...Es ist wichtig für andere, gegenüber diesem „sechsten Sinn“, den viele ADHSer haben, sensibel zu sein und ihn zu bemuttern. ADHS ist eine Lebensgestaltung und bis vor kurzem war es versteckt, auch vor denen die es haben. Das menschliche Erleben von ADHS ist mehr als eine Sammlung von Symptomen: „ADHS ist eine Art zu leben.“

Edward M. Hallowell

Allgemeine Richtlinien für den positiven Umgang mit Kindern und Jugendlichen mit **A**ufmerksamkeits**D**efizit-**H**yperaktivitäts**S**törung (**ADHS)**

Einleitung:

Kinder und Jugendliche mit diagnostizierter **A**ufmerksamkeits**D**efizit-**H**yperaktivitäts**S**törung (**ADHS**) stellen durch ihre Besonderheit eine große pädagogische **Herausforderung** an uns alle dar. Sehr viel **Verständnis**, viel **Geduld**, **Humor** und eine besonders **durchdachte Pädagogik** sind nötig, um diesen Kindern und Jugendlichen eine optimale Entwicklung zu ermöglichen.
Schülerinnen und Schüler mit ADHS weisen üblicherweise Schwierigkeiten in den drei Kernbereichen **Hyperaktivität, Impulsivität, Aufmerksamkeit** auf.
Im Folgenden soll Lehrerinnen und Lehrern eine Hilfestellung im Umgang mit diesen Kindern und Jugendlichen zur Verfügung gestellt werden.

Folgende Verhaltensweisen der Lehrerin/des Lehrers erwiesen sich als hilfsreich

- **Klare** und **knappe** Anweisungen geben (z.B. Bitte setz dich jetzt auf deinen Stuhl)
- **Überprüfen**, ob die Schülerinnen / Schüler die Anweisungen verstanden haben
- **Routineabläufe etablieren** (z.B. Am Beginn der Stunde richte ich meine Arbeitsmaterialien her, Rituale)
- **Optische Signale** verwenden (z.B. Stopptafel, Signalkarten einsetzen)
- **Blickkontakt** bei Anweisungen mit dem Kind oder Jugendlichen herstellen
- **Körperkontakt** zur Fokussierung der Konzentration (z.B. eine Hand auf die Schulter der Schülerin / des Schülers legen)

Arbeitsplatz der Schülerin/ des Schülers

- **Keine Nähe** zum Fenster (geringste Ablenkbarkeit)
- **Sitzplatz vorne** in der Nähe der Lehrerin/des Lehrers
- Sitzplatz neben einer eher **ruhigen Mitschülerin** / einem eher **ruhigen Mitschüler** oder **mehreren** eher **ruhigen Mitschülerinnen / Mitschülern**
- Bei **Gruppenarbeiten** soll die Schülerin / der Schüler **nicht im Zentrum,** sondern eher **am Rand der Gruppe neben** einer **ruhigen Mitschülerin** / einem **ruhigen Mitschüler** sitzen

Regeln im Schulalltag

- **Wenige**, aber sorgfältig **überlegte** Regeln aufstellen und auf die Einhaltung **konsequent** bestehen
- Auf Regelverletzungen **immer mit denselben Konsequenzen** reagieren
- Ankündigung geben, **bevor** es zu Konsequenzen kommt
- Keine Konsequenzen **ankündigen**, wenn sie **nicht eingehalten** werden
- **„Petzen**“ der Mitschülerinnen / Mitschüler über das Kind mit ADHS nicht zulassen

Weiters:

- Leistung vom Kind **einfordern**, dabei aber **nicht überfordern**
- Häufiges **positives Verstärken** des Kindes
- Regelmäßiger **Kontakt und Austausch** mit den Eltern
- Negative Bemerkungen der Schülerin / des Schülers möglichst **nicht persönlich** nehmen

Was tue ich, wenn…

…die Schülerin / der Schüler nicht stillsitzen kann

- Bewegungsmöglichkeiten verschaffen (Tafel löschen, Kreide holen, Botendienste verrichten, Hefte austeilen…)
- Bewegungsphasen für alle Schülerinnen/ Schüler in den Unterricht regelmäßig einbauen
- Viele Bewegungsmöglichkeiten nutzen (Sport, Bewegte Pause…)

…die Schülerin / der Schüler länger bei Schriftlichen Arbeiten braucht

- Mehr Zeit bei Klassenarbeiten vorsehen
- Mündliche Leistungen stärker bewerten als schriftliche
- Arbeitspensum verringern

…das Schriftbild mangelhaft ist

- Auf PC arbeiten lassen
- Anstrengungsbereitschaft honorieren
- Keine Perfektion einfordern

…die Schülerin / der Schüler mit Antworten nicht abwarten kann

- Nonverbale Signale (Blick-, Körperkontakt, Signalkarten) einsetzen

…sie / er Regeln schlecht einhält

- Genaue kurze konkrete Anweisungen geben
- Verstärkersysteme einsetzen (z.B. Punktepläne)
- Bilder für die Regeln verwenden (dienen der Erinnerung)

…sie / er aggressiv gegen Mitschülerinnen/ Mitschüler reagiert

- Auf „eiserne“ Regeln bestehen (z.B. niemand darf verletzt werden)
- Maßnahmen nur für Regelverstöße, die wirklich beobachtet wurden

…sie / er dem Unterricht nicht folgen kann und ablenkt

- Rückfragen, ob die Anweisung verstanden wurde
- Überflüssige Arbeitsutensilien vom Arbeitsplatz entfernen
- Nach ca. 20 min Bewegungsphase einbauen
- Achten auf reizarme Umgebung (geringer Lärmpegel)
- Verschieden Sinne ansprechen
- Arbeitsblätter übersichtlich und strukturiert gestalten

…sie / er die Mitarbeit im Unterricht verweigert

- Machtkämpfe und Diskussionen vermeiden
- Zuwendung nur bei Leistung, nicht bei Verweigerung

Kinder und Jugendliche mit ADHS können mit schulischen Freiräumen oft wenig anfangen und „flippen“ häufig in unstrukturierten Situationen aus. Sie verhalten sich ängstlich in für sie neuen Situationen und brauchen länger, um sich wieder anzupassen.
Da es im sozialen Kontakt mit den Schulkolleginnen/Schulkollegen immer wieder zu Problemen kommt, muss die Pausensituation von Lehrerinnen/ Lehrern gut strukturiert und begleitet werden.

Wir dürfen nie vergessen, dass alle Kinder und Jugendliche mit ADHS viele positive Eigenschaften aufweisen, die immer wieder gefördert und verstärkt werden sollten.

Zur weiteren Auseinandersetzung mit dem Thema sei empfohlen:

- **Manfred Döpfner/ Jan Fröhlich; Ratgeber Hyperkinetische Störungen** (Informationen für Betroffene, Eltern, Lehrer und Erzieher), Verlag Hogrefe, Göttingen 2000
- **Manfred Döpfner/ Lehmkuhl; Wackelpeter und Trotzkopf; Beltz Verlag**

- **www.eduhi.at (ADHS eingeben bei Suchfunktion; jede Menge Materialien und Broschüren zum download))**

Arbeitsgruppe ADHS/ Autismus:

BL Dipl. Päd. Peinhopf Josef
BL Dipl. Päd. Brugner-Ayadi Lisbeth
BL Dipl. Päd. Grinschgl Helga