

INHALT

Einleitung	9
Ein Wort zum Sprachgebrauch	17
Kapitel 1	
So scheitert man in allem	23
Kapitel 2	
Was ist ADS ADHS	43
Kapitel 3	
Was hat es mit dem (Hyper-)Fokus auf sich?	69
Kapitel 4	
Wie wir funktionieren können	95
Kapitel 5	
Wenn Schlafen schwierig ist	123
Kapitel 6	
Das Phänomen Zeit	151
Kapitel 7	
Die Sache mit der Motivation	179

Kapitel 8

Probleme mit dem Gedächtnis	211
--	-----

Kapitel 9

Ein Übermaß an Gefühlen	239
--------------------------------------	-----

Kapitel 10

Das komplizierte soziale Miteinander	271
---	-----

Kapitel 11

Was ADHS noch schwieriger macht	307
--	-----

Kapitel 12

»Hearts« und »Brains« – so funktionieren Beziehungen	347
---	-----

Kapitel 13

Eine bessere Welt	383
--------------------------------	-----

Das Ende der Geschichte	415
--------------------------------------	-----

Eine Sache noch!	429
-------------------------------	-----

Anhang	439
---------------------	-----

Quellen	446
----------------------	-----

Glossar	447
----------------------	-----

Dank	453
-------------------	-----

Register	456
-----------------------	-----

Über die Autorin	464
-------------------------------	-----