

## Schwierigkeiten

Befindet sich unter Ihren Schülern ein Kind mit ADHS, so werden Sie auf besondere Schwierigkeiten beim Unterrichten treffen. Dabei ist nicht nur das Verhalten in der Klasse gemeint, sondern auch der Zugang zum Lernstoff und die Verarbeitung von Informationen.

*Durchschnittliche Intelligenz* Schwierigkeiten beim Lernen der Kinder mit ADHS liegen meist nicht an ihrer Intelligenz: Überdurchschnittliche oder unterdurchschnittliche Begabungen kommen in dieser Gruppe genauso oft vor wie bei Kindern ohne die Erkrankung.

Mehr dazu erfahren Sie auch in der Rubrik Mythen. Schulische Probleme dieser Kinder hängen also meist nicht mit ihrer Intelligenz zusammen.

*Teilleistungsstörungen* Einige Kinder mit ADHS leiden zusätzlich unter einer Teilleistungsschwäche wie Legasthenie oder Dyskalkulie. Diese Störungen sollten jedoch getrennt von der ADHS betrachtet und therapiert werden.

*Motorisches Verhalten* Bei hyperaktiven Kindern ist häufig die motorische Unruhe ein großes Problem. Kippen, Zappeln und Aufstehen sind in den meisten Klassen während des Unterrichts verboten. Das Kind mit ADHS hält diese Regeln nicht ein und stört so den Unterricht. Auch mit seinen Mitschülern hat das Kind häufiger Probleme, weil es sie zum Teil unbeabsichtigt anstößt oder anrempelt. Die feinmotorischen Probleme der Kinder wirken sich häufig auf die Schrift aus: Die Kinder schreiben ungenau und mit viel zu viel Druck. Ihre Handschrift ist manchmal kaum lesbar.

*Aufmerksamkeit und Konzentration* Alle Kinder mit ADHS haben Probleme, aufmerksam beim Geschehen zu bleiben und sich auf die Aufgaben vor ihnen zu konzentrieren. Deshalb können sie dem normalen Unterricht häufig nicht folgen. Zu oft sind sie mit anderen Dingen beschäftigt oder brauchen zu lange, um Aufgaben überhaupt anzufangen oder abzuschließen. Sie vergessen mitgeteilte Informationen „auf halbem Weg“. Auf der anderen Seite beginnen sie manchmal Aufgaben, ohne überhaupt die Fragestellung abzuwarten oder raten Lösungen einfach.

*Sprachschwierigkeiten* Manche Kinder mit ADHS reden viel und laut, auch in Situationen in denen sie ruhig sein sollten. Dabei verhaspeln sie sich und können ihre Gedanken nicht sortieren. Ein richtiges Gespräch ist kaum möglich, weil sie ihr Gegenüber nicht zu Wort kommen lassen und auf Antworten nicht eingehen.

*Stören des Unterrichts* Die beschriebenen Probleme führen insgesamt dazu, dass das Kind mit ADHS häufiger den Unterricht stört, mehr Aufmerksamkeit fordert und mehr zum Lernen aufgefordert werden muss. Auf Hilfestellungen reagiert der Schüler zum Teil sehr abweisend, manchmal sogar richtig aggressiv.

## Strukturierung des Unterrichts

Um den speziellen Problemen eines Kindes mit ADHS vorzubeugen oder zu begegnen, kann es helfen, gewisse Taktiken im Unterricht einzusetzen. Auf den ersten Blick wirkt es oft so, als ob diese Maßnahmen lediglich zusätzlichen Einsatz und Mehrarbeit für Sie bedeuten. Bedenkt man jedoch, wie anstrengend die ständigen Störungen und Sonderaufforderungen den Unterricht machen, kann sich die Investition in besondere Lehrformen auf lange Sicht lohnen. Durch erfolgreiche Strategien im Umgang mit dem Kind können Sie zu einem „entspannteren“ Unterricht zurückfinden.

*Sitzplatzwahl* Dadurch, dass der Schüler mit ADHS leicht ablenkbar ist, ist schon die Sitzplatzwahl von entscheidender Bedeutung. Das Kind sollte möglichst nah bei Ihnen sitzen, damit Sie es besser unterstützen und in schwierigen Situationen eingreifen können. Wo genau dieser Platz im Klassenraum ist, hängt von Ihrer Routine ab: Von wo halten Sie üblicherweise den Unterricht und wie bewegen Sie sich im Verlauf der Stunde?

Es sollten auch evtl. Ablenkungen berücksichtigt werden, z.B. ein Fenster oder Bücherregal direkt neben dem Sitzplatz. An Gruppentischen wird das Kind sehr wahrscheinlich wesentlich mehr abgelenkt als an einem einzelnen Sitzplatz. Häufige Sitzplatzwechsel sind ungünstig für ein Kind mit ADHS, da eine neue Umgebung auch neue Eindrücke bedeutet.

Mehr noch als bei Kindern ohne ADHS sollten auf dem Tisch grundsätzlich nur die Arbeitsmaterialien liegen: Spielsachen, Andenken und oder Arbeitsmaterialien anderer Fächer gehören nicht darauf.

*Sicherheit durch Rituale* Struktur und ein fester Ablauf bieten dem Kind mit ADHS Sicherheit. Am besten wäre es, wenn jeder Schultag genau gleich wäre. Auch wenn dies natürlich nicht möglich ist, sollte versucht werden, so viel Konsistenz wie möglich in den Ablauf zu bringen. So bietet es sich an, Unterrichtsstunden immer möglichst ähnlich aufzubauen und wiederkehrende Elemente zu integrieren, z.B. ein Stuhlkreis am Ende der Stunde. Je ritualisierter der Ablauf ist, desto eher wird der Schüler mit ADHS folgen können. Schwierige Phasen wie Übergänge oder Abweichungen von der Routine sollten besonders gut vorbereitet werden. (Siehe auch Übergänge)

Grundlegende Verhaltensregeln sollten festgelegt und mit den Kindern durchgesprochen werden. Die Klassenregeln können gut in kleine Bilder übersetzt werden, die dann aufgemalt und für alle sichtbar aufgehängt werden – so erinnert sich das Kind häufiger daran oder Sie können als nonverbale Geste auf das Poster zeigen, wenn es gegen die Regeln verstößt.

*Wochenpläne* In einigen Schulen wird mit Wochenplänen gearbeitet, in denen die Schüler selbstständig ihr Arbeitspensum aufteilen. Solche Freiräume sind für Kinder mit ADHS meistens sehr problematisch: Durch die fehlende Struktur sind sie nicht in der Lage, Aufgaben anzugehen. Das selbstständige Einteilen von Zeit gelingt ihnen nicht: Ständig werden sie abgelenkt, springen zwischen Aufgaben. Am Ende sind häufig,

wenn überhaupt, nur die Aufgaben für das Lieblingsfach erledigt.

*Arbeitsaufträge kurz und klar formulieren* Viele Kinder mit ADHS haben Schwierigkeiten, sich verbale Arbeitsanweisungen zu merken. Lange Aneinanderreihungen von Aufgaben bleiben einfach nicht hängen. Besser ist, wenn Sie die einzelnen Arbeitsschritte ansagen und abwarten bis diese erledigt sind. Eine Anweisung, einen Text zu lesen, könnte also folgendermaßen aufgeteilt werden: „Holt das Buch aus dem Schultasche, (abwarten bis alle Kinder diese Aufgabe erledigt haben), öffnet es auf Seite 20.“ Und so weiter.

*Arbeitsmaterialien klar gestalten* Jeder Lehrer weiß, dass eine ansprechende Präsentation des Lernstoffes die Motivation der Schüler erhöhen kann. Bei Kindern mit ADHS sollte jedoch der Fokus darauf gelegt werden, dass die Arbeitsblätter knapp, eindeutig und gut verständlich sind. Bunte Bilder oder eine außergewöhnliche Gestaltung lenken diese Kinder eher vom Inhalt ab, anstatt sie für die Aufgabe zu begeistern. Idealerweise wird immer nur eine Aufgabe pro Blatt gestellt, alternativ kann man auch mit gefalteten Blättern arbeiten: Wenn immer nur eine Aufgabe zu sehen ist, lenken die Anweisungen für spätere Schritte nicht ab.

*Hilfsmöglichkeiten* Einige kleine Tricks erleichtern Kindern mit ADHS das Lernen. So hilft zum Beispiel ein durchsichtiges Lineal vielen Kindern dabei, beim Lesen die Zeile zu halten und nicht zu verrutschen. Viele Kinder mit ADHS haben auch Schwierigkeiten beim Schreiben. Hier sollte nicht darauf bestanden werden, dass die Kinder in einer bestimmten Form (also Schreibschrift oder Druckbuchstaben) oder mit einem bestimmten Stift schreiben. Wichtiger ist es, dass die Kinder überhaupt schreiben. Helfen kann es auch, größere Linienabstände zu erlauben. Hat ein Kind wirklich große Probleme beim Schreiben, kann darüber nachgedacht werden, ob ein Computer dem Kind ermöglichen kann, sein Potenzial zu entfalten.

*Reduzierung des Lernstoffes* Wenn deutlich wird, dass der Schüler die erforderliche Menge an Arbeitsaufgaben auch mit den zusätzlichen Hilfsmaßnahmen nicht bewältigen kann, so kann es sinnvoll sein, vorübergehend den Lernstoff für diesen Schüler zu reduzieren. Kommt das Kind danach wieder besser mit, wird sich dies positiv auf seine Motivation auswirken. Nach und nach kann der Lernstoff dann wieder angepasst werden.

*Bewegung gezielt erlauben* Kinder mit dem hyperaktiven Typ der ADHS brauchen besonders viel Bewegungsangebote. Bietet man diese nicht, so entlädt sich der Bewegungsdrang wahrscheinlich irgendwann ohne Erlaubnis und das Kind stört.

Zunächst sollte man im Sinne des „Kräftesparens“ dabei überlegen, welche Bewegungen tatsächlich stören: Vielleicht kann z.B. das „mit den Beinen wackeln“ einfach toleriert werden.

In den Unterrichtsablauf sollten zusätzlich größere, kontrollierte Bewegungseinheiten eingebaut werden: Diese aktiven Phasen tun allen Kindern gut. Aber Achtung: Gerade hier kann das Kind mit ADHS über die Stränge schlagen. Deshalb sollten die Übungen

immer gut überschaubar und strukturiert sein. Besonders „wilde“, freie Spiele oder auch Übungen in großen Gruppen, wie ein Laufdiktat, eignen sich eher nicht. Hilfreich ist es auch, wenn Sie möglichst in der Nähe des Kindes stehen.

Braucht das Kind weitere kleinere Bewegungseinheiten während des Unterrichts können Sonderaufgaben an das Kind vergeben werden, z.B. kann man es zum „Tafelwart“ ernennen, der in der Stunde aufstehen darf, um die Tafel zu wischen. Wichtig ist, dass der Zeitpunkt vom Lehrer kontrolliert wird – ansonsten kann daraus wieder ein Störfaktor entstehen. Um trotzdem die Bedürfnisse des Kindes zu berücksichtigen, kann man z.B. verabreden, dass das Kind danach fragen darf.

*Entspannungsübungen* Viele Lehrer versuchen Entspannungsübungen einzusetzen, um ihre Schüler – insbesondere die Aktiven - zu beruhigen. Viele Kinder mit ADHS sind durch diese Übung jedoch eher überfordert: Sie lassen sich nicht darauf ein, stören im Gegenteil sogar oft. Besonders nach aktiven Phasen, nach denen das Kind sich beruhigen soll, haben Entspannungsübungen manchmal den gegenteiligen Effekt. Wenn Sie dennoch versuchen möchten, ob Ihr Schüler offen für Entspannungstrainings ist, kann es helfen, ihm zu erlauben, seine Augen offen zu behalten.

## **Konsequenzen und Verstärker**

Egal, wie viel Bemühungen man in die Arbeit mit Schülern mit ADHS investiert, es wird immer Rückschläge geben. Bei Fehlverhalten fühlen sich viele Lehrer hilflos, besonders bei Schülern mit ADHS: Verbale Zurechtweisungen kommen nicht an, klassische Strafen wie Zusatzaufgaben oder Nachsitzen haben keinerlei positiven Effekt. Ein Ansatz, mit dem viele Lehrer gute Erfahrungen gemacht haben, sind positive und negative Verstärker.

*Positives Verhalten belohnen* Wichtig ist es, nicht nur negatives Verhalten zu „bestrafen“, sondern insbesondere positives Verhalten zu fördern. Deshalb sollte man seinen Blick für alle Situationen und Aufgaben – ob groß oder klein – schärfen, die der Schüler gut oder besser als zuvor löst.

Als Anreiz für die Veränderungen können ganz unterschiedliche Dinge genutzt werden: von freundlichen Gesten wie einem bestätigenden Lächeln über verbales Lob bis hin zu materiellen Belohnungen. Manche Lehrer führen z.B. „Schatzkisten“, in denen kleine Aufmerksamkeiten wie Ü-Eier-Figuren, Aufkleber oder Geduldsspiele warten. Mit positivem Verhalten können Punkte erarbeitet und ab einer gewissen Punktezahl gegen einen Gegenstand aus der Schatzkiste eingelöst werden. Als positive Verstärker können auch Aktionen genutzt werden, nach dem Motto „Wenn Du 2 Absätze gelesen hast, darfst Du 5 Minuten das Lernspiel am Computer spielen“.

*Negatives Verhalten bestrafen* Die Verstärkung von positivem Verhalten wird in den meisten Fällen alleine leider nicht ausreichen. Negative Verhaltensweisen, die sich eingeschlichen haben, müssen verhindert oder verringert werden. Als negative

Konsequenzen können zum Beispiel besondere Privilegien entzogen werden. Direkt mit dem Fehlverhalten in Zusammenhang stehende Konsequenzen eignen sich, um das Fehlverhalten wieder gut zu machen. Ein Beispiel wäre das Fegen des Klassenraums nachdem mit Papierschnipseln geschmissen wurde.

Bei den klassischen schriftlichen Strafarbeiten sollte man bedenken, dass der Schüler diese sehr ungerne macht und sie vielleicht gerade deshalb gar nicht löst. In der Folge eskaliert die Situation lediglich weiter. Eine andere Möglichkeit, versäumten Stoff nachzuholen, ist begleitetes Nachsitzen: Wenn man sich im Kollegium zusammensetzt und bei der Betreuung abwechselt, bleibt der Arbeitsaufwand hierfür auch realisierbar.

*Konsequenzen festlegen* Auch in diesem Bereich ist für das Kind eine klare Strukturierung und Konsequenz wichtig. So sollten für typische Verhaltensweisen festgehalten werden, welche Konsequenz darauf folgt – besonders bei negativen Folgen, z.B. kostet das Herumlaufen während des Unterrichts einen Belohnungspunkt.

## **Umgang mit dem Kind**

Ein wichtiges – vielleicht sogar das wichtigste Element – im Umgang mit dem Schüler ist Ihre persönliche Beziehung zu ihm. Kinder mit ADHS haben oft eine gute „Antenne“ dafür, ob andere Menschen sie mögen oder sich im Umgang mit ihnen überfordert fühlen.

Die meisten der Kinder mit ADHS leiden selbst unter ihrem Verhalten: Sie fühlen sich allein, ungeliebt und empfinden ihre Probleme als ständiges Versagen. Appelle oder „ein schlechtes Gewissen machen“ helfen deshalb nicht weiter: Die Kinder empfinden diese nur als Bestätigung ihrer Selbsteinschätzung, an ihrem Verhalten ändert es jedoch nichts.

Im Umgang mit dem Kind sollten Sie „liebvoll konsequent“ bleiben. Kinder mit ADHS sind häufig sehr diskutierfreudig. Idealerweise bleiben Sie auch hier stoisch und lassen sich nicht auf die Diskussion ein. Das Kind sollte mit seinen Vermeidungsstrategien keinen Erfolg haben.

Es wird Ihnen höchstwahrscheinlich nicht immer gelingen, schwierige Situationen gelassen und mit Humor zu nehmen. Versuchen Sie trotzdem, Mechanismen für sich selbst zu entwickeln, die Ihnen helfen, geduldig zu bleiben. Besonders wichtig ist es, dass Sie sich klar machen, dass das Kind sich nicht absichtlich so verhält oder Sie angreifen möchte. Oft tut es den Kindern hinterher sogar leid, wenn sie sich falsch verhalten haben.

Jedes Kind hat seine speziellen Stärken – natürlich auch Kinder mit ADHS. Bei ihnen ist es besonders wichtig, dass Sie diese Stärken finden und fördern. So erhöhen Sie das Selbstbewusstsein des Kindes und Ihnen selbst hilft es, das Kind „in einem anderen Licht zu sehen“.

Es gibt verschiedene Wege, um die Aufmerksamkeit des Kindes immer wieder auf den Unterricht zu lenken, ohne es vor der ganzen Klasse zu ermahnen. Zum einen können Blickkontakt und Berührungen gezielt eingesetzt werden. Eine andere Möglichkeit ist es „geheime Zeichen“ zu verabreden: z.B. ein „Pst“-Zeichen, wenn es zu laut wird.

Solche Verabredungen treffen Sie am besten in einem 4-Augen-Gespräch mit dem Kind. Hier können kritische Situationen in Ruhe angesprochen, aber auch Fortschritte gelobt werden. Überlegen Sie gemeinsam mit dem Kind Lösungsvorschläge und halten Sie getroffene Vereinbarungen schriftlich fest. So fühlt sich das Kind am Entscheidungsprozess beteiligt und Sie können in schwierigen Situationen an die gemeinsame Entscheidung erinnern.

## **Vorbereitung auf die Schule**

Um den Schwierigkeiten in der Schule entgegenzuwirken, ist es für Kinder mit ADHS sehr wichtig, schon zu Hause den Schultag vorzubereiten. Hier sind Sie auf die Mitarbeit der Eltern angewiesen. Wenn die Eltern offen für Ratschläge sind, können folgende Tipps hilfreich sein:

- Schulranzen zu einem festen Termin im Tagesablauf am Tag zuvor packen. Dazu gehört auch die Vorbereitung des Arbeitsmaterials, z.B. das Spitzen von Stiften. In der Schule sollte alles sofort „startklar“ sein.
- Hefte für jedes Fach mit verschiedenen Umschlag-Farben „markieren“.
- Zusammengehörige Hefte und Bücher „bündeln“, z.B. durch eine Mappe oder einzelne Abteilungen im Ranzen.
- Spielsachen, Andenken oder sonstige Dinge sollten nicht zusätzlich den Ranzen füllen.

## **Noten/ Leistungsdruck**

Häufig sind Probleme und Konflikte zwischen Kindern mit ADHS und ihren Bezugspersonen Abwärtsspiralen: Je mehr die Kinder für Fehlverhalten kritisiert werden, desto mehr verstecken sie sich hinter einer Abwehrhaltung, auf die das Gegenüber wiederum mit Ärger reagiert. So schaukeln sich Konflikte hoch: im schlimmsten Fall bis zur völligen Leistungsverweigerung.

Verständlicherweise demotivieren die ständigen Misserfolge die Kinder: Sie brauchen, wie jedes Kind, Zuspruch und Erfolgserlebnisse, um wieder Freude am Lernen zu haben.

Um den Kindern diese Momente zu ermöglichen, gibt es verschiedene Wege: Zunächst sollten bei Zielvereinbarungen die Fähigkeiten und Ressourcen des Kindes realistisch eingeschätzt und nur erreichbare Ziele festgelegt werden.

Grundsätzlich sollten zunächst die Bemühungen des Kindes beachtet und erst im zweiten Schritt Fehler bewertet werden, z.B. das Kind zuerst bei einem Diktat loben, dass es überhaupt durchgehalten hat und dann erst die Fehler betrachten. Die häufig sehr guten mündlichen Beiträge der Kinder sollten lobend anerkannt werden.

Für die meisten Kinder mit ADHS stellen schriftliche Übungen eine zusätzliche Barriere dar. Überlegen Sie, inwieweit diese abgebaut werden kann: An welchen Stellen können Lernwege ohne Schreiben genutzt werden? Ist es möglich [Hausaufgaben](#) oder auch Lerneinheiten am Computer zu erlauben? Inwieweit ist bei Klassenarbeiten zum Beispiel eine mündliche Abfrage oder ein Multiple-Choice-Test möglich? Es wird dringend davon abgeraten, den Kindern wegen ihrer Schrift einen Notenabzug zu geben: Durch diese Maßnahme entmutigt man die Kinder nur, sauberer schreiben können sie deshalb nicht.

## Krisensituationen

Manche Kinder mit ADHS können sich regelrecht in Rage versetzen. Ihre Emotionen äußern sich dann zum Teil in heftigen Wutanfällen: sie schimpfen, treten, spucken oder schlagen um sich.

Zunächst wichtig für Sie zu wissen: Solche „Ausraster“ sind pädagogische Notfälle, keine medizinischen.

*Aus der Situation ziehen* In den meisten Fällen kann es helfen, das Kind aus der Situation herauszunehmen. Vielleicht gibt es die Möglichkeit, einen anderen Raum zu nutzen oder das Kind tatsächlich „vor die Tür“ zu schicken. Solche Maßnahmen sollten auf jeden Fall mit den Eltern abgesprochen werden, damit hier keine Missverständnisse entstehen.

*Verbale Argumente kommen nicht mehr an* Logischen Argumentationen oder Beschwichtigungen ist das Kind in diesem Stadium nicht mehr zugänglich. Deshalb sollten Sie nicht versuchen, mit dem Kind zu diskutieren oder es mit logischen Argumenten zu beruhigen: Besprechen Sie die Situation lieber mit genügend Abstand z.B. am nächsten Tag.

*Abstand zur Situation* Wird ein Kind so wütend, dass es einen tätlich angreift oder beschimpft, so fällt es schwer, dies nicht persönlich zu nehmen. Versuchen Sie sich trotzdem immer wieder klar zu machen, dass das Kind Sie nicht persönlich meint. Häufig tut den Kindern ihr Benehmen mit Abstand betrachtet sehr leid.

### Tipps

- Die oberste Priorität ist: Sie müssen ruhig bleiben. Wenn Sie auch aufbrausen, wird die Situation eher eskalieren.
- Versuchen Sie bei Wutanfällen früh zu reagieren, nicht erst wenn das Kind schon in Rage ist.

- Loben Sie das Kind, wenn es sich wieder beruhigt hat.
- Die Wutausbrüche dürfen sich nicht lohnen: Das Kind darf im Anschluss daran nicht seinen Willen durchsetzen oder die Aufgaben umgehen, die zum Ausbruch geführt haben.
- Loben Sie das Kind, wenn es in einer typischen Situation nicht in einen Wutanfall verfällt.

## Veränderungen und Übergänge

Struktur und Rituale bieten dem Kind mit ADHS Sicherheit. Nicht verwunderlich ist es also, dass Veränderungen und Übergänge, z.B. der Wechsel des Klassenraums, schwierige Situationen für diese Kinder sind. Deshalb sollten diese Phasen so gut wie möglich geplant und strukturiert werden.

*Zusammenarbeit mit den Eltern* Viele der strukturierenden Maßnahmen kann man am besten mit den Eltern umsetzen. Wenn z.B. An- und Ausziehen nach dem Sportunterricht besonders lange dauert, sollte die Kleidung möglichst leicht zu wechseln sein, also z.B. Klettverschlüsse an den Schuhen, keine Strumpfhose etc. Ist das Kind sehr vergesslich, kann für Notfälle ein zweiter Satz der benötigten Dinge in der Schule verbleiben, also z.B. Bücher oder Sportsachen.

*Übergänge deutlich ankündigen und visualisieren* Damit das Kind eine Veränderung realisiert und sich darauf einstellen kann, ist es wichtig, diese deutlich anzukündigen. Wird zum Beispiel das Lesen beendet, um Schreib-Aufgaben zu beginnen, sollte dies auch verbal und am besten sogar visuell unterstützt werden.

Der Stundenplan kann als „roter Faden“ für den Tag genutzt werden: Er kann nicht nur die Unterrichtsstunden aufführen, sondern z.B. auch die Pausen und was in ihnen zu tun ist berücksichtigen, z.B. die Notiz „Wechsel von Klassen- in Musikzimmer“. Bei jüngeren Kindern können hier auch Piktogramme helfen, um die Schriftbarriere zu überwinden. Ändert sich etwas im üblichen Ablauf, so muss dies vorher deutlich angekündigt werden. Soll zum Beispiel ausnahmsweise ein anderer Raum aufgesucht werden, sollte dies groß an die Tafel geschrieben – und am besten gemalt – werden.

*Übergang von Bewegung zu ruhigen Phasen* Im Sportunterricht können und sollen die Kinder sich bewegen. Häufig wird gerade bei Kindern mit ADHS dabei sozusagen angenommen, sie könnten sich hier „austoben“ und würden dadurch ruhiger. Leider sind allerdings gerade solche Phasen sehr schwierig für Kinder mit ADHS. Sie schlagen über die Stränge, verletzen die Regeln und bleiben häufig aufgedreht und übermütig, auch wenn eigentlich schon längst wieder ruhige Arbeiten auf dem Programm stehen. Aus diesem Grund sollte das Bewegungsangebot immer gezielt eingesetzt werden und mit klaren Anweisungen verbunden sein. Bei einem Laufspiel kann man das Kind zügeln, indem man ihm z.B. eine Hilfstätigkeit überträgt.

Manchmal hilft es, den „Bock zum Gärtner“ zu machen, also z.B. genau dieses Kind zum Fair-Play-Beauftragten zu ernennen. Am Ende der Stunde sollte die Aktivität

ausklingen, z.B. indem das Kind beim Aufräumen schwere Matten zieht.

## Schulausflüge

Eine gemeinsame Klassenfahrt ist ein prägendes Ereignis für alle Schüler: Für viele ist es die erste Reise ohne die Eltern. Für Sie als Lehrer ist die Klassenfahrt zwar auch ein tolles Erlebnis, aber auch viel Vorbereitung, Arbeit und Verantwortung. Befindet sich unter den Schülern ein Kind mit ADHS, kommen schnell Zweifel auf, ob man den Betreuungsaufwand für die gesamte Klasse und das betroffene Kind noch leisten kann – insbesondere da Kinder mit ADHS durch ihre Impulsivität einem höheren Risiko für Unfälle und Verletzungen unterliegen.

Trotzdem sollte ein Ausschluss von der Klassenfahrt nur als allerletzte Option in Betracht gezogen werden. Lässt man das Kind nicht mitfahren, wird sich das auf Ihr Verhältnis zu dem Schüler auswirken und seine Außenseiter-Rolle in der Klasse verstärken.

Besser ist es, alle Möglichkeiten auszuschöpfen:

- Ist es möglich, dass ein Elternteil mitfährt?
- Gibt es andere Möglichkeiten, das Betreuungspersonal aufzustocken?
- Kann man mit dem Kind Verträge und feste Abmachungen schließen?
- Kann man mit den Eltern eine Art Hotline einrichten, so dass diese erreichbar sind?
- Ist es möglich, das Kind zunächst mitzunehmen und mit den Eltern zu verabreden, dass es im Krisenfall vorzeitig nach Hause fährt?

Fährt ein Kind mit ADHS mit auf die Klassenfahrt, sollte man daran denken, dass die Grundregeln für den Unterricht auch – oder sogar besonders – in einer fremden Umgebung gelten. Am Besten unterhalten Sie sich vorher intensiv mit den Eltern, wo Knackpunkte bestehen, die Sie vielleicht noch nicht kennen.

Das Kind braucht sehr viel Struktur, um einen geregelten Tagesablauf zu bewältigen. Dies beginnt bei einer intensiven Vorbereitung: Jeder Tag sollte feste Punkte haben, die immer gleich sind. Bei den wechselnden Programmpunkten kann ein Klassenfahrtsplan helfen, der, ähnlich wie der Stundenplan, genau den Ablauf zeigt. Passen Sie auch den Tagesablauf an: Wenn das Kind z.B. von zu viel Input überfordert wird, sollten Ruhephasen eingebaut werden.

## Klassenkameraden

Kinder mit ADHS haben häufig durch ihr Verhalten Schwierigkeiten, Freundschaften aufzubauen und zu erhalten. Mehr noch als alle anderen benötigen Kinder mit ADHS eine Förderung der sozialen und emotionalen Kompetenzen. Als Lehrer sollte man dabei nicht erwarten, dass das Kind zum „Liebling“ der Klasse wird. Ziel sollte es

vielmehr sein, dass die Kinder sich gegenseitig akzeptieren und angemessen miteinander umgehen.

*Sie sind ein Vorbild* Als Lehrer übernehmen Sie in der Klasse eine besondere Vorbildfunktion. Ihr Umgang mit der Krankheit und dem betroffenen Kind prägt auch das Verständnis der anderen Kinder. Anerkennung und Wertschätzung, ohne das Kind in eine Sonderrolle zu heben, lassen auch die Mitschüler die positiven Seiten deutlicher erkennen.

Auf der anderen Seite führen ständige öffentliche Ermahnungen und Strafen zu einem deutlich negativeren Bild. Geben Sie dem Kind die Chance, seine Stärken vorzustellen: Lassen Sie es beispielsweise ein Referat über ein Thema halten, in dem es sich ganz besonders gut auskennt.

*ADHS als Unterrichtsthema* Die Frage, ob ADHS in der gesamten Klasse thematisiert werden sollte, ist häufig problematisch. Einerseits haben viele Lehrer und Eltern Angst, das Kind zu stigmatisieren – oft will auch das Kind nicht, dass den Klassenkameraden von der Krankheit erzählt wird. Auf der anderen Seite hat sich gezeigt, dass Kinder häufig besser mit dem betroffenen Kind umgehen können, wenn sie über die Hintergründe aufgeklärt wurden. Die Entscheidung darüber, wie mit dem Thema umgegangen wird, sollten Eltern, Schüler und Lehrer gemeinsam treffen. Natürlich darf der Schüler mit ADHS auf keinen Fall „vorgeführt“ werden.

Zum sensiblen Umgang mit chronischen Erkrankungen wie auch ADHS hat die Bundeszentrale für Gesundheitliche Aufklärung eine Broschüre herausgegeben, die Sie bestellen oder online abrufen können.

*Konflikte neutral besprechen* Es ist wahrscheinlich, dass ein Kind mit ADHS häufiger in Konfliktsituationen gerät. Zum einen, weil es durch seine Impulsivität zu starken Reaktionen neigt, zum anderen aber auch, weil die Mitschüler häufig sehr gut die Schwachstellen des betroffenen Kindes erkennen und diese zum Ärgern nutzen. Sie sollten aufpassen, dass Sie hier nicht als Richter eingreifen: Häufig ist der Schuldige nicht so einfach auszumachen und eine gerechte Lösung der Situation gar nicht möglich. Besser ist es, die Kinder zunächst ohne Wertung zu trennen. In einem späteren Gespräch kann dann geklärt werden, warum die Kinder streiten und von allen Beteiligten Lösungsvorschläge angehört werden.

*Freundschaften behutsam fördern* Aufkeimende Freundschaften in der Klassengemeinschaft können Sie behutsam fördern, z.B. in dem Sie die Kinder gemeinsam arbeiten lassen. Allerdings sollten Sie dabei vermeiden, dass soziale verträgliche Kinder nicht ständig mit dem betroffenen Kind zusammenarbeiten, obwohl sie das gar nicht wollen – nur weil „es so gut klappt“. Eine Zusammenarbeit mit dem betroffenen Kind darf nicht als Strafe für die anderen Kinder empfunden werden.

## **Elternabende**

Ein Kind mit ADHS in der Klasse kostet viel Ihrer Zeit und Aufmerksamkeit. Die Mitschüler erzählen mit großer Wahrscheinlichkeit ihren Eltern von den Vorkommnissen und Schwierigkeiten mit dem Kind mit ADHS. Nicht selten sind diese dann beunruhigt, ob ihr eigenes Kind ungestört dem Unterricht folgen kann und genügend Aufmerksamkeit erhält.

Zusammen mit den Eltern des betroffenen Kindes kann hier überlegt werden, ob es sinnvoll ist, die anderen Eltern aufzuklären und z.B. einen Informationsabend über ADHS zu veranstalten.

Bei einem Konflikt oder sogar „Frontenbildung“ zwischen den Eltern sollten Sie vorsichtig agieren. Wenn Sie hier zu sehr für einen Teil Partei ergreifen, können Sie sich in eine schwierige Situation manövrieren: Beide Fraktionen werden ungehalten reagieren, wenn Sie das Gefühl haben, dass Sie auf der „anderen Seite stehen“.

Grundsätzlich sollte gelten, dass Sie unabhängig von allen Elternmeinungen entscheiden, wie in der Schule mit der Erkrankung und daraus entstehenden Problemen umgegangen wird.

**Weitere Informationen zu dem Thema ADHS findet man unter der Quelle:  
[www.adhs-lebenswelt.de](http://www.adhs-lebenswelt.de)**