

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

**Beitrag von „Jule13“ vom 22. Oktober 2019 13:18**

konkrete Vorschläge eines Kinder- und Jugendpsychiaters als Alternativen zur Medikation für ein Grundschulkind:

- therapeutisches Klettern
- Lerntherapie

Im übrigen beschränkt sich ADHS nicht auf reinen Bewegungsdrang oder Konzentrationsprobleme in Arbeitsphasen. Es beginnt schon damit, dass das betroffene Kind Anweisungen, die über 3-Wort-Sätze hinausgehen, nicht erfassen kann, weil es sofort innerlich wegdriftet oder von etwas abgelenkt wird, was es sieht/hört. Das stört ganz erheblich die Kommunikation mit so ziemlich jedem Mitmenschen.