

Exekutive Funktionen

Die Überprüfungen der kognitiven Fähigkeiten (IQ-Testung) von Menschen mit FASD zeigen, dass es durchschnittlich, aber auch über- und unterdurchschnittliche intellektuelle Begabungen (IQ) innerhalb der fetalen Alkoholspektrumstörung (FASD) gibt. Doch auch bei einem IQ im Normbereich sind Menschen mit FASD „oft nicht in der Lage, ihre Intelligenz angemessen zu nutzen und den sozialen Erwartungen zu entsprechen. ...“¹.

Die Fähigkeiten zur Alltagsbewältigung von Menschen mit FASD werden durch ihre Störung der exekutiven Funktionen bestimmt. Diese werden „als eine Kernbeeinträchtigung bzw. als Hauptproblem bei Menschen mit FASD beschrieben“².

Was sind exekutive Funktionen?

Grob gesagt sind exekutive Funktionen (eF) höhere kognitive Fähigkeiten, die unabhängig von der gemessenen Intelligenz (IQ) bestehen.

Exekutiven Funktionen sind „die im Gehirn angesiedelten Fertigkeiten, die zur Ausführung bestimmter Vorhaben oder Aufgaben erforderlich sind“³.

Beispiel:

Ich möchte meine Nachbarin zum Kuchen essen einladen!

Um dieses Vorhaben erfolgreich umsetzen zu können, muss ich in der Lage sein, vorausschauend zu handeln und viele Handlungsschritte planen und durchführen zu können. Ich muss einen Termin abstimmen und erinnern, Kuchen und Getränke vorbereiten (selbst machen, einkaufen, backen?), mich und meine Wohnung angemessen für den Besuch vorbereiten...

Die Störungen der exekutiven Funktionen entstehen dadurch, dass das sich entwickelnde Gehirn des Ungeborenen durch die Noxe Alkohol in seiner morphologischen und physiologischen Entwicklung irreversibel geschädigt wird.

FASD ist so eine angeborene, lebenslang überdauernde Hirnschädigung! Die exekutiven Störungen sind Symptome der Hirnschädigung.

Im Rahmen der FASD-Diagnostik nach der S3-Leitlinie sollte ein neuropsychologisches Profil eines Menschen erstellt werden, in dem die Störungen der exekutiven Funktionen beschrieben werden. Die S3-Leitlinie enthält aber keine Hinweise auf bildgebende Verfahren (MRT, CT), da sich bei Menschen mit FASD keine einheitliche Schädigung des Gehirns finden lässt.

Bei Menschen mit FASD sind Hirnfunktion und -aufbau gestört: Sie ermüden deshalb oft schnell oder wirken antriebslos. Bei ihnen sind mehr Gehirnarreale an einer

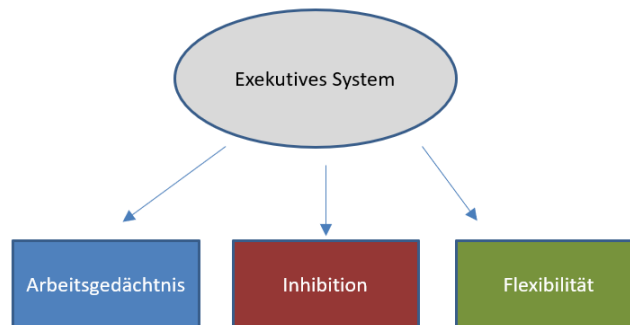
¹ Die Fetale Alkoholspektrumstörung: Die wichtigsten Fragen der sozialrechtlichen Praxis Sozialrecht, Juni 2014 S. 7

² Hans-Ludwig Spohr: Das fetale Alkoholsyndrom 2014, S. 189

³ Dawson / Guare: Schlau, aber ... 2012, S. 21

Aufgabe beteiligt als bei neurotypischen Menschen, so dass Denkleistungen für Menschen mit FASD deutlich anstrengender und energieraubender sind.

Eine gut verständliche Darstellung der exekutiven Funktionen gibt es von Laura M. Walk und Wiebke F. Evers⁴.



Das exekutive System besteht aus dem Arbeitsgedächtnis, der Inhibition (der Fähigkeit zur Hemmung von Verhalten) und der Flexibilität im Denken.

Das **Arbeitsgedächtnis** beinhaltet z.B. unseren inneren Notizblock, auf dem wir z.B. unsere Telefonnummer sehen, wenn wir diese rückwärts aufsagen sollen. Auch das Nachklingen einer Stimme in unserem Kopf, wenn wir eine diktierete Telefonnummer aufschreiben wollen gehört zum Arbeitsgedächtnis (phonologische Schleife). Das Arbeitsgedächtnis dient der Speicherung und Verarbeitung von Informationen, z. B. für kognitive Leistungen (z.B. Kopfrechnen beim Zehnerübergang), Erinnerungsleistungen (z.B. erinnern an die eigene Zahnbürste), strategischem Denken (z. B. bei Gesellschaftsspielen) und der Verknüpfung mit dem Langzeitgedächtnis.

Jede von uns hat unzählige Situationen am Tag, an denen wir unangemessenes Verhalten unterdrücken und kontrollieren müssen und können (**Inhibition**). Wir haben ein inneres Stopp-Schild, das uns warnt, die Kontrolle über Impulse nicht zu verlieren (Wir beschimpfen einen Kollegen nicht, auch wenn uns danach wäre!). Die meisten Menschen sind in der Lage, unangemessenes Verhalten zu unterdrücken und sich in einer Art „Wohlfühlmodus“ zu halten. Sie halten sich an soziale Regeln und regulieren ihren Gefühlshaushalt. Auf diese Weise ist es Menschen möglich, sich situationsangemessen zu verhalten. Menschen mit FASD gelingt dieses häufig nicht. Sie zeigen das Sozialverhalten eines deutlich jüngeren Menschen.

Zu den exekutiven Funktionen gehört auch die Fähigkeit, sich auf neue Situationen oder Anforderungen einstellen zu können und die Perspektive eines anderen Menschen, z.B. in einem Streit einnehmen zu können (**Flexibilität**).

Folgende Kompetenzen bauen auf den exekutiven Funktionen auf:

1. Das eigene Verhalten bewusst steuern

⁴Laura M. Walk, Wiebke F. Weber: Förderung exekutiver Funktionen 2013, S.

2. Vorausschauend handeln und sich realistische Ziele setzen
3. Sich einer Sache konzentriert über einen längeren Zeitraum widmen und nicht frühzeitig abbrechen
4. Probleme und Konflikte selbstständig und gewaltfrei lösen
5. Sich auf neue Situationen und Aufgabenstellungen schnell einstellen
6. Sich in andere hineinversetzen und Perspektiven wechseln
7. Prioritäten setzen und Handlungsverläufe reflektieren
8. Im Umgang mit anderen fähig sein, die eigenen Gefühle zu kontrollieren
9. Punktgenaues Abrufen von Gelerntem

Die „Störungen der Exekutivfunktionen führen zu erheblichen Einschränkungen der Alltagskompetenzen. Betroffene brauchen zum Ausgleich dieser Beeinträchtigungen stabile Alltagsroutinen. Häufig ist hierfür eine kontinuierliche, enge Begleitung und Kontrolle erforderlich“⁵. Die Störungen der Exekutivfunktionen sind als Kernsymptomatik bei FASD zu sehen (vgl. Spohr S. 189). Sie treten bei allen Formen von FASD auf. **Viele Exekutivfunktionen können geübt werden, doch unter Stress sind die eintrainierten Verhaltensweisen häufig nicht mehr abrufbar.**

⁵ Die Fetale Alkoholspektrumstörung: Die wichtigsten Fragen der sozialrechtlichen Praxis Sozialrecht, Juni 2014 S. 10/11