

Inhaltsverzeichnis

Vorwort zur 3. Auflage	11
Vorwort zur 2. Auflage	13
Vorwort und Dank	15
Vorbemerkung	19
Fakten zur ADHS	21
Geschichtlicher Überblick	21
Krankheitsbild der ADHS	26
A Wir fühlen uns anders	31
Einleitung	31
Betroffene kommen zu Wort	41
1. Stimmungsschwankungen, das störendste Element meiner ADHS	41
2. Meine Denkweise entspricht nicht den allgemeinen Erwartungen	45
3. Pfirsiche essen, das war nicht nur eine Qual, sondern eine Folter	49
4. Mit ADHS leben: Bestandesaufnahme eines Betroffenen	53
5. Ich verliere mich in Tagträumen	54
6. Ich fühle oft schon vor dem Ansprechen, wie sich mein Gegenüber fühlt	56
7. Übergroße Sensibilität	60
8. Ich habe große Angst, abgelehnt zu werden	64

9. Eine Berührung kann ich sehr schnell als unangenehm empfinden	68
10. Ich habe mich immer wie ein Wolf in einer Welt von domestizierten, dressierten und gezüchteten Hunden gefühlt	71
B ADHS und Kreativität	73
Einleitung	73
Betroffene kommen zu Wort	79
11. Niemand wollte mich verstehen. Meinen Weg musste ich alleine gehen	79
12. Die Entstehungsgeschichte einer CD für Kinder	81
C Konflikte in Partnerschaft und Familie	83
Einleitung	83
Betroffene kommen zu Wort	101
13. Die Beziehungen einer Tagträumerin	101
14. Auf der Suche nach dem Kick	103
15. Mein Sex-Problem	107
16. ADHS in der Paarbeziehung	110
17. Ehe und Partnerschaft: An der Sonne, im Schatten	113
18. Beziehungen	116
19. Mein Leben als Haus- und Familienfrau	119
20. Die Jagd nach hochgradiger Stimulation	123
21. Das Zusammenleben mit einem ADS-Partner	125
D Diagnose und Therapie	127
Einleitung	127
Betroffene kommen zu Wort	151
22. Seit der Einnahme von Stimulanzien hat sich mein Verhalten total verändert	151
23. Schulunterricht gestern und heute	157
24. Ich kann jetzt mein Leben in kontrollierte Bahnen lenken	160
25. Ich habe es geschafft!	162
26. In unserem Familienalltag ist es ruhiger geworden	168

Schlussfolgerungen, Zukunftsperspektiven, Wunschvorstellungen	173
Persönliche Anmerkung	179
Literaturverzeichnis	181