

Und außerdem:  
**Geteiltes Leid  
ist halbes Leid**  
Und nur gemeinsam  
können wir  
Veränderungen bewirken

Wir können  
nicht alle  
Probleme  
beseitigen.



aber wir  
können lernen,  
damit umzugehen

Deshalb treffen wir uns zum  
Erfahrungsaustausch, um Rat und  
Unterstützung zu suchen,  
zu finden und auch weiterzugeben

an jedem 1. Mittwoch im Monat  
falls Ferien oder Feiertag:  
Verschiebung auf die erste Schulwoche  
um 20.00 Uhr  
im AWO-Zentrum in der Gartenstadt,  
Bamberg, Hauptsmoorstraße 26

(Juli: Kellertreffen, August: entfällt)

Die Termine der Elterntreffen  
sowie gelegentliche Vorträge  
werden immer im FT unter der Rubrik  
„Termine“ bekannt gegeben und sind  
für alle Interessierten offen

Uns ebenfalls  
wichtige  
Anliegen sind  
Kontaktpflege  
und Zusammen-  
arbeit mit  
Beratungsstellen,  
Therapeuten,  
Erziehern und  
Schulen, sowie  
anderen Verbänden  
mit ähnlicher  
Zielsetzung



**ADHS Deutschland e. V.**

**Regionalgruppe Bamberg**

Email: [rg.bamberg@adhs-deutschland.de](mailto:rg.bamberg@adhs-deutschland.de)

Tel. über den Verband direkt oder das  
Bamberger Selbsthilfebüro 0951/91700940

Die „Mutter“ unserer und vieler anderer  
Regionalgruppen in Deutschland:

**ADHS Deutschland e. V.**

vormals BV AÜK e. V. und BV-AH e. V.

Poschingerstraße 16, 12157 Berlin

Tel. 0 30 / 85 60 59 02

Fax: 0 30 / 85 60 59 70

E-Mail: [info@adhs-deutschland.de](mailto:info@adhs-deutschland.de)

Internet: [www.adhs-deutschland.de](http://www.adhs-deutschland.de)

Bankverbindung: Berliner Volksbank eG

BLZ 100 900 00, Konto-Nr. 7 490 241 005

**ADHS  
DEUTSCHLAND e.V.**  
Selbsthilfe für Menschen mit ADHS

Vormals BV ADK e.V. und BV-AH e.V.

**Regionalgruppe  
Bamberg**

**UNAUFMERKSAM**  
**IMPULSIV**  
**ZAPPELIG**



**CHAOTISCH**

**UNORGANISIERT  
KÖNNTE  
WENN ER/SIE  
WOLLTE  
BEI NEUEM  
BEGEISTERT DABEI  
BEI ROUTINEN  
UNINTERESSIERT  
UND GELANGWEILT  
STEHT SICH OFT  
SELBST IM WEGE  
WIRKT UNREIFER  
ALS GLEICHALTRIGE**

Wenn  
Sie diese oder ähnliche Worte öfters und  
von verschiedenen Seiten über Ihr Kind  
hören ...

Wenn  
Sie vielleicht schon fühlen, dass Ihr Kind  
über sich selbst unglücklich ist und viel  
lieber so wäre, wie man es von ihm erwartet  
...

Wenn  
Sie spüren, dass es tatsächlich  
„würde wenn es könnte“

Dann könnten dies Zeichen einer  
AD(H)S sein  
(Aufmerksamkeits-Defizit-Hyperaktivitäts-  
Störung)

## „Zappelphilipp“ oder „Träumerchen“

Gemeint sind damit Kinder/Jugendliche oder  
auch Erwachsene,  
die durch besondere Unruhe  
und/oder Unaufmerksamkeit  
auffallen

Diese Menschen leiden unter der  
mangelnden Fähigkeit  
ihre Aufmerksamkeit  
und Konzentration  
zielgerichtet steuern zu können

Daneben haben sie Probleme,  
ihre oft starke Impulsivität  
zu kontrollieren

Es ist nachvollziehbar, dass die daraus  
resultierenden Verhaltensweisen  
Unverständnis und Ablehnung in der  
Umgebung hervorrufen

Wer das Störungsbild nicht  
kennt, vermutet die  
Ursachen häufig allein  
im sozialen Umfeld  
und geht von  
Unwillen,  
Faulheit oder  
desolaten  
Familien-  
verhältnissen  
aus, was seitens  
der Betroffenen  
zusätzlich als extrem  
verletzend empfunden wird



Aus diesem Grund legen wir besonderen Wert  
auf eine sachliche Information und Aufklärung  
über das Krankheitsbild,  
immer orientiert an gesicherten  
wissenschaftlichen Erkenntnissen -  
auch wenn diese gelegentlich im Widerspruch  
zu weit verbreiteten gesellschaftlichen  
Auffassungen stehen

Als Eltern von Kindern/Jugendlichen  
mit ADHS, manchmal auch als  
Selbstbetroffene,  
haben wir alle mehr oder weniger  
mit den gleichen Schwierigkeiten  
zu kämpfen

Gespräche zwischen Betroffenen wirken  
durch gegenseitiges Verständnis meist  
hilfreich und entlastend und eröffnen nicht  
selten völlig neue Perspektiven