareprogramm vergleichbar ist, sondern ein Problem mit dem Betriebssystem darstellt, das heißt eine umfassendere, grundlegendere Schwäche, durch welche viele kognitive Funktionen beeinträchtigt sind.

1

35 Mythen über ADHS und warum sie falsch sind

Dieses Buch beschreibt ein neues Verständnis von ADHS auf der Basis von empirischen Fakten. Die neue Sichtweise hinterfragt eine Anzahl an weit verbreiteten Mythen und falschen Annahmen über ADHS, die immer noch von vielen Laien und einigen Experten geglaubt werden. Dieses Kapitel listet 35 dieser Annahmen auf, gibt eine kurze Zusammenfassung wissenschaftlich fundierter Fakten, die jeden dieser Mythen widerlegen, und verweist den Leser auf die substanziellere Faktenlage in den Kapiteln 2 bis 6.

-
- 1** Ein Mensch, der ADHS hat, hat immer Schwierigkeiten mit Exekutivfunktionen.
-

Klinische Daten deuten darauf hin, dass ADHS-typische Einschränkungen der Exekutivfunktionen situationsbedingt sind; jede Person mit ADHS weist bestimmte Tätigkeiten oder Situationen auf, in denen sie keinerlei Schwierigkeiten hat, Exekutivfunktionen auszuführen. Üblicherweise sind dies Aktivitäten, in denen sie ein starkes persönliches Interesse hat oder wo sie glaubt, dass etwas sehr Ungemütliches folgen wird, sollte sie sich nicht hier und jetzt darum kümmern. Erkenntnisse weisen darauf hin, dass intra-individuelle Variabilität in der Arbeitsleistung vom Kontext abhängt. Die Leistungsfähigkeit eines Menschen mit ADHS ist hoch anfällig für kontextbezogene Faktoren (z. B. Belohnungen, interne kognitive und physiologische Faktoren).