

## **Aufmerksamkeitsprobleme – wie helfen Sie Ihrem Kind?**

„Felix war von Anfang an sehr anstrengend“, berichtet eine Mutter in der Erziehungsberatungsstelle. „Er schlief wenig, war ständig in Bewegung, immer musste ihn jemand im Auge haben. Trotzdem hatte er schon als Kleinkind zahlreiche Miniunfälle.. Er fasste alles an und brachte mich an den Rand der Erschöpfung.

Später machte er sich im Kindergarten unbeliebt, störte in der Bauecke. Er kam immer wütender nach Hause. In der ersten Klasse hieß es dann, er störe den Unterricht, zappele rum und schubse andere Kinder aus heiterem Himmel.“

Was ist da los?

Neurobiologische Modelle gehen davon aus, dass es Kinder gibt, die bereits als Neugeborene und während ihrer Kleinkindphase wacher, neugieriger und leichter stimulierbar, reizoffener sind als andere. Kinder mit dieser besonderen Wachheit und Anregbarkeit geraten leicht in einen Problemkreislauf. Sie können ohne Hilfe von außen ihren starken Antrieb kaum kontrollieren, müssen ständig Neues entdecken und herumzappeln. Infolgedessen nutzen sie immer intensiver diese „starken Kanäle“ und werden ein immer „besserer“ Zappelphilipp, was Eltern oft verstärken, sie regen ihren Zappelphilipp noch mehr an.

Was hier stattdessen helfen kann sind klare, einfache Regeln zuhause, deren Einhaltung konsequent eingefordert werden muss. Ein Alltag mit Struktur und Ritualen hilft dem Kind, seinen „Motor zu bremsen“. Besonders wichtig ist trotz aller Schwierigkeiten, dass sich Ihr Kind in der Familie angenommen fühlt, denn es eckt ja häufig bei anderen an. Sehen Sie auch seine liebenswerten Seiten, unterstützen Sie Gruppenaktivitäten, die Ihrem Kind liegen.

Bei massiven Auffälligkeiten ist es sinnvoll, sich zu einer individuellen Diagnostik an einen erfahrenen Kinderarzt oder Kinder- und Jugendlichenpsychiater zu wenden. Anregungen für die Erziehung zu Hause erhalten Sie in der Erziehungsberatungsstelle, Birkenfelderstraße 15, 91301 Forchheim Telefon 09191 707240 oder per E-Mail: [erziehungsberatung@caritas-forchheim.de](mailto:erziehungsberatung@caritas-forchheim.de)