

### **1. Behalten Sie die Übersicht**

Kinder mit Aufmerksamkeitsdefizit- und Hyperaktivitätssyndrom zu unterrichten ist Schwerstarbeit!

Sie rauben einem den letzten Nerv, können provozieren und jeden Pädagogen zur Ratlosigkeit treiben.

Wichtig ist zu wissen, dass das Kind an einer spezifischen, organisch mitbedingten Einschränkung seiner Fähigkeiten leidet und deshalb spezieller pädagogischer Unterstützung und Förderung bedarf. Dieses Wissen kann helfen, einen professionellen inneren Abstand zu bewahren und auch in Situationen ruhig zu reagieren, in denen es schwer fällt.

### **2. Zusammensetzung der Klasse überprüfen**

Es ist hilfreich, wenn die Kinder in Klassen mit einer möglichst geringen Klassenstärke beschult werden können. Außerdem sollte die Anzahl anderer Problemkinder in der Klasse begrenzt sein.

### **3. Überprüfen Sie die Organisation des Klassenzimmers**

Günstige Plätze für hyperaktive Kinder sind relativ weit vorne. So sind die Ablenkungsmöglichkeiten gering. Günstig sind Sitznachbarn, die selber ruhige Kinder sind und an denen Modelllernen möglich ist. Ein Einzeltisch, der frontal zur Tafel steht ist besser als ein Gruppentisch. Dieser sollte eher nicht beim Fenster stehen,

### **4. Gestalten Sie den Unterricht möglichst strukturiert und abwechslungsreich**

Da es den Kindern an Selbststeuerungsmöglichkeiten fehlt und sie

deshalb mehr (und nicht weniger) an Außensteuerung brauchen, erleichtert abwechslungsreicher und strukturierter Unterricht den Kindern die Mitarbeit und Konzentration (nicht die Freiarbeit). Kurze Bewegungsphasen können hilfreich sein.

### **5. Stärken Sie die positive Beziehung zum Kind.**

Häufig ist die Lehrer - Schüler - Beziehung sehr belastet, sodass die positiven Anteile und Erfahrungen sowohl von Lehrern als auch vom Kind kaum mehr wahrgenommen werden können.

Bedenken Sie, dass das Kind aufgrund der hyperkinetischen Störung gerade im Unterricht eingeschränkt ist und wesentlich mehr Kraft und Anstrengung aufbringen muss, um Anforderungen zu bewältigen, die für andere selbstverständlich sind.

Günstig ist es, sogenannte Selbstverständlichkeiten zu beachten und Zeit zu finden (1-2 Minuten in der Pausenaufsicht oder nach dem Unterricht), um mit dem Kind alleine zu sprechen und positive Verhaltensansätze rückzumelden und so die positive Beziehung zu stärken.

### **6. Sprechen Sie Probleme an**

Meist ist es sinnvoll, auch mit der gesamten Klasse über die Probleme des Kindes zu sprechen. (Z.B. können Sie erklären, dass Kinder, die sich nicht so gut konzentrieren können als spezielle Maßnahme einen besonderen Sitzplatz bekommen, so wie Kinder, die nicht so gut sehen eine Brille haben). Scheuen Sie sich nicht davor, das Problem beim Namen zu nennen. Meist haben diese Kinder aufgrund ihres Verhaltens schon

ein negatives Image auch bei den Mitschülern. Wenn es gelingt, deutlich zu machen, dass dies eine Einschränkung für das Kind ist (so wie andere Kinder andere Einschränkungen haben wie nicht so gut sehen oder nicht so sportlich sein) kann man das Kind entlasten und auch für besondere Hilfen werben, die dem Kind zuteil werden. Achten Sie aber darauf, dass das Kind ein solches Gespräch nicht als beschämend erlebt.

### **7. Stellen Sie klare Regeln auf**

Besprechen Sie mit der ganzen Klasse allgemeine Klassenregeln, die für alle gelten. Legen Sie nur Regeln fest, für deren Einhaltung Sie auch sorgen können. Günstig ist es, positive Konsequenzen für das Einhalten der Regeln zu vereinbaren und negative Konsequenzen bei Regelverstoß. Mit dem Kind, das ADHS zeigt, können Sie zusätzlich eine Sonderregel vereinbaren, bei deren Beachtung es Sonderbelohnungen gibt. Machen Sie für die anderen Mitschüler immer deutlich, dass sich dieses Kind in besonderem Maße anstrengen muss, um ein bestimmtes Verhalten zeigen zu können, das für andere kaum anstrengend ist.

### **8. Loben Sie das Kind häufig und unmittelbar.**

Loben Sie das Kind dann, wenn es etwas gut gemacht hat und wenn es die Regeln einhält. Bei Kindern mit ADHS kann das Verhalten weniger als bei anderen Kindern durch gelegentliches oder verzögertes Lob beeinflusst werden. Deshalb ist häufige und unmittelbare Zuwendung wichtig. Als Belohnung können auch Stempelbilder oder auch ein Punktesystem verwendet

werden. Die gesammelten Punkte können in Vergünstigungen (z.B. spezielle Spielzeit, Tafeldienst, weniger Hausaufgaben) eingetauscht werden.

Bei guter Zusammenarbeit mit den Eltern kann auch ein Eintausch der Punkte in Belohnungen in der Familie erfolgen.

### **9. Seien Sie konsequent**

Wenn Sie das Kind regelmäßig dafür loben, dass es sich an vereinbarte Regeln hält, dann haben Sie auch das Recht, eine negative Konsequenz folgen zu lassen, wenn es sich nicht an die Regeln hält.

Die Konsequenzen sollen unmittelbar auf das Problemverhalten folgen und nicht erst Stunden später.

Hyperaktive Kinder unterscheiden sich von anderen Kindern darin, dass sie kaum auf verzögerte oder nur gelegentlich erfolgende Konsequenzen reagieren.

Erwarten Sie nicht, dass diese Kinder aufgrund von Einsicht die Regeln einhalten. Ein Punkte-Entzugsplan ist sehr hilfreich, um im Klassenverband schnell und konsequent negative Konsequenzen zu setzen.

Auch sollten Sie darüber hinaus die Möglichkeit haben, das Kind für kurze Zeit aus der Klasse schicken zu können.

Natürlich unter Gewährleistung der Aufsicht kann im Lehrerkollegium gegenseitige Unterstützung vereinbart werden (z.B. kurze Zeit in die Nachbarklasse und Stillbeschäftigung oder Direktion).

### **10. Leiten Sie das Kind zur Selbstkontrolle an**

Ältere Schüler (etwa ab der 4. Klasse Volksschule) können zur Beobachtung der

eigenen Probleme und zur Selbstbeobachtung angeregt werden.

(Siehe Beiblatt) Sie können Punkt für Punkt mit dem Schüler erarbeiten und ihm Rückmeldungen geben, wie ihm die Umsetzung seiner Regeln gelungen ist.

### **11. Halten Sie engen Kontakt zu den Eltern.**

Versuchen Sie, mit den Eltern zu gemeinsamen Problemlösungen zu gelangen. Häufig haben Eltern ähnliche Schwierigkeiten zu Hause, mitunter sind jedoch die Probleme in der Schule stärker, weil die Anforderungen an Konzentration und Ausdauer im Unterricht höher sind.

Vermeiden Sie eine Haltung, die von den Eltern als vorwurfsvoll wahrgenommen werden könnte und Eltern nur dazu bewegt, sich schützend vor ihr Kind zu stellen, anstatt gemeinsam an der Lösung des Problems zu arbeiten. Wenn Sie den Eindruck haben, dass die Probleme nicht ohne therapeutische Hilfe bewältigt werden können, empfehlen Sie, therapeutische Hilfe in Anspruch zu nehmen (Kinder- und Jugendlichentherapeuten oder Kinder- und Jugendpsychiater).

Impressum: Oberösterreichische  
BetreuungslehrerInnen zur integrativen  
Betreuung verhaltensauffälliger SchülerInnen

Zitiert nach: Döpfner / Frölich / Lehmkuhl  
Ratgeber Hyperkinetische  
Störungen, Hogrefe

f.d.l.v.: Ingrid Köberl – Schmidt, VS 46, Linz

**[www.betreuungslehrer-ooe.at](http://www.betreuungslehrer-ooe.at)**

# Leitfaden

## für LehrerInnen

## zum Umgang mit hyperkinetischen Kindern

### **1. Verschaffe dir Klarheit über dein Problem !**

Überlege dir möglichst genau, wie deine Probleme aussehen. Bleibe nicht bei allgemeinen Eigenschaftsbeschreibungen (z.B.: ich bin unruhig, ich kann mich nicht konzentrieren, ich bin zu doof) stehen, sondern versuche, jedes einzelne Problem möglichst genau zu beschreiben (z.B.: ich melde mich zu wenig in Englisch; ich trödle bei den Hausaufgaben und mache alles mögliche andere; es fällt mir schwer, im Unterricht auf meinem Platz sitzen zu bleiben).

### **2. Überlege, ob du das Problem lösen möchtest!**

Eine bestimmte Sache hat nie nur Nachteile oder nur Vorteile. Überlege daher bitte genau, ob du das Problem wirklich ändern möchtest. Wenn du zu der Schlussfolgerung kommst, dass mit einem bestimmten Problem hauptsächlich Nachteile verbunden sind – z.B. dass du nur Ärger und schlechte Noten bekommst, weil du im Unterricht oft dazwischen redest – dann solltest du dir zum Ziel setzen, dieses Problem zu verändern. Wichtig ist dabei vor allem deine eigene Einschätzung und nicht die deiner Eltern oder Lehrer. Wenn du also beispielsweise meinst, dass die Note Vier in Englisch o.k. ist, dann solltest du dir auch nicht das Ziel setzen, eine bessere Note zu erreichen. Wichtig ist deine Einschätzung. Du kannst natürlich

die Vor- und Nachteile einer Sache mit deinen Eltern diskutieren, am Ende soll aber deine Entscheidung stehen.

### **3. Bestimme deine Zwischenziele und mache dir einen Plan.**

Wenn du dir ein Ziel ausgewählt hast, dann ist es sehr wichtig, dass du Zwischenziele bestimmst. In den seltensten Fällen gelingt es, ein Ziel auf einmal zu erreichen. Wenn du dir also zum Ziel gesetzt hast, dass du im Englischunterricht mehr mitmachen möchtest, dann kannst du dir zunächst vornehmen, in jeder Englischstunde dich mindestens einmal zu melden. Wenn du das Ziel hast, in Englisch eine bessere Note zu bekommen, dann kannst du dir zunächst zum Ziel setzen, jeden Tag zehn Vokabeln zu lernen. Die Zwischenziele dürfen nicht zu groß ausfallen, und du solltest auch nicht das Erreichen von solchen Zwischenzielen als Kleinigkeiten abtun. Am besten ist es, wenn du dir für jeden Tag ein bestimmtes Tagesziel vornimmst.

### **4. Setze deinen Plan um und beobachte dich selbst!**

Mache dir Merkzettel oder irgendwelche Zeichen, die dich an dein Ziel immer wieder erinnern. Notiere dir auf ein Blatt Papier jeden Tag, wie gut du dein Ziel für diesen Tag erreicht hast (z.B. wie häufig du dich im Unterricht gemeldet hast, wie

gut du die Vokabeln gelernt hast, wie zügig du deine Hausaufgaben gemacht hast).

### **5. Bewerte dich selbst und setze dir neue Ziele!**

Scheue dich nicht, dich selbst zu loben, wenn es dir gelungen ist, für diesen Tag dein Ziel zu erreichen, auch wenn es nur ein kleines Zwischenziel ist. Wenn du dein Tagesziel nicht erreicht hast, dann werfe nicht gleich alles in die Ecke, sondern mache dir Mut für den nächsten Tag. Wenn du ein wichtiges Zwischenziel erreicht hast, dann solltest du dir selbst auch etwas gönnen – z.B. ins Kino gehen... Vielleicht kannst du deine Eltern auch davon überzeugen, dass sie dir für deine Anstrengungen eine Belohnung geben.

### **6. Bleib´ dran, gib nicht auf!**

Du hast sicher beim Lesen dieser Tipps gemerkt, dass das Ganze ziemlich anstrengend sein kann. Sicher wirst du auf diesem Weg auch Misserfolge haben. Lass dich aber davon nicht entmutigen, sondern bleib´ dran und gib nicht auf. Wenn es dir gelingt, dann wird dir später einiges leichter fallen als jetzt. Es ist aber auch wichtig, dass du dir Ziele auswählst, die du wirklich erreichen kannst. Deshalb kann es auch sinnvoll sein, einfach ein anderes, leichter zu erreichendes Ziel auszusuchen, wenn es mit dem einen Ziel nicht geklappt hat.

1. Verschaffe dir Klarheit über deine Probleme !
2. Überlege, ob du das Problem lösen möchtest!
3. Bestimme deine Zwischenziele und mache dir einen Plan!
4. Setze deinen Plan um und beobachte dich selbst!
5. Bewerte dich selbst und setze dir neue Ziele!
6. Bleib dran, gib nicht auf.



Wenn du denkst, es ist hilfreich, suche dir eine Vertrauensperson, die dich dabei unterstützt.

Impressum:  
Oberösterreichische BetreuungslehrerInnen  
zur integrativen Betreuung verhaltensauffälliger  
SchülerInnen

Zitiert nach: Döpfner / Frölich / Lehmkuhl  
Ratgeber Hyperkinetische  
Störungen, Hogrefe  
f.d.l.v.: Ingrid Köberl – Schmidt, VS 46, Linz

[www.betreuungslehrer-ooe.at](http://www.betreuungslehrer-ooe.at)



## 6 Tipps

### für Kinder ab der 4.KI.VS und Jugendliche

die Probleme mit ihrer  
Konzentrationsfähigkeit  
und Ausdauer haben

