

- 2 DANKE
- 6 **Einleitung**
- 7 Vorwort
- 10 Wie Sie das Buch am besten nutzen
- 12 Warum gerade Hilfen von einer Ergotherapeutin?
- 12 Warum Ergotherapie als Hilfe?
- 13 Warum gerade Hilfen von mir?
- 17 **Basiswissen**
- 17 **Aufmerksamkeitsstörungen**
- 18 Was ist eigentlich Aufmerksamkeit?
- 20 Welche Aufmerksamkeitsprobleme gibt es?
- 22 Wie äußern sich Aufmerksamkeitsprobleme im Alltag?
- 24 Welche Ursachen für Aufmerksamkeitsstörungen gibt es?
- 25 Wer kann Aufmerksamkeitsstörungen feststellen?
- 26 Welche Behandlungsansätze gibt es?
- 29 **Alltagshilfen, Tipps und Tricks**
- 30 Wenn das Kind unsicher ist und sich wenig zutraut
- 30 Erklärung
- 31 Der Trick mit dem „Ich-schaffe-das“ und den „Mut-mach-Tricks“
- 32 Wenn es viele Spannungen gibt
- 32 Erklärung
- 33 Der Trick mit den Interessen und Stärken
- 34 Der Trick mit den Ritualen
- 37 Der Trick mit der „Zeit für uns“
- 38 Der Trick mit dem Humor und der Fantasie
- 39 Der Trick mit dem Lob

41	Wenn das Kind sehr zappelig oder sehr verträumt ist	81	Wenn das Kind mit anderen Kindern häufig Stress hat
41	Erklärung	81	Erklärung
42	Der Trick mit dem Motorenvokabular	82	Der Trick mit dem Vorbildsein
43	Ruhig-mach-Tricks/Wach-mach-Tricks	83	Der Trick mit dem „Freunde finden“ und dem „Wir sind ein Team“
46	Der Trick mit der Muskelspannung und dem bewegten Alltag	86	Wenn das Kind in seiner Freizeit wenig aktiv ist
48	Der Trick mit der Aufrichtung, dem Stand und dem Stuhlkantensitz	86	Erklärung
50	Der Trick mit dem AZAZ	88	Der Trick mit dem „Konzentriert gespielt geht's wie geschmiert“
51	Der Trick mit den Aufpassübungen	89	Tipp: Gib Langeweile keine Chance – die Spielideenkiste!
53	Der Trick mit den Zentrierungsübungen	91	Tipps zu Fernsehen, Computer & Co.
55	Wenn das Kind unaufmerksam ist und viele Fehler macht	95	Tipps für eine aktive Freizeit, Vereine, Sport & Co.
55	Erklärung	98	Wenn das Kind beim Basteln und Schreiben ungeschickt ist
56	Der Trick mit den Basisfertigkeiten	98	Erklärung
57	Der Trick gegen die Ablenkung	101	Der Trick mit den geschickten Fingern
57	Der Trick mit der geteilten Aufmerksamkeit	103	Der Trick mit dem Stift, dem Malen und dem schönen Schreiben
58	Wenn das Kind Schwierigkeiten mit Regeln und Aufgaben hat	109	Wie kann ich die Umgebung des Kindes unterstützend gestalten?
58	Erklärung	109	Erklärung
59	Der Trick mit den Aufforderungen	111	Tipps zur Optimierung der Umgebungsgestaltung
60	Der Trick mit den Regeln	115	Nachwort
65	Der Trick mit den Punkteplänen	115	Liebe Eltern, Erzieher und Lehrer
73	Der Trick mit den logischen Konsequenzen	116	Liebe Ergotherapeutinnen und andere Therapeutinnen
74	Der Trick mit dem STOPP	117	Anhang
75	Der Trick mit dem Durchatmen	118	Literatur
76	Wenn das Kind unorganisiert und unselbstständig ist	119	Adressen
76	Erklärung	120	Register
77	Der Trick mit der Selbstständigkeit und dem „Schritt für Schritt“	124	Impressum
78	Der Trick mit dem „laut gedacht und dann gemacht“	125	Abreißkarten
79	Der Trick mit den Handlungsorganisationstricks (HOTs)		