

Olivia Wartha
Susanne Kobel



UPS, habe ich ADHS?

Eine Vorlesegeschichte, die deinem Kind hilft,
wenn es unkonzentriert und hyperaktiv ist



humboldt

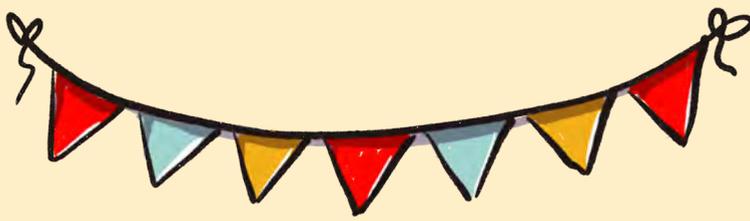
Olivia Wartha, Susanne Kobel
Verena Potthast (Illustration)

UPS, habe ich ADHS?

Eine Vorlesegeschichte, die deinem Kind hilft,
wenn es unkonzentriert und hyperaktiv ist



humboldt



Hi, ich bin Emil!

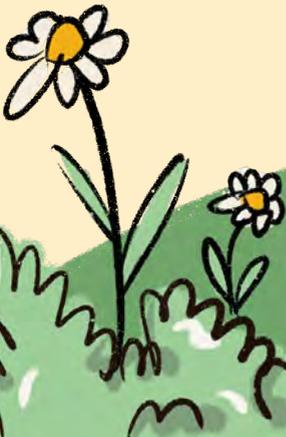
Ich bin 7 Jahre alt.



Manchmal wünsche ich mir etwas mehr Ruhe in meinem Kopf.

Meine große Schwester ist super, kann aber auch echt anstrengend sein.

Ich will mal Erfinder werden.





Inhaltsverzeichnis

Hallo an die Erwachsenen!	4
Hallo an die Kinder!	6
Emil und das Party-Chaos	
Eine Pfannkuchenwickelmaschine, das wäre was	
Ich habe viel gesammelt und komme zu spät	10
Komm mit deinem Kind ins Gespräch!	14
Keine Party ohne Deko	
Ich habe viele tolle Ideen	18
Komm mit deinem Kind ins Gespräch!	22
Das Wichtigste fehlt	
Ich habe Probleme mit meinen Hausaufgaben	24
Komm mit deinem Kind ins Gespräch!	30
Zwei Kühlakkus und ein Dieb	
Ich bin irgendwie anders	34
Komm mit deinem Kind ins Gespräch!	38
Lissi als Detektivin	
Ich habe Chaos im Kopf	40
Komm mit deinem Kind ins Gespräch!	46
Eine aufschlussreiche Autofahrt	
Ich will wissen, was mit mir los ist	48
Komm mit deinem Kind ins Gespräch!	54
Eine große Enttäuschung	
Ich werde wütend	56
Komm mit deinem Kind ins Gespräch!	60
Letzte Partyvorbereitungen	
Ich bin überfordert	62
Komm mit deinem Kind ins Gespräch!	66
Der Matratzen-Geburtstag	
Ich bin erleichtert	70
Komm mit deinem Kind ins Gespräch!	74
Noch mal Hallo an die Kinder!	78



Hallo an die Erwachsenen!



Für die Vorleser und Vorleserinnen

Sehr wahrscheinlich hast du zu diesem Buch gegriffen, weil du den Verdacht hast, dass dein Kind AD(H)S haben könnte, oder weil bei deinem Kind AD(H)S diagnostiziert wurde.

**Dieses Buch unterstützt euch,
gemeinsam über AD(H)S und alles,
was damit zusammenhängt,
zu sprechen.**

Es hilft euch, über Symptome zu reden, einen Arztbesuch oder eine Diagnose vorzubereiten und es bietet einige Tipps und Ideen, die euren Alltag mit AD(H)S etwas leichter machen können.

Die Geschichte von Emil und seiner Schwester Lissi, die ihr gleich kennenlernen werdet, ist absichtlich keine, die (nur) den Alltag eines Kindes mit AD(H)S wiedergibt, sondern eine Geschichte, die unterhaltsam, spannend und schnell ist und einige Alltagssituationen etwas zugespitzt darstellt. So macht das Lesen mehr Spaß und das motiviert dein Kind, dranzubleiben, auch wenn es mal um etwas unangenehmere Themen geht. Das können Probleme mit Gleichaltrigen oder in der Schule sein, aber auch das Gefühl, „anders“ zu sein oder Angst vor einer Diagnose zu haben.

Kinder mit AD(H)S können unaufmerksam, hyperaktiv-impulsiv oder beides sein. Emil hat noch keine AD(H)S-Diagnose, ist aber vorwiegend unaufmerksam beziehungsweise manchmal auch beides. Lissi, seine Schwester, ist hyperaktiv-impulsiv. Bei ihr wurde bereits ADHS diagnostiziert. So können in der Geschichte viele Symptome thematisiert werden, was allen Kindern die Möglichkeit gibt, sich wiederzuentdecken.

Wir haben kleine Pausensterne (★ ★ ★) an Stellen eingefügt, an denen sich eine Unterbrechung anbietet. Falls es für dein Kind eine Herausforderung darstellt, einem ganzen Kapitel (vier bis sechs Seiten) am Stück zu folgen, könnt ihr an diesen Stellen vorerst aufhören. Schau beim Lesen einfach, wie ihr vorankommt und wie lange sich dein Kind auf die Geschichte konzentrieren kann.

Auf den Elternseiten erfährst du mehr zu Hintergründen und Symptomen. Und du bekommst Anregungen dazu, wie ihr mit AD(H)S umgehen und darüber sprechen könnt. Das hilft euch, gemeinsam Lösungen für auftretende Schwierigkeiten und Ideen für euren Alltag finden.

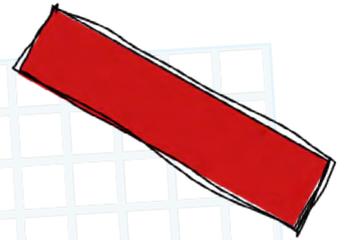
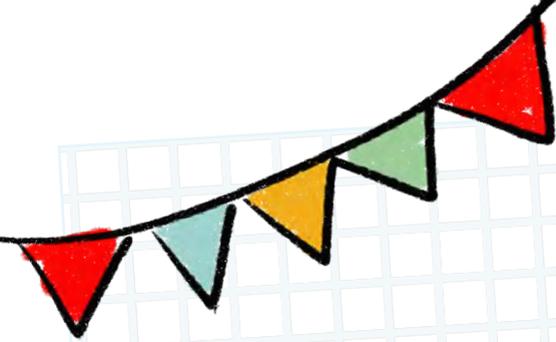
Du findest in der Geschichte immer wieder runde Vorlese-Symbole, die dir zeigen: Hier ist eine Stelle, die sich gut für ein Gespräch eignet. Du kannst die Gesprächsanregungen schon einmal vorab lesen. Dann kannst du sie später „wie nebenbei“ in die Geschichte einfließen lassen. Du kannst die Geschichte aber auch als Ganzes vorlesen und ihr sprecht erst hinterher darüber. So, wie es am besten für euch passt. Natürlich kannst du die Gesprächsanfänge und Tipps immer wieder, auch ganz unabhängig von der Geschichte, in eurem Familienalltag nutzen. Entscheide selbst, ob du deinem Kind das Vorwort „Hallo an die Kinder“ vorlesen willst, ob es zu deinem Kind beziehungsweise eurer aktuellen Situation passt. Du kannst sonst auch direkt in die Geschichte einsteigen.

Wir, Olivia und Susanne, schreiben gerne gemeinsam Bücher. Dieses hier ist entstanden, weil Susannes Kinder AD(H)S haben und wir bemerkt haben, dass es keine Literatur über AD(H)S gibt, die sich an Kinder und ihre Eltern gleichzeitig richtet. Und das wollten wir ändern. Wir hoffen, dass euch dieses Buch auf eurem Weg unterstützen kann.

Viel Spaß beim (Vor-)Lesen!

Susanne & Olivia





Hallo an die Kinder!

In diesem Buch lernst du Emil und seine Schwester Lissi kennen. Beide haben einen sehr ereignisreichen Tag vor sich, an dem sie eine Menge erleben werden.

Du kannst Emil und Lissi durch diesen nicht ganz normalen Tag begleiten. Er ist spannend. Und aufregend. Und lustig. Und anstrengend. Denn die beiden wollen eine Überraschungsparty organisieren. Dabei treten immer wieder Schwierigkeiten auf und die Geschwister geraten in Situationen, die ihnen einige Probleme bereiten. Vielleicht kennst du manche davon aus deinem eigenen Leben.

Emil hat oft ganz viele Gedanken gleichzeitig in seinem Kopf und verliert und vergisst häufig Sachen.

Lissi ist meist ganz aufgedreht und laut. Sie hat ADHS. Bei Emil weiß man noch nicht, ob das so ist oder nicht.

Vielleicht hast du schon mal von AD(H)S gehört. Das Wort besteht aus vier Buchstaben und ist eine Abkürzung für ein ganz langes und schwieriges Wort. So schwierig, dass die meisten Erwachsenen es auch nicht ohne Probleme aussprechen können. Deshalb werden meist nur die vier Buchstaben genannt: AD(H)S. AD(H)S steht für Aufmerksamkeitsdefizit-/Hyperaktivitätsstörung. Puh. Wirklich lang und kompliziert, oder?



Eigentlich bedeutet das Wort nur, dass Kinder und Erwachsene, die davon betroffen sind, sich leichter ablenken lassen, viele Gedanken gleichzeitig haben, öfter Sachen vergessen oder verlieren und manchmal auch unruhig oder laut sind.

Wie ist das bei dir? Kennst du einiges davon?

Vielleicht lässt du dich auch leicht ablenken oder denkst an ganz viele Dinge gleichzeitig? Oder stellst du dir gerne Dinge vor und verbringst viel Zeit damit, vor dich hinzuträumen? Vielleicht bist du aber auch manchmal ganz unruhig und hibbelig oder gerne laut und redest viel?

Das alles können Anzeichen von AD(H)S sein, müssen es aber nicht. Selten ist AD(H)S nicht. In jeder Kindergartengruppe oder Schulklasse hat meistens mindestens ein Kind AD(H)S.

Und es gibt viele Möglichkeiten, Kindern mit AD(H)S bei den Dingen zu helfen, die ihnen etwas schwerer fallen als anderen. Die Eltern von Emil und Lissi kennen schon so ein paar Tricks.

Aber jetzt wieder zurück zur Geschichte: Hast du Lust, die beiden durch ihren aufregenden und spannenden Tag zu begleiten?

Wir wünschen dir viel Spaß dabei!

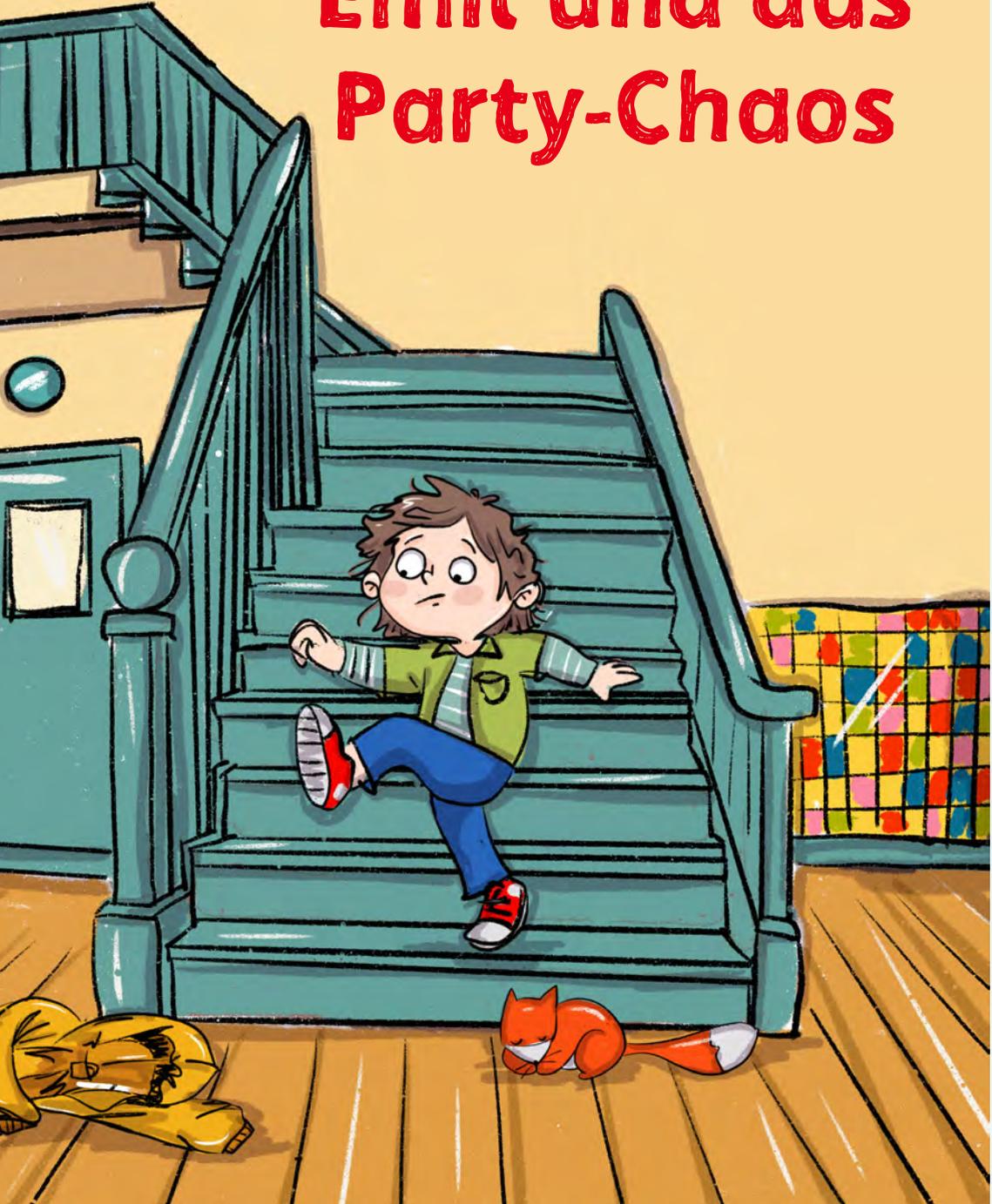
Deine

Susanne & Olivia





Emil und das Party-Chaos



Eine Pfannkuchenwickelmaschine, das wäre was

Ich habe viel gesammelt und komme zu spät

RIING-BLIMMMM-DIIING

Endlich! Auf das Geräusch habe ich gewartet. Der Schulgong. Zum Glück ist die Schule aus. Bin ich froh, dass ich nun nicht mehr auf all die Zahlen und Fragen auf diesem Arbeitsblatt hier starren muss. Oder auf Frau Rabensteins großen, roten Pulli.

Und mal ehrlich, es gibt doch viel wichtigere Fragen: Was gibt es heute eigentlich zum Mittagessen? Ich habe so großen Hunger. Hmm, vielleicht Pfannkuchen? Das wäre toll. Oder Pizza? Oder Kartoffelauflauf? Mmh.

Papa kocht heute Mittag. Vielleicht habe ich ja Glück und er macht wirklich Pfannkuchen. Pfannkuchen mit ganz viel Schokocreme. Oh, jetzt kommt mir eine ganz großartige Idee: Es müsste eine Pfannkuchenwickelmaschine geben. Die den Pfannkuchen ganz dick mit Schokocreme bestreicht, dann aufwickelt und direkt in kleine Stücke schneidet. Vielleicht erfinde ich das mal.



„Hast du mich gehört, Emil?“

Plötzlich steht Frau Rabenstein in ihrem knallroten Pulli vor mir. Direkt in der Tür und versperrt mir den Weg aus dem Klassenzimmer.

„Hiergeblieben, da liegt noch dein Lineal auf deinem Platz und du hast deine Jacke am Stuhl hängen lassen. Packst du bitte das Lineal ein und ziehst die Jacke an?“

Ein paar Kinder tuscheln wieder, weil Frau Rabenstein mich öfter an Sachen erinnern muss. Also nicke ich schnell, stopfe das Lineal in die Seitentasche meines Schulranzens, nehme die Jacke einfach in die Hand und sause los nach Hause. Ich habe total Hunger und mir fällt gerade ein:

**Heute ist ja auch noch unsere
super-geheime Party!**

Bis nach Hause ist es zum Glück nicht weit. Oskar und Dennis kann ich nicht sehen, die sind sicher schon ohne mich los. Egal, wenn ich alleine gehe, kann ich noch schnell ein paar Kastanien sammeln, die hier gerade überall auf dem Gehweg rumliegen.

Ich liiiiiiebe Kastanien. Denn mit Kastanien kann man so viel machen: Kastantiere basteln. Oder Kastanienmenschen. Oder vielleicht Kastanienaliens mit Kastanien-Ufos? Da kommt mir direkt noch eine tolle Idee: Ich lege einfach einige Kastanien nebeneinander und umwickle die dann mit Alufolie und das ist dann eine Kastanien-Rakete. Oder ich mache aus zwei Alufolien-Kastanien eine Übersetzungsmaschine für Tiersprachen. Dann kann ich mit dem Dackel der Nachbarn reden. Der würde sicher immer sagen „Ich muss pinkeln, ich muss pinkeln“, so hektisch, wie der immer nach einem Baum zum Beinheben sucht. Das wäre sicher lustig.

Ich stelle meinen Schulranzen ab und öffne ihn, damit ich all meine Kastanien darin sammeln kann. Da kommt mir direkt Fred entgegen, mein Stofftierfuchs, den ich immer dabei habe, egal wo ich hingehe. So, Fred, denke ich, rutsch mal etwas zur Seite, ich muss ganz viele Kastanien mit nach Hause nehmen. Ah, vielleicht packe ich dich besser direkt in meine Hemdtasche. Dann kannst du auch alles besser sehen.





Fertig. Mein Ranzen sieht nun sehr schwer aus. Ich hebe ihn hoch. Puh. Na ja, bis nach Hause schaffe ich das schon irgendwie.

Ich klinge, Papa öffnet mir die Haustür. „Emil, wo warst du so lange? Ich habe mir schon Sorgen gemacht.“

Ich schaue Papa fragend an. „Na, ich war in der Schule, wo denn sonst?“ Polternd stelle ich den schweren Ranzen in den Gang. Ein paar Kastanien kullern heraus. „Und ich habe noch Kastanien gesammelt. Ganz viele.“

„Ahaaa“, macht Papa. Er hebt meinen Schulranzen hoch. „Puh, ist der schwer! Ist der komplett mit Kastanien voll?“ Ich nicke stolz.

„Na, jetzt wasch dir mal die Hände und dann gibt’s Mittagessen. Danach müssen wir aber einen besseren Ort für die Kastanien finden. Du weißt, heute müssen wir noch aufräumen und alles hübsch machen.“

STIMMT, DIE ÜBERRASCHUNGSPARTY!

„Was gibt’s zu essen, Papa?“

„Kröten-Haferschleimsuppe mit Auberginen.“ Ich schaue ihn entsetzt an. Papa lacht. „Quatsch. Wenn dir deine Schwester noch welche übriggelassen hat, gibt es leckere Pfannkuchen. Schoko-Blaubeer-Pfannkuchen.“

Juhuu, Pfannkuchen! Ich flitze zum Esstisch. Sofort springt mein Kopf wieder an: Doof, dass ich noch keine Pfannkuchenwickelmaschine erfunden habe, die könnte ich jetzt gut gebrauchen.

Lissi sitzt noch am Tisch und stochert mit ihrer Gabel in Essensresten auf ihrem Teller herum.



„Ich habe drei Pfannkuchen gegessen. Drei. Das hier passt einfach nicht mehr in meinen Bauch. Magst du?“ Lissi hält mir ihre abgelutschte Gabel mit ein paar eklig aussehenden Stückchen unter die Nase.

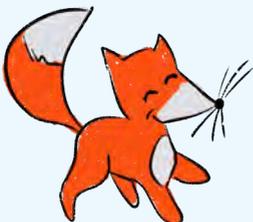
„Ihhh, tu das weg, ist ja eklig!“

„Du bist eklig“, sagt Lissi. Wir müssen beide grinsen. Anscheinend hat gerade keiner von uns Lust zu Streiten. Gut so.

Nach dem Essen stellen Lissi und ich uns vor den Kühlschrank. Dort hängen viele bunte Magnete. Da können wir immer sehen, was wir an dem Tag noch machen müssen. Normalerweise hängen wir die Aufgaben für den Tag am Morgen mit Mama auf. Aber da sie ja heute Geburtstag hat, war heute früh alles etwas anders, da haben wir nicht an irgendwelche Aufgaben gedacht.

Lissi schiebt mir alle doofen Magnete zu: „Hausaufgaben machen“, „Spülmaschine ausräumen“, sogar den Magnet mit dem Zahnarztzeichen klebt sie unter meinen Namen.

„Nicht anfassen“, faucht sie mich an. Als sie sich kurz wendet, nehme ich Fred aus meiner Hemdtasche und schiebe mit seiner Pfote all diese Magnete auf ihre Seite. Dann klebe ich noch „Müll rausbringen“ und „duschen“ dazu.



Da sehe ich, dass Papa mich beobachtet, er schüttelt den Kopf, aber grinst. „Kommt mal beide her, wir müssen noch unsere kleine Überraschungsparty für Mama vorbereiten.“



Komm mit deinem Kind ins Gespräch!

Ups, da sausen Emils Gedanken ja wild umher, obwohl er sich eigentlich auf das Zusammenpacken oder den Heimweg konzentrieren soll.

So weit gar nicht so ungewöhnlich – nur bei Emil zeigt sich dieses Verhalten ziemlich häufig und auch etwas ausgeprägter als bei anderen Kindern. Er vergisst oft Dinge und ist mit seinen Gedanken häufig ganz woanders. Könnte Emil AD(H)S haben?

Was ist eigentlich AD(H)S?

Diese Erklärung ist für dich zunächst als Hintergrund gedacht. Selbstverständlich kannst du – gerade falls dein Kind schon eine AD(H)S-Diagnose hat – auch hier schon mit deinem Kind über AD(H)S sprechen. Einen guten Anlass liefert euch die Geschichte sonst in Kapitel sechs. Auf Seite 54 findest du viele Einstiege und Anregungen für ein Gespräch mit deinem Kind über AD(H)S. Dabei soll es später vor allem darum gehen, dass dein Kind die Symptome von AD(H)S kennenlernt und sich (vielleicht) darin wiederentdeckt. Sodass ihr dann über Methoden und Ideen sprechen könnt, wie ihr mit diesen Symptomen (besser) umgehen könnt.

ADS oder ADHS ist die Abkürzung für Aufmerksamkeitsdefizit-/Hyperaktivitätsstörung und bezeichnet eine Verhaltensstörung, bei der Kinder, aber auch Erwachsene, Auffälligkeiten in den Bereichen Unaufmerksamkeit, Hyperaktivität und Impulsivität zeigen. Diese drei Hauptmerkmale müssen nicht alle gleichermaßen vorhanden sein und können unterschiedlich stark ausgeprägt sein.

Menschen, die davon betroffen sind, können sich oft schlechter konzentrieren, haben viele Gedanken gleichzeitig, vergessen und verlieren öfter Sachen und sind oft unruhig oder laut.

Klar, jeder ist mal unkonzentriert oder etwas lebhafter. Bei Kindern mit AD(H)S sind diese Merkmale jedoch deutlich ausgeprägter und öfter festzustellen als bei Gleichaltrigen. Das beeinträchtigt die Kinder in allen Lebensbereichen, wie zum Beispiel in Kindergarten, Schule oder auch in den Beziehungen zu Eltern, Freunden, Erziehern oder Lehrern.

Die Störung ist gar nicht so selten, in Deutschland werden ca. zwei bis sechs von 100 Kindern mit AD(H)S diagnostiziert und es wird davon ausgegangen, dass es noch deutlich mehr Kinder mit dieser Störung gibt, die (noch) nicht diagnostiziert sind.

Unkonzentriert und/oder hibbelig?

AD(H)S ist nicht gleich AD(H)S. Es gibt drei Haupttypen:

- **Der vorwiegend unaufmerksame Typ (ADS)** wirkt oft, als würde er nicht zuhören, hängt seinen Gedanken nach, hat Schwierigkeiten, sich zu konzentrieren, lässt sich leicht ablenken und verliert oder verlegt oft Dinge (in diesem Buch Emil, der aber eine Tendenz zum Mischtyp hat).
- **Der vorwiegend hyperaktiv-impulsive Typ (ADHS)** spricht oft schnell und viel, hat meist eine lebhaftes Körpersprache, ist unruhig, laut und hat häufig sehr schnelle Gedanken, die schlecht zu stoppen sind und dem Kind auch manchmal Angst machen können (in diesem Buch Emils Schwester Lissi).
- **Der Mischtyp** weist Symptome beider eben beschriebenen Typen auf.

Im Kindergarten spielt Unkonzentriertheit eine kleinere Rolle beziehungsweise fällt noch nicht so auf. In dem Alter dominieren häufig Hyperaktivität und Impulsivität. In der weiteren Entwicklung treten diese beiden Symptome oft mehr in den Hintergrund und die Unaufmerksamkeit bereitet die größeren Probleme.



Zu viele Reize – so kannst du helfen

Bei Emil hat man oft den Eindruck, dass er nicht zuhört, abgelenkt oder unaufmerksam ist. Manchmal muss er öfter angesprochen und bereits Gesagtes muss wiederholt werden.

Oft hören Kinder mit AD(H)S zwar zu, nehmen aber zusätzlich noch unglaublich viel mehr wahr. Pro Sekunde prasseln (je nach Quelle) sogar bis zu 11 Millionen Reize auf uns ein, wovon das Gehirn aus ca. 40 bis 70 Reizen bewusst filtert. Das AD(H)S-Gehirn kann jedoch nicht so gut filtern und muss deutlich mehr Reize gleichzeitig verarbeiten. Kinder mit AD(H)S können also zum Beispiel Hintergrundgeräusche, wie das Atmen des Tischnachbarn oder eine tickende Uhr nicht so leicht ausblenden. Das lenkt ab und sie wirken unaufmerksam.

Falls das bei deinem Kind der Fall ist, können Gespräche helfen, in denen ihr gemeinsam nach Strategien sucht, wie sich dein Kind in solchen Situationen „zurückholen“ lässt. Knüpft an Emils Situation in der Klasse an, als ihn seine Lehrerin bei Schulschluss an sein Lineal und seine Jacke erinnern muss und er sie zunächst gar nicht hört.

Frag dein Kind zum Beispiel:

- *„Kennst du das auch? Hilft es dir, wenn ich dich anfasse, wenn ich will, dass du mir gut zuhörst? Sollen wir das heute mal ausprobieren und du sagst mir dann, wie das für dich ist?“*
- *„Sollen wir ein bestimmtes Zeichen ausmachen, bei dem du weißt, dass es jetzt wichtig ist, zuzuhören? Zum Beispiel, dass ich meine Hand hebe? Fällt dir ein gutes Signal ein?“*
- *„Kennst du es, dass du wie Emil manchmal ganz viel gleichzeitig wahrnimmst? Was würde dir helfen, damit du dich auf die wirklich wichtigen Dinge konzentrieren kannst?“*
- *„Sollen wir mal versuchen, gemeinsam deinen Kopf zu leeren und danach vielleicht zu sortieren? Du sagst mir, was du gerade denkst und wahrnimmst, ich schreibe es auf und wir sortieren, was wichtig ist und was wir hintanstellen können, okay?“*

Entwickelt gemeinsam (Alltags-)Strukturen



Oftmals hilft es, wenn ihr gemeinsam relativ stabile Strukturen für euren Alltag entwickelt, an denen sich dein Kind entlanghangeln kann. Solche Rituale und Routinen ermöglichen reibungsfreiere Abläufe, es wird weniger vergessen, Erinnerungsstützen werden geschaffen und Selbstständigkeit und Verantwortungsbewusstsein vermittelt. Ob das nun, wie in der Geschichte, eine Magnettafel mit Aufgaben ist, die täglich visualisiert und besprochen werden, oder ob es kleine Erinnerungen im Bad, Kinderzimmer, Mäppchen usw. sind: Findet gemeinsam heraus, was zu euch passt beziehungsweise was deinem Kind hilft. Redet darüber und probiert es aus.

Frag dein Kind:

- *„Was würde dir helfen, dich an ... (besser) zu erinnern?“*
- *„Sollen wir mal ausprobieren, die Sachen am Abend herzurichten, und du hakst ab, was du schon erledigt hast?“*
- *„Würden dir Magnete am Kühlschrank helfen oder Klammern, auf denen steht, was als Nächstes zu tun ist?“*
- *„Sollen wir uns jeden Morgen besprechen und schauen, was auf der Tagesordnung steht?“*

Versucht, viele Rituale und Routinen in den Tagesablauf einzubauen. Wiederholungen, feste Zeiten für bestimmte Aufgaben, gleiche Reihenfolgen für Tätigkeiten, wie bei der Morgen- oder Abendroutine.

Und achte besonders darauf, dass wenig Überraschendes und Unvorhergesehenes im Leben deines Kindes passiert. Es wird dadurch noch deutlich mehr als andere Kinder aus der Bahn geworfen. Plant Termine mit viel Vorlauf, erwähne im Vorfeld oft genug, wenn etwas Besonderes ansteht, damit dein Kind sich darauf vorbereiten kann. Lass dein Kind so oft es geht mitentscheiden und verzichte auf Situationen oder Tätigkeiten, die zu einer zusätzlichen Reizüberflutung führen können. Das sind zum Beispiel Ansammlungen von Menschen oder Anhäufungen von künstlichen Reizen, wie im Kino oder bei Bildschirmmedien allgemein.

Impressum

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <https://dnb.de> abrufbar.

ISBN 978-3-8426-1801-5 (PRINT)

ISBN 978-3-8426-1802-2 (PDF)

Originalausgabe

© 2025 humboldt

Die Ratgebermarke der Schlütersche Fachmedien GmbH

Hans-Böckler-Allee 7, 30173 Hannover

www.humboldt.de

www.schluetersche.de

Autorinnen und Verlag haben dieses Buch sorgfältig erstellt und geprüft. Für eventuelle Fehler kann dennoch keine Gewähr übernommen werden. Weder Autorinnen noch Verlag können für eventuelle Nachteile oder Schäden, die aus in diesem Buch vorgestellten Erfahrungen, Methoden und praktischen Hinweisen resultieren, eine Haftung übernehmen. Insgesamt bieten alle vorgestellten Inhalte und Anregungen im Falle von gravierenden seelischen Belastungen des Kindes keinen Ersatz für eine persönliche, gegebenenfalls medizinische Beratung, Betreuung und Behandlung. Alle Rechte vorbehalten. Das Werk ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung außerhalb der gesetzlich geregelten Fälle muss vom Verlag schriftlich genehmigt werden.

Gedruckt mit mineralölfrei hergestellten Druckfarben und Strom aus erneuerbaren Energien. Die eingesetzten Klebe- und Bindstoffe entsprechen den derzeitigen Umweltstandards, die vom RAL-Institut für Gütesicherung und Kennzeichnung geprüft wurden.

Lektorat: Claudia Silbereisen, Heidelberg

Korrektorat: Miriam Buchmann, Hannover

Layout und Illustration: Verena Potthast, Viersen

Satz: PER MEDIEN & MARKETING GmbH, Braunschweig

Druck und Bindung: Grafisches Centrum Cuno GmbH & Co. KG, Calbe



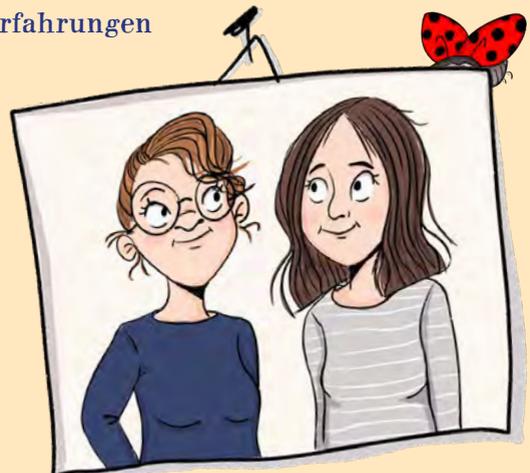
Vorlesegeschichte und Elternratgeber in einem Buch!

Emil träumt oft vor sich hin und stolpert dabei mitten ins Chaos. Heute, an Mamas Geburtstag, sind seine Gedanken besonders durcheinander: Erst fällt ihm in der Schule das Aufpassen schwer, dann verliert er seine Jacke – samt Geschenk für Mama! Emil fragt sich, ob das nur die Aufregung ist oder ob er vielleicht ADHS hat, genau wie seine Schwester Lissi. Doch zum Nachdenken bleibt ihm erst mal keine Zeit, denn als er sieht, wie ein fremder Junge mit seiner Jacke davonfährt, beginnt eine spannende Verfolgungsjagd. Kann Emil das Geschenk rechtzeitig zurückbekommen?

Mit vielen Tipps und Impulsen, damit du mit deinem Kind ins Gespräch kommst

In dieser Vorlesegeschichte lernen dein Kind und du typische ADHS-Symptome kennen und ihr erfahrt, welche Herausforderungen Kinder wie Emil meistern müssen. Die Gesprächsanregungen von Olivia Wartha und Susanne Kobel helfen euch dabei, über ADHS zu sprechen, Symptome besser zu verstehen und euren Alltag zu erleichtern.

SUSANNE KOBEL und **OLIVIA WARTHA** sind Gesundheitswissenschaftlerinnen und Ratgeberautorinnen. Es ist ihr Anliegen, Eltern dazu zu befähigen, den Eltern-Kind-Alltag entspannter und liebevoller zu gestalten und das Miteinander zu fördern. Dazu führen sie seit vielen Jahren Workshops durch und bieten Fortbildungen an. Als Mütter haben sie zudem persönliche Erfahrungen mit dem Thema ADHS. Als Expertinnen im Bereich Familiengesundheit möchten sie das Verständnis dafür fördern.



www.humboldt.de

ISBN 978-3-8426-1801-5



9 783842 618015

18,00 EUR (D)