

# Erfolgreiche schulische Maßnahmen für Kinder mit Verhaltensweisen aus dem AD(H)S-Bereich

(zusammengestellt von Gabriele Moser-Stadlbauer, Dorothea Steinlechner, Claudia Leithner)

## 1) Einleitung

Manche Kinder sind lebhafter als andere und jedes Kind ist irgendwann einmal sehr unruhig oder kann sich nicht konzentrieren und lässt sich leicht ablenken. Jeder weiß, dass es jüngeren Kindern schwerer fällt als älteren, sich ruhig zu verhalten oder ausdauernd bei einer Sache zu bleiben.

Manche Kinder unterscheiden sich jedoch von anderen in Ausmaß und Stärke der Probleme: ihr Bewegungsdrang ist übermäßig und schwer kontrollierbar, sie können sich immer schlecht konzentrieren und sind besonders leicht ablenkbar oder verträumt. Solche Verhaltensweisen können die ganze Familie belasten. Mit dem Eintritt in die Schule verstärken sich die Symptome häufig. „Traumsuse“ und „Zappelphilipp“ sind eine große Herausforderung für Pädagogen und Pädagoginnen. Für den schulischen Umgang mit ihnen macht es dabei keinen Unterschied, ob es sich um eine entwicklungsbedingte, vorübergehende Unaufmerksamkeit oder um eine situationsübergreifende, ausgeprägte Konzentrationsschwäche oder Hyperaktivität im Sinne eines diagnostizierten AD(H)S handelt.

In vorliegendem Info-Blatt sind jene Umgangsweisen zusammengefasst und aufgelistet, die von Lehrkräften vielfach erprobt wurden und die sich bewährt haben. Sie sind gedacht als Orientierungspunkte in der bewegten Welt des AD(H)S (in einer unruhigen Landschaft), als „Haltegriffe“ in einem schulischen Alltag, der herausfordernd, anstrengend, aber auch lebendig und kreativ sein kann.

## 2) Von welchen Kindern reden wir?

Im Alltag stellen sich die Verhaltensweisen der Kinder wie folgt dar:

### **Beeinträchtigte Aufmerksamkeit**

- **Träumen**  
„Hans Guck in die Luft“
- **Leichte Ablenkbarkeit**  
abgelenkt von Bildern an der Wand, vom Rascheln des Papiers eines anderen Kindes o.ä.
- **Hastig überhüpfernder Wahrnehmungsstil**  
bekommt einerseits schnell etwas mit, aber übersieht wieder Wichtiges kontrolliert nicht genügend, z.B. abgeschriebene Wörter
- **Schwierigkeit zuzuhören**
- **Vergesslichkeit, Zerstreutheit**  
vergisst Hefte, Turnzeug, Aufgaben überhört (schulische) Anweisungen

- **Stimmungsschwankungen**

Geringe Frustrationstoleranz, d.h. schnell enttäuscht wenn etwas nicht klappt, verliert dann die Lust

- **Reizoffenheit**

springt auf alles Neue an, aber bei Routineangelegenheiten kein Durchhaltevermögen

- **Rasche Ermüdbarkeit**

## Impulsivität

- **„Plappermäulchen“**

sagt was es denkt, ohne jedoch die Situation zu berücksichtigen  
daher manchmal taktlos

redet zu viel

beachtet dabei soziale Signale nicht (z.B. ob es dem anderen zuviel wird)  
„Sprechdurchfall“

- **„Kaum gedacht, schon getan“**

unterbricht andere, platzt ins Gespräch, ins Spiel, in eine Handlung hinein

- **Gefährdung durch Unachtsamkeit**

steigt aus dem Auto und rennt ohne zu schauen über die Straße  
begibt sich in gefährliche Situationen, hat wenig Gefahrenbewusstsein

- **Ungeduld**

drängelt sich vor, kann nicht abwarten

- **Heftige, plötzliche Gefühlsausbrüche**

Jähzorn, Wutanfälle, Stimmungsschwankungen

## Motorische Überaktivität



Kann man bei Dir auch Sitzfleisch kaufen?

© Stedte

- **Hampeln**, Rutschen, Sich-verdrehen, Kippen auf dem Sitz
- **Herumfingern** an Kleidung, Haaren, Gegenständen
- Plötzlich **einschießende Bewegungen**, z.B. das Kind schreibt, plötzlich grabscht es ausladend nach dem Radiergummi, sodass die Umsitzenden sich erschrecken
- **Reden mit Händen und Füßen**
- „**Hummeln im Hintern**“, Aufstehen und Herumlaufen, auch wenn Sitzen-bleiben gefragt ist
- **Häufiger Wechsel** des Zielobjektes und der Tätigkeiten

Viele dieser Kinder haben oft auch besonders **positive und liebenswerte Eigenschaften und Begabungen:**

Sie sind

- |                |                 |                      |
|----------------|-----------------|----------------------|
| • charmant     | • kreativ       | • sensibel           |
| • fröhlich     | • fürsorglich   | • interessiert       |
| • witzig       | • aufgeweckt    | • gutmütig           |
| • schlagfertig | • phantasievoll | • nicht nachtragend  |
| • hilfsbereit  | • flexibel      | • begeisterungsfähig |
| • lustig       | • tierlieb      | • belastbar          |

Oft sind sie sensibel für Rhythmen, Töne und Geräusche und können sich für Musik begeistern.

Wenn sie an einer Aktivität interessiert sind, sind sie immer wieder fähig Unglaubliches zu schaffen.

### 3) Was tun?

*Geduld, Geduld Geduld und Zuversicht .....*

HIER HABEN SIE NEUE NERVEN...



© 2003 Peter de Visser, Cartoonaardigheden  
Alle Rechte vorbehalten

**.....und einige Anregungen:**

Die entscheidende Hilfe, die LehrerInnen diesen Kindern im Schulalltag bieten können, heißt **STRUKTURIERUNG**.

Den Kindern müssen **sehr klare Orientierungsmöglichkeiten** geboten werden.

### Gestaltung der Unterrichtssituation:

- **Wenige, zentrale Regeln**, die konsequent eingehalten werden müssen, an die regelmäßig erinnert, über die aber nicht mehr diskutiert wird (z.B. „Es liegt immer nur das Material auf dem Tisch, das in der Stunde gebraucht wird“).
- **Eindeutige Anweisungen**
  - Knappe, klare Worte („Nimm jetzt bitte das Arbeitsblatt aus der Mappe.“)
  - Vorwürfe unterlassen (nicht „Leg heute endlich einmal das Handy weg!“, sondern „Leg das Handy jetzt in die Schultasche.“)
  - Sachlich bleiben
  - Von sich selbst sprechen („Ich möchte, dass du jetzt.....“)
  - Keine Frage formulieren (Nicht „Würdest du bitte.....?“)
  - Das Kind direkt ansprechen („Du“ statt „Wir sollten jetzt...“)
  - Signale und Zeichen vereinbaren (z.B. Kärtchen mit Finger auf den Lippen für Ruhe, Kärtchen mit Ohr für Hinhören)

Dabei

- In der Nähe des Kindes sein
  - Blickkontakt aufnehmen
  - Hand auf den Arm legen.
- **Vorausschauendes Planen**

Wenn etwas Neues (z.B. Ausflug) geplant ist, genaues Durchbesprechen:

  - was geplant ist und
  - in welcher Reihenfolge.
- **Einführung von Ritualen**

z.B. täglich nach der großen Pause eine kurze Entspannungsübung durchführen.
- **Unterstützung der Aufmerksamkeitsfokussierung**
  - Regelmäßiger Blickkontakt mit dem Kind
  - „Abdriften“ im Ansatz durch gezielte Ansprache oder „Antippen“ am Arm oder auf der Schulter unterbrechen
  - Wichtige Mitteilungen hervorheben (z.B. „Achtung“)
  - Wichtige Informationen wiederholen
  - Bei Aufgabenstellungen Bücher oder Arbeitsblätter hoch halten.
- **Unterstützung der Arbeitsorganisation**
  - Unterteilen von Aufgaben in überschaubare Teilbereiche, damit das nächste Ziel „greifbar“ ist
  - Hilfe zur Selbstorganisation, z.B. Besprechung einer geeigneten Heftführung und Einführung eines Hausaufgabenheftes als Gedächtnisstütze
  - Checklisten zur eigenen Kontrolle durch das Kind, z.B. auf Arbeitsmaterial bezogen („Habe ich alles da?“) oder auf Arbeitsprozess bezogen („Was ist mein Ziel?“, „Wie gehe ich vor?“)
  - Unterstützung bei Lehrzielkontrollen, z.B. nur Lückentexte bei Diktaten, bei Verbesserungen nur Korrektur der falsch geschriebenen Wörter, bei Kopfrechnungsaufgaben Erlaubnis Teilergebnisse zu notieren.

## Gestaltung von Arbeitsmaterial und räumlichen Bedingungen:

- **Arbeitsmaterial**
  - Sichtbarmachen der aktuell zu bearbeitenden Aufgaben durch Einsatz von Abdeckblättern
  - Aufmerksamkeit durch Farbe wecken (z.B.: farbige Symbole an der Tafel für bestimmte Arbeitsphasen wie Stillarbeit oder Gruppengespräch)
  - Ansprechen mehrerer Sinne bei Aufgabenpräsentationen (Bilder, Material das in die Hand genommen werden kann, akustisches Material)
- **Gestaltung des Klassenraumes**
  - Keine unnötigen Ablenkungsmöglichkeiten (wie offenes Regal mit Spielsachen)
  - Großformatige Dekorationen
- **Sitzplatzwahl**
  - Platz in Nähe des Lehrers
  - Plätze am Fenster oder in der Nähe der Tür vermeiden!
  - Häufige Sitzplatzwechsel vermeiden
  - Manchmal Einzeltisch günstig.

## 4) ADS – „Auf Der Suche“

„Strukturierung und liebevolle Konsequenz“ ist das also das Motto – eine Haltung, die nicht immer leicht umzusetzen ist, zumal Kinder mit AD(H)S auch heftige Gefühle auslösen können. Ein Blick in die innere Welt der Kinder mag hilfreich sein, um die emotionale Seite des AD(H)S als ein Auf-Der-Suche-Sein zu verstehen.

Was suchen diese Kinder?

### Suche nach Aufmerksamkeit und Verständnis

Hinter dem lärmenden Verhalten des Kindes verbergen sich meistens Gefühle von Unsicherheit, Minderwertigkeit und Ängstlichkeit. Eine Verhaltensschwierigkeit im Sinn von ADS oder ADHS beinhaltet immer den unausgesprochenen Wunsch des Kindes, auch in seinen sensiblen, selbstunsicheren Seiten gesehen und beantwortet zu werden. Deshalb ist es auch so wichtig, einerseits die notwendigen Begrenzungen durch Regeln und Rahmensetzungen zur Verfügung zu stellen und abzusichern, andererseits das Kind in seiner Gesamtheit wertschätzend anzunehmen und zu begleiten. Die zentrale Botschaft könnte sein: „Es ist dein Verhalten, das ich nicht akzeptiere; ich sehe dich aber auch in deinem Wunsch zu entsprechen und ein Leben in Gemeinschaft führen zu können; ich sehe, wie verzweifelt du bist, wenn dir das immer wieder nicht gelingt und du dich deshalb isoliert, ohnmächtig und unwichtig fühlst. Als Erwachsener, der für dich Verantwortung übernommen hat, möchte ich dann für dich da sein.“

## **Suche nach Sicherheit und Überschaubarkeit, nach Struktur und Halt**

Da AD(H)S Kinder innere und äußere Reize schwer einordnen und bündeln können, leben sie in einer Welt von permanenter Unruhe und Überreizung. Sie sind deshalb darauf angewiesen, dass jemand anderer ihnen hilft, die Überfülle an Eindrücken und Impulsen einzugrenzen und zu strukturieren. Sie sind wie eine Feder im Wind und auch – oder gerade – wenn es den Anschein hat, dass sie die Hilfe von Erwachsenen ignorieren, ablehnen und bekämpfen, suchen sie in ihrem getriebenen oder verträumten Verhalten vor allem eines: Sicherheit, Überschaubarkeit und Halt.

**WENN ICH KÖNNTE WIE ICH WOLLTE,  
WÜRDE ICH MICH VERHALTEN WIE ICH SOLLTE. (GOETHE)**

## **5) Literatur**

BORN, Armin, OEHLER, Claudia: Lernen mit ADS-Kindern.  
Ein Praxishandbuch für Eltern, Lehrer und Therapeuten.  
Kohlhammer, 2005.

LAUTH, Gerhard W.; Kerstin NAUMANN: ADHS in der Schule  
Beltz Verlag 2009

NERAAL, Terje; Matthias WILDERMUTH (Hg.): ADHS  
Symptome verstehen – Beziehungen verändern  
Psychosozial – Verlag 2008

STRASSER Renate: Handout: ADHS in Kindergarten und Schule

[www.adhs.de](http://www.adhs.de)

[www.schulpsychologie-detmold.de](http://www.schulpsychologie-detmold.de) Vom Umgang mit überaktiven Kindern