

# ADHS im Schulzimmer

## Ein Erfahrungsbericht aus dem pädagogischen Alltag

**Das Wissen über die Diagnose AD(H)S, geeignete Zugänge und pädagogische Interventionen können massgeblich zu einem konstruktiven Umgang mit herausforderndem Verhalten im Schulzimmer beitragen und verhindern, dass der Schulalltag zur Zerreissprobe wird. Im Folgenden ein Versuch, die aus der Praxis und Theorie gesammelten Erfahrungen darzustellen sowie präventive als auch reaktive pädagogische Interventionen zu erläutern.**

Von Gianna Mina

**N**eben der Familie stellt die Schule eine wichtige Sozialisationsinstanz im Leben eines Kindes dar. Nicht selten verbringen die Kinder mehr Zeit in der Schule und bei den ergänzenden Betreuungsangeboten als zu Hause. Die Schulzeit wird von AD(H)S-betroffenen Kindern und ihren Eltern oftmals als sehr beschwerlich empfunden. Die Volksschule hat die Aufgabe, möglichst alle Kinder in der Volksschule zu integrieren. Die in verschiedenen Zentralschweizer Kantonen erlassenen Konzepte zur Sonderschulung unterliegen dem Primat «Integration vor Separation». Die integrative Sonderschulung findet innerhalb der Regelklasse statt und hat zum Ziel, allen Lernenden eine optimale Grundlage zur schulischen und sozio-emotionalen Entwicklung zu ermöglichen. AD(H)S-betroffene Kinder können durch ihre kurze Konzentrationsspanne, ihre Impulsivität und Hyperaktivität selbst erfahrene Lehrpersonen mit hoher pädagogischer Kompetenz an die Grenzen der Belastbarkeit führen. Der Umgang mit herausforderndem Verhalten kann somit für alle Betroffenen eine grosse Belastung darstellen und endet nicht selten in Überforderung und Frust.

**Als sehr belastend werden Prüfungs- und Leistungssituationen beschrieben.**

### Werte und Normen

Zu Beginn soll nochmals darauf hingewiesen werden, dass Verhaltensweisen von Kindern immer in Relation zu einer sozialen Norm gesetzt werden. Ein Kind, das häufig gegen Regeln und Normen verstösst, wird als «auffällig» beschrieben. Welches Verhalten als auffällig oder störend empfunden und definiert wird, hängt also in erster Linie von den in der Gesellschaft und im sozialen Umfeld des Kindes verankerten kulturellen Normen und Werten sowie von unseren ganz persönlichen Erwartungen und Werten ab. Beim Begriff der «Auffälligkeit» oder «Abweichung» handelt es sich also primär um eine subjektive Zuschreibung.

### Verhaltenskreative Kinder besser verstehen

Eine Auseinandersetzung mit dem Verhalten des Kindes ist unumgänglich. Grundsätzlich lässt sich sagen, dass

Verhalten variabel ist. Es verändert sich über die Zeit und ist von biologischen, psychischen und sozialen Faktoren abhängig und in unterschiedlichem Masse beeinflussbar. Konstruktive wie auch störende Verhaltensweisen sind erlernbar. Einen Umgang mit AD(H)S-betroffenen Kindern zu finden bedeutet also, den Menschen und seine Umwelt als Einheit zu verstehen sowie auslösende und aufrechterhaltende Faktoren eines Verhaltens zu erkennen und zu verändern. Voraussetzung dafür ist ein Grundverständnis darüber, was AD(H)S ist und was es mit dem betroffenen Kind macht. Das bedeutet, dass Eltern, Lehrpersonen, Bezugspersonen sowie die betroffenen Kinder selbst von medizinischen Fachpersonen in einer angemessenen und umfassenden Weise über die Krankheit informiert und aufgeklärt werden müssen.

### Kinder in Krisen brauchen Halt

Die wichtigste Grundvoraussetzung in der pädagogischen Arbeit mit betroffenen Kindern ist die wertschätzende Beziehung zwischen dem Kind und der Lehrperson. Sie ist die Basis aller pädagogischen Bemühungen und setzt die Beziehungsbereitschaft der Lehrperson voraus. Kinder mit herausforderndem Verhalten zeigen oft ein enormes Bedürfnis nach Aufmerksamkeit und Zuwendung. Um dieses Bedürfnis zu befriedigen, greifen sie nicht selten zu inakzeptablen Methoden. Dann besteht die Gefahr, dass Lehrpersonen und die anderen Kinder ihnen vor allem mit negativer Zuwendung begegnen, indem sie auf das unerwünschte Verhalten reagieren. Ungewollt werden so die Verhaltensweisen verstärkt, weil sie das Bedürfnis nach Aufmerksamkeit befriedigen. Die grosse Herausforderung besteht also darin, dem Kind Möglichkeiten und Wege aufzuzeigen, wie es dieses Bedürfnis nach Zuwendung positiv erfüllen kann. Dem Kind mit ehrlichem Interesse zu begegnen und dies aufrecht zu erhalten, auch wenn es rebelliert und die Beziehung zur Lehrperson aktiv herausfordert, ist nicht selten eine Zerreissprobe für die Beziehungsbereitschaft der Lehrperson. Umso wichtiger ist es zu verstehen, dass diese Kinder bereits oft Zurückweisung und Abbrüche von Beziehungen erlebt haben und somit in ihrem Vertrauen in tragfähige Beziehungen enttäuscht worden sind. Um dieses

Selbstbild nicht zu zementieren, ist es vor allem in Krisen besonders bedeutsam, das Kind zu begleiten und eine bedingungslose Zuwendung zu signalisieren.

Als Folge der Impulsivität können betroffene Kinder Gefahren oft schlecht abschätzen und zeigen eine gesteigerte Risikobereitschaft. Sie haben Mühe, Impulse zu steuern, und reagieren oft rasch und heftig auf Reize, was zu schnellen Schwankungen der Gefühlslage und einer gesteigerten Tendenz zu aggressivem Verhalten führen kann. In einer so reizintensiven Umgebung wie der Schule führt dies häufig zu Konflikten. Die physische Anwesenheit von Lehr- oder Vertrauenspersonen in reizintensiven Situationen, wie beispielsweise in den Garderoben oder in Pausen, können Sicherheit geben. Konflikte können rechtzeitig erkannt und deeskaliert werden. Ebenso kann das Vorbesprechen von Pausenaktivitäten dazu dienen, (Reiz-)Überforderungen zu minimieren. Entstandene Konflikte zu thematisieren und zu reflektieren ist wichtig, vor allem auch für die anderen betroffenen Kinder. Kochen die Emotionen hoch, so ist eine Auseinandersetzung mit dem Geschehen häufig wenig ertragreich. Hier ist es lohnend, die Konflikte erst abkühlen zu lassen und dann darüber zu sprechen.

### Umgang mit negativen Gefühlen – Kind und Verhalten trennen

Betroffene Kinder verbinden das negative Bewerten von Fehlern und Verhalten oftmals mit einer Entwertung ihrer Person. Dies blockiert sie nicht nur in Entscheidungen des sozialen Handelns, sondern auch in fachlichen Bereichen. Ein konstruktiver Umgang mit Fehlern und Fehlverhalten ist unerlässlich und wirkt ermutigend, um neue Wege zu beschreiten. Das Kind kann von der Lehrperson unterstützt werden, indem gezeigt wird, dass negative Emotionen in Ordnung sind und Hilfestellungen geboten werden, Gefühle und Emotionen zu verbalisieren. Es soll signalisiert werden, dass das Verhalten und nicht das Kind selbst falsch war. Beschämungen, Blossstellungen und Schuldzuweisungen gilt es grundsätzlich zu vermeiden. Vielmehr soll versucht werden, dem Kind gegenüber eine ruhige und positive Haltung einzunehmen und Hilfestellungen zu bieten.

### Aktion statt Reaktion – Schulalltag konkret

Die politischen und pädagogischen Entwicklungen der Schulen in den letzten Jahren führen dazu, dass der Schulalltag für Kinder mit AD(H)S zunehmend anspruchsvoller wird. Die konstante Zunahme an Reizangeboten, unter anderem auch durch die modernen Medien, die immer länger dauernden Schultage, der lehrplanbedingte erhöhte Zeitdruck und das frühe Einfordern von Selbstständigkeit sind nur einige davon. Dazu kommt die Zunahme von Teilpensen, die es den Kindern erschwert, eine stabile Beziehung zur Lehrperson aufzubauen.

Diesen strukturellen Herausforderungen sowie den rasanten gesellschaftlichen Veränderungen zu begegnen, ist die Mammutaufgabe vieler Lehrpersonen. Unter der Prämisse Aktion statt Reaktion bieten sich in der Gestaltung des Schulalltags und des Unterrichts Möglichkeiten, (Reiz-)Überforderungen und Unterrichtsstörungen präventiv zu vermeiden.

### Struktur und Rituale

AD(H)S-betroffene Kinder können sich häufig schlecht organisieren und haben Schwierigkeiten, ihre Aufmerksamkeit zu bündeln. Feste Orientierungspunkte für alltägliche Abläufe im Schulbereich bedeuten für die Kinder Sicherheit, Verlässlichkeit und Überschaubarkeit. Ein konstanter Stundenplan, transparente Tagesabläufe, wiederkehrende Rituale und Kernelemente, wie zum Beispiel Beginn und Abschluss der Unterrichtsstunde in der Gruppe, gewährleisten Vorhersehbarkeit. Das Visualisieren von Tages- und Wochenabläufen, Ämtli, Hausaufgaben usw. erleichtern den Überblick und geben Orientierung.

### Übergänge begleiten

Situations- und Ortswechsel sowie Übergänge jeglicher Art sind für Kinder mit herausforderndem Verhalten ein grosser Kraftakt. Bereits kurzfristige Entscheidungen über das Durchführen einer Schulreise oder das krankheitsbedingte Ausfallen einer Lehrperson können Stressoren darstellen. Nicht selten kommt es in solchen Situationen zu einer hohen Erregung des Kindes. Es gilt deshalb, die Kinder in diesen Übergängen zu begleiten. Die physische Präsenz der Lehrperson kann während diesen Übergängen helfen, das Erregungsniveau zu dämpfen sowie einen Einstieg am neuen Ort zu ermöglichen. Es ist hilfreich, Veränderungen in der Klassenkonstellation oder in der Tages- beziehungsweise Wochenstruktur vorgängig mit dem Kind zu besprechen und es darauf vorzubereiten.

### Reizreduktion

Betroffene Kinder verfügen über eine hohe Reizoffenheit. Sie hören und sehen alles. Dies führt zu beachtlichen Schwierigkeiten, die Aufmerksamkeit zu lenken, und es macht sie enorm ablenkbar. Die Gestaltung des Arbeitsplatzes und des Klassenraums ermöglichen es, der Reizfilterschwäche entgegenzuwirken. Grundsätzlich gilt es, möglichst viele Reize zu reduzieren und Rückzugsmöglichkeiten zu schaffen. Klare Fokussierungspunkte im Schulzimmer (z. B. die Tafel) tragen dazu bei, die Aufmerksamkeit zu leiten. Auch die Platzierung des Kindes bietet Möglichkeiten und soll bewusst vorgenommen werden. Dabei gilt es, ablenkende Faktoren, wie zum Beispiel Fenster oder Türen, sowie die Pultnachbarn zu berücksichtigen. Kurze Wege zum Lehrpersonpult vermeiden lange Gänge durchs Schulzimmer. Sichtnähe zur Lehrperson ermöglicht eine nonverbale Kommunikation durch Blicke und Gesten; das vermittelt dem Kind Sicherheit. Das Bereitstellen von Kopfhörern ermöglicht es den Kindern, akustische Reize einzudämmen; ebenso das Schaffen eines Rückzugsortes wie eine Höhle oder eine ruhige Ecke. Arbeitsmaterialien und Hilfsmittel sollten einfach zugänglich und immer am gleichen Ort auffindbar sein. Des Weiteren ermöglichen Visualisierungen von Arbeits- oder Organisationsabläufen am Arbeitsplatz eine selbstständige Orientierung.

### Unterrichtsgestaltung

Die Unterrichtsformen haben sich in den letzten Jahren zunehmend verändert. Der Frontalunterricht ist offenen Lernformen wie Projekt- und Planarbeiten gewichen. In

**Situations- und Ortswechsel sowie Übergänge jeglicher Art sind für Kinder mit herausforderndem Verhalten ein grosser Kraftakt.**

Bezug auf Kinder mit herausforderndem Verhalten werden offene Lernformen häufig kritisiert, da sie die Konzentration erschweren und die Ablenkung erhöhen. Zudem erfordern sie mehr selbstorganisiertes Planen und Arbeiten. Dennoch gelten sie als wichtige Elemente der inneren Differenzierung und ermöglichen Erfahrungsfelder zur Entwicklung von Selbststeuerungs- sowie Sozialkompetenzen. Zudem ermöglichen sie Partizipation und Selbstbestimmung. Um dem Kritikpunkt der mangelnden Struktur entgegenzuwirken, sind betroffene Kinder in diesen offenen Lernformen besonders eng zu begleiten. Nicht selten vermeiden AD(H)S-betroffene Kinder Aufgaben, die ein längeres Durchhaltevermögen einfordern. Das Aufteilen grosser Aufgaben in diverse kleine Teilaufgaben kann förderlich wirken, die Arbeit überschaubar und bewältigbar zu machen. Transparente Lernziel- und Verhaltenserwartungen geben Orientierung und können den Einstieg in die Arbeitsphase erleichtern. Dienlich ist gut strukturiertes Lernmaterial, welches mehrere Sinneskanäle anspricht. Unterricht, der stärkenorientiert ist und Erfolgserlebnisse ermöglicht, kommt nicht nur den AD(H)S-Kindern, sondern allen Lernenden zugute.

Die Konzentrationsspanne von Kindern ohne AD(H)S liegt bei 5- bis 10-Jährigen zwischen 15 und 20 Minuten und bei 10- bis 15-Jährigen zwischen 25 und 30 Minuten. Bei Kindern mit AD(H)S ist die Konzentrationsspanne je nach Ausprägung deutlich geringer. Demzufolge ist es bedeutsam, dass die Arbeits- und Zeiteinheiten überschaubar bleiben.

Kinder haben einen hohen Bewegungsdrang, Kinder mit AD(H)S einen noch viel höheren. Es fällt ihnen schwer, lange still zu sitzen. Häufig sind sie zappelig, laut und ständig in Bewegung. Dieser motorischen Überaktivität kann mit ausreichend Bewegungsmöglichkeiten und regelmässigen Bewegungspausen entgegengekommen werden. Das Vermeiden von zu langen Einheiten im Frontalunterricht oder in Kreissituationen trägt zur Verminderung von Unruhe bei. Nonverbale und allenfalls zuvor abgemachte Gesten und Zeichen erinnern das Kind an die Verhaltenserwartungen.

Vielen betroffenen Kindern fällt es schwer, Pflichten und Regeln einzuhalten. Wenige, aber klare Regeln, welche konsequent eingefordert werden, erleichtern dem Kind das Einhalten der Regeln.

Als sehr belastend werden Prüfungs- und Leistungssituationen beschrieben. Liegt eine diagnostizierte körperliche, geistige oder psychische Beeinträchtigung vor, die sich auf die schulische Leistung auswirkt, kann als pädagogische Massnahme ein Nachteilsausgleich gesprochen werden. Er soll die Chancengleichheit zwischen den Lernenden gewährleisten und Kindern mit speziellen Bedürfnissen dazu verhelfen, ihr Potenzial auszuschöpfen. Durch den Nachteilsausgleich werden für die Betroffenen die Rahmenbedingungen in Prüfungssituationen angepasst, was zu einer Entlastung der Drucksituation führen kann.

### Umgang mit Widerstand

Trotz allen präventiven Massnahmen und pädagogischen Bemühungen ist mit Widerstand und Verweigerung zu rechnen. Dies kann für die Lehrpersonen und Fachkräfte im Alltag sehr kräftezehrend sein. Die Arten von Wider-

stand sind divers und reichen von aktiv-verbal bis passiv-nonverbal. In einem ersten Schritt geht es also immer darum, Widerstand überhaupt zu erkennen. Kinder verweigern sich nicht aus Spass. Widerstand hat für die Betroffenen immer eine (Schutz-)Funktion. Das betroffene Kind versucht, mit Widerstand etwas zu bewahren. Das können der innere Friede, die Sicherheit, die Anerkennung oder das eigene Selbstbild sein. Folgende Elemente können dazu dienen, den Widerstand zu überwinden und der Situation angemessene Worte zu finden:

- Würdigung der Gründe, sich so zu verhalten («Ich verstehe sehr gut, dass..., Du hast bestimmt deine Gründe..., Ich kann mir vorstellen, dass das für dich herausfordernd ist...»). Widerstand ist aus Sicht des betroffenen Kindes berechtigt.
- Fokus auf Auswirkungen legen. Obwohl von der Absicht her verständlich – im Hinblick auf die Auswirkungen ist es etwas anderes («Ich überlege, wie wir das Ziel erreichen..., Wenn du dich weigerst, dann..., Wir schaffen es nicht, die Aufgabe zu erfüllen, wenn..., Was passiert dann...»).
- Bitte/Wunsch nach verändertem Verhalten. Mit dem Wunsch nach Veränderung Unterstützung anbieten («Wie wollen wir die nächsten 15 Minuten gestalten, dass..., Es scheint mir sinnvoll, dass du..., Vielleicht können wir schauen, wie ich dich dabei unterstützen kann...»).

### Kreative Lösungen für kreative Kinder

So vielseitig die Ausprägungen eines AD(H)S ausfallen können, so vielseitig sind die Kinder, welche die Diagnose gestellt bekommen. Wir dürfen davon ausgehen, dass allen Fach- und Bezugspersonen das grösstmögliche Interesse am Wohlergehen des betroffenen Kindes haben und deshalb eine interdisziplinäre und systemübergreifende Zusammenarbeit für einen konstruktiven Umgang mit den betroffenen Kindern unumgänglich ist.

AD(H)S-betroffene Kinder können den Alltag der Erwachsenen bedeutend auf den Kopf stellen. Nicht selten haben die Kinder eine bemerkenswerte Ausdauer, Bezugspersonen in endlos scheinende Diskussionen über den Sinn und Unsinn einer Aufgabe zu verstricken. Diese Vehemenz, der häufig stark ausgeprägte Gerechtigkeitsinn, die grenzenlose Fantasie, der Erfindergeist und das überwältigende Forschungsinteresse sind kaum zu überbieten und sollen als Ressource anerkannt und gefördert werden. Kreative Kinder erfordern kreative Lösungen. So sind der Mut zu unkonventionellen Lösungen, Gelassenheit und Humor gute Begleiter im Umgang mit Kindern mit herausforderndem Verhalten. Oder – um es in den Worten von Picasso zu sagen: «Als Kind ist jeder ein Künstler. Die Kunst liegt darin, als Erwachsener einer zu bleiben.»

Korrespondenzadresse:

Gianna Mina  
 Primarlehrerin und Sozialarbeiterin  
 Jugendanwaltschaft Aargau  
 Frey-Herosé-Strasse 12  
 5001 Aarau  
 E-Mail: gianna.mina@ag.ch

### Kinder verweigern sich nicht aus Spass.