

**Ansprechpartner im Bezirk:**

Selbsthilfegruppe für Eltern mit betroffenen AD(H)S-Kindern  
Nachbarschaftsladen Karin Richter  
Ahrensfelder Chaussee 146 a, 12689 Berlin  
Tel.: 93 16 0 13

Kiek in e.V. Berlin, Nachbarschaftshaus „Kiek in“  
Rosenbecker Straße 25 – 27, 12689 Berlin  
Tel.: 93 49 27 48

Erziehungs- und Familienberatung des Bezirksamtes  
Landsberger Allee 563, 12679 Berlin, Tel.: 931 11 48  
Golliner Str. 4, 12689 Berlin, Tel.: 93 49 61 77  
Etkar-André-Str. 8, 12619 Berlin, Tel.: 90 293 33 01

SOS-Familienzentrum Berlin  
Alte Hellersdorfer Str. 77, 12629 Berlin  
Tel.: 56 89 100

Familienberatung Marzahn  
Basdorfer Str. 8, 12679 Berlin  
Tel.: 935 20 63

Kinder- und Jugendhilfezentrum „Haus Windspiel“, JAO e.V.,  
Golliner Str. 6, 12689 Berlin  
Tel.: 93 57 916

**Weitere Kontaktstellen:**

Diagnoseärzte sind über die Vereine und Selbsthilfegruppen zu erfragen

ADHS Deutschland <http://www.adhs-deutschland.de/>  
Tel.: 85 60 59 02

Überregionale Datenbank zu Selbsthilfegruppen bei SEKIS:  
<http://www.sekis-berlin.de/>

*mohr und mehr für familien*  
<http://www.mohrundmehr.de/index.php>

*IFLW - Institut für integratives Lernen und Weiterbildung GmbH*  
<http://www.iflw.de/>

Dieser Handzettel wurde erstellt von:  
Karin Richter, Kiek in e. V. Berlin  
Stand: Oktober 2009



Eine Arbeitsgruppe der GesundheitswerkSTADT  
Marzahn-Hellersdorf  
Mitglied im Gesunde Städte-Netzwerk der BRD



Interinstitutionelles Projekt zur  
Stärkung der Erziehungskompetenz

# AD(H)S

**Aufmerksamkeits-  
Defizit (Hyperaktivitäts)  
Syndrom**



Unterstützt durch die Entwicklungspartnerschaft „Berlin DiverCity“ und  
die Deutsche Telekom im Rahmen von EQUAL, gefördert durch das  
BMAS aus Mitteln des Europäischen Sozialfonds

## Mein Kind ist anders

„Schon in der Schwangerschaft war er sehr unruhig ... als Baby hat er immer geschrien ... konnte sehr früh laufen, hatte dadurch einige Unfälle ... im Kindergarten war er bockig und aggressiv ... die Kindergärtnerinnen warfen mir Erziehungsfehler vor ... in der Schule begann dann die Hölle ... Tadel... Schulverweigerung mit 8 Jahren ... Schulverweis ... kein Lehrer hatte Verständnis ...“

Durch ein Ungleichgewicht von Botenstoffen in verschiedenen Bereichen des Gehirns sind die Kinder mit AD(H)S unterschiedlich stark beeinträchtigt.

### a) in der Aufmerksamkeit

- kann Aufmerksamkeitsspanne nicht aufrechterhalten – Abbruch
- verliert und vergisst häufig Sachen, Gegenstände, Hausaufgaben
- kann nicht oder nur schwer zuhören, scheint abwesend
- ist zerstreut und/oder antriebslos, macht häufig Flüchtigkeitsfehler
- ist konzentriert auf Nebensächlichkeiten

### b) in der Aktivität

- läuft herum, klettert im Übermaß, wirkt getrieben
- ist durch Aufforderungen nicht beeinflussbar
- steht unpassend auf und bewegt sich extrem
- zappelt häufig mit Händen oder Füßen oder rutscht auf dem Stuhl herum

### c) in der Impulskontrolle

- redet übermäßig (Sprechdurchfall), kann nicht oder nur schwer abwarten
- unterbricht, platzt in Spiele, Situationen, Gespräche hinein
- kann emotionale Spannungen nicht aushalten
- reagiert übermäßig und kann somit sozialen Regeln/Normen nicht folgen

Sind die vorgenannten Symptome überwiegend länger als 6 Monate in mehreren Lebensbereichen vorhanden, so kann AD(H)S vorliegen.

Sie kennen Ihr Kind am besten, es ist eben so: sehr liebebedürftig, sehr leidenschaftlich, vergisst Enttäuschungen sehr schnell, hat einen großen Gerechtigkeits-sinn, hat keine Angst vor Gefahren und/oder Autoritäten, ist teilweise hochbegabt, ist (bei seinen Tätigkeiten) hoch motiviert und hochleistungsfähig, sehr kreativ geistig rege, dass es immer wieder überrascht und erstaut, es ist unberechenbar und originell.

## Dieses Kind ist einfach einzigartig!

Es sind Eigenschaften, die anderen Kindern und Erwachsenen Angst machen. Es sieht aus, als poltern sie bewusst spaßig und provokant durch die Welt. Sie „funktionieren“ nicht so kontinuierlich wie die anderen und laufen dadurch Gefahr, ausgegrenzt zu werden.

## Geduld, Liebe und Konsequenz

Das Kind mit AD(H)S hat eine Reizoffenheit mit Reizfilterschwäche, d. h., zu viele Informationen werden ungefiltert aufgenommen und können nicht in die entsprechenden „Schubladen“ abgelegt werden. Diese Informationen können somit auch nicht wieder abgerufen werden. Bspw. das regelmäßige Zähneputzen ist für dieses Kind sehr schwer versteh- und erlernbar. Diese Information muss mit viel Geduld, Liebe und Konsequenz verankert werden. Dadurch kommt es bei den Kindern zu Entwicklungsverzögerungen. Eltern vollbringen hierbei mit enormem Mehraufwand eine unglaubliche gesellschaftliche und moralische Leistung, die unterstützt werden sollte.

Das Kind ist durch viele negative Erfahrungen mit anderen Kindern und Erwachsenen sehr verletzt. Es spürt die Ablehnung, kann sie sich aber nicht erklären: „Warum mögen die mich nicht?“ Dadurch ist das Selbstwertgefühl beschädigt.

## „Unbeschulbar“ oder Bereicherung für den Unterricht?

Von entscheidender Bedeutung ist die Beziehung von und zu einer Person. Besonders das Kind mit AD(H)S erkennt mit hoch sensiblen Antennen unmittelbar, ob der Erzieher, der Lehrer es mag. Damit steht und fällt der Beschäftigungsnachmittag, der Unterricht etc. Was für eine Ressource: Ein einziges Kind vermag den ganzen Unterricht zu kippen! Eine gute Beziehung beginnt mit der Annahme des Kindes, wie es ist. Es kann nichts dafür. Sein Verhalten jedoch ist gleichzeitig Antwort auf das Verhalten, das ihm entgegen gebracht wird. So kann schnelles Agieren und Erwarten von Leistungen leicht überfordern. Dieses Kind braucht Vorlaufzeit, Ankündigung, Struktur, Vorgaben und klare Vereinbarungen, die machbar sind und konsequent abgefordert werden müssen. Schon der Beginn der schweren Matheaufgabe sollte belobigt werden; alle Reize sollten eingedämmt werden – also vorne und nicht hinten am Fenster sitzen lassen. Wichtig sind Augenkontakt, stetige Rückmeldungen und mal die Schulter berühren, dies hilft bei starker Unruhe. Die spontane Kreativität des Kindes kann mit in den Unterricht eingebaut werden – bspw. kann eine reingefundene Idee dem Kind als Hausaufgabe übertragen werden. Bei Eskalationen ist eine Auszeit mit dem Kind zu vereinbaren. Es ist keine Strafe, sondern eine Möglichkeit der Beruhigung für das Kind. Moralisationen und Versuche, auf das Kind in diesem Moment einreden zu wollen, sind nutzlos.

So schwer es auch immer sein mag, verlieren Sie nicht den Humor und den Glauben an das Kind.

Wird das Kind durch die starken Beeinträchtigungen an einer altersgerechten Entwicklung gehindert, ist eine fachlich gesicherte Diagnose erforderlich, um Spätfolgen wie bspw. psychische Störungen/Krankheiten im Jugend- und Erwachsenenalter zu verhindern. Eine Diagnose sollte von einem Facharzt vorgenommen werden.

Beratungsstellen und Selbsthilfegruppen helfen Ihnen weiter. Eltern mit ihren Erfahrungen beraten, begleiten und geben Kraft in Situationen, die auch sie einmal für ausweglos gehalten haben. Ansprechpartner – siehe Rückseite