



# Motiviert lernen mit ADHS

Erfolgreich unterstützen und fördern



## ADHS ZU HAUSE

Viele Lernende mit ADHS werden im Laufe ihrer schulischen Laufbahn mit diversen Herausforderungen konfrontiert, die nicht immer so einfach selbst bewältigt werden können. Dieses Phänomen lässt sich damit erklären, dass ADHS in erster Linie ein Defizit der Selbstregulation darstellt und es für Betroffene schwieriger sein kann, zur Erreichung von persönlichen Zielen, das eigene Lernverhalten bewusst zu steuern. Ist das eigene Kind betroffen, kann eine solche Diagnose bei den Eltern wesentliche Fragen aufwerfen.

## WEITERBILDEN



Durch die neurobiologischen Besonderheiten braucht es für Kinder mit ADHS alternative Lern- und Erziehungsmethoden. Betroffene Jugendliche und Kinder müssen lernen, wie sie ihr Handeln und ihre Emotionen regulieren können, um langfristig ihre Ziele erfolgreich zu verfolgen.

Erfahren Sie, wie Sie Ihr Kind auch zu Hause gezielt unterstützen und fördern können, um für den Umgang mit ADHS im täglichen Leben optimale Bedingungen zu schaffen.

*FABIENNE FRISCHERZ*

**FACHDIDAKTIKERIN  
DEUTSCH**

**LEHRPERSON SEK 1**

**PRAXISLEHRPERSON**



## KONTAKT

[www.myadhs.ch](http://www.myadhs.ch)  
[myadhs.ch@gmail.com](mailto:myadhs.ch@gmail.com)

[www.myadhs.ch](http://www.myadhs.ch)

