Sind Menschen mit ADHS kreativer?

GOPIXA / GETTY IMAGES / ISTOCK (AGENTURFOTO. MIT MODEL GESTELLT)

Haben Sie auch eine Frage an unsere Experten?
Dann schreiben Sie mit dem Betreff »Gute Frage« an:
gehirn-und-geist@spektrum.de

UNSERE EXPERTIN KENNT DIE ANTWORT.

Caterina Gawrilow ist Professorin für Schulpsychologie an der Eberhard Karls Universität Tübingen und erforscht Lernschwierigkeiten bei Kindern und Jugendlichen.

Unaufmerksam, hyperaktiv und impulsiv – das sind die klinischen Hauptmerkmale der Aufmerksamkeitsdefizit-Hyperaktivitätsstörung, die das öffentliche Bild von den Betroffenen bestimmen. Menschen mit ADHS werden jedoch auch als sehr spontan, neugierig, wissbegierig, begeisterungsfähig, lebendig und witzig empfunden. Sie erwecken sogar mitunter den Eindruck, kreativer zu sein als ihre konzentrierteren Mitmenschen. Stimmt das?

Wer häufig gedanklich abdriftet, hat womöglich eher zündende Ideen

Allgemein beschreibt Kreativität die Fähigkeit, etwas vorher nicht Dagewesenes, Originelles zu erschaffen. Die Ideen müssen dabei nicht nur neu und überraschend, sondern zudem nützlich und relevant sein. Kreativität zeigt sich unter anderem auch durch intensive Kenntnisse und eine große Motivation in dem Bereich, in dem sie ausgelebt wird – sei es Malerei, Musik oder Mathematik.

Laien wie Wissenschaftler fasziniert die geradezu sprichwörtliche Nähe von Genie und Wahnsinn seit geraumer Zeit. Der Kreativitätstheorie des Psychologen Dean Keith Simonton von der University of California in Davis zufolge sind ungewöhnliche und unerwartete Erfahrungen, zu denen zum Beispiel psychische Schwierigkeiten und Psychiatrieaufenthalte gehören können, ein wichtiges Merkmal von Menschen, die im Lauf ihres Lebens kreative Meisterleistungen vollbringen.

Zwei Kernsymptome – Unaufmerksamkeit und Impulsivität – legen einen Zusammenhang zwischen Kreativität und ADHS besonders nahe. Die Unaufmerksamkeit führt sehr wahrscheinlich dazu, dass »mind-wandering«, das Wegwandern der Gedanken von der aktuellen Tätigkeit oder Umwelt hin zu Irrelevantem, bei Betroffenen häufiger auftritt. Positiv betrachtet kann dieses Abdriften zu neuen und nützlichen Ideen führen – also zu kreativen Einfällen. Menschen mit ADHS sind zudem impulsiver und somit risikofreudiger: Sie wagen sich ohne Berührungsängste an neuartige Dinge und Situationen heran. Schon im Grundschulalter werden impulsivere Kinder von Lehrern als neugieriger wahrgenommen. Damit schaffen sich diese Schüler vermutlich mehr Lerngelegenheiten, was wiederum ihre Kreativität fördern könnte.

Noch dazu ist ADHS eine hochgradig heterogene Störung. Es gibt nicht nur große Unterschiede zwischen Betroffenen, auch bei einzelnen Patienten ist die Symptomatik nicht zu jedem Zeitpunkt gleich ausgeprägt. Außerdem schwankt die kognitive Leistung relativ stark. Es kann vorkommen, dass Freunde, Partner, Eltern oder Lehrkräfte in Hochphasen des Betroffenen das Gefühl haben, derjenige käme häufiger als andere auf originelle Ideen. Tatsächlich beobachten wir bei Kindern mit der Diagnose eine starke Fähigkeit zur Hyperfokussierung, also zum flowähnlichen Aufgehen in einer Tätigkeit, was äußerst vorteilhaft für kreative, künstlerische Aufgaben ist.

Die bisherige Erforschung des Zusammenhangs von ADHS und Kreativität zeichnet jedoch ein uneinheitliches Bild, was unter anderem damit zusammenhängt, dass Kreativität sich mittels psychologischer Tests schwerer erfassen lässt als beispielsweise Intelligenz. Diejenigen Untersuchungen, die qualitativ hochwertiger sind und genügend Versuchspersonen einbeziehen, liefern allerdings bisher keine eindeutigen Belege dafür, dass Menschen mit ADHS tatsächlich die besseren Querdenker sind. ★

QUELLEN

Franklin, M. S. et al.: Tracking Distraction: The Relationship between Mind-Wandering, Meta-Awareness, and ADHD Symptomatology. *In: Journal of Attention Disorders 21, S. 475–486, 2017*

Healey, D., Rucklidge, J. J.: An Exploration into the Creative Abilities of Children with ADHD. *In: Journal of Attention Disorders 8, S. 88–95, 2005*

Simonton, D. K.: Creativity: Cognitive, Developmental, Personal, and Social Aspects. *In: American Psychologist 55, S. 151–158, 2000*

Tymms, P., Merrell, C.: ADHD and Academic Attainment: Is there an Advantage in Impulsivity? *In: Learning and Individual Differences 21, S. 753–758, 2011*