



**TAC**  
TEACHING AD(H)D  
CHILDREN

# Unterricht von Kindern mit AD(H)S




Co-funded by  
the European Union

Von der Europäischen Union finanziert. Die geäußerten Ansichten und Meinungen entsprechen jedoch ausschließlich denen des Autors bzw. der Autoren und spiegeln nicht zwingend die der Europäischen Union oder der Europäischen Exekutivagentur für Bildung und Kultur (EACEA) wider. Weder die Europäische Union noch die EACEA können dafür verantwortlich gemacht werden

# Inhalt



Einleitung	_____	2
Hintergrund	_____	3
Klassenführung & Lernumgebung	_____	7
Beziehungen	_____	11
Lernerfahrung	_____	14
Schlusswort	_____	16



# Los geht's!

Die Aufmerksamkeitsdefizit/Hyperaktivitätsstörung (ADHS) ist aufgrund ihrer relativen Häufigkeit eine der häufigsten psychischen Störungen im Kindes- und Jugendalter – **weltweit** liegt die Prävalenz bei **3–5 %**. Kinder mit ADHS haben erhebliche Schwierigkeiten beim **Lernen und im sozialen Leben**. Gleichzeitig fühlen sich Lehrkräfte durch das mit ADHS verbundene Verhalten oft besonders belastet. Ungeachtet ihres intellektuellen Potenzials beeinträchtigt der spezifische Wahrnehmungs- und Verarbeitungsstil der betroffenen Kinder häufig ihre **Lernfähigkeit, ihr Gedächtnis und ihre Emotionsregulation**, was zu mangelndem (gegenseitigem) Verständnis, Stigmatisierung, sozialer Ausgrenzung und sogar zum Schulabbruch führen kann.

In den letzten Jahrzehnten hat sich in Wissenschaft und Praxis ein beachtlicher Wissensschatz über ADHS und unterstützende Interventionen angesammelt. Das Erasmus+ Projekt TAC ("**Teaching ADHD Children**") soll zur Verbreitung dieses Wissens in der Aus- und Weiterbildung von Lehrkräften beitragen, um Schüler:innen mit ADHS im Unterricht besser zu unterstützen. Zusätzlich zu einem umfassenden Schulungsprogramm wurde daher das **TAC-Online-Training** entwickelt, um Informationen über **wichtige Erkenntnisse zu ADHS und evidenzbasierte Strategien** in einem digitalen Selbstlernformat bereitzustellen.

[HTTPS://TEACHING-ADHD-CHILDREN.EU/](https://teaching-adhd-children.eu/)

## Was ist ADHS?

ADHS steht für  
**Aufmerksamkeits-  
Defizit  
Hyperaktivitäts-  
Störung**

Das Hauptziel dieses Leitfadens besteht darin, **praktische Strategien** für den Unterricht von Kindern mit ADHS zu vermitteln. Die vollständige Schulung ist online verfügbar.

Die Elemente dieses E-Books sind Auszüge aus den vom TAC-Konsortium entwickelten Materialien und sollten zur Vertiefung der Kenntnisse durch die verfügbaren Schulungsmaßnahmen ergänzt werden.

## Schulungs- Plattform



## TAC FÖRDMT EINE INKLUSIVE HALTUNG UND VERMITTELT LEHRKRÄFTEN STRATEGIEN

...damit Lehrkräfte die negativen Lernverläufe von Kindern mit ADHS durchbrechen und Veränderungen im Leben der Kinder bewirken können. Dies soll durch die Steigerung des Lernerfolgs und die Förderung des Zugehörigkeitsgefühls ermöglicht werden, damit Kinder mit ADHS ihr volles Potenzial ausschöpfen können.

### WIE TAC KINDER SIEHT

Jede Person hat **biopsychologische Merkmale** und ist in ihr **soziokulturelles Umfeld** eingebettet. Zugleich wird zwischen Person und Verhalten unterschieden. Jeder Mensch verdient **bedingungslosen Respekt**. Nur das Verhalten, nicht die Person, kann dysfunktional, nicht zielführend oder problematisch sein.

Dabei wird davon ausgegangen, dass das Verhalten durch die Befriedigung von **Bedürfnissen** motiviert ist und somit aus Sicht der Person eine **Funktion** erfüllt.

## DIE WICHTIGSTEN THEORETISCHEN MODELLE, DIE DIESER HALTUNG ZUGRUNDE LIEGEN:

### Maslows Bedürfnispyramide

Block, M. (2011). Maslow's Hierarchy of Needs.

### Bronfenbrenners bioökologisches Model der menschlichen Entwicklung

Bronfenbrenner & Morris (2006): The Bioecological Model of Human Development



#### WUSSTEN SIE, DASS...

Abraham Maslow das Konzept der Selbstverwirklichung begründet hat?

## DYNAMISCHE SYSTEME UND ENTWICKLUNGSPSYCHOLOGIE

Bei der Betrachtung von Entwicklung muss berücksichtigt werden, dass Entwicklungsverläufe von zahlreichen Variablen beeinflusst werden, die in ständiger Wechselwirkung stehen.

Das bedeutet, dass es mehrere Ursachen und Wege zu denselben Ergebnissen geben kann und dass dieselben Variablen und Wege bei verschiedenen Kindern zu unterschiedlichen Verläufen führen können. Schließlich geht es bei Entwicklung um die fortlaufende Anpassung des Individuums und des Umfelds zueinander.

### EVIDENZBASIERTE PRAXIS IN TAC

TAC passt evidenzbasierte Strategien an die spezifischen Merkmale **der Schüler:in, der Lehrkraft und der Schule** an. Das bedeutet, dass wissenschaftlich erwiesene wirksame Interventionen an die individuellen Anforderungen angepasst werden.

### ADHS

ADHS-typische Verhaltensweisen sind in der Gesellschaft dimensional verteilt und stellen ein Kontinuum dar. Das bedeutet, dass jedes Kind diese Verhaltensweisen zeigen kann, wobei die Ausprägungen von altersgemäßer Konzentration/Impulskontrolle/Motorik auf der einen Seite bis hin zu einer klinisch relevanten Entwicklungsstörung auf der anderen Seite reichen. Diese Verhaltensweisen sollten daher nur dann im Sinne einer Störung interpretiert werden, wenn sie im Verhältnis zum Alter und zum Intelligenzniveau des Kindes sehr ausgeprägt sind, d.h. wenn sie sich an einem Ende des Kontinuums befinden. Sollen Leistungen des Gesundheitssystems, wie z. B. Psychotherapie, in Anspruch genommen werden, erfordert dies die Zuweisung einer Diagnose.

### WICHTIG ZU WISSEN

Es ist nicht das ADHS Kind, sondern das Kind mit ADHS (-Symptomen)

Das Kind ist viel mehr als eine Diagnose!

## HINTERGRUND

### KLASSIFIKATION

### PRÄVALENZ

Bei etwa 5 % aller Schulkinder weltweit wird eine ADHS diagnostiziert, wobei es in jüngster Zeit keine Hinweise auf einen Anstieg der Prävalenz gibt. Diagnostik und Behandlung erfolgen in der Regel während der Grundschulzeit, wobei Jungen in einem Verhältnis von 2:1 bis 6:1 überrepräsentiert sind. Die Diagnosekriterien und -instrumente konzentrieren sich hauptsächlich auf die Altersgruppe der 6- bis 12-Jährigen, wobei das Erscheinungsbild bei Jungen tendenziell stärker berücksichtigt wird. Dies führt möglicherweise dazu, dass ADHS bei Vorschulkindern, Jugendlichen und Mädchen nicht ausreichend erkannt wird.

ADHS ohne komorbide Probleme ist selten: 85 % der Betroffenen haben eine weitere psychische Störung oder Entwicklungsstörung, 60 % sogar mehr als eine.

FINDEN SIE DAZU  
KONKRETE BEISPIELE  
AUS IHREM  
SCHULALLTAG

ADHS wird in der ICD-10 und im DSM-5 unterschiedlich definiert und als "hyperkinetische Störung" bzw. "Aufmerksamkeitsdefizit-Hyperaktivitätsstörung" bezeichnet. Die Störung umfasst Unaufmerksamkeit, Hyperaktivität und Impulsivität, wobei die beiden letztgenannten inzwischen als eine Kategorie betrachtet werden. Bei einigen Personen kann auch nur die Unaufmerksamkeit vorliegen, was die Diagnose ADS begründet.

Die Diagnose setzt voraus, dass die Symptome vor dem siebten Lebensjahr (bzw. vor dem zwölften Lebensjahr im DSM-5) auftreten, in mindestens zwei Lebensbereichen zu beobachten sind und mindestens sechs Monate lang eine erhebliche Beeinträchtigung verursachen. ADHS wirkt sich auf die Schule, das Zuhause, soziale Interaktionen und Freizeitaktivitäten aus.

### ÄTIOLOGIE

ADHS gilt als eine primär genetisch bedingte neuronale Entwicklungsstörung. Umweltfaktoren wie Rauchen während der Schwangerschaft oder soziale Benachteiligungen können das Risiko verstärken, wenn eine genetische Veranlagung vorliegt. Diese Gen-Umwelt-Interaktion macht deutlich, wie unspezifische Risikofaktoren die Wahrscheinlichkeit der Entwicklung von ADHS erhöhen können. Zahlreiche Studien zeigen, dass dieses Risiko die Gehirnstrukturen beeinflusst und zu neurobiologischen Veränderungen führt, die die sensorische Verarbeitung, die Aufmerksamkeit, die Verarbeitungsgeschwindigkeit, die exekutive Kontrolle, die Belohnung/Motivation und die Zeitverarbeitung bei Personen mit ADHS beeinflussen.

ERFAHREN SIE MEHR  
DAZU IN LEKTION 1  
AUF DER  
SCHULUNGSPLATTFORM

## Internationale Klassifikation der Funktionsfähigkeit, Behinderung und Gesundheit (ICF)

Das ICF-Modell wurde von der Weltgesundheitsorganisation (WHO) entwickelt und hat zum Ziel, die Auswirkungen eines Gesundheitsproblems in Wechselwirkung mit den relevanten Umweltfaktoren zu beschreiben. Damit bietet es eine Orientierungshilfe für die Unterstützungs- und Interventionsplanung.

### VERWENDUNG DES ICF-MODELLS ZUR ENTWICKLUNG INDIVIDUELLER SMARTER ZIELE

SCHRITT 1: FÜLLEN SIE DAS ICF-MODELL FÜR EIN "ZIELKIND" AUS

SCHRITT 2: WERFEN SIE EINEN BLICK AUF AKTIVITÄTEN UND PARTIZIPATION

In welchen schulischen bereichen ist der/die Schüler:in am stärksten beeinträchtigt?

Beschreiben Sie eine möglichst konkrete Aktivität/Situation

SCHRITT 3: DEFINITION EINES SMARTEN ZIEL (-VERHALTENS)

SPEZIFISCH – konkret und positiv formuliert

MESSBAR – überprüfbar

ATTRAKTIV – bedeutsam für ein späteres Ziel

REALISTISCH – erreichbar für dieses Kind

TERMINIERT – festgelegter Zeitpunkt

**BESUCHEN SIE DIE PLATTFORM, UM MEHR ÜBER DAS ICF-MODELL ZU ERFAHREN**

## KLASSENFÜHRUNG

Um Kinder mit ADHS im Klassenzimmer zu unterstützen, ist es wichtig, einen Blick auf das Classroom Management (CM) zu werfen. CM bezieht sich auf alle Aktivitäten, die Lehrkräfte unternehmen, um ein Lernumfeld zu schaffen, das sowohl akademisches als auch emotionales und soziales Lernen unterstützt.

Studien haben gezeigt, dass wirksame CM Strategien sowohl die aktive Lernzeit erhöhen als auch problematisches Verhalten verringern.

Es gibt proaktive und reaktive Strategien für das Classroom Management.

Proaktive Strategien beinhalten eine vorausschauende Planung, z. B. die Vereinfachung schwieriger Situationen durch Klarheit, effektive Hilfe oder Orientierung und Vorhersehbarkeit.

Reaktives CM bezieht sich auf das Verhalten der Lehrkraft als Reaktion auf das Verhalten der Schüler:innen. In diesem Fall geht es darum, Strategien und konkrete Pläne zu entwickeln, um auf ein bestimmtes Verhalten zu reagieren oder mit unangemessenem Verhalten umzugehen.

### 1. Klassenraum vorbereiten

Ein gut strukturierter Klassenraum bietet **Sicherheit und Orientierung** und setzt einen Rahmen für angemessenes Verhalten. Er sollte einen leichten Zugang zu häufig genutzten Materialien ermöglichen, um Versammlungen oder Warteschlangen vorzubeugen.

Der Raum sollte **keine toten Winkel oder nicht einsehbare Nischen** aufweisen, für die Schüler:innen in allen Lern- und Arbeitsprozessen überschaubar sein und es der Lehrkraft ermöglichen, sie jederzeit im Blick zu haben (Kontrolle) und schnell zu erreichen (mobile Präsenz der Lehrkraft). Schließlich soll er eine **angenehme Lernatmosphäre** schaffen. Das heißt, ein ausgewogenes Maß an Dekoration und die Bereitstellung von Arbeitsmaterialien verhindert Reizüberflutung und ermöglicht selbstständiges Arbeiten.

Es gibt Hilfsmittel und Werkzeuge, die den Schüler:innen helfen können, sich zu konzentrieren und/oder die Motivation zu fördern:

- Computer oder andere Technik
- Checklisten
- Timer
- Belohnungen
- einfache Fidget-Toys
- Selbstberuhigungstechniken
- Zeichen zur stummen Kommunikation
- Aktivitäten in Freiarbeitsphasen (z.B. beim Warten)

*"A good preparation of the classroom reduces disruptions and makes lessons flow more smoothly"*

Eichhorn, 2014, p.21

Ein effektives Klassenraummanagement unterstützt alle Schüler:innen. Es gibt jedoch Strategien, die speziell für Schüler:innen mit ADHS relevant sind:

1. **Klassenraum vorbereiten**
2. **Regeln und Abläufe**
3. **Konsequenzen setzen**



FÜR EIN BESSERES VERSTÄNDNIS VON CLASSROOM MANAGEMENT KÖNNEN SIE SICH DAS AUF DER SCHULUNGSPLATTFORM VERFÜGBARE VIDEO ANSEHEN



## KLASSENFÜHRUNG

### KLASSE-KINDER SPIEL AUF DER PLATTFORM VERFÜGBAR

## 2. Regeln und Abläufe

Routinen, Struktur und Regeln geben Sicherheit und unterstützen die Schüler:innen darin, selbstständiger zu werden. Sie helfen auch, problematisches Verhalten zu verhindern und zu reduzieren. Daher ist eine **vorausschauende und strukturierte Gestaltung** von Abläufen im Alltag wichtig, insbesondere bei Übergängen und in neuen Situationen. Die Schüler:innen sollten wissen, **was im Laufe des Tages und in der aktuellen Situation passieren und was von ihnen erwartet wird**. Die Etablierung neuer Regeln und Routinen mag anfangs Zeit in Anspruch nehmen, aber der anschließende Gewinn an tatsächlicher Lernzeit ist nachhaltig! Sie können neue Routinen für die gesamte Klasse einführen oder sich auf die individuelle Förderung durch Routinen konzentrieren.

### INDIVIDUELLE UNTERSTÜTZUNG BEI ROUTINEN:

- Tagesablauf und Fristen:
  - **Visualisierung** des Tagesablaufs und der Abfolge bestimmter Abschnitte
  - **Besprechung** im Voraus mit dem/ der ausgewählten Schüler:in und/oder der Klasse
  - Der/ die Schüler:in weiß, was wann zu tun ist
- Abweichungen und Änderungen:
  - **Ankündigung und Erläuterung** von Abweichungen oder Veränderungen vom Gewohnten in einem kurzen persönlichen Gespräch, z.B. bei veränderter Raumgestaltung oder Ausflügen
  - **ggf. Hilfsangebote** machen, um Ängste und ablehnendes Verhalten zu vermeiden
- Erklären und Visualisieren von Abläufen:
  - **Schrittweise klären**, welche Verhaltensweisen des/der Schüler:in neuen Situationen erwartet werden
- Signale vereinbaren:
  - Vereinbarung von Signalen, die als **Erinnerung an das Zielverhalten** dienen
  - Erinnerung unmittelbar vor Übergängen/neuen Situationen, z. B. Hand auf die Schulter legen
- Nähe in kritischen Situationen (bei jüngeren Kindern)
  - Beobachten und/oder physische Unterstützung bieten
- Lob
  - Bestärkung bei ersten Anzeichen von erwünschtem Verhalten
- Einbezug von Kolleg:innen
  - Bei Übergängen/Situationen, an denen mehrere Lehrkräfte beteiligt sind, sollten diese in die Absprachen einbezogen werden

ROUTINEN

VS

STRUKTUR

**Routinen** werden von den Schüler:innen selbstständig ausgeführt (nach einer angemessenen Übungsphase)

**Strukturelle** Strategien werden im Laufe des Unterrichts immer wieder von der Lehrkraft selbst eingesetzt

### 3. Konsequenzen setzen

Das Verhalten der Lehrkraft sollte sich ändern, wenn...

- ...keine positive Rückmeldung bei Einhaltung von Regeln gegeben wird.
- ...den Schüler:innen bei unerwünschtem Verhalten Aufmerksamkeit gegeben wird.
- ...keine angemessenen positiven oder natürlichen negativen Konsequenzen gesetzt werden.
- ...vorgegebene Konsequenzen nicht durchgesetzt werden können.
- ...Lob und Kritik vermischt werden.
- ...vermeintlich negative Konsequenzen von den Schüler:innen als positiv erlebt werden.

### \* ES GIBT WEGE AUS DIESEM TEUFELSKREIS \*

1. Definieren und vereinbaren Sie eine Regel/ ein Zielverhalten
2. Kommunizieren Sie eine effektive Aufforderung
3. Führen Sie positive Konsequenzen für Zielverhalten ein

#### Verhaltensspezifisches Lob

Lob, das ausdrücklich auf das Verhalten eingeht und die Wertschätzung dafür zum Ausdruck bringt

#### Token Systeme

Punktepläne, um Zielverhalten zu verstärken

#### Daily Behaviour Report Cards

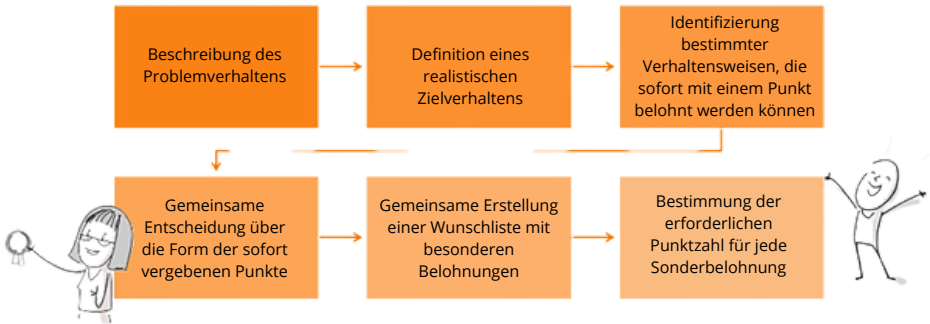
DBRC unterstützen eine erfolgreiche Kommunikation zwischen Schulen und Eltern



UM DEN TEUFELSKREIS BESSER ZU VERSTEHEN, KÖNNEN SIE SICH DAS VIDEO AUF DER SCHULUNGSPLATTFORM ANSEHEN

# KLASSENFÜHRUNG

## PUNKTEPLAN

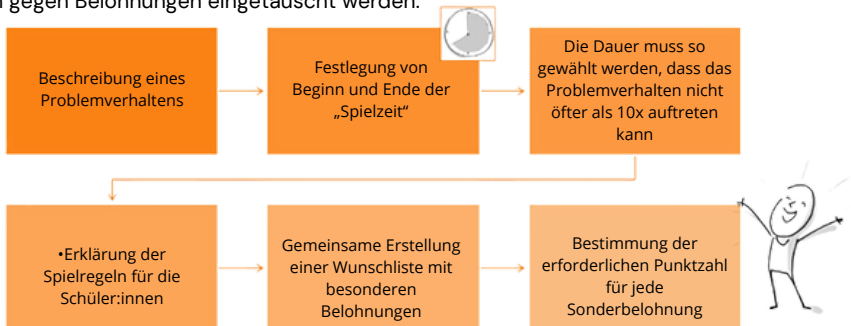


Geeignet, wenn die Schüler:innen das problematische Verhalten nicht zu oft in einem bestimmten Zeitraum zeigen und das gewünschte Zielverhalten für eine gewisse Zeit umsetzen können. Das Prinzip ist, dass die Schüler:innen Punkte für das Einhalten einer vereinbarten Regel oder für ein bestimmtes Verhalten erhalten. Es ist ein strukturierter, systematischer und fairer Ansatz mit klaren Regeln für die Schüler:innen, bei dem die unmittelbare Reaktion der Lehrkraft entscheidend ist.



## VERSTÄRKERENTZUGS-SYSTEM

Geeignet, wenn Problemverhalten übermäßig häufig auftritt und bei dem ein unmittelbares Feedback wichtig ist (z.B. häufiges Aufstehen oder Reinrufen in die Klasse) oder für Situationen, in denen eine positive Formulierung von Zielverhalten schwerfällt (z.B. andere Schüler:innen nicht beleidigen). Das Prinzip ist, dass die Punkte als Konsequenz des Verhaltens abgezogen werden. Die Punkte, die nicht abgezogen werden mussten, werden von Schüler:innen gewonnen und können gegen Belohnungen eingetauscht werden.



## **BRONFENBRENNERS "BIOÖKOLOGISCHES MODELL DER MENSCHLICHEN ENTWICKLUNG" IST WICHTIG, UM ZU VERSTEHEN, WIE SICH ADHS AUF DIE ENTWICKLUNG DES KINDES AUSWIRKEN KANN**

Das bioökologische Modell von Bronfenbrenner unterstreicht die Bedeutung unmittelbarer Erfahrungen für die Entwicklung eines Kindes, d. h. die Bedeutung der zwischenmenschlichen Beziehungen. Positive Lehrkraft-Schüler:in-Beziehungen sind besonders wichtig für Schüler:innen, die von sozialer Ausgrenzung bedroht sind.

Schüler:innen mit ADHS haben häufig Probleme in ihren Beziehungen zu Gleichaltrigen, Lehrkräften und auch der eigenen Familie. Etwa 50-70 % der Kinder haben Schwierigkeiten mit Gleichaltrigen und erleben soziale Isolation, Mobbing oder Stigmatisierung. Die Beziehungen zu Lehrkräften sind für die Kinder mit mehr Kritik, Ermahnungen und weniger emotionaler Nähe verbunden. Die familiären Beziehungen leiden häufig unter vermehrten Konflikten und geringerem Vertrauen der Eltern. ADHS-Symptome wie mangelnde Aufmerksamkeit, Impulsivität und Hyperaktivität tragen zu verschiedenen Problemen im Klassenraum bei. Das Verständnis und die Bewältigung dieser Herausforderungen sind entscheidend für die Förderung einer positiven Entwicklung von Kindern mit ADHS.

### **Stärke und Potenzial der Schüler:in – Lehrkraft Beziehung**

Eine gute Lehrkraft-Schüler:in-Beziehung kann die schulischen Leistungen, die Beteiligung am Unterricht, die sozial-emotionale Entwicklung und die Beziehungen zu Gleichaltrigen positiv beeinflussen. Personenzentrierte Ansätze für den Umgang mit ADHS betonen die Bedeutung von Wärme, Einfühlungsvermögen und der Interpretation von Verhaltensweisen durch die Lehrkraft im jeweiligen Kontext des betreffenden Kindes.

**Hochwertige Beziehungen zwischen Lehrkräften und Schüler:innen** können einen besonders positiven Einfluss bei ADHS nehmen. Das Verständnis über die spezifischen Ursachen und Auswirkungen von ADHS kann Lehrkräften dabei helfen, förderliche Strategien und Haltungen zu entwickeln, die sich positiv auf das schulische Engagement der Kinder auswirken.

Damit können Lehrkräfte die Bildungschancen und Teilhabe von Schüler:innen fördern, indem sie über das diagnostische Etikett hinausblicken und sich auf jedes einzelne Kind in seinem einzigartigen Lebenskontext einstellen.

Überlegen Sie, wenn Sie Kinder mit ADHS (-typischen Verhaltensweisen) unterrichten::

- Welche Verhaltensweisen finden Sie besonders herausfordernd?
- Wie könnte dies möglicherweise die Beziehung zum Kind beeinflussen??
- Was könnte die Beziehung zum Kind positiv beeinflussen?

## Hochwertige Lehrkraft-Schüler:in-Beziehungen

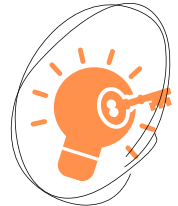
Positive Lehrkraft-Schüler:in-Beziehungen zeichnen sich durch ein **hohes Maß an Nähe, wenige Konflikte und eine nur geringe Abhängigkeit** aus (Abhängigkeit bedeutet hier, dass das Kind auf die Lehrkraft als Quelle der Sicherheit und emotionalen Unterstützung angewiesen ist).

Die Lehrkraft-Schüler:in-Beziehung kann bei ADHS belastet sein, wenn kindliches Verhalten fehlinterpretiert wird. Wenn beispielsweise unaufmerksame Symptome als Desinteresse fehlinterpretiert werden, kann dies die Beziehung belasten. Lehrkräfte können einen positiven Einfluss auf die Schüler:innen nehmen, indem sie ihre Schwierigkeiten anerkennen, Kritik anpassend und Strategien anwenden, die die Bearbeitung von Aufgaben erleichtern, um so emotionale Probleme zu lösen und die Lernfahrt insgesamt zu verbessern.

## Lehrkraft Feedback und ADHS Symptome

Lehrkräfte neigen dazu, Kindern mit ADHS deutlich mehr korrigierendes Feedback zu geben. Es hat sich gezeigt, dass korrigierendes Feedback mit einem höheren Maß an verbaler Hyperaktivität zusammenhängt, wenn Lehrkräfte in ihrer Beziehung zu dem Kind weniger Nähe beschrieben. Studien legen nahe, dass eine enge und vertraute Lehrkraft-Schüler:in-Beziehung ein wichtiger Schutzfaktor für die Reaktion der Kinder auf korrigierendes Feedback sein kann. Das heißt, wenn Lehrkraft und Schüler:in eine engere Beziehung zueinander haben, ist der/die Schüler:in möglicherweise eher in der Lage, Korrekturen anzunehmen, was zu Verringerung von verbaler Hyperaktivität/anderen Symptomen von ADHS beiträgt.

## Evidenzbasierte Strategien (Grundschule)



### Interventionen zur Verbesserung der Lehrkraft-Schüler:in-Beziehung

- Banking time/ Spiel- & Freizeit
- Positivtagebuch

### Ansätze für die ganze Klasse:

- Incredible Years Teacher Classroom Management Programme
- der PATHS (Promoting Alternative Thinking Strategies) Lehrplan

### Wichtige Grundsätze:

- Das Kind übernimmt die Führung bei der Spielaktivität
- Positive Begleitung/Feedback (weniger korrigierendes Feedback)
- Aktives Zuhören
- Bestärkung der Ideen und Ansätze der Kinder
- Beschreiben der Handlungen und Wünsche der Kinder
- Schaffung einer „liebvollen Umgebung“
- Benennen von Gefühlen

## BEZIEHUNGEN

### ADHS und Beziehungen zu Gleichaltrigen

Schwierigkeiten in Peer-Beziehungen im Kindes- und Jugendalter stehen im Zusammenhang mit weiteren Folgeproblemen, wie z. B. Drogenmissbrauch, schulischen Misserfolg, psychische Störungen und andere soziale Konflikte. Aus diesem Grund gelten Peer-Beziehungen als besonders wichtig für das emotionale Wohlbefinden, die schulischen Leistungen und die psychische Gesundheit von Kindern und Jugendlichen. Zwischen 50 und 70 % der Kinder und Jugendlichen mit ADHS erleben Schwierigkeiten in den Beziehungen zu Gleichaltrigen. Die Erfahrung sozialer Ablehnung kann zu einem geringeren Selbstwertgefühl, Depressionen, aggressiven Verhaltensweisen, erlernter Hilflosigkeit und sozialen Ängsten führen.

Lehrkräfte können eine entscheidende Rolle bei der Förderung der sozialen Kompetenz von Schüler:innen und der Unterstützung von Beziehungen zu Gleichaltrigen spielen. Für Schüler:innen mit ADHS kann es schwierig sein, ein Gefühl der Zugehörigkeit oder der persönlichen Identität zu entwickeln, vor allem in der Pubertät.



### Die Rolle der Lehrkraft

Die Identität von Kindern und Jugendlichen entwickelt sich als Reaktion auf ihre kulturelle und soziale Umwelt. Ihre Identität befindet sich in einem ständigen Prozess des "Werdens". Kinder und Jugendliche, die Botschaften von Respekt, Liebe, Anerkennung und Ermutigung erhalten, entwickeln mit größerer Wahrscheinlichkeit ein positives Selbstbild und bauen positive, gesündere Beziehungen zu anderen auf. Unterstützende Erwachsene (z.B. Lehrkräfte) können die Selbstregulierung und die sozialen Interaktionen von Schüler:innen fördern, indem sie ihnen helfen, ihre Gefühle auszudrücken, Entscheidungen zu treffen und die Perspektiven anderer einzunehmen.

#### Lehrkräfte können Peer-Beziehungen auf verschiedene Weise fördern:

- Im Vorschul- und Grundschulbereich sollten die Klassenräume so eingerichtet sein, dass sie Bewegungsfreiheit und Zugang zu Materialien bieten, die das gemeinsame Spiel der Kinder und ihre Beziehungen untereinander fördern.
- In einem Klassenzimmer sollte Platz für Ruhe, Entspannung, Bewegung und Verkehrswege vorhanden sein. Dies trägt zur Konfliktvermeidung bei.
- Themenbereiche können Kindern Raum für Kleingruppenaktivitäten bieten, die Gruppenarbeit und Kooperation fördern.
- Das Spielen im Freien und Aktivitäten in der Natur ermöglichen zudem besondere Gelegenheiten zur Zusammenarbeit und zum Aufbau von Beziehungen.

Lehrkräfte tragen zu einem sicheren emotionalen Umfeld im Klassenzimmer bei und können so die soziale Teilhabe der Schüler:innen fördern. Durch Co-Regulierung unterstützen sie die Kinder bei der Entwicklung einer selbständigen Gefühlsregulation. Lehrkräfte können ADHS-typische Verhaltensweisen unterstützen, indem sie Modelle vorgeben und geeignete Lernsituationen schaffen. Ein größeres Verständnis für ADHS fördert die Anpassungsleistung der Kinder, und die Beteiligung an gemeinsamen Aktivitäten kann zu einem größeren Engagement in der Schule führen.

## LERNERFAHRUNGEN & SELBSTMANAGEMENT-STRATEGIEN

Ziel ist es, die individuellen Bedürfnisse von Schüler:innen mit ADHS im Unterrichtskontext in sozialen, emotionalen und kognitiven Bereichen zu ermitteln, die Beziehungen zwischen diesen Bereichen zu untersuchen und besser zu verstehen, wie Schüler:innen mit ADHS lernen und schulische Leistungen erzielen.

### Zu den wichtigen Strategien zählen:

- Kommunikation von Regeln und klaren Erwartungen an das, was zu tun ist
- Klassenweiter, verhaltensbezogener Unterstützungsplan
- Identifizierung von bestimmten Zielverhaltensweisen oder Situationen, auf die der/die Schüler:in besonders reagiert
- Individuelle Lerhpläne mit spezifischen Regeln und Erwartungen
- Proaktive Begleitung und wirksame Aufforderungen können eingesetzt werden, um die Entwicklung von Schüler:innen in Bezug auf die Verhaltensanforderungen zu überprüfen

Es ist außerdem wichtig zu verstehen, wie das Gehirn eines/einer Schüler:in mit ADHS funktioniert. Wir werden uns die exekutiven Funktionen und das Arbeitsgedächtnis genauer anschauen, da diese Bereiche bei den Herausforderungen von Schüler:innen mit ADHS eine besondere Rolle spielen.

### Neuronale Netzwerke von Schüler:innen mit ADHS arbeiten in den folgenden Bereichen anders:

- Sensorische Verarbeitung
- Aufmerksamkeit/Verarbeitungsgeschwindigkeit
- Exekutive Funktionen
- Belohnung und Motivation
- Zeitverarbeitung

### Exekutive Funktionen & Arbeitsgedächtnis

Exekutive Funktionen sind wichtige kognitive Prozesse, die als zentrales Managementsystem für die Organisation und Integration von Informationen im Laufe der Zeit dient. Ähnlich wie ein Flugverkehrskontrollsystem ermöglichen sie Konzentration, Speicherung und Verarbeitung von Informationen und filtern Ablenkungen heraus. Sie werden in Arbeitsgedächtnis, Inhibition und kognitive Flexibilität unterschieden.

Bei Schüler:innen mit ADHS kann das Arbeitsgedächtnis beeinträchtigt sein, was zu Schwierigkeiten bei der Verarbeitung mehrerer Reize, unangemessenen Reaktionen auf Fehler und Schwierigkeiten bei der Konzentration auf relevante Informationen führen kann.

**VERGESSEN SIE  
NICHT, DIE  
PLATTFORM ZU  
BESUCHEN**

## LERNERFAHRUNGEN & SELBSTMANAGEMENT-STRATEGIEN

## Kognitive Flexibilität

### Inhibition

Die Fähigkeit, die eigene Aufmerksamkeit, das eigene Verhalten, die eigenen Gedanken und/oder Emotionen so zu steuern, dass eine starke innere Bereitschaft oder äußere Reize unterdrückt werden, um stattdessen das zu tun, was angemessener ist oder gebraucht wird.

Merkmale: Zugriff (irrelevante Informationen erreichen das Aufmerksamkeitszentrum nicht); Löschung (zuvor relevante, aber derzeit irrelevante Informationen werden aus dem Arbeitsgedächtnis gelöscht); Hemmung (starke, aber unangemessene Reaktionen werden unterdrückt).

Beispiel: Beim Lernen nicht auf das Handy zu schauen.

Die Fähigkeit, Wissen an sich ändernde Situationen anzupassen – dies fördert die Problemlösung und emotionale Integration. Die Verbesserung der Flexibilität durch kognitives Training ist von Vorteil, da sie es dem Einzelnen ermöglicht, mit unerwarteten Veränderungen umzugehen und Probleme aus verschiedenen Perspektiven zu betrachten. Bei Kindern stehen die exekutiven Fähigkeiten, einschließlich der kognitiven Flexibilität, im Zusammenhang mit frühem Lernerfolg und der sozial-emotionalen Entwicklung.

MEHR STRATEGIEN  
FINDEN SIE AUF DER  
PLATTFORM

## Förderung der exekutiven Funktionen: Strategien und Einflussfaktoren

Die Entwicklung exekutiver Funktionen bei jungen Kindern wird in erheblichem Maße von ihrem sozialen Umfeld beeinflusst, sowohl zu Hause als auch außerhalb. Ein entwicklungsförderndes Umfeld mit liebevoller Begleitung ermöglicht es Kindern, neue Kompetenzen verschiedenen Kontexten auszuprobieren. Metakognitive Strategien, bei denen es darum geht, über die eigenen Gedanken nachzudenken und das Lernen zu reflektieren, erweisen sich als wertvoll für die Kompensation exekutiver Dysfunktionen bei Schüler:innen mit ADHS. Darüber hinaus sind Organisationstraining und Selbstmanagement-Strategien wirksame Interventionen für Kinder im Grundschulalter, die die Selbstregulierungsfähigkeiten fördern und Schwierigkeiten mit der Aufmerksamkeit und dem Erregungsniveau entgegenwirken.

### Selbstinstruktions- training (Laut denken)

Schüler:innen werden dadurch unterstützt, ihre Aufmerksamkeitsspanne, Impulskontrolle und Aufgabenlösung zu verbessern, indem sie mithilfe von Signalkarten durch Schritt-für-Schritt-Prozesse geführt werden.

### Wenn-Dann Pläne

Unterstützen Schüler:innen mit Selbststeuerungsproblemen, indem proaktiv Handlungspläne erstellt werden. Wenn eine auslösende Situation (wenn-Teil) eintritt, wird automatisch eine festgelegte Handlung (dann-Teil) ausgeführt, was die Verhaltensreaktion vereinfacht.

### Selbstbeobachtung & -evaluation

Schüler:innen beobachten und evaluieren hierbei aktiv ihr Verhalten in Bezug auf ein festgelegtes Ziel. Gleichzeitig dokumentieren Lehrkräfte ihre Beobachtungen und besprechen diese nach der Stunde oder dem Schultag mit den Schüler:innen.



SCHLUSSWORT



# Legen Sie los!



Wir hoffen, dass wir Ihr Interesse an der TAC-Online-Schulungsplattform geweckt haben. Der vorliegende Leitfaden bietet zwar einen komprimierten Überblick über ADHS in Schule, kann jedoch nur einen kleinen Ausschnitt dessen wiedergeben, was die TAC-Schulungsplattform zu bieten hat.

Vertiefen Sie also gerne ihr Wissen zu ADHS im Unterricht, indem Sie sich durch die umfangreiche Auswahl an Funktionen und Ressourcen der TAC-Plattform klicken. Sie können interaktive Module, didaktische Inhalte und Tools für den Unterricht nutzen und downloaden, um sie praktisch in Ihren Schulalltag einfließen zu lassen. Dort finden Sie außerdem interessante Literaturhinweise und auch die wissenschaftlichen Quellen, die diesem Handbuch zugrunde liegen.

Egal also, ob Sie Lehrkraft, Studierender oder Interessent:in sind, die TAC-Plattform bietet Ihnen einen innovativen Raum zur Vertiefung und Erweiterung Ihrer Kompetenzen.

## PARTNERSCHAFT



DEUTSCHLAND



PORTUGAL



IRLAND



ÖSTERREICH



BULGARIEN



BULGARIEN

