



**Stärkung der Erziehungskompetenz**

# DE(H)B

**Familienzentrum Rietberg**

Wiedenbrücker Straße 36  
33397 Rietberg

**Öffnungszeiten**

Montag bis Freitag 09.00 bis 12.00 Uhr  
Donnerstag auch 14.00 bis 18.00 Uhr

**So erreichen Sie uns**

Katharina Kneuper 05244 / 986-316  
[katharina.kneuper@stadt-rietberg.de](mailto:katharina.kneuper@stadt-rietberg.de)

Martin Hillemeier 05244 / 986-308  
[martin.hillemeier@stadt-rietberg.de](mailto:martin.hillemeier@stadt-rietberg.de)

oder: [familienzentrum@stadt-rietberg.de](mailto:familienzentrum@stadt-rietberg.de) FAX 05244 / 986-318

Informationen für Familien finden Sie unter  
[www.familienzentrum.rietberg.de](http://www.familienzentrum.rietberg.de)

**Dikkat**

**Eksikliği ve**

**(Hiperaktivite)**

**Bozukluğu**

**LOKALE BÜNDNISSE  
FÜR FAMILIE**

Dieser Handzettel wurde erstellt in Anlehnung an einen Flyer im Lokalen Bündnis für Familie Marzahn-Hellersdorf von Berlin (AG Interinstitutionelles Projekt zur Stärkung der Erziehungskompetenz) [www.ipse-mh.blogspot.de](http://www.ipse-mh.blogspot.de) .

**Rietberg**

## Benim çocu ğum farklı

„Hamilelik sırasında bile çok hareketliydi ... bebekk en hep ağladı ... çok erken yürümeye ba şladı ve bu yüzden birkaç defa kaza geçirdi ... kre şte inatçı ve sinirliydi ... kre şteki ö ğretmenleri beni eğitiminde hatalar yapmakla suçladılar ... okuldaysa tam bir cehennem yaşanmaya başlandı ... kınamalar... 8 ya şında okula gitmek istememeye başladı ... okuldan uzakla ştırıldı ... hiçbir ö ğretmen anlayış göstermedi ...“

Beynin farklı bölgelerindeki kimyasal mesajcı madde lerdeki dengesizlikten dolayı DE(H)B olan çocuklar farklı şekilde etkilenmektedirler.

### a) dikkatlerinde

- dikkatli oldu ğu süreyi devam ettiremez – yarıda keser
- sıklıkla eşyalar kaybeder, ev ödevlerini unuttur
- dinleyemez veya dinlerken zorlanır, aklıyla başka yerde gibidir
- dalgın ve/veya isteksizdir, sıklıkla dikkatsizlikten dolayı hatalar yapar
- önemli olmayanlar üzerine konsantre olur

### b) hareketliliğinde

- etrafta dolanır, aşırı şekilde oraya buraya tırmanır, sanki biri onu kovalı yor gibidir
- ondan bir şey istendiğinde bu onu etkilemez
- uygunsuz şekilde aya ğa kalkar ve aşırı hareket eder
- elleri ve ayakları rahat durmaz veya sandalyenin üzerinde kurtlanmış ş gibi oturur

### c) içteplerini kontrol ederken

- aşırı konuşur (çenesi dü şmüş ş gibi), bekleyemez veya beklerken çok zorlanır
- araya girer, oyunların, durumların, konuşmaların orta yerinde katılır
- duygusal gerginliklere tahammül edemez
- aşırı tepki gösterir ve sosyal kurallara/normlara uya maz

Belirtilen bu semptomlar birden fazla yaşam alanında 6 aydan uzun süre görülüyorsa, DE(H)B söz konusu olabilir.

Çocu ğunuzu en iyi siz tanırırsınız, o böyledir: sevgiye mu htaç, çok tutkulu, hayal kırıklıklarını çok çabuk unuttur, adalet duygusu çok gelişmiş, tehlikelerden ve/veya otoritelerden korkmaz, kısmen üstün yetenekli, (yap tı ğı kendi işleri sırasında) çok gayretli ve çok verimli, çok yaratıcı ve zihni açık ve bu yüzden sürekli şaşırtıyor, sağı solu belli olmuyor ve kendine has.

## Bu çocuk tek kelimeyle e şsiz!

Bunlar başka çocukları ve yeti şkinleri korkutan özelliklerdir. Sanki kasıtlı olara k dalga geçerek ve kı şkırtarak gürültüyle patırtıyla hayatı ya şıyor gibidirler. Başkaları gibi aralıksız „i şlevlerini“ yerine getirmiyorlar ve bu yüzden dı şlanma tehlikesiyle karşı karşıya kalırlar.

## Sabır, sevgi ve tutarlılık

DE(H)B olan çocuk dürtüleri açıktır ve aynı zamanda dürtüleri filtreleme zayıflı ğı vardır, yani çok fazla bilgi filtrelenmeden algılanmakta ve gerekti ği gibi „çekmecelere“ yerle ştirilememektedir. Böylece bu bilgileri tekrar bulam azlar. Örne ğin düzenli olarak di şlerini fırçalaması gerekti ğini bu tür bir çocuk çok zor anlar ve ö ğrenir. Bu bilginin bol sabır, sevgi ve tutarlılıkla yerine oturması gerekiyor. Bundan dolayı çocukların geli şmesinde gecikmeler yaşanmakta. Bu sırada anne ve babalar çok daha fazla çaba harcarlar ve desteklenmesi gereken inanılmaz toplumsal ve manevi başarılar göstermektedirler. Çocuk, di ğer çocuklarla ve yeti şkinlerle yaptığı çok sayıdaki olumsuz deneyimlerden dolayı çok yaralanmı ştır. Reddedildi ğini hissediyor, ama buna anlam veremiyor: „Beni niye sevmiyorlar?“ Bundan do layı özsaygı duygusu zarar görmü ştür.

## „Okula uygun de ğil“ veya ders için kazanç?

Bir ki şiyile olan ili şkisi çok önemlidir. Özellikle DE(H)B olan çocuk çok hassas antenleriyle eğitimcinin veya ö ğretmenin onu sevip sevmedi ğini hemen anlar. Buna göre ö ğleden sonra yapılan uğraşlar, dersler vs. başarılı veya başarısız olur. Bu nasıl bir kaynak: Tek bir çocuk bütün bir dersin ba şarısını etkileyebilir! ıyi bir ili şki, çocu ğu oldu ğu gibi kabul etmekle başlar. Onun bir suçu yoktur. Ancak onun davranışı aynı zamanda ona gösterilen davranı şın cevabıdır. Bu yüzden hızlı hareket etmek ve başarı beklemek ona çabucak fazla gelebilir. Bu çocu ğun önce biraz süreye, önceden bildirilene, yapılara ve yerine get irilebilir ve tutarlı bir şekilde istenilmesi zorunda olan net anlaşmalara ihtiyacı var. Ağır matematik problemlerinin hemen başında övülmelidir; dikkatini da ğıtabilecek her şey ortadan kaldırılmalı – bu yüzden önde oturmalılar, penceren in yanında de ğil. Gözle temas, sürekli geribildirim ve arada bir omzunu sıvazlamak çok huzursuz oldu ğunda yardımcı olmaktadır. Çocu ğun ani yaratıcılı ğı derse bir katkı sağlayabilir – örne ğin sesli olarak söyledi ği bir fikir bu çocu ğa ödev olarak verilebilir. ışler çı ğırından çıktı ğında çocukla bir ara vermesi gerekti ği hususunda anlaşmaya varılmalıdır. Bu bir ceza de ğil, çocuk için sakinle şme olana ğıdır. Ahlak dersleri ve çocu ğa böyle anlarda ö ğütler vermenin bir faydası yoktur.

Ne kadar zor olursa olsun, hiçbir zaman ne şenizi ve çocu ğa olan inancınızı kaybetmeyiniz.

Çocu ğun yaşına uygun gelişmesi çok fazla etki edilerek engellendi ğinde, örne ğin gençlik veya yeti şkinlik yaşında ruhsal arızalar/hastalıklar gibi sonradan oluşabilen sonuçları önlemek için uzmanlar tarafından do ğrulan bir teşhis gereklidir. Teşhis bir uzman hekim tarafından yapılmalıdır.

Danışma yerleri ve kendi kendine yardım grupları size yardımcı olacaktır. Anne ve babalar deneyimleriyle size fikir verirler, yanınızda olurlar ve onlar için de zamanında başa çıkılması imkansız olarak görülen durumlarda kuvv et verirler. Başvurulacak kişiler için – arka sayfaya bakınız