

In diesem Kapitel erfahren Sie, wie Sie Aufmerksamkeit und Konzentration fördern und Beziehungsarbeit leisten können.



### Wussten Sie, dass...

Es gibt heute mehr Kinder mit einer ADHS-Diagnose als noch in den 1980er- und 1990er-Jahren. Das ergibt sich aber nicht aus einer tatsächlichen Häufung der Krankheitsfälle, sondern aus der Zunahme an Diagnosen. Zum einen liegt das daran, dass die Diagnostik verfeinert wurde und weiterhin erweitert wird. Zum anderen hat sich das Interesse der Öffentlichkeit an ADHS als Verhaltensauffälligkeit geändert. In Zeitungsartikeln, Fernsehberichten und auf Elternabenden wird ADHS verstärkt zum Thema und ist den meisten Eltern geläufig. Es entsteht fast der Eindruck, dass in Gesprächen, auf dem Spielplatz, im Austausch in Internetforen, mittlerweile schnell von *ADHS* gesprochen wird, wenn ein Kind etwas unaufmerksamer, zappeliger und lauter ist als seine Altersgenossen. Studien konnten keinen Zusammenhang zwischen den verbreiteten Erklärungsversuchen vom steigenden Fernseh- und Medienkonsum sowie zu viel Junkfood oder auch zunehmender *Erziehungsinkompetenz* von Eltern feststellen. ADHS ist erwiesenermaßen ein Krankheitsbild, das angeboren ist oder sich direkt nach der Geburt entwickelt und schon vor dem sechsten Lebensjahr auftritt.

Da gerade diese Verhaltensauffälligkeit negativ konnotiert ist, ist es wichtig aufzuklären, Stärken hervorzuheben und Abhilfe zu schaffen. Prominente, die offen mit ihrer Diagnose umgehen, sind Jamie Oliver oder die Profitennisspielerin Serena Williams.



### Rechtliche Feinheiten

Schülerinnen und Schüler mit ADHS haben keinen Anspruch auf eine Schulbegleitung oder einen Nachteilsausgleich. Die Förderung der Schülerinnen und Schülern liegt allein in der Verantwortung der jeweiligen Schule bzw. der jeweiligen Lehrkraft. Zu beachten ist, dass manche Kinder aufgrund ihrer ADHS das Medikament Ritalin® einnehmen. Diese Tabletten fallen unter das Betäubungsmittelgesetz. Deshalb dürfen diese auf einem Ausflug oder einer Klassenfahrt nur mit einer speziellen schriftlichen Erlaubnis verabreicht werden. Auch benötigen Sie für die Verabreichung eine schriftlich formulierte Anweisung von einer Ärztin / einem Arzt. Halten Sie hierzu auf jeden Fall auch Rücksprache mit Ihrer Schulleitung.



### Verhaltensweisen auf einen Blick oder: Kein vorsätzliches Verhalten

In Deutschland sind 300 000 bis 700 000 Kinder von einer Aufmerksamkeitsstörung betroffen. Dabei unterscheidet man zwei Kindertypen: den vorwiegend hyperaktiv-impulsiven Typ und den vorwiegend aufmerksamkeitsgestörten Typ. Bei manchen Kindern liegt eine Mischform vor und sie weisen Verhaltensweisen beider Typen auf. In der Regel haben Sie in Ihrer Lerngruppe mindestens eine/-n, eher sogar zwei Schülerinnen oder Schüler mit einer ADHS. Die frühere Darstellung AD(H)S mit Klammer wird im Übrigen nicht mehr vorgenommen. Das *H* steht entweder für *Hyper*aktivität beim impulsiven und für *Hypo*aktivität beim ruhigen Typ.

Folgende mögliche Verhaltensweisen sind mir in meiner Tätigkeit als Lehrerin durch Beobachtung und den Austausch mit Betroffenen und im Kollegium aufgefallen. Diese könnten sicherlich ergänzt werden und treffen in ihrer Gesamtheit nicht auf alle Kinder mit der Besonderheit zu, bieten jedoch eine erste Annäherung.

Das Kind ...

- hat meist eine kürzere Konzentrationsspanne.
- ist weniger aufmerksam.
- ist leicht ablenkbar.
- hat einen übermäßigen Bewegungsdrang.
- neigt zu Impulsivität.

(Hyperaktivität)

- ermüdet oder langweilt sich schnell.
- wirkt abwesend und verliert sich in Tagträumereien.

(Hypoaktivität)

Daraus können sich negative Folgen für die soziale Integration des Kindes ergeben.

Insbesondere durch eine ausgeprägte Impulsivität und Hyperaktivität, welche mit einem Nähe-Distanz-Problem einhergehen kann, kann das Kind in eine Außenseiterposition geraten. Und auch für Sie als Lehrkraft ist das Verhalten eines hyperaktiven Kindes herausfordernd. Behalten Sie jedoch stets im Hinterkopf: Regelverstöße erfolgen bei Kindern mit einer ADHS weniger aus Vorsatz als aus Unachtsamkeit.<sup>1</sup> Ein weiterer interessanter Aspekt ist, dass Kinder mit einer ADHS über einen hohen Gerechtigkeitssinn verfügen.



Nicht jedes Kind, das wild ist oder viel träumt, hat eine Konzentrationsschwäche. Im Grundschulalter ist es völlig normal, dass ein Kind phasenweise unruhiger oder unaufmerksamer ist als sonst. Eine ADHS liegt nur dann vor, wenn schon vor dem zwölften Lebensjahr Auffälligkeiten vorhanden waren, diese über einen Zeitraum von mehr als sechs Monaten und in mindestens zwei Lebensbereichen, z. B. in der Schule und im Elternhaus, auftreten. Sie ist nicht *heilbar* und wird die Person auch im Erwachsenenalter noch begleiten. Sie kann aber therapiert und ggf. auch medikamentös behandelt werden, sodass ein Zurechtkommen im Alltag und ein Zusammenleben mit anderen konfliktfrei möglich ist.

<sup>1</sup> vgl. Berger, Holubowsky, Wayàn (2023): S. 35.

### Perspektivwechsel



Kinder mit ADHS fordern ihr Umfeld durch ihr besonderes Verhalten heraus. Sehr schnell geraten Kinder, Eltern, Betreuer und Lehrkräfte in einen Teufelskreis. Das Verhalten des Kindes führt zu einer Ermahnung, das Kind setzt sein Verhalten fort, es erfolgt eine erneute Ermahnung und schließlich reagiert das Gegenüber unwirsch, laut, mit harten Sanktionen. Da das Verhalten des Kindes immer wieder in derselben Form auftaucht, ist das Stresslevel aller Beteiligten erhöht und es kommt in Folge immer schneller zu unguten Situationen. Es liegt in der Natur der Sache, dass die *negativen* Momente eher im Bewusstsein bleiben als die Situationen, in denen das Kind sich so verhält, wie es *erwartet* wird oder sich besonders positiv hervorhebt. Das ist schade, weil der Fokus somit ausschließlich auf dem Problemverhalten liegt. Deshalb ist es wichtig, dass Sie sich ganz bewusst immer wieder die positiven Eigenschaften des Kindes vor Augen führen. Dadurch geht es keineswegs darum, die bestehenden Probleme in ein rosa Brillenglas zu tauchen und kleinzureden, aber indem sie ihre negative Sichtweise ab und zu korrigieren, können Sie ihm phasenweise wieder unbefangener und freundlicher gesinnt gegenüberreten:

- Kinder mit einer ADHS sind oftmals sehr hilfsbereit. Weisen Sie ihnen Klassendienste zu, bei denen sie sich bewegen und dabei etwas für die Gemeinschaft tun, z.B. Blumendienst, Austeildienst.
- Der Gerechtigkeitssinn von Kindern mit einer ADHS ist stark ausgeprägt. Setzen Sie es deshalb als Schiedsrichter bei Spielen im Sportunterricht ein.
- Achten Sie auf Kleinigkeiten oder *Selbstverständlichkeiten*, wenn es z.B. pünktlich am Platz sitzt, seinen Stuhl hochstellt oder die Tür leise schließt.
- Reagieren Sie sofort mit einer nonverbalen Geste, z.B. einem freundlichen Blick oder einem Daumen-hoch-Zeichen.
- Sammeln Sie positive Momente: Machen Sie sich eine kurze Notiz, wenn das Kind etwas besonders gut gemacht hat, Sie gemeinsam einen schönen Moment hatten. Melden Sie es ihm in einem Gespräch oder auf einer Karte und ab und zu auch in einem Elterngespräch zurück.
- Wichtig: Rechnen Sie die positiven Erlebnisse nicht mit negativen auf, z.B. anstatt der Aussage: *Es ist toll, dass du deinen Tisch so schnell aufgeräumt hast, aber danach warst du ja sehr laut*, formulieren Sie ein ausschließliches Lob: *Es war toll, dass du deinen Tisch so schnell aufgeräumt hast.*

### Aufmerksamkeit fördern durch die richtige Platzwahl

In erster Linie sollte es darum gehen, die Aufmerksamkeit des betroffenen Kindes zu fokussieren und die Reize, die von außen kommen, *machbar* zu gestalten. Sie können beispielsweise durch räumliche Maßnahmen eine Verbesserung der Situation erreichen. Sprechen Sie in jedem Fall zuvor mit dem jeweiligen Kind.

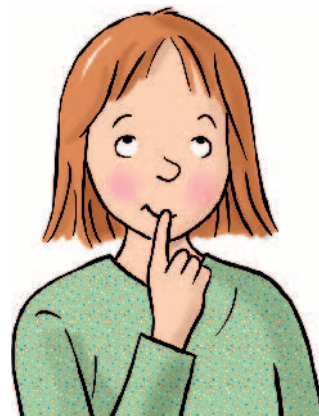
Hier ein paar Tipps, die helfen können:



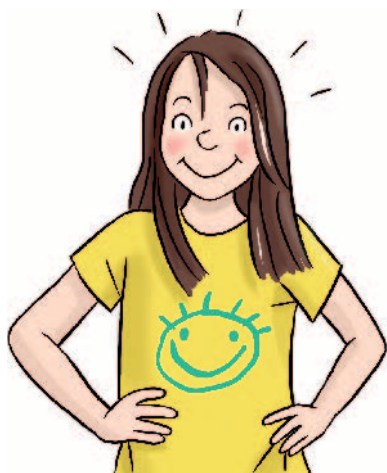
**hilflos**



**verunsichert**



**nachdenklich**



**stolz**



**stark**



**gelangweilt**