

ADS oder ADHS (Aufmerksamkeits-Defizit-Hyperaktivitäts-Syndrom)

Aufmerksamkeits-Defizit-Hyperaktivitäts-Syndrom ist ein Begriff, mit dem Kinder beschrieben werden, die ein überaktives Verhalten und Impulsivität zeigen und denen es besonders schwer fällt, aufmerksam zu sein. Ca. 6 % der Kinder in Deutschland sind von ADHS betroffen. Bei Jungen wird die Störung fünfmal häufiger diagnostiziert als bei Mädchen. Es handelt sich um Kinder mit unterschiedlichen Begabungsniveaus. Fachleute warnen davor, dass der Begriff überstrapaziert und so ausgeweitet wird, dass damit alle Kinder tituliert werden, die sich „schlecht benehmen“. Aber neueste Forschungen deuten auf eine beträchtliche Zahl an Kindern hin, die ein Verhalten zeigen, das die Diagnose ADHS rechtfertigt. In besonders schweren Fällen kann das Kind auch medikamentös behandelt werden, z. B. mit Methylphenidat (Ritalin), das positive Effekte erzielen kann. Dies ist jedoch ein kontroverses Thema und muss im Einzelfall entschieden werden.



Probleme betroffener Kinder

- Schwierigkeiten, Anweisungen zu folgen und eine Aufgabe zu Ende zu führen
- Schwierigkeiten, an einer Aufgabe „dranzubleiben“
- Leicht ablenkbar und vergesslich
- Hören oft nicht zu
- Zappeln, sind ruhelos, können nicht still sitzen
- Stören andere Kinder bei der Arbeit
- Können nicht aufhören zu reden, unterbrechen andere
- Laufen umher, wenn es nicht angebracht ist
- Platzen mit Antworten heraus, ohne abzuwarten, bis sie aufgerufen werden
- Schwierigkeiten beim Warten oder Abwechseln mit anderen
- Handeln impulsiv, ohne an die Konsequenzen zu denken

Zwar gibt es viele Kinder, die zeitweise einige dieser Verhaltensweisen an den Tag legen; jene, die solche Probleme zu Hause oder in der Schule ständig zeigen, leiden möglicherweise an ADHS. Diesen Kindern fällt es oft schwer zu lernen; Studien aus den USA haben ergeben, dass 90 % der Kinder mit ADHS in der Schule ihr Potential nicht ausschöpfen können und dass 20 % Probleme beim Lesen haben.

Allgemeine Hinweise zur Unterstützung und Förderung in der Schule

Wenn Eltern ihre Kinder in jungen Jahren unterstützen, können sie so möglicherweise spätere Probleme verhindern. Hier einige zentrale Grundsätze:

- Halten Sie Augenkontakt, wenn Sie mit dem Kind sprechen. Wenn Sie aus einem anderen Zimmer rufen, kann es sein, dass Sie das Kind ignoriert.
- Geben Sie einfache Anweisungen („Ein-Satz-Regel“).
- Loben Sie das Kind ausdrücklich; bestärken Sie das Kind, wenn es etwas gut macht.
- Bleiben Sie ruhig – wenn Sie wütend werden, könnte das Kind dieses Gefühl spiegeln.
- Legen Sie „Auszeiten“ fest, um mit Wutausbrüchen des Kindes umzugehen.
- Üben Sie Rituale ein, die das Kind beruhigen.
- Geben Sie einen klaren Tagesablauf vor.

- Geben Sie im Voraus einen Ausblick, wann etwas geschehen wird oder etwas zu Ende geht.
- Vermeiden Sie, wenn Sie zwei Alternativen anbieten, dabei die Option „Nein“ zu sagen: „Möchtest du deine Jacke jetzt gleich anziehen oder erst, wenn wir draußen sind?“

Lehrer können den Kindern mit ADHS helfen, indem sie genau darauf achten, wie sie das Klassenzimmer organisieren und wie sie sich selbst verhalten.

- Sorgen Sie für möglichst wenig Ablenkung im Klassenzimmer.
- Variieren Sie in jeder Unterrichtsstunde Ihre Unterrichtsmethoden und Aktivitäten, wechseln Sie stille Aufgaben am Arbeitsplatz mit Bewegungsaufgaben ab.
- Setzen Sie überschaubare, erreichbare Ziele und belohnen Sie das Kind sofort, wenn es eine Aufgabe erfüllt hat.
- Präsentieren Sie Texte in großzügigem Format und großer Schrift ohne Reizüberflutung auf der Seite.
- Alle Regeln im Klassenzimmer sollen klar und einfach sein und regelmäßig geübt bzw. angewendet werden.
- Benutzen Sie Checklisten, um dem Schüler beim Ablauf einer Übung oder bei den Hausaufgaben zu helfen.
- Ermutigen Sie das Kind, mit Worten zu beschreiben, was getan werden muss – zuerst der Lehrkraft gegenüber, dann noch einmal im Stillen zu sich selbst.
- Setzen Sie positive Aufmerksamkeit und Lob ein, um gutes Verhalten zu belohnen.
- Geben Sie dem Kind besondere Verantwortungsbereiche, damit es ein positives Selbstbild entwickelt und die anderen Kinder es in einem positiven Kontext erleben.

Bundesverband Aufmerksamkeitsstörung/ Hyperaktivität e.V.

Postfach 60, 91291 Forchheim
Telefon 0 91 91 – 70 42 60, <http://bv-ah.nanugruppe.de>

AÜK Bundesverband Arbeitskreis Überaktives Kind e.V.

Postfach 410724, 12117 Berlin
Telefon 030 – 85 60 59 02, www.bv-auek.de

Allgemeine Informationen
www.adhs.de

➔ s. S. 63

INDIVIDUELLER FÖRDERPLAN (IFP)			
Name: Alter: Klasse:	Startdatum: Datum der erneuten Prüfung: IFP Nr.:	Schwerpunkt: Asperger-Syndrom Stärken: Auswendig lernen Zusätzliche personelle Unterstützung:	
Ziele: 1. Helfer in der Computer-AG werden, sodass andere Schüler ihn bei Problemen ansprechen können. 2. Ein Verständnis für Metaphern entwickeln – X soll die Bedeutung von zehn gebräuchlichen Metaphern kennen. 3. Jeden Tag die jeweiligen Aufgaben und Arbeitsblätter beenden.	Strategien im Klassenzimmer: 1. X mit seinem Namen ansprechen. 2. Darauf achten, dass Aufgaben entweder notiert und/oder erklärt werden, sodass X darauf vorbereitet ist, was er zu tun hat. Fertige Arbeitsblätter abzeichnen. 3. X Stärke, sich an Fakten zu erinnern, nutzen und so sein Selbstwertgefühl zu steigern. 4. Unkomplizierte Sprache verwenden. 5. X Bedürfnis nach ausreichend Platz respektieren. Ihm erlauben, am Ende einer Reihe oder eines Tisches zu sitzen. 6. So oft wie möglich einen Computer benutzen.	Rolle der Eltern/Betreuer: 1. Bei den Hausaufgaben helfen. 2. Regelmäßigen Kontakt mit der Lehrkraft pflegen. 3. Die Arbeit mit Metaphern unterstützen.	
Erfolgskriterien: 1. Beobachten, ob X mindestens bei fünf verschiedenen Gelegenheiten Schülern hilft, die ihn um Rat bitten. 2. X ist in der Lage, die Bedeutung von einer der erläuterten Metaphern wiederzugeben. 3. X soll am Ende jedes Tages seine Arbeitsblätter abgeben und zeigen, dass er alle Aufgaben beendet hat.		Vereinbart durch:	
		Lehrkraft:	
		Eltern/Betreuer:	
		Schüler:	
		Datum:	