

Liebe Familien,

vielleicht kennen Sie die Situation, dass es aufgewecktes Kind durch die Kita tobt und von Erwachsenen genervt zu hören ist, dass dieser "Zappelphilip" doch bestimmt AD(H)S hat. Oder ein Kind hat einen Trotzanfall im Supermarkt und umstehende Passanten verdrehen die Augen und zischeln "wieso gibt dem Kind den keiner Ritalin?". Solche Momente zeigen, dass AD(H)S in aller Munde ist, aber auch, dass viele gar nicht richtig wissen was AD(H)S, wie es sich auswirkt und was man dann eigentlich tun kann. Daher stellen wir uns diese Woche gemeinsam die Frage:



AD(H)S -Was ist das eigentlich?

Häufig wird die Trend-Diagnose AD(H)S viel zu schnell aufgestellt. Schaut man sich in der Kita um, ist es eben nicht nur das diagnostizierte "Zappelkind" das umhertobt und das genauso manchmal Wutanfälle bekommt - die Fähigkeit, die eigenen Gefühle zu regulieren entwickelt sich erst nach und nach und so ist es ganz normal, dass es auch Kinder gibt, die besonders unruhig oder aufgedreht sind. Der folgende Artikel zeigt Symptome solcher Verhaltensauffälligkeiten, wobei trotzdem jeder Fall individuell betrachtet werden muss.

Link zum Artikel: [ADHS im Vorschulalter](#)

Der Alltag mit einem Kind mit AD(H)S kann die Eltern und den Rest der Familie vor große Herausforderungen stellen. Insbesondere wenn es sich jedoch nicht um Einzelkinder handelt, sondern Geschwister Teil des Systems sind, kann es kompliziert werden. Im folgenden Video geht es um die "Ungerechtigkeiten" mit denen Geschwister von AD(H)S- betroffenen Kindern umgehen müssen und wie die Familie dies thematisieren kann.

Link zum Video: [Geschwister von ADHS-Kindern: wie sie fühlen, was sie brauchen](#)

Immer häufiger kennt man inzwischen Eltern von AD(H)S betroffenen Kindern. Was früher einfach nur "Zappelphilip" hieß, scheint nun eine ernstzunehmende Diagnose zu sein. Doch ist es nur eine Mode-Diagnose der heutigen zappeligen Kinder oder steckt doch mehr dahinter? Im Folgenden Podcast wird der Klinikdirektor der Kinder- und Jugend-Psychotherapie des Uni-Klinikums zur näheren Diagnose-Praxis befragt:

Link zum Interview: [ADS und ADHS – Diagnose und Behandlung](#)

Das hat mir geschmeckt

Die Picknick-Saison hat begonnen und solange die Sonne scheint, gibt es doch nichts Schöneres als Zeit mit den Liebsten auf einer Decke im FReien zu verbringen. In dieser Woche gibt es deshalb ein paar Ideen für einfache schnell und leckere Ideen für den Picknick-Korb.

Link zum Rezept: [Picknick-Gemüse mit Baguette Rezept](#)

Link zum Rezept: [Picknick Rezepte für breifrei Esser und die ganze Familie](#)

Das hat mir Spaß gemacht

Nun, wo Alle schon mal draußen sind, kann doch auch ein bisschen Action losgehen. Für die ganz neugierigen können wir eine moderne Schatzsuche mit "Geocaching" empfehlen. Wie so etwas aussehen kann und wie die Sache funktioniert, wird unter folgendem Link erklärt:

Link zur Schatzsuche: [Geocaching mit Kindern](#)

Das hat mich zum Lächeln gebracht



... Und manchmal sind es doch nur die "Hummeln im Hintern" ;)

[Karikatur von Ralph Ruthe]

Das hat mir gegen Langeweile geholfen

Diese Woche spielen wir im Zukunftstreff zusammen ein Ratespiel namens "Pantomime". Schaut euch doch unser Video an und ratet mit:

Link zum Video: [Online Zukunftstreff \[4\] - Pantomime spiel für Kinder](#)

Liebe Grüße und bleiben Sie gesund und munter,

Lisa Schwarz & Caroline Wolf