



Berit Hullmann

# ADHS verstehen – ohne als Familie den Verstand zu verlieren

*Humor, Herz, Hilfe – der ehrliche Familienratgeber zu ADHS*

ADHS betrifft nie nur eine Person – es zieht in ganze Familien ein, mit Lärm und Lachen, Wut und Tränen. Wenn der Frühstückstisch zum Schlachtfeld wird und Hausaufgaben zur Mutprobe, hilft nicht Perfektionismus, sondern Verständnis. Berit Hullmann erzählt ehrlich und warmherzig aus ihrem Familienleben mit ADHS: von Kopfhörern im Fahrstuhlschacht, impulsiven Ausbrüchen und Momenten, in denen Zuneigung die stärkste Medizin ist. Sie erklärt, was sich hinter der Diagnose ADHS verbirgt, und verrät, wie Eltern lernen, zwischen Verzweiflung und Zärtlichkeit zu balancieren. Dieses Buch ist der Erste-Hilfe-Koffer für alle, die im ADHS-Chaos stecken: damit Eltern ihre Kinder unterstützen können – ohne den Verstand zu verlieren.

Berit Hullmann

**ADHS verstehen – ohne als Familie den Verstand zu verlieren**

Originalausgabe  
304 Seiten

ISBN: 978-3-423-26471-6

EUR 20,00 [DE]

EUR 20,60 [AT]

ET 13. August 2026

Format : 13,6 x 21,0 cm



© Daniel Lagerpusch

Autor\*in

### **Berit Hullmann**

Berit Hullmann, geboren 1981, ist Journalistin und Mutter von zwei Töchtern. Auf ihrem erfolgreichen Blog ›Babyleaks‹ schrieb sie über Höhen und Tiefen des Mutterseins. Daraus entstand ihr erstes Buch ›Das Möhrchen-Massaker‹. Für den ›SPIEGEL‹ schrieb sie eine viel gelesene Serie über die ADHS-Diagnose ihrer älteren Tochter. Hullmann lebt mit ihrer Familie in Essen.

**Autor\*in Berit Hullmann bei dtv**

- ADHS verstehen – ohne als Familie den Verstand zu verlieren, Paperback, ISBN: 978-3-423-26471-6