

Das hilft bei ADHS

Inhalt

Zum Anfang

Fakten, Begriffe und Kriterien	7
Die Kriterien der IV P. Rossi	9
Die Haltung von elpos	11
Grundsätzliches zur ADHS-Therapie P. Rossi	13

Psychoedukation: Aufklärung, Beratung, Wissen

Herausforderung ADHS Erfahrungsbericht	20
Habt ihr mich lieb, so wie ich bin? C. Huber	24
Laissez-faire oder autoritär? Ch. Seiler	26
Wie sag ich`s meinem Kinde? F. Florineth-Baatsch	28
Lernen trotz ADHS?! P. Valguarnera	31
Als betroffene Eltern den Alltag meistern N. Zeitner	33

Verhaltenstherapie

Kilian`s Geschichte Erfahrungsbericht	36
Wann braucht es eine Verhaltenstherapie? R. Abegglen	38
Neurofeedback bei ADHS E. Arici	41

Medikamentöse Behandlung

Dranbleiben lohnt sich Erfahrungsbericht	44
Medikamentöse Behandlung – Ein Überblick K. Albermann	45
Was man über Stimulanzien noch wissen muss M. Ryffel	47
Medikamente aus Sicht des Psychotherapeuten P. Rossi	49
Behandlung mit Stimulanzien – ein Alptraum? M. Stucki	52
Homöopathie H. Frei	53

Individuelle Unterstützung

Heilpädagogische Früherziehung M. Knausz	56
Das ADHS-Elterncoaching N. Zeitner	58
Coaching von Jugendlichen mit ADHS Y. Weber Häner	60
Lerntherapie K. Prantl	62
Ergotherapie bei ADHS M. Flückiger Bösch	64
Psychomotorik-Therapie B. Mark-Fischer, M. Baumgartner	67
Weitere Therapien und Strategien	69

Ressourcen

ADHS – Positive Sichtweisen C. Huber	72
Ein «bisschen ADHS» ist eigentlich ganz gut	75
Die etwas andere Checkliste	77
elpos bietet Hand	78