

Inhalt

Vorwort zur 11. Auflage	V
Geleitwort	VIII
Einleitung	XI
Ihr Wegweiser für dieses Buch	XVII
Teil I: Grundlagenwissen	1
Kapitel 1: Leistungs- und Lernprobleme bei AD(H)S-Kindern – Typische Beispiele	3
Kapitel 2: Besondere Leistungsprobleme bei AD(H)S-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 AD(H)S-Kindern?	11
5. Zur aktuellen Forschungslage	12
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
4. Wie funktioniert die Informationsweiterleitung auf neuronaler Ebene?	30
	XIX

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 AD(H)S-Kindern – erläutert anhand des Einprägemodells	35
1. Auf die »Einstellung« kommt es an!	35
2. Die Aufmerksamkeitsbeeinträchtigung von AD(H)S-Kindern	36
3. Zu viele Informationen im Arbeitsgedächtnis	38
4. Zu kurze Verweildauer im Arbeitsgedächtnis	38
5. Einmal gekonnt – reicht das aus?	39
6. Informationen müssen richtig eingeordnet und abgespeichert werden	40
Kapitel 6: Der Einfluss der Umwelt auf Lernschwächen – wie der »Teufelskreis« Lernstörungen entsteht	41
1. Fallbeispiel Lene	41
2. Fallbeispiel Paul	43
3. Das Teufelskreismodell	46
Kapitel 7: Grundüberlegungen bei der Entwicklung unserer Lernmethoden	50
Teil II: Allgemeine Tipps zum Lernen mit AD(H)S-Kindern	59
Kapitel 8: Lerntipps für AD(H)S-Kinder im Überblick	61
1. Grundprinzipien	61
2. Mehr Strukturierung des Lernstoffes von außen	62
3. Wenige, passende Methoden und Reduktion auf das Wesentliche ...	62
4. Der visuelle Einprägeweg ist häufig günstiger	63
5. Lernwege ohne Schreiben	63
6. Unterstützung bei den Hausaufgaben	63
7. Pausen (vor und zwischen den Hausaufgaben)	64
8. Den Sinn der Hausaufgaben wiederentdecken	65
9. Zeit- und Lernmanagement in Abhängigkeit vom Lebensalter der Kinder	65
10. Problemfeld Handy und Computerspiele	66
11. Team-Gedanke anstatt »überzogene« Selbstständigkeits- anforderungen	70

Kapitel 9: Grundprinzipien der Lernmethoden	72
1. Weniger ist mehr	72
2. Möglichst nicht schriftlich	73
3. Regelmäßig und in kleinen Portionen	74
Kapitel 10: Mein Kind will nicht lernen – Grundprinzipien bei der äußeren Strukturierung	76
1. Vereinbarungen im Voraus treffen	76
2. Realistische Ziele setzen	78
3. Erfolge ermöglichen	78
4. Anreize schaffen	80
5. Anforderungen auch an die Eltern stellen	80
Kapitel 11: Reformpädagogisch orientierte Unterrichtskonzepte und AD(H)S-Kinder	83
1. Leitvorstellungen	83
2. Unterrichtskonzepte	83
3. Reformpädagogisch orientierte »alternative Schulformen«	85
4. Reformpädagogisch orientierte Lernmethoden bei Lernschwächen ...	86
Teil III: Konkrete Lernstrategien für einzelne Schulfächer	89
Kapitel 12: Rechnen	91
1. Einleitung	91
2. Wie lernen Kinder das Rechnen? – Phasen beim Erlernen der Grundfertigkeit Rechnen	93
3. Grundsätzliche Herangehensweise bei einer Rechenschwäche	94
4. Wo liegen die größten Gefahrenstellen beim Erlernen der Rechenfertigkeiten? – Häufige Fehlstrategien von AD(H)S-Kindern ..	95
5. Vorüberlegungen für eine angemessene Vorgehensweise	100
6. Konkrete Lernstrategien: Wie kann das Kind üben?	104
7. Das Pyramidenspiel: Wiederholen einmal anders	123
8. Textaufgaben	126
9. Wie ist bei den weiteren Grundrechenarten vorzugehen? Das Beispiel des Bruchrechnens	130
10. »Mindmap« als Visualisierungshilfe	131
11. Abschließende Gedanken	132
Kapitel 13: Lesen	134
1. Einleitung – Zur Lese-/Rechtschreibstörung aus psychologischer und kinder- und jugendpsychiatrischer Sicht	134

2. Modelle des Leseprozesses – Was passiert eigentlich, wenn man liest?	136
3. Zur aktuellen Forschungslage	140
4. Der Teufelskreis Leseschwäche	143
5. Woran können Eltern oder Lehrer/innen eine Leseschwäche erkennen?	147
6. Fördermaßnahmen in der Diskussion	147
7. Ziel im Leselernprozess	153
8. Ein Grundprogramm für den Leselernprozess	154
9. Übungsmaterialien zur Automatisierung von Silben und größeren Wortteilen	159
10. Grundprinzipien beim Üben	163
11. Verbesserung des Leseverständnisses und der Sinnentnahme	168
Kapitel 14: Rechtschreibung	170
1. Einleitung	170
2. Zur aktuellen Forschungslage beim Rechtschreiblernprozess	171
3. Auch der Lernweg ist eine mögliche und mitentscheidende Ursache für die Rechtschreibschwäche	173
4. Wie kann ich Rechtschreibproblemen meines AD(H)S-Kindes wirkungsvoll begegnen? Welche Behandlung hat grundsätzlich Aussicht auf Erfolg?	175
5. Gibt es hilfreiche Lernmethoden, die zu AD(H)S-Kindern passen? ...	177
6. Einfache und effektive Lernmethoden für AD(H)S-Kinder	181
7. Zusammenfassender Überblick	198
Kapitel 15: Das Üben von Aufsätzen	200
Wie kann ein Gerüst für den Aufsatz aussehen?	200
Kapitel 16: Die Lernfächer	203
1. Welche Hauptprobleme gibt es bei Lernfächern?	203
2. Ihr Kind kann nicht alles lernen	203
3. Wie sieht das AD(H)S-Lernverhalten in den Lernfächern aus?	204
4. Vorbereitungen und Rahmenbedingungen für ein effektives Lernen	204
5. Wirksame Lernschritte für AD(H)S-Kinder	205
Kapitel 17: Lernen im Fach Englisch	209
1. Grundlegende Vorüberlegungen	209
2. Einpräge- und Übungsmöglichkeiten	209
Schlusswort	219
Zwiesgespräch Lernprobleme	221
Vier Grundregeln für ein dauerhaftes erfolgreiches Lernen	224
Literatur	226