

Verhaltensauffällige Kinder – Anregungen zum Umgang im Unterricht

Verstärkerpläne

Manchmal genügt es nicht, ein Kind durch Lob zu motivieren, seine Aufgaben zu erfüllen und Regeln oder Aufforderungen zu befolgen. In diesem Fall sollte man ein wirkungsvolleres Programm aufstellen, um die Bereitschaft des Kindes zu angemessenem Verhalten zu verbessern. Besonders bei Kindern mit oppositionellem und hyperaktivem Verhalten haben sich Modifikationsmethoden aus der Verhaltenstherapie bewährt, nämlich sogenannte Verstärker- oder Tokensysteme. Mit Hilfe von Token-Systemen können oppositionelle und hyperkinetische Verhaltensweisen in definierten Situationen vermindert werden. Sie sind bei hyperkinetisch-oppositionellen Kindern deshalb besonders hilfreich, weil diese Kinder häufig soziale Verstärkungen ihrer Eltern / Lehrer nicht in ihrer vollen Wirkung registrieren. Bei einem Verstärkerplan erhält das Kind immer dann einen Punkt (Token), wenn es ihm gelingt, sich an spezifische Verhaltensregeln zu halten. Die Punkte werden später in Verstärker eingetauscht, wodurch das Kind zur Verhaltensänderung motiviert wird. Eltern und Lehrer werden durch den Verstärkerplan zu konsistentem Verhalten veranlasst und ihre Aufmerksamkeit wird auf das positive Verhalten des Kindes gerichtet. Der Punkteplan bewirkt eine systematische Verstärkung, die für alle Beteiligten transparent ist. Indikation für ein Token-System ist, wenn Verhaltensprobleme nicht zu häufig auftreten. Token-Systeme setzen voraus, dass das Kind für eine gewisse Zeit angemessenes Verhalten zeigen kann. Bei Verhaltensauffälligkeiten, die sehr häufig auftreten, beispielweise bei permanenter motorischer Unruhe, kann eine Token- Vergabe nur dann wirksam sein, wenn extrem kurze Zeiteinheiten gewählt werden. Dies hat sich jedoch als unpraktikabel herausgestellt. In diesem Fall sollte ein Verstärker-Entzugs-System gewählt werden (siehe Artikel „Verstärker-Entzugs-Systeme“). Am wirksamsten sind Verstärkerpläne, wenn Eltern und Lehrer an einem Strang ziehen, d. h. sowohl in der Schule als auch zu Hause nach demselben Plan verstärkt wird.

Entwicklung eines Verstärkerplanes

1. Wählen Sie ein Problemverhalten aus, welches verändert werden soll: Es sollte immer nur eine Verhaltensweise geübt werden. Verhaltensprobleme lassen sich umso leichter verändern, je konkreter sie beschrieben werden können und je enger sie auf ganz bestimmte Situationen begrenzt sind.
2. Beschreiben Sie dieses Verhalten und die Situation, in der es auftritt, möglichst genau: Die Verhaltensweise muss genau definiert werden. Es genügt nicht, zu sagen „Ich benehme mich gut“. Mit dieser Aussage kann ein Kind nichts anfangen. Daher ist es wichtig, die gewünschte Verhaltensweise genau zu benennen (z.B.: Ich warte bis ich aufgerufen werde; ich bleibe ruhig auf meinem Sessel sitzen etc.). Beschreiben Sie, wie das unproblematische Verhalten in dieser Situation aussehen müsste.
3. Auf dem Verstärkerplan sollte stets eine positive Beschreibung des Verhaltens erfolgen (daher z.B. nicht „Ich schreie nicht heraus; Ich rutsche nicht mehr unruhig hin und her“ sondern „Ich warte, bis ich aufgerufen werde; Ich bleibe ruhig auf meinem Sessel sitzen“).
4. Wählen Sie die unmittelbare Belohnung aus: Überlegen Sie gemeinsam mit dem Kind, was es als sofortige Belohnung bekommt, wenn es sich in der Situation unproblematisch verhält. Dabei bewährt haben sich z.B.: einfache Klebepunkte oder –bildchen, Stempel etc.
5. Bestimmen Sie die Verhaltensweise, für die es eine unmittelbare Belohnung bekommen kann: Legen Sie gemeinsam mit dem Kind fest, für welche Verhaltensweisen in welchem Zeitrahmen es einen Punkt bekommen kann (z.B. Ich spreche nur auf Aufforderung des Lehrers (Belohnung je nach Problemstärke für 20min, eine Einheit etc. -> das Kind kann sein Verhalten besser steuern und mehrere Punkte pro Tag sammeln); Ich erledige die Mathematikhausaufgabe selbständig in 30 Minuten etc.
6. Legen Sie gemeinsam mit dem Kind eine Wunschliste für Sonderbelohnungen an: Da Punkte in der Regel zur Veränderung von sehr eingefahrenem Problemverhalten nicht ausreichen, ist es sinnvoll, für eine bestimmte Anzahl von Punkten Sonderbelohnungen zu vereinbaren. Wichtig sind kleinere Belohnungen, die häufiger gegeben werden können. Denken Sie dabei nicht nur an materielle Dinge, sondern vor allem an Vergünstigungen und Aktivitäten (mit den Eltern ein Tischspiel spielen, etwas vorgelesen bekommen, in der Schule Botengänge erledigen dürfen, etwas länger aufbleiben dürfen, Legosteine für ein Lego-Schiff sammeln etc.). Es sollten möglichst viele Ideen gesammelt werden. Im Idealfall arbeiten Lehrer und Eltern zusammen, sodass die Punkte auch gemeinsam eingelöst werden können.

7. Bestimmen Sie die Anzahl der Punkte, die für die Sonderbelohnungen notwendig sind: Die Zahl der Punkte, die eingetauscht werden müssen, hängt von der Zahl der Punkte ab, die das Kind pro Tag erhalten kann. Die kleinste Belohnung sollte das Kind bekommen können, wenn es an einem Tag etwas mehr als die Hälfte der möglichen Punkte erreicht hat. Je höher der Belohnungswert, desto höher sollte natürlich auch die notwendige Punktzahl sein.

Durchführung des Verstärkerplanes

1. Fertigen Sie Plakate für den Punkteplan (z.B. in Form einer Punkteschlange, die sich langsam füllt oder eines Wochenplanes etc.) sowie für die Spielregeln (gewünschte Verhaltensweise, mögliche Punktzahl, Eintauschmöglichkeiten) an. Kinder freuen sich, wenn sie die Plakate in Form einer Zeichnung selbst gestalten können.
2. Befestigen Sie die Spielregeln des Punkte-Plans und das Punkte-Konto an einer gut sichtbaren Stelle in der Klasse bzw. Wohnung!
3. Erinnern Sie das Kind an den Punkte-Plan zu Beginn der üblicherweise problematischen Situation und machen Sie ihm Mut!
4. Geben Sie die unmittelbare Belohnung sofort nachdem sich das Kind unproblematisch verhalten hat! Wenn das Kind keinen Punkt erhalten konnte, erklären Sie ihm kurz in neutralem Ton, warum. Ermutigen Sie es aber, sich beim nächsten Mal noch mehr anzustrengen.
5. Besprechen Sie mit dem Kind abends bzw. zu Schulschluss, wie gut der Punkteplan funktioniert hat!
6. Keine Punkte entziehen! Einmal verdiente Punkte dürfen auf keinen Fall wieder weggenommen werden. Sie dürfen nicht erwarten, dass mit dem Verstärkerplan, der auf ganz bestimmte Verhaltensweisen abzielt, sich gleich auch alle anderen Probleme erledigen.
7. Keine zu hohen Erwartungen! Erwarten Sie nicht, dass das Kind von Anfang an alle Punkte bekommt. Erfahrungsgemäß erreichen die meisten Kinder in der ersten Woche in etwa die Hälfte aller möglichen Punkte. Das ist schon ein großer Fortschritt!
8. Tauschen Sie die Sonderbelohnungen ein! Das Kind darf entscheiden, welche Sonderbelohnungen es für seine erreichten Punkte eintauschen will. Es kann entweder eine geringere Punktzahl umtauschen oder auf eine größere Belohnung „sparen“.

9. Aller Anfang ist schwer! Der Verstärkerplan sieht zwar recht einfach aus, verlangt aber meist eine Umstellung fester Gewohnheiten nicht nur beim Kind, sondern auch bei Ihnen selbst und ist deshalb oft anstrengender als zunächst vermutet.

Wichtig ist vor allem, dass sie den Punkteplan möglichst genau führen und dass sie dem Kind den Punkt sofort geben, wenn es ihn verdient hat. Zeigt der Punkteplan innerhalb der ersten ein bis zwei Wochen keinerlei Wirkung, sollte er (eventuell unter Zuhilfenahme ihres/r SchulpsychologIn) genau analysiert und verändert werden.



Literaturangaben:

Döpfner, M., Schürmann, S., Frölich, J. (2019). Therapieprogramm für Kinder mit hyperkinetischem und oppositionellem Problemverhalten. Weinheim: Beltz-PsychologieVerlagsUnion

Krowatschek, D. (2002). Überaktive Kinder im Unterricht. Dortmund: Borgmann.