

Literaturliste

Einleitung / Elternperspektive

- Juul, Jesper (2011): *Dein kompetentes Kind*. Reinbek: Rowohlt.
- Neuhaus, Christian (2018): *ADHS bei Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen*. 7., aktualisierte Aufl. Stuttgart: Kohlhammer.
- Renz-Polster, Herbert (2011): *Menschenkinder*. München: Kösel.
- Scherf, Gerrit (2023): *Die kleine ADHS-Sprechstunde*. München: Kösel-Verlag.
- Warnke, Andreas (2019): *ADHS im Kindes- und Jugendalter. Ein Handbuch für Eltern und Fachleute*. 4., überarb. Aufl. Stuttgart: Kohlhammer.
- Winkler, Michael (2017): *ADHS – Was stimmt denn nun?* Berlin: Springer.

Baby- und Kleinkindjahre – KISS-Syndrom

- Biedermann, Heiner (2007): *KISS-Kinder: Ursachen, (Spät-)Folgen und manualtherapeutische Behandlung frühkindlicher Asymmetrie*. Stuttgart: Thieme.
- Biedermann, Heiner (2014): *Kopfgelenk-induzierte Symmetriestörung (KISS-Syndrom) im Säuglings- und Kindesalter*. Berlin/Heidelberg: Springer.
- Biedermann, Heiner (2015): *Kopfgelenke des Kindes: Manualmedizinische Diagnostik und Therapie*. Berlin/Heidelberg: Springer.
- Heller, Heiner (2018): *Das KISS-Kid-Konzept: Hilfe für Kinder mit KISS-Syndrom und ihren Eltern*. Kirchzarten: VAK.

Schlafmangel / Hilfe für stillende Mütter

- Carter, Christine (2018): *Mama schläft durch – endlich erholt trotz Baby*. Weinheim: Beltz.
- Ehrnstrom, Christina & Brosse, Linda (2016): *Endlich Schlaf finden: Ein Selbsthilfeprogramm bei Schlafstörungen mit CBT-I und ACT*. Göttingen: Hogrefe.
- Imlau, Nora & Renz-Polster, Herbert (2022): *Schlaf gut, Baby! Der sanfte Weg zu ruhigen Nächten (0–6 Jahre)*. 2. Aufl. München: Gräfe und Unzer.
- Riemann, Dieter (2016): *Ratgeber Schlafstörungen*. Göttingen: Hogrefe.
- Speth, Christoph & Speth, Johanna (2022): *Chronische Schlafstörungen bewältigen: Ein kognitiv-verhaltenstherapeutisches Selbsthilfeprogramm*. Berlin: Springer.
- Wiegand, Sabine (2021): *Schlaf gut, Mama: Wie Mütter erholsam schlafen können*. Stuttgart: Trias.

Pädagogischer Exkurs – Impulskontrolle & ADHS

- Greene, Ross W. (2019): *Verloren in der Schule: Wie wir herausfordernden Kindern helfen können*. 2., überarb. Aufl. Bern: Hogrefe.
- Wirth, Anne; Reinelt, Theresa; Gawrilow, Caterina & Rauch, W. A. (2020): *Selbstkontrolle bei ADHS trainieren – Wenn-Dann-Pläne*. Göttingen: Hogrefe.

Gewaltimpulse und ADHS

- Döpfner, Manfred; Schürmann, Sören & Lehmkuhl, Gerd (2023): *Wackelpeter & Trotzkopf: Hilfen für Eltern bei ADHS-Symptomen, hyperkinetischem und oppositionellem Verhalten*. 6., überarb. Aufl. Weinheim: Beltz.
- Greene, Ross W. (2011): *Das explosive Kind: Plan B für Eltern von kleinen Tyrannen*. Winterthur: Edition Spuren.
- Hohmann, Klaus (2024): *Es muss nicht immer ADHS sein: Wenn Aggression, Außenseiterverhalten oder Aufmerksamkeitsprobleme andere Ursachen haben*. Stuttgart: Klett-Cotta.
- Juul, Jesper (2013): *Aggression: Warum sie für uns und unsere Kinder notwendig ist*. Frankfurt am Main: Fischer.
- Kinnen, Christina; Rademacher, Christian & Döpfner, Manfred (2015): *Wackelpeter & Trotzkopf in der Pubertät: Wie Eltern und Jugendliche Konflikte gemeinsam lösen können*. Weinheim/Basel: Beltz.

Bindung, Beziehung und Erziehung

- Brisch, Karl Heinz (2019): *Bindungsstörungen – von der Bindungstheorie zur Therapie*. Stuttgart: Klett-Cotta.
- Cierpka, Matthias (2014): *Familientherapie und systemisches Denken – Grundlagen, Konzepte, Praxis*. Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht.
- Grossmann, Karin E.; Grossmann, Klaus & Zimmermann, Peter (2018): *Bindungen – Das Gefüge psychischer Sicherheit*. Stuttgart: Klett-Cotta.
- Hüther, Gerald & Hauser, Uli (2021): *Rettet das Spiel! Weil Leben mehr als Funktionieren ist*. München: Hanser.
- Juul, Jesper (2011): *Dein kompetentes Kind*. Reinbek: Rowohlt.
- Papousek, Mechthild; Schieche, Michael & Wurmser, Heinz (2015): *Regulationsstörungen der frühen Kindheit: Frühe Risiken und Hilfen im Entwicklungskontext der Eltern-Kind-Beziehung*. München: Reinhardt.

Freundeskreise

- Robbins, Mark & Robbins, Sarah (2025): *Die LET THEM Theorie: Zwei Worte, die dein Leben verändern werden*. München: Goldmann.
- Schulte-Markwort, Michael (2016): *Burnout Kids*. München: Pattloch.

Schule / Recht / Inklusion

- Bertelsmann Stiftung (2020): *Inklusion in der Schule: Zwischen Anspruch und Wirklichkeit*. Gütersloh: Bertelsmann Stiftung.
- Deutsches Schulportal (Hrsg.) (2025): *Deutsches Schulbarometer Lehrkräfte 2025 – Die wichtigsten Ergebnisse*. Berlin: Deutsches Schulportal.
- GEW (2022): *Lehrkräfte im Dauerstress – Umfragebericht*. Frankfurt am Main: GEW.
- GEW Brandenburg (2023): *Positionspapier zur sonderpädagogischen Förderung an Grundschulen im Land Brandenburg*. Potsdam: GEW Brandenburg.
- Grüber, Susanne & Hille, Katrin (2019): Inklusive Unterrichtspraxis bei ADHS und Autismus. *Zeitschrift für Heilpädagogik*, 70(7), 268–278. Institut zur Qualitätsentwicklung im Bildungswesen (IQB) (2022): *Bildungstrend 2021: Kompetenzen am Ende der 4. Jahrgangsstufe*. Hrsg. Petra Stanat et al. Berlin: IQB.
- Kultusministerkonferenz (KMK) (2022): *Bildung in Deutschland 2022 – Indikatorenbericht*. Berlin: KMK.
- Land Brandenburg (o. J.): *Brandenburgisches Schulgesetz (BbgSchulG) in der jeweils geltenden Fassung*. Potsdam: MBS.
- Land Brandenburg (2017): *Verordnung über die sonderpädagogische Förderung (SopV)*. Potsdam: MBS.
- Landesinstitut für Schule und Medien Berlin-Brandenburg (LISUM) (2022): *Gleiche Chancen für alle – Nachteilsausgleich für Schülerinnen und Schüler in Brandenburg*. Ludwigfelde: LISUM.
- Ministerium für Bildung, Jugend und Sport des Landes Brandenburg (MBS) (o. J.): *Nachteilsausgleich bei Beeinträchtigungen und chronischen Erkrankungen sowie Hinweise zum Verfahren der sonderpädagogischen Förderung*. Online-Ressource. Potsdam: MBS.
- Monitoring-Stelle UN-BRK des Deutschen Instituts für Menschenrechte (2019): *Parallelbericht zur Umsetzung der UN-Behindertenrechtskonvention in Deutschland*. Berlin.
- Robert Bosch Stiftung / forsa (2024): *Deutsches Schulbarometer – Lehrerbefragung 2024*. Stuttgart: Robert Bosch Stiftung.

- Schaarschmidt, Uwe (2021): Belastung und Beanspruchung im Lehrerberuf – „Potsdamer Lehrerbelastrungsstudie“. *Zeitschrift für Pädagogische Psychologie*.
- UN (2009): *Übereinkommen über die Rechte von Menschen mit Behinderungen. Artikel 24 – Bildung*. New York: United Nations.
- Verband Bildung und Erziehung (VBE) Baden-Württemberg / forsa (2025): *Bericht zur Inklusion in Baden-Württemberg*. Stuttgart: VBE BW.
- Verband Bildung und Erziehung (VBE) Bundesverband (2025): *Meinungsumfragen zur Inklusion 2025*. Berlin: VBE.

Geschwister / „Schattenkinder“

- Cierpka, Matthias (2014): *Familientherapie und systemisches Denken – Grundlagen, Konzepte, Praxis*. Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht.
- Döpfner, Ulrike (2018): *Starke Geschwisterkinder – Wie Kinder mit psychisch erkrankten Geschwistern gesund aufwachsen können*. Stuttgart: Kohlhammer.
- Eder, Sigrun (2021): *Mein Bruder hat ADHS – Ich bin trotzdem okay*. Salzburg: edition riedenburg.
- Kast, Verena (2012): *Geschwister – Die längste Beziehung im Leben*. Freiburg: Herder.
- Klein, Anna (2010): *Stellvertreterkinder und unsichtbare Helden*. Weinheim: Beltz.
- Micus, Andrea (2007): *Geschwister von Kindern mit Behinderung – Zwischen Liebe, Wut und Verantwortung*. München: Reinhardt.
- Petermann, Friedrich & Petermann, Ulrike (2006): Kinder mit ADHS – Belastung und Ressourcen ihrer Geschwister. In: *ADHS – Ein Ratgeber für Eltern*. Göttingen: Hogrefe.
- Schmelter, Monika & Sarimski, Klaus (2012): *Geschwister von Kindern mit Entwicklungsstörungen*. München: Reinhardt.
- Walper, Sabine et al. (2007): *Geschwisterbeziehungen und Parentifizierung im Familiensystem (DJI-Forschungsbericht)*. München: DJI.

Multimodale Therapie

- Arbeitsgemeinschaft der Wissenschaftlichen Medizinischen Fachgesellschaften (AWMF) (2018): *S3-Leitlinie ADHS im Kindes-, Jugend- und Erwachsenenalter*. AWMF-Registernr. 028-045.
- Döpfner, Manfred; Hautmann, Christoph & Görtz-Dorten, A. (2013): *Therapieprogramme für Kinder mit ADHS und oppositionellem Verhalten (THOP)*. Göttingen: Hogrefe.

- Döpfner, Manfred; Petermann, Friedrich & Lehmkuhl, Gerd (2017): *Diagnostik-System für psychische Störungen im Kindes- und Jugendalter nach ICD-10 und DSM-5 (DISYPS-III)*. Göttingen: Hogrefe.

Süchte / Risikoverhalten (Jugend)

- Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) (2021): *Die Drogenaffinität Jugendlicher 2019*. Köln: BZgA.
- Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) (2021): *Suchtmittelkonsum Jugendlicher – Ergebnisse der Studie „Die Drogenaffinität Jugendlicher in der Bundesrepublik Deutschland 2019“*. Köln: BZgA.
- Chang, Z.; Lichtenstein, P.; Halldner, L.; D’Onofrio, B.; Serlachius, E.; Fazel, S.; Långström, N. & Larsson, H. (2014): Stimulant ADHD medication and risk for substance abuse. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 55(8), 878–885.
<https://doi.org/10.1111/jcpp.12164>
- Deutsche Hauptstelle für Suchtfragen (DHS) (2020): *Suchthilfestatistik*. Hamm: DHS.
- Erhart, M.; Hölling, H.; Bettge, S.; Ravens-Sieberer, U.; Schlack, R. (RKI) (2007): Der Kinder- und Jugendgesundheitsurvey (KiGGS): Risiken und Ressourcen für die psychische Entwicklung von Kindern und Jugendlichen. *Bundesgesundheitsblatt – Gesundheitsforschung – Gesundheitsschutz* 50 (2007), H. 5–6, S. 800–809.
<https://doi.org/10.1007/s00103-007-0243-5>
- Institut für Therapieforschung (IFT) München (2019): *Jugendliche und Medienabhängigkeit*. München: IFT.
- Retz, Wolfgang & Rösler, Michael (2020): *ADHS im Erwachsenenalter: Ursachen, Diagnostik, Therapie*. 4. Aufl. Berlin: Steinkopff.
- Zentralinstitut für Seelische Gesundheit Mannheim (2017): Komorbiditäten von ADHS und Suchterkrankungen. In: *Zeitschrift für Kinder- und Jugendpsychiatrie*.

Forschungstrends und klinische Leitlinien zu ADHS

- ADHS Deutschland e. V. (o. J.): Die Begleiterkrankungen bei ADHS (assoziierte Störungen). Zugriff am 22.11.2025 unter:

<https://adhs-deutschland.de/begleitstoerungen/die-begleiterkrankungen-bei-adhs-assozierte-stoerungen/>)

- Deutsche Gesellschaft für Psychiatrie und Psychotherapie, Psychosomatik und Nervenheilkunde (DGPPN) u. a. (2018): *S3-Leitlinie Aufmerksamkeitsdefizit-/Hyperaktivitätsstörung (ADHS) bei Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen*. Langfassung. AWMF-Registernr. 028-045. Berlin: DGPPN, 2018.

- Hölling, H.; Schlack, R.; Petermann, F.; Ravens-Sieberer, U.; Mauz, E. (RKI) (2018): *Psychische Auffälligkeiten und psychosoziale Beeinträchtigungen bei Kindern und Jugendlichen in Deutschland. Ergebnisse der KiGGS-Studie – Erste Folgebefragung (KiGGS Welle 2)*. *Journal of Health Monitoring* 3 (2018) 1, S. 1–16.
- Neuperdt, L.; Göbel, K.; Maly, T.; Klasen, F.; Schlack, R.; Mauz, E. (2024): *Parental stress in relation to parent-reported ADHD in children and adolescents in Germany: Results from the KiGGS baseline study and KiGGS Wave 2*. *Frontiers in Psychiatry* 15 (2024), Art. 1144937. <https://doi.org/10.3389/fpsyt.2024.1144937>.
- Schlack, R.; Neuperdt, L.; Reiß, F.; Göbel, K.; Klasen, F.; Mauz, E. (2024): *Attention Deficit/Hyperactivity Disorder in Germany: Results of the nationwide INTEGRATE-ADHD project using KiGGS data*. *Frontiers in Psychiatry* 15 (2024), Art. 1145921. <https://doi.org/10.3389/fpsyt.2024.1145921>.

ADHS und Depressionen

- Ärztezeitung: „Weniger Suizidverhalten und Substanzgebrauch unter ADHS-Medikation“, 14.08.2025. Verfügbar unter: <https://www.aerztezeitung.de/Medizin/Weniger-Suizidverhalten-und-Substanzgebrauch-unter-ADHS-Medikation-459790.html> AerzteZeitung.de.
- Aron, Elaine (2019): *Das hochsensible Kind: Wie Sie auf die besonderen Schwächen und Bedürfnisse Ihres Kindes eingehen können*. München: mvg.
- Barkley, Russell A. (2021): *ADHS bei Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen*. Göttingen: Hogrefe.
- Busch, Martin A.; Maske, Ulrike E.; Ryl, Laura; Schlack, Robert; Hapke, Ulf (2013): Prävalenz von depressiver Symptomatik und diagnostizierter Depression bei Erwachsenen in Deutschland – Ergebnisse der Studie zur Gesundheit Erwachsener in Deutschland (DEGS1). In: *Bundesgesundheitsblatt – Gesundheitsforschung – Gesundheitsschutz*, 56. DOI: 10.1007/s00103-013-1688-3.
- Bundesärztekammer (BÄK); Kassenärztliche Bundesvereinigung (KBV); Arbeitsgemeinschaft der Wissenschaftlichen Medizinischen Fachgesellschaften (AWMF) (Hrsg.): *Nationale VersorgungsLeitlinie (NVL) Unipolare Depression. Kurzfassung – Version 3.2*. AWMF-Registernr. nvl-005. Berlin: ÄZQ, Juli 2023. (insb. Empf. 4-9, S. 28; Kap. 12.3.1, S. 73). Bundesärztekammer (BÄK); Kassenärztliche Bundesvereinigung (KBV); Arbeitsgemeinschaft der Wissenschaftlichen Medizinischen Fachgesellschaften (AWMF) (Hrsg.) (2024): *Patientenleitlinie zur Nationalen VersorgungsLeitlinie Unipolare Depression. NVL-Programm, 3. Auflage*. Abrufbar über das AWMF-Leitlinienregister
- Gau, Susan Shur-Fen; Shang, Chia-Yu; Liu, Szu-Kai et al. (2021): ADHS und emotionale Dysregulation: Eine klinische Herausforderung. In: *Zeitschrift für Kinder- und Jugendpsychiatrie* (Sonderheft 2021).

- Herpertz, Sabine C.; Philipsen, Alexandra & Hill, Heike (2010): ADHS im Erwachsenenalter – klinisches Bild, Diagnostik und Therapie. In: *Deutsches Ärzteblatt*, 107(17), 295–303.
- Hölling, Heike; Schlack, Robert; Petermann, Franz et al. (2014): *Verhaltensauffälligkeiten bei Kindern und Jugendlichen*. In: Bundesgesundheitsblatt, 57(7), 807–814.
- Robert Koch - Institut (2004): Themenheft 21 „Angststörungen – Häufigkeit, Auswirkungen und Versorgungssituation in Deutschland“. Berlin: RKI. ISBN 3-89606-152-6.
- Remschmidt, Helmut & Mattejat, Fritz (2010): *Psychische Störungen bei Kindern und Jugendlichen: Leitfaden Kinder- und Jugendpsychiatrie*. Berlin: Springer.
- Retz, Wolfgang & Rösler, Michael (2009): *ADHS im Erwachsenenalter: Ursachen, Diagnostik und Therapie*. Berlin: Steinkopff.
- Süddeutsche Zeitung: „ADHS-Medikamente: Studie belegt geringeres Risiko für Suizid und Kriminalität“, 20.08.2025. Verfügbar unter: <https://www.sueddeutsche.de/gesundheit/adhs-medikamente-behandlung-risikominderung-li.3299849> Süddeutsche.de.
- Stiftung Deutsche Depressionshilfe (2022): *Studie zu Belastungen von Eltern psychisch belasteter Kinder*. Leipzig: Stiftung Deutsche Depressionshilfe.
- Stiftung Deutsche Depressionshilfe (o. J.): *Diagnose der Depression und Verlaufsformen*. Leipzig: Stiftung Deutsche Depressionshilfe. (Online-Informationen). Wirth, Ulla (2018): *Kinder mit schwierigen Gefühlen: Ein Praxisbuch für Eltern und pädagogische Fachkräfte*. Freiburg: Herder.
- **Wissenschaftliches Institut der AOK (WIdO) (2024):** *Gesundheitsatlas Deutschland: Depressionen – Verbreitung in der Bevölkerung Deutschlands, Ursachen, Folgen und Präventionsmöglichkeiten*. Berlin: WIdO.

Belastungserleben

- Corssen, Jens (2004): *Der Selbst-Entwickler. Das Corssen-Seminar*. München: Arkana.
- Döpfner, M., Schürmann, S. & Frölich, J. (2013): Therapieprogramm für Kinder mit hyperkinetischem und oppositionellem Problemverhalten (THOP). Göttingen: Hogrefe.
- Fröhlich-Gildhoff, K. & Rönna-Böse, M. (2017). *Resilienz im Familienalltag – Grundlagen und Praxis der Förderung*. Freiburg: Herder.
- Lüdecke, D. (2012): *Belastungserleben von Müttern behinderter Kinder – Ressourcen und Bewältigungsstrategien*. Berlin: Lit Verlag.

- Schlack, R., Hölling, H., Kurth, B.-M. & Huss, M. (2007): Die Prävalenz der Aufmerksamkeitsdefizit-/Hyperaktivitätsstörung (ADHS) bei Kindern und Jugendlichen in Deutschland – Ergebnisse des Kinder- und Jugendgesundheitssurveys (KiGGS). In: Bundesgesundheitsblatt, 50(7), 827–835.

Glaube und Resilienz (Hintergrundforschung – Anhang)

- Jeserich, Fabian et al. (2023): Sense of coherence and religion/spirituality: A systematic review. In: *Frontiers in Psychology*, 14, 1170400.
<https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1170400>
- Riegger, Manfred (2019): „Fördert Spiritualität die Gesundheit von Fachkräften in Kitas?“. In: Österreichisches Religionspädagogisches Forum 27 (2019) Heft 2, S. 90-113. <https://doi.org/10.25364/10.27:2019.2.7>
- Roleder, Felix (2023): *Religion gegen Angst und Wut? Evangelische Religiosität und Politikvertrauen in Deutschland*. In: Zeitschrift für Religion, Gesellschaft und Politik 8 (2023), S. 25-54.
- Zwingmann, Christian & Hodapp, Barbara (2019): *Religiosität/Spiritualität und psychische Gesundheit: Zentrale Ergebnisse einer Metaanalyse über Studien aus dem deutschsprachigen Raum*. In: Spiritual Care, 7(1), 69–80.
<https://doi.org/10.1515/spircare-2017-0085>

Psychiatrie und Psychotherapie (für betroffene Eltern in Krisen)

- BfArM-Risikoinformation (2008) zur Suizidalität unter Antidepressiva Bundesinstitut für Arzneimittel und Medizinprodukte (BfArM): *Antidepressiva: Erhöhtes Risiko zu suizidalem Verhalten bei Erwachsenen unter 25 Jahren*. Risikoinformation vom 15.02.2008. Bonn: BfArM.
- Born, Anke & Oehler, Christina (2021): „Gemeinsam wachsen“ – der Elternratgeber ADHS: Verhaltensprobleme in Familie und Schule erfolgreich meistern. 2., erw. u. überarb. Aufl. Stuttgart: Kohlhammer.
- Bundespsychotherapeutenkammer (BPtK) (2021): *Wege zur Psychotherapie*. Neuauflage. Berlin: BPtK.
- Der Paritätische Gesamtverband (2025): *Kinder psychisch erkrankter Eltern sehen – stärken – schützen*. Berlin: Der Paritätische.
- Deutsche DepressionsLiga e. V. (2022): *Depressionen – Ein Leitfaden für Betroffene und Angehörige*. Bonn: Deutsche DepressionsLiga.
- Deutsche Gesellschaft für Psychiatrie und Psychotherapie, Psychosomatik und Nervenheilkunde (DGPPN) (2019): *S2k-Leitlinie Notfallpsychiatrie*. AWMF-Registernr.

038-023. Stand: 13.04.2019 (gültig bis 12.04.2024). Berlin: DGPPN, 2019. – Abschnitt 8.6 Suizidalität, insb. 8.6.1–8.6.3, S. 165–168.

- Döpfner, Manfred; Dose, Claudia; Katzmann, Johannes; Mokros, Lars; Scholz, Kathrin; Schürmann, Sören & Wolff Metternich-Kaizman, Tanja (2021): *Den Alltag meistern mit ADHS: Das Arbeitsbuch für Eltern von Schulkindern*. Göttingen: Hogrefe.
- Döpfner, Manfred; Frölich, Jan & Wolff Metternich-Kaizman, Tanja (2019): *Ratgeber ADHS: Informationen für Betroffene, Eltern, Lehrer und Erzieher*. 3., aktualisierte Aufl. Göttingen: Hogrefe.
- Grosse, Karl-Peter & Skrodzki, Klaus (2020): *Patientenleitlinie: Aufmerksamkeitsdefizit-/Hyperaktivitätsstörung (ADHS) im Kindes-, Jugend- und Erwachsenenalter*. Berlin: ADHS Deutschland e. V. (neue AKZENTE Nr. 117).
- Institut für Qualität und Wirtschaftlichkeit im Gesundheitswesen (IQWiG) (Hrsg.) (2023): *Leitliniensynopse für die Aktualisierung des DMP Depression*. Abschlussbericht V22-01, Version 2.0. Köln: IQWiG, 28.06.2023 (IQWiG-Berichte, Nr. 1555). ISSN 1864-2500. Verfügbar unter: https://www.iqwig.de/download/v22-01_dmp-depression_abschlussbericht_v2-0.pdf
- Schlack, R.; Mauz, E.; Hebebrand, J.; Hölling, H. (KiGGS-Studiengruppe): *Hat die Häufigkeit elternberichteter Diagnosen einer Aufmerksamkeitsdefizit-/Hyperaktivitätsstörung (ADHS) in Deutschland zwischen 2003–2006 und 2009–2012 zugenommen? Ergebnisse der KiGGS-Studie – Erste Folgebefragung (KiGGS Welle 1)*. *Bundesgesundheitsblatt – Gesundheitsforschung – Gesundheitsschutz* 57 (2014), H. 7, S. 820–829.

Hochsensibilität – Erwachsene / Eltern

- Aron, Elaine N. (2014): *Sind Sie hochsensibel? Wie Sie Ihre Empfindsamkeit erkennen, verstehen und nutzen*. München: mvg.
- Aron, Elaine N. (2020): *Hochsensible Eltern: Zwischen Empathie und Reizüberflutung – wie Sie Ihrem Kind und sich selbst gerecht werden*. München: mvg.
- Borghoff, Katrin (2020): *Hochsensibel Mama sein: Das Ressourcen-Buch*. Weinheim: Beltz.
- Parlow, Georg (2015): *Zart besaitet: Selbstverständnis, Selbstachtung und Selbsthilfe für hochsensible Menschen*. 5., überarb. Aufl. Wien: Festland.

Hochsensibilität – Kinder & Elternarbeit

- Aron, Elaine N. (2008): *Das hochsensible Kind: Wie Sie auf die besonderen Schwächen und Bedürfnisse Ihres Kindes eingehen*. München: mvg.
- Boysen, Thomas (2021): *Hochsensibilität – Die neue Sicht auf das Phänomen*. Freiburg: Herder.

- ELTERN: *Hochsensibilität: Wie verhalten sich hochsensible Eltern?* ELTERN.de, 22.04.2025. Verfügbar unter: <https://www.eltern.de/familie-urlaub/hochsensibilitaet-wie-verhalten-sich-hochsensible-eltern--13787536.html>.
- Karres, Birgit (2016): *Komm raus, ich seh dich! Von Glück, Selbstwirksamkeit und Wachsen hochsensibler und hochbegabter Kinder*. Wien: Festland.
- Leuze, Julia (2011): *Empfindsam erziehen: Tipps für die ersten 10 Lebensjahre des hochsensiblen Kindes*. Wien: Festland.

Resilienz, innere Haltung und Bewältigung in Familien mit neurodivergenten Kindern

- **Corssen, Jens** (2004): *Der Selbst-Entwickler. Das Corssen-Seminar*. München: Arkana.
(Selbstverantwortung, innere Haltung, Umgang mit unveränderbaren Umständen)
- **Frankl, Viktor E.** (2006): *... trotzdem Ja zum Leben sagen. Ein Psychologe erlebt das Konzentrationslager*. München: Kösel.
(Sinn, Haltung, Würde und innere Freiheit trotz unveränderlicher Lebensumstände)
- **Eger, Edith Eva** (2018): *The Choice – Bis wir frei sind*. München: btb.
(Annahme ohne Resignation, Würde, innere Freiheit, Selbstmitgefühl)
- **Fröhlich-Gildhoff, Klaus & Rönnau-Böse, Maïke** (2017): *Resilienz im Familienalltag – Grundlagen und Praxis der Förderung*. Freiburg: Herder.
(Resilienz als Prozess, elterliche Handlungsfähigkeit nach Krisen)
- **Winnicott, Donald W.** (2017): *Vom Spiel zur Kreativität*. Stuttgart: Klett-Cotta.
(Konzept der „hinreichend guten Eltern“, Beziehungsreparatur)
- **Largo, Remo H.** (2019): *Kinderjahre. Die Individualität des Kindes als erzieherische Herausforderung*. München: Piper.
(Entwicklung ohne Perfektionsanspruch, realistische Elternbilder)
- **Juul, Jesper** (2012): *Dein kompetentes Kind*. Reinbek: Rowohlt.
(Beziehung vor Erziehung, Authentizität, Versöhnung nach Konflikten)
- **Renz-Polster, Herbert & Hüther, Gerald** (2016): *Wie Kinder heute wachsen*. Weinheim: Beltz.
(Bindung, Humor, Unvollkommenheit als Schutzfaktoren)
- **Neuhaus, Cordula** (2013): *ADHS bei Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen*. Stuttgart: Kohlhammer.
(Realistische Erwartungen, Belastungsdynamiken in ADHS-Familien)
- **Warne, Andreas & Döpfner, Manfred** (2011): *ADHS – Leitfaden für die Praxis*. Heidelberg: Springer.
(Einordnung elterlicher Überforderung, Belastung als systemische Folge)

Kinder- und Familienliteratur (kindgerechte Diagnose/Erklärung)

- Battaglia, Daniel & Alonso, Carmen (2024): *Wirbelwind*. Heidelberg: Carl-Auer.
- Bass, Charlotte (2022): *Leander Linnen – Ein bisschen anders als die anderen*. Frankfurt am Main: Copenrath.
- Beerwerth, Wolfgang (2006): *ADS – das kreative Chaos*. Stuttgart: Kreuz.
- Freudiger, Andrea (2024): *Mein großer Bruder Matti: Kindern ADHS erklären*. 3., überarb. Aufl. Köln: Balance Buch + Medien.
- Muth, Lisa (2024): *Wer macht das Chaos in meinem Kopf? ADHS für Kinder erklärt*. Frankfurt am Main: Mabuse.
- Nilsson, Ulf & Eriksson, Eva (2012): *Wie verschieden wir sind!* Hamburg: Moritz.
- Prätsch, Miriam & Eder, Stefanie (2023): *Supergut mit ADHS – Durch Positive Psychologie Stärken erkennen, Ressourcen aktivieren und glücklich sein*. Salzburg: edition riedenburg.
- Steinhöfel, Andreas (2008): *Rico, Oskar und die Tieferschatten*. Hamburg: Carlsen. (Ein warmherziger Kinderroman über einen Jungen, der anders denkt. Kein Buch für eine kindgerechte Diagnose – aber eine wunderbare literarische Ressource für Kinder, die sich „anders“ fühlen.)
- Zais, Franziska; Michalak, Christine; Rumpf, Michael & Schulte, Martin (2018): *Zappel-Zirkus Zacharias*. Bern: Hogrefe.
- Zeyen, Holger (2016): *Phil, der Frosch*. Bern: Hogrefe.

Wald / Terpene

- Pharmazeutische Zeitung (2022): Farbenprächtiger Seelenschmeichler – Warum Waldbaden gesund ist. 09.11.2022. Verfügbar unter: <https://www.pharmazeutische-zeitung.de/farbenpraechtiger-seelenschmeichler-136619/seite/2/>
- WWF Deutschland (2023): Wonach riecht der Wald? 08.05.2023. Verfügbar unter: <https://www.wwf.de/themen-projekte/waelder/wonach-riecht-der-wald>

Meeresluft

- Raumluft – Österr. Gesellschaft für Innenraumluftqualität (o. J.): Luftionen – Ein unterschätzter Faktor für gesunde Luftqualität. Verfügbar unter: <https://www.raumluft.org/themen/schadstoffe-einflussfaktoren/luftionen/>
- Eoleaf (2022): Negative Ionen und ihr Nutzen für unsere Gesundheit. Verfügbar unter: <https://eoleaf.com/de/pages/negative-ionen-und-ihr-nutzen-fur-unsere-gesundheit>

Bewegung & psychische Gesundheit

- Landessportbund Berlin (2023): Psyche und Bewegung – Wie Sport das seelische Wohlbefinden stärkt. Berlin: LSB. Verfügbar unter: https://www.lsb-berlin.de/fileadmin/redaktion/landessportbund/sport_fuer_alle/gesundheitssport/materialien/Broschuere_Psyche.pdf
- Robert Koch-Institut (o. J.): Bewegung und Gesundheit – Epidemiologische Beiträge zur Gesundheitsförderung. Verfügbar unter: <https://www.rki.de/DE/Themen/Nichtuebertragbare-Krankheiten/Lebensweise-und-Gesundheit/Aktivitaet/aktivitaet-node.html>

Vagusnerv / Stressregulation

- Universität Tübingen – Medizinische Fakultät (2025): Was die Vagusnervstimulation wirklich kann. PULS Online, 24.03.2025. Verfügbar unter: <https://www.medizin.uni-tuebingen.de/puls-online/articles/was-die-vagusnervstimulation-wirklich-kann>
- Rammer, Alessio (2021): Stimulieren Sie Ihren Vagus Nerv: Mittels Vagusnerv-Stimulation außerordentlich heilende Wirkung auf Ihren Körper und Ihre Psyche. München. Verfügbar unter: <https://www.amazon.de/dp/B08SJGKXGG>

Onlinequellen:

- **Morrison, Mady (o. J.):** „Ich bin...“-Affirmationen. Online-Content (YouTube/Instagram). URL: www.youtube.com/madymorrison / www.instagram.com/madymorrison

Bibelverse

Verschiedene Bibelübersetzungen:

- Die Bibel. Schlachter 2000 (SCH2000). Genfer Bibelgesellschaft / CSV-Verlag.
- Die Bibel. Scofield-Bibel. Revidierte Übersetzung. 5. Auflage. 2000. Bielefeld: CLV – Christliche Literatur-Verbreitung.
- Die Bibel. Hoffnung für alle. Revidierte Fassung 2015. Basel/Gießen: Brunnen Verlag.

Kurzfilm

- Giraud, Hélène & Szabo, Thomas (2006): *Hyperactive* [Serienepisode]. In: *Minuscule: La vie privée des insectes* (Staffel 1). Paris: Futurikon. Erstausstrahlung: France 2, 18. Dezember 2006.