

Unkonzentriert Unruhig Unaufmerksam = ADHS?

Hilfestellungen für den Schulunterricht



Immer mehr Kinder werden im Unterricht auffällig. Motorische Unruhe, mangelndes Konzentrationsvermögen und geringes Durchhaltevermögen, kombiniert mit sozialer Auffälligkeit sind einige der Symptome, mit denen Sie im Unterricht konfrontiert werden.

Diese Hinweise sollen Sie dahingehend unterstützen, in Ihrem Unterricht Kinder mit Aufmerksamkeitsstörungen besser integrieren zu können.

Kinder mit den nachfolgend beschriebenen Symptomen können **ADHS Kinder** sein.

Allerdings treten viele dieser Auffälligkeiten auch als Resultat von **motorischen und sensorischen Integrationsstörungen** auf.

Kinder mit einer Unterversorgung der Sensorik oder mit einem zu niedrigen Tonus suchen sich genauso Bewegungs- oder Berührungsimpulse, um ihr System zu stabilisieren und ihre Konzentrations- und Aufmerksamkeitsfähigkeit zu erhalten.

Im Alltag kann man kaum zwischen einer klassischen Aufmerksamkeitsdefizitstörung (AD(H)S) oder einer Unterversorgung mit sensorischen Reizen bzw. Wahrnehmungsstörung unterscheiden

Die Erscheinungsformen sind oft sehr ähnlich:

- Die Kinder sind ständig in Bewegung
- kippeln mit dem Stuhl
- rutschen ständig auf dem Stuhl hin und her
- können sich nur kurz oder gar nicht auf den Lehrer/die Lehrerin konzentrieren
- beim Abschreiben/Lesen verlieren sie die Zeile und „erraten“ Wörter durch die Anfangsbuchstaben
- ihre Hände sind viel in Bewegung, haben oft einen Gegenstand in der Hand

- rufen in den Unterricht hinein
- sind leicht ablenkbar durch Geräusche von außen oder von Mitschülern
- platzen mit Ihren Aussagen oft in den Unterricht hinein
- haben wenig Gespür für die Situation und die Bedürfnisse anderer
- liegen oft halb auf dem Tisch beim Schreiben
- der Kopf ist häufig auf den Arm gestützt (beim Schreiben und Lesen)
- können getroffene Vereinbarungen nur schlecht einhalten
- sind in ihren motorischen Impulsen oft unkontrolliert. Dies kann u.a. bei körperlicher Kontaktaufnahme als Aggression fehlinterpretiert werden, da der Impuls zu heftig ist
- können sich und ihren Arbeitsplatz schlecht organisieren
- stehen im Unterricht öfters auf
- müssen oft auf die Toilette
- Die Schrift ist oft unleserlich

Dies sind nur einige der typischen Erscheinungsformen

Hier sind einige Tips aus der ergotherapeutischen Praxis, wie Sie diese Kinder unterstützen können, im Unterricht aufmerksamer teilzunehmen:

Die Kinder stören nicht mit Absicht. Ihre Unruhe ist ein Ausdruck der nicht altersgerechten Entwicklung ihrer sensorischen Verarbeitung.

Nehmen Sie die Unruhe der Kinder also nicht persönlich.

Stigmatisierung und Ausgrenzung erhöhen die Unruhe lediglich. Die Kinder wollen Ihnen als Autoritätsperson eigentlich gefallen und ihre Anforderungen erfüllen, sind dazu aber nicht in der Lage.

Diese Kinder brauchen ihre **Aufmerksamkeit und Zugewandheit** ganz besonders. Sie **erhöhen die Motivation** der Kinder, indem Sie das **Kind „an sich binden“**. Dies erreichen Sie durch kleine Aufgaben, bei dem Sie dem Kind vermitteln, daß Sie es besonders schätzen, wie das Kind die Aufgabe erfüllt (z.B. Tafelwischen, kleine Erledigungen verrichten, ins Sekretariat laufen, etwas holen, Hefte austeilern etc.). Hiermit schlagen Sie zwei Fliegen mit einer Klappe: zum einen fühlt das Kind sich als gesehen und geachtet und zum anderen erlauben

Sie dem Kind sich motorischen Input zu holen, den es benötigt , um sich wieder stabilisieren zu können.

Kinder mit Aufmerksamkeitsstörungen benötigen oft einen anderen sensorischen Input als nur den auditiven. Alleine über die Ansprache erreichen Sie die Kinder besonders dann nicht, wenn diese gerade damit beschäftigt sind, ihren Tonus aufzubauen (durch herumrutschen, mit dem Stuhl kipeln oder sonstiges Bewegungen).

Wenn möglich, ist eine **Berührung** für dies Kinder oft hilfreich. Ein kurzes „Hand auf die Schulter legen“ ermöglicht den Kindern, sich wieder auf Sie zu konzentrieren und ihnen zu folgen. Das erfordert ein zeitweises Verlassen des Frontalunterrichts. Vielleicht können Sie durch die Klasse laufen, immer wieder Station bei einigen Kindern machen, Sie berühren, ihren Blick einsammeln und sich so der Konzentration der Kinder vergewissern.

Wenn Sie bemerken, daß das **motorische Unruhepotential** in der Klasse zunimmt, ist es evtl. nötig, eine kurze **Bewegungspause** für die ganze Klasse zu machen.

Ein Bewegungsspiel erhöht die Aufnahmebereitschaft um ein Wesentliches. Die 5 Minuten für das Spiel zahlen sich durch eine **gesteigerte Aufmerksamkeit und Aufnahmefähigkeit** aus. Dies trifft übrigens nicht nur auf Kinder mit Aufmerksamkeitsproblematiken oder motorischen Entwicklungsverzögerungen zu.

Mittlerweile sind ein Großteil der 6-10 jährigen tonisch unterversorgt. Das heißt, dass sie die notwendige Körperspannung besonders im Rumpf nur kurz aufrecht erhalten können.

Um aber aufmerksam zuzuhören, sauber zu malen und zu schreiben, benötigt man einen stabilen Rumpftonus.

Bei **Klassenarbeiten** hilft es, diese Kinder alleine sitzen zu lassen. Dadurch ist das Potential an Ablenkungen verringert. Wichtig ist es, dies nicht als Strafe, sondern als Unterstützung zu vermitteln.

Aufmerksamkeitsgestörte Kinder werden **schnell stigmatisiert**, da sie nicht in das übliche Raster passen.

Diese negative Aufmerksamkeit läßt das Kind noch deutlicher spüren, daß es nicht so funktioniert wie die anderen Kinder und erhöht dadurch den Leidensdruck und das Erregungspotential dieser Kinder. Um aus diesem Kreislauf herauszukommen, ist es wichtig, daß die Lehrerin, der Lehrer diese Kinder mit anderen Augen sieht als die andern Kinder und vor allem versteht, daß in der Regel **keine Absicht oder Boshaftigkeit** hinter den Störungen der Kinder liegt.

Es ist eine **Unfähigkeit, sich selber adäquat zu kontrollieren** und zu steuern.

Die meisten Kinder leiden selber sehr unter diesen Schwierigkeiten, da sie spüren, dass sie anders als die anderen Kinder sind. Ihre schulischen Leistungen sind nicht so gut, sie können Kontakte nur schwer aufbauen und halten, motorisch haben Sie oft Schwierigkeiten und sie fangen sich immer wieder Ärger ein von Menschen, denen sie eigentlich gefallen wollen.

Und da die Kinder nicht in der Lage sind, nicht die nötige Reife haben, von sich aus die Situation zu verändern, muss diese Veränderung von den erwachsenen Vertrauenspersonen wie Eltern, Erziehern und Lehrern ausgehen.

Und noch einmal die Bitte:

Nehmen Sie das Verhalten der Kinder nicht persönlich!

Da die o.g. Erscheinungsformen der Unruhe verschiedenen Ursachen haben können, ist es notwendig, abklären zu lassen, was die Ursache der Aufmerksamkeitsstörung ist. Nicht jedes unruhige Kind hat ADHS.

**Nicht jedes motorisch unruhige
und auffällige Kind hat ADHS**

Bei einem Verdacht auf ADHS, einer Entwicklungsverzögerung oder einer Wahrnehmungsstörung können folgende Berufsgruppen eine Diagnose stellen:

- Kinder und Jugendpsychiater
- der Kinderarzt
- ein Sozialpädiatrisches Zentrum (SPZ),
- Psychologen

und in Ergänzung

- Ergotherapeuten

Diese Broschüre wurde von der
Ergotherapiepraxis Golombeck
und Pro Kind Seminare erstellt.

Sollten Sie Fragen haben, so
können Sie sich gerne an uns wenden.

Wir bieten auch Fortbildungen
zum Thema AD(H)S an.

Bei Interesse kommen wir auch zu Ihnen.

ERGOTHERAPIEPRAXIS GOLOMBECK & TEAM

Poststr. 21
79423 Heitersheim
Tel.: 07634 – 50 36 30

e-mail: info@ergopraxen-golombeck.de
www.ergotherapie-heitersheim.de
www.prokindseminare.de