

Anlaufstellen für Eltern

- **Kinderärzte**
- **Beratungslehrer** an den Schulen
- **Schulsozialarbeiter**
(zu finden auf der Homepage der Schule)
- **Schulpsychologen**
(Kontakt über das LASuB – Stichpunkt „Schulpsychologie“)
- **Erziehungsberatungsstellen** der bekannten soz. Träger
- **Jugendämter**
- **EUTB** der Stiftung Lebenshilfe
(ergänzende, unabhängige Teilhabeberatung) –
Beratungsstellen in Pirna, Freital, Neustadt,
Dippoldiswalde
- **PTE-Beratungsstellen** für Lerntherapie und Lerncoaching
- **Selbsthilfegruppen** für Eltern
(z.B. über KISS-Pirna „Gruppe zur Selbsthilfe für Eltern
von Kindern mit (Verdacht auf) AD(H)S“)

Praktische Hilfen

- Nachteilsausgleich
(<https://www.schule.sachsen.de/foerderung-bei-teilleistungsschwaechen>)
- Antrag für einen Pflegegrad (zu stellen bei der zuständigen Krankenkasse; schon ab Pflegegrad 1 haben Sie Anspruch auf 125€ pro Monat für Betreuungs- oder Entlastungsleistungen z.B. im Haushalt!)
- über das zuständige Jugendamt
 - ambulante Familien- oder Erziehungshilfe
 - Schulassistenz / Schulbegleitung
(Antrag auf Leistungen zur Teilhabe)
 - Feststellung eines Grades der Behinderung
(Antrag zur Feststellung der
Schwerbehinderteneigenschaft)
- Möglichkeit einer Eltern-Kind-Kur oder Reha

Elternhilfe-ADHS@gmx.de

Entdecken Sie die Stärken der betroffenen Kinder und helfen Sie ihnen dabei, diese zu nutzen, denn sie ...

- sind häufig andersdenkend und erfinderisch.
- sind oft unkonventionelle, mutige und streiterfahrene Weltverbesserer mit einem ausgeprägten Sinn für Gerechtigkeit.
- bleiben bei einem Standpunkt wenn sie davon überzeugt sind.
- arbeiten sehr hartnäckig an einer Sache wenn sie dafür brennen.
- haben meist eine besonders genaue Wahrnehmung.
- sind auffallend kreativ und intuitiv.
- sind häufig künstlerisch sehr begabt.
- sind besonders ehrlich.
- sind sensibel und feinfühlig.
- sind spontan und sehr begeisterungsfähig.

Unsere Kinder mit ADHS sind Abenteurer und Entdecker, Künstler und Wissenschaftler, Unternehmer und Visionäre. Sie haben häufig das Potenzial ohne Gedankenschränken Großes zu erreichen – wenn Sie die Möglichkeit bekommen, ihre besonderen Fähigkeiten zu entfalten.

Bekannte Persönlichkeiten mit AD(H)S

- Jan Ullrich – Radsportler
- Diane Kruger – Schauspielerin
- Wolfgang Amadeus Mozart – Musiker
- Jamie Oliver – Koch
- Emma Watson – Schauspielerin
- Albert Einstein – Physiker
- Jackie Chan – Action-Star
- Noah Gordon – Autor

*Haben Sie Fragen, Hinweise oder Ergänzungen?
– dann melden Sie sich gern!*

Elternhilfe-ADHS@gmx.de

Kinder mit besonderen Bedürfnissen



AD(H)S

Aufmerksamkeits-Defizit-Hyperaktivitäts-Syndrom

*Hilfe zur Selbsthilfe für Eltern,
Erzieher und Lehrer*

*eine Informationssammlung von
Betroffenen für Betroffene*

Elternhilfe-ADHS@gmx.de

Viele Eltern kennen es, die ständigen Gespräche mit Erziehern und Lehrern, weil das Kind einfach nicht auf Anweisungen hören kann. Und vielleicht haben Sie selbst bereits entdeckt, dass Ihr Kind irgendwie anders ist.

Es benötigt mehr Aufmerksamkeit, mehr Führung; ist impulsiver als die meisten Altersgenossen oder kann in der Schule dem Unterricht einfach nicht folgen.

Die betroffenen Kinder und Eltern fühlen sich häufig mit diesen Problemen allein gelassen, ausgeschlossen und stoßen nicht selten im Umfeld auf Unverständnis.

ADHS ist ...

- eine Hirnstoffwechselstörung (ein Mangel an Dopamin in den synaptischen Spalten im Gehirn); vereinfacht gesagt eine Reifeverzögerung des Gehirnes.
- häufig u.A. erblich bedingt – diese Information kann besonders für das Verständnis als Eltern von Vorteil sein!!
- erste Auffälligkeiten treten meist schon im Kindergartenalter auf; das Bestehen einer lösungsbedürftigen Problematik wird häufig erst mit Beginn der Schulzeit durch Zunahme der Anforderungen offensichtlich
- die meisten betroffenen Jugendlichen benötigen unterstützende Begleitung bis ins frühe Erwachsenenalter, finden sich dann aber meist gut in ihrem Leben und mit den Alltagsanforderungen zurecht

Typische Verhaltensweisen

- Aufmerksamkeitsstörung
 - Konzentrationsprobleme
 - die Kinder sind leicht ablenkbar
 - sie können schlecht an einer Sache dranbleiben (besonders wenn diese Sache außerhalb des eigenen Interessenbereiches liegt bzw. nicht im eigenen Fokus ist)
 - sind sehr vergesslich und können unzuverlässig sein
 - fehlendes Strukturdenken
 - keine oder verzögerte Reaktion auf Ansprache
- Hyperaktivität
 - häufiges Zappeln
 - allgemeine Unruhe
 - das betroffene Kind ist immerzu in Bewegung
 - ständiges dazwischenreden
- Impulsivität
 - stören Andere im Spiel oder im Gespräch
 - Sprunghaftigkeit
 - können schlecht warten, bis sie an der Reihe sind

Nicht bei jedem Kind sind alle Verhaltensweisen gleich stark ausgeprägt. Besonders bei Kindern mit ADS entfällt der Komplex „Hyperaktivität“, sie gelten eher als zurückhaltend und verträumt.

Informieren Sie sich über die besonderen Bedürfnisse der von ADHS betroffenen Kinder; es hilft Ihnen dabei, die Beweggründe für das störende Verhalten zu verstehen und dann die daraus resultierende (sinnvolle) erzieherische Maßnahme zu treffen!!

- Besonders wichtig für die betroffenen Kinder ist die Stärkung ihres Selbstwertes, denn das ist in vielen Fällen durch ständige Kritik und Misserfolge schon früh angegriffen, was als Folgeerscheinung zu aggressivem und oppositionellem Verhalten führen kann.
- Gehen Sie offen mit den Stärken und Schwächen ihres Kindes um; das gilt besonders beim Schulwechsel, Neueintritt bei Vereinen, Ferienlager, dem Besuch bei Freunden. Durch Offenheit kann schwierigen Situationen vorgebeugt werden und dem Kind bleibt im besten Fall der Ärger erspart, wenn es doch wieder zu einer Situation kommt, in der es über das Ziel hinausschießt.
- Prinzipiell sollte jedem Kind Empathie entgegengebracht werden, aber bei Kindern mit ADHS ist es besonders wichtig, dass ihnen empathisch und offen begegnet wird und sie in ihren Stärken und Schwächen angenommen und begleitet werden. Die Motivation ist ein wesentlicher Baustein um den Kindern zu positiven Erlebnissen und Erfolgen zu verhelfen.

Eine besondere Empfehlung

- der „ADHS-Family-Podcast“ von Anna Maria Sanders, absolut hörensenswert und sehr informativ für Eltern, Erzieher und Lehrer
<https://adhshilfe.net/podcast/>