

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
Teil I: Grundlagenwissen	1
Kapitel 1: Leistungs- und Lernprobleme bei ADHS-Kindern – Typische Beispiele	3
Kapitel 2: Besondere Leistungsprobleme bei ADHS-Kindern	7
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
Kapitel 3: Wie funktionieren Abspeicherprozesse?	15
1. Die Informationsaufnahme	15
2. Das Behalten	16
3. Vergessen ist leicht – Behalten ist schwer	21
4. Mit allen Sinnen lernen	24
Kapitel 4: Lernen aus der Sicht der aktuellen Gehirnforschung	27
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
Kapitel 5: Lernprobleme von ADHS-Kindern – erläutert anhand des Einprägemodells	35
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
Kapitel 6: Der Einfluss der Umwelt auf Lernschwächen – wie der »Teufelskreis« Lernstörungen entsteht	42
1. Fallbeispiel Lene	42
2. Fallbeispiel Paul	44
3. Das Teufelskreismodell	47
Kapitel 7: Grundüberlegungen bei der Entwicklung unserer Lernmethoden	51
Teil II: Allgemeine Tipps zum Lernen mit ADHS-Kindern	61
Kapitel 8: Lerntipps für ADHS-Kinder im Überblick	63
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
Kapitel 9: Grundprinzipien der Lernmethoden	74
1. Weniger ist mehr	74
2. Möglichst nicht schriftlich	75
3. Regelmäßig und in kleinen Portionen	76
Kapitel 10: Mein Kind will nicht lernen – Grundprinzipien bei der äußeren Strukturierung	78
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
Kapitel 11: Reformpädagogisch orientierte Unterrichtskonzepte und ADHS-Kinder	85
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
Teil III: Konkrete Lernstrategien für einzelne Schulfächer	93
Kapitel 12: Rechnen	95
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
Kapitel 17: Lernen im Fach Englisch	236
1. Grundlegende Vorüberlegungen	236
2. Einpräge- und Übungsmöglichkeiten	237
Schlusswort	246
Zwiesgespräch Lernprobleme	248
Vier Grundregeln für ein dauerhaftes erfolgreiches Lernen	251
Literatur	253