

# **Inhalt**

<b>Einleitung</b>	9
<b>I. Ein erster Überblick</b>	27
<b>1. Neuronale Bahnen der Informationen und Reize</b>	29
a. Der Weg zur Amygdala über den Thalamus	34
b. Zum präfrontalen bzw. Assoziationscortex	41
c. Aufmerksamkeit muss angeschaltet und für einen gewissen Zeitraum stabilisiert werden	43
d. Defizite bei der Modulation der Basalganglien	46
<b>2. „Kleinigkeiten“</b>	49
<b>3. Das Unbewusste spielt auch mit</b>	54
<b>II. Ursachen der Zivilisationskrankheiten von Kindern und Jugendlichen</b>	59
<b>1. Motorische Aufmerksamkeitsstörung</b>	61
a. Die Modulation der Basalganglien	62
b. Der ängstliche Zappelphilipp Donald	65
<b>2. Die Amygdala, über die alle Informationen zuerst laufen, ist oft der Verursacher von ADHS</b>	68
a. Donald der Überforderte, Ängstliche und Unruhige	77
<b>3. Eine weitere emotionale Aufmerksamkeitsstörung</b>	79
a. Die Grundemotion hat die Welt falsch sortiert	80
b. Ohne Motivationen macht alles keinen Spaß	81
c. Daisy will nicht und Donald hat keine Lust	82
<b>4. Kognitive Aufmerksamkeitsstörung</b>	85
a. Die Entwicklung der obersten Instanz und deren Grenzen	87
b. Grenzen und therapeutische Hilfe	91
c. Oppositionelles, aggressives Verhalten, hyperaktive Rezeptoren	92
d. Die oberste Instanz kann es nicht vermeiden, manchmal geht es nicht ohne Therapie	94

<b>III. Die wichtigsten Neurotransmitter</b>	97
<b>IV. Das Gehirn manchmal ein Problemfall</b>	107
a. Die unglückliche Rolle des Bewusstseins	109
b. Bleiben jetzt nur noch Medikamente?	111
c. Welche Hilfe können wir dem Gehirn geben?	113
<b>V. Aufklärung einmal ohne moralische Überheblichkeit</b>	117
<b>VI. Möglichkeiten einer Therapie mit und ohne     Medikamente(n)</b>	119
1. ADHS-Therapie mit Medikamenten	122
2. ADHS-Therapie ohne Medikamente	128
a. Probleme bei einer emotionalen Aufmerksamkeitsstörung	130
b. Probleme bei einer kognitiven Aufmerksamkeitsstörung	132
c. Probleme bei einer motorischen Aufmerksamkeitsstörung	135
d. Probleme bei einer motivationalen Aufmerksamkeitsstörung	136
e. Probleme bei oppositionellem, aggressivem Verhalten	138
<b>Quintessenz</b>	141
<b>Literatur/Quellen</b>	143