

# Inhalt

Vorwort zur 12. Auflage .....	V
Geleitwort .....	VIII
Wie wird eine erfolgversprechende Behandlung des ADHS in der Praxis aussehen? .....	IX
Einleitung .....	XI
Ihr Wegweiser für dieses Buch .....	XVII
<b>Teil I: Grundlagenwissen .....</b>	<b>1</b>
<b>Kapitel 1: Leistungs- und Lernprobleme bei ADHS-Kindern – Typische Beispiele .....</b>	<b>3</b>
<b>Kapitel 2: Besondere Leistungsprobleme bei ADHS-Kindern .....</b>	<b>7</b>
1. Welche Besonderheiten sehen Sie als Eltern in der Lern- und Hausaufgabensituation Ihrer Kinder? .....	7
2. Was sieht die Lehrerin bzw. der Lehrer bei Ihrem Kind im Unterricht? .....	8
3. Was sehen Psychologen in Testverfahren in der Praxis? .....	10
4. Wie passt die Schulwirklichkeit zu der besonderen Ausgangssituation von ADHS-Kindern? .....	11
5. Zur aktuellen Forschungslage .....	11
<b>Kapitel 3: Wie funktionieren Abspeicherprozesse? .....</b>	<b>15</b>
1. Die Informationsaufnahme .....	15
2. Das Behalten .....	16
3. Vergessen ist leicht – Behalten ist schwer .....	21
4. Mit allen Sinnen lernen .....	24
<b>Kapitel 4: Lernen aus der Sicht der aktuellen Gehirnforschung .....</b>	<b>27</b>
1. Wie haben wir uns die so genannte neuronale Ebene in unserem Gehirn vorzustellen? .....	27
2. Wie ist unser Gedächtnis organisiert? .....	29
3. Wie sieht der Grundvorgang im Gehirn aus, der zum dauerhaften Behalten führt? .....	29
	XIX

4. Wie funktioniert die Informationsweiterleitung auf neuronaler Ebene? .....	30
5. Wie wird aus dieser »flüchtigen« Signalweitergabe ein dauerhaftes Erinnern? .....	30
6. Was geschieht, wenn uns bestimmte Fertigkeiten, wie z. B. das Fahrradfahren, immer schneller und besser gelingen oder uns bestimmte Aufgabenlösungen sofort einfallen? .....	32
7. Wie sind die Ergebnisse der modernen Gehirnforschung zu bewerten, was bedeuten sie für unseren Lernprozess? .....	33
<b>Kapitel 5: Lernprobleme von ADHS-Kindern – erläutert anhand des Einprägemodells .....</b>	<b>35</b>
1. Auf die »Einstellung« kommt es an! .....	35
2. Die Aufmerksamkeitsbeeinträchtigung von ADHS-Kindern .....	36
3. Zu viele Informationen im Arbeitsgedächtnis .....	38
4. Zu kurze Verweildauer im Arbeitsgedächtnis .....	39
5. Einmal gekonnt – reicht das aus? .....	40
6. Informationen müssen richtig eingeordnet und abgespeichert werden	41
<b>Kapitel 6: Der Einfluss der Umwelt auf Lernschwächen – wie der »Teufelskreis« Lernstörungen entsteht .....</b>	<b>42</b>
1. Fallbeispiel Lene .....	42
2. Fallbeispiel Paul .....	44
3. Das Teufelskreismodell .....	47
<b>Kapitel 7: Grundüberlegungen bei der Entwicklung unserer Lernmethoden .....</b>	<b>51</b>
<b>Teil II: Allgemeine Tipps zum Lernen mit ADHS-Kindern .....</b>	<b>61</b>
<b>Kapitel 8: Lerntipps für ADHS-Kinder im Überblick .....</b>	<b>63</b>
1. Grundprinzipien .....	63
2. Mehr Strukturierung des Lernstoffes von außen .....	64
3. Wenige, passende Methoden und Reduktion auf das Wesentliche ...	64
4. Der visuelle Einprägeweg ist häufig günstiger .....	65
5. Lernwege ohne Schreiben .....	65
6. Unterstützung bei den Hausaufgaben .....	65
7. Pausen (vor und zwischen den Hausaufgaben) .....	66
8. Den Sinn der Hausaufgaben wiederentdecken .....	67
9. Zeit- und Lernmanagement in Abhängigkeit vom Lebensalter der Kinder .....	67

10. Problemfeld Handy und Computerspiele .....	68
11. Team-Gedanke anstatt »überzogene« Selbstständigkeitsanforderungen	72
<b>Kapitel 9: Grundprinzipien der Lernmethoden .....</b>	<b>74</b>
1. Weniger ist mehr .....	74
2. Möglichst nicht schriftlich .....	75
3. Regelmäßig und in kleinen Portionen .....	76
<b>Kapitel 10: Mein Kind will nicht lernen – Grundprinzipien           bei der äußeren Strukturierung .....</b>	<b>78</b>
1. Vereinbarungen im Voraus treffen .....	78
2. Realistische Ziele setzen .....	80
3. Erfolge ermöglichen .....	80
4. Anreize schaffen .....	82
5. Anforderungen auch an die Eltern stellen .....	82
<b>Kapitel 11: Reformpädagogisch orientierte Unterrichtskonzepte           und ADHS-Kinder .....</b>	<b>85</b>
1. Leitvorstellungen .....	85
2. Unterrichtskonzepte .....	85
3. Reformpädagogisch orientierte »alternative Schulformen« .....	87
4. Reformpädagogisch orientierte Lernmethoden bei Lernschwächen...	88
5. Reformpädagogisches Gedankengut und das neue schulpädagogische Leitkonzept der »Kompetenzorientierung« .....	89
<b>Teil III: Konkrete Lernstrategien für einzelne           Schulfächer .....</b>	<b>93</b>
<b>Kapitel 12: Rechnen .....</b>	<b>95</b>
1. Einleitung: Rechenstörung (Dyskalkulie) aus kinder- und jugendpsychiatrischer und pädagogischer Sicht .....	95
2. Wie lernen Kinder das Rechnen? – Phasen beim Erlernen der Grundfertigkeit Rechnen .....	98
3. Grundsätzliche Herangehensweise bei einer Rechenschwäche oder -störung .....	99
4. Wo liegen die größten Gefahrenstellen beim Erlernen der Rechenfertigkeiten? – Häufige Fehlstrategien von ADHS-Kindern ...	101
5. Vorüberlegungen für eine angemessene Vorgehensweise .....	108
6. Konkrete Lernstrategien: Wie kann das Kind üben? .....	112
7. Das Pyramidenspiel: Wiederholen einmal anders .....	133
8. Textaufgaben .....	136
9. Wie ist bei den weiteren Grundrechenarten vorzugehen? Das Beispiel des Bruchrechnens .....	140

10. »Mindmap« als Visualisierungshilfe .....	141
11. Lösungslandkarten für mathematische Themengebiete .....	142
12. Abschließende Gedanken .....	144

**Kapitel 13: Lesen .....** **146**

1. Zur Lese-/Rechtschreibstörung aus psychologischer und kinder- und jugendpsychiatrischer Sicht .....	146
2. Modelle des Leseprozesses – Was passiert eigentlich, wenn man liest?	150
3. Ziel im Leselernprozess .....	153
4. Erschwernisse im Leselernprozess – zur aktuellen Forschungslage ...	156
5. Zur Analyse des Erstleseunterrichts .....	159
6. Der Teufelskreis Leseschwäche bei ADHS-Kindern .....	163
7. Fördermaßnahmen in der Diskussion .....	164
8. Ein Analyseraster für die Anfangsphase des Leselernprozesses .....	170
9. Übungsmaterialien zur Automatisierung von Silben und größeren Wortteilen .....	176
10. Grundprinzipien beim Üben .....	180
11. Verbesserung des Leseverständnisses und der Sinnentnahme .....	185

**Kapitel 14: Rechtschreibung .....** **188**

1. Zur Rechtschreibstörung aus psychologischer und kinder- und jugendpsychiatrischer Sicht .....	188
2. Modelle des Rechtschreibprozesses .....	191
3. Ziele im Rechtschreiblernprozess .....	192
4. Erschwernisse im Rechtschreiblernprozess – zur aktuellen Forschungslage .....	192
5. Zur Analyse des Rechtschreibunterrichts .....	193
6. Fördermaßnahmen in der Diskussion – Zum Training von »Vorläuferfertigkeiten« .....	196
7. Eine kritische Reflexion der Hauptförderwege in der Rechtschreibung .....	196
8. Der Teufelskreis bei ADHS-Kindern im Bereich der Rechtschreibung	202
9. Gibt es hilfreiche Lernmethoden, die zu ADHS-Kindern passen? ....	204
10. Einfache und effektive Lernmethoden für ADHS-Kinder .....	207
11. Zusammenfassender Überblick .....	222

**Kapitel 15: Das Üben von Aufsätzen .....** **224**

1. Wie können ein Gerüst und Formulierungshilfen für den Aufsatz in der Grundschulzeit aussehen? .....	224
2. Wie können Hilfen im Sekundarschulbereich aussehen? .....	226

**Kapitel 16: Die Lernfächer .....** **230**

1. Welche Hauptprobleme gibt es bei Lernfächern? .....	230
2. Ihr Kind kann nicht alles lernen .....	230

---

3. Wie sieht das ADHS-Lernverhalten in den Lernfächern aus? .....	231
4. Vorbereitungen und Rahmenbedingungen für ein effektives Lernen	231
5. Wirksame Lernschritte für ADHS-Kinder .....	232
<b>Kapitel 17: Lernen im Fach Englisch .....</b>	<b>236</b>
1. Grundlegende Vorüberlegungen .....	236
2. Einpräge- und Übungsmöglichkeiten .....	237
Schlusswort .....	246
Zwiesgespräch Lernprobleme .....	248
Vier Grundregeln für ein dauerhaftes erfolgreiches Lernen .....	251
Literatur .....	253