

Fachbeitrag Wissenschaft AD(H)S

Prof. Dr. Margarete Imhof vertritt an der Universität Mainz die Psychologie in den Lehramtsstudiengängen. Zu ihren Forschungsthemen gehören u.a. Aufmerksamkeit und Aufmerksamkeitsstörungen. Insbesondere beschäftigt sie sich mit der Frage, was Lehrer und Lehrerinnen tun können, um Lernumgebungen zu gestalten, die Kindern und Jugendlichen mit Aufmerksamkeitsstörungen in der Schule unterstützen.

Maßnahmen im Klassenzimmer

Was kann man nun im Rahmen von Schule und Lernaufgaben tun, um das Kind darin zu unterstützen, erfolgreich zu lernen?

Es geht hierbei vor allem um zwei Dinge, nämlich um

- ◆ die Gestaltung der Lernumgebung
- ◆ und die erzieherischen Maßnahmen zur Beeinflussung der Kinder.

Maßnahmen gezielt für die Bereiche entwickeln, in denen die Verhaltensänderungen erforderlich sind.

Wenn also das Verhalten eines Kindes in der Schule beeinflusst werden soll, so ist es unabdingbar, dass auch in genau diesem Kontext entsprechende Maßnahmen ergriffen werden. Bei den Maßnahmen ist allerdings zu beachten, dass sie **nicht im Sinne eines „Rezeptes“** eingesetzt werden können, sondern auf den jeweiligen **Einzelfall angepasst** werden müssen.

Es greifen nicht alle Ideen bei allen Kindern.

Die Erfolgsaussichten von pädagogischen Maßnahmen sind günstiger,

1. wenn wenige Maßnahmen ergriffen werden, diese aber konsequent durchgeführt werden;
2. wenn die Maßnahmen unter Berücksichtigung der speziellen Bedürfnisse und Fähigkeiten eines Kindes geplant und durchgeführt werden;
3. wenn die Maßnahmen in Absprache mit den Eltern und den Kollegen in der Klasse einheitlich abgesprochen und durchgeführt werden;
4. wenn der Erfolg der Maßnahmen kontrolliert wird und diese entsprechend der Entwicklung angepasst werden.

Fachbeitrag Wissenschaft AD(H)S

Ziel der pädagogischen Bemühungen kann es nicht sein, ein Kind stromlinienförmig" anzupassen. Die Aufmerksamkeitsstörung mit Hyperaktivität ist eine Problematik, die sich in veränderter Form durch das Leben eines Individuums ziehen wird [vgl. Naumann, 1996].

Daher müssen Selbstregulation und Selbstorganisation die zentralen Ziele sein.

Dies bedeutet, die Kinder zu unterstützen, mit der Aufmerksamkeitsstörung zurecht zu kommen und auf eine Weise damit umzugehen, dass bestimmte Schwierigkeiten vermieden bzw. stör anfällige Funktionen anderweitig kompensiert werden, ohne dass dabei ihre Kreativität und Spontaneität auf der Strecke bleiben.

Im Folgenden werden einige Anregungen zur Entwicklung von pädagogischen Maßnahmen gegeben. Diese Verfahren haben sich in der Praxis bewährt und sind durch die empirische Forschung gestützt [vgl. auch Imhof, Skrodzki & Urzinger, 2010; Zentall, 2005].

Stimulation

Das ausagierende motorische Verhalten kann bei einem Teil der Kinder mit Aufmerksamkeitsstörungen und Hyperaktivität als kompensatorisches Verhalten auf ein dauerhaftes Stimulationsdefizit erklärt werden [vgl. Scheres, Oosterlaan & Sergeant, 2001; Zentall & Zentall, 1983].

Diese Kinder haben das Bedürfnis nach immer neuer Stimulation, sei es durch die eigene motorische Aktivität oder Reize von außen. Erst dadurch pendeln sie sich auf einem funktionsfähigen Aktivitätsniveau ein [50, wie manche Menschen Kaffee trinken, um wach zu werden].

Wird die Stimulation von außen hoch genug gehalten, so dass die Voraussetzung für effektives Arbeiten gegeben ist, so erbringt es sich, dass sich das Kind selbst noch weitere Anregung verschafft.

- ◆ Untersuchungen mit **extremer Farbstimulation durch Leuchtfarben auf dem Arbeitspapier** haben z.B. ergeben, dass Kinder **länger bei der Sache bleiben**, **klarer schreiben** und **weniger Fehler machen**, als wenn sie auf reizarmem, weißen Papier dieselben Aufgaben erledigen [vgl. Imhof, 1995a, 2004; Imhof & Prehler, 2001].
- ◆ Auch **das Einspielen von Musik oder gar Lärm** [vgl. Zentall & Shaw, 1980] bei bestimmten Tätigkeiten hat das Aktivitätsniveau hyperaktiver Kinder nachweislich normalisiert. Hier konnte man den Kindern z.B. anbieten, bei einigen Aufgaben mit **Kopfhörer** zu arbeiten.

Fachbeitrag Wissenschaft

AD(H)S

- ◆ Auch **zusätzliche motorische Nebentätigkeiten** haben sich als förderlich erwiesen, z.B. **das Biegen von Briefklammern** während Wartezeiten im Unterricht. Zentall und Mayer [1987] haben erfolgreich damit gearbeitet, dass Kinder beim Lesen mit Karteikarten hantieren. Je nach Vorlieben des Kindes und nach den Möglichkeiten im Klassenraum können also **zusätzliche Bewegungsmöglichkeiten** das Verhalten günstig beeinflussen und damit konzentriertes Verhalten erleichtern.
- ◆ Das **Lernen mit allen Sinnen** ist ein Schlagwort, das wohl immer richtig ist, insbesondere aber bei der Arbeit mit hyperaktiven Kindern. **Handlungsorientierter Unterricht** kommt Kindern mit Aufmerksamkeitsstörungen und Hyperaktivität sehr entgegen.
- ◆ Dabei sollten sie **klare und überschaubare Teilaufgaben** haben und vor allem ein **sichtbares Ergebnis herstellen** können.
- ◆ Hier sind auch **psychomotorische Ansätze** für die Unterrichtsgestaltung bedenkenswert [vgl. Keller & Fritz, 1995]. Je **anschaulicher die Lernumgebungen** und je **wirklichkeitsnaher Aufgaben** gestaltet sind, desto eher kann sich ein Kind mit Aufmerksamkeitsstörungen und Hyperaktivität zurechtfinden.

Standards

- ◆ Die Kinder mit Aufmerksamkeitsstörungen und Hyperaktivität benötigen mehr als andere die **direkte und sehr konkrete Rückmeldung** über ihre Arbeit.
- ◆ Sie brauchen **häufiger** schon mal **ein Lob und eine Ermutigung**, auch wenn sie noch nicht mit der ganzen Aufgabe fertig sind.
- ◆ Das Lob sollte **kurz und knapp**, aber auch konkret sein, so dass die Kinder möglichst genau wissen, wofür sie gelobt worden sind und was nun konkret gut war an dem, was sie getan haben.
- ◆ Dabei sollten Lehrer und Lehrerinnen vorzugsweise **einen individuellen Maßstab** anlegen. d.h., die aktuellen Leistungen werden mit früheren Leistungen verglichen.
- ◆ Dieses Prinzip ermöglicht es, dem einzelnen Kind **individuelle Fortschritte aufzuzeigen** und so für weiteren **Einsatz zu motivieren**.
- ◆ Dabei ist es genauso wichtig, dass man **nicht für triviale Dinge Lob** verteilt, damit das Kind nicht den Eindruck erhält, man hatte nichts von ihm erwartet.
- ◆ Wissenschaftliche Studien weisen darauf hin, dass Lob mehr bewirkt, wenn die Kinder **etwas „zum Anfassen“** bekommen [vgl. Weyandt, 2001].

Fachbeitrag Wissenschaft

AD(H)S

- ◆ Das kann eine Klebmarke auf einer Punkteschlange sein, ein Smiley-Gesicht auf einer Sammelkarte, eine bunte Briefklammer oder eine Mini-Wäscheklammer auf einen Berichtsbogen geheftet.
 - ◆ Vielfach wird empfohlen, auch mit Token oder kleinen Plastikspielmarken zu arbeiten, die dann eingetauscht werden können.
- Hinweis, dass die Kinder, die sowieso schon Probleme haben, nicht ständig ihre Sachen zu verlieren, wahrscheinlich überfordert waren, einzelne Plastikchips zu kontrollieren.
- ◆ Man sollte unbedingt auch den Einsatz und die Anstrengung loben.
 - ◆ Bei unzureichendem Arbeitsergebnis die Konzentrationsleistung, das kontrollierte Verhalten hervorheben. Gerade in solchen Situationen muss man sich klar machen, dass sich das Kind für Verhaltensweisen anstrengen muss, die für andere ganz selbstverständlich erscheinen.
 - ◆ Bleibt dann die positive Reaktion aus, muss es auf das Kind, das sich subjektiv angestrengt hat, als ein Ignorieren wirken. Infolge dessen wird das vorausgehende Verhalten gelöscht und ziemlich wahrscheinlich nicht wiederholt. Dapfner, Fralich und Lehmkuhl [2D00a, 2000b] beschreiben dies als den gefährlichen Anfang eines Teufelskreises.
 - ◆ Die Standards, die angelegt werden, müssen an das Kind angepasst werden. Dies gilt sowohl für die Bewertungsmaßstäbe (Wie sauber muss eine Schrift sein? Wie ordentlich muss ein Heft aussehen?) als auch für den Zeitrahmen.
 - ◆ Manche Kinder mit Aufmerksamkeitsstörungen und Hyperaktivität arbeiten stundenlang, bringen aber nichts zuwege und erfahren als Rückmeldung für ihre Anstrengungen nur negative Reaktionen.
 - ◆ Das Zeitmaß kann man flexibel gestalten, z.B., indem man mit dem Kind eine Zeitspanne vereinbart, die es arbeiten soll, unabhängig davon, wie weit es mit den Aufgaben kommt. Lehrer und Lehrerinnen können sich mit den Eltern besprechen, das Maß an Hausaufgaben erträglich zu halten und flexibel zu handhaben.

Fachbeitrag Wissenschaft AD(H)S

Sport

Sport und Bewegungsphasen im Unterricht dienen der Aktivierung und der Entspannung. Hyperaktive Kinder sind selten sportlich im Sinne von klassischen Sportarten.

Sie sind aber darauf angewiesen, ihre Bewegung zu kanalisieren.

1. Die Aktivität dient einerseits zur Regulierung der inneren Aktivierung, also der Herstellung einer funktionalen „Betriebstemperatur“ [vgl. Zentall & Zentall, 1983]
2. und der Einübung von motorischer Selbstkontrolle [vgl. Passolt, 1993; Schindler, 1993].
3. Andererseits dient sie aber auch der Entspannung und der Kontrolle der überschießenden Motorik.

- ◆ In einigen Fällen hat es sich bewahrt, dass sich das Kind nach individueller Absprache Bewegung verschaffen kann, sei es im oder außerhalb des Klassenraumes.
- ◆ Man kann dem Kind, falls es den Platz dafür gibt, zwei Stühle anbieten, zwischen denen es wechseln kann.
- ◆ Es wurden auch schon Sitzballe statt fester Stühle mit Erfolg erprobt.
- ◆ Die Integration von Entspannungsphasen unterstützt die Rhythmisierung des Unterrichts und des Schulvormittages [s. Punkt Struktur].
- ◆ Entspannung kann aber auch der Selbsterfahrung und dem Training der Selbstwahrnehmung dienen [vgl. Krowatschek, 2002]. Allerdings ist es erforderlich, dass der Lehrer oder die Lehrerin die Anleitung der Entspannungsübung und die Nachbereitung der Entspannungsübung beherrscht und die Effekte von Entspannung selbst kennt.

Fachbeitrag Wissenschaft AD(H)S

Sozialklima

- ◆ Die Probleme von Kindern mit Aufmerksamkeitsstörungen und Hyperaktivität verschärfen sich oft, weil sie verhältnismäßig häufig negative Rückmeldungen und Tadel erfahren.
- ◆ Die ständigen Ermahnungen, die sie erhalten, beeinträchtigen einerseits die Beziehung zum Lehrer/ zur Lehrerin, und stellen sie andererseits vor den Mitschülern bloß, was dann zu einem insgesamt eher feindseligen Sozialklima führt. Dieses wiederum verstärkt die innere Spannung bei den hyperaktiven Kindern und sticht den Teufelskreis von Tadel und unangemessenem Verhalten erneut an.
- ◆ Daher hat der **Aufbau einer positiven Beziehung** zwischen Lehrer und Schüler, aber auch unter den Schülern eine besondere Bedeutung.
- ◆ Dazu gehört beispielsweise, dass in der **Klasse eindeutige Gesprächsregeln** aufgestellt werden, auf deren **Einhaltung konsequent geachtet** wird.
- ◆ Die Regeln müssen unbedingt **positiv formuliert sein und erscheinen gebotsorientiert**, nicht verbotsorientiert.
- ◆ Es muss auch klar sein, welche **Folgen die Nichtbeachtung** der Regeln nach sich zieht.
- ◆ Die **Anzahl der Regeln sollte begrenzt** und der **Anspruch angemessen** sein. Am besten werden sie mit der Klasse selbst ausgehandelt. In kompetent geleiteten Streitschlichtergruppen und Schülerparlamenten sind die Streitigkeiten besser aufgehoben als in ständig wiederkehrenden Auseinandersetzungen zwischen Lehrer oder Lehrerin und individuellen Schülern.
- ◆ Das **Arbeitsklima** im Unterricht sollte **unbedingt kooperativ** und nicht wettbewerbsorientiert sein
- ◆ Die Kinder haben alle unterschiedliche **Talente**. Daher sollte der Unterricht so angelegt sein, dass diese **zum Einsatz** kommen können. So haben hyperaktive Kinder häufig gute Ideen und bringen viel Energie und Initiative ein. Sie sind oft künstlerisch und darstellerisch begabt.
- ◆ Es ist eine Herausforderung an die Lehrer und Lehrerinnen, solche Aufgaben im Unterricht zu stellen, die es den Kindern erlauben, ihre **Fähigkeiten einzubringen**.
- ◆ Auch **außerhalb des Unterrichts** kann man nach Möglichkeiten suchen, den Bedürfnissen und Fähigkeiten des hyperaktiven Kindes gerecht zu werden. Dazu gehört auch, es in **Boten— oder Klassendienste einzubinden**. Auf diese Weise werden dem Kind auch Bewegungsmöglichkeiten geboten, die immer wieder entlastend wirken können.

Fachbeitrag Wissenschaft AD(H)S

- ◆ Es werden ihm aber auch **Aufgaben übertragen**, die ihm das Gefühl vermitteln, **Verantwortung** zu haben.
- ◆ Gerade auch im Umgang mit Tieren können sie ihre Fürsorglichkeit und Hilfsbereitschaft beweisen.
- ◆ Es ist selbstverständlich, dass die Maßnahmen individuell abgesprochen und angepasst werden müssen.

Struktur – auch TEACCH-Ansatz – structured teaching/J.Hohmann

Kinder mit Aufmerksamkeitsstörungen haben gerade Schwierigkeiten, wenn sie längere Zeit warten müssen, bis sie an der Reihe sind, wenn Arbeitseinheiten ungewiss lange sind, wenn Abläufe unvorhersehbar sind.

- ◆ Daher sind **verlässliche Strukturen und klare Vorgaben** besonders hilfreich.
- ◆ Wenn Kinder darauf vertrauen können, dass **Aufgaben ein Ende** haben,
- ◆ wenn **Zeit in überschaubare Einheiten** eingeteilt wird, können sie länger bei der Sache bleiben [vgl. Zentall & Gohs, 1984; Zentall & Leib, 1985].
- ◆ Dazu muss natürlich auch gewährleistet sein, dass **Zeitvorgaben eingehalten** werden. Das kann durchaus bedeuten, dass eine Aufgabe nach einer bestimmten Zeit beendet wird, selbst wenn sie noch nicht wirklich zu Ende bearbeitet ist.
- ◆ Zu den Strukturefordernissen gehört ebenso, dass für diese Kinder **größere Aufgaben in kleinere Teilaufgaben zerlegt** werden.
- ◆ So können sie besser sehen, was sie schon abgearbeitet haben. Das hilft beim Durchhalten. Je mehr Teilaufgaben zu bearbeiten sind, desto mehr Chancen hat auch der Lehrer / die Lehrerin, Rückmeldung zu geben.
- ◆ Struktur wird darin erkennbar, dass **Unterricht** einen für den Schüler **erkennbaren Verlauf** hat.
- ◆ **Offenere Unterrichtsformen** sind für hyperaktive Kinder **schwierig**. Sie haben oft schon Probleme, bei Wochenplanarbeit zu entscheiden, womit sie anfangen wollen.
- ◆ Sie benötigen in solchen Lernumgebungen dringend die **Unterstützung der Lehrkräfte**, um sich selbst organisieren zu lernen.
- ◆ Den Kindern kann es helfen, wenn z.B. bestimmte **Aufgaben immer mit einem festen Ort** verbunden sind.

Fachbeitrag Wissenschaft AD(H)S

- ◆ Dabei ist darauf zu achten, dass die **Strukturen**, die mit dem Kind erarbeitet werden, **gleich** bleiben, aber die **Materialien**, mit denen geübt wird, **vielfältig** sind.
- ◆ Greenbaum und Market [2001] schlagen vor, bei verschiedenen Tätigkeiten mit **Checklisten** zu arbeiten, in denen bestimmte Abfolgen festgehalten werden und die die Kinder zur Erinnerung neben die Arbeit legen können.

Abbildung 1 zeigt ein Beispiel, wie eine solche Liste für Hausaufgaben aussehen kann. Eltern und Lehrer sollten die Kinder im Umgang mit diesen Checklisten anleiten. Kein Kind erhält die gesamte Checkliste, sondern eine an die individuelle Situation angepasste und vor allem auf ein überschaubares Maß gekürzte Liste.

Abbildung 1:
**Checkliste für Schüler und Schülerinnen mit ADHS /
Lernschwierigkeiten zur Unterstützung von Hausaufgaben**

1. In der Schule
 - Lege alle Hausaufgabenblätter in den Hefter, den du mit nach Hause nimmst.
 - Lies dir deine Hausaufgaben laut vor und umkreise alle Schlüsselwörter.
 - Frag deine/n Lehrer/in um Hilfe, um die Hausaufgaben in Teilschritte zu zerlegen.
 - Frag deine/n Lehrer/in um Hilfe, um die Hausaufgaben zu verstehen.
 - Such deine Materialien und Hilfsmittel zusammen.
 - Nimm deine Hausaufgaben, deine Bücher und andere benötigte Materialien mit nach Hause.
2. Zu Hause
 - Wähle einen festen Zeitpunkt und einen festen Ort, um deine Hausaufgaben zu erledigen.
 - Lies dir die Hausaufgaben sorgfältig durch und wiederhole jede Anweisung.
 - Mache dir jeden Tag einen Hausaufgabenplan basierend auf allen Hausaufgaben.
 - Setze dir für jeden Tag ein Hausaufgabenziel: Was willst du schaffen und wie lange darf es dauern?
 - Lege fest, wie viele Minuten du für Lesen, Nachdenken und Schreiben benötigst und zu welchen Tageszeiten du am aufmerksamsten bist.
 - Erkenne deine Leistung an, indem du dir etwas Positives sagst.
 - Hake die Aufgaben ab, die du schon erledigt hast.
 - Entscheide, ob du deine Hausaufgaben erledigt hast, indem du die Hausaufgaben und die verwendeten

Checklisten nochmal durchsiehst.

- Überprüfe, ob deine Hausaufgaben richtig, vollständig, lesbar und sauber gelungen sind.
3. Wieder in der Schule
 - Bringe deine Hausaufgaben wieder mit in die Schule und gib sie deinem Lehrer/deiner Lehrerin.
 - Überarbeite und verbessere die Hausaufgaben auf Basis der Rückmeldung deines Lehrers/deiner Lehrerin.
 - Überprüfe und schreibe auf, ob du dein Ziel erreicht hast oder deinen Zeitplan beibehalten hast.
 - Sammele alle vollständigen Hausaufgaben in deinem Hefter.
 - Erstelle dir eine Liste mit den besten Hausaufgabentipps und bespreche sie mit anderen.

aus: Greenbaum, J. & Markel, G. (2001). Helping Adolescents with ADHD & Learning Disabilities. Paramus: The Center for Applied Research in Education.

Fachbeitrag Wissenschaft AD(H)S

Abbildung 2

Checkliste für Lehrer zur Unterstützung von Hausaufgaben bei Schülern und Schülerinnen mit ADHS / Lernschwierigkeiten

1. Stellen Sie den Kontext her.
 - Erklären Sie den Sinn von Hausaufgaben.
 - Machen Sie den Schülern und Schülerinnen die Bedeutung von Hausaufgaben für ihren Lernfortschritt deutlich.
 - Erklären Sie den Schülern und Schülerinnen den Sinn dieser speziellen Hausaufgabe und was sie mit dem zu tun hat, was heute gelernt und erarbeitet worden ist.
 - Zeigen Sie den Schülern und Schülerinnen, inwieweit sie für diese Aufgabe schon vorbereitet sind und die relevanten Vorkenntnisse besitzen.
2. Passen Sie die Hausaufgaben in die Unterrichtsstruktur ein.
 - Schreiben Sie die Hausaufgaben an die Tafel und zwar immer an dieselbe Stelle.
 - Tragen Sie den Schülern und Schülerinnen explizit auf, die Aufgabe von der Tafel abzuschreiben und planen Sie dafür die entsprechende Zeit ein.
3. Vermitteln Sie den Schülern und Schülerinnen schrittweise die Techniken des Hausaufgabenmachens.
 - Markieren Sie Schlüsselbegriffe in der Hausaufgabenstellung oder im Material.
 - Unterstützen Sie die Schüler und Schülerinnen dabei, die Aufgabe in Teilschritte zu zerlegen.
 - Unterstützen Sie die Schüler und Schülerinnen dabei, eine Liste der Bücher und Materialien zu erstellen, die sie für die Erledigung der Hausaufgabe benötigen.
 - Geben Sie den Schülern und Schülerinnen eine anschauliche Hilfe zur Gliederung der Texte, die zu lesen und zu bearbeiten sind, um ihnen zu zeigen, wie man Texte, die neue Information enthalten, sinnvoll organisiert.

Fachbeitrag Wissenschaft AD(H)S

4. Vermitteln Sie den Schülern und Schülerinnen schrittweise die Techniken des Hausaufgabenmachens modellhaft im Unterricht.
5. Geben Sie individualisierte und differenzierte Hausaufgaben.
 - Lassen Sie auch optionale Hausaufgaben zu, die an den Interessen der Schüler und Schülerinnen orientiert sind.
 - Passen Sie Art und Umfang der Hausaufgaben an die Bedürfnisse und Fähigkeiten der Schüler und Schülerinnen an.
6. Fordern Sie die Abgabe der Hausaufgaben zum angegebenen Zeitpunkt ein.
7. Geben Sie zeitnah und spezifisch Rückmeldung und loben Sie die Schüler und Schülerinnen für die Abgabe der Arbeit.
 - Geben Sie Hausaufgaben so bald wie möglich zurück.
 - Geben Sie den Schülern und Schülerinnen genaue und spezifische Hinweise, wie sie besser werden können.
 - Geben Sie eine positive Rückmeldung, z.B. auf Genauigkeit, Vollständigkeit, Kreativität, Lesbarkeit ... der abgegebenen Arbeit.
8. Holen Sie sich Rückmeldung von den Schülern und Schülerinnen.
 - Fragen Sie die Schüler und Schülerinnen, welche Schwierigkeiten sie bei der Bearbeitung der Hausaufgaben hatten.
 - Fragen Sie die Schüler und Schülerinnen, ob sie Vorschläge für Hausaufgaben machen können.
 - Fragen Sie die Schüler und Schülerinnen, wie lange sie für die Hausaufgaben gebraucht haben.
9. Geben Sie den Schülern und Schülerinnen Checklisten, wenn Sie zeitlich längere Aufgaben stellen.
 - Unterstützen Sie die Schüler und Schülerinnen dabei, längere Arbeitsaufträge in Einzelschritte zu zerlegen.
 - Fordern Sie die Schüler und Schülerinnen zur Abgabe auf, wenn die Arbeit fällig ist oder wenn eine Zwischenarbeit vereinbart wurde.
 - Unterstützen Sie die Schüler und Schülerinnen dabei, abzuschätzen und einzuteilen wie lange sie für die einzelnen Teilarbeiten brauchen.
 - Vermitteln Sie den Schülern und Schülerinnen die Kompetenz, ihre Zeit, z.B. mit Hilfe eines Kalenders, selbständig einzuteilen.
 - Vereinbaren Sie zusammen mit den Schülern und Schülerinnen die Abgabe von Teilarbeiten.
10. Belegen Sie zu spät abgegebene Arbeiten mit leichten Bestrafungen.
 - Legen Sie dabei in erster Linie Wert darauf, dass die Schüler und Schülerinnen die Arbeiten abgeben.
 - Legen Sie dann Wert darauf, dass die Schüler und Schülerinnen die Arbeiten rechtzeitig abgeben.
 - Geben Sie den Schülern und Schülerinnen, die Aufgaben verspätet abgeben, eine teilweise Anerkennung ihrer Leistung.

aus: Greenbaum, J. & Markel, G. /2007]. Helping Adolescents with ADHD & Learning Disabilities. Paramus: The Center for Applied Research in Education.

Fachbeitrag Wissenschaft AD(H)S

- ◆ Eine wichtige Strukturhilfe können auch feste Eröffnungs- und Verabschiedungsrituale sein, auf die sich die Kinder immer verlassen können.
- ◆ Kinder mit Aufmerksamkeitsstörungen können eher konzentriert bei der Sache bleiben, wenn die Arbeiten ein erkennbares Ende haben, als wenn sie den Auftrag haben, „so lange zu arbeiten, bis sie fertig sind.“
- ◆ Je eher Situationen vorhersagbar ablaufen, desto leichter können die Kinder mit den Anforderungen, die gestellt werden, umgehen.
- ◆ Unstrukturierte Situationen, in denen die Kinder mehrere Verhaltensoptionen haben, sind für Kinder mit Aufmerksamkeitschwierigkeiten schwer zu bewältigen.
- ◆ Wenn sie dabei allein gelassen werden, verlieren sie sich im Entscheidungsprozess und kommen vom Ziel ab.
- ◆ Wenn die Aufgaben aber einen klaren Fokus besitzen, wie z.B. bei Videospiele, können Kinder mit Aufmerksamkeitschwierigkeiten sogar relativ lange ihre Aufmerksamkeit darauf richten [vgl. Lawrence, Houghton, Tannock, Douglas, Durkin & Whiting, 2002].

Strategie

- ◆ Ein wichtiges Element bei der Arbeit mit aufmerksamkeitsgestörten Kindern ist die Vermittlung **von Strategien zur Bewältigung von komplexen Aufgaben**.
- ◆ Wagner [1994] hat in ihren Studien darauf hingewiesen, dass der Lehrer oder die **Lehrerin hier eine wichtige Rolle als Modell** spielt.
- ◆ **Das Ziel** dieser Bemühungen ist es, dass die Kinder lernen, ihre **Impulsivität zu zügeln** und **spontane, überstürzte Reaktionen** zu bremsen.
- ◆ Durch eine **Arbeitsweise**, die Schritt für Schritt, wie in „Zeitlupe“ vorgeht, behalten sie einen besseren **Überblick über ihre Aufgaben**.
- ◆ Durch das verzögerte und verlangsamte Vorgehen sollte es leichter möglich sein, dass sie ihre Fähigkeiten auch effektiv einsetzen können.
- ◆ So trivial das folgende Schema strategischen Vorgehens klingen mag [wer macht es denn nicht so?], so schwierig ist es für die Kinder mit Aufmerksamkeitsstörungen.
- ◆ Sie müssen diese Schritte einzeln lernen, und dazu brauchen sie immer wieder **Unterstützung und Rückmeldung und vor allem das Vorbild der Betreuungspersonen** [vgl. auch Dapfner, Schilrman & Frilich, 2007; Lauth & Schlottke, 2002; Winter, 2010].

Fachbeitrag Wissenschaft AD(H)S

- ◆ Eine Idee wäre, die folgenden Überlegungen auf einem **Plakat oder auf Karteikarten** festzuhalten und **immer wieder konkret durchzugehen**.
 - ◆ **Einzelnen Schritte verbal und symbolisch** auf eine Art Leporello zu schreiben und während der Arbeit mit einer kleinen Klammer immer auf den Schritt zu verweisen, der gerade dran ist.
1. Was ist zu tun? — Stelle fest, was Deine Aufgabe ist und was genau getan werden muss. (Aufgabenanalyse)
 2. Habe ich alles? — Überlege genau, welche Materialien, Hilfsmittel, Instrumente Du benötigst, um die Aufgabe zu bearbeiten. [Materialanalyse]
 3. Wo will ich hin? — Überlege genau, was das Ziel ist, wann die Aufgabe fertig ist und was am Ende produziert sein soll. (Zielanalyse)
 4. Wo gibt es Schwierigkeiten? — Überlege, warum Du nicht weiterkommst, wo es Schwierigkeiten gibt. (Konfliktanalyse)
 5. Was ist als nächstes dran? - Zerlege die Aufgabe in kleine Teilschritte. Fange nicht alles auf einmal an, sondern überlege, welche übersichtlicheren, kleineren Häppchen Du bilden kannst. (Formulierung von Teilzielen)
 6. Was ist, wenn es nicht klappt? — Wenn Du merkst dass Du die Aufgabe nicht lösen kannst, ist das nicht schlimm. Halte fest, wie weit Du gekommen bist und bitte um Hilfe. Dann geht es wieder weiter. Das kann immer passieren. (Bewältigung von Frustrationen)
 7. Nur nicht hetzen! — Nimm Dir Zeit für die Aufgaben. Die Zeit, die Du Dir nimmst, um zu überlegen, wie Du es am besten angehst, die Zeit, die Du Dir nimmst, um Deine Sachen noch einmal durchzudenken, ist immer drin. Das hilft Dir dann zu zeigen, was Du kannst. (Aufforderung zum Zeitlassen)
 8. Na also! — Du bist gut! Wenn Du durchgehalten hast und wenn Du etwas gut gemacht hast, dann gönne Dir etwas Schönes. Vielleicht hast Du Dir ja schon vor her überlegt, womit Du Dich belohnen willst. Klopfe Dir auch auf die Schulter, wenn Du eine Teilaufgabe geschafft hast. Das sind alles kleine Schritte zum großen Ziel. (Bewertung Von Teilergebnissen).

Fachbeitrag Wissenschaft

AD(H)S

Das Ziel dieser Übung, die über einen längeren Zeitraum aufgebaut werden muss, ist es, dem Kind ein Instrument zur Selbstregulation und Selbstkontrolle an die Hand zu geben.

Die Einzelschritte sollten möglichst konkret auf die Arbeitsweise in einzelnen Schulfächern angepasst werden, so dass das Kind fachspezifisch lernt, wie es am besten organisiert vorgeht [vgl. Greenbaum & Markel, 2001]. Es ist eine Herausforderung, das Kind einerseits ausreichend zu unterstützen und andererseits aber nicht zu gängeln, ihm die Selbstkontrolle nicht abzunehmen oder Kontrolle aus der Hand zu nehmen.

Zusammenfassung

Kinder mit Aufmerksamkeitsstörungen und Hyperaktivität stellen eine besondere pädagogische Herausforderung dar.

Es ist wichtig, sich klarzumachen, dass diese Kinder in allen Schularten anzutreffen sind, denn die allgemeinen kognitiven Fähigkeiten unterscheiden sich nicht von denen anderer Kinder.

Zu den Aufgaben der Lehrer und Lehrerinnen gehört es, eine Lernumgebung zu gestalten, die eine Integration der Kinder mit Aufmerksamkeitsstörungen und Hyperaktivität erlaubt und ihren Lernbedürfnissen entgegenkommt.

Die Planung und Durchführung entsprechender pädagogischer Maßnahmen müssen sich am Einzelfall orientieren.

Wenn Lehrer und Lehrerinnen jetzt das Gefühl haben, sie orientieren sich bereits an den vorgestellten Erziehungsprinzipien, dann ist das Vielleicht nicht einmal zu bestreiten.

Was man allerdings nicht vergessen darf: Kinder mit Aufmerksamkeitsstörungen brauchen die Rückmeldungen, die Grenzziehungen, die Instruktionen viel nachhaltiger, direkter, deutlicher, häufiger als andere. Das erfordert eine besondere Aufmerksamkeit auf Seiten des Lehrers oder der Lehrerin.

Einige wesentliche Prinzipien sind hier vorgestellt worden und lassen sich als **Hilfen zur Selbstorganisation und Selbstregulation** zusammenfassen. Dabei ist der Hauptansatz der Versuch, die **mangelhafte Selbstkontrolle in den Griff** zu bekommen. Für das Kind selbst ist es weniger wichtig, dass es motorisch ruhiger wird. Mit der motorischen Unruhe haben meist die Erwachsenen in der Umgebung des Kindes das größte Problem.

Es soll abschließend noch darauf hingewiesen werden, dass die vorgestellten Maßnahmen vorwiegend auf die Bedürfnisse von Kindern in der Primarstufe bis zur Förderstufe [ca. 6. Jahrgang] bezogen sind. Die Anpassung an den Entwicklungsstand der Schüler ist jedoch unabdingbar. Eine eigene Auseinandersetzung über den Umgang mit Jugendlichen mit Aufmerksamkeitsstörungen und Hyperaktivität ist daher dringend erforderlich.