

# **ADHS ohne Ritalin in den Griff bekommen**

**Beitrag von „chilipaprika“ vom 21. Oktober 2019 09:32**

Je nachdem wie alt das Kind ist, kann man es auch fragen. und ich würde einschätzen, dass die meisten Kinder wissen, was ihnen gut tut, worunter sie leiden und was nicht.

Es ist ein Unterschied zwischen "ich stelle ein Kind ruhig, weil es MICH (Lehrer, Elternteil, ..) nervt" und "ich brauche etwas, was mein Hirn dabei unterstützt, den Alltag zu durchstehen"