



Kathrin Hoberg

Schulratgeber ADHS

Ein Leitfaden für LehrerInnen

3. Auflage

EV reinhardt

Kathrin Hoberg

Schulratgeber ADHS

Ein Leitfaden für LehrerInnen

Mit 33 Abbildungen und 6 Tabellen

3., überarbeitete Auflage

Ernst Reinhardt Verlag München

Kathrin Hoberg ist als Diplom-Psychologin und Psychologische Psychotherapeutin im Sozialpädiatrischen Zentrum in Aachen tätig. Sie gibt regelmäßig Fortbildungen für LehrerInnen zum Thema ADHS.

Hinweis: Soweit in diesem Werk eine Dosierung, Applikation oder Behandlungsweise erwähnt wird, darf der Leser zwar darauf vertrauen, dass die Autoren große Sorgfalt darauf verwandt haben, dass diese Angabe dem Wissensstand bei Fertigstellung des Werkes entspricht. Für Angaben über Dosierungsanweisungen und Applikationsformen oder sonstige Behandlungsempfehlungen kann vom Verlag jedoch keine Gewähr übernommen werden. – Die Wiedergabe von Gebrauchsnamen, Handelsnamen, Warenbezeichnungen usw. in diesem Werk berechtigt auch ohne besondere Kennzeichnungen nicht zu der Annahme, dass solche Namen im Sinne der Warenzeichen- und Markenschutz-Gesetzgebung als frei zu betrachten wären und daher von jedermann benutzt werden dürften.

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <<http://dnb.d-nb.de>> abrufbar.

ISBN 978-3-497-03226-6 (Print)

ISBN 978-3-497-61804-0 (PDF-E-Book)

ISBN 978-3-497-61805-7 (EPUB)

© 2023 by Ernst Reinhardt, GmbH & Co KG, Verlag, München

Dieses Werk, einschließlich aller seiner Teile, ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung außerhalb der engen Grenzen des Urheberrechtsgesetzes ist ohne schriftliche Zustimmung der Ernst Reinhardt GmbH & Co KG, München, unzulässig und strafbar. Das gilt insbesondere für Vervielfältigungen, Übersetzungen in andere Sprachen, Mikroverfilmungen und für die Einspeicherung und Verarbeitung in elektronischen Systemen. Der Verlag Ernst Reinhardt GmbH & Co KG behält sich eine Nutzung seiner Inhalte für Text- und Data-Mining i.S.v. § 44b UrhG ausdrücklich vor.

Printed in EU

Cover unter Verwendung eines Fotos von ©istockphoto.com / stray_cat

Alle Fotos im Innenteil von Marcus Gloger

Illustrationen im Innenteil von Pit Flick

Layout der Abbildungen 3–5, 12–13 und der Piktogramme in Kapitel 5 von Eva Osburg

Satz: Sabine Ufer, Leipzig

Ernst Reinhardt Verlag, Kemnatenstr. 46, D-80639 München

Net: www.reinhardt-verlag.de E-Mail: info@reinhardt-verlag.de

Inhalt

Vorwort zur dritten Auflage	9
Einleitung	11
1 Das Störungsbild	13
1.1 Leitkriterien der ADHS	16
1.2 Der Weg zu einer fundierten Diagnose	26
<i>1.2.1 Die Exploration der Familie</i>	28
<i>1.2.2 Die Exploration des Umfelds</i>	29
<i>1.2.3 Die Exploration des Kindes.....</i>	31
1.3 Differentialdiagnostik	35
<i>1.3.1 Das Vorliegen einer „tatsächlichen“ ADHS</i>	35
<i>1.3.2 Begleitende Störungen und Krankheitsbilder der ADHS.....</i>	38
1.4 Häufigkeit.....	40
1.5 ADHS über alle Lebensphasen.....	41
2 Das Erklärungsmodell	49
2.1 Ursachen.....	49
2.2 Prozesse	59
<i>2.2.1 Exekutive Funktionen.....</i>	60
<i>2.2.2 Motivationale Funktionen.....</i>	64
3 Der Behandlungsplan	66
3.1 Maßnahmen bei den Eltern.....	70
3.2 Maßnahmen im Umfeld	75
3.3 (Psycho-)therapeutische Maßnahmen und Trainings beim Kind.....	76
<i>3.3.1 Maßnahmen beim Vorschulkind</i>	77
<i>3.3.2 Maßnahmen beim Schulkind</i>	78

6 Inhalt

3.4	Medikamentöse Behandlung.	84
3.4.1	<i>Medizinische Basisfakten</i>	86
3.4.2	<i>Die verschiedenen Präparate</i>	94
4	Maßnahmen in der Schule	98
4.1	Grundlegende Maßnahmen	99
G1	<i>Sich selbst stärken</i>	99
G2	<i>Die Beziehung zum Schüler stärken</i>	106
G3	<i>Der Kreislauf des Misserfolgs</i>	108
G4	<i>Klassenzimmer und Sitzplatz</i>	114
G5	<i>Bewegung und Entspannung</i>	117
G6	<i>Sondervereinbarung</i>	120
G7	<i>Beurteilungskarten</i>	121
G8	<i>Klassengespräch</i>	123
G9	<i>Klassenwechsel</i>	124
G10	<i>Unterrichtsstrategien</i>	126
G11	<i>Hausaufgaben</i>	135
G12	<i>Elternkontakt</i>	140
G13	<i>Kontakt zu den Fachleuten</i>	145
G14	<i>Selbstinstruktion</i>	147
G15	<i>Der Konsequenzenpool</i>	150
4.2	Spezifische Maßnahmen	155
S1	<i>Loben</i>	156
S2	<i>Blick- und Körperkontakt</i>	159
S3	<i>Sprachfrei Arbeiten</i>	160
S4	<i>Zeichen setzen mit Konsequenz</i>	163
S5	<i>Ignorieren (mit positivem Modell)</i>	167
S6	<i>Time Out</i>	169
S7	<i>Handeln statt Erklären</i>	174
S8	<i>Broken Record Technik</i>	175
S9	<i>Wirksam Durchsetzen</i>	177
S10	<i>Klassenregeln</i>	180
S11	<i>Verstärkersysteme</i>	182
5	Erste Hilfe bei problematischem Verhalten	199
5.1	Erste Hilfe bei Aufmerksamkeitsproblemen.....	200
A	<i>Der Schüler führt einfachste Arbeitsanweisungen nicht durch</i>	200
B	<i>Der Schüler fängt seine Aufgaben nicht an</i>	202
C	<i>Der Schüler vergisst viel</i>	203

<i>D</i>	<i>Der Schüler packt nicht ein oder zieht sich nicht an</i>	204
<i>E</i>	<i>Der Schüler bleibt in der Bearbeitung von Aufgaben nicht dran</i>	205
<i>F</i>	<i>Der Schüler ist unempfänglich für Erklärungen</i>	208
<i>G</i>	<i>Der Schüler schaut ab</i>	209
5.2	Erste Hilfe bei motorischer Überaktivität	210
<i>H</i>	<i>Der Schüler zappelt, wippt und wackelt mit den Füßen . . .</i>	210
<i>I</i>	<i>Der Schüler fällt ständig vom Stuhl</i>	210
<i>J</i>	<i>Der Schüler steht auf und läuft herum</i>	211
<i>K</i>	<i>Der Schüler klettert exzessiv in der Pause und beim Sportunterricht</i>	212
<i>L</i>	<i>Der Schüler rempelt andere Kinder an</i>	213
5.3	Erste Hilfe bei impulsivem Verhalten	214
<i>M</i>	<i>Der Schüler beginnt die Bearbeitung der Aufgabe, ohne zu überlegen oder zu wissen, was er eigentlich tun soll</i>	214
<i>N</i>	<i>Der Schüler explodiert bei Ermahnungen oder Kritik . . .</i>	215
<i>O</i>	<i>Der Schüler redet permanent</i>	216
<i>P</i>	<i>Der Schüler diskutiert endlos</i>	218
<i>Q</i>	<i>Der Schüler verletzt sich ständig ungewollt</i>	218
<i>R</i>	<i>Der Schüler redet ständig dazwischen und platzt mit den Antworten heraus</i>	220
5.4	Erste Hilfe bei oppositionellem und aggressivem Verhalten . . .	221
<i>S</i>	<i>Der Schüler gehorcht nicht</i>	221
<i>T</i>	<i>Der Schüler ist ständig in Rangeleien verwickelt</i>	221
<i>U</i>	<i>Der Schüler sagt Schimpfworte</i>	223
<i>V</i>	<i>Der Schüler streitet seine Beteiligung am Geschehen ab .</i>	224
<i>W</i>	<i>Der Schüler tritt oder schlägt absichtlich andere</i>	225
<i>X</i>	<i>Der Schüler widersetzt sich Gesagtem</i>	226
<i>Y</i>	<i>Der Schüler kaspert und spielt den Klassenclown</i>	227
<i>Z</i>	<i>Der Schüler entzieht sich der Bestrafung</i>	228
Literatur		230
Internet-Adressen		242
Sachregister		243

Einleitung

Wenn man über die Aufmerksamkeits-Defizit-Hyperaktivitäts-Störung, kurz ADHS, schreibt, muss man davon ausgehen, dass vieles bereits bekannt ist, denn bei einem Thema von dieser Aktualität und gesellschaftlichen Relevanz fängt niemand bei null an. Gleichwohl sind die Grundlagen zur Thematik in den ersten drei Kapiteln noch einmal dargestellt, da sonst für Lehrkräfte wesentliche und wissenswerte Informationen fehlen würden.

Die letzten beiden Kapitel sind ausschließlich praxisorientiert und anwendungsbezogen. Es wird ein ausführlicher Überblick über die möglichen Maßnahmen mit einer Vielzahl von praktischen Tipps gegeben. Zusätzlich wird man darin unterstützt, die für sich und den betreffenden Schüler geeigneten Maßnahmen herauszufiltern und zusammenzustellen, um damit nach Belieben „switchen“ und kombinieren zu können. Und hier im Überblick, was die einzelnen Kapitel beinhalten:

Im **ersten Kapitel** wird eine Schneise durch den Begriffsschubel geschlagen, damit ein komplexes Thema wie das **Störungsbild ADHS** besser durchschaubar ist. Es wird beschrieben, wodurch sich die Kinder mit ADHS, insbesondere im Schulalltag, auszeichnen und wie sie sich in den einzelnen Lebensabschnitten präsentieren. Hier werden auch die Kriterien anschaulich dargestellt, die Lehrkräften helfen können, einen von ADHS betroffenen Schüler zu identifizieren und aufgezeigt, wie es zur Stellung der Diagnose durch die Kliniker kommt.

Im **zweiten Kapitel** werden die für die Entstehung einer ADHS vermuteten Ursachen und Prozesse in einem Erklärungsmodell transparent gemacht. Aus dem Modell wird erkennbar, warum sich die Kinder mit ADHS so verhalten, wie sie es tun.

Im **dritten Kapitel** wird gezeigt, welchem **Behandlungsplan** der Umgang mit der ADHS-Problematik folgen sollte. Es wird veranschaulicht, welche Möglichkeiten bei den Kindern, ihren Familien und im Umfeld bestehen, um die Symptomatik in den Griff zu kriegen und im Alltag besser damit zurechtzukommen.

Im **vierten Kapitel** werden Strategien und Techniken aufgeführt, die im Umgang mit von ADHS betroffenen Schülern angewandt werden können. Ihre Durchführung wird genau beschrieben. Das Kapitel bietet einen grundlegenden Überblick über das gesamte Repertoire an **Maßnahmen im Schulalltag** und über den damit einhergehenden Handlungsspielraum, unabhängig von den individuellen Problemen des einzelnen Schülers. Die Interventionen gehen von den elementaren über die spezifischen Voraussetzungen weiter ins Detail. Sie sind durch eine bestimmte Kennung bezeichnet, um sie anschließend besser nachschlagen zu können:

- Unter „G“ finden sich die „**Grundlegenden Maßnahmen**“ zur Erleichterung des Unterrichtsalltags. Es wird beschrieben, wie man sich selbst im Umgang mit den schwierigen Schülern „wappnet“ und die Beziehung zum Schüler wird beleuchtet. Grundlegende Voraussetzungen, beispielsweise im Hinblick auf Klassenraumgestaltung, bewährte Unterrichtsstrategien, Hausaufgabensituation, Bewegungsangebote und Kommunikation mit der Klasse, sind hier Thema, aber auch die Gestaltung des Kontakts zu den Eltern und zu den Fachleuten.
- Weiterführende **Spezifische nonverbale und verbale Interventionen** werden unter „S“ dargestellt. Es handelt sich um spezielle Techniken, die bei der Arbeit mit von ADHS betroffenen Schülern verstärkt zum Einsatz kommen sollten. Entsprechende Checklisten helfen jeweils bei der Umsetzung der Maßnahmen.

Im **fünften Kapitel** wird eine Art Erste Hilfe bei problematischem Verhalten dargestellt. Hier kann man auf einen Blick die passenden Vorgehensweisen und Strategien zu ganz speziellen Fragestellungen und Problemschwerpunkten des eigenen Schülers finden.

Ein **typisches Fallbeispiel** eines Schülers mit ADHS können Sie zusätzlich zum Buch unter www.reinhardt-verlag.de finden. Anhand eines fiktiven, aber realistischen Falls wird dort sehr anschaulich gezeigt, wie man im ganz normalen Stress des Schulalltags Schritt für Schritt vorgehen kann, um den Verhaltensweisen eines Schülers mit ADHS im Unterricht effektiv zu begegnen.

In den **Literaturhinweisen** wird die diesem Buch zugrunde gelegte Literatur aufgeführt. Hier ist zusätzlich die Literatur zum Thema ADHS entsprechend markiert, die speziell für die Pädagoginnen, aber auch für die Eltern sowie die Schüler selbst empfehlenswert ist. Entsprechende **Links** sind dort ebenfalls zu finden. Spezielle Begriffe können im **Sachregister** nachgeschlagen werden.

Es ist selbstverständlich, dass Lehrerinnen und Lehrer gleichermaßen angesprochen sind und dass Schülerinnen mit ADHS und Schüler mit ADHS in gleicher Weise berücksichtigt werden. Um den Lesefluss nicht zu stören, werde ich im fortlaufenden Text von Kindern mit ADHS oder von Schülern mit ADHS sprechen, wobei sowohl Jungen als auch Mädchen gleichermaßen gemeint sind. Entsprechend möchte ich die Lehrer herzlich bitten, sich angesprochen zu fühlen, wenn außer von Lehrkräften auch von Lehrerinnen und Pädagoginnen gesprochen wird. Zudem wird auf Seiten der Fachleute von Untersuchern und Diagnostikern gesprochen, wobei Untersucherinnen und Diagnostikerinnen immer mit gemeint sind.