



# Kinder verstehen – Konflikte lösen

Ratgeber für Mütter, Väter und Großeltern (Teil 2)

in deutsch und türkisch

Herausgegeben von

**Diakonisches Werk**   
im Kirchenkreis Reinickendorf e.V.

  
**Aufwind**

**Kinder verstehen – Konflikte lösen**

**Ratgeber für Mütter, Väter und Großeltern (Teil 2)**

**in türkisch und deutsch**

Deutsche Fassung:

Angelika Rzondetzko, Ursula Gärtner-Nkoy

**Kinder verstehen – Konflikte lösen**

## **Ratgeber für Mütter, Väter und Großeltern (Teil 2)**

**in türkisch und deutsch**

Herausgeber:

**- Diakonisches Werk im Kirchenkreis Reinickendorf Berlin e. V.  
- Aufwind e.V.**

Autorin:

Dr. Nadia Osman (arabisch)  
Nerim Idik (türkische Fassung)

Gestaltung: Etienne Girardet, pacificografik

Der Ratgeber ist innerhalb der geförderten Projekte

„Dialog und Integration“ (2009)

Projektleitung: Ursula Gärtner-Nkoy

und

„Erziehung gestaltet Vielfalt“ (2009)

Projektleitung: Nathalie Scholer und Ibrahim Demirtas

entstanden.

Gefördert im Rahmen des Bundesprogramms

„TOLERANZ FÖRDERN – KOMPETENZ STÄRKEN“.



Bundesministerium  
für Familie, Senioren, Frauen  
und Jugend



# Inhalt

Vorwort zur deutschen Ausgabe	4
1. Einleitung	4
2. Die gesunde Entwicklung des Kleinkindes bis zur Einschulung	5
3. Grundsätze der Erziehung	6
4. Das hyperkinetische Kind: ADHS	9
5. Schulische Schwierigkeiten und Lernprobleme	12
6. Pubertät, körperliche und psychische Entwicklung	14
7. Ausgewählte Problembereiche	16
8. Drogen und Medikamentenabhängigkeit	22
9. Trennung und Scheidung	24
10. Interkulturelle Konflikte, Migrationsthematik in der Erziehung	25
11. Nachwort	26

# **Vorwort zur deutschen Ausgabe**

Diese Broschüre richtet sich speziell an Eltern und Familien mit Migrationshintergrund, die in Deutschland leben und sich der Lebensaufgabe der Kindererziehung unter den veränderten Bedingungen der Migration stellen. Sie soll einen Beitrag liefern, um Brücken zwischen den Kulturen zu bauen.

Die vorliegende Broschüre fasst sowohl die wichtigsten Schritte der kindlichen Entwicklung und die am häufigsten auftretenden Probleme, als auch Elemente einer gelungenen Erziehung (Halt geben, Grenzen setzen, Wertevermittlung und Einfühlsamkeit) zusammen.

Die Autorin bezieht sich auf ihre klinische Praxis als Ärztin in der Kinder- und Jugendpsychiatrie und auf Erfahrungen als Leiterin von Elternkursen für arabische Familien, in Kooperation mit der Erziehungs- und Familienberatungsstelle des Diakonischen Werkes Reinickendorf und dem Deutschen Familienverband. Sie richtet dabei das Augenmerk vor allem auf Wissensvermittlung medizinischer und pädagogischer Aspekte und geht auf die von den Elternkursteilnehmerinnen geäußerten Fragen und Sorgen ein.

Der vorliegende Text ist aus dem Arabischen ins Deutsche übersetzt worden, was möglicher Weise den Lesefluss erschwert.

## **1. Einleitung**

Dieser Elternratgeber soll einen Beitrag dazu leisten, Ihnen als Eltern mehr Wissen über Bedürfnisse Ihrer Kinder, die Entwicklung im Kindes- und Jugendalter sowie Entwicklungsstörungen zu vermitteln, und Sie als Erziehende zu stärken. Ein frühzeitiges Erkennen und Verstehen von Verhaltensauffälligkeiten, Lern- und Schulproblemen und schnelles Eingreifen ist wichtig, um die Kinder angemessen zu fördern.

Der Elternratgeber soll Ihnen als Begleiter durch die unterschiedlichen Altersstufen dienen und einige Verhaltensauffälligkeiten und Krankheitsbilder erklären. Er soll schnell, übersichtlich und einfach Informationen sowie Handlungsmöglichkeiten bei Erziehungskonflikten vermitteln. Er soll Sie ermutigen, frühzeitig fachliche Hilfe und Beratung zu suchen, um so Ihre Elternaufgaben besser wahrnehmen zu können.

## 2. Die gesunde Entwicklung des Kleinkindes bis zur Einschulung

Die kindliche Entwicklung beginnt bereits im Mutterleib. Die Geburt ist der erste Schritt der Abnabelung von Mutter und Kind. Vom biologischen Aspekt her ist die „Kindheit“ auf 12 Lebensjahre definiert. Sie beeinflusst aber weitgehend, trotz ihrer kurzen Dauer, die Persönlichkeitsentwicklung und hinterlässt Spuren für das gesamte Leben. Deshalb ist es wichtig, den Bedürfnissen der Kinder gerecht zu werden und sie frühzeitig entsprechend zu fördern.

Die kindliche Entwicklung durchläuft mehrere Phasen mit unterschiedlichen und sich verändernden Bedürfnissen. Während die anfänglichen Bedürfnisse des Neugeborenen und des Säuglings von eher instinktiver Qualität sind (Saugen, Nahrungsaufnahme, Wärme und Geborgenheit), beziehen sie sich in späteren Phasen stärker auf die Umwelt und die individuelle Förderung.

### **Die kindliche Entwicklung wird in folgende Phasen unterteilt:**

- Neugeborenenperiode: Bis zu 2 Wochen nach der Geburt
- Säuglingsalter: Die ersten 2 Lebensjahre
- Kleinkindalter: 2. - 5. Lebensjahr
- Grundschulalter: Einschulungsalter: 6.-10. Lebensjahr
- Schulkind: Bis zum 12. Lebensjahr
- Pubertät Ab dem 12. Lebensjahr bis ins Jugendalter

### **Die unterschiedlichen Entwicklungsaspekte sind:**

**Die körperliche Entwicklung:** hierbei orientiert sich der Kinderarzt am Längen-, Gewichts- und Kopfumfangswachstum anhand von vorgeschriebenen Entwicklungskurven. Es wird in erster Linie das Knochen-, Gehirn- und Skelettsystem untersucht. Damit können Über- und Untergewicht, Groß- und Kleinwuchs und deren Ursachen frühzeitig entdeckt werden.

**Die motorische Entwicklung** bezieht sich auf die Fähigkeiten in der Feinmotorik, Handfertigkeit, Schrift, Ganzkörperkoordination und Gleichgewicht.

**Die sprachliche Entwicklung** bezieht sich auf die Aussprache der Worte (Artikulation), ihre Wiedererkennung, Speicherung sowie den Erwerb von Worten und Begriffen (Sprachverständnis und Wortschatz).

**Die soziale Entwicklung** beinhaltet Reaktionen auf die Umwelt, sowie Interaktion und Mitgestalten der Umwelt bzw. der Beziehungen. Sie setzt bereits in den ersten Wochen und Monaten des Säuglings ein und wird zunehmend differenzierter.

**Entwicklung der Sinnesorgane:** unsere 5 Sinne (Sehen, Hören, Riechen, Schmecken und Tasten) stellen eine wesentliche Grundlage für die Entwicklung dar. Auch hier können Defizite und Schwächen die Entwicklung beeinträchtigen.

**Die geistig-kognitive Entwicklung** basiert auf genetischen Faktoren sowie erworbenen Fertigkeiten, und entwickelt sich je nach Förderung weiter. Wird ein Kind nicht ausreichend gefördert, wird auch sein Intelligenzpotential nicht ausreichend ausgeschöpft, und es kann, trotz guter Begabung, in der Schule Leistungsschwächen zeigen.

**Die sexuelle Entwicklung**, also die seelischen und körperlichen Veränderungen im Pubertäts- bzw. Adoleszenzalter.

All diese Entwicklungsaspekte spielen zusammen und bestimmen in ihrer Gesamtheit die Persönlichkeit des Kindes.

Einflussfaktoren der kindlichen Entwicklung sind sowohl Vererbung und genetische Disposition als auch Erziehung und Umweltfaktoren.

### **3. Grundsätze der Erziehung**

Die Erziehung ist eine Kunst, in der ein Gleichgewicht zwischen klaren Regeln und Prinzipien einerseits und einer zunehmenden Freiheit zur Verselbstständigung andererseits gefunden werden muss. Hierbei spielt der Respekt sich und den Kindern gegenüber eine wesentliche Rolle – das bedeutet, andere Menschen zu achten und zwischenmenschliche Regeln einzuhalten, und gleichzeitig eigene Wünsche und Bedürfnisse zu erkennen und anzuerkennen, statt sie zu verdrängen und zu unterdrücken. Man kann Erziehung wie eine schwierige rechnerische Gleichung betrachten, die neben Feingefühl und Kreativität auch Weitsicht und Weisheit benötigt.

## Wichtige Wirkfaktoren in der Erziehung:

- **Aktives Zuhören:** das bedeutet, dem Kind aufmerksam zuzuhören, das Gesagte ernst zu nehmen und das Kind seinerseits zum Zuhören anzuregen.
- **Entschuldigungen:** sich für eigene Fehler entschuldigen zu können ist eine wichtige Vorbildfunktion der Eltern, denn nur so können Kinder lernen, sich selbst bei anderen zu entschuldigen.
- **Vergleiche und negative Prophezeiungen vermeiden:** es wird unterschätzt, wie sehr unsere Kinder dadurch geprägt werden und tiefe Spuren hinterlassen werden können. Bemerkungen wie: „du bist genauso wie dein Vater“ oder: „aus dir wird nichts“ können dazu führen, dass Kinder dies so stark verinnerlichen, dass sie diesen vorhergesagten Weg dann unbewusst tatsächlich beschreiten.
- **Keine verbalen und körperlichen Erniedrigungen:** Wissenschaftliche Studien haben belegt, dass körperlich misshandelte Kinder nicht nur körperliche sondern auch seelische Schäden davontragen. Diese Kinder zeigen Symptome der Vernachlässigung, körperliche Auffälligkeiten (sie sind häufig in ihrem Gesamtwachstum verzögert) und die Neigung zu schulischen Misserfolgen bis hin zu einer depressiven Entwicklung. Manche Eltern denken, dass man durch Schlagen fehlerhaftes Verhalten sofort stoppen kann. Sie bedenken dabei nicht, dass man längerfristig den Kindern damit auch aggressives Verhalten beibringt. Es wird im Gehirn gespeichert, dass man durch körperliche Gewalt eine sofortige Wirkung erreicht, dass Probleme durch Schlagen scheinbar gelöst werden. Die Kinder übernehmen das „Schlagen“ als Lösungsstrategie von ihren Vorbildern, wenden es in Konfliktsituationen an und bringen sich dadurch z.B. in der Schule in Probleme
- **Gefühle ausdrücken:** Viele aggressive Verhaltens-auffälligkeiten, vor allem bei Jungen, entstehen aus ihrer Hilflosigkeit und Unfähigkeit, Konflikte verbal zu lösen. Zum Teil liegt das an der „klassischen“ Rollenerziehung, bei der ein Junge nicht weinen darf, weil dieses als „unmännlich“ gilt. Häufig wird ihm der natürliche Ausdruck von Trauer verboten. Der Junge lernt so, dass Gefühle gleichbedeutend mit Schwäche sind, unterbindet sie und verliert den normalen Zugang zu seinen Emotionen. Dieses kann dazu führen, dass in schwierigen Situationen bzw. bei Konflikten schnell aggressiv gehandelt wird.

- **Kinder mitentscheiden lassen:** das bedeutet nicht, dass das Kind jede Regel mitbestimmen sollte, aber durch das „Mitentscheiden lassen“ wird es in die Verantwortung mit einbezogen und ernst genommen. Konfliktsituationen können so häufig vermieden werden. Bevor z.B. die tägliche Diskussion um das Anziehen eines Kleides oder einer Hose beginnt, könnte das Kind vor die Wahl gestellt werden, ob es sich für die rote oder blaue Hose entscheidet.
- **Konsequentes Handeln** ist eine wirkungsvolle Voraussetzung für Veränderungen. Viele Eltern geben aus Erschöpfung und „um des lieben Friedens willen“ nach. Sie setzen dann ihre eigenen Ankündigungen und Regeln nicht durch, so dass das Kind lernt, z.B. durch Weinen und Schreien seinen Willen durchzusetzen.
- **Erklärungen:** es ist wichtig, dem Kind zu erklären, dass Regeln oder Entscheidungen einen logischen Sinn und eine Bedeutung haben. Dadurch kann es sie verstehen und eher einhalten.
- **Familienregeln:** Jedes Kind braucht klare und übersichtliche Regeln, die den Alltag strukturieren und Stabilität vermitteln. Wichtig ist hierbei, dass sie – abhängig vom Alter der Kinder - gemeinsam festgelegt und schriftlich erfasst werden. Sie müssen dann konsequent durchgesetzt werden. Eine regelmäßige Überprüfung der Regeln ist ebenfalls wichtig, um sie an neue Altersstufen und die aktuelle Entwicklung anzupassen oder zu streichen.
- **Negative Konsequenzen** (Verbote, Strafen) sind nicht so wirkungsvoll wie
- **Positive Konsequenzen.** Diese bedeuten Zuwendung, die das gewünschte Verhalten verstärkt und weiterhin unterstützt. Es gibt materielle Konsequenzen bzw. Verstärker (Geschenke, Spielzeug, Geld). Die nichtmateriellen Konsequenzen sind jedoch wichtiger und auf Dauer wirkungsvoller. Ein einfaches Lob oder Zeit und Aufmerksamkeit für das Kind kann Wunder bewirken. Man „schenkt“ dem Kind als Belohnung spezielle Zeiten für gemeinsames Spiel und Spaß. Darüber sind Kinder meist glücklicher und dankbarer als über materielle Geschenke. Die Kinder können die Konsequenzen vorschlagen, werden also miteinbezogen, und bekommen das Gefühl, das Geschehen aktiv mitgestaltet zu haben. So verstärkt sich bei ihnen das Verantwortungsgefühl, das Vereinbarte einhalten zu wollen.

- **Positives Verhalten beachten, negatives Verhalten ignorieren** - vor allem wenn das Kind versucht, über negatives Verhalten die Aufmerksamkeit seiner Eltern zu bekommen. Durch das ganz einfache Prinzip des Nicht-Beachtens kann man viele negative Verhaltensweisen zum Verschwinden bringen.
- **Rituale sind wiederkehrende Ereignisse**, die täglich, wöchentlich, monatlich oder jährlich wiederholt werden und genauso wie Regeln ein wichtiges Sicherheits- und Geborgenheitsgefühl vermitteln. Tagesrituale sind z.B. das morgendliche Zähneputzen nach dem Aufstehen, das gemeinsame Frühstück, das Baden vor dem Schlafengehen und die Gute-Nacht-Geschichte im Bett mit Mama.

### **Zusammenarbeit mit Schule und Kita**

Viele Eltern und Lehrer bzw. Erzieher fühlen sich mit den Kindern, die Grenzen nicht respektieren und häufig aggressiv reagieren, überfordert und überlastet. Das kann leicht dazu führen, dass sich Eltern und Lehrer gegenseitig die Schuld zuschieben. Die Probleme können jedoch nur durch gemeinsames Angehen eingegrenzt und gelöst werden. Somit unterliegt die Erziehung der Kinder nicht nur der alleinigen Verantwortung der Eltern, sondern auch der Gesellschaft und ihrer Institutionen wie Kita und Schule. Die Hauptaufgabe der Eltern ist, den Kindern „gesunde Wurzeln“ zu geben. Die Schule hat, neben dem Vermitteln von Lehrstoff, auch die Aufgabe, soziale Fähigkeiten, Selbstständigkeit und Autonomie des Kindes zu fördern. Darüber hinaus hat sie eine wichtige Kontroll- und Unterstützungsfunktion bei Entwicklungsauffälligkeiten.

## **4. Das hyperkinetische Kind: ADHS**

Das hyperkinetische Kind leidet neben seiner motorischen Unruhe unter Konzentrationsschwierigkeiten, hoher Ablenkbarkeit und Impulsivität. Neben sozialen Auslösern wie inkonsequenter Erziehung, spielen genetische Faktoren (z.B. beim Serotonin-Transporter-Gen) eine tragende Rolle. ADHS- Kinder haben häufig Verwandte mit der gleichen Störung. Für die Diagnosestellung muss eine ausgiebige Befragung der Eltern über das Kleinkindalter bis zur jetzigen Situation, der Lehrer über das Verhalten in der Schule sowie eine professionelle Untersuchung durch einen Arzt oder/und Psychologen erfolgen.

## Wichtige Symptome beim ADHS:

- **Aufmerksamkeits- und Konzentrationsstörung:** Die Kinder können sich nicht über einen längeren Zeitraum auf eine für sie nicht vollständig interessante Sache konzentrieren.
- **Motorische Unruhe:** Die Kinder sind hyperaktiv, d.h. sie bewegen sich übermäßig viel, schaukeln z.B. mit den Beinen hin und her oder zappeln am Esstisch. Häufig sind diese Kinder in ihren Bewegungsabläufen unharmonisch und tollpatschig.
- **Impulsivität:** Die Kinder sind jähzornig und sehr spontan. Sie verlieren schnell ihre Nerven, reagieren ohne nachzudenken und sind daher schnell in körperliche Auseinandersetzungen verstrickt.
- **Hohe Ablenkbarkeit:** als eine Folge der Konzentrationsstörung. Die Kinder lassen sich schnell ablenken und verlieren den „Faden“, sind daher oft in ihrer Arbeitsweise verträumt oder chaotisch und unorganisiert.
- **Schwierige Beziehungen zu Gleichaltrigen:** Durch ihre Jähzornigkeit und Impulsivität, aber auch ihre Ungeschicklichkeit verlieren sie schnell Freunde, sind oft unbeliebt und kommen häufig in die Außenseiterposition und die Rolle eines „Problemkindes“.
- **Schulische Leistungsschwierigkeiten:** Auch als Folge der Konzentrationsschwierigkeiten, der hohen Ablenkbarkeit und der unorganisierten Arbeitsweise können diese Kinder häufig, trotz durchschnittlicher Intelligenz, keine ausreichenden Schulleistungen erbringen. Außerdem hat ein Teil dieser Kinder noch zusätzliche Lernprobleme bzw. Teilleistungsstörungen, wie eine Lese-Rechtschreibschwäche oder eine Rechenstörung.
- **Andere Defizite:** Diese Kinder zeigen umschriebene Entwicklungsstörungen, z.B. im Bereich der Motorik, der Sprache oder der Wahrnehmung. Die EEG – Befunde (Messung der Hirnströme) sind bei einem kleinen Teil der Kinder auffällig.

### ***Wichtige pädagogische Prinzipien beim ADHS-Kind:***

- Tagesroutine mit klarer Tagesstruktur und einem ruhigen Umfeld.
- Keine ausufernden Diskussionen, sondern konsequente „Ansagen“ in ruhiger, aber fester Tonlage.
- Kein Schreien, keine körperliche Gewalt
- Positive Konsequenzen (Lob) direkt nach dem gewünschten Verhalten, negative Konsequenzen direkt nach dem ungewünschten Verhalten
- „Time - out“ – Maßnahmen, die bedeuten, dem Kind bei Wut- oder Schreianfällen die Möglichkeit zu geben, sich in Ruhe z.B. in seinem Zimmer zurückzuziehen.
- Sport und körperliche Aktivität als Möglichkeit, übermäßige Energien abzureagieren.
- Freizeitaktivitäten an der frischen Luft. Nicht zu viele Freunde auf einmal einladen, um Unruhe zu vermeiden.
- Ernährung: Süßigkeiten, sowie zuckerhaltige Getränke vor allem in den Nachmittagsstunden, können die motorische Unruhe verstärken.
- Eltern sollen Hilfe von Außen annehmen, denn die Erziehung von ADHS-Kindern ist eine große Herausforderung, die viel Kraft und Energie benötigt. Eltern sollten für eigene Entlastung und Unterstützung sorgen.

### **Mögliche therapeutische Interventionen:**

- **Psychotherapie:** Ist das Selbstbewusstsein des Kindes durch die Probleme in der Familie, Schule und mit den anderen Kindern beeinträchtigt, leidet das Kind. Entwickelt es sogar Depressionen oder Ängste, muss eine professionelle Hilfe (z.B. eine Kindertherapie) eingesetzt werden.
- **Verhaltenstherapie:** hier werden durch regelmäßige Gespräche und praktische Übungen Verhaltensänderungen gelernt. Manchmal ist eine Gruppenbehandlung in Form eines „Sozialkompetenz-Trainings“ sinnvoll, bei dem die Kinder in der Gruppe andere Verhaltensweisen lernen können.
- **Familientherapie:** Manchmal weist ein Kind durch sein Verhalten auf ein Problem in der Familie hin. Dann ist eine Hilfe im Familiensystem erforderlich. Manchmal ist auch eine Jugendhilfemaßnahme, z.B. Familienhilfe ausreichend.

- **Medikamentöse Behandlung:** ist in manchen Fällen erforderlich, um eine zugespitzte Situation zu unterbrechen und den schulischen Misserfolgen( wegen der Konzentrationsprobleme) schnell entgegenzuwirken.

Im **Umgang mit der Schule** empfiehlt sich, die Lehrer in die Problematik einzubeziehen. Maßnahmen wie „Time out“, Pausen während des Unterrichts oder das Kind in die erste Reihe zu setzen, können zu einer Entspannung der Situation führen. Wichtig ist das regelmäßige Gespräch und eine gute Kommunikation ohne gegenseitige Schuldzuweisungen zwischen den Eltern und Lehrern.

## 5. Schulische Schwierigkeiten und Lernprobleme

Die kognitiven Fähigkeiten eines Kindes werden mittels des Intelligenzquotienten IQ gemessen. Die Intelligenztestungen erfassen sprachliche und nicht sprachliche Fähigkeiten. Der Durchschnitts- IQ beträgt 90 - 110, Kinder mit einer Lernbehinderung haben einen IQ von 70 - 90. Ist der IQ unter 70, spricht man von unterdurchschnittlicher Intelligenz (leichte-mittlere-schwere geistige Behinderung). Ab einem IQ von 130 gilt das Kind als „hochbegabt“.

Im deutschen Schulsystem gibt es neben den Regelschulen mit Integrationsmöglichkeiten auch Schulen für Lern- und geistig Behinderte und Sprachförderschulen. Die Lernbehindertenschulen gehen auf die individuellen Lernfähigkeiten und den Förderbedarf der Kinder ein. Die GB-Schulen (für geistig Behinderte) legen mehr Wert auf praktische Tätigkeiten in Werkstätten als auf theoretische Fächer wie Mathematik oder Geschichte.

### Teilleistungsstörungen

liegen vor, wenn zwischen der Gesamtintelligenz und der Teilleistung ein großer Unterschied besteht.

- **Rechenstörung (Dyskalkulie)** ist eine Teilleistungsstörung beim Rechnen. Sie zeigt sich von Anfang an und basiert weder auf einer geringen Intelligenz des Kindes noch mangelndem Fleiß oder falscher Lernweise. Die Kinder haben oft Probleme mit der räumlichen Mengenvorstellung und dem Umgang mit Zahlen. Kinder können sich einfache Rechenfunktionen wie Addieren und Subtrahieren nicht räumlich vorstellen. Die Multiplikation kann

ihnen leichter fallen, da sie mehr auf dem Auswendiglernen basiert.

- **Umschriebene Entwicklungsstörungen** der Sprache und des Sprechens sind Artikulationsstörungen (z.B. Lispeln), Defizite in der Ausdrucksweise oder im Wortschatz. Dies betrifft Kinder, die meist später anfangen zu sprechen und deren Sprachenwicklung nicht altersentsprechend ist.
- **Les- und Rechtschreibstörung** beinhaltet Schwierigkeiten im Umgang mit Buchstaben. Diese werden verwechselt, falsch gehört und geschrieben. Kinder benötigen möglicherweise zusätzliche Förderung (LRS: Legasthenie).
- **Motorische Entwicklungsverzögerung** ist eine Schwäche in der Feinmotorik, Ganzkörperkoordination oder im Gleichgewicht.

Es ist sinnvoll, dass die Kinder möglichst schnell behandelt werden (durch Logopädie, Sprachtherapie, LRS- Therapie, Ergotherapie), um neben den schulischen Problemen nicht noch zusätzlich Selbstwertprobleme zu entwickeln. Halten die schulischen Misserfolge an, können die Kinder die Lust an der Schule verlieren oder sogar die Schule „schwänzen“.

### **Schulphobie bzw. Schulangst**

Die klassischen Schulphobiker bekommen regelmäßig Angst vor dem Schulbesuch. Sie haben Bauch- oder Kopfschmerzen und Schwindel bis hin zum Erbrechen. Die Folge ist oft, dass besorgte Eltern ihre Kinder „krankschreiben“ und sie zu Hause lassen. Dadurch, dass der Druck zur Schule gehen zu müssen, nachlässt, geht es ihnen nach wenigen Stunden wieder gut. Der Grund liegt meist nicht im schulischen Geschehen, sondern eher in Verlust- und Trennungsängsten von engen Bezugspersonen z.B. aufgrund von Trennung der Eltern, Erkrankung eines Elternteils oder familiären Konflikten.

Die Schulphobie ist von der Schulangst zu unterscheiden, deren Ursachen in Versagensängsten oder Problemen mit anderen Kindern (Mobbing) liegen.

## 6. Pubertät, körperliche und psychische Entwicklung

Die Pubertät umfasst die Zeitspanne von ca. 11- 16 Jahren. Die sexuelle Reife tritt heute deutlich früher ein. Dies hängt mit mehreren Faktoren zusammen: der genetischen Veranlagung (Alter der Menarche der Mutter beeinflusst den Zeitpunkt der Menarche der Tochter), der psychischen Reife des Jugendlichen, dem Körperbau (übergewichtige Mädchen bekommen früher ihre Periode), der Ernährung (Proteine und Süßigkeiten beschleunigen die Reife).

Die Pubertät ist häufig eine Herausforderung für Eltern und Heranwachsende. Nicht nur der Körper verändert sich, sondern auch die Gefühle und die psychischen Prozesse des Jugendlichen, die Beziehung zu seinen Eltern und zu seiner Umgebung. All das erfordert Geduld, Verständnis und erzieherische Klugheit von Seiten der Eltern. Gleichzeitig brauchen Kinder in dieser Zeit starke Vorbilder, einen festen Rahmen, klare Regeln und Bodenständigkeit zu Hause, um sich bei allen Veränderungen sicher zu fühlen.

Bei Jugendlichen aus Migrantenfamilien kann diese Phase spezifische Konflikte hervorrufen. Sie fangen an, so wie andere Pubertierende auch, beide Lebenswelten und Kulturen zu vergleichen und ihre Umgebung in Frage zu stellen. Aber durch die Multikulturalität kann ihre Identitätsentwicklung komplexer verlaufen, wenn sie verschiedene Kulturen integrieren sollen.

Eltern reagieren häufig mit Ängsten und Sorgen, dass sie ihre Kinder „verlieren“. Durch Einengungen, übermäßige Verbote und Strenge erreichen sie allerdings meist genau das Gegenteil. Dies kann zu starken Konflikten und sogar Flucht der Jugendlichen führen, die im Extremfall sowohl die Kultur als auch die Religion ihrer Eltern ablehnen. Eltern sollten in Klugheit und Flexibilität handeln und sich nicht auf Machtkämpfe einlassen. Es ist wirkungsvoller, wenn sie die Vorzüge der eigenen Kultur im Alltag ganz praktisch vermitteln, damit die Jugendlichen die Heimatkultur der Eltern positiv erleben und sie bereichernd als Teil ihrer Identität akzeptieren und integrieren.

### **Hormonelle Veränderungen in der Pubertät**

Infolge des Hormons Testosteron beginnt bei den männlichen Pubertierenden die „Maskulinisierung“ mit männlicher Behaarung, Stimmbruch und Muskelaufbau und schließlich dem ersten

Samenerguss, letzterer meist im Schlaf. Bei den weiblichen Pubertierenden führt das Hormon Östrogen zur „Feminisierung“ mit Brustwachstum, Behaarung, Eisprung und der 1. Monatsblutung (Menarche).

### **Psychische Veränderungen in der Pubertät**

- Stimmungsschwankungen, Wutausbrüche
- Veränderte Beziehung zu den Eltern
- Stärkeres Verlangen nach Autonomie
- Starke Entwicklung der Urteilsfähigkeit, die das Handeln der Eltern immer kritischer beleuchtet
- Bedürfnis nach mehr Privatsphäre und Freiräumen
- Starke Verunsicherung,
- erhöhte Sensibilität und Verletzbarkeit,
- erhöhte Empfindlichkeit, wenn sie sich beobachtet, kontrolliert, kritisiert oder nicht ernst genommen fühlen
- Suche nach Vorbildern für ihre Identitätsentwicklung.
- Fragen über Gott und die Welt werden neu gestellt und erörtert.

### **Stabilisierende Faktoren in der Pubertät**

- Stabile und sichere Beziehungen in der Familie
- starke Eltern oder andere Bezugspersonen als Vorbilder in unmittelbarer Umgebung
- feste Regeln, klare Struktur in der Familie
- Unterstützung durch die Großfamilie
- Teilnahme an sozialen bzw. wertorientierten Gruppen
- Toleranz und Verständnis seitens der Eltern

### **Sexuelle Erziehung und Aufklärung**

Sexuelle Erziehung beginnt bereits in den ersten Lebensjahren, wenn die Kleinkinder die Geschlechtsunterschiede bemerken und sich einem bestimmten Geschlecht zugehörig fühlen. Sie sollen lernen auf ihren Körper zu achten, und ein Schamgefühl entwickeln. Kinder sollen frühzeitig verinnerlichen, dass ihr Körper letztendlich nur ihnen gehört. Sie lernen dadurch, ein klares „NEIN“ zu sagen und somit sich und ihren Körper vor sexuellen oder anderen Belästigungen zu schützen

Der Umgang mit dem Thema Sexualität ist von Familie zu Familie unterschiedlich, doch Gesprächsbereitschaft und Gesprächsangebote sollte es immer geben. Der Inhalt der Gespräche muss natürlich der Altersstufe angepasst werden. Wichtig bei der sexuellen Erziehung ist die Entwicklung von Respekt dem eigenen Körper gegenüber. Eltern dürfen ihre Kinder nicht schlagen, auch um diesen Respekt nicht zu brechen. Außerdem sollten Kinder wissen, dass sie eine Privatsphäre und Intimität beanspruchen können, die nur ihnen gehört.

Auch **sexueller Missbrauch** durch nahe Verwandte kommt manchmal innerhalb der Familie vor. Es ist wichtig, die Signale der Kinder zu verstehen und ernst zu nehmen. Diese können manchmal körperliches Missempfinden sein, Alpträume oder plötzliche Angst vor ihnen bekannten Personen. Eltern sollten sofort reagieren, indem sie ihre Kinder schützen und beim Verarbeiten der psychischen Folgen unterstützen, auch durch professionelle Hilfe in Erziehungs- und Familienberatungsstellen oder anderen spezialisierten Beratungsangeboten.

## 7. Ausgewählte Problembereiche

### Einnässen

Normalerweise kann ein Kind seine Blasenfunktion erst im 4. Lebensjahr vollständig kontrollieren, Jungen manchmal später als Mädchen. Zunächst wird das Kind tagsüber trocken, etwas später auch in der Nacht. Hierbei spielen wichtige Gehirnfunktionen eine wesentliche Rolle, weshalb Kinder mit Entwicklungsverzögerungen häufiger ein Problem mit dem Trockenwerden haben.

Man unterscheidet:

**Primäres Einnässen:** das bedeutet, die Kinder waren nie trocken, häufig aus organischen Gründen wie

- Sehr tiefer Schlaf
- Blasenentzündung
- Zu kleine Blase, Verengung der Harnwege
- Krampfanfälle, nervale Störungen
- Mandelvergrößerung mit schlechter Atmung in der Nacht und ungesunder Schlafqualität

- Offener Rücken (spina bifida), was meist mit anderen Symptomen einhergeht.

**Sekundäres Einnässen:** nach einer trockenen Phase von mindestens 3 Monaten kommt es erneut zum Einnässen. Hier spielen häufig psychische Gründe eine Rolle, wie

- Familiäre Schwierigkeiten
- Geburt eines Geschwisterkindes, die den (unbewussten) Wunsch des älteren Kindes, wieder Baby zu sein (Regression) zur Folge hat
- zu strenge Erziehung
- Hospitalismus (wenn Kinder zu lange Zeiten im Krankenhaus verbringen)
- Emotionale Störungen, z.B. bei Verlust einer liebevollen Person
- Schulische Probleme und Misserfolge.

#### **Empfehlungen für Eltern:**

- *Körperliche Untersuchung beim Kinderarzt und Urologen zum Ausschluss einer organischen Krankheit*
- *Keine Strafen, Keine Vorwürfe von den Eltern!*
- *Verhaltenspläne mit „Sonnen“ und „lachenden Gesichtern“, wenn das Kind trocken war („Verstärkerpläne“).*
- *Wenig Trinken zum Abend hin*
- *Regelmäßiger Toilettengang*
- *Klingelhose ( eine Klingel im Schlafanzug, die bewirkt, dass das Kind durch ein Klingeln geweckt wird, wenn ein Tropfen Urin auf die Slipeinlage tropft. Dadurch wird das Wachzentrum im Gehirn aktiviert.)*
- *Kinder- und Jugendpsychiatrische Vorstellung*
- *Evtl. medikamentöse Behandlung, wenn andere Therapien nicht ausreichend sind.*

#### **Daumenlutschen**

Daumenlutschen ist im Säuglingsalter zunächst ein instinktiver Reflex (Saugreflex), der aber bis ins Grundschulalter bestehen kann. Die Kinder die sich vom Daumenlutschen schwer trennen können sind eher ruhig, in sich gekehrt. Es ist für das Kind ein Mittel, sich zu entspannen und zu beruhigen. Manche Eltern machen sich Sorgen

oder schämen sich in der Öffentlichkeit mit ihren Kindern und reagieren übermäßig streng, indem sie sie bestrafen oder vor anderen kritisieren. Die Kinder werden aber dadurch noch mehr verunsichert und klammern sich umso mehr an das Daumenlutschen. Daher ist es wichtig, ihnen nicht Vorwürfe zu machen, sondern sie abzulenken, z.B. durch Fingermalen oder Fingerspiele. Hierdurch werden sie über Kreativität und künstlerisches Spielen gestärkt und gleichzeitig werden ihnen alternative Möglichkeiten der Entspannung aufgezeigt.

## **Nägelkauen**

Nägelkauen ist ein Symptom, das meist von alleine wieder verschwindet. Trotzdem beunruhigt es viele Eltern, die dann ihre Kinder bestrafen oder Vorwürfe machen. Wichtig ist zu verstehen, dass die Kinder es nicht „absichtlich“ tun, sondern aus einer inneren Unruhe und Anspannung oder als Ausdruck von unterdrückten Aggressionen.

Eltern sollten sich Zeit nehmen und überlegen, was die Ursachen hierfür sein könnten. Handelt es sich um familiäre, schulische Probleme, oder um einen Teil einer Grundstörung, wie z.B. dem ADHS? Sie sollen möglichst dem Nägelkauen selbst nicht zu viel Bedeutung schenken, damit sich nicht ein Machtkampf mit dem Kind entwickelt.

## **Aggressives Verhalten**

Bei Klein- und Grundschulkindern äußert sich aggressives Verhalten meist durch körperliche Unruhe bis hin zur körperlichen Grenzüberschreitung: Schlagen, Beißen und Schreien. Bei älteren Kindern und Jugendlichen kann es zu Jugendkriminalität kommen.

Eines haben all diese Kinder gemeinsam: sie können ihre Gefühle nicht gut ausdrücken. Sind sie z.B. in der Schule überfordert, werden sie aggressiv. Kennen sie Gewalt von zu Hause oder sehen sie bei Erwachsenen ähnliche „Problemlösungsstrategien“ verbunden mit verbaler oder körperlicher Gewalt, ahmen sie diese nach. Sind Kinder sprachlich zurückentwickelt oder schwerhörig, kann auch dies zu aggressivem Verhalten, als Ausdruck von Unbeholfenheit, führen. Auch wenig Schlaf und Unruhe zu Hause (viel Besuch, viel Fernsehen mit gewalttätigen Sendungen) kann bei Kindern ähnliche Probleme hervorrufen. Aber auch ängstliche oder depressive Kinder können aggressiv reagieren.

Auch hier gilt es, die Ursachen für das aggressive Verhalten zu verstehen und evtl. Hilfe bei einer Familienberatungsstelle zu suchen.

## **Klauen**

Normalerweise hat das Kind bis spätestens zum 6. Lebensjahr den Unterschied zwischen Fremd- und Eigenbesitz verstanden. Daher kann man erst vom Klauen reden, wenn dieses Verständnis beim Kind gefestigt ist. Es ist wichtig, dass Eltern ihren Kindern früh den Unterschied erklären und ihm beibringen, auf sein „Eigentum“ aufzupassen.

### **Für das Klauen im Schulalter gibt es unterschiedliche Motive:**

- Eifersucht und Geschwisterrivalität
- Die Aufmerksamkeit anderer Kinder gewinnen zu wollen
- Geklautes an andere Kinder zu verschenken. Das Kind, das in der Regel keine Freunde hat, versucht durch materielle Dinge Freunde zu „erkaufen“.
- Die Aufmerksamkeit der Eltern zu bekommen. Das Klauen ist häufig ein „Hilfeschrei“, wenn in der Familie etwas schief läuft. Es kommt auch in wohlhabenden Familien vor, wenn eine Art „emotionale Armut“ herrscht, d.h. die Kinder Liebe und Aufmerksamkeit nur über materielle Dinge erhalten, einfache Umarmungen oder andere Gefühlsäußerungen fehlen dagegen.

### **Empfehlungen für die Eltern:**

- *in jedem Fall sollten die Eltern versuchen zu verstehen, wo die Ursachen für das Klauen liegen könnten,*
- *Den Kindern den Unterschied zwischen Eigen- und Fremdbesitz so früh wie möglich erklären.*
- *Keine negativen Prophezeiungen, aus dem Kind könne nur ein „Krimineller“ werden.*
- *Dem Kind helfen, die geklauten Gegenstände „würdig“ zurückzubringen und zu den Konsequenzen seiner Tat zu stehen („Wiedergutmachung“)*

## Lügen

Kinder können etwa bis zum 3. Lebensjahr Phantasie und Realität noch nicht klar voneinander unterscheiden. Sie beziehen ihre Phantasievorstellungen in die Wirklichkeit mit ein. Ungefähr mit dem 6. Lebensjahr kann ein Kind zwischen Wahrheit und Lüge unterscheiden. Ein Kind, das nach seinem 6. Lebensjahr lügt, tut dieses weil es dies entweder von seinen Eltern abgeguckt hat oder aus Angst vor Bestrafung. Ein weiteres Motiv kann ein Minderwertigkeitsgefühl sein: es will sich durch Übertreibungen und Lügengeschichten z. B. über heldenhafte Taten oder spannende Geschichten und Abenteuer aufwerten und die Aufmerksamkeit der Eltern oder der Freunde gewinnen.

### **Empfehlungen für die Eltern:**

*Die Empfehlungen sind ähnlich wie beim Klauen. Dem Kind soll mehr Selbstbewusstsein vermittelt werden, damit es nicht Phantasiegeschichten erfinden muss, um Aufmerksamkeit zu bekommen. Emotionale Zuwendung und Liebe, keine zu strengen Bestrafungen und ein fortgesetztes Gespräch zum Thema „Lügen und ihre Folgen“ sind wichtig.*

## Delinquentes Verhalten

Während Klein- und Grundschulkindern problematische Situationen über aggressives Verhalten ausagieren, zeigen Jugendliche eher dissoziales Verhalten (Schuleschwänzen, Klauen, Feuerlegen, Tiere quälen). Haben diese Jugendlichen wenig Einfühlungsvermögen, können sie sich nicht in die Gefühle anderer hineinversetzen, spricht man von einer delinquenten Entwicklung, die eine eher schlechte Prognose hat.

### **Ursachen können sein:**

- problematische familiäre Verhältnisse: häusliche Gewalt, Alkohol- und Drogenerkrankung der Eltern, psychische Erkrankungen,
- häufiges Wechseln bzw. Fehlen von Bezugspersonen
- Erziehung in Heimen
- Einfluss der Freunde und der so genannten „Peer-Group“

### **Empfehlungen für die Eltern:**

- Klare Tagesstruktur, Ganztagschulen oder Gruppenarbeit, um die Jugendlichen fest einzubinden.
- Familiengespräche
- Sportvereine, und Freizeitbeschäftigungen, um die Energie der Jugendlichen in konstruktive Aktivität umzulenken

### **Ängste**

Manche Ängste sind in bestimmten Entwicklungsphasen normal, so wie das Fremdeln mit 9 Monaten, die Angst vor Tieren zwischen dem 2. und 3. Lebensjahr und die Angst vor dem Tod und Krankheiten im etwa 8. Lebensjahr. Bleiben Ängste über eine lange Phase hinweg bestehen, so können sie das Kind in seiner Entwicklung beeinträchtigen. Es kann körperliche Beschwerden (Kopf- und Bauchschmerzen) bekommen, sich zurückziehen und nicht mehr aus dem Haus gehen oder Alpträume haben.

Auch hier spielen familiär-erbliche Faktoren, aber auch die Erziehung eine wesentliche Rolle. Ist die Mutter selber überängstlich oder überfürsorglich, wird das Kind entsprechend erzogen. Die Angst wird übertragen und als normale Reaktion auf die Umwelt vermittelt.

### **Empfehlungen für die Eltern:**

*Eltern können ihre Kinder dabei unterstützen, die Ängste selbst zu überwinden, indem sie ihnen aktiv zuhören, sie verstehen und bei der Angstbewältigung begleiten. Sie können ihre Kinder ermutigen und ihnen mehr zutrauen.*

*Manchmal ist eine Verhaltenstherapie oder sogar medikamentöse Behandlungen nötig, um eine übermäßige Angst zu behandeln bzw. abzuschwächen.*

### **Depressionen**

Depressionen bei Kindern können viele Gesichter haben. Es gibt Kinder, die traurig und ruhig werden, sich zurückziehen. Es gibt aber auch Kinder, die aggressiv und unruhig werden. Kleinkinder können sogar ähnliche Symptome wie beim ADHS zeigen. Daher ist eine genaue, differenzierende Untersuchung notwendig. Die Symptome

der Depression sind altersabhängig. Schon Säuglinge können depressive Züge zeigen, z.B. bei frühen Gewalterlebnissen und Vernachlässigung. Sie haben allerdings die Beschwerden auf „biologischer“ Ebene, z.B. durch Fütterstörungen, wenig Appetit, Erbrechen oder Wachstumsverzögerung. Kleinkinder werden überaktiv, aggressiv und destruktiv. Sie schreien und weinen viel, schlagen andere Kinder, nässen wieder ein nachdem sie trocken waren und zeigen Schlafstörungen. Grundschul Kinder im Alter von 6 - 8 Jahren zeigen Konzentrationsstörungen, sind verlangsamt, unmotiviert und haben körperliche Beschwerden. Im Alter von 9-12 Jahren haben Kinder oft schulische Probleme, zeigen antisoziale Verhaltensweisen, wie z.B. Klauen und Lügen, oder haben sogar Selbstmordgedanken. Zwischen 12 - 19 Jahren sind die Jugendlichen eher antriebs- und freudlos. Sie liegen den ganzen Tag im Bett und ziehen sich zurück. Aufgrund des häufigen Fehlens von der Schule oder der Ausbildungsstelle verlieren sie schnell den sozialen und beruflichen Anschluss und geraten in einen Teufelskreis aus Misserfolg und Depression.

### **Empfehlungen für die Eltern:**

- *Stärkung des Selbstbewusstseins der Kinder*
- *Familiengespräche / Psychotherapie mit Einbeziehen der Eltern*
- *Medikamentöse Behandlung: manchmal ist eine Behandlung mit Antidepressiva notwendig, damit die Kinder und Jugendlichen aus dem Teufelskreis herauskommen und ihren Alltag wieder meistern können. Eine Behandlung sollte mindestens 6 Monate andauern, da sich die volle Wirkung des Medikamentes erst nach 3 Monaten zeigt.*

## **8. Drogen und Medikamentenabhängigkeit**

Die Drogen- und Medikamentenabhängigkeit ist eines der gefährlichsten und schwerwiegendsten Probleme im Jugendalter.

Man unterscheidet die körperliche von der psychischen Abhängigkeit und unterteilt Alkohol-, Medikamenten- und Drogenabhängigkeit.

Es gibt mehrere beeinflussende Faktoren, die in der Summe zu einer Abhängigkeit führen können, wie z. B.:

- Familiäre Konflikte und häusliche Instabilität
- Für die Jugendlichen scheinbar unlösbare Konflikte

- Einfluss der Freunde
- fehlender sozialer Anschluss
- konfliktreiche Identitätsentwicklung
- Jugendliche, die zu Passivität, zu Verletzlichkeit oder Verwundbarkeit neigen, haben eine erhöhte Anfälligkeit, abhängig zu werden. In Stresssituationen, bei Druck oder Frustrationen wird nach schnellen Lösungen gesucht.
- Abhängigkeit in der Familie, sei es auch „nur“ Medikamentenabhängigkeit, erhöht die Gefahr, dass die Kinder dies als Lösungsweg bei Schwierigkeiten für sich übernehmen.
- Die Verfügbarkeit: Ist die Droge leicht erhältlich, wird der Zugriff erleichtert.
- Die Neugier: es beginnt häufig mit dem angeblich „harmlosen“ Cannabiskonsum bei Jugendlichen, der sich dann leicht auf härtere Drogen ausweiten kann.

**Die Therapie** der Abhängigkeitserkrankung wird in 3 Phasen unterteilt. Vor Beginn einer Behandlung muss zunächst der Betroffene selber an einen Punkt angekommen sein, der die Eigenmotivation, die Hauptvoraussetzung für den Erfolg ist, erkennen lässt. Eltern werden diese Motivation nicht erzwingen können. Der Patient selber muss diesen Punkt erreichen, manchmal geschieht dies erst, wenn er an einem „Tiefpunkt“ angekommen ist.

Die *1. Phase* zielt auf die körperliche Abhängigkeit. Die Behandlung muss in einer Klinik stattfinden, wo der Entzug, teilweise mit Hilfe von beruhigenden und schmerzstillenden Medikamenten, erfolgt. Dies dauert meist nur wenige Wochen.

Dann kommt die *2. Phase* und schwierigste Phase, die mehrere Monate andauert. Der Patient darf nicht in sein altes Umfeld zurückkehren, da dieses einen Rückfall bedeuten könnte. Er muss direkt nach der Entlassung aus der Klinik in eine Entwöhnungseinrichtung (meist eine geschlossene Einrichtung) gehen, in der die psychische Abhängigkeit behandelt wird. Der Patient kann von hier aus seine Schule bzw. Ausbildung weiterführen, gleichzeitig ist er in einem beschützenden Rahmen, um einen Rückfall zu verhindern.

In der *3. Phase* kann der Patient in seine gewohnte Umgebung zurückkehren, wenn er ein stabiles Zuhause hat und unter strenger ärztlicher Kontrolle (beim niedergelassenen Arzt) bleibt. Die Eltern

müssen begreifen, dass sie mit Mitleid und Nachgeben dem abhängigen Jugendlichen keinen Gefallen tun.

Eine Abhängigkeit kann einen Menschen lebenslang verfolgen. Viele Eltern denken, der Jugendliche sei nach Entlassung aus der Klinik geheilt, aber erst nach einer Abstinenz von mindestens 3 Jahren kann von einer wirklichen Heilung gesprochen werden.

## **9. Trennung und Scheidung**

Eine Trennung der Eltern bedeutet eine einschneidende Veränderung für alle Beteiligten.

### **Folgen der Trennung für die Kinder können sein:**

- Verhaltensänderungen (Daumenlutschen, Einnässen und Schlafstörungen, Aggressionen)
- Schulische Schwierigkeiten, Leistungsabfall
- Traurigkeit bis hin zur Depression, Selbstvorwürfe

### **Faktoren, die die negativen Folgen verstärken:**

- Das Kind wird von beiden Eltern hin- und her gerissen. Es wird im Zuge von Streitigkeiten von einem Elternteil instrumentalisiert.
- Ein Elternteil versucht das Kind für sich zu gewinnen und es vom anderen Elternteil zu distanzieren.
- Streit und erregte Diskussionen werden vor dem Kind geführt.
- Das Kind fühlt sich infolge dessen als Objekt der Streitigkeit und somit verantwortlich oder sogar schuldig.
- Das Kind fühlt sich zerrissen, da es beide Elternteile liebt.

Eine Trennung kann auch ein Gewinn sein, wenn das Familienleben durch Streit lange Zeit belastet war, wenn widersprüchliche Erziehungsstile oder häusliche Gewalt herrschen. Die Trennung hat dann auch positive Aspekte: die Eltern streiten nicht mehr, es gibt Klarheit und Erleichterung.

### **Empfehlungen für die Eltern:**

- *Offener Dialog: Immer im Gespräch mit dem Kind bleiben und dem Kind auf einer kindgerechten Art und Weise erklären, warum seine Eltern nicht zusammen bleiben können.*
- *Fragen zulassen und geduldig und ehrlich beantworten*
- *Dem Kind immer wieder vermitteln, dass es seine Eltern trotz Trennung nicht verloren hat und dass sie es weiterhin lieb haben.*
- *Dem Kind erlauben, über seine Gefühle und Ängste offen zu sprechen.*
- *Über das neue Leben offen reden und das Kind in gemeinsame Entscheidungen, wie die Wahl der neuen Wohnung oder neuer Möbel, einbeziehen.*
- *Auch Hilfe von außen (Beratungsstellen, Therapeuten) annehmen, wenn es den Kindern oder Eltern in dieser Zeit nicht gut geht.*
- *Die Trennungsphase ist eine schwere Zeit. Wichtig ist festzuhalten, dass es den Kindern nur gut gehen kann, wenn es auch den Eltern gut geht.*

## **10. Interkulturelle Konflikte, Migrationsthematik in der Erziehung**

Das Leben weit weg von der Heimat, die Erziehung der Kinder in der Fremde und das ständige Hin und Her zwischen den Kulturen ist für Eltern eine große Herausforderung. Einerseits wollen sie, dass ihre Kinder in Deutschland akzeptiert und angenommen werden, erfolgreich in der Schule und später im Beruf werden, andererseits aber haben sie vielleicht Angst vor einer Entfremdung der Kinder. Es geht für Eltern und ihre Kinder darum, neue Wurzeln zu finden, ohne die alten aufgeben zu müssen. Sie müssen dabei ein neues Erziehungskonzept erstellen, in dem beide Kulturen ihren Platz haben und integriert werden. Kompromissfähigkeit und Veränderungsbereitschaft sind hierfür nötig.

Finden die Kinder keine Orientierung, können sie schnell den Boden unter den Füßen verlieren und viele der genannten Verhaltensauffälligkeiten entwickeln.

Deshalb ist es wichtig zu verstehen, dass die Kinder eine neue Generation des Miteinanders darstellen. Sie werden anders erzogen als ihre Eltern und können demzufolge nicht auf die gleichen Kindheitserlebnisse zurückgreifen. Sie werden neue Erfahrungen sammeln, durch andere Freizeitbeschäftigungen, andere Musik, Kleidung und sie werden neue Feste feiern.

Die Abnabelung zwischen Eltern und Kindern, die eine wichtige Entwicklungsaufgabe in allen Kulturen darstellt, und eine Voraussetzung für gelungene Identitätsentwicklung der Kinder in der neuen Heimat ist, stellt Migrantenfamilien vor besondere Herausforderungen. Wir hoffen, dass wir Sie dabei ein Stück weit begleiten konnten.

## **11. Nachwort**

Sie haben nun eine kurze Aufstellung wichtiger pädagogischer Ansätze und einiger, häufig in der Kinderpsychiatrie auftretender Krankheitsbilder erhalten. Grundsätzlich können Eltern sich durch Wissen stärken, und dadurch sowohl von ihren Kindern als auch in dieser Gesellschaft ernst genommen werden. Schließlich brauchen starke Kinder starke Eltern!

Sicherlich gibt es noch eine Menge anderer wichtiger Themen, die eine Rolle in der Erziehung spielen.

Offene Fragen oder Wünsche nach Unterstützung bei Sorgen, Krisen und Konfliktbewältigungen können häufig nur individuell geklärt werden. Hierfür steht Ihnen die Erziehungs- und Familienberatungsstelle gerne zur Verfügung.

***Erziehungs- und Familienberatungsstelle  
Diakonisches Werk Reinickendorf und  
Deutscher Familienverband***

*Wilhelmsruher Damm 159  
13439 Berlin  
Tel.: 030-4152573*

## 11. Sonöz

Siz şimdi önemli pedagojik yaklaşımların kısa bir özeti ve çocuk psikiyatrisinde sık görünen birkaç hastalık tablosunu elinizde tutuyorsunuz. İlk önce anne babalar bilgi ile kendilerini güçlendirirler, böylece hem kendi çocukları tarafından hem de bu toplumdaki daha ciddiye alınır. Nihayet güçlü çocukların güçlü anne babaları olur!

Kuşkusuz eğitim yetiştirmekte rol oynayan bir sürü başka önemli konular da var.

Bunalmı durumlarda ve uyumsuzlukları gidermekte ilgili sorular ve dilekler için Eğitim ve Aile Danışma Merkezi olarak size seve seve yardımcı olabileceğimizi belirtelim:

**Erziehungs- und Familienberatungsstelle  
Diakonisches Werk Reinickendorf und  
Deutscher Familienverband**

**Eğitim ve Aile Danışma Merkezi**

Wilhelmstr. 159  
13439 Berlin

Tel.: 030-4152573

Anayurttan uzak yaşam, çocukların yabanelede eğitilip yetiştirilmesi ve kültürler arasında sürekli gidip gelmeler göçmen ailelerin çoğu için üstesinden gelinmesi gereken büyük bir ödevdir. Ana babaların çoğu bir yandan çocuklarının Almanya'da benimsenip kabul görmesini, okulda daha sonra meslekte başarıya erişmesini isterler, ama öte yandan yabancılaştırmaktan korkarlar. Aileler ve çocukları için söz konusu olan buraya kök salmak ve aynı zamanda kendi köklerini yitirmek zorunda kalmamaktır. Ana babalar pek yeni bir eğitim yetiştirme taslağı hazırlamalıdır: Bu taslakta her iki kültür de yerlerini almalı, kaynaştırılmalı, ama bunun için uzlaşma ve değişim gereklidir. Çocuklar kendi yönelimlerini bulamazsalar, ayakları altındaki tabanı hıza kaybedebilir ve daha önce anılan davranış bozukluklarını geliştirebilirler. Bu yüzden çocukların birlikte yaşamın yeni bir kusağı olduğunu kabul etmek önemlidir. O çocuklar ana babalarından farklı eğitilecekler, dolayısıyla ana babalarındaki gibi aynı çocukluk yaşantılarına dayanamazlar. Yeni deneyimler derleyecekler, söz gelişi boş zamanlarını farklı değerlendirecekler, farklı müzik dinleyecek ve giyinecekler, yeni bayramlar da kutlayacaklar.

Ana baba ile göbek bağını koparmak her kültürde önemli bir gelişim ödevidir, ancak göçmen ailelerdeki ana babalar bu bağ koparışı yeni ülkesinde daha güçlü yaşamak zorundalar. Size bu yolda biraz eşlik edebildiğimizi ümit ediyoruz.

## 10. Kültürlerarası uyumsuzluklar ve eğitimde göçmenlik konusu

- *sagaltimcilar gibi) almimall.*
- *Ayrilik aşaması zor bir dönemdir. Önemli olan şunu saptamaktır: Anne baba da kendilerini iyi hissederse, ancak o zaman çocuklar da kendilerini iyi hissedeler.*

## 9. Ayrılık ve boşanma

Anne babanın ayrılığı ya da boşanması bütün katılımcılar için köklü bir değişim demektir.

### Ayrılığın / boşanmanın çocuklara etkisi şunlar olabilir:

- Davranış değişiklikleri (başparmağı emmek, altını ıslatmak ve uyku bozukluğu, saldırgan davranışlar)
- Okulda güçlükler, verim düşmesi
- Depresiyona varabilecek üzüntü, kendi kendine sitem

### Olumsuz etkileri güçlendiren faktörler:

- Çocuk ana baba tarafından kararsız bırakılır. Çocuk kavgalar süresince anne babanın biri tarafından kullanılır.
  - Anne yahut baba çocuğu kendisi için kazanmaya, öbüründen soğutmaya çalışır.
  - Çocuğun önünde gergin tartışmalar başlatılır, kavga edilir.
  - Çocuk bunun sonucu olarak kendini kavgaların kaynağı olarak duymasar ve kavgaların sorumlusu, hatta suçlusu gibi algılar.
  - Çocuk ruhen bölünmüştür, çünkü annesini de, babasını da sever.
- Aile yaşamı kavgalardan dolayı uzun süre yük olmaya başladıysa, gelişkinli yetiştirme tarzı ya da şiddet egemense, ayrılık bir kazanç da olabilir. O zaman ayrılığın olumlu yanları da vardır: Anne babalar artık kavga etmezler, belirlilik ve ferahlık vardır.

### Ayrılıkta önemli kurallar:

- *Düüstçe diyalog: Çocukla hep görüülmeli, ona anlatılacağı bir dille anne babasının niçin birlikte kalamayacağı açıklanmalı.*
- *Sorulara izin verilmeli, sorular sabırla ve dürüstçe yanıtlanmalı.*
- *Ayrılığa karşın anne babasını kaybetmediği, onların kendisini sevmeye devam ettiği mesajı çocuğa sürekli iletilmeli.*
- *Çocuğa kendi duyguları ve kaygıları hakkında açıklığa konuşmaya izin verilmeli.*
- *Yeni yaşam hakkında açıklığa konuşulmalı ve çocuk yeni konutun yahut yeni mobilyanın seçimi gibi alınan kararlara ortak kılınmalı.*
- *Çocuklar yahut anne babalar bu aşamada kendilerini iyi hissetmiyorsa, dışarıdan yardım da (danışma merkezleri,*

- Bağımlılık hastalıklarının sağaltımı 3 aşamaya bölünlenir. Tedaviye başlamadan önce, bağımlı kişinin kendisi öyle bir noktaya varmış olmalı ki, orada kendi iyileşme isteği görülebilmeli, bu istek başarı için temel önkoşuldur. Anne babalar bu motivasyonu yani iyileşme isteğini zorlayamazlar. Hastanın kendisi bu noktaya varmalıdır; buysa bazen hasta ancak «en derin çöküntüye» ulaştınca gerçekleşir.
- Tedavi:**
- El altında bulunma: Uyuşturucu kolay elde edilebilir ise, ona erişim tehlikesini artırır.
  - Merak: Gençlerde sık sık sözde «zararsız» esrar tüketimi ile merak kolaylaştırılmış olur.
  - Başlar, ama tüketim daha sonra kolayca sert uyuşturuculara yönelir.
1. İlk aşama bağımlılığın bedensel yönüyle ilgilidir. Tedavi bir klinikte gerçekleştirilmeli, orada hasta kısmen yatıştırıcı ve ağrı kesici ilaçların yardımıyla uyuşturucudan yoksun bırakılır. Bu genellikle sadece birkaç hafta sürer.
2. İkinci aşama bunu izler ve en zor aşamadır, genellikle birkaç ay sürer. Aksi takdirde önceden belli nüksötmeyi önlemek için, hasta eski çevresine dönmemelidir. Klinikten taburcu olur olmaz, doğrudan sağlıklı yaşam tarzına geçmelidir. Klinikten taburcu olur olmaz, önce ruhsal bağımlılık ve depresimden koruyucu önlem ile ilgilenilir. Hasta çoğun kapalı olan bu kurulluşlarda okulun ve öğrenimini sürdürür, aynı zamanda mutlaka ihtiyaç duyduğu korunmuş bir ortamda bulunur.
3. Üçüncü aşamada hasta, bir evi varsa ve sıkı doktor kontrolünde (doktorun çalıştığı yörede) kalırsa, alışageldiği ortamına geri döner. Anne babalar şunu kavramalıdır: Acıma ve rıza göstermekle bağımlı gençlere iyilik edemezler. İlk önce bir bağımlılığın bir insanın peşini ömür boyu bırakamayacağını anlamak önemlidir. Birçok ana baba, gençler klinikten taburcu edilince, iyileştiler diye düşünür, oysa ancak en az üç yıl perhizden sonra gerçek bir iyileşmeden söz edilebilir.

- Allerede bağımlılık, bu «sadece» ilaç bağımlılığı olsa bile, çocukların bunu güçlükler karşısında bir çözüm yolu olarak üstlenme
- Edilgenlik, incinirlik ve kırılanlığa eğilimli kişilik yapısı bağımlı olmaya daha fazla yatkındır. Stresli durumlarda, baskı yahut hüsrana karşısında acil çözüm arar.
- Kültüre özgü benlik sorunları
- Sosyal bağlantıdan yoksunluk
- Arkadaşların kötü etkisi
- Gençler için çözülmeyen çözümler
- Alleli uyumsuzluklar ve allede istikrarlılık

bağımlılığa yol açabilir. Örneğin:

Uyumsuz ve ilaç bağımlılığı sorunu gençlerde ilgili en tehlikeli ve en ağır sorunlardan biridir. Bedensel bağımlılık ruhsal bağımlılıktan ayrılmaz, iktisadi ve uyumsuz bağımlılığı olmak üzere alt bölümlere ayrılır. Etki yapan değişik faktörler vardır, bunlar bir araya gelince,

## 8. Uyuşturucu ve ilaç bağımlılığı

- Çocukların özgüvenini güçlendirmek
- Aile görüşmeleri / anne babanın da dahil edildiği ruh sağlığını
- İlaç tedavisi: Çocuk ve gençleri bu kısır döngüden çıkarmak ve günlük yaşamlarının üstesinden gelebilmelerini sağlamak için, bazen antidepressif ilaçlarla tedavi gereklidir. Bir tedavi en az 6 ay sürmeli, günkü ilaçlar bütün etkiyi ancak 3 ay sonra gösterir.

### Tedavi ve eğitimsel öneriler:

başlangıçta ve uykusuzluk geçtikten sonra 6-8 yaşlarında olan ilkokul çocukları zihinsel yorgunlaşma rahatsızlığı gösterirler, yavaşlarlar, çabı göstermezler ve onları birçok bedensel rahatsızlığı vardır. 9-12 yaşlarında çocukların sık sık okul sorunları olur, hırslılık yapmak, yalan söylemek gibi antisosyal davranış biçimleri gösterirler ve hatta intiharı bile düşünürler. Gençler 12-19 yaşları arasında daha çok kendilerine iş yaptırılmaz niteliktedirler ve neşesizdirler. Kendilerini geri çekerek ve bütün gün yatakta kalırlar. Sık sık okula ya da meslek eğitimi yerine gitmedikleri için, sosyal ve mesleki bağlantıyı hızla kaybederler, başarısızlık ve depresyondan oluşan bir kısır döngüye kapılırlar.

## Kayıplar

Belli gelişim aşamalarında bazı kaygılar olduğandır, örneğin 9 aylıktan yabancısı ortam ile yabancılarından, 2 ile 3 yaşlarında hayvanlardan, yaklaşık 8 yaşında hastalık ve ölümden korkmak gibi. Kaygılar uzun zaman aşamaları boyunca kalırsa, gelişim sürecinde çocuğa zarar verebilir. Çocuk bedensel rahatsızlık (baş ağrısı, karın ağrısı) duyabilir, kendini geri çekebilir ve artık evden çıkmaz yahut geceleyin karabasan görür.

Burada da ailevi-genetik faktörler, ama aynı zamanda eğitim yetiştirme pek önemli bir rol oynar. Annenin kendisi fazla kaygılıysa ya da çocuğun üzerine gereğinden fazla tırtıyorsa, çocuk da buna uygun yetiştirilir. Ana kaygısı çocuğa aktarılır ve çevreye normal tepkiymiş gibi öğretilir. Aile içi sorunlar bir rol oynuyorsa, bunlar araştırılmalı.

En azından belli bir süre de olsa, bu aşırı kaygıyı azaltmak için, bazen ilaçlı tedavi önemlidir. Bir davranış sağaltımı ve çocuğuna daha fazla görüşmeleri kaçınılmazdır.

## Tedavi ve eğitimsel öneriler

*Anne babalar çocuklarını dikkatli bir şekilde dinleyerek, onları anlayarak kaygılarını aşabilmekte kendilerini yardımcı olabiller. Çocuklarına cesaret vererek daha fazla güvenebilirler.*

*Aşırı derecede olan korkuların tedavisi için bir davranış sağaltımı veya bununla birlikte olabilen ilaç tedavisi uygulanabilir.*

## Depresyonlar

Çocuklarda depresyonlar -ruhsal göküntü- çok geçitli biçimde başgösterir. Bazı çocuklar uzulüp sakınlaşır, kendilerini geri çekerler. Ama bazı çocuklar da saldırgan ve tedirgin olurlar. Küçük çocuklar ADHS-çocuklarına benzer belirtiler bile gösterebilirler. Bu yüzden daha tam ve ayrıntılı inceleme gereklidir. Depresyonun belirtileri yaşa bağlıdır. Daha süt çocukları bile, örneğin erken dönemde şiddet deneyimlerine maruz bırakılır ve ihmal edilirse, depresif özellikler gösterebilirler. Ancak rahatsızlıklarını «biyolojik» düzeyde fark ettirirler, örneğin beslenme sorunları gıkarırlar, iştahları azdır, kusarlar ve büyümeleeri gecikir. Küçük çocuklar aşırı hareket ederler, saldırgan ve yıkıcı olurlar. Çok bağırup ağularlar, başka çocukları döverler, altını ıslatmayı bırakmışken, buna yeniden

### **Tedavi ve eğitimsel öneriler:**

Tedavi hırızlıkta olduğu gibi benzer biçimde gerçekleştirir. Çocuk fantazi hikâyeleri uydurmaya gerek duymasın diye, kendisine daha fazla özgüven aşılamalı. Duygusal ilgi ve sevgi göstermek, fazlasıyla sert cezalandırmaktan kaçınmak, «yalanlar ile etkiler» hakkında konuşmayı sürdürmek önemlidir.

### **Suç oluşturacak davranış**

Küçük çocuklar ve ilkokul çocukları sorumlu durumlar karşısında saldırgan davranışlarından tepki vererek deşarj olurlarken, gençler daha çok (okuldan kaçarak, hırızlık yaparak, yangın çıkarak, hayvanlara eziyet ederek) topluma uyumsuz davranış gösterirler. Bu gençlerde duyguların paylaşma yeteneği azsa, kendilerini başkalarının yerine koyarak, onların duygularını paylaşamazlarsa, suç oluşturacak gelişimden söz edilir, ki suç oluşturacak gelişim daha çok kötü bir teşhistir.

### **Nedenleri şunlar olabilir:**

- Alide sorunsal ilişkiler: aile içi şiddet, ana babanın alkol ve uyuşturucudan hastalanması, ruhsal hastalıklar,
- Benimsenmiş ilgi kişilerinin sık sık değişmesi yahut eksikliği,
- Gençlik yurtlarında yetiştirme,
- Arkadaşların etkisi ve «Peer-Grup» yani sosyal kökeni aynı, ilgileri benzer kişilerce oluşturulmuş, düşünce ve davranış etkileyen yaşıt arkadaş kümesi.

### **Tedavi ve eğitimsel öneriler:**

- Gençlerin istikrarlı uyum sağlaması için, saydam günlük yapı,
- tamgün okullar ya da küme çalışması
- Aile ile görüşmeler
- Gençlerin enerjisini yapıcı etkinliklere yönlendirmek için spor dernekleri ve boş zaman uğraşları

Çocuklar yaklaşık 3 yaşına kadar düş ve geçeđi birbirinden iyice ayırt edemezler. Düşsel tasarımlarını geçekliđe dahil ederler. Bir çocuk yaklaşık 6 yaşında hakikat ve yalanı birbirinden ayırt edebilir. Bir çocuk 6 yaşından sonra doğru olmayan şeyler anlatıyorsa, ya bunu kendi ane babasından kopyalamıştır, ya da cezalandırılma korkusundan yalan söyleme zorunluluđu hissetmiştir. Başka bir motif de aşğılık duygusu olabilir: Çocuk abartılarla ve sözeğliş de kahramanca davranış yahut heyecanlı hikâye ve serüvenler gibi uydurma olaylarla kendi deđerini artırmak ister, ane babasının yahut arkadaşlarının ilgisini kazanacağını umar.

## Yalan söylemek

- *Çalınan eşyaları "onurca" geri vermekte ve suçun sonuçlarına katılmakta çocuđa yardımcı etmeli ("tazminat").*
- *Bu çocuktan sadece bir "suçlu" çikar gibi olumsuz kehanetlerden kaçınmalı.*
- *Olabildiğince erken açıklamalar.*
- *Kendi mali ile başkasının mali hakkındaki farkı çocuklara anlamaya çalışmalılar.*
- *Anne babalar hırsızlık yapmanın neden ileri gelebileceđini mutlaka Tedavi ve eğitimsel öneriler*

- Kısıkançlık ve kardeş rekabeti
  - Başka çocukların ilgisini çekmek istemek
  - Çalınanı başka çocuklara hediye etmek. Normalde arkadaş olmayan çocuk maddi şeylerle arkadaş » satın almaya » çalışır.
  - Anne babanın ilgisini çekmek istemek. Çalmak, aliede bir şey ters gidiyorsa, çoğun bir » imdat çağırısı«dır. Çalmak, bir tür » duygusal yoksulluk » egemense, varlıklı ailelerde de gözlemlenebilir, yani çocuklar sevgi ve ilgiyi yalnızca maddi şeyler üzerinden alırlar. Burada basit bir kucaklayış yahut başka duđu ifadeleri eksik kalmıştır.
- Hırsızlık için oku çocuklarda deđişik motifler görülür:

Çocuk normal olarak en geç 6 yaşında başkasına ve kendine ait şey arasında farklı anlamiştir. Dolayısıyla bu anlayış çocukta yerleşmişse, ancak o zaman hirsizlikten söz edilebilir. Şu önemlidir: Anne babalar bu farkı erken zamanda çocuklarına açıklamaları ve kendi «mülkiyetini» gözlemeyi öğretmelidir.

## Hirsizlik yapmak

Küçük çocuklar ile ilkokul çocuklarında saldırgan davranış çoğunlukla bedensel huzursuzlukla kendini açığa vurur, giderek bedensel sınıra aşar: Dövmek, ısırma ve bağırma gibi. Kriminel davranış ise yaşla daha ileri çocuklarda ve gençlerde gözlemlenir. Bütün bu çocukların ortak noktası şudur: Kendi duygularını doğru dile getiremezler. Sözel iletişim çocuklar okula kaldıramayacakları yükün altına girerse, saldırganlaşırlar. Şiddetli aileden biliyorsalar, veya yetişkinlerde sözlü ve bedensel şiddetle bağlantılı benzer “sorun çözme modeli” görmüşse, bunu taklit ederler. Çocuklar dilsel bakımdan geri kalmışsalar, ya da ağır işitirsalar, bu da da-beceriksizliğin bir ifadesi olarak saldırgan davranışlara yol açar. Evde az uyku ve huzursuzluk da (çok konuk, şiddetli televizyon programlarını çok izlemek) çocuklarda benzer sorunlara yol açabilir. Ama korkak ve depresif çocuklar da saldırgan tepki verebilirler. Burada önemli olan saldırgan davranışın sebeplerini anlayabilmek ve gerekirse bir aile danışma kurumuna başvurmadır.

## Saldırgan davranış

Tırnak kemirmek gecici bir belirtidir, çoğun belli bir süre sonra tırnak kemirmek ortadan kalkar. Buna karşın bu alışkanlık birçok anne babayı tedirgin eder, çocuklarını cezalandırır, onlara sitem yağdırır. Önemli olan şunu anlamaktır: Çocuklar tırnaklarını «bilecek» kemirmeler, tersine bu davranış iç huzursuzluk, gerginlik, kısmen de bastırılmış saldırganlık ifadesidir. Anne babalar konuya zaman ayırmaları, bu iç gerginliğin daha doğrusu saldırganlığın neden kaynaklanmış olduğunu düşünmelidir. Kaynak ailevi mi, okulla mı ilgili yahut bunun gerveden ileri gelen başka nedenleri mi var, yoksa bu, sözelimi hiperkinetik (ADHS) gibi, başka bir temel rahatsızlığın parçası mı? Anne babalar elverişli şekilde sakin olmaları, tırnak kemirmeyi fazlasıyla umursamamaları ki, anne baba ile çocuk arasında bir iltidar kavgası başlamasın.

## Tırnak kemirmek

Başparmağı emmek bebeklik döneminde ilkin içgüdüsel bir reflektir (emme refleksi), ama bu refleks ilkokul çağında dek sürebilir. Parmak emmeyi kolay bırakamayan çocuklar, daha çok sakın ve içe dönüktürler. Parmak emmek çocuk için bir gevşeme ve yatışma aracıdır. Bazı ana babalar bundan çok kaygılanırlar, yahut çocuklarıyla kamuya açık alanlardayken utanırlar, gocuğu cezalandırarak ya da başkalarının önünde kızarak, aşırı sert tepki gösterirler. Ama bu kez çocukların güvenli daha çok sarsılır ve başparmak emmeye daha sıkı sarılırlar. Dolayısıyla kızılmaktan kaçınmak, tersine sözeleşip parmak boyayarak ya da parmak oyunlarıyla gocuğu başparmak emmekten allıkoyamak önemlidir. Böylece gocuklar yaratıcılık ve sanatsal oyunlarla güçlendirilirler ve aynı zamanda kendilerine başka gevşeme olanakları gösterilmiş olur.

## Başparmağı emmek

- Tedavi ve eğitimsel öneriler:**
- Organik bir hastalık olasılığını dışta bırakmak için, gocuk doktoru ve ürologda bedensel muayene
  - Cezalandırmamak! Kızılmamak!
  - Davranış planları yapmak, gocuk altını ıslatmamışsa, «güleriüzü» davranmak («iyi davranışı güçlendirici planlar»)
  - Akşamüstü az içmek
  - Tuvalete düzenli gitmek
  - Zili pantolon (pijamada bir zil; bir damla idrar kilota damlayınca, zil çalar ve gocuğu uyandırır. Böylece beynin uyanma merkezi etkin kılınır.)
  - Gocuk ve gençlik psikiyatrina gitmek
  - Başka tedavi yöntemleri yetersiz kalınca gerekirse ilaç tedavisinin uygulanması..

- Bir kardeşin doğumu, bu yaşça daha büyük gocuğun yeniden bebek olmayı (bilingşizce) arzulamasına yol açar (gerileme).
- Çok sert yetiştirme
- Hospitalizm (bu sorun gocuklar uzun süre hastanede kalırlarsa ortaya çıkabilir).
- Duyusal rahatsızlıklar, örneğin çok sevilen bir kişinin yitirilmesi
- Okul sorunları ve okulda başarısızlıklar.

- Allevi sorunlar
- En az üç aylık altını islatmama döneminden sonra yeniden altını islatmak. Burada sık sık ruhsal sorunlar rol oynar, sözeğilimi
- b) İkincil altını islatma:**
- Sağlıksız uyku
- Bademciklerin büyümesiyle birlikte geceleyin kötü solunmak ve kramp krizi, sinirsel rahatsızlıklar
- Çok küçük sidiktorbasi, idrar yolu daralması
- Sidiktorbasi iltihabı
- Çatalı omurga (spina bifida), bu başka belirtilerle birlikte gözükür.
- Çok derin uyku
- Çocukların altı hiç kuru değil demektir, bunun nedenleri çoğu kez organiktir:
- a) Birincil altını islatma:**

### Şunlar ayırt edilir:

Bir çocuk normal olarak idrar işlevini ancak 4 yaşında bütünüyle deneleyebilir. Erkekler bazen denetleme işi için kızlardan daha uzun bir süre gereksinirler. İdrar yapmak ilkönce gündüz, daha sonra geceleyin kontrol edilir. Burada beyin işlevleri pek önemli bir rol oynar, dolayısıyla gelişimi gecikmiş çocuklar sık sık altını islatma sorunuyla karşılaşırar.

### Altını islatmak

## 7. Belirli alanlarda sorunlar

yalnız kendilerine ait kişisel yaşam alanına (Privatsphäre) ve kişisel mahremiyet alanına (Intimsphäre) sahip olma hakkını talep edebileceklerini bilmeliler.

**Cinsel sivistimal** de yakın akrabalar tarafından ve aile içinde yapılır. Çocukların işaretlerini anlamak ve ciddiye almak önemlidir. Bunlar bazen bedensel huzursuzluk, kabus ve tanıdıkları kişilerden birdenbire korkmak olabilir. Anne babalar çocuklarını koruyarak ve ruhsal sorunları işlerken onları destekleyerek, bu sinyaller karşısında hemen tepki göstermelidirler. Örneğin aile danışma veya özelliğle bu alanda danışmanlık yapan kurumlara başvurmak.

Cinsellik konusunda davranış alleden aileye deęiřir, ama hep konuřmaya hazır olmalı ve konuřma önerileri getirmeli. Tabii konuřmanın ięeręi yař grubuna uygun olmalı. Cinsel eęitimde kendi bedenine karřı saygının geliřmesi önemlidir. Bu saygıyı kırmamak ięin de, anne babalar çocuklarını dövmekten kaçınmalıdır. Ayrıca çocuklar

Küçük çocuklar cinsel ayrımlı fark edince ve kendilerini belli bir cinsel kümeye dahil hissedince, cinsel eęitim daha yařamın ilk yıllarında başlar. Kendi bedenlerine dikkat etmeyi öęrenirler, utanç duygusu geliřtirirler. Çocuklar řunu erkenden ięselleřtirmeliler: Bedenleri yalnız kendilerine aittir. Böylece aęıkça «HAYIR» demeyi, bedenlerini cinsel ve bařka tacizlerden korumayı öęrenirler.

### **Cinsel eęitim ve aydınlatma**

- Gençlere karřı hoşgörü ve anlayıř.
- Dinsel yahut ahlaksal bakımdan grup çalışmalarına katılmak.
- Büyük ailenin desteęi
- Saęlam kurallar, ailede saydam yapılar
- Duyulan bařka ilgi kiřileri
- Güçlü anne babalar yahut dolaysız çevrede örnek alınıp güven
- Ailede istikrarlı ve güvenli iliřkiler

### **Ergenlięe olumlu etkiler:**

- Her řeye iliřkin sorular yeniden yöneltilir ve görüřülür.
- Kendine yeni örnekler ve yeni kimlik arayıřı
- Eleřtirilme ve alaya alınma duygusuna kapılma
- Gözlenme ve denetlenme duygusuna kapılma
- Yüksek duyarlılık ve alınganlık
- Güçlü güven sarsıntısı
- ihtiyaę
- Daha fazla kiřisel yařam alanına ve serbest alanlara duyulan
- davranıřını hep eleřtirerek aydınlatır.
- Yargı yeteneęinin güçlü geliřimi, bu yetenek ana babanın
- Daha güçlü özerklik istemi!
- Anne babaya karřı deęiřmiř iliřki
- Keyif dalgalanmaları, öfke krizi!

### **Ergenlik çağında ruhsal deęiřimler:**

## 6. Ergenlik çağı: bedensel ve ruhsal gelişim

Büyük çağı aşığı yukarı 11-16 yaşlarını kapsar. Günümüzde genç bir insanın cinsel olgunlaşması daha belirgin bir ölçüde erken başlıyor. Bu genetik faktörlerle bağlantılıdır. Genetik yatkınlık (annenin ilk aybaşı kanama yaşı kızın ilk aybaşı kanama yaşı ne kadar erken olgunlaşsa, oğulunuğu) genç ruhsal bakımdan ne kadar erken olgunlaşsa, bedensel bakımdan da o kadar erken olgunlaşır, beden yapısı (fazla kilolu kızlarda aybaşı kanaması erken başlar) ve beslenme (proteinler ile şekeri yiyecekler olgunlaşmayı hızlandırır).

Ergenlik çağı anne baba ve büyüyen çocuk için zor bir dönemdir. Yalnızca beden değişmez, aynı zamanda gençin duyguları ve ruhsal süreçleri, anne babası ve çevresine karşı ilişkisi de değişir. Bütün bunlar anne baba açısından sabır, anlayış ve pedagojik zeka gerektirir. Zamanlaşarak çocuklar bu çetin dönemde, bütün bu değışiklikler karşısında kendilerini güvenli duyunsamam için, güçlü örnek kişiler, sağlam bir çevre, evde saydam kurallar ve yabancılık çekmeyecekleri bir ortam gereksinirler.

Özellikle göçmen ailelerdeki gençlerde bu aşama daha geçindir ve daha duyarlı geçer, çünkü onlar -ergenlik çağına girmiş öteki gençlere gibi- her iki yaşam dünyasını ve kültürü karşılaştırmaya ve çevrelerine kuşkuyla bakmaya başlarlar. Onların benlik gelişimi çokkültürlülüğkten dolayı zorlaşır. Anne babalar kendi kaygılarını aşarak, zekice ve yeterinçe esnek davranarak ancak yardımcı edebilirler. Kısıtlama, gereğinden fazla yasaklar ve sertlik ile kendi istediklerinin tam tersini elde ederler. Bunlar aşırı çatışmalara hatta gençlerin kaçışına yol açabilir, aşırı durumda anne babalarının hem kültürünü hem de dinini yadsırlar. Onun için ana babalar günlük yaşamda kendi kültürlerinin mezyetlerini çok pratik yöntemlerle gençlere göstermeler ki, gençler ana babalarının anlayt kültürünü olumlu yaşasınlar ve bu kültürü yeni benliklerinin bir parçası olarak kabul etsinler.

### Ergenlikte hormon değışimleri

Testosteron hormonu sonucu ergenleşen erkeklerde eril kılılaşmayla birlikte «erilleşme» başlar, ses kalınlaşır, kas yapısı güçlenir ve nihayet ilk boşalma gerçekleşir, bu sonuncusu çoğu kez uykuda olur. Östrogen hormonu ergenleşen kızlarda göğüs büyüterek «dişileştirici» kılar, kılılandırır, yumurta bıraktırır ve ilk aylık kanamayı başlatır.

Klasik okul fobisi olanlar okula gitmekten düzensiz olarak yıllarlar. Buysa kendini karn ya da baş ağrısı, baş dönməsi və nihayət kusmaya dek varan belirtilərlə dışavurur. Gənəlliklə bunun sonucu olaraq kaygılı ana babalar çocukları için «hastalık raporu alırlar» və onları evdə bırakırlar. Okula gitmək zorunda kalma baskısı azalınca, çocuklar birkaç saat sonra kəndillərini iyi hissətməyə başlarlar. Bunun nedeni gənəlliklə okulda yapılagələnlərə illi değıldir, neden anneden ya da çocuğun güvənli bağlandığı başka illi kişilərinə ayrıma kaygısından kaynaklanır (ana babanın bədrindən ayrılmaması, anə ya da babanın hastalanması yahut ailə içi uyusmazlıklar gocukta yitirmə kaygıları doğurabilir). Okul fobisini nedeni başarsızlıq kaygısında yahut ötekil gocuklarla sorunlarda (mobbing) barınan okul yilgisindən ayrıt etmək önemlidir.

### Okul fobisi ya da okul yilgisi

Bu gocukların okul sorunlarının yarisira bir de buna ek olarak özdeğer sorununu yasayarak özguvənlərini yitirməsini diye, (logopedi, dil sağaltımı, LRS-sağaltımı, ergoterapi ile) olabildiğince cabuk tedavi edilmələri önemlidir. Okul başarsızlıkları sürəngənleşirsə, gocukların nihayət okula gitmə istəğı kalımaz. Bu gocuklar daha sonra okul kaçağı olurlar, ötekil «okul kaçakları» ile dostluk kururlar və yine olumsuz etkilənirlər.

- **Devimsel (motorik) gecikməli gelişim:** Farmakoları və yüz kaslarını devindirmekte, tüm bedenin eşgüdümünde yahut denge kurnakta zayıflık demektir.
- **Okuma ve doğru yazım kusuru:** Bu gocuklar harflerle işkilərinde güçlülüklerle karışılırlar. Harfler bədrilə karıştırlır, harflerin belittigi sesler yanlış iştilip yazılır. Bu gocuklar, okulda ağır güçlülüklerle karışılmasın için, ek teşvikə ihtiyaç duyarlar (LRS, Lese- und Rechtschreibschwäche, okuma ve yazım zayıflığı). Legasthenie: kelime körlüğü).
- **Dilin ve konuşmanın belli gelişim aksaklıkları:** Seslendirme sorununu (sözgelimi peltək konuşmak) ayrıca ifade və söz dağarcığında zayıflıklar demektir. Bununla goğu kez dili sonradan konuşmaya başlayan və yaşlarına uyğun konuşmayan gocuklar kastedilir.
- **hesap işlevlerini mekansal olarak tasarrılamazlar.** Buna karşın çarpma işlemleri onlara kolay gelir, çünkü çarpım daha çok ezberlemeye dayanır.

- **Hesaplama kusuru (diskalkuli, Dyskalkuli):** Arithmetik ya da hesaplama işlemleri alanında kısmi verim kusuru demektir. Bu kusur çocuğun ne az zekasına ne de ortalamadan düşük çabasına yahut yanlış öğrenme yöntemine dayanır. Çocukların genellikle mekân ile ilgili tasarımları güçlüdür ve sayılarla işlem yapma sorunları vardır. Bu kusur daha baştan belirir. Çocuklar toplama ve çıkarma gibi basit

Genel zekâ ile kısmi verim arasında büyük fark olursa, kısmi verim kusurlarından söz edilir:

### Kısmi verim kusurları

dallardan (matematik, tarih vs.) daha çok değer verilir. Zihinsel ürünler okunuda işlemlerde pratik çabalarına teorik kaydedebilsin diye, bir çocuğun bireysel ihtiyaçlarına yanıt verir. sürekliliği başarısızlıkla karşılaşmasın ve yavaş adımlarla iyi bir gelişme destek okulları vardır. Öğrenme ürünleri okulları, olgular okullarda yanında öğrenme ürünleri ve zihinsel ürünler için okullar ve dil Alman okul sisteminde entegrasyon olanakları sunan olgular okulların söz edilir. IQ düzeyi 130 ve fazla ise çocuk « üstün zekâli » sayılır. ortalamadan düşük zekâdan (hafif, orta ve ağır zihinsel ürünler) ortalama zekâ düzeyi 70-90 IQ'dur. IQ düzeyi 70'in altına düşerse, düzeyi göstergesi 90-110 IQ tutar, öğrenme ürünleri çocuklarda genellikle dil ve dil dışı yetenekleri saptar. Ortalama zekâ gelişim bölümü) adlı zekâ ölçeği aracılığıyla ölçülür. Zekâ testi ölçümleri Bir çocuğun bilişsel yetenekleri kısaca IQ (Intelligenzquotienten, zekâ

## 5. Okulda zorluklar ve öğrenme sorunları

- **Okul önlemleri:** Öğretmeni bu soruna dahil etmek demektir. karşı gabuk etki yapmak için, bazı durumlarda bu tedavi gereklidir. yoğunlaşma sorunlarından kaynaklanan okuldaki başarısızlığa
- **İlaçlı tedavi:** İyice gerilen ortamı yatıştırmak ve dikkati toplayıp sunmak yeterlidir.
- **Okul önlemleri:** Öğretmeni bu soruna dahil etmek demektir. «Time-out» yani «ara veriş» uygulamak, ders sırasında ara vermek ya da çocuğu ilk sıraya oturtmak gibi önlemler bu sorunu hafifletebilir. Ana baba ile öğretmenler arasında, düzenli konuşmak ve karşılıklı suçlamalardan kaçınmak koşuluyla, iyi bir iletişim kurmak önemlidir.

## ADHS çocuklarında önemli eğitimsel ilkeler:

- Günlük alışlagelen işlerde derli topluluk ve sakin bir ortam.
- Sonu gelmez tartışmalardan kaçınmak, sakin ama kararlı bir ses tonuyla tutarlı olarak «duymamak».
- Bağışmamak, bedensel şiddetten kaçınmak.
- Olumlu sonuçları (övgü) olumlu davranışın ardından hemen uygulamak, olumsuz sonuçları arzu edilmez davranışın ardından hemen uygulamak.
- «Time-out» yani «ara veriş» önlemi şu anlama gelir: Bağırıp çığırma ve öfke krizi anlarında örneğin çocuğun sakince kendi odasına gelişmesine olanak sağlamak.
- Birkaç gün ağırlı enerjili boşaltmak için, spor ve bedensel etkinlikler yararlanılabilecek bir olanaktır.
- Temiz havada bedensel etkinlikler yapılabilir. Çok arkadaş bir kezinde davet edilmemeli, ki çocuk sakin bir ortamda bir yahu en çok iki çocukla uğraşabilsin.
- Beslenme: Özellikle öğle sonrasında alınan şekerlerin devimsel huzursuzluğu artırdığı saptanmıştır. Burada şekerli içeceklerden de sakınmak gerekir.
- Ana babalar dışarıdan gelecek yardımı kabul etmemeliler, çünkü ADHS çocuklarının eğitilip yetiştirilmesi başarması gereken, ayrıca çok etkin ve enerjili gerektiren büyük bir ödevdir. Ana babalar kendi yüklerini hafifletebilecek yardım ve desteklere olanak sağlamalıdır.

## Tedavi

- **Ruhsal sağaltım:** Çocuğun özgüveni alıde, okula ve başka çocuklarla temasında azaltırsa, çocuk acı çeker. Ruhsal bunalıma (deprasyon) bile yakalanabilir, ya da kaygılara kapılabilir, o zaman profesyonel yardım (sözgeliimi) çocuk sağaltımı) uygulanmalıdır.
- **Davranış sağaltımı:** Burada düzenli konuşarak ve pratik allıştırmaalar yaparak davranış deęişimi öğrenilir. Bazen «sosyal davranış yetetilliliğini geliştirmeye» yönelik bir grup tedavisi yararlıdır, böylece çocuklar grupta başka davranış biçimlerini öğrenebilirler.
- **Aile sağaltımı:** Bazen çocuk kendi davranışı ile alıdeki bir soruna iğaret eder. O zaman aile sisteminde yardım gereklidir. Bazen gençlik yardım önlemleri çerçevesinde örneğin bir «aile yardımı»

## ADHS hastalığında önemli belirtiler:

- **Dikkati derleme ve zihinsel yoğunlaşma rahatsızlığı:** Bu çocuklar uzun bir süre kendileri için yeterince ilginç olmayan bir konuda bütün dikkatlerini toplayıp yoğunlaşamazlar.
- **Devimsel (motorik) huzursuzluk:** Çocuklar aşırı etkindir, yani aşırı hareket ederler, söze girmeye başlarlar, ellerini durduramazlar, hareket ederler, söze girmeye başlarlar, el ayak oynarlar. Bu çocuklar masasının başında sürekli kıpırdanır, el ayak oynarlar. Bu çocuklar ardisık hareketlerinde uyuşmaz ve sakarlar.
- **Tepkiselilik:** Çocuklar asabidirler ve çok kendiliğinden davranırlar. Sinirleri gabuk boşalır, hiç düşünmeden tepki gösterirler, bu yüzden gabuk bedensel kavgaya buluşurlar.
- **Dikkati kolayca dağıtma:** Zihinsel yoğunlaşma kusurunun sonuçlarından biridir bu. Çocuklar dikkatlerinin dağılmasına kolayca izin verirler, «ipin ucunu» kaçırlar, dolayısıyla gelişme biçimleri hayalperestçedir ya da karmakarışıktır, düzensizdir.
- **Yaşıtlarıyla ilişkilerinde zorluklar:** Asabelliklerinden ve tepkiseliliklerinden dolayı, ama aynı zamanda sakarlıklarını yüzünden arkadaşlarını kolayca kaybederler, göğün sevmeyenler, sık sık dışta kalırlar, «sorunlu çocuk» rolünü oynarlar.
- **Okula verimsizlik:** Zihinsel yoğunlaşmamanın, kolayca dikkati dağıtmanın ve sistemsiz gelişme biçiminin bir etkisi olarak okuldaki verimleri zayıftır, normal zekâli olmalarına karşın, yeterli verim gösteremezler. Ayrıca bu çocukların bir bölümünde okuma veya doğru yazım zayıflığı yahut da hesaplama özürü gibi ek bir zayıflık veya kısmi kusur görülür.
- **Diğer eksiklikler:** Bu çocuklar belli gelişim kusurlarını gösterirler, söze girmeye başlarlar, dil ya da algılama alanında. EEG-bulguları (elektroanselografı bulguları) bu çocukların küçük bir bölümünde göze çarpar.

Hiperkinetik çocuk devimsel rahatsızlığından başka zihinsel yoganlaşma güçlükleri çeker, dikkatini çabuk dağıtır, tepkisi yüksektir. Tutarsız eğitip yetiştirmek gibi sosyal sebeplerin yanı sıra kalıtsal faktörler (örneğin serotonin taşıyıcı gen) de temel bir rol oynar. ADHS-Çocuklarının sık sık aynı hastalıktan rahatsız akrabaları olur. Teshis koyarken ana babanın küçük çocuktuk çağından şimdye kadar ki durumuna ilişkin ayrıntılı bir hastalık raporu gikarilmali, okıda öğretmenler soruşturulmalı, bir çocuk doktoru ya da psikolog tarafından çocuk profesyonelce muayene edilmeli.

#### 4. Hiperkinetik çocuk: ADHS

Birçok ebeveyn ve öğretmen ya da eğitmen sınırlara saygı duymayan ve sık sık saldırgan tepki gösteren çocuklar karşısında başaramayacakları ve altından kalkamayacakları yükün altına girmiş gibi bir duyguya kapılırlar. Buysa ane babalar ve öğretmenler kolayca karşılıklı suçlamaya yöneltirler. Ancak sorunlar ortak davranarak sınırlanabilir ve giderilebilir. Böylece çocuğun eğitip yetiştirilmesi sadece ane babaya ait sorumluluğa bağlı değildir, ayrıca topluma da ve toplumun çocuk yuvası ve okul gibi kurumlarına da bağlıdır. Ane babanın temel görevi çocuklara «saglıklı kökler» kazandırmaktır. Okulun öğretim içeriğini edindirme görevinin yanı sıra, ayrıca sosyal yetenekleri, bağımsız çalışmayı ve özzerkliği destekleme görevi de vardır. Okulun buna ek olarak gelişim sorunlarında önemli bir denetleme ve destekleme işlevi bulunur.

#### Okul ve çocuk yuvası ile ortak çalışma

- **Adet ve alışkanlıklar:** Adet ve alışkanlıklar sürekli yinelenegelen günlük, haftalık, aylık ya da yıllık eylemlerdir. Kurallar gibi alışkanlıklar da güvenlik ve güven duygusu edindirir. Örneğin kalktıktan sonra sabahleyin diş fırçalamak, ortak kahvaltı, yatmadan önce yıkınmak ve anneyle yatakta iyi geceler hikâyesi günlük alışkanlıklardır.
- **Olumlu davranışı umursamak, olumsuz davranışı umursamamak:** Çocuk özellikle olumsuz davranış üzerinden ana babanın ilgisini çekmeye çalışıyorsa, bu ilke yararlıdır. Aldırışsızlığın yalın ilkesiyle birçok olumsuz davranış biçimleri kendiliğinden yok edilebilir.

İstemeye yönelik sorumluluk duygusu güçlenir.

- bu, ama »karara katilımı sağlayarak« çocuk sorumluluğa dahil edilir ve gatişmalli durumlar böylece önlenebilir. Sözgeşi bir gıyisınin yahut pantolonun gıyılmesesi ile ilgili günlük tartışmalar başlamadan önce, çocuk kırmızı pantolonu mu yoksa mavisini mi giyme seçeneğiyle yüzleştirilebilir. Bu »karara katılabilme hakkı« ona dahil edilmişlik duygusu kazandırır, çocuk ciddiye alındığı duygusunu edinir.
- **Tutarlı davranmak:** Tutarlı davranmak etkili talep ve kurallar için temeldir. Birçok anne baba yorgunluktan ve »aman kavga çıkmasın« diye yunuşar. Ana babalar böylece kendi duyuru ve kurallarını kabul ettiremezler; buna karşın çocuk isteğini örneğin ağılayıp bağırarak yaptırmayı öğrenir.
- **Açıklayarak söylemek:** Her kural ya da kararın tutarlı bir işlevi ve bir anlamı olduğunun çocuğa açıklamak önemlidir. Çocuk böylece bunları anlayabilir ve bunlara daha çok uyabilir.
- **Aile kuralları:** Her çocuk günlük yaşamın yapılandırılmasına olanak veren ve istikrar sağlayan açık seçik ve derli toplu kurallara ihtiyaç duyar. Bunları -çocukların yaşına bağlı olarak- birlikte belirlemek ve uygulamalıdır. Kuralları yeni yaş gruplarına ve gelişmelere uydurmak ya da ortadan kaldırmak için, düzenli denetlemek de önemlidir.
- **Olumsuz Sonuçlar** (yasaklar, cezalar) olumlu sonuçlar kadar etkili değildir.
- **Olumlu sonuçlar:** Bunlar istenen davranışı güçlendirecek ve desteklemeyi sürdürecektir. Maddi türden (hediyeler, oyuncaklar, para gibi) sonuçlar daha doğrusu güçlendiriciler vardır. Ama maddi olmayan sonuçlar daha önemlidir; uzun vadede daha etkilidir. Basit bir övgü ya da çocuğa zaman ayırıp ilgi göstermek mucize yaratabilir. Çocuğa ödül olarak özel zaman ayırılır, deyim yerindeyse ona ortak oyun ve eğlence »hediyeye edilir«. Çocuklar bundan genellikle maddi hediyelerden daha çok mutluluk duyarlar, minnettar kalırlar. Çocuklar sonuçları önerebilirler, karar sürecine dahil edilirler ve aile kurallarını etkin olarak birlikte belirledikleri duygusu edinirler. Böylece onlarda kararlaşdırılmaları uymayı

## Eğitimde etkili yaklaşımlar

- **Etkin dinlemek:** Bu hem göçüğü dikkate dinlemek, söylenenleri ciddiye almak, hem de göçüğü dinlemeye isteklendirmektir.
- **Özür dilemek:** Kendi hatalarından dolayı özür dileyebilmek ana babanın pek önemli bir örnek olma işlevidir, çünkü çocuklar ancak böylece başkalarından özür dilemeyi öğrenebilirler.
- **Karşılaşmaktan ve olumsuz kehanetten sakınmak:** Karşılaşmalar ve kehanetlerin çocuklarımızın belleğinden silinmez bir etki ve derin bir iz bırakabildiği fazlasıyla küçümsenir. «Sen de tıpkı baban gibisin» ya da «senden bir şey olmaz» gibi sitemleri çocuklar pek güçlü içselleştirebilirler ve kehanet edilen bu yolda bilinçsizce ama gerçekten yürüyebilirler.
- **Sözlü ya da bedensel aşğılamadan kaçınmak:** Bilimsel arařtırmalar bedensel olarak suistimal edilmiş çocukların yalnız bedensel değil, aynı zamanda ruhsal bakımdan da zarar gördüğünü belirler. Bu çocuklar ihmal edilmiş beğirler, bedensel bozukluklar (onlarda göğünlükla genel büyüme gecikir), okula başarısızlığa eğilim yanısıra giderek bunallıma sürüklenirler. Bazı anne babalar göçüğü döverek, hatalı davranışları hemen durdurabileceklerini düşünürler. Ama böylece uzun vadede çocuklara saldırgan davranış da öğrettiklerini hiç hesaba katmazlar. Beyin bedensel şiddet ile seri etki yaratıldığı ve sorunların döverek görünürdü gözleleceği bilgisini yükler. Çocuklar «dövmeyi» bir çözüm olarak örnek aldıkları kişilerden üstlenirler, dövmeyle başka katışmalı durumlarda uygulamaya is açarlar.
- **Duyguları dile getirmek:** Birçok saldırgan davranış bozuklukları özellikle erkek çocuklarında açılıktan ve uyusmazlıkları gidirmek için, kendini sözle ifade edemeyişten kaynaklanırlar. Bu kısmen «gelelenekeşel» eğitimi den ileri gelir, bu tür eğitimde bir genç ağılayamaz, çünkü bu «erkekeşel» bir davranış sayılmaz. Üzünüünün doğal ifadesi ona düpedüz yasaklanırlar. Genç duyguların zayıflık anlamında olduğunun öğrenir, duygularını engeller, böylece kendi duygularına normal erişim olanağını yitirir. Buysa etkin yahut katışmalı durumlarda hemen saldırgan davranmaya yol açabilir.
- **Çocuklara karara katılma hakkı tanımak:** Çocugun her kuralı belirlemekte katkı yapması anlamına gelmez

Eğitim bir yandan açık kural ve ilkelere ile öte yandan gitgide artan bağımsızlaşma özgürlüğü ve kendi kendine karar verip seçim yapabilen özerk bir kişiliğin gelişimi arasında denge bulması gereken zor bir sanattir. Burada kendine ve çocuklara saygı pek önemli bir rol oynar; başka insanlara saygı duymak, insanlar arası kurallara uymak, aynı zamanda kendi dileklerini ve ihtiyaçlarını gözleyip bastırmaktansa, bilip benimsenmek gerekir. Eğitime çok zor bir hesap denklemini gibi bakılabilir, buysa duyarlılık ve yaratıcılığın yanı sıra geniş görüşlülük ve bilgelik gerektirir.

### 3. Eğitimin ilkelere

Çocuk gelişiminin **etki faktörleri** hem kalıtım ve kalımsal bozukluklar hem de eğitim ve çevre faktörleridir.

Bütün bu gelişim açıları birlikte etki yapar ve bir bütün olarak çocuğun kişiliğini belirler.

Burada erinlik ya da ergenlik çağındaki ruhsal ve bedensel gelişim kastedilir.

- **Cinsel gelişim:** Karşılıklı ya da ergenlik çağındaki ruhsal ve bedensel gelişim karşılaşılabılır. Yeterince kullanılmaması, çocuk, yeteneği olsa bile, okula sorunlarla gelişir. Bir çocuk yeterince teşvik edilmese, zekâ potansiyeli de sonradan edinilmiş becerilere dayanır, teşviklere bağlı olarak ortaya çıkmaya hazır güç) ki bu potansiyel kalımsal faktörlere ve Her insanın zekâ potansiyeli (gizli, ortaya çıkmamış, ancak **Zihinsel gelişim:** Zayıflıklar gelişime zarar verebilir. sağlıklı gelişimin pek önemli bir temelidir. Burada da eksiklikler ve 5 duyumuz (görmek, işitmek, koklamak, tatmak ve dokunmak) **Duyu organlarının gelişimi:** bütün çocukluk boyunca gitgide daha ayrıntılı bir nitelik kazanır. Sosyal yetenekler çevreye farklı tepkileri, ayrıca etkileşimi ve **Sosyal gelişim:** İfadeler edimektir (dili anlama ve söz dağarcığı).

## 2. Okulaşana kadar küçük çocuğun sağlıklı gelişimi

Çocuk gelişimi daha ana rahminde başlar. Doğum ane ile çocuk arasında göbek bağının kesilmesi demektir. Biyolojik açıdan «çocukluk» yaşamın ilk 12 yılını kapsar, bu dönem kısa sürmesine karşın, kişiliği etkiler. Çocukluk bütün yaşam için izler bırakır ve sonraki gelişim için bir temel oluşturur. Bu yüzden çocukların ihtiyaçlarını karşılamak, onları erkenden özendirip desteklemek önemlidir.

Çocuk gelişimi farklı ve değişen birkaç aşamadan geçer. Yeni doğmuş bebek ile süt çocuğunun ilk ihtiyaçları daha çok içgüdüsel nitelikteyken (emmek, besin almak, sıcaklık ve güvenli duygusu), ileriki aşamalarda ihtiyaçlar daha çok çevreyi ve bireysel desteklemeyi ilgilendirir.

### Çocuk gelişimi şu aşamalara bölünür:

- Yeni doğum dönemi: Doğumdan sonra 2 haftaya kadar ki süre.
- Bebeklik: Yaşamın ilk 2 yılı.
- Küçük çocukluk: 2 ile 5 yaşları arası.
- İlkul çağı: Okula başlama yaşı: 6 ile 10 yaşları arası.
- Okul çocuğu: 12 yaşına kadar.
- Ergenlik çağı: 12 yaşından gençlik yaşına kadar.

### Farklı gelişim açıları şunlardır:

- **Bedensel gelişim:** Çocuk doktoru burada bedensel gelişimde uzunluk, ağırlık ve baş büyüklüğünü önceden belirlenmiş yüzdelerle eğrileri yardımıyla saptar. İlk olarak kemik, beyin ve iskelet sistemlerini inceler. Böylelikle kilo fazlalığı, kilo eksikliği, aşırı büyüme ya da cücelik ve nedenleri erkenden keşfedilebilir.
- **Devimsel gelişim:** Bu kavram her şeyden önce parmak ve yüz kaslarını devindirme yeteneklerini, el becerilerini, yazmayı, tüm bedenini eşgüdümü ve dengeyi içerir.
- **Dilsel gelişim:** Dilsel gelişim her şeyden önce sözleri doğru söylemek (seslendirmek), sözleri yeniden tanımak, bellemek ve uygun

## 1. Giriş

Bu eğitim kılavuzu çocuklarınızın ihtiyaçları, çocukluk ve gençlik çağında gelişim ve gelişim kusurları hakkında daha çok bilgillemenize ve eğitip yetiştiren olarak sizin günclemenize katkı sağlamalı. Göze çarpan davranış bozukluklarını, öğrenme ve okul sorunlarını erken tanıyıp anlamak ve bunların daha başka olumsuz etkilerini önlemek için, hızlı müdahale etmek önemlidir.

Bu eğitim kılavuzu ana babaları farklı yaş gruplarına götürür ve birkaç davranış bozukluğu ile hastalık tablosunu açıklayarak, onlara bu yaş gruplarında eşlik etmeyi amaçlar. Kılavuz hızlı, derli toplu ve kolay bilgi verir, eğitimde karşılaşılan sorunlar karşısında nasıl davranmak gerektiğini bildirir. Anne babalık görevinizi daha iyi yerine getirebilmek amacıyla, erkenden uzmanca yardım ve danışma başvurusunda bulunmanız için, bu kılavuz sizi yönlendirmektedir.

## İçindekiler

1.	Giriş	4
2.	Okulaşana kadar küçük çocuğun sağlıklı gelişimi	5
3.	Eğitimin ilkeleri	6
4.	Hiperkinetik çocuk: ADHS	9
5.	Okulda zorluklar ve öğrenme sorunları	12
6.	Ergenlik çağı: bedensel ve ruhsal gelişim	14
7.	Belirti alanlarda sorunlar	16
8.	Uyuşturucu ve ilaç bağımlılığı	22
9.	Ayrılık ve boşanma	24
10.	Kültürlerarası uyumsuzluklar ve eğitimde göçmenlik konusu	25
11.	Sonöz	26

Çocukları anlamak – Uyuşmazlıkları gidermek

## Analar, babalar, nine ve dedeler için kılavuz (2. Bölüm)

Almanca ve Türkçe

Yayımlayanlar:

**Diakonisches Werk im Kirchenkreis Reinickendorf e. V.**  
Aufwind e. V.

Yazarlar:

Nathalie Scholer, Ulrike Scheuermann  
Neriman İdık (Türkçe metin)

Grafik: Etienne Girardet, pacificografik

Kılavuz teşvik edilen projelerden

»Dialog ve Integrasyon« (2009)

Proje yönetmeni: Ursula Gaertner-Nkoy

İle

»Eğitim geşitiligi yapılandırır« (2009)

Proje yönetimi: Nathalie Scholer ve İbrahim Demirtaş

içinde oluştı.

Gefördert im Rahmen des Bundesprogramms  
„TOLERANZ FÖRDERN – KOMPETENZ STÄRKEN“.

Bundesministerium  
für Familie, Senioren, Frauen  
und Jugend



Çocukları anlamak – Uyuşmazlıkları gidermek

## **Analar, babalar, nine ve dedeler için kılavuz (2. Bölüm)**

Almanca ve Türkçe

Herausgegeben von

**Diakonisches Werk**  
im Kirchenkreis Reinickendorf e.V.

**Aufwind**

Almanca ve Türkçe

**Çocukları anlamak - uyuşmazlıkları gidermek**  
Analar, babalar, nine ve dedeler için kılavuz (2. Bölüm)

