

AUFMERKSAMKEITSSTÖRUNG - WAS IST DAS?

Bedeutung

MEDIZINISCHER NAME:

- AUFMERKSAMKEITS-DEFIZIT / HYPERAKTIVÄTS-STÖRUNG
- KURZ: ADS ODER ADHS

PROBLEMBEREICHE:

- AUFMERKSAMKEIT = KONZENTRATION SCHWER
- HYPERAKTIV = VIEL BEWEGEN, NICHT STILL SITZEN
- IMPULSKONTROLLE = HANDELN OHNE NACHDENKEN



URSACHEN - WARUM?

- GENE = IN FAMILIE OFT GLEICH
- UMWELT = SCHWANGERSCHAFT - STRESS / GIFT / BELASTUNG
- GEHIRN = STRUKTUR ANDERS ALS NORMAL

WAS HILFT?

- VERHALTENSTHERAPIE - TRAINING / GESPRÄCHE
- ERGOTHERAPIE - BEWEGUNG, SPIEL, KONZENTRATION
- NEUROFEEDBACK - GEHIRNWELLEN TRAINIEREN (COMPUTER)
- MEDIKAMENTE - MANCHMAL HILFREICH
- MARBURGER KONZENTRATIONSTRAINING (MKT)
- GRUPPE / FREUNDE - GLEICHE PROBLEME → AUSTAUSCH
- SELBSTBEWUSSTSEIN - STÄRKEN: „ICH KANN DAS, ICH BIN GUT IN...“

