

Aufmerksamkeitsdefizite und Hyperaktivität

Tipps für Lehrkräfte

Dies ist eine Sammlung von hilfreichen Tipps für den Schulalltag mit Kindern, die Schwierigkeiten im Bereich der Aufmerksamkeit und Hyperaktivität haben. Sie kann eine genaue diagnostische Abklärung und Beratung natürlich nicht ersetzen. In der psychologischen Praxis als hilfreich erwiesen hat sich Folgendes:

- Es ist in der Schule hilfreich, wenn viel mit Veranschaulichungen gearbeitet wird. Systematik, strukturierter Unterrichtsaufbau und einübendes Wiederholen helfen. Hiervon ausgehend kann die Lehrkraft dann behutsam zunehmend Freiräume zum selbstbestimmenden Lernen schaffen.
- Ein fester Sitzplatz in der Klasse, an den sich das Kind gewöhnen kann und der ihm vertraut ist, ist wichtig. Ein eher ruhiges Kind neben einem hyperaktiven 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 möglichst in der Klassenzimmerecke sein, in der die Lehrkraft häufig präsent sein kann, damit sie den/die SchülerIn im Blickfeld hat und ihn/sie mit kurzen und nonverbalen Korrekturen im Geschehen halten kann.
- Ein Ansprechen des Schülers/ der Schülerin mit häufigem Blickkontakt oder direktes Berühren erleichtern es ihm/ihr, seine/ihre Aufmerksamkeit auf die Lehrkraft zu richten.
- Anweisungen müssen in klaren einfachen Worten gegeben werden und nicht durch immer wieder andersartige Erklärungsansätze, die verwirren.
- Hinweise für Übergänge im Unterricht sollen klar und deutlich sein: „Lesen ist jetzt zu Ende. Bitte das Buch vom Tisch. Wir brauchen jetzt nur das Sprachheft.“
- Auf dem Tisch des Schülers/ der Schülerin darf nichts liegen, was er/sie für die momentane Aufgabenerledigung nicht braucht, bzw. was ihn/sie ablenken könnte.
- Eine Arbeitsphase kann erst erfolgen, wenn Ruhe in der Klasse herrscht.

- Gestellte Aufgaben müssen kontrolliert werden (auch Hausaufgaben!).
- Der/die hyperaktive SchülerIn braucht häufige Rückmeldungen (verbal oder nonverbal) für das, was er/sie tut.
- Anstelle von Ermahnungen und Bloßstellungen vor der Klasse sollten häufiger nonverbale Verhaltenskorrekturen erfolgen, wie z.B. wortloses Wegnehmen eines Gegenstandes, mit dem der/die SchülerIn gerade abgelenkt ist, Zeigen mit dem Finger auf einen Punkt im Heft, wo der/die SchülerIn weiterarbeiten soll.
- Während einer Arbeitsphase sollte der/die SchülerIn nicht die Erlaubnis bekommen, sich vom Platz zu entfernen.
- Mit der ganzen Klasse vereinbarte Signale und Zeichen helfen allen sich daran zu erinnern, was auf dieses Signal oder Zeichen hin erfolgen soll und was bei Nichteinhaltung erfolgen wird.
- Hausaufgaben dürfen nicht erst dann gestellt werden, wenn in der Klasse schon allgemeine Aufbruchsstimmung herrscht, denn gerade in solchen komplexen Reizsituationen fällt es dem/r Hyperaktiven schwer, das für ihn/sie Wichtige herauszufiltern und zu behalten. Es kann auch hilfreich sein, dem Wunsch der Eltern nachzukommen, nachzuschauen, ob der/die SchülerIn seine/ihre Hausaufgaben auch notiert hat.
- Kinder mit Schwächen in der Aufmerksamkeit und Hyperaktivität sind im mündlichen Unterricht oft deutlich besser, als im Schriftlichen. Uneingeschränktes Lob motiviert; Aussagen, wie „Wenn Du im Schriftlichen nur annähernd so gut wärst, wie im Mündlichen“ demotivieren.
- Wenn möglich, ist es immer sinnvoll, zum Stillen des Bewegungsdrangs kleine Aufträge zu erteilen (etwas aus dem Sekretariat holen, Tafel abwischen...)
- Im Sportunterricht sind Gruppenaktivitäten ungünstig: In der Menge schaukelt sich der/die hyperaktive SchülerIn schnell auf und wird unbrembar. „Helferjobs“ wie Matten holen sind günstig.

- Der/die hyperaktive SchülerIn braucht das Gefühl, emotional angenommen zu sein ebenso wie eine liebevolle aber auch deutliche, konsequente, und aufmerksamkeitslenkende Führung. Je klarer, einschätzbarer, sachlicher und freundlicher (und wenn möglich, auch humorvoller) der Umgang mit dem/der SchülerIn ist, desto sicherer fühlt er/sie sich und desto eher wird die Lehrkraft zum „Superreiz“ und der/die SchülerIn erfährt einen Motivationszuwachs. Bei allen Maßnahmen soll das Selbstvertrauen und die Sicherheit der Kinder wiederentdeckt und gestärkt werden. Durch positive Erfahrungen kann das Kind lernen, Misserfolge zu verkraften und Konkurrenz zu akzeptieren.

Wenn das Selbstvertrauen wächst, kommen Fähigkeiten zu Tage, die bislang durch Misserfolge überdeckt wurden.