

Laut ICD-10 (Internationale Diagnose-Klassifikation) könnte der Schüler recht haben. Unter F9: Verhaltens- und emotionale Störungen mit Beginn in Kindheit und Jugend findet man diese Punkte:

- F90.0 Aufmerksamkeitsdefizit mit Hyperaktivitätsstörung,
- F90.1 hyperkinetische Störung in Verbindung mit Störungen des Sozialverhaltens.

Ergo: eine psychische Störung

Diagnosekriterien

Verhaltenskriterien: das sind mindestens sechs Symptome von Unaufmerksamkeit, drei Symptome der Überaktivität und ein Symptom der Impulsivität. Beginn vor dem siebten Lebensjahr/Beeinträchtigung in zwei oder mehr Lebensbereichen (Schule, Elternhaus, Peergroup, Freizeit ...)

ADHS ist zudem laut Forschungsberichten hochgradig vererblich (eineiige Zwillinge haben eine Übereinstimmungsrate von 80%). Man geht davon aus, dass mindestens ein Elternteil betroffen ist.

Die gute Nachricht: Nur 30% der Betroffenen haben auch im Erwachsenenalter ADHS, wobei die Hyperaktivität kaum mehr relevant ist.

Falsch: Die Ursachen von ADHS sind vor allen Dingen schwierige soziale Umstände.

Richtig: Ungünstige soziale Bedingungen beeinflussen den Schweregrad und die Stabilität der Störung.

Die Störung ist allerdings multikausal: Es spielen biologische, neurologische und psychosoziale Aspekte eine Rolle. Jungen sind wesentlich häufiger betroffen als Mädchen.

Prävalenz: durchschnittlich ca. 5% (bei niedrigem sozialen Status häufiger).

Schweregrade: leicht, mittelgradig, schwer.

Kernsymptomatik: Unaufmerksamkeit, Hyperaktivität, Impulsivität.

Eine endgültige Diagnose stellt natürlich der Kinderarzt/Kinderpsychiater.

Bei der Therapie spielen die Medikamente eine entscheidende Rolle: Methylphenidat, ein Amphetamin, das unter das Betäubungsmittelgesetz fällt. Fördert die Weitergabe von Dopamin im synaptischen Spalt. (Ritalin, Medikinet ...). Oder Atomoxetin, ein Antidepressivum (Noradrenalin, Wiederaufnahmehemmer, Strattera). Der Einsatz ist umstritten, bei hohem Schweregrad m.E. aber unumgänglich.

Zusätzlich gibt es natürlich noch psychotherapeutische Maßnahmen, die nach heutigem Stand der Wissenschaft immer begleitend eingesetzt werden sollten. Man sollte die Kinder nicht allein mit Medikamenten behandeln. Sie brauchen immer zusätzliche Unterstützung.

Hier wäre zu nennen:

- Psychoedukation (Aufklärung aller Betroffenen)
- Elterntraining
- Interventionen in der Schule und im Kindergarten
- Kind-Training (Selbstmanagement, Problemlösetraining, Gruppentherapie)

Hier setzt der ADHS-Schulberater an
Es gibt sieben Bausteine (nach Prof. Lauth, Uni Köln).

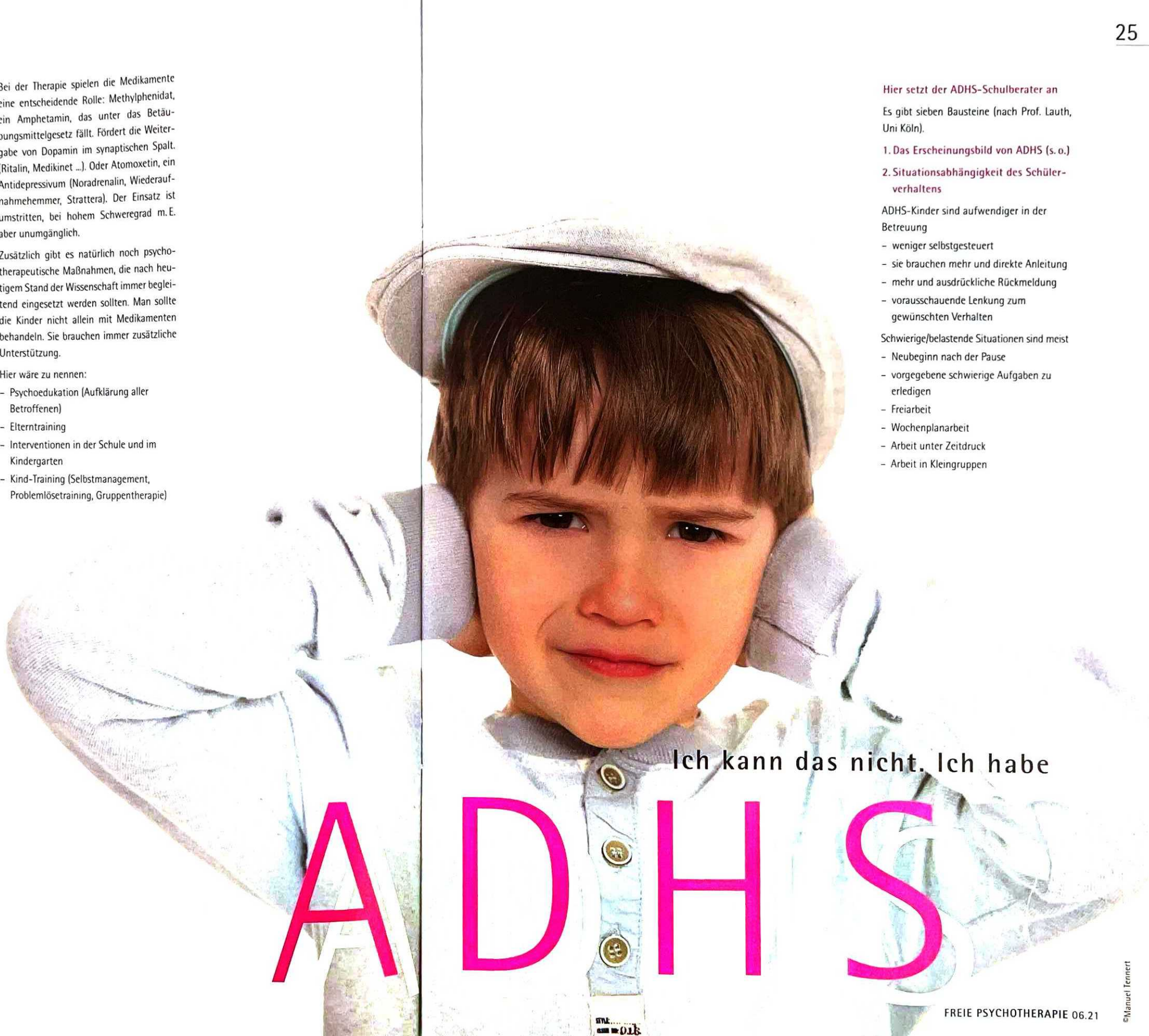
1. Das Erscheinungsbild von ADHS (s. o.)
2. Situationsabhängigkeit des Schülerverhaltens

ADHS-Kinder sind aufwendiger in der Betreuung

- weniger selbstgesteuert
- sie brauchen mehr und direkte Anleitung
- mehr und ausdrückliche Rückmeldung
- vorausschauende Lenkung zum gewünschten Verhalten

Schwierige/belastende Situationen sind meist

- Neubeginn nach der Pause
- vorgegebene schwierige Aufgaben zu erledigen
- Freiarbeit
- Wochenplanarbeit
- Arbeit unter Zeitdruck
- Arbeit in Kleingruppen



Ich kann das nicht. Ich habe

ADHS

3. Strukturierende Maßnahmen bei ADHS

ADHS ist eine Störung der Selbststeuerung und es ist gut zu wissen, wie die Selbststeuerung unterstützt wird.

Beispiele für das Fehlen der Steuerung:

- Dazwischenrufen
- Ratlosigkeit, nicht anfangen können
- Provokation von Mitschülern und Lehrern, Tadel fruchtet nicht
- Träumen im Unterricht

Überblick: strukturierende Maßnahmen

- Gestaltung von Arbeitsmaterial
 - Klassenzimmer und Sitzplatz
- eindeutige Anweisungen
- Unterstützung der Aufmerksamkeitsfokussierung
- Organizer (vorausschauend planen, Routinen und Rituale einführen, Strategien vermitteln, Signalkarten ...)
- wenige, zentrale Regeln
- klare Strukturierung des Arbeitsmaterials
- Unterstützung der Arbeitsorganisation (überschaubare Einheiten, Hilfe zur Selbstorganisation, Checklisten, gemeinsames Planen)

Regeln sollten

- sich auf zentrale Verhaltensbereiche beziehen
- konsequent überwacht und eingehalten werden
- regelmäßig genannt werden, um daran zu erinnern (nicht über die Notwendigkeit diskutieren)

4. Das Verhalten des ADHS-Schülers durch Verstärker lenken

Belohnungen sind wirksam, Verstärkersysteme auch (denken Sie an Payback-Punkte oder die Münzen bei der Apotheke ...). Aufmerksamkeit beruht auf einem neuronalen Schaltkreis, der die entsprechenden Hirnzentren miteinander verbindet, die an folgenden Aufmerksamkeitsleistungen beteiligt sind:

- Aktivierung
- Integration von Information
- emotionale Wertung
 - Motivation/Belohnungserwartung
- Gedächtnis
- Planung und Überwachung

Dieser neuronale Schaltkreis wird durch die Ausschüttung von Dopamin (Botenstoff/Neurotransmitter) gebildet. Dopamin selbst wird durch belohnende Aktivitäten freigesetzt, also auch immer, wenn der Mensch Freude empfindet.

Bei ADHS wird vermutet:

- fehlende Vernetzung zwischen Hirnabschnitten
- mangelhafte Ausschüttung von Dopamin oder Wiederaufnahme (Rücknahme im synaptischen Spalt bei ausreichendem Vorhandensein)

„Fehlerhafte“ Schaltkreise begünstigen:

- Unruhe
- Voreiligkeit
- Unaufmerksamkeit
- Fehler
- Ablenkbarkeit etc.

Diese Dispositionen bewirken, dass der Schüler coercives (erzwingendes) Verhalten provoziert, wodurch ein Teufelskreis entsteht. Die Schüler werden hauptsächlich durch Bestrafung angeleitet und lernen deshalb nicht mehr, was sie im Positiven tun sollen: trotziges und oppositionelles Verhalten entsteht.

Lernen am Erfolg: Wenn das Verhalten eine baldige Belohnung erhält, wird es gestärkt. Allerdings muss es dazu auch auftreten.

Wirksames Lob:

- ist auf das Verhalten bezogen
- ist kurz und aussagefähig
- ist dem Anlass angemessen
- lässt erkennen, dass der Lobende dahintersteht

Positive Verstärker: nonverbal/mimisch

- Begeisterung und Freude zeigen, eindeutige Aufmerksamkeit zeigen
- zugewandte Körperhaltung
- Blickkontakt

Man sollte auch angenehme Erlebnisse ermöglichen:

- vor einer Gruppe loben
- ermutigen
- Leistung bestätigen
- aktiv zuhören
- Zeit schenken etc.

Effekt: Das Selbstbewusstsein wird erhöht mit allen positiven Konsequenzen.

5. Verstärkung durch Token – (Wertmarken-)Systeme

Planung:

- Zielbestimmung (z.B. ständiges Reinrufen und Kommentieren verhindern)
- Bestimmung von wichtigen Verhaltensweisen festlegen (z.B. Ich melde mich, wenn ich etwas zu sagen habe.)
- Auswahl geeigneter Wertmarken (Chips, Münzen, Büroklammern, Klebepunkte ...)
- Vergabe- und Eintauschregeln
- altersgemäße und überschaubare Pläne

Durchführung:

- Verhaltensvertrag aufsetzen
- die Token-Vergabe durchführen
- Tokens regelmäßig eintauschen
- regelmäßig an die Abmachung erinnern
- Fortschritte besprechen

Token-Systeme (da ADHS-Schüler in der Regel nicht intrinsisch motivierbar sind, fällt der extrinsischen Motivation eine besondere Bedeutung zu).

Token-Vergabe-System (positive Verstärker – Verhaltensänderung durch Belohnung).

Token-Entzugs-System (positive Verstärker

entziehen – Verhaltensänderung durch Wegnahme der Belohnung).

Kombiniertes Token-Vergabe- und Token-Entzugs-System: Belohnung/positive Verstärkung und indirekte Bestrafung, Wegfall einer positiven Konsequenz: operantes Konditionieren, sehr wirksam zur Verhaltensänderung.

Natürlich muss man die Vorlieben des Schülers kennen, um eine Belohnung zu wählen, die auch motiviert. Das genaue Einrichten einer Token-Economy muss individuell besprochen und durchgeführt werden.

Das Token-System sollte nach Verhaltensänderung ausgeschlichen werden und das Verhalten verinnerlicht sein.

6. Verbesserung der Handlungsregulation bei ADHS-Schülern, sie

- zeigen belohnenswertes Verhalten nicht von sich aus
- beteiligen sich zu wenig am Unterricht
- verarbeiten Informationen schlechter (Arbeitsgedächtnis)
- befolgen Anweisungen eher unzureichend

Die Lehrer sollten

- Aufmerksamkeit als Handlung sehen
- „Shared Attention“ als Startpunkt (geteilte Aufmerksamkeit)
- durch Signalkarten unterstützen
- Wenn-dann-Regeln (Wenn ich wieder meine Wut kriege, dann zähle ich bis 10.)

Es ist nötig, die Schüler vorausschauend anzuleiten, um gewünschtes Verhalten zu ermöglichen und schwierige Situationen umzugestalten. Aufgrund der Unkonzentriertheit haben die Schüler Probleme mit dem Arbeitsgedächtnis, was zu schlechterer Informationsverarbeitung führt.

Exkurs: Das Arbeitsgedächtnis ermöglicht es, die gespeicherten Informationen gleichzeitig zu manipulieren und mit ihnen zu arbeiten, das Kurzzeitgedächtnis speichert nur, ohne Organisations- oder Verarbeitungsmöglichkeit.

Daher:

- Blickkontakt
- genaue kurze Anweisungen
- wiederholen lassen
- das Arbeitsgedächtnis schulen
- Anweisungen kleinschrittig aufbauen
- für unmittelbare Umsetzung sorgen



Ich kann das!

Methode der (mindestens) drei Schritte anwenden:

- „Schau mich an!“/Shared Attention
- „Setz dich zur Tafel hin!“
- „Nimm das Heft! Schlag es auf!“
- „Lies die Aufgabe vor!“

Signalkarten zur Schulung und Unterstützung des Arbeitsgedächtnisses:

- „Ich will anfangen!“
- „Was ist meine Aufgabe?“
- „Kenne ich etwas Ähnliches?“
- „Ich mache mir einen Plan!“
- „Sorgfältig und bedacht vorgehen!“
- „Halt-Stopp-Überprüfen!“
- „Das habe ich gut gemacht!“

Wichtig: Eigenlob stinkt in diesem Fall nicht! Der Schüler begreift, dass er für das Gelingen der Aufgabe selbst verantwortlich ist, und steigert dadurch sein Selbstbewusstsein. Das System wird anhand von Aufgaben aus dem Unterricht erarbeitet und sollte nach häufiger Anwendung internalisiert und die Karten überflüssig werden.

Stützstrategie (Scaffolding: Unterstützung durch Anleitung, Denkanstöße und Hilfestellungen)

- Fokussieren (Blickkontakt)
- Strukturieren: Starten, Weg vorgeben
- bei der Stange halten, Feedback
- Endabnahme, Bestätigung
- Modelllernen (vormachen)
- bewerten
- sichern /Eintrag/einheften

7. Zusammenarbeit mit den Eltern

Hauptsächlich:

- regelmäßiger Kontakt (nicht nur bei Schwierigkeiten)
- möglichst positive Rückmeldung zum Verhalten des ADHS-Kindes
- die Eltern durch Elterngruppe einbinden
- Teilnahme am Token-System – bei Belohnungen in den familiären Bereich einbeziehen (Eltern belohnen Schulverhalten mit Ausflug etc.)

Beratung der Eltern:

- beim Gestalten des häuslichen Arbeitsplatzes
- bei den Hausaufgaben (Pausen!)
- Hausaufgabenheft (abzeichnen etc., dient als Kommunikationsmittel)
- Anleitung zur selbstständigen Bearbeitung der Hausaufgaben, Token-System möglich
- Beratung bei Alltagssituationen

Quelle: Text exzerpiert aus ADHS-Berater für Schulen, Dr. Edeltraut Hammes-Schmitz/Prof. Lauth (Köln). Veröffentlichung mit Genehmigung von Prof. Dr. Lauth (Universität zu Köln)



Jörg Berberich
Heilpraktiker für Psychotherapie,
ADHS-Schulberater, ehemaliger Lehrer
info@adhs-erlangen.de