



ZAPPELPHILIPP IN DER SCHULE

Umgang mit ADHS im Unterricht

1. Welches sind die häufigsten Schwierigkeiten von Kindern mit AD(H)S im Unterricht?

Hyper- oder Hypoaktivität: Kinder zappeln mit Händen und Füßen, rutschen auf dem Stuhl; stehen vom Stuhl auf, können nicht gut ruhig sitzen vs. sind verträumt, langsam, überangepasst.

Unaufmerksamkeit: Flüchtighkeitsfehler, beachten Einzelheiten nicht; haben Mühe, Anweisungen zu folgen, scheinen nicht zuzuhören; sind vergesslich und desorganisiert (Hausaufgaben, Schulmaterial), ablenkbar; haben Schwierigkeiten, sich auf eine Aufgabe zu konzentrieren und diese selbstständig (und zu Ende) zu lösen.

Impulsivität: reden übermässig viel, unterbrechen andere, platzen mit Antworten oder Fragen heraus.

Sonstiges: Planungs- und Organisationsschwierigkeiten (Zeitmanagement), soziale Konflikte, geringe Frustrationstoleranz, mangelndes Selbstvertrauen, fein- und grobmotorische Schwierigkeiten.

2. Besondere Ressourcen von Kindern mit AD(H)S

Gerechtigkeitssinn, Kreativität, Harmoniebedürfnis, Spontaneität, Humor, körperliche Fitness.

3. Ursachen

Biopsychosoziales Erklärungsmodell. Biologische Komponente (genetische Disposition, Schädigung des ZNS, Störungen des Neurotransmitter-Stoffwechsels, u.a. Dopamin) interagiert mit ungünstigen psychosozialen Bedingungen, Zunahme an negativen Interaktionen mit Bezugspersonen und negativen Erfahrungen -> komorbide Symptome wie Leistungsdefizite, aggressives Verhalten, emotionale Probleme.

Grundsätzlich besteht eine Schwierigkeit, Reize aus der Umwelt zu filtern und es wird alles, ob unwichtig oder wichtig, ungefiltert aufgenommen, was zur typischen Symptomatik der Unaufmerksamkeit und Ablenkbarkeit führt.



4. Unterstützende Massnahmen im Unterricht

Einrichtung des Arbeitsplatzes:

- Alles Überflüssige weg vom Tisch – zusätzlicher farbiger Fotokarton schränkt den Blickwinkel hilfreich ein
- Aufmerksamkeitslenkung: Platz vorne für Reizabschirmung, feste Sitzordnung, Pamir, Stellwände, Pult alleine, nicht neben anderen "unruhigen" Kindern; frontal vor der Lehrperson / Wandtafel
- "Astronautenplatz": Einzelplatz mit Pamir, für jeden zugänglich und frei wählbar
- Sitzbälle anstatt Stühle ermöglichen ein leichtes unauffälliges Bewegen
- Für Spannungsabbau Knetball, Kritzeln erlauben

Strukturierung des Unterrichts / Materials:

- Grundsätzlich: Unterricht möglichst strukturiert, aber trotzdem abwechslungsreich. Feste Abläufe und Rituale; Sichtbarmachen der Abläufe (z.B. Tagesplan)
- Visuelle Instruktionen als (zusätzliche) Merk-/Aufnahmhilfe, mehrmaliges Wiederholen von Anweisungen, Aufschreiben lassen
- Den Stoff gut vorstrukturieren, in kleine Portionen einteilen, regelmässig wiederholen
- Nicht zu viele verschiedene Lernwege und Übungsformen
- Auf Arbeitsmaterialien die wichtigsten Informationen farbig hervorheben
- Mit nonverbalen Signalen (nach Vereinbarung) Strukturhilfen (aber auch positive Verstärkung: Daumen hoch) geben: Berühren des Kindes, Augenkontakt vor Anweisungen zur Aufmerksamkeitsfokussierung
- Bewegung im Klassenzimmer ermöglichen, z.B. durch Austeilen lassen von Blättern, Putzen der Wandtafel
- Rückzugsmöglichkeiten im Tagesablauf ermöglichen: Ruhe-/Bewegungspausen einbauen bzw. ermöglichen und gezielt darauf hinweisen
- Kinder mit ADHS zu Beginn zu Wort kommen lassen (Konzentration noch da)
- Konkrete Regeln vereinbaren, z.B. zuerst Strecken, dann reden
- Wochenpläne erfordern viel Selbstdisziplin: für Kinder mit ADHS schwierig! Sie brauchen hier mehr konkrete Unterstützung und Führung als andere Kinder
- Selbstinstruktion üben: Was ist der erste, kleine Schritt? Wie gehe ich am besten vor? Was mache ich zuerst?

Haltung der Lehrperson(en):

- Lehrperson als Klassenverantwortliche und Feedbackgeber; Verantwortung nicht an Klassenassistenten abdelegieren
- Gesichtsausdruck muss zu verbaler Instruktion und zu Emotion passen, ansonsten ist das Kind verwirrt und kann es nicht richtig deuten
- Gute, tragende Beziehung gibt Orientierung und Halt
- Wertschätzung für Bemühungen, nicht (nur) für Leistungen und Ergebnisse
- Auf (kleine) Fortschritte achten und Ressourcen stärken; häufiges und unmittelbares Loben ("du bist gerade sehr konzentriert", "du hörst gut zu")
- Defizitorientierung und häufiges Schimpfen vermeiden
- Enge Zusammenarbeit, regelmässiger Austausch mit Eltern: gleiche Regeln, klare Absprachen, gemeinsame Haltung
- Anweisungen kurz, klar und prägnant, positiv formuliert; keine Aneinanderreihung vieler verschiedener Aufträge
- Aufforderung ruhig wiederholen, bis das Kind reagiert. Von einem Kind in der Klasse den Auftrag wiederholen lassen



- Verweigerung: nicht auf Machtkampf vor der Klasse einlassen. "Wir reden nachher darüber", mit Unterricht fortfahren
- Probleme ansprechen und gemeinsam Interventionen festlegen

5. Wann macht der Miteinbezug des Schulpsychologischen Dienstes Sinn?

Bei Verdacht auf eine Aufmerksamkeitsdefizit-/Hyperaktivitätsstörung sollte in Absprache mit den Eltern die Anmeldung beim SPD erfolgen, damit entsprechende Abklärungen eingeleitet werden können. Auch bei bereits gestellter Diagnose und ausgeprägter Symptomatik bzw. Einfluss auf die Leistungserbringung sollte der SPD miteinbezogen werden.