

Inhaltsübersicht

Über dieses Arbeitsbuch	9
1 ADHS – Was ist das?	12
2 Wir nehmen die Probleme unter die Lupe	30
3 Der Teufelskreis und der erste Schritt heraus	40
4 Sorgen Sie für klare Regeln	56
5 Sparen Sie nicht mit Lob und seien Sie konsequent	70
6 Setzen Sie Punktepläne ein und fördern Sie die Stärken Ihres Kindes	90
7 Gut geplant ist halb entspannt	118
8 Rückblick und weitere Planung	132
Anhang	142