ADHS/ADS als Neurotyp verstehen

Aktionstage psychische Gesundheit

Zwinglihaus Grenchen / SO, 06.05.2026 um 18.00 Uhr

I. Einleitung

- Psychische Krankheit lässt sich nicht reparieren wie ein gebrochenes Bein, nach sechs Wochen ist die Struktur des Knochens wieder hergestellt, eine Regel für alle Knochenbrüche «one fits all».
- Psychische Krankheit ist niemals monokausal, d. h. ein Geschehnis erklärt die Entstehung einer psychischen Krankheit, psychische Krankheit ist immer multifaktoriell und sie entwickelt sich als Prozess, der aus der Interaktion mit dem sozialen Umfeld besteht.
- Der pathologische Prozess wird schliesslich internalisiert als psychische Krankheit, neuropsychologisch ausgedrückt als «prediction error», zu Deutsch «Vorhersagefehler».
- Das Gehirn, unser soziales Anpassungsorgan, ist zu diesem Zeitpunkt, da sich die psychische Krankheit herausgebildet hat, nicht mehr anpassungsfähig, es glaubt alles schon zum Voraus zu wissen und wehrt zum Voraus alles ab, was in sein negatives Vorhersageschema passt, ohne sich dabei der Wirklichkeit, der Realität, auszusetzen, anhand von welcher das betreffende Individuum neues Denken und Verhalten erlernen könnte.
- In diesem Sinne ist die Anpassungs- bzw. Lernfähigkeit des betreffenden Menschen im Zustand einer psychischen Krankheit dann eingeschränkt bis ganz blockiert.

II. Interaktion von genetischer Veranlagung und Umfeld

- Bei der Erklärung der Schizophrenie wurde stets gestritten unter den Fachpersonen. Ist es die Genetik, die den Ausschlag für die Krankheit gibt, oder ist es das soziale Umfeld, welches ausschlaggebend für die Krankheitsentwicklung ist? Auf Englisch einfach ausgedrückt: «nature vs. nurture»

- Da ich mich seit Beginn meiner Ausbildung zur Psychiaterin für die Schizophreniekrankheit interessiert habe und mich nun schon über 40 Jahre mit ADHS/ADS befasse, bin ich zum Schluss gekommen, es spielt beides eine wichtige Rolle, die Genetik und das soziale Umfeld und zwar in ungünstiger Interaktion miteinander.
- Wissenschaftler haben herausgefunden und ihre Erkenntnis im Oktober 2025 publiziert, dass acht verschiedene psychische Krankheitsbilder eine gemeinsame genetische Basis haben.
- Diese gemeinsamen Gene beeinflussen verschiedene Entwicklungsstadien des Gehirns.
- 109 Gene in unterschiedlicher Kombination können in Verbindung gebracht werden mit acht verschiedenen psychischen Krankheitsbildern die da sind: Autismus, ADHS, Schizophrenie, bipolare Störung, schwere Depression, Tourette Syndrom, Zwangskrankheiten und Anorexie.
- 70 % von Menschen mit der Diagnose eines ADHS oder Autismus haben auch die andere Diagnose und kommen gehäuft in Familien vor (Hyejung Won, University of North Carolina).
- All diese Studien unterstützen mich in meiner Annahme, meiner Hypothese, die mittlerweile zur festen Überzeugung herangereift ist, dass der Genotyp von ADHS die Grundlage für viele verschiedene psychiatrische aber auch somatische Krankheiten ist.

III. Wodurch zeichnet sich der genetisch vererbte Neurotyp von ADHS/ADS aus?

- Hohe Sensitivität, d. h. Empfindlichkeit in sämtlichen Wahrnehmungsbereichen, d. h. Gehör, Tastsinn, Geschmackssinn, Geruchssinn, visuelle und emotionale Wahrnehmung, sowie auch intellektuell und moralisch in der Wahrnehmung von Gerechtigkeit bzw. Ungerechtigkeit.
- Ein weiteres hervorstehendes Merkmal ist die starke emotionale Reaktivität, negativ ausgedrückt als «mangelnde Impulskontrolle».
- Dazu können noch Lernstörungen kommen wie LRS und Dyskalkulie, die zu Behinderungen im schulischen Regellernen werden sowie in der Kommunikation.

Psychiatrische Praxis Dr. med. Ursula Davatz
8006 Zürich, www.ganglion.ch

https://adhs.expert

- Diese genetisch bedingten, neurodivergenten Veranlagungen eines Kindes mit ADHS oder ADS, können sowohl in der Familie wie auch in der Schule bei den Sozialisierungs- und Erziehungsbemühungen von Eltern und Lehrpersonen zu enormen Schwierigkeiten und Konflikten führen.
- Ist das erzieherische Umfeld nicht in der Lage mit diesen neurodivergenten Kindern bedarfsgerecht umzugehen, richtet es viel Schaden an bis hin zur psychischen Krankheit bei diesen Menschen.

IV. Probleme der psychiatrischen Versorgung

- Das Problem der psychiatrischen Gesundheitsversorgung ist, dass sie nach dem medizinischen Modell der Symptombekämpfung im Individuum ausgerichtet ist, sie kann also erst einsetzen, wenn der Schaden schon lange angerichtet ist und sich sogar schon verfestigt hat.
- Das weitere Problem besteht darin, dass das an der Krankheitsentwicklung mitbeteiligte Umfeld nicht miteinbezogen wird in die Heilungsbemühungen. Das Umfeld wird aussen vor gelassen.
- Das psychisch kranke Individuum fühlt sich dabei meist als schuldig, sprich stigmatisiert und wehrt die professionelle Hilfe als Einmischung in seine Privatsphäre ab oder fühlt sich nicht richtig verstanden, nicht validiert in seiner Problematik.

V. Was wäre zu tun?

- Erziehungspersonen wie Eltern und Lehrpersonen von Kindern und Jugendlichen mit ADHS/ADS brauchen unbedingt möglichst früh professionelle Unterstützung von Fachpersonen die Erfahrung haben mit ADHS/ADS.
- Aber nicht nur diagnostische und medizinische Erfahrung was Medikamente anbetrifft, sondern systemtherapeutische, familientherapeutische Erfahrung mit ADHS-Familien.
- Von diesen Personen gibt es leider noch nicht so viele. Aber jede an sozialen Prozessen interessierte Person kann sich Erfahrung aneignen über einen sorgfältigen, aufmerksamen, beobachtenden, lernwilligen Umgang mit diesen neurodivergenten Menschen.

Psychiatrische Praxis Dr. med. Ursula Davatz
8006 Zürich, www.ganglion.ch

https://adhs.expert

- Es gibt unterdessen schon viele Beiträge im Internet und die Betroffenen sind auch durchaus willig, sich mitzuteilen über ihre Eigenheiten und ihre Bedürfnisse.

Schlussbemerkung

Sie alle als ganz normale Bürger können also beitragen zur psychischen Gesundheit in der Gesellschaft indem Sie Kindern und Jugendlichen, sowie Erwachsenen mit dem Neurotyp von ADHS/ADS, sorgfältiger umgehen lernen, was nicht heisst, dass Sie bei allem gleicher Meinung sein müssen, sondern, dass Sie sich vielmehr sorgfältig auseinandersetzen miteinander ohne gleicher Meinung zu sein, sondern vielmehr die Unterschiede wahrnehmen und respektieren und aus den Unterschieden lernen.

Je mehr sich unser Gehirn mit neuen Situationen auseinandersetzt umso komplexer wird es und gleichzeitig umso anpassungsfähiger und hohe Anpassungsfähigkeit erlaubt bessere psychische Gesundheit. Doch diese Anpassungsfähigkeit beinhaltet keine Selbstaufgabe, aber es geht auch nicht um egoistische Selbstbehauptung, es geht vielmehr um Konstruktivität und Weiterentwicklung, zusätzliche Arbeit und Koexistenz des Menschen als soziale Spezies.

Dr. med. Ursula Davatz
Psychiaterin / Familientherapeutin

Psychiatrische Praxis Dr. med. Ursula Davatz
8006 Zürich, www.ganglion.ch

https://adhs.expert