

Manchen Kindern helfen Sandwesten sehr gut

31.01.2018 20:21

Wie bei so vielen Themengebieten ist leider auch beim Thema "Sandweste" oder "Gewichtsweste" zu bedauern, wie polarisierend die Debatte über das Für und Wider geführt wird. Laut dem Zeitungsbericht "lehnen Kinderärzte den Einsatz von sogenannten Sandwesten bei Grundschulern ab". Wurden für diese Feststellung alle Kinderärzte befragt? Lehnen die befragten Kinderärzte die Sand- oder Gewichtsweste prinzipiell ab? Ich meine: nein.

Laut Berufsverband der Kinder- und Jugendärzte sei der therapeutische Nutzen der Sandwesten bei zappeligen und unkonzentrierten Kindern bisher nicht belegt. Im Bereich der Heilpädagogik und hier speziell im Bereich der sensorischen Integrationstherapie & Pädagogik liegt der positive Nutzen der Gewichtsweste für manche Kinder jedoch klar auf der Hand:

Das Gewicht der Weste (zwischen 1,5 und maximal 5 Kilogramm - je nach Körpergröße des Kindes) führt in der Zeitspanne des Tragens zu einem Input von propriozeptiven Reizen, das heißt Reize in der Tiefenwahrnehmung. Diese Zeitspanne ist rund 30 Minuten in "Situationen, in denen die Verarbeitung von eingehenden Reizen (Anforderungen) für das Kind schwierig ist".

Das Verarbeitungszentrum im menschlichen Gehirn für tiefensensorische Reize ist gekoppelt mit dem emotionalen System. Daraus folgt, dass eine propriozeptive Reizzufuhr mithilfe des emotionalen Systems jede Reizverarbeitung der anderen Sinnessysteme erleichtert. Landläufig gesprochen bewirkt die Sand- oder Gewichtsweste das Gleiche, was Gähnen und Strecken bei jedem von uns in einer Phase der leichten Nachmittagsmüdigkeit bewirkt. Druck und Zug auf Gelenke, Muskulatur und Skelettsystem steigert unseren Wachheitsgrad, macht es uns leichter, sich zu konzentrieren, gibt uns ein Stück die nötige (Körper-) Spannung um wieder aktiv weiterarbeiten zu können.

Laut Zeitungsbericht hält es der Berufsverband für Kinder- und Jugendärzte "nicht vertretbar, unruhigen, konzentrationsschwachen Kindern eine Sandweste anzuziehen und sie damit als Störenfriede oder gar als ADHS-Patienten zu stigmatisieren". Dazu möchte ich klar anmerken: Weder ich als Therapeut in der Praxis noch die Grundschullehrer, aber auch nicht die Eltern betroffener Kinder ziehen den Kindern die Weste an. Die Kinder ganz alleine entscheiden, wann sie die Gewichtsweste anziehen und diese wieder ablegen. Die Kinder wissen meist sehr genau, wann eine für sie schwierige Situation durch das Anziehen der Weste erleichtert werden kann. Meine Erfahrung zeigt, dass viele Kinder (und so manche Erwachsene) in ihrer

Tiefenwahrnehmung so stark eingeschränkt sind, dass jede längere Konzentration unmöglich erscheint. Das Tragen einer Gewichtsweste erdet und lässt Ruhe aufkommen.

In meiner Praxis, die das Thema sensorische Integration als Schwerpunkt hat, achte ich sehr genau auf die optische Beschaffenheit einer Gewichtsweste. Im Idealfall sieht diese Weste wie ein normales Kleidungsstück aus. Somit kann das Tragen einer Weste kaum zu einer Stigmatisierung führen.

Zustimmen kann ich der Aussage, betroffene Kinder bräuchten eine gründliche Abklärung durch erfahrene Kinder- und Jugendärzte. Ergänzend möchte ich hier den Berufsstand der Heilpädagogen, der SI-Pädagogen, der SI-Therapeuten und so mancher erfahrener Ergotherapeuten anfügen.

Laut oben genanntem Ärzteverband hätten viele Kinder es "meist einfach nicht gelernt, sich den Erfordernissen des Unterrichts anzupassen". Meiner Meinung nach steht erst einmal nicht die Ursächlichkeit der mangelnden Konzentrationsfähigkeit im Fokus. Zu allererst soll dem Kind in seiner Situation geholfen werden. Ob dabei eine Gewichtsweste zum Einsatz kommt, Homöopathie oder pädagogische und verhaltenstherapeutische Methoden, interessant ist einzig und allein, wie kann dem Kind optimal geholfen werden. In einem zweiten Schritt ist natürlich auf die äußeren Einflüsse zu achten und diese nach und nach zu einem idealen Lernfeld für alle unsere Kinder zu gestalten. Das Klagen über zu enge Räume in Schulen, zu wenig Bewegungsangebote oder zu schlechte Ausstattungen der Schulen hilft dem einzelnen Kind nicht - das Tragen einer Sandweste aber vielleicht schon. Klar werden hiermit nur Symptome behandelt und keine strukturellen Defizite eines Schulsystems aus der Welt geschafft. Aber man ermöglicht diesen Kindern eine positivere Teilnahme am täglichen Leben - und das ist ein großes Geschenk.

Markus Schwarz
Schrobenhausen