

Tipps für Lehrkräfte im Umgang mit hyperkinetisch auffälligen SchülerInnen



Erstellt von Schulpsychologie Innviertel, Mag. Maria Rebhan, 2005

I. Allgemeines zu "Hyperkinetische Verhaltensauffälligkeiten"

Manche Kinder sind lebhafter als andere und jedes Kind ist irgendwann einmal sehr unruhig oder kann sich nicht konzentrieren und lässt sich leicht ablenken. Jeder weiß, dass es jüngeren Kindern schwerer fällt als älteren, sich ruhig zu verhalten oder ausdauernder bei einer Sache zu bleiben.

Die Konzentrationsfähigkeit und die Ausdauer von Kindern verbessern sich mit dem Alter. Kinder mit hyperkinetischen Verhaltensauffälligkeiten unterscheiden sich jedoch von Kindern mit diesen ganz normalen Entwicklungserscheinungen in **Ausmaß** und **Stärke** der Probleme. Sie zeigen ausgeprägte Auffälligkeiten meist in folgenden drei Kernbereichen:

Sie fallen auf

➤ durch **Aufmerksamkeits- und Konzentrationsschwächen**

Den Kindern fällt es schwer, ihre Aufmerksamkeit dauerhaft auf die Bearbeitung einer Aufgabe zu richten. Die Kinder sind leicht ablenkbar, Aufgaben werden vorzeitig abgebrochen und Tätigkeiten werden nicht beendet. Dies wird vor allem bei Beschäftigungen beobachtet, die eine geistige Anstrengung verlangen.

➤ durch **impulsives Verhalten**

Betroffene Kinder neigen dazu, plötzlich und unüberlegt zu handeln. Sie folgen ihren ersten Ideen und Handlungsimpulsen und bedenken überhaupt nicht deren Folgen. Die Kinder sind kaum in der Lage, Bedürfnisse aufzuschieben und abzuwarten, bis sie an der Reihe sind. Wenn sie etwas haben wollen, dann muss es sofort sein. Sie platzen mit Antworten heraus, bevor Fragen zu Ende gestellt sind und unterbrechen andere häufig.

➤ durch eine **ausgeprägte körperliche Unruhe**

Die Kinder fallen durch ihre extreme Ruhelosigkeit und durch ihr ständiges Zappeln auf. Diese Auffälligkeit tritt besonders in Situationen auf, die relative Ruhe verlangen.

Diese Verhaltensauffälligkeiten können verschiedenste **Ursachen** haben:

- Primärursachen (organisch bedingt): Störungen im Hirnstoffwechsel, Folgen von Hirnschädigungen, Vererbung
- Sekundärursachen (psychisch/sozial bedingt): Belastungen durch besondere Aufgabenstellungen/Erlebnisse, Beeinträchtigungen durch familiäre Spannungen, lärmexponierte Umgebung, schwierige Entwicklungsphasen

Es gibt eine große Variationsbreite im Schweregrad der genannten Probleme.

Von einer tatsächlichen "Aufmerksamkeitsdefizit- und Hyperaktivitätsstörung" (ADHS) im engeren Sinne ist nur in seltenen Fällen (ca. 5%) zu sprechen!

Bei der Mehrzahl der Kinder sind die Probleme weniger stark ausgeprägt und sie treten auch nicht in allen Situationen und Lebensbereichen (Familie, Schule, Freizeit) gleichermaßen auf bzw. können sich diese Kinder auch manchmal über einen längeren Zeitraum unauffällig verhalten. Der Übergang von normalem zu auffälligem Verhalten ist fließend.

II. Grundlegende Regeln bzw. Tipps im Umgang mit betroffenen SchülerInnen

Mit den kleinen oder aber auch größeren Wirbelwinden klar zu kommen, raubt den Lehrern manchmal den letzten Nerv.

Die vorliegende Schrift soll hierzu eine Hilfestellung für den Umgang mit Kindern und Jugendlichen mit Konzentrationsschwächen und/oder hyperkinetischen Verhaltensauffälligkeiten geben.

Erfahrungen zeigen, dass die meisten Schüler mit hyperkinetischen Auffälligkeiten in einer Schulklasse tragbar sind, wenn die Lehrkraft über mögliche Verhaltensprobleme informiert ist und den Schüler, so wie er ist, akzeptiert und seine Symptome als Schwäche, nicht als Faulheit oder Böswilligkeit interpretiert und eine gute pädagogische und menschliche Beziehung aufzubauen weiß.

Im Folgenden wird auf einzelne Problembereiche und mögliche Verhaltensweisen darauf näher eingegangen:

1. Sitzplatz

Ein fester Sitzplatz in der Klasse, an den sich das Kind gewöhnen kann und der ihm vertraut ist, ist sehr wichtig. Ein eher ruhiges Kind neben einem hyperaktiven, konzentrationsschwachen Schüler bietet ein positives Modell. Auch ein Platz für sich allein ist hilfreich, ein Platz an einem Gruppentisch hingegen ist ungünstig, wie auch ein Platz am Fenster. Der Sitzplatz sollte auch möglichst in der Klassenzimmerecke sein, am besten in der ersten Reihe, in der die Lehrperson häufig präsent sein kann, damit er den Schüler im Blickfeld hat und ihn mit kurzen und nonverbalen Korrekturen im Geschehen halten kann.

2. Klare Strukturen schaffen

Kinder brauchen Regeln, klare Grenzen und Strukturen, denn diese geben Halt, Orientierung und Sicherheit. Klare Strukturen sind vor allem bei hyperkinetischen Kindern und Jugendlichen wichtig, denn diese sind kaum in der Lage, Ordnung in das tägliche Chaos zu bringen. Betroffene Schüler brauchen klare Strukturen, um den Unterrichtsablauf bewältigen zu können.

Das kann Ihnen als Lehrperson dabei helfen:

a) Stellen Sie überprüfbare Regeln auf!

Regeln sollen so explizit gemacht werden, dass jeder Schüler weiß, was von ihm erwartet wird. Neben den allgemeinen Schulregeln sind mögliche klasseninterne Vereinbarungen mit den Schülern zu besprechen. Erklären Sie, warum die Regeln wichtig und sinnvoll sind. Alle Regeln mit ihren Konsequenzen sollten klar und gut sichtbar im Klassenzimmer angebracht werden.

Die Regeln in der Klasse sollten auch mit den anderen Lehrpersonen und den Eltern abgesprochen werden.

b) Reagieren Sie gleichbleibend auf unangemessenes Verhalten!

Es ist wichtig, auf Regelverstöße der Schüler regelmäßig und angemessen zu reagieren. Es kommt vor, dass Lehrer manchmal keine Konsequenz auf das Verhaltensproblem folgen lassen und zu einem anderen Zeitpunkt auf dasselbe Problem sehr streng reagieren.

Reagieren Sie schnell, wenn Ihnen etwas am Verhalten des Schülers nicht passt, wenn er (sie) gegen eine Regel verstoßen hat. Wenn Sie zu lange warten, weiß das Kind nicht mehr, wofür es bestraft wird.

Wichtig ist auch, dass Sie keine Konsequenzen ankündigen, die Sie nicht einhalten können werden. Lieber weniger Verbote aufstellen, dafür diese konsequent kontrollieren!

c) Geben Sie klare Anweisungen!

Anweisungen müssen in klaren, einfachen Worten gegeben werden und nicht durch immer wieder andersartige Erklärungsansätze, die verwirren.

Weiters sollten die Hinweise für Übergänge im Unterricht deutlich sein, wie z.B.: "Lesen ist jetzt zu Ende. Bitte gebt das Buch vom Tisch, wir brauchen jetzt nur das Sprachheft."

d) Seien Sie liebevoll "stur"!

Mit Zureden ist bei hyperkinetisch auffälligen Schülern wenig zu erreichen, eher schon mit deutlichen kurzen und klar formulierten Aufträgen und dem begleitenden und beobachtenden Beharren auf deren Erledigung.

e) Strukturen transparent machen

Oft können im Grunde Kleinigkeiten helfen, dass sich hyperkinetisch auffällige Schüler besser zurechtfinden. Hier zwei Beispiele:

- Hängen Sie eine Uhr mit Zeiger auf. Betroffenen Schülern mangelt es am Zeitverständnis, sie leben im Hier und Jetzt. Durch eine Uhr mit Zeiger visualisieren Sie die Zeit, sie wird für die Schüler berechenbarer.
- Nutzen Sie eine Tafelhälfte für die Visualisierung des Unterrichtsablaufes. Damit wird es diesen Kindern möglich einzuordnen, in welcher Unterrichtsphase sie sich gerade befinden.

3. Jede Reizüberflutung vermeiden

Uns mag es oft so erscheinen, dass diese Schüler ihre Umwelt tyrannisieren, aber oft ist es auch umgekehrt. Hyperaktive und aufmerksamkeitsgestörte Kinder/Jugendliche sind meist überempfindlich auf starke sensorische Reize - taktil, akustisch, visuell, besonders auf eine Vielzahl verschiedener, gleichzeitig wahrgenommener Reize (Reizüberflutung).

Hyperkinetische Schüler werden dadurch leicht verwirrt, verlieren schnell die Übersicht und Orientierung, geraten möglicherweise in Panik, wenn verschiedene Vorgänge gleichzeitig ablaufen, wenn viele durcheinandersprechen, im Menschengewimmel oder vor einem scheinbaren Gewirr von grafischen Zeichen, einem Übermaß von Sinneseindrücken.

Es ist daher wichtig, für eine Übersichtlichkeit des Schulablaufes zu sorgen, für eine Konstanz der Bedingungen, für eine stützende Ordnung.

Betroffene Schüler können nicht mehrere Tätigkeiten gleichzeitig bewältigen. Die Organisation einer reizarmen Umgebung ist hier sehr hilfreich. Es sollte vor allem der Arbeitsplatz möglichst reizarm sein: Auf dem Tisch des Schülers darf nichts liegen, was er für die momentane Aufgabenerledigung nicht braucht bzw. was ihn ablenken könnte.

4. Aufmerksamkeit lenken

Es versteht sich von selbst, dass Schüler mit einer Informationsverarbeitungsschwäche, mit eingeschränkten Fähigkeiten zur Aktivitätskontrolle, wie es bei hyperkinetisch auffälligen der Fall ist, den Unterricht und die darin gestellten Aufgaben belastender finden als andere. Schüler mit einer Aufmerksamkeitsproblematik werden durch jede Veränderung in ihrer Umwelt (taktil, akustisch, optisch) angezogen: Ein Bleistift, der zu Boden fällt, ein Tuscheln zweier Schüler, ein Husten oder Niesen, Stimmen im Korridor oder Vorgänge auf dem Schulhof haben stärkere aktuelle Erregungsrelevanzen als das Reden des Lehrers mit der Klasse.

Betroffene Schüler können sich also nicht stundenlang konzentrieren und sie nehmen vieles, was die Lehrperson mit der Klasse erarbeitet, gar nicht auf. Sie müssen immer wieder ans Arbeiten zurückgeführt werden. Ein oftmaliges Ansprechen oder eventuell auch nur kurze Blick- oder Körperkontakte, z.B. Hand auf Schulter legen, sind hierbei hilfreich.

5. Pausenorganisation

Hyperkinetische Kinder/Jugendliche können mit Freiräumen wenig anfangen und flippen in unstrukturierten Situationen oftmals aus. Sie haben häufig Angst vor neuen Situationen, sie brauchen länger, um sich wieder anzupassen und können sozial auch weniger gut mit Gleichaltrigen umgehen.

Die Pausensituation muss also auf jeden Fall strukturiert und gut vorbereitet werden, damit die Schüler im positiven Sinn von der Pause profitieren können.

Sehr wichtig ist es, dass die Pausensituation von einer Lehrperson überwacht wird.

Die Lehrperson sollte mit der ganzen Klasse besprechen, welche Pausenaktivitäten gewünscht werden und welche genehmigt werden. Möglichkeiten (z.B. "Die Benutzung der Spiele aus der Spielecke ist erlaubt" oder "Nachbarsklassen dürfen besucht werden") und Regeln (z.B. "Das Wechseln des Stockwerkes ist verboten" oder "Das Spielen auf dem Gang ist nur in der großen Pause erlaubt") werden dann schriftlich und gut sichtbar an der Klassenzimmerwand angebracht.

Inhaltlich eignen sich für hyperkinetisch auffällige Schüler in den Pausen Bewegungsspiele am besten.

6. Zeit für Bewegung

"Gift" für hyperkinetische Schüler ist das lange ruhige Sitzen während des Unterrichts. Planen Sie entsprechende Bewegungspausen oder Bewegungsspiele/-Aufgaben in Ihren Unterricht ein.

Verteilen Sie Aufgaben, kleine Aufträge wie Tafelputzen oder etwas aus dem Sekretariat holen an solche Schüler.

Im **Turnunterricht** sind - so wie in allen anderen Bereichen auch - klare Anweisungen von enormer Wichtigkeit.

Gibt man ihnen Freiraum, nutzen sie diesen oft bis über die Grenzen hinaus aus.

Klassisches Beispiel ist eine Turnstunde mit freiem Spiel. Wenn dann gesagt wird, dass alle Kinder sich z.B. im Mittelkreis versammeln sollen, gelingt es Schülern mit einer auffälligen motorischen Unruhe nicht so runterzuschalten wie anderen Schülern. In schwierigen Phasen, wie eben bei "Tobespielen" oder Gruppenaktivitäten werden betroffene Schüler schnell unbrembar, sie schaukeln sich selbst rasch auf.

Deshalb ist es wichtig, solchen Schülern die Zeit und die Möglichkeit zu geben, sich wieder auf ein niedrigeres Erregungsniveau zu bringen. Eine große körperliche Anstrengung, z.B. Matten wegräumen, hilft ihnen dabei, ihren "Motor" wieder zu regulieren.

7. Hausaufgaben

Hausaufgaben stellen für hyperkinetische Schüler meist ein massives Problem dar. Durch ihre Aufmerksamkeitschwäche, ihre Impulsivität und schulischen Leistungsdefiziten sind diese Kinder von Hausaufgaben einfach überfordert. Schon allein der Gedanke daran macht sie schlecht gelaunt oder aggressiv. Nach der Schule sich wieder zu Hause zu konzentrieren, sich wieder durch die vielen Fehler frustriert zu fühlen, wieder keine Zeit zum Spielen zu haben, all das möchten sie nicht. Auch Eltern sehen der Hausaufgabensituation meist mit Schrecken entgegen.

Aus diesen Gründen ist es verständlich, dass die meisten Kinder keine Lust haben, Hausaufgaben zu machen und versuchen, diese Situation möglichst lange aufzuschieben oder gar ganz zu vermeiden. Hausaufgaben beginnen und enden in der Schule. Die Lehrperson ist diejenige, die die Hausaufgaben bestimmt, bespricht und schließlich kontrolliert.

Hier wichtige Regeln für den Umgang mit Hausaufgaben in der Schule:

- Hausaufgaben dürfen nicht erst dann gestellt werden, wenn in der Klasse schon allgemeine Aufbruchstimmung herrscht, denn gerade in solchen komplexen Reizsituationen fällt es hyperkinetischen Schülern schwer, das für sie Wichtige herauszufiltern und zu behalten.
Geben Sie ausreichend Zeit, die Hausaufgaben abzuschreiben. Kurz vor dem Klingeln zu sagen: "... und hier noch die Hausaufgaben" ist der sicherste Weg, dass hyperkinetische Schüler die Hälfte nicht mitbekommen.
- Das Hausaufgabenheft und das eingepackte Material werden bei betroffenen Schülern von der Lehrperson kontrolliert.

- Die Hausaufgaben werden immer an derselben Stelle und in derselben Anordnung an der Tafel aufgeschrieben und jeweils vorgelesen.
- Die Hausaufgaben werden täglich kontrolliert.
- Honorieren Sie jegliche Anstrengung!
- Die Konsequenzen für das Fehlen oder Vergessen der Hausaufgaben müssen genau mit dem Kind und den Eltern abgesprochen werden.
- Die Zusammenarbeit mit den Eltern sollte sehr eng sein, die Informationen werden so oft wie nötig ausgetauscht.

8. Selbstvertrauen stärken

Hyperkinetisch auffällige Schüler verfügen meist über ein mangelndes Selbstwertgefühl. Hier hilft nur eines: betroffene Kinder/Jugendliche müssen spüren, dass Eltern und Lehrer sie trotz ihrer Schwierigkeiten akzeptieren. Sie brauchen das Gefühl, emotional angenommen zu sein ebenso wie eine liebevolle, aber auch deutliche, konsequente und aufmerksamkeitslenkende Führung.

Je klarer, einschätzbarer, sachlicher und freundlicher (wenn möglich auch humorvoller) der Umgang mit dem Schüler ist, desto sicherer fühlt er sich und desto eher wird der Lehrer zum "Superreiz". Das Selbstvertrauen und die Sicherheit der Betroffenen soll wieder entdeckt und gestärkt werden.

Lassen Sie sich jedoch nicht auf endlose Diskussionen ein und versuchen Sie auch nicht alles immer wieder bis ins kleinste Detail zu erklären. Wenn Sie Nein sagen, dann heißt das auch Nein, ohne Wenn und Aber. Bleiben Sie dabei aber möglichst ruhig und gelassen. Wenn das Kind spürt, dass Sie es trotz allem akzeptieren, wird es in der Regel Ihre Anweisungen befolgen.

Je mehr es der Umgebung gelingt, den Kindern/Jugendlichen zu Erfolgserlebnissen zu verhelfen, desto besser können sie ihre Schwierigkeiten bewältigen.

Hyperkinetisch Auffällige spüren sehr feinfühlig, welche Einstellung ihnen gegenüber gebracht wird. Lob ist der Schlüssel zu diesen Schülern, weil sie sonst meist nur getadelt und ermahnt werden und deswegen regelrecht nach guten Worten hungern.

Wenn es irgendwo Streit gibt, dann sind auffällige Schüler meist nicht weit. Doch oft trägt der Schein! Da sie in der Regel sehr sensibel sind und einen ausgeprägten Gerechtigkeitsinn besitzen, haben sie vielleicht nur versucht den Streit zu schlichten und sind dabei zwischen die Fronten geraten.

Auch wissen die Mitschüler häufig sehr genau, "auf welche Knöpfe" sie bei betroffenen Schülern drücken müssen, um sie zu provozieren. Seien Sie deshalb mit Schuldzuweisungen vorsichtig!

9. Graphomotorik

Oft haben hyperkinetisch auffällige Schüler große Schwierigkeiten mit dem Schreiben. Aufgrund motorischer Einschränkungen ist das Schreiben für sie ein echter Kraftakt, der sie schnell ermüdet. Sie haben meist ein schlechtes Schriftbild, unter Umständen in Stresssituationen sogar eine unleserliche Schrift. Sie kritzeln nicht aus Unlust, sondern aus Unvermögen. Deshalb sind sie in der Regel bei der Ausführung schriftlicher Aufgaben sehr "sparsam". Mündlich haben sie oft sehr viel mehr zu bieten.

Das Schriftbild dieser Schüler sollte nicht mit dem Schriftbild normgesteuerter Schüler verglichen werden und es wird abgeraten, einen Notenabzug wegen der Schrift zu geben.

10. Wenn nichts mehr geht...

Kommt es wirklich mal zu einer Situation, in der nichts mehr geht, was auch sehr wahrscheinlich ist, dann hilft oft nur eine räumliche Distanz, eine sogenannte Auszeit für beide Parteien. Sprechen Sie ein solches Vorgehen mit den Eltern ab. Dadurch geben Sie dem Kind/Jugendlichen die Möglichkeit, seinen "überdrehten Motor" wieder auf normale Touren herunter zu fahren. Wenn Sie den Schüler wieder in den Unterricht holen, verhalten Sie sich so, als wenn nichts gewesen wäre. Der Versuch, die Situation in diesem Moment nachzuarbeiten, führt nur dazu, dass sein "Motor" wieder aufdreht.

III. Literaturhinweise

- **Döpfner, M., Schürmann, S. & Lehmkuhl, G. (2000): Wackelpeter & Trotzkopf (2. Aufl.). Weinheim: Belz.**
- Lauth, G.W. & Schlottke, P.F. (2002): Training mit aufmerksamkeitsgestörten Kindern (5. Aufl.). Weinheim: Belz.
- Internet: <http://www.schulratgeber.de>