Bundeskongress der KED 15. bis 17.März 2013 in Fulda
„Leistung ohne Druck?! – Spagat zwischen Fordern und Fördern“

Krankheitsbild Leistungsdruck – gibt es das?

Hinter der Frage nach dem Krankheitsbild Leistungsdruck steht wohl auch das Eingeständnis, dass hohe Leistungsanforderungen Druck machen könnten, dass ein derartiger Druck krank machen könnte, und daraus folgend natürlich die Frage nach den Behandlungsmöglichkeiten, die die Medizin anzubieten habe.

Jedes Kind erbringt von klein auf Leistungen – und ich sage bewusst „es erbringt“ und nicht „es muss erbringen“. Die Ablösung von der Mutterbrust bei der Nahrungsaufnahme, das Aufrichten und das freie Laufen sind solche Leistungen, weiterhin der Spracherwerb, das Sauberwerden, die Entwicklung grob- und feinmotorischer Fertigkeiten, die soziale Integration und schließlich das Erlernen von Lesen und Schreiben. Bis hierher ist sicherlich kein „Druck“ welcher Art auch immer notwendig, sondern eher ein entsprechend förderndes Umfeld. Dann allerdings beginnt Schule mit ihren Leistungsanforderungen und hier wird vielfach Druck erlebt.

Wenn die Situation aus dem Ruder zu laufen droht, stellen Eltern ihre Kinder mit vermeintlichen oder echten Krankheitssymptomen in der Arztpraxis vor und erwarten Beratung und Hilfen. Die vorgebrachten Beschwerden sind häufig unspezifisch: Es wird über Probleme im Magen-Darm-Bereich geklagt wie z. B. Bauchschmerzen, Übelkeit, Erbrechen, Durchfälle, Magenschmerzen, Appetitlosigkeit bis zur Nahrungsverweigerung, aber auch übermäßige Nahrungsaufnahme und z. T. massives Übergewicht. Daneben hören wir Klagen über Asthmaanfälle, Kreislaufprobleme, Schwindelzustände und Kopfschmerzen, Schlafstörungen, Einnässen, Einkoten, Zähneknirschen im Schlaf, Nägelbeißen, Schulangst, Versagensängste. Weiterhin genannt werden Konzentrationsprobleme und eine vermehrte Unfallneigung.

Wenn man diesen Symptomen weiter nachgeht, so lassen sich meist wichtige organische Ursachen ausschließen. Wir haben es dann mit funktionellen oder psychosomatischen Beschwerden zu tun, das heißt, sie stehen in einem Zusammenhang mit psychischen und sozialen Ursachen, die den Patienten zu schaffen machen.

Bei der Erhebung der Krankheitsvorgeschichte und der Beschreibung des bisherigen Beschwerdeverlaufs findet sich eine Vielzahl von Belastungsfaktoren, denen Kinder und Jugendliche und ihr Umfeld ausgesetzt sind. Es ist eine allgemeine Beobachtung in unserem Fachgebiet, dass diese Belastungen in den letzten Jahren deutlich zugenommen haben und einen immer größeren – vor allem zeitintensiven – Teil unserer Tätigkeit einnehmen.

Wir erleben in unseren Praxen überforderte Kinder und Jugendliche, wir erleben überfordernde Eltern, aber auch überforderte Eltern, wir erleben eine überfordernde Schule, aber auch eine überforderte Schule. Wie das nun im Einzelnen aussieht, will ich im Folgenden darlegen, wobei ich keinen Anspruch auf Vollständigkeit erheben will.

Es ist eine gesellschaftliche Realität, dass das Familienbild in Deutschland im Wandel begriffen ist. Die unterschiedlichsten Familienwelten sind anzutreffen, und es sind vor allem die Übergänge, die Brüche und wechselnden Beziehungen, die den Kindern zu schaffen machen. Kinder können dem Lebenstempo ihrer Eltern nicht mehr folgen. Sie erfahren den Verlust von Geborgenheit und einen Mangel an Orientierung. Auch in intakten Familien kann es bei lang anhaltender Fremdbetreuung zu emotionalen Problemen kommen, wenn die Zeit in der Familie nicht einmal für ein gemeinsames Frühstück oder ein spätnachmittägliches bis abendliches Beisammensein genutzt wird.

Eine weitere Realität, die Kinder unter Druck setzt, ist die vielfältige mediale Reizüberflutung, die heutzutage auf die Kinder hereinbricht. Es beginnt bei der Lautstärke, wo schon in Kinderserien Geschrei als eine normale Kommunikationsform suggeriert wird. Die Problematik von Gewaltdarstellungen ist ja schon häufig genug thematisiert worden. Zu ergänzen ist eine zunehmende Sexualisierung in Sprache und Einstellungen, deren Folgen für das Rollenverständnis Mann/Frau noch gar nicht absehbar sind.

Als besondere Belastungen (neben dem alltäglichen Schulstress) werden oft die Übertrittsituationen empfunden – auf eine weiterführende Schule, ein Leistungsgruppenwechsel und besonders ein Schulschluss nach der 10. Klasse bei Unklarheit darüber, wie und wo es weitergehen soll.

Auch im außerschulischen Bereich, nachmittags und abends, „auf der Straße“ können Schüler sich als unter Druck stehend erleben. Die Peer-Group spielt dabei eine wichtige Rolle. Imponiergehabe mit Marken-Klamotten, Gerätschaften (Mobiltelefon, iPod, iPad, etc.) oder Partnern, mit denen man gerade geht, sind keine Seltenheit. Mobbing und Bullying spielen sich ebenfalls in diesem sozialen Umfeld ab, innerhalb und außerhalb der Schule, in den sozialen Netzwerken. Die medienvermittelte Einstellung zu Gewalt, Sexualisierung bis zur Pornografie, das Aufeinandertreffen unterschiedlicher Rollenbilder die eigene Identität betreffend, religiöser Extremismus durch Hassprediger und seine Auswirkungen auf den Umgang im öffentlichen Raum sind beunruhigende Gesichtspunkte.

Auf der Elternseite erleben wir in unseren Praxen Forderung und Überforderung. Soll jedes Kind ein kleiner Einstein oder ein kleiner Beethoven sein oder werden? Braucht es einen Chinesisch-Unterricht im Kindergarten? Muss ein Kind zur Einschulung maximal „getunt“ werden, damit nichts versäumt wurde? Eine kleine Anekdote zur Erläuterung: Ein Münchner Kollege mit Wohnsitz in Starnberg berichtet auf einer Fortbildung, dass bei der Einschulung seiner Tochter diese mit einem anderen Mädchen zusammen die einzigen von 25 Erstklässlern waren, die keine Ergotherapie im Kindergarten hatten. Die deutsche Gesellschaft für Sozialpädiatrie geht von ca. 20% der Kinder eines Jahrgangs aus, bei denen eine umschriebene Entwicklungsstörung des Sprechens, der Sprache, motorischer Fertigkeiten oder im Verhalten vorliegt. Von diesen ist etwa die Hälfte behandlungsbedürftig. Mit 92% hätte Starnberg einen absoluten Spitzenplatz in der Bundesrepublik Deutschland. …

Auf der anderen Seite sehen sich Eltern ihrerseits Forderungen ausgesetzt, ihr Kind gut erziehen zu müssen. Großfamilie (wenn es sie denn gibt), Nachbarschaft, Kindergarten, Schule, Staat verlangen eine gewisse Erziehungsleistung von den Eltern. Dabei fühlen sie sich in manchen Bereichen selbst überfordert, sei es technisch (z. B. in der Informationstechnologie beim Schritt von Telefon und Fernseher zu iPhone und sozialen Netzwerken), wirtschaftlich-finanziell oder auch grundsätzlich. Eltern scheitern am Spagat zwischen Erziehungspflichten einerseits und Anforderungen eines immer mehr Flexibilität fordernden Arbeitsmarktes andererseits. Die zunehmende Kinderarmut ist ein ernstzunehmendes Problem. Migrantenkinder leiden häufig

unter einer sog. doppelten Sprachlosigkeit (einige können weder die eigene Muttersprache gut, noch Deutsch in ausreichendem Ausmaß), was zu Anpassungsproblemen führen kann.

Es gibt Kinder und Jugendliche, die einer erheblichen Belastung ausgesetzt sind, weil sie Fürsorgefunktionen für Eltern, Geschwister und andere Familienangehörige übernehmen. Wir erleben das bei Kindern von psychisch kranken oder suchtkranken Eltern oder z.B. auch in Migrantenfamilien, wo Kinder Dolmetscher sein müssen oder jüngere Geschwister in Kindergarten und Schule bringen müssen, bevor sie selbst zum Unterricht gehen können.

Wir sehen Kinder nach einschneidenden biographischen Ereignissen wie dem Tod einer Bezugsperson, familiären Trennungssituationen, schwerwiegenden Erkrankungen oder Unfällen im familiären Umfeld oder bei eigener Beteiligung, zum Glück selten Misshandlung oder Missbrauch.

Überfordert die Schule? Macht Schule krank? Aus meiner Sicht dazu zunächst ein paar allgemeine Vorbemerkungen:

Immer wieder habe ich die Erfahrung gemacht, dass Lehren und Lernen sich in Beziehungen abspielt.

Ein Kind ist kein Aktenordner, in den man Blatt für Blatt Wissensinhalte einheften kann, sondern ein Lebewesen, dessen Erleben und Verhalten neurobiologischen Grundregeln und Abläufen unterworfen ist. Lernmotivation und Leistungsbereitschaft sind in besonders starkem Maße von solchen neurobiologischen Prozessen abhängig.

Die Entwicklung von Kindern und Jugendlichen ist nicht von einem festen genetischen Programm gesteuert, so dass man nur noch in ausreichendem Maße für Unterkunft, Hygiene und Ernährung sorgen müsste und dann durch Informationsvermittlung eine wie immer geartete Bildung erreichen könnte.

Neueste wissenschaftliche Erkenntnisse, z.B. auch über das Phänomen und die Weiterentwicklung von sogenannten „Spiegelneuronen“ zeigen: Das menschliche Gehirn ist noch in einem hohen Maße formbar. Es reagiert insbesondere auch auf emotionale Signale mit der Entwicklung von vielfachen Verschaltungen zwischen Nervenzellen, die dann neue und erweiterte Leistungsmöglichkeiten eröffnen.

So sind entscheidende Voraussetzungen für die biologische Funktionstüchtigkeit unserer Motivationssysteme, dass einem von anderen Menschen Interesse, soziale Anerkennung und persönliche Wertschätzung entgegen gebracht werden. An der Art und Weise, wie Kinder und Jugendliche von ihren Bezugspersonen – das sind in erster Linie Eltern und Lehrer – wahrgenommen werden, erkennen sie nicht nur, wer sie selbst sind, sondern vor allem auch, wer sie sein könnten, das heißt, worin ihre Potentiale und Entwicklungsmöglichkeiten bestehen. Diese zu wecken und zu kultivieren ist eine vordringliche Aufgabe für alle Erzieher.

Das widerspricht der These mancher Pädagogen, im Zweifelsfall die schlechtere Note zu geben, um mehr Anstrengung beim Schüler zu erreichen. Auch die angeblich typisch niederbayerische Einstellung „Nix gesagt ist Lob genug“ muss da als kontraproduktiv angesehen werden.

Notwendige Anforderungen an eine Bezugsperson sind daher verlässliche Präsenz, Achtsamkeit und Empathie, Vorbildfunktion und Begeisterungsfähigkeit. Wenn dann der Funke überspringt, ist der Erfolg aller Bemühungen als Eltern und Lehrer fast garantiert.

Dies alles können Sie mir, wenn Sie jetzt zurück an Ihre eigene Schulzeit denken, wohl bestätigen. (In welchen Fächern haben Sie gute Noten gehabt, wo haben Sie weniger gern gelernt, hatte das etwas mit der Person Ihres Lehrers zu tun?) Immer sollte man sich der Bedeutung von Beziehungen in positiver und in negativer Hinsicht für die diversen Lernprozesse bewusst sein.

Damit komme ich zu den Klagen, die ich häufiger höre, wenn ich Patienten gezielt nach Belastungen in der Schule frage. Immer wieder wird von herabwürdigendem Verhalten einzelner Lehrkräfte berichtet, das viel stärker verletzt als eine schlechte Note und in Einzelfällen auch schon fast Mobbing-Charakter annehmen kann.

Beschwerden, die allein auf überhöhte oder unangemessene Leistungsanforderungen zurückzuführen wären, kommen in meiner Wahrnehmung eher selten vor. Es wird zwar über vermehrte zeitliche Belastungen z.B. nach den letzten gymnasialen Schulreformen geklagt, ohne dass dies allerdings als relevant für die geklagten Störungen gesehen würde.

Daneben muss auch festgestellt werden, dass die Schule neben einer fordernden Einrichtung auch zu einer überforderten Institution geworden ist. In dem Maße, in dem immer mehr Eltern immer weniger Erziehungsaufgaben an ihren Kindern wahrnehmen, fallen der Schule immer mehr Sozialisierungs- und Erziehungsaufgaben zu.

Eine gravierende Tatsache, die zur Belastung des Schulsystems führt, ist – trotz gegenteiliger Beteuerungen – , dass Bildung uns/unserer Gesellschaft nicht genug wert ist. Die Ausstattung mit finanziellen Mitteln und neue Investitionen sind völlig unzureichend. Ich darf z. B. an Klassengrößen und Lehrerzahl erinnern. Das Negativ-Image des Berufsstandes, überbordende Bürokratie, gesundheitliche, oftmals psychische, Belastungen der Lehrer, Burnout-Problematik mit Frühpensionierungen als Folge machen praktisch jedem Kollegium zu schaffen.

Nach diesem umfassenden, aber sicherlich nicht vollständigen Überblick über die verschiedenen Belastungsfaktoren, denen ein Schulkind bzw. Jugendlicher ausgesetzt sein kann, will ich zurückkommen auf die eingangs gestellte Frage „Gibt es ein Krankheitsbild Leistungsdruck?“.

Selbstverständlich muss zunächst nach möglichen organischen Ursachen für die geklagten Beschwerden gefahndet werden. Sollten sich die Beschwerden als funktionell herausstellen, so sind leichtere Probleme oft mit der Erläuterung von psychosomatischen Zusammenhängen, ggf. mit unterstützenden Maßnahmen in den Griff zu bekommen.

Ein Teil der Patienten benötigt gemeinsam mit seinen Eltern die Hilfen von Beratungsstellen, Schulberatung, Jugendamt, Sozialamt, Familienhilfe. Nicht selten müssen die Eltern darauf hingewiesen werden und ermuntert werden, die vorhandenen Angebote, auch in der Schule, wahrzunehmen.

Ein anderer Teil unserer Patienten – in den letzten Jahren mit ansteigender Tendenz – braucht eine umfassende weitergehende Abklärung der Beschwerden, die in den Praxen nur zum Teil erbracht werden kann. Es finden sich hierbei Störungen, die im Schulalter unter den Belastungen des Alltags zu Tage treten, weil die bisherigen Kompensationsmechanismen nicht mehr ausreichen. Hierzu gehören reaktive Verhaltensstörungen, Bindungsstörungen, das Aufmerksamkeitsdefizit-Syndrom, Teilleistungsstörungen wie Legasthenie,

Dyskalkulie, aber auch psychiatrische Krankheitsbilder wie posttraumatische Belastungsreaktionen, Persönlichkeitsstörungen, Depressionen, Angstneurosen oder Schizophrenien.

Hier sind dann multiprofessionelle Behandlungsansätze notwendig und zu organisieren, worin Eltern, Pädagogen, Psychologen, Therapeuten, Kinder- und Jugendärzte, Kinder- und Jugendpsychiater, Sozialpädiatrische Zentren und auch teilstationäre und stationäre Einrichtungen ihren Platz haben.

Es gibt keine Pillen oder Säfte, die schlau machen oder alle Schulprobleme lösen!

Zusammenfassung:

- Leistungen erbringt der Mensch vom frühesten Lebensalter an.
- Schule an sich macht nicht krank!

ABER:

- Bestehende Krankheiten oder Störungen können in der Schule verstärkt (oder modifiziert) werden, z.B. ADHS wird relevant bzw. störend, Legasthenie fällt auf!
- Schule kann über bestehende soziale Risikofaktoren indirekt die Entstehung mancher Krankheiten beeinflussen.
- Unter Schulstress können einige Krankheiten getriggert werden (besonders bei älteren Jugendlichen psychiatrische Erkrankungen wie Depressionen oder Schizophrenie).
- Zusätzliche Probleme wie Mobbing oder Schulleistungsdruck können die individuellen psychischen Kompensationsmechanismen überfordern.
- Hilfesysteme, Früherziehung und frühzeitige Bildung von Kindern mit dem Ziel, dass sie mit 6-7 Jahren sozial, emotional und kognitiv schulreif sind, müssen weiter ausgebaut werden. Dies gilt besonders für Kinder aus Migrantenfamilien und für Kinder aus bildungsfernen Milieus.

- Eltern müssen Sprecherfunktionen für ihre Kinder wahrnehmen.
- Die Schule kann nicht alles kompensieren, was in Familien versäumt wird. Sie kann jedoch mehr leisten, wenn Lehrerinnen und Lehrer in ihrer Arbeit besser unterstützt würden, organisatorisch, durch Supervisionen, kleine Klassen, Ganztagsangebote an den Schulen.
- Eine gelebte Anerkennungs- und Wertekultur in der Schule erleichtert den Umgang miteinander. Sie ermöglicht Leistungen und fördert die Leistungsbereitschaft bei den Schülern und die Arbeitszufriedenheit bei den Pädagogen.

Abschließen möchte ich mit dem Hinweis auf ein Buch von Joachim Bauer, einem Internisten und Psychotherapeuten, über die Neurobiologie von Lernen, Motivation und Beziehungen. Das Buch heißt „Lob der Schule – Sieben Perspektiven für Schüler, Lehrer und Eltern“, es wurde in der KED-Zeitschrift „ELTERNforum“ vor einiger Zeit besprochen und kann nur wärmstens empfohlen werden!

Dr. med. Peter Seidl

FA für Kinderheilkunde und Jugendmedizin - Neonatologie
94065 Waldkirchen
Praxis: Rathausplatz 5, Tel.: 08581-4004
Privat: Everlstr. 9a, Tel.: 08581-4082
Fax: 08581-910704
email: peter.seidl@vr-web.de
www.kinderaerzte-im-netz.de/seidl-peter