Titel: Erfolgreich lernen mit ADHS und ADS

Autor: Stefanie Rietzler

Zusammenfassung:

Ein erster Blick auf ,,Erfolgreich lernen mit ADHS und ADS" - Buchinhalt kompaktDas Buch ,,Erfolgreich lernen mit ADHS und ADS" ist ein praxisnaher Ratgeber, der sich gezielt an Eltern, Lehrkräfte und Betreuer richtet. Es bietet fundierte und sofort anwendbare Strategien, um Kinder mit Aufmerksamkeitsdefizit-Syndrom (mit oder ohne Hyperaktivität) im Schulalltag und bei den Hausaufgaben optimal zu unterstützen.Anstatt sich auf Defizite zu konzentrieren, legt das Werk den Fokus auf die Stärken der Kinder und zeigt Wege auf, wie der oft stressige Lernalltag entspannt und positiv gestaltet werden kann. Es ist ein unverzichtbarer Begleiter für alle, die das Selbstvertrauen und die Lernmotivation von Kindern mit ADHS/ADS nachhaltig stärken möchten.Worum geht es im Buch ,,Erfolgreich lernen mit ADHS und ADS"? (Inhalt & Handlung)Da es sich um ein Sachbuch handelt, gibt es keine klassische erzählerische Handlung. Vielmehr führen die Autoren Stefanie Rietzler und Fabian Grolimund die Leserschaft durch die komplexen Herausforderungen, die ADHS und ADS im Lernkontext mit sich bringen. Im ersten Teil des Buches wird das Fundament gelegt: Was bedeutet ADHS/ADS eigentlich für das Gehirn des Kindes? Wie wirken sich exekutive Funktionsstörungen auf die Planung, Ausführung und Kontrolle von schulischen Aufgaben aus?Im zweiten Teil widmen sich Stefanie Rietzler und Fabian Grolimund der Praxis. Hier geht es um konkrete Lernstrategien, die an die besonderen Bedürfnisse von neurodivergenten Kindern angepasst sind. Es wird detailliert erklärt, wie man Hausaufgabenkonflikte entschärft, Arbeitsplätze reizarm gestaltet und Lerninhalte so portioniert, dass das Kind nicht überfordert wird. Ein zentrales Thema ist die Motivation: Wie kann ein Kind, das sich schnell langweilt, für ungeliebte Fächer

begeistert werden?Der dritte große Abschnitt behandelt die emotionale Ebene. Kinder mit ADHS/ADS leiden oft unter Frustration, Versagensängsten und einem geringen Selbstwertgefühl, weil sie im Schulsystem häufig anecken. Die Autoren zeigen auf, wie Bezugspersonen als emotionale Anker fungieren können. Es werden Techniken zur Emotionsregulation vorgestellt, die sowohl den Kindern als auch den oft erschöpften Eltern helfen, in Stresssituationen ruhig zu bleiben.Zusammenfassend ist das Werk ein roter Faden durch den Dschungel der Lernschwierigkeiten. Es verbindet psychologisches Fachwissen mit tiefem Einfühlungsvermögen und liefert einen Baukasten an Werkzeugen, um die Abwärtsspirale aus schlechten Noten, Schimpfen und Schulfrust zu durchbrechen und stattdessen eine Atmosphäre des kooperativen Lernens zu schaffen.Kernaussagen & Lehren aus ,,Erfolgreich lernen mit ADHS und ADS"Beziehung vor Erziehung: Eine positive, liebevolle Bindung ist die Grundvoraussetzung, damit das Kind Ratschläge und Lernstrategien überhaupt annehmen kann.Stärkenfokus: Kinder mit ADHS/ADS haben oft kreative und unkonventionelle Lösungsansätze. Diese gilt es zu fördern, anstatt nur an den Schwächen zu arbeiten.Struktur und Visualisierung: Klare, visualisierte Abläufe und in kleine Schritte unterteilte Aufgaben (Chunking) helfen dem Gehirn, Überforderung zu vermeiden.Emotionsregulation: Wutausbrüche und Frustration bei den Hausaufgaben sind keine böse Absicht, sondern Ausdruck neurologischer Reizüberflutung.Elterliche Selbstfürsorge: Nur Eltern, die auf ihre eigenen Energiereserven achten, können ihrem Kind die nötige geduldige Unterstützung bieten.,,Erfolgreich lernen mit ADHS und ADS" Charaktere im ÜberblickDas verträumte ADS-Kind: Ein Archetyp, der im Buch beschrieben wird. Es verliert sich oft in Gedanken, arbeitet langsam und vergisst Arbeitsaufträge, braucht aber sanfte, strukturierende Begleitung.Das impulsive ADHS-Kind: Handelt oft vor dem Denken, hat einen hohen Bewegungsdrang und gerät schnell in Konflikte. Benötigt klare, kurze Ansagen und Bewegungspausen beim

Lernen.Die erschöpften Eltern: Stellvertretend für die Leserschaft stehen Eltern, die durch ständige Hausaufgabenkämpfe frustriert sind und nach neuen, friedlichen Wegen suchen.Die Lehrkräfte: Werden als wichtige Bündnispartner dargestellt. Das Buch zeigt, wie Eltern und Lehrer konstruktiv zum Wohle des Kindes zusammenarbeiten können.Triggerwarnung - Warum das Buch ,,Erfolgreich lernen mit ADHS und ADS" nicht für jeden istDa es sich um einen pädagogischen Ratgeber handelt, enthält das Buch keine klassischen Trigger wie Gewalt oder Missbrauch. Dennoch kann die Lektüre für manche Eltern emotional aufwühlend sein. Das Buch beschreibt sehr treffend die familiären Belastungssituationen, den täglichen Streit um Hausaufgaben und die Verzweiflung, die viele Familien mit ADHS-Kindern durchleben. Wer sich aktuell in einer akuten, schweren familiären Krise oder einem Burnout befindet, könnte sich von der Beschreibung dieser belastenden Dynamiken getriggert fühlen oder durch die vielen Ratschläge überfordert sein.Zudem konfrontiert das Buch die Leserschaft schonungslos mit den Fehlern, die im bisherigen Erziehungsalltag vielleicht gemacht wurden (wie übermäßiger Druck oder Strafen). Dies erfordert eine gewisse Bereitschaft zur Selbstreflexion und kann kurzfristig Schuldgefühle auslösen, auch wenn die Autoren stets eine sehr verständnisvolle und entlastende Haltung einnehmen.Sprachstil & AtmosphäreDer Schreibstil von Stefanie Rietzler und Fabian Grolimund zeichnet sich durch eine bemerkenswerte Klarheit und Wärme aus. Die Autoren verzichten auf unnötigen wissenschaftlichen Jargon und erklären psychologische und neurologische Zusammenhänge in einer leicht verständlichen, bildhaften Sprache. Komplexe Themen wie exekutive Funktionen werden durch alltagsnahe Metaphern greifbar gemacht.Die Atmosphäre des Buches ist durchweg ermutigend, wertschätzend und lösungsorientiert. Man fühlt sich beim Lesen nicht belehrt, sondern an die Hand genommen. Die vielen eingestreuten Fallbeispiele aus der Praxis lockern den Text auf und schaffen eine hohe Identifikation, was dem Ratgeber eine sehr tröstliche und motivierende Grundstimmung

verleiht.Für wen ist das Buch ,,Erfolgreich lernen mit ADHS und ADS" geeignet?Eltern von Kindern und Jugendlichen, bei denen ADHS oder ADS diagnostiziert wurde oder vermutet wird.Lehrkräfte und Sonderpädagogen, die neurodivergente Schüler besser verstehen und in den Unterricht integrieren möchten.Lerntherapeuten und Nachhilfelehrer, die nach konkreten, erprobten Methoden suchen.Erwachsene Bezugspersonen, die den täglichen Hausaufgabenstreit beenden wollen.Nicht geeignet ist das Buch für Personen, die auf der Suche nach einer rein medizinisch-pharmakologischen Abhandlung über Ritalin und Co. sind, oder für Leser, die schnelle ,,Wunderheilungen" ohne eigene Verhaltensänderung erwarten.Persönliche Rezension zu ,,Erfolgreich lernen mit ADHS und ADS"Dieser Ratgeber ist ein absoluter Glücksgriff für jede Familie, die unter den schulischen Herausforderungen von ADHS oder ADS leidet. Was das Buch so besonders macht, ist die tief empfundene Empathie der Autoren - nicht nur für die Kinder, die im Schulsystem oft unverschuldet scheitern, sondern auch für die Eltern, die am Ende ihrer Kräfte sind. Es wird keine Schuld zugewiesen, stattdessen wird Verständnis geweckt.Die praktischen Tipps sind das Herzstück des Werkes. Anstatt vager Ratschläge wie ,,Das Kind muss sich mehr konzentrieren", liefert das Buch handfeste Werkzeuge: Wie gestalte ich den Schreibtisch? Wie formuliere ich Aufforderungen richtig? Wie nutze ich Timer und Belohnungssysteme sinnvoll? Diese Strategien lassen sich oft schon am nächsten Tag umsetzen und zeigen erstaunlich schnell Wirkung.Ein weiterer großer Pluspunkt ist der Fokus auf die Beziehungsebene. Das Buch erinnert eindrucksvoll daran, dass das Kind nicht sein Verhalten ist. Die Trennung zwischen dem oft anstrengenden Symptom und dem liebenswerten Kern des Kindes hilft enorm, aus der negativen Gedankenspirale auszubrechen. Es lehrt uns, wieder die Stärken und Talente unserer Kinder zu sehen.Insgesamt ist ,,Erfolgreich lernen mit ADHS und ADS" ein fachlich fundiertes, warmherziges und ungemein nützliches Buch. Es nimmt den Druck aus dem Kessel,

reduziert den familiären Stress und gibt den Kindern die Chance, wieder mit Freude und Selbstvertrauen zu lernen. Eine absolute Leseempfehlung für den pädagogischen Alltag.Hörbuch & Video-Zusammenfassunghttps://youtu.be/PLACEHOLDEREntdecke das Buch selbst - ,,Erfolgreich lernen mit ADHS und ADS" jetzt auf der Kauf Seite ansehen und weiterlesen  Jetzt Buch kaufen

Von https://buchplaudereien.de/ heruntergeladen