

PrimarySpots

Stefan Neuner-Jehle

A propos: Ordnung und Chaos in jugendlichen Gehirnen

Sind Sie selbst Pädiater(in) oder Eltern von Teenagern? Dann haben Sie sich sicher schon die Haare gerauft angesichts des inneren und äusseren Chaos eines Teenies. Die angewandte Hirnforschung liefert nun dazu Erklärungen, die uns dabei helfen können, mehr Verständnis für die spezielle Welt Pubertierender aufzubringen: Ab ca. 12 Jahren wird die graue Substanz (Cortex), die zuvor exzessiv mit neuronalen Verknüpfungen bestückt worden war, wieder abgebaut. Selten gebrauchte Verbindungen sterben ab, häufig gebrauchte, «nützliche» werden mit Myelinscheiden (weisse Substanz) verstärkt und damit ihre Leistung verbessert. Dieser Reifungsprozess läuft im Gehirn *in posterio-anteriorer Richtung* ab. Und so dämmert es uns: Vorne, im präfrontalen Cortex, wird ja ein Grossteil der kognitiven, vernunftdominierten Leistungen gesteuert, und der ist erst mit ca. 22 Jahren ausgereift. Amygdala und Hippocampus – vereinfacht gesagt, für Gefühle und Draufgängertum verantwortlich – sind hingegen viel früher aktiv und erlauben Experimentieren und kreative Höhenflüge noch bevor die Logik allzu sehr bremst.

Fazit: Sturm und Drang der Jungen, Gefühle statt Logik sind physiologisch begründet, wir Oldies sollten es aushalten können und uns vielleicht zwischendurch davon anstecken lassen. Wie bei einem guten, aber noch jungen Wein: Auf die Nachreifung vertrauen ist wohl keine schlechte Devise.

Buchtipps: Ralph Dawirs und Gunther Moll: Endlich in der Pubertät. Weinheim: Beltz; 2009. ISBN-13: 978-3407858740, ca. 18 €.

Korrespondenz:
Dr. med. Stefan Neuner-Jehle
Schmidgasse 8
6300 Zug
sneuner[at]bluewin.ch