

DIETER
KROWATSCHEK

Lehrkräfte und Eltern berichten immer wieder über Kinder, die sich nicht konzentrieren können. Sie registrieren alle Ablenkungen in ihrer Umgebung und können ihre Aufmerksamkeit nicht auf die ihnen gestellten Aufgaben fokussieren. Sie sind oft zusätzlich so unruhig, dass sie soziale Regeln nicht einhalten können, zeigen aggressive

Verhaltensweisen, sind leicht frustriert und können erforderliche Leistungen nicht erbringen.

Kevin geht allen auf die Nerven

Am ersten Schultag nimmt Frau S. ihre neue Schulklasse in Empfang. Die Eltern begleiten die Kinder. Die meisten Kinder verhalten sich zurückhaltend. Frau S. fällt der sechsjährige Kevin sofort auf. Er hüpfert von Stuhl zu Stuhl, rast durch den Raum, fasst alles an, rudert und schlenkert mit Armen und Beinen, schaltet das Licht ein und aus. Und wie in der Geschichte vom Zappelphilipp aus dem Struwwelpeter geht er allen auf die Nerven. Der Vater ermahnt und versucht ihn zu disziplinieren. Die Mutter ist verlegen und eher sprachlos.

Anders als der Zappelphilipp plappert Kevin zusätzlich auch noch ununterbrochen dazwischen.

Diese Kinder frustrieren und ermüden, weil sie so anstrengend und unberechenbar sind. Sie sehen aus wie alle anderen Kinder, nur ihr Verhalten unterscheidet sie erheblich von ihnen:

- Sie sind außerordentlich impulsiv, schwer zu kontrollieren und zu disziplinieren.
- Sie warten nie, bis sie an der Reihe sind, sprechen ständig ungefragt dazwischen, unterbrechen die Unterhaltung anderer und melden sich nie.
- Sie können kaum Aufmerksamkeit entwickeln und aufrechterhalten.
- Sie sind nicht in der Lage, Ablenkungen abzuwehren und Störreizen zu widerstehen.

Still sitzen – Klappe halten?

Vom Umgang mit ADS-Kindern im Unterricht



- Sie haben Schwierigkeiten, mit Regeln umzugehen.
- Sie haben Probleme mit anderen Kindern.
- Sie sind motorisch unruhig und lernen nicht aus Fehlern.
- Ihre Reaktionen sind kaum vorhersagbar.
- Viele sind aggressiv und beschimpfen oft jeden mit den übelsten Ausdrücken.
- Ihr Selbstwertgefühl ist sehr gering.

Lehrerinnen und Lehrer registrieren, dass immer mehr Kinder Bescheinigungen unterschiedlichster Herkunft vorlegen, die besagen, dass die Kinder ADS (Aufmerksamkeitsdefizit-Störung) haben, so wie andere Asthma, Diabetes oder Neurodermitis. Es werden immer mehr und sie werden immer jünger.

Die Lehrkräfte sind unsicher, weil sie die steigende Anzahl nicht einordnen und den Forderungen der Eltern nur schwer nachkommen können.

Schon bei den Schulanfängern heißt es oft im Vorstellungsgespräch, dass eine Behandlung mit „Ritalin® ange-dacht“ sei.

Viele Lehrer sind skeptisch, ob die Defizite wirklich durch Medikamente verbessert oder gar beseitigt werden können. Solan-

Nina ist so verträumt

Nina war immer ein eher zurückhaltendes und schüchternes Mädchen. Sie verhielt sich stets angepasst und schon im Kindergarten hatten die Erzieherinnen nie Schwierigkeiten mit ihr. Nina hat sich auf die Schule gefreut. Sie geht jetzt in die 3. Klasse. Sie mag ihre Lehrerin und auch mit den anderen Kindern kommt sie gut aus. Zu Beginn des 1. Schuljahres gab es kleinere Probleme. Nina brauchte immer ein bisschen länger bis sie einen Buchstaben schreiben oder lesen konnte. Auch sonst war sie in allem langsamer. Da sie aber bemüht, freundlich und sehr angepasst war, beruhigte die Lehrerin die Eltern mit der Aussage: „Das wird schon werden.“ Auch im 2. Schuljahr verbesserte sich nichts. Die Lehrerin beobachtete, wie Nina jetzt häufiger aus dem Fenster sah und träumte. Nina hatte auch zusehends Schwierigkeiten, mit einer Aufgabe anzufangen. Schließlich fiel auf, dass sie oft Materialien vergaß und sich schlecht organisieren konnte. Beim Tagesplan hatte sie größte Probleme, sich für Arbeiten zu entscheiden und diese konsequent auszuführen. Im 4. Schuljahr überlegte die Lehrerin, ob Nina nicht vielleicht doch besser eine Klasse wiederholen sollte. Jetzt wurde sie einem Schulpsychologen vorgestellt. Er überprüfte ihre intellektuelle Leistungsfähigkeit und stellte fest, dass sie einen IQ von 120 (gute Begabung) erreichte und so eine hohe Diskrepanz zu ihren Schulleistungen sichtbar wurde.

ge sie selbst kein anstrengendes hyperaktives Kind in der Klasse haben, nehmen sie in der Regel hier eine eher zurückhaltende Position ein.

Viele denken aber auch darüber nach, ob Schule und Gesellschaft wirklich noch den Bedürfnissen der heutigen Kinder gerecht werden. Sie fragen sich, ob es denn nichts anderes für die Schule gibt, als die Tom Sawyers, Pipi Langstrumpfs und Roten Zoras von heute zu zwingen, still zu sitzen, die Klappe zu halten und zu lernen.

Die Grundsymptomatik bei ADHS (Aufmerksamkeitsdefizit-Hyperaktivitäts-Störung) lässt sich in die drei folgenden Bereiche untergliedern:

Unaufmerksamkeit

Die Aufmerksamkeit ist bei ADS- und ADHS-Kindern gestört. Dies kann sich unterschiedlich äußern, meistens treffen mehrere Verhaltensweisen auf ein Kind zu, auch wenn es andere nicht zeigt.

ADHS- und ADS-Kinder haben Schwierigkeiten,

- sich einer Aufgabe zuzuwenden,
- sie zu beenden,
- sie fehlerfrei zu bearbeiten.

Sie fangen mit der Aufgabe nicht an, halten beim Bearbeiten nicht durch, oder sie arbeiten so schnell und flüchtig, dass das Ergebnis falsch ist.

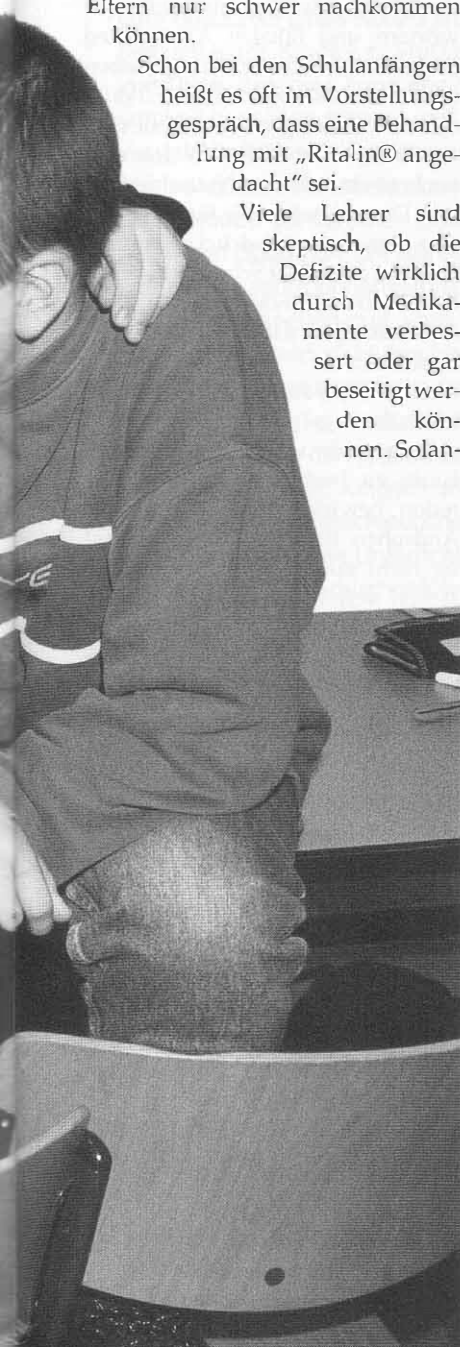
ADHS-Kindern bereitet es zudem große Schwierigkeiten, irrelevante Reize auszublenden. Alles um sie herum erscheint ihnen gleich intensiv und wichtig. Sie sind unachtsam gegenüber Dingen. ADHS-Kinder vergessen oder verlieren häufig ihre Sachen.

Auch planvolles Handeln und die Organisation ihres schulischen Alltags bereiten ihnen große Schwierigkeiten.

ADS-Kinder stören im Allgemeinen den Unterricht nicht. Ihr Verhalten macht der Lehrkraft kaum Probleme. Sie sind gut – mindestens aber durchschnittlich – begabt. Die Aufmerksamkeitsstörung führt besonders bei ihnen zu deutlichen Leistungseinschränkungen. Die Mehrzahl dieser Kinder verfügt jedoch über ein geringes Selbstbewusstsein. Sie ziehen sich leicht zurück, wirken aber ruhig und sehr angepasst. Ein Teil von ihnen arbeitet extrem langsam und unmotiviert. Zu dieser Gruppe gehören mehr Mädchen als Jungen. Es sind Kinder, die ihre Eltern während der Hausaufgaben zur Verzweiflung bringen können. Leider werden sie in der Schule in der Regel nicht genügend gefördert, weil sie von ihrem Verhalten her nicht auffallen. Ihre Aufmerksamkeitsstörung wird häufig nicht erkannt (siehe Kasten oben „Nina ist so verträumt“).

Motorische Unruhe und Impulsivität

Motorische Unruhe lässt sich leicht bei ADHS-Kindern beobachten. Gemeint ist ein ausgeprägter, oft unangemessener Bewegungsdrang. ADHS-Kinder rennen herum, obwohl sie sich hinsetzen sollen. Sie zappeln, kippeln mit dem Stuhl, fummeln mit allem herum, strampeln mit den Beinen, rudern mit den Armen und boxen ihren Tischnachbarn.



Fotos (2): Dieter Krowatschek



ADHS-Kinder haben Schwierigkeiten, ihre Energie zu bremsen und der Situation anzupassen. Sie scheinen alles mit Volldampf zu machen. Man meint manchmal, sie könnten gar nicht langsam gehen, sondern nur rennen. Sie sind wilder als andere Kinder. Dieses Verhalten nennt man *hyperaktiv*, also *über die Maßen aktiv*.

Die motorische Unruhe ist umso stärker, je jünger die Kinder sind. Der Bewegungsdrang nimmt im Laufe des Lebens ab, die Hyperaktivität bleibt bestehen – sie wandelt sich von einer äußeren, beobachtba-

ren Zappeligkeit in eine innere Unruhe.

Die ADHS-Kinder folgen ihrem Impuls, also der Idee, die ihnen gerade in den Sinn kommt. Sie handeln ohne nachzudenken. Hierbei übersehen sie mögliche negative Folgen ihres Handelns. Diese Impulsivität betrifft in der Regel ihr gesamtes Verhalten, also in der Schule und in der Freizeit.

Im Unterricht platzen sie mit Antworten heraus, bevor sie die Frage zu Ende gehört haben, sie unterbrechen andere im Gespräch oder stören sie, weil sie nicht abwarten

können, bis sie an der Reihe sind. Sie wollen ständig beachtet werden und stehen gerne im Mittelpunkt. Außerdem reden ADHS-Kinder übermäßig viel. Sie sind überschießend und begeben sich in gefährliche Situationen – sie scheinen kein Gefahrenbewusstsein zu haben. Tatsächlich haben ADHS-Kinder häufiger Unfälle als andere Kinder.

Sie können starke Gefühlsausbrüche haben. So neigen viele ADHS-Kinder zu massiven Wutanfällen. Oft fühlen sie sich ungerecht behandelt, wenn ihr Handeln für sie negative Folgen hat.

Aggressives Verhalten

Das aggressive Verhalten kann sich unterschiedlich äußern. ADHS-Kinder zeigen offen aggressives Verhalten oder sind verdeckt aggressiv.

Verbalaggressives Verhalten tritt am häufigsten auf. Dabei werden andere Kinder oder Lehrkräfte in der Wut mit schlimmsten Schimpfwörtern und fäkalen Ausdrücken bedacht. Die Schimpfwörter haben häufige sexuellen Bezug. Wenn sie in Wut sind, produzieren sie eine regelrechte Flut solcher Wörter und auch noch zahllose Neuschöpfungen. Da auch schon die Jüngsten mit den derbsten Ausdrücken umgehen, löst das in der Schule oft starkes Entsetzen aus, während das Kind durchaus Spaß daran hat, sich so zu benehmen.

Wenn ADHS-Kinder einen Wutanfall haben, gelingt es ihnen nicht, sich zu steuern. Sie sind von außen kaum zu beeinflussen. Gutes Zureden bewirkt wenig. Selbst das Androhen härtester Strafen bringt sie nicht zur Vernunft. Lehrkräfte stehen den Wutausbrüchen dieser Kinder besonders hilflos gegenüber. Der ganze Vorfall und auch die eigene Reaktion sind ihnen im Kollegium und vor den Eltern peinlich, da sie selbst das eigene Verhalten als nicht besonders professionell erleben. Es ist ihnen kein Trost, dass andere Lehrkräfte und auch Eltern schon ähnliche Situationen erlebt haben.

Ist der Wutanfall dann vorbei, zeigen ADHS-Kinder sich sofort wieder zugänglich, freundlich, kooperativ, nicht nachtragend und gut gelaunt. Allerdings erweist es sich als ziemlich sinnlos, den Wutanfall mit ihnen zu analysieren und zu besprechen. Nachträglich reflektieren sie alles, versprechen vieles und können es doch nicht einhalten.

Frau L. schickt Uwe nach Hause

Frau L. hat in ihrem 3. Schuljahr mit den Wutanfällen schlimme Erfahrungen gemacht. Ein Junge aus ihrer Klasse ist leicht reizbar. Als er in der Mathestunde wieder nicht zur Ruhe kommt und stört, schickt sie ihn aus der Klasse. Sie möchte, dass er vor die Tür geht und sich beruhigt. Als sie ihn dazu auffordert, sagt Uwe: „Nein, ich gehe nicht!“ Jede Lehrkraft weiß, dass jetzt die ganze Klasse wartet, was geschehen wird. Es ist eine Situation, in der es sich entscheidet, ob man sich in einer Klasse durchsetzen kann oder nicht. Die Lehrerin wiederholt die Aufforderung und öffnet die Tür. Uwe steht zwar von seinem Platz auf, will aber im Klassenraum bleiben. Die Kollegin zieht an der Tür, um sie zu öffnen, und Uwe drückt, um sie zu schließen. Beide setzen viel Kraft ein. Plötzlich lässt Uwe los. Die Lehrerin stürzt zu Boden und rutscht auf dem glatten Linoleumboden aus. Die ganze Klasse biegt sich vor Lachen. Eine schlimme Situation, die die Lehrerin sehr wütend macht. Sie schließt Uwe für diesen Tag vom Unterricht aus. Er muss seine Sachen packen und nach Hause gehen. Uwe ist immer noch aufgeregt. Er kann die Situation nicht überblicken und ist voller Wut auf die Lehrerin, die ihn nach Hause schickt. Er kann sich nicht beruhigen. Als er das Schulgebäude verlässt, sieht er am Straßenrand das parkende Auto der Lehrerin. Er nimmt seinen Haustürschlüssel und in der Wut macht er einen Kratzer rund um das Auto. Schon eine halbe Stunde später tut es ihm Leid, aber der Sachschaden lässt sich nicht mehr rückgängig machen.

Was kann die Schule tun?

DIETER KROWATSCHKEK

Konzentrationstraining

Für den schulischen Bereich empfiehlt sich als Basisintervention zunächst ein Konzentrationstraining, das vor allem Kindern Spaß machen soll und sich besonders für die schnell und flüchtig (impulsiv) arbeitenden, aber auch für die trädelnden Kinder eignet. Dabei wird von vornherein Wert darauf gelegt, dass es sich um ein Training (in Anlehnung an den Sport) und nicht um eine Therapie handelt. Ein solches Training ist eine Kurzintervention und dauert nur wenige Stunden, um Kindern gar nicht erst zu vermitteln, dass sie in irgendeiner Form krank sind und von daher eine „Therapie“ benötigen.

Das Training kann im Unterricht, im Rahmen von Tages- oder Wochenplanarbeit in kleinen Blöcken praktiziert werden, aber auch als Förderangebot in Form von kleinen Kursen.

Grundgedanke eines Konzentrationstrainings ist es, den Arbeitsstil eines Kindes zu verändern. Durch die Vermittlung von Denkstrategien kann das Kind lernen, seine Aufmerksamkeit besser zu steuern und zu strukturieren. Ein „reflexiver Arbeitsstil“ soll eingeübt werden.

Alle bekannten Konzentrationstrainings orientieren sich an der Methode der verbalen Selbstinstruktion nach Meichenbaum und Goodman. Sie eignet sich besonders gut zum Einsatz bei konzentrationsgestörten Kindern. Dabei geht man von der Überlegung aus, dass diese Kinder verlernt haben, Strategien zu bilden bzw. nachzudenken. Sie sprechen nicht mehr „innerlich“.

Diese Form von Konzentrationstraining wurde in den letzten Jahren bei tausenden von Kindern und Jugendlichen mit unterschiedlichen Trainern im Rahmen des Unterrichts und in Gruppentrainings durchgeführt. Dabei wurde untersucht, welche Effekte sich bei Kindern und Jugendlichen einstellen:

Die Mehrzahl der Kinder erzielt in einem Intelligenzverfahren einen signifikanten Zugewinn, den wir als eine Verbesserung im Bereich der Wahrnehmungsgenauigkeit und der Bearbeitungsgüte interpretieren.

Zusätzlich wurden die Kinder, die Eltern und Lehrkräfte befragt und beide vor und nach dem Training in einer 30-minütigen Hausaufgabensituation gefilmt. Hier lassen sich folgende bedeutsame Veränderungen feststellen:

In der Schule verbesserte sich das instabile Leistungsverhalten der Kinder erheblich. Das Selbstkonzept der Kinder veränderte sich: Sie

trauen sich mehr zu. Außerdem zeigte sich, dass sie länger ohne Störungen mitarbeiten können.

Die Auswertung von Hausaufgabenvideos ergab, dass in einem zweiten Videofilm nach dem Training die Mütter und Väter die Kinder häufiger verstärken, mehr loben und liebevoller mit ihnen umgehen. Die Mütter beraten das Kind sachlicher und steuern es effektiver. Die Kinder selbst verbalisieren bei den Hausaufgaben häufiger. Sie können die Aufgabenstellung besser erläutern und arbeiten insgesamt selbstständiger.

Unterstützt wird ein solches Training durch Entspannungsverfahren, durch Übungen zur Förderung aller Sinnesorgane und dem Training des Kurzzeitgedächtnisses und der Merkfähigkeit sowie durch Methoden aus der Verhaltensmodifikation.

Positive Bekräftigung und Ignorieren

ADS- und ADHS-Kinder stehen fast jede Unterrichtsstunde im Mittelpunkt. So manchem graut es vor der Stunde mit einem solchen Kind.

Sie verhalten sich unruhig, überschreiten häufig Grenzen und machen vieles falsch. Dies hat zur Folge, dass sie häufig ermahnt und kritisiert werden. Ihr Verhalten aber verbessert sich dadurch nicht.

Es wird nicht besser, weil unerwünschtes Verhalten paradoxerweise durch Ermahnungen und Kritisieren trainiert wird. Das Kind erhält für das unerwünschte Verhalten viel Aufmerksamkeit. Immer, wenn es etwas macht, wendet sich die Lehrerin ihm zu. Da ADS-Kinder im Vergleich zu anderen weniger positive Zuwendung in der Schule erhalten, ist das ständige Nörgeln und die Kritik an ihnen immerhin besser als gar nichts. In der Regel kennen sie dieses Interaktionsmuster schon aus dem Kindergarten oder von zu Hause. Da die meisten Lehrkräfte erst in aller Freundlichkeit und geduldig ermahnen und auffordern, hat diese Art der Zuwendung durchaus positive Aspekte.

Dennis, nimm bitte dein Buch heraus!

Kannst du bitte jetzt auch dein Buch herausnehmen! Sieh mal, wir wollen anfangen, nimm dein Buch heraus!

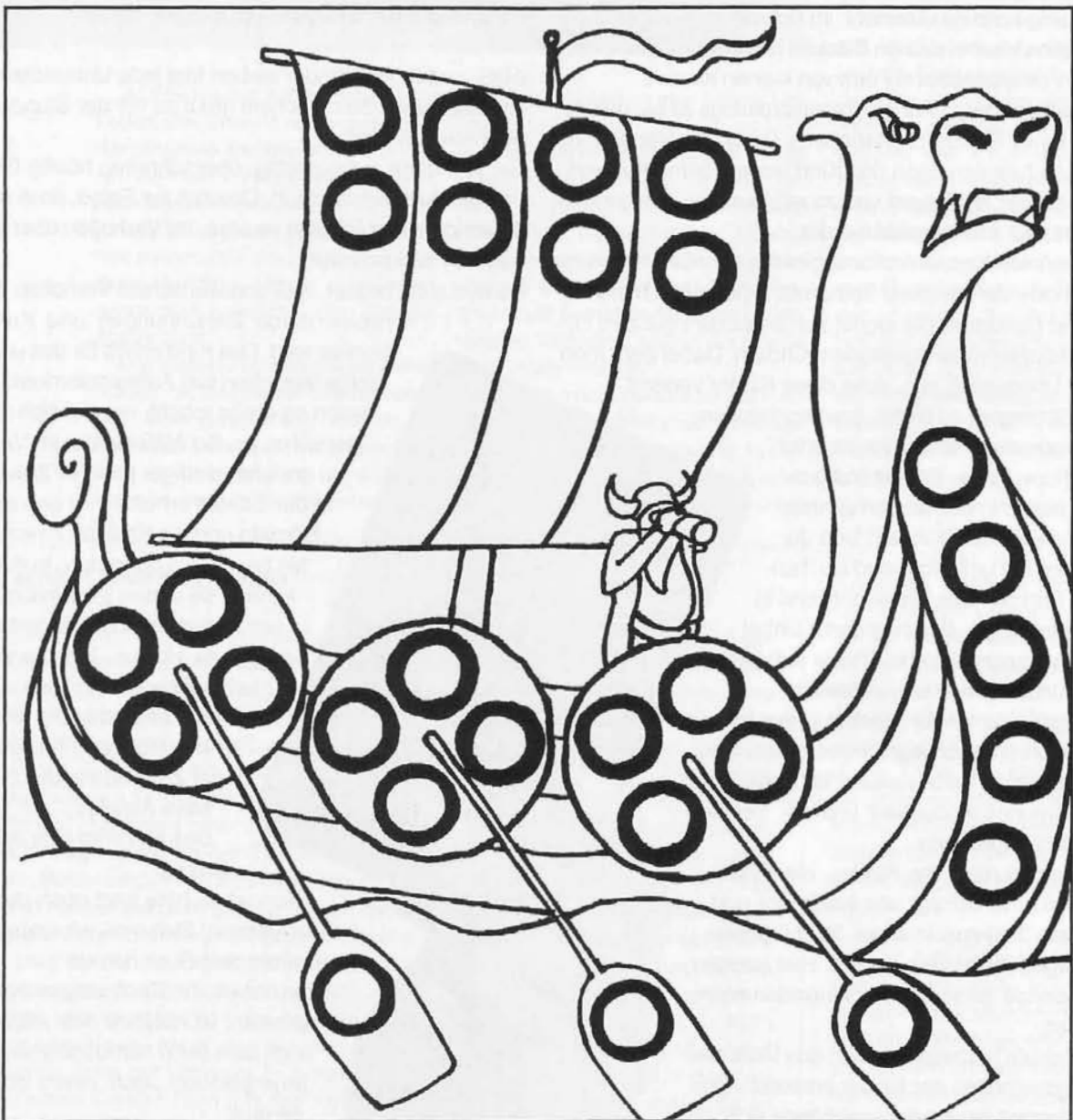
Alle haben ihr Buch schon herausgenommen, würdest du bitte jetzt endlich auch dein Buch herausnehmen. (energischer) Jetzt nimm das Buch heraus!



Verstärkerplan

Name: _____ Vorname: _____

Unterschrift: _____ Unterschrift: _____



(schließlich resignativ) Hast du überhaupt schon einmal ein Buch bei mir herausgenommen?

Diese Kinder befinden sich in der Situation einer Filmschauspielerin, die über eine längere Zeit keine Prämierung für ihre Filmrollen erhalten hat: kein Bambi, keinen Oscar, nichts. Niemand spricht von ihr. Was macht sie? Sie macht einen Skandal, damit sie wieder in der Regenbogenpresse präsent ist und jedermann über sie spricht.

ADS-Kinder machen ständig kleine Skandale. Sie erleben es als positiv, wenn die Klasse über ihren Ungehorsam oder ihr Fehlverhalten lacht und die Lehrerin ständig zu ihnen spricht. Ein solcher Applaus der anderen Kindern und die Zuwendung der Lehrerin stachelt sie an. Es ist wahrscheinlich, dass sich das Verhalten wiederholen wird, da es erfolgreich war.

Die Lehrkraft dagegen fühlt sich frustriert, macht sich Vorwürfe und ist mit ihrer Arbeit unzufrieden. Aber auch für ADS-Kinder erweist sich die negative Aufmerksamkeit auf Dauer als nachteilig. Sie entwickeln ein negatives Bild von sich und erleben sich als Mensch, der alles falsch macht und schlecht ist. Ein geringes Selbstbewusstsein ist die Folge, das sich negativ auf ihr Verhalten auswirkt.

Natürlich fordert das Kind viel Aufmerksamkeit. Es sollte sie auch bekommen, aber möglichst nur dann, wenn es etwas gut gemacht hat.

Ignorieren mit positivem Modell hat sich in der Unterrichtspraxis als äußerst effektiv erwiesen. Es ist eine Art Ritual. Statt einer Ermahnung, ignoriert die Lehrkraft das negative Verhalten, benennt aber eine positive Alternative. So kann sie, wenn sie in die Klasse kommt, feststellen: „Drei Tischgruppen hören mir schon gut zu.“ Eigentlich meint sie die beiden Tischgruppen, die ihr noch nicht zuhören und noch schwätzen. Das Ignorieren am positiven Modell wird von Kindern bis zur Altersgruppe von zwölf Jahren als „Fähigkeit“ im weitesten Sinne interpretiert. Die Kinder der beiden verbliebenden Tischgruppen verhalten sich ebenfalls schnell ruhig, weil sie wissen, dass sie ruhig sein können, wenn sie dies wollen.

Verstärkerpläne

Verstärkerpläne sind eine bewährte Methode aus der Verhaltenstherapie, die Kinder motiviert und ihnen hilft, gewünschtes Verhalten einzuüben. Sie lässt sich sehr gut in der Schulklasse anwenden. Für ein vereinbartes Verhalten bekommt das Kind Punkte, die es in einen Plan einträgt. Diese Punkte nennt man Tokens. Schon die Tokens besitzen einen verstärkenden Charakter, weil sie eine Belohnung versprechen. Sie signalisieren dem Kind, dass es etwas geschafft hat und dass es auf dem richtigen Weg ist.

Ein Verstärkerplan wird eingesetzt, um eine besonders hohe Motivation zu schaffen, ein Verhalten schnell aufzubauen und dann wenn sich andere soziale Verstärker (wie loben, gutes Zureden usw.) erschöpft haben.

Die Mehrzahl der Kinder ist bereit, sich entsprechend den Vereinbarungen auf dem Verstärkerplan zu verhalten, weil sie dafür eine bestimmte Belohnung erhalten. Ein zu erreichender Preis weckt ihre Motivation, auch wenn sie noch nicht die notwendige Einsicht haben. Ihre Einsicht stellt einen späteren Schritt in dem Veränderungsprozess dar.

Allerdings machen die Kinder aufgrund ihres positiven Verhaltens neue Erfahrungen – sie werden mehr gelobt und eher akzeptiert – und gelangen so zu der Einsicht, dass dieses neue Verhalten für sie günstiger ist. Zusätzlich zu der materiellen Verstärkung erleben sie, dass sie mit dem neuen Verhalten erfolgreicher sind. Sie erleben soziale Verstärkung durch ihre Umwelt, die positiv auf ihr verändertes Verhalten reagiert.

Was soll trainiert werden? Eine ausgewählte Verhaltensweise muss:

- sinnvoll sein,
- jeden Tag mehrfach auftreten,
- klar, präzise und positiv formulierbar sein.

Lehrkraft und Kind überlegen gemeinsam welches Verhalten trainiert werden soll. Man wählt nur eine Verhaltensweise aus, sonst besteht die Gefahr, sich zu verzetteln.

Beispiele für in der Klasse trainierbare Verhaltensweisen:

- Ich warte ab, bis ich an der Reihe bin.
- Ich nenne jedes Kind bei seinem Vornamen.
- Ich melde mich, wenn ich etwas sagen möchte.
- Ich lasse die anderen ausreden.
- Ich bleibe auf meinem Platz sitzen.
- Ich gebe mir Mühe, auch wenn mir eine Aufgabe keinen Spaß macht.
- Ich notiere meine Hausaufgaben in mein Hausaufgabenheft.
- Ich bringe meine Materialien mit in die Schule.
- Wenn meine Lehrerin mir ein Zeichen gibt, beginne ich zu arbeiten ...

Der Plan, in den das Kind seine Punkte einträgt, sollte ansprechend gestaltet sein. Beliebt sind lustige Motive auf buntem Papier. Ein Verstärkerplan sollte mindestens DIN-A3-Format haben.

Es empfiehlt sich, den Plan aufzuhängen, damit die Kinder jederzeit einen Überblick über ihren Punktestand haben.

Das Kind kann nun kleine materielle Preise für eine bestimmte Punktzahl eintauschen. Am günstigsten ist es, wenn man sich eine kleine Kiste mit „attraktiven“ Preisen anlegt. Man kann vereinbaren, dass die Kinder nach 10 Punkten einen Blick in die Kiste werfen dürfen. Es darf aber nicht darin gewählt werden. Nach weiteren 10 Punkten, dürfen sie sich einen Gegenstand namentlich reservieren lassen. Hat das Kind genügend Punkte zusammen, kann es sich seinen Preis nehmen.

Als materielle Verstärker eignen sich besonders Dinge, die ein Kinderherz begehrt. Attraktive Preise sind, je nach Alter der Kinder: Wasserpistolen, Aufkleber, Scherzartikel, Taschenlampen, elektronische Spielsachen, Fanartikel von

Fußballmannschaften, Jojos, Bälle, Flummies, usw. Weniger beliebt ist so genanntes „pädagogisches Spielzeug“. Auch Bücher werden nur selten gewählt. Süßigkeiten eignen sich nicht, da schnell ein Sättigungseffekt eintritt.

Jedes Kind erhält durch einen Verstärkerplan viel positive Zuwendung. Die entnervenden Ermahnungen haben ein Ende. Auch die Lehrkraft sieht das Kind in einem positiveren Licht. Es fällt ihr jetzt viel leichter, auch einmal ein Lob auszusprechen. Sie findet einen neuen Zugang zu dem Kind und ist ermutigt, sich für das Kind einzusetzen. Ihre Bemühungen werden von dem Kind registriert. Es verhält sich jetzt auch in anderen Bereichen so, dass es von seiner Lehrkraft gelobt werden kann.

Das Time-out

Mit einem Time-out bezeichnet man eine Auszeit. In der Schule erteilt die Lehrkraft das Time-out, das betroffene Kind verlässt die Klasse. Grundsätzlich gilt das Time-out nicht für alle Kinder in der Klasse. Es wird nur für Kinder angewendet, die sehr stark dazu neigen, den Unterrichtsablauf erheblich zu stören.

Wenn ein Verhalten in der Klasse als besonders störend von der Lehrkraft und den anderen Kindern empfunden wird, erklärt man dem betroffenen Kind, dass man ab jetzt ein Time-out einsetzen wird. Dies bedeutet für das Kind Folgendes:

Gelbe Karte: Tritt ein bestimmtes Verhalten auf, erhält das Kind ein Signal durch die Lehrkraft. Sie kann den Daumen hochheben und sagen „eins“. Oder sie zeigt eine farbige gelbe Karte und kommentiert „gelbe Karte“.

Da mit dem Kind bereits vereinbart wurde, wann die Auszeit erteilt wird und auch hierfür eine Begründung gegeben wurde, spart man sich jetzt lange Erklärungen und analysiert auch nicht zusätzlich das Verhalten des Kindes. Lehrkräfte neigen immer wieder dazu, die Verhaltensweisen von ADS-Kindern ständig und ausdauernd zu kommentieren, was letztlich eine Veränderung des Verhaltens erschwert.

Rote Karte: Tritt das Verhalten trotz der „eins“ oder der „gelben Karte“ wieder auf, erhält das Kind die „zwei“ bzw. „rote Karte“. Jetzt weiß es, dass bei der „drei“ ein Time-out erfolgt.

Die Mehrzahl der Kinder ist in der Lage, nach der „zwei“ das eigene Verhalten zu regulieren. Sie tun das oft von sich aus, da sie inzwischen das System kennen. Das bedeutet, sie stellen etwas zu Beginn der Stunde an und dann wieder am Ende der Stunde. So muss man den Klassenraum nicht verlassen. Für die Lehrkraft ist dies ebenfalls günstig, weil zwei Ermahnungen sie nicht übermäßig aufregen. Entnervt reagiert sie, wenn das Kind 10- bis 20-mal wegen der gleichen Sache ermahnt werden muss. Zwei Ermahnungen kann sie in der Regel gut ertragen. Zeigt das Kind dann das gewünschte Verhalten, kann sie es auch problemlos authentisch und mit Empathie loben.

Auszeit 1: Kann sich das Kind trotz allem nicht steuern und erhält die „drei“, verlässt es den Raum, beruhigt sich und kehrt dann wieder zurück in die Klasse. Kinder, die sofort wieder kommen, haben sich in der Regel nicht beruhigt. Die Mehrzahl der Kinder benötigt etwas Zeit, um dann wieder in der Klasse das eigene Verhalten erfolgreich zu regulieren.

Auszeit 2: Erhält das Kind die vierte Ermahnung, darf es in der jeweiligen Stunde nicht mehr in die Klasse. Es bleibt dann vor der Tür oder in der Nachbarklasse.

Lehrkräfte, die sich wegen der Aufsichtspflicht Sorgen machen, geben das Time-out so, dass sie einen Tisch in der Nachbarklasse bereitstellen. Auf diesen Tisch legen sie Materialien, die das Kind zu bearbeiten hat, wenn es ein Time-out erhält. Das Kind geht dann bei der „drei“ in die Nachbarklasse und arbeitet dort an einer Aufgabe. Dort beschäftigt sich die Lehrkraft nicht weiter mit ihm.

Schlussgedanken

Bei allen Trainingsansätzen für den schulischen Bereich sollte auf Medikation verzichtet werden, weil diese Trainingsansätze darauf ausgerichtet sind, die Selbstkontrolle der aufmerksamkeitsgestörten Kinder zu verbessern.

Es ist günstig,

- die eigenen Probleme mit ADS/ADHS-Kindern offen anzusprechen, mit anderen Kollegen und Eltern zu beraten und zu diskutieren, um gemeinsame Strategien zu entwickeln;
- Methoden, die sich im Umgang mit ADS/ADHS-Kindern in der Schule bewährt haben, als feste Bestandteile in den Unterricht aufnehmen, wie: Time out, Positive Bekräftigung, Verstärkerpläne, Ignorieren, Entspannung usw.;
- sich im Unterricht grundsätzlich nicht immer auf das Verhalten des Kindes fokussieren und ständig überlegen, was das Kind wieder Schlimmes gemacht hat. Besser: Das eigene Trainerverhalten reflektieren und darüber nachdenken, was verbessert werden kann, und akzeptieren, dass es oft mit dem Kind schlecht klappt, weil der Trainer etwas falsch macht.

Literatur

Krowatschek, D.: *Alles über ADS-Kinder. Ratgeber für Eltern und Lehrer*. Düsseldorf, 2001, Walter Verlag.

Krowatschek, D.: *Das Marburger Konzentrationstraining*. Dortmund 2001⁵, verlag modernes lernen.

Krowatschek, D./Krowatschek, G.: *Das ADS-Trainingsbuch. Band 1. Methoden und Materialien für den Einsatz in der Schule*. Lichtenau 2001, AOL-Verlag.

Krowatschek, D./Krowatschek, G.: *Soziales Lernen mit ADS-Kindern. Das ADS-Trainingsbuch Band 2*. Lichtenau 2002, AOL-Verlag.

Krowatschek, D.: *Überaktive Kinder im Unterricht. Ein Programm zur Förderung der Selbstwahrnehmung, Strukturierung, Sensibilisierung und Selbstakzeptanz unruhiger Kinder im Unterricht und in der Gruppe*. Dortmund 2000³, verlag modernes lernen.

Krowatschek, D.: *ADS. Diagnose und Training. Alle Materialien des Marburger Verhaltenstrainings*. Dortmund 2003, verlag modernes lernen.