

Vorwort

Aufmerksamkeitsdefizit-/Hyperaktivitätsstörungen sind ein dringliches Problem nicht nur für die Schule um ihrer selbst willen, sondern mehr noch für die betroffenen Kinder und ihre Eltern. Etwa 5 bis 7 Prozent der Kinder sind davon betroffen, also etwa ein bis zwei Kinder pro Schulklasse. In diesen Fällen wird nicht nur das Unterrichten schwieriger, sondern die Anforderungen an das pädagogisch-didaktische Geschick des Lehrers/der Lehrerin steigen. Es gilt das Kind trotz des vermeintlichen Handicaps zu fördern, mit den Eltern eine einvernehmliche Sichtweise und ein konstruktives Herangehen zu vereinbaren und die Entwicklungschancen des Kindes zu wahren.

Insofern stellen aufmerksamkeitsgestörte/hyperaktive Kinder die Schule als solche und das pädagogische Vermögen der Lehrer auf die Probe. Um ihnen gerecht werden zu können, muss der betroffene Lehrer über Geschick, Wissen und Routinen verfügen, die nicht nur das Aufmerksamkeitsdefizit und die Hyperaktivität „klein halten“, sondern auch dem besonderen Leistungsvermögen des betroffenen Kindes gerecht werden.

Das vorliegende Buch formuliert ein Übungsprogramm, das dafür die Voraussetzungen bereitstellt. Es greift auf langjährige Arbeit mit den betroffenen Kindern, ihren Eltern und Lehrerinnen zurück.

Das Programm wird in Gruppen durchgeführt und nutzt die Geschicklichkeit sowie die Vorerfahrungen der teilnehmenden Lehrerinnen und Lehrer, um das Beste aus der Situation zu machen. Wohl wissend, dass aufmerksamkeitsgestörte/hyperaktive Kinder die schwierigste Zeit haben, wenn sie zur Schule gehen. Danach aber haben sie oft einen größeren Freiheitsraum und können ihre durchaus vorhandenen Fähigkeiten und Stärken besser ausspielen. Man denke nur an manchen Schauspieler oder Musiker, der durchaus gut ankommt, wiewohl sich Unstetigkeit und eine gewisse Umtriebigkeit hinter seiner Professionalität verbirgt.

Eine Anmerkung zum Sprachgebrauch: Da das Lehrpersonal an den Schulen mehrheitlich von Frauen gebildet wird, haben wir uns entschlossen, die weibliche Formulierung im gesamten Buch zu verwenden. Männliche Lehrer sind damit aber selbstverständlich auch immer angesprochen.

Köln, im Frühjahr 2009

Gerhard W. Lauth
Kerstin Naumann

8 Das Übungsprogramm

Das Training beruht auf aktuellen Erkenntnissen über die Erscheinungsweise der Aufmerksamkeitsdefizit-/Hyperaktivitätsstörung in der Schule sowie über Beziehungsaspekte, die mit der Störung verbunden sind. Dabei wird besonders hervorgehoben:

- ▶ Aufmerksamkeitsgestörte/hyperaktive Kinder stören zwar häufiger als unauffällige Kinder. Ihr Hauptproblem ist aber, dass sie sich entscheidend weniger als ihre Schulkameraden am Unterricht beteiligen (Lauth et al., 2006).
- ▶ Aufmerksamkeitsgestörte/hyperaktive Kinder sind in ihrer Selbststeuerung beeinträchtigt. Aufgabe der Lehrerin ist es deshalb, ihre unzureichende Selbststeuerung durch eine wirksame Fremdsteuerung zumindest so lange zu ergänzen, bis sie allein und wirksam handeln können (Barkley, 1997a, 2006).
- ▶ Interaktionelle Erkenntnisse, die zeigen, dass aufmerksamkeitsgestörte/hyperaktive Kinder immer auch ein Stück weit verkannt werden, weil ihre positiven Verhaltensansätze (z.B. sich melden, sich anfänglich am Unterricht beteiligen) eher übersehen werden. Stattdessen erhalten sie meistens negative Rückmeldungen (auf ihre Fehler reagieren, Tadeln, Kritik äußern). Im Zuge der Zeit nimmt diese Anleitung im Negativen überhand, so dass diese Kinder kaum mehr erfahren, wie sie es richtig machen können (sog. coersives Verhalten; Patterson et al., 1989).

8.1 Konzeption des Trainings

Anhand eines einheitlichen und durchgängigen Konzeptes wird diskutiert, eingeübt und konkret umgesetzt, wie man mit den aufmerksamkeitsgestörten Kindern im Unterricht und in der Schule umgehen soll. Dabei geht es hauptsächlich um die Förderung des schulischen Lernens und des Verhaltens im Unterricht. Das aufmerksamkeitsgestörte/hyperaktive Kind soll lernen, sich in hinreichendem Ausmaß selbst zu steuern und vorausschauend zu denken. Darin wird es gezielt angeleitet und unterstützt.

Für die Lehrerin bedeutet das, dass sie sich über das Erscheinungsbild von Aufmerksamkeitsdefizit-/Hyperaktivitätsstörungen Rechenschaft gibt, sie die Situationsabhängigkeit des Schülerverhaltens erkennt, sie das kindliche Verhalten durch klare Rückmeldungen lenkt, sie gezielte Belohnung einsetzt, sie für das aufmerksamkeitsgestörte Kind schwierige Unterrichtssituationen förderlich gestaltet, sie das Lernen des aufmerksamkeitsgestörten/hyperaktiven Kindes unterstützt und gut mit seinen Eltern zusammenarbeitet.

8.2 Grundlegende Sichtweise der Aufmerksamkeitsdefizit-/Hyperaktivitätsstörung

Das Übungsprogramm selbst beruht auf folgenden Erkenntnissen über Aufmerksamkeitsstörungen:

- ▶ Kinder mit ADHS gehen meist zu rasch und impulsiv vor, dadurch machen sie viele Fehler.
- ▶ Die Kinder wissen oft nicht recht, wie sie eine Aufgabe lösen sollen. Deshalb fangen sie manchmal erst gar nicht an oder verzetteln sich rasch.
- ▶ Die Kinder wissen selten, worauf es wirklich ankommt. Die Folge ist, dass sie auf unwichtige Dinge achten und deshalb nicht zum Ziel kommen.
- ▶ Die Kinder fallen vor allem durch eine mangelnde Unterrichtsbeteiligung auf. Daraus entstehen Unterrichtsstörungen, die die Aufmerksamkeit der Lehrerin stark beanspruchen und den Unterricht erschweren.
- ▶ Es ist aber nicht so, dass diese Kinder immer und überall schwierig sind. Manches können sie gut (z.B. Sport), und wenn sie allein mit der Lehrerin zusammenarbeiten, klappt es manchmal überraschend gut. Es kommt also auch auf die Umstände an!
- ▶ Die Zusammenarbeit mit den Eltern dieser Kinder ist aus ganz unterschiedlichen Gründen belastet (z.B. es geht meistens um negative Ereignisse, die Eltern machen der Schule Vorwürfe, es wurde schon so vieles vereinbart und ausprobiert) und bedarf deshalb besonderer Geschicklichkeit.

Im Übungsprogramm werden geeignete Hilfen erarbeitet, um das Arbeits- und Lernverhalten des aufmerksamkeitsgestörten Kindes und seine Selbststeuerung zu verbessern.

8.3 Ziele

Mit dem Übungsprogramm sollen folgende Ziele erreicht werden. Die Teilnehmerinnen sollen

- ▶ ADHS-Störungen sicher erkennen und von anderen schulischen Beeinträchtigungen unterscheiden,
- ▶ ein gesichertes Wissen über Aufmerksamkeitsdefizit-/Hyperaktivitätsstörungen erwerben bzw. vorhandene Kenntnisse auffrischen,
- ▶ ADHS als Handlungsbeeinträchtigung begreifen, einen verhaltensbezogenen Zugang zu den Problemen der Kinder entwickeln und sie auf der Grundlage dieser Erkenntnis anleiten,
- ▶ nicht nur auf das Störverhalten der Kinder reagieren, sondern positive Ansätze beachten, hervorheben und ausbauen,
- ▶ sicher erkennen, in welchen Situationen es bei einem Kind eher zu Schwierigkeiten kommt und diese vorwegnehmend vermeiden,

- ▶ insbesondere anhand ihrer eigenen Unterrichtsbeispiele lernen und die erlangten Erkenntnisse auf die eigene Unterrichtspraxis übertragen.

Geübt und diskutiert wird, wie die Lehrerin aufmerksames, zugewandtes und sozial konformes Verhalten einerseits gezielt verstärken und andererseits dieses Verhalten durch eine überlegte Situationsgestaltung fördern kann (etwa für Gruppenarbeit, Stillarbeit, Unterrichtsverhalten, Sportunterricht, Spaziergang mit der Klasse). Insgesamt soll ein Grundverständnis für die Störung und ein erweitertes Fähigkeitsrepertoire zur Anleitung und Förderung des Kindes vermittelt werden.

8.4 Das Training als Verhaltensberatung

Das Übungsprogramm leitet darin an, die Kinder im Unterricht gezielter und konstruktiver zu lenken. Die Lehrerin soll das Verhalten dieser Kinder möglichst unaufwendig steuern. Deshalb wird großer Wert auf folgende Aspekte gelegt:

- ▶ das erwartbare (typische) Verhalten der aufmerksamkeitsgestörten/hyperaktiven Kinder,
- ▶ die Steuerung des Unterrichtsverhaltens,
- ▶ die ertragreiche Zusammenarbeit mit den Eltern.

Diese Maßnahmen sollen hauptsächlich das Verhalten des Kindes in wichtigen Situationen (Verhalten in der Gruppe, Beteiligung am Unterricht etc.) ändern. Dementsprechend folgt das Training verhaltens- und lerntheoretischen Grundlagen.

8.5 Aufbau des Trainings

Das Übungsprogramm besteht aus insgesamt sieben Bausteinen, die der Reihe nach Erkenntnisse und Fertigkeiten vermitteln:

- ▶ Wissen um ADHS, Erscheinungsweise, Entstehung und förderliche (Behandlungs)maßnahmen. Es geht um ein grundlegendes Verständnis für die Störung und um die Erarbeitung eines modernen und aktuellen Erklärungskonzeptes.
- ▶ Analyse des kindlichen Verhaltens im Unterricht (etwa: Was läuft gut? Wo gibt es Probleme? Wie ist das Unterrichten des Kindes organisiert?).
- ▶ Das Kind positiv anleiten und positive Ziel verfolgen. Deshalb geht es um die Verstärkung des kindlichen Verhaltens, das gelingt. Einzelne Verhaltensweisen werden gezielt verstärkt, wobei angemessene Verhaltensweisen (etwa: sich melden, zur Lehrerin schauen, ruhig am Tisch sitzen, eine Aufgabe beginnen und eine Weile gut durchhalten) positiv verstärkt werden, unangemessenes Verhalten wird dagegen zunächst ignoriert. Im weiteren Verlauf des Trainings setzt sich die Lehrerin aber auch ganz gezielt milde Bestrafung (etwa Entzug von Token) ein.

- ▶ **Situationsgestaltung.** Es hängt sehr von der Art der Aufgabe und der Situation ab, ob ein aufmerksamkeitsgestörtes/hyperaktives Kind Schwierigkeiten hat oder nicht. Wenn man das weiß, kann man die Situationen förderlicher gestalten (z.B. eine Aufgabe abschnittsweise stellen, das Kind in einer bestimmten Gruppe arbeiten lassen), den Sitzplatz des Kindes verändern, seine Aktivitäten strukturieren, das Kind besser in den Unterricht integrieren, regelmäßige Absprachen treffen, das Kind gezielt ansprechen, sachliche Hinweise geben. Des Weiteren beziehen sich strukturierende Maßnahmen auf die inhaltliche Präsentation des Unterrichtsmaterials und dessen optische Gestaltung.
- ▶ **Die Lernaktivitäten des Kindes verbessern.** Um Lernen zu können, müssen die Kinder bestimmte Wege einschlagen und sich nachdrücklich mit einer Aufgabe beschäftigen. Kinder mit ADHS kennen solche Strategien kaum oder setzen sie nicht von allein um. Deshalb lernen die Kursteilnehmer, wie Aufmerksamkeitsleistungen unterstützt werden können.
- ▶ **Mit den Eltern zusammenarbeiten.** Bei aufmerksamkeitsgestörten Kindern ist es besonders wichtig, dass Elternhaus und Schule zusammenarbeiten. Dazu gehört, Absprachen zu treffen, Sichtweisen auszutauschen, sich wechselseitig fair und offen zu begegnen. Diese Aspekte werden besprochen und praktische Schwierigkeiten in der Zusammenarbeit erörtert (z.B. die Eltern geben der Schule die Schuld für die Misere; die Schule meint, dass sich die Eltern falsch verhalten und ihre Erziehung ändern sollten). Das Übungsprogramm vermittelt, wie eine vertrauensvolle Zusammenarbeit zwischen Schule und Elternhaus gefördert werden kann. Dazu gehört es, als Gesprächspartner und Vermittler von Informationen zur Verfügung zu stehen und die Eltern hinsichtlich der Gestaltung der Hausaufgabensituation zu beraten.

Dauer des Programms/Zeitbedarf

Das Programm dauert insgesamt 14 Zeitstunden. Es umfasst sieben Sitzungen, die wöchentlich durchgeführt werden. Etwa sechs Wochen nach Beendigung des Übungsprogrammes findet ein weiteres Treffen zur Nachbesprechung statt.

Gruppengröße/Teilnehmerzahl

Das Programm kann mit vier bis zwölf Teilnehmerinnen durchgeführt werden. Um den Workshop-Charakter aufrecht zu erhalten und einen intensiven Austausch sowie wirksame Erarbeitungsphasen organisieren zu können, sollte diese Zahl jedoch nicht überschritten werden; sonst würde das Programm eher zum Theorieseminar.

Methoden/Materialien

Das Programm beruht auf lern- und handlungstheoretischen Prinzipien. Eingesetzt werden Methoden

- ▶ der kognitiven Verhaltenstherapie wie Eingrenzung und Differenzierung der Probleme (Problemschau) und Formulierung eines Trainingsziels (Zieldefinition),

- ▶ aus der Erwachsenenbildung (z.B. Gruppendiskussion, Kurzvorträge, Hand-outs),
- ▶ aus dem Gruppentraining (z.B. Kleingruppenarbeit, Präsentation in Gesamtgruppe),
- ▶ der Verhaltenstherapie (z.B. Wochenaufgaben, Durchführung von Verhaltensbeobachtungen, praktische Umsetzungen).

Diese Vorgehensweisen setzen die aktive Mitarbeit der teilnehmenden Lehrerinnen voraus. Um dies zu unterstützen werden

- ▶ Beispiele aus der aktuellen Unterrichtstätigkeit der Lehrerin aufgegriffen,
- ▶ wechselnde Arbeitsmethoden (z.B. Vortrag, Kleingruppenarbeit, Übungsaufgaben, Rollenspiel) eingesetzt,
- ▶ der Austausch in der Gruppe betont und
- ▶ hauptsächlich an Lösungen gearbeitet (z.B. das Lernen des aufmerksamkeitsgestörten Kindes wirksam unterstützen).

Übertragung auf den Schulalltag

Um eine hinreichende Übertragung in den Schulalltag zu gewährleisten werden zwei Maßnahmen realisiert:

- (1) Aus einer Schule sollten immer zwei Personen zum Training kommen, damit sie sich in der Übertragung der Trainingsinhalte im Schulalltag helfen können. Wenn möglich sollte eine Leitungsperson (Rektorin, Konrektorin, Fachleiterin) oder eine Beratungslehrerin der Schule dabei sein.
- (2) Im Training werden die Alltagserlebnisse der Lehrerinnen aufgerufen, etwa wenn sie möglichst konkret ihre Umsetzung der Wochenaufgaben schildern. Ferner werden Übungen, in denen die Interventionen ausprobiert werden, durchgeführt.

8.6 Evaluation

Trainingsbegleitend füllen die teilnehmenden Lehrerinnen folgende Fragebögen aus:

- ▶ Belastende Situationen in der Schule (s. Kap. 10, AB 10, „Fragebogen ADHS-typisches Verhalten in Schulsituationen“), am Beginn des Trainings, nach Beendigung des Übungsprogrammes sowie zum Zeitpunkt der Nachbesprechung,
- ▶ Belastung der Lehrerin durch das ADHS-typische Verhalten des Kindes (als ergänzende Spalte in den oben genannten Fragebogen eingebettet), ebenfalls am Beginn des Trainings, nach Beendigung des Übungsprogrammes sowie zum Zeitpunkt der Nachbesprechung,
- ▶ Am Ende des Trainings füllen die Teilnehmerinnen einen Fragebogen aus, der ihren Erkenntnisgewinn und die Zufriedenheit mit dem Programm erfasst (AB 35).

8.7 Rahmenbedingungen

Das Übungsprogramm wird in Gruppen durchgeführt. Es kann unter verschiedenen Bedingungen eingesetzt werden:

- ▶ Ein Beratungslehrer, Schulleiter oder ein anderes engagiertes Mitglied des Kollegiums bietet den Übungskurs schulintern für interessierte Lehrer an.
- ▶ Der Kurs wird im Verbund mehrerer Schulen schulübergreifend durchgeführt. Letzteres beinhaltet, dass der Kurs „ausgeschrieben“ wird.
- ▶ Eine niedergelassene Praxis (kinderpsychiatrische, psychotherapeutische, ergotherapeutische Praxis) oder eine schulpsychologische Beratungsstelle schreibt den Kurs für Schulen aus der Region aus (externe Leitung).
- ▶ Eine Gruppe von betroffenen Lehrerinnen tut sich zusammen und bearbeitet unter kollegialer Leitung die verschiedenen Bausteine (Kollegialform).

Aufgaben des Leiters

Der Leiter führt durch das Programm, sorgt für eine ausgewogene Mitarbeit der Teilnehmer und strukturiert die Beiträge. Wenn aktive Mitarbeit gefordert ist, hilft er, die Hemmschwelle abzusenken (z. B. sich an der Vorstellung von Lösungsmöglichkeiten beteiligen).

Arbeitsmaterialien

Allgemein werden vor allem folgende Materialien benötigt:

- ▶ Flipchart, Kreidetafel oder Weißwand-Tafel
- ▶ Posterpapier
- ▶ dicke Markerstifte, Kreide oder Weißwand-Stifte in verschiedenen Farben
- ▶ diverse Arbeitsmaterialien (z.B. Arbeitsblätter, Hand-Outs, Signalkarten), die für jede Trainingseinheit benannt werden.