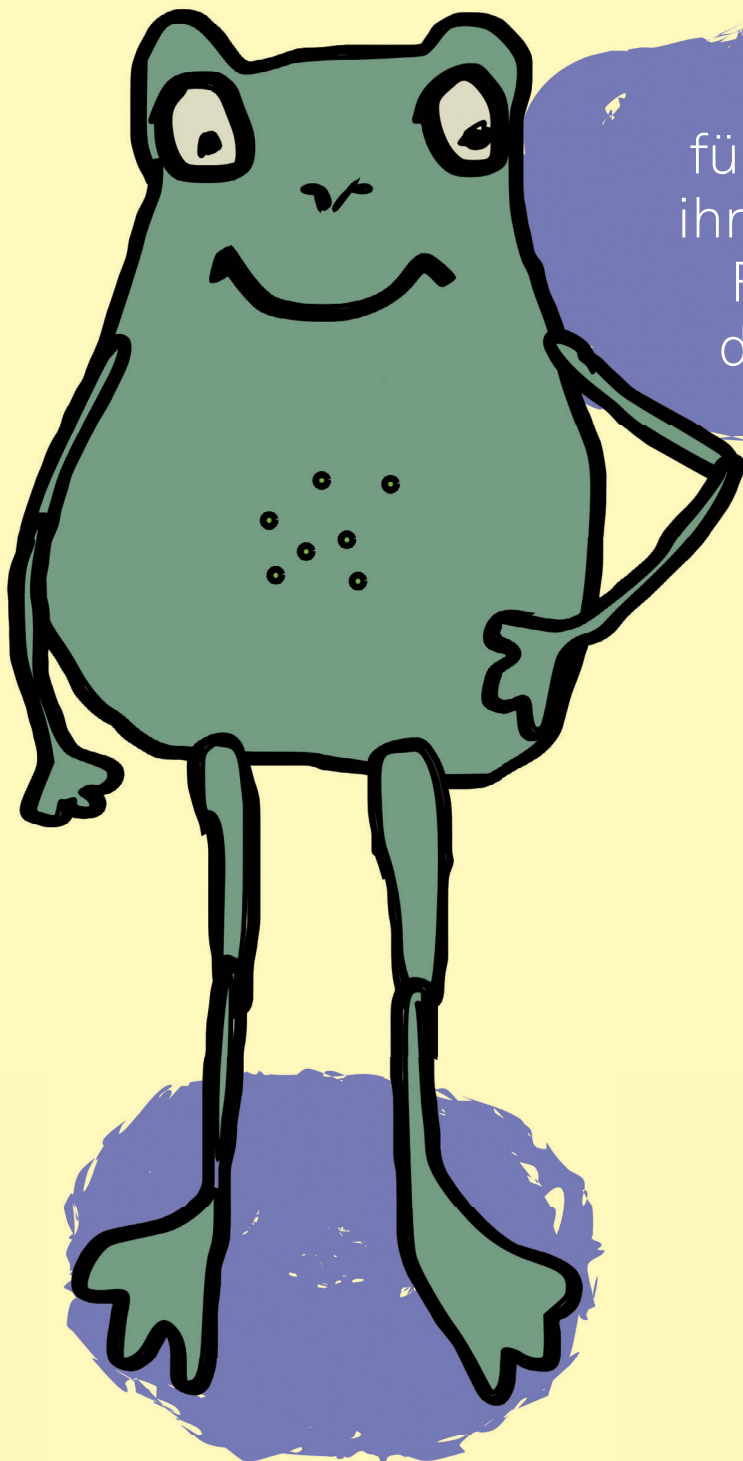


Hanna Zeyen

Phil, der Frosch



Ein Buch
für Kinder mit ADHS,
ihre Freundinnen und
Freunde und alle,
die sie gern haben

Phil, der Frosch

Phil, der Frosch
Hanna Zeyen

Hanna Zeyen

Phil, der Frosch

Ein Buch für Kinder mit ADHS, ihre Freundinnen und Freunde
und alle, die sie gern haben



Hanna Zeyen
Hofstatt 7
35037 Marburg
Deutschland
hanna.zeyen@t-online.de

Geschützte Warennamen (Warenzeichen) werden nicht besonders kenntlich gemacht. Aus dem Fehlen eines solchen Hinweises kann also nicht geschlossen werden, dass es sich um einen freien Warennamen handelt.

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://www.dnb.de> abrufbar.

Dieses Werk einschließlich aller seiner Teile ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung außerhalb der engen Grenzen des Urheberrechtes ist ohne Zustimmung des Verlages unzulässig und strafbar. Das gilt insbesondere für Kopien und Vervielfältigungen zu Lehr- und Unterrichtszwecken, Übersetzungen, Mikroverfilmungen sowie die Einspeicherung und Verarbeitung in elektronischen Systemen.

Anregungen und Zuschriften bitte an:

Hogrefe AG
Lektorat Psychologie
Länggass-Strasse 76
3000 Bern 9
Schweiz
Tel: +41 31 300 45 00
E-Mail: verlag@hogrefe.ch
Internet: <http://www.hogrefe.ch>

Lektorat: Dr. Susanne Lauri
Bearbeitung: Amélie Pfäffli, Bern
Herstellung: Daniel Berger
Druckvorstufe: zvg. Hanna Zeyen
Umschlag: Claude Borer, Riehen
Druck und buchbinderische Verarbeitung: Finidr, s.r.o., Český Těšín
Printed in Czech Republic

1. Auflage 2016
© 2016 Hogrefe Verlag, Bern

(E-Book-ISBN_PDF 978-3-456-95621-3)
ISBN 978-3-456-85621-6

Nutzungsbedingungen:

Der Erwerber erhält ein einfaches und nicht übertragbares Nutzungsrecht, das ihn zum privaten Gebrauch des E-Books und all der dazugehörigen Dateien berechtigt.

Der Inhalt dieses E-Books darf von dem Kunden vorbehaltlich abweichender zwingender gesetzlicher Regeln weder inhaltlich noch redaktionell verändert werden. Insbesondere darf er Urheberrechtsvermerke, Markenzeichen, digitale Wasserzeichen und andere Rechtsvorbehalte im abgerufenen Inhalt nicht entfernen.

Der Nutzer ist nicht berechtigt, das E-Book – auch nicht auszugsweise – anderen Personen zugänglich zu machen, insbesondere es weiterzuleiten, zu verleihen oder zu vermieten.

Das entgeltliche oder unentgeltliche Einstellen des E-Books ins Internet oder in andere Netzwerke, der Weiterverkauf und/oder jede Art der Nutzung zu kommerziellen Zwecken sind nicht zulässig.

Das Anfertigen von Vervielfältigungen, das Ausdrucken oder Speichern auf anderen Wiedergabegeräten ist nur für den persönlichen Gebrauch gestattet. Dritten darf dadurch kein Zugang ermöglicht werden.

Die Übernahme des gesamten E-Books in eine eigene Print- und/oder Online-Publikation ist nicht gestattet. Die Inhalte des E-Books dürfen nur zu privaten Zwecken und nur auszugsweise kopiert werden.

Diese Bestimmungen gelten gegebenenfalls auch für zum E-Book gehörende Audiodateien.

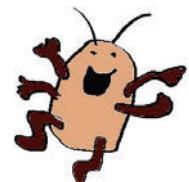
Anmerkung:

Sofern der Printausgabe eine CD-ROM beigelegt ist, sind die Materialien/Arbeitsblätter, die sich darauf befinden, bereits Bestandteil dieses E-Books.

Das findest Du in diesem Buch:

- Ein Vorwort von Prof. Dr. Christiansen S. 6 – 7
- Eine Anleitung für dieses Buch S. 8 – 11
- Eine Begrüßung durch die Eule Nula S. 12 – 13
- Die Geschichte von Phil, dem Frosch,
mit Spielen und Ideen zum Mitmachen S. 14 – 57
- Den Sternenhimmel der Dompeurinnen
und Dompteure S. 58 – 59
- Infos für alle, die viel wissen wollen S. 60 – 71
- Adressen für Kinder S. 72 – 73
- Adressen für Erwachsene S. 74 – 75

*(Fast alles in diesem Buch ist für Kinder. Nur die Seiten,
die hier grau geschrieben sind, richten sich vor allem an
Erwachsene)*



Vorwort von Prof. Dr. Christiansen

(Professorin für klinische Kinder- und Jugendpsychologie der Philipps-Universität und Leiterin der Kinder- und Jugendlichen-Psychotherapie-Ambulanz Marburg)

„Phil der Frosch“ von Hanna Zeyen ist ein informatives und liebevoll gestaltetes Kinderbuch, das sich mit der Aufmerksamkeitsdefizit-/Hyperaktivitätsstörung (ADHS) beschäftigt. Es entstand – ein seltener Glücksfall – im Kontext von zwei Seminarveranstaltungen im Fachbereich Psychologie an der Philipps-Universität Marburg im Winter- und Sommersemester 2014/15.

In dem Buch erzählt die Eule Nula von dem Frosch Phil, der einen ADHASEN im Bauch hat. Dieser ADHASE macht Phil zappelig und lenkt ihn von vielen Dingen, wie etwa seinen Hausaufgaben, ab. Die Geschichte beginnt jedoch mit den positiven Dingen und Eigenschaften, die Kinder mit ADHS aufweisen und zeigt so auch, auf welche Ressourcen sie zurückgreifen können. Die mit der Erkrankung ADHS verbundenen Schwierigkeiten werden sehr differenziert und für Kinder gut nachvollziehbar dargestellt, insbesondere die Symptome der ADHS. Am Ende der Geschichte holen sich Phil und seine Mutter schließlich Hilfe für den Umgang mit dem Zappelhasen – und alles wird gut!

Der Erzählung beigelegt sind kindgerecht aufbereitete Informationen z. B. zur Häufigkeit und Diagnostik der ADHS und Hinweise für Anlaufstellen sowie nützliche Sites im Internet für Kinder und Eltern. Zwischen die verschiedenen



Abschnitte der Geschichte hat Hanna Zeyen außerdem Arbeitsblätter eingefügt, auf denen die Kinder ihre eigenen Erfahrungen und Erlebnisse eintragen können und so einen persönlichen Bezug zu ihrer Lektüre herstellen.

„Phil der Frosch“ ist damit mehr als ein Kinderbuch, denn es ist gleichermaßen interessant für betroffene Eltern wie für TherapeutInnen, die mit diesem Buch arbeiten können. Ich selbst habe im Rahmen von Seminaren für Kinder- und Jugendlichen-PsychotherapeutInnen in Ausbildung die Geschichte genutzt, um mit TeilnehmerInnen die psychoedukative Aufklärung über ADHS bei Kindern zu üben. Die Resonanz war dabei stets so positiv, dass es höchste Zeit wurde, Phil den Frosch einer breiteren Öffentlichkeit bekannt zu machen. Dem Hogrefe Verlag, der die Publikation von Anfang an unterstützt hat, sei dafür gedankt.

Ich freue mich besonders, dass aus dem universitären Seminaralltag und dem akademischen „Elfenbeinturm“ ein so gelungenes Buch für kleine Leserinnen und Leser und eine so hilfreiche Publikation für TherapeutInnen und Eltern hervorgegangen ist und wünsche diesem Buch viele begeisterte Leser- und NutzerInnen.

Prof. Dr. Hanna Christiansen, Marburg im Dezember 2015

An alle Erwachsenen:

Wenn ein Kind eine ADHS-Diagnose erhält oder vielleicht eine solche Diagnose erhalten soll, ist das oft für die Eltern, aber auch für Verwandte, Lehrerinnen und Lehrer, Erzieherinnen und Erzieher und andere Erwachsene, die mit dem Kind in Kontakt stehen, eine Achterbahn der Gefühle. Aber auch für Kinder kann diese Reise manchmal unheimlich und verwirrend sein. Dieses Buch soll eine Unterstützung für das Kind sein.

Bei der Feststellung von ADHS sollten die Eltern und Bezugspersonen aus dem Kindergarten oder der Schule befragt werden. Ältere Kinder sollten auch selbst befragt werden. Auch sollten psychologische Testverfahren wie Konzentrationstests und Leistungstests zum Einsatz kommen. Eine solche Diagnose kann in sozialpädiatrischen Zentren oder von Kinderärzten, Kinder- und Jugend-Psychotherapeuten und Kinder- und Jugend-Psychiatern gestellt werden, die auf diesem Gebiet erfahren sind.





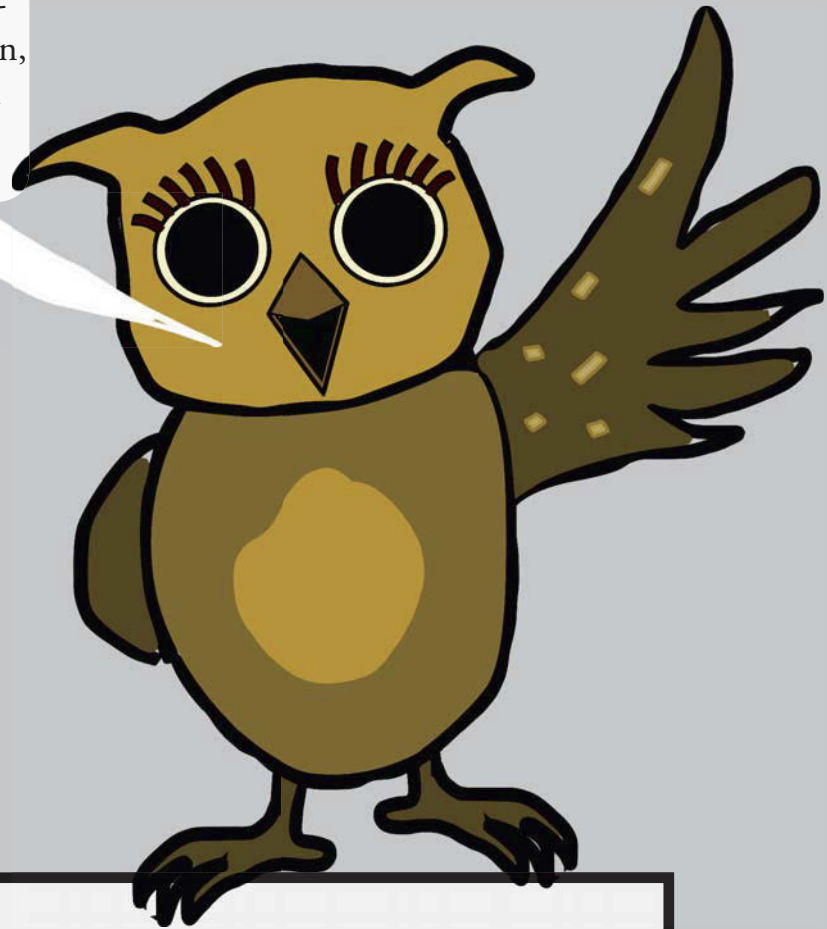
Bevor eine ADHS-Diagnose vergeben wird, sollte folgendes überprüft worden sein:

- Seh- und Hörschwierigkeiten
- Teilleistungsprobleme wie Lese-Rechtschreibschwäche oder Dyskalkulie
- andere psychische Störungen

Das Buch hat folgende Ziele:

- Es soll dem Kind helfen, Merkmale von ADHS kennenzulernen und bei sich wahrzunehmen
- Das Buch soll Ängste vor der Diagnostik und einer eventuellen Therapie beim Kind abbauen.
- Es hilft dem Kind dabei, das Problem zu erkennen und seinen Wunsch, etwas an seinem Verhalten zu ändern, zu stärken.
- Das Kind wird dazu ermuntert, selbst stärker darauf zu achten, was ihm dabei hilft, sich zu konzentrieren und ruhig und bedacht zu bleiben. Auch werden kleine Tricks vermittelt, die dabei helfen können.
- Vor allem wird das Kind aber dabei unterstützt, wieder zu erkennen, wie fantastisch und liebenswert es doch ist!

In wissenschaftlichen Studien konnten Hinweise dafür gefunden werden, dass Kinder mit ADHS-Merkmalen kreativer als andere Kinder sind.



Das Buch ist in drei Teile aufgeteilt: Die Geschichte von Phil (weißer Hintergrund), die Seiten zum Selbstgestalten (grüner Hintergrund) und der Wissensteil (blauer Hintergrund). Die ersten beiden Teile sind für alle Kinder ab der 1. Klasse geeignet, der Wissensteil für Kinder ab der 3. Klasse. Sie können dem Kind die Geschichte vorlesen oder es selbst lesen lassen (wenn es das schon kann). Wenn das Kind noch nicht schreiben kann, kann es die Aufgaben im Teil zum Selbstgestalten zeichnerisch bearbeiten und die Antwort mündlich formulieren. Halten Sie diese für das Kind schriftlich fest. Wenn es bereits schreiben kann, sollte es die Aufgaben zeichnerisch und schriftlich bearbeiten. Achten Sie darauf, dem Kind ausführlich zu berichten, was es bei der Bearbeitung der Aufgabe alles gut gemacht hat.

Wenn das Kind die Aufgabe bearbeitet hat, darf es den Stern neben der Aufgabe ausmalen. Auch darf es einen weiteren Stern auf den vorletzten beiden grünen Seiten ausmalen. Während die Aufgaben in beliebiger Reihenfolge bearbeitet werden können, müssen die Sterne auf den vorletzten beiden grünen Seiten der Reihe nach ausgemalt werden. Neben den Sternen steht eine Auszeichnung (z.B. Flohzirkusleiter). Überlegen Sie gemeinsam mit dem Kind, was die Bezeichnung wohl alles Tolles bedeuten könnte.

Es ist möglich, dass das Kind etwas in dem Buch nicht versteht und Sie daher fragt. Falls Sie eine Frage selbst nicht beantworten können (auch Erwachsene wissen leider nicht alles), finden Sie auf der letzten Seite Kontaktadressen und Internetseiten, auf denen Sie die Antwort recherchieren können. Aber vor Allem: Genießen Sie die gemeinsame Lesezeit mit dem Kind!

