

## AD(H)S – Merkmale und Möglichkeiten des Nachteilsausgleichs

AD(H)S ist kein Erziehungsfehler der Eltern, sondern eine Behinderungsform, die fachärztlich diagnostiziert wird und damit von dritter Seite nicht in Zweifel zu ziehen ist. Der/die Betroffene benötigt Verständnis und Geduld. Jede Beeinträchtigung hat bestimmte Barrieren und braucht daher spezifische Hilfsmittel, um sie auszuräumen.

### ICD-10, F90.- Hyperkinetische Störungen

Diese Gruppe von Störungen ist charakterisiert durch einen frühen Beginn, meist in den ersten fünf Lebensjahren, einen **Mangel an Ausdauer** bei Beschäftigungen, die kognitiven Einsatz verlangen, und eine Tendenz, von einer Tätigkeit zu einer anderen zu wechseln, ohne etwas zu Ende zu bringen; hinzu kommt eine **desorganisierte, mangelhaft regulierte und überschießende Aktivität**. Verschiedene andere Auffälligkeiten können zusätzlich vorliegen. Hyperkinetische Kinder sind oft achtlos und **impulsiv**, neigen zu Unfällen und werden oft bestraft, weil sie eher aus Unachtsamkeit als vorsätzlich Regeln verletzen. Ihre Beziehung zu Erwachsenen ist oft von einer **Distanzstörung** und einem Mangel an normaler Vorsicht und Zurückhaltung geprägt. Bei anderen Kindern sind sie unbeliebt und können isoliert sein. Beeinträchtigung kognitiver Funktionen ist häufig, spezifische Verzögerungen der motorischen und sprachlichen Entwicklung kommen überproportional oft vor. Sekundäre Komplikationen sind dissoziales Verhalten und niedriges Selbstwertgefühl.

F90.0: Einfache Aktivitäts- und Aufmerksamkeitsstörung

F90.1: Hyperkinetische Störung des Sozialverhaltens

F90.8: Sonstige hyperkinetische Störungen

F90.9: Hyperkinetische Störung, nicht näher bezeichnet

F98.80: Aufmerksamkeitsstörung ohne Hyperaktivität mit Beginn in der Kindheit und Jugend

### ICD-11

Sie orientiert sich am DSM-5 (Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders) und ordnet sie den „neurodevelopmental disorders“ zu, deren Beginn vor dem Alter von 12 Jahren liegt. Die Symptombdauer muss weiterhin mindestens 6 Monaten betragen und erheblich vom Entwicklungsstand Gleichaltriger abweichen. Ausmaß und Symptome in zwei oder mehr Lebensbereichen verursachen bedeutsame Beeinträchtigungen in sozialen, schulischen oder beruflichen Funktionsbereichen.

Damit wird ADHS mit den **Entwicklungsstörungen der neuronalen Reifung** verknüpft. Ähnlich wie bei der Autismus-Spektrum-Störung sind diese Störungen in einer anderen neuronalen **Reizverarbeitung** im Vergleich zu „neurotypischen“ Menschen begründet sind. Die geistigen Systeme, die unsere Orientierung und unser Verhalten im gemeinsamen Raum gewährleisten, funktionieren anders. **Die Wahrnehmungsverarbeitung** und die **zentrale Kohärenz** unterscheiden sich bei den Betroffenen von denen der „neurotypischen“ Menschen.

Die ICD-11 betont mit ihrer fortlaufenden Bezeichnung der Aufmerksamkeitsdefizit-/Hyperaktivitätsstörung (ADHS) die Bedeutung der **Unaufmerksamkeit** neben den Merkmalen der **Hyperaktivität** und **Impulsivität**.

Die ICD-11 verzichtet bei ADHS nun auf eine Kombinationsdiagnose, wie sie bei der ICD-10 z.B. mit der Störung von Aktivität und Aufmerksamkeit (F90.0) oder der Hyperkinetischen Störung des Sozialverhaltens (F90.1) noch gegeben war. Sie macht dafür nun zwei getrennte Diagnosen erforderlich, wenn die Kriterien für beide Störungen erfüllt sind. In den **Subkategorien** unterscheidet die ICD-11 nach dem DSM-5 zwischen einer Aufmerksamkeitsdefizit-/Hyperaktivitätsstörung mit vorwiegend unaufmerksamem Erscheinungsbild, mit vorwiegend hyperaktiv-impulsiven Merkmalen sowie einer gemischtem Ausprägung.

## **ADHS und die Folgen für den Schulalltag**

Die vier Kardinalsymptome, **Mangel an Aufmerksamkeit, Impulsivität, Überaktivität** und **emotionale Instabilität**, beeinträchtigen den/die Schüler\*in in ihrem schulischen Alltag oft sehr. Hinzu kommen fast immer affektive Störungen.

Bis ins Erwachsenenalter haben diese Schüler\*innen **Schwierigkeiten mit sozialen Interaktionen**. Ihre Impulsivität kann dazu führen, dass Gespräche unterbrochen werden oder unangemessene Bemerkungen gemacht werden. Sie haben Probleme, anderen die notwendige Aufmerksamkeit zu schenken und vergessen teilweise Anweisungen oder Verpflichtungen. Sie wirken eventuell desinteressiert, zerstreut, unzuverlässig oder gar respektlos. Schule ist über ihren Erziehungsauftrag dann gefordert. Ihre Möglichkeiten und Maßnahmen auszuschöpfen, um die Symptome von ADHS in den Griff zu bekommen und die soziale Interaktion zu verbessern.

Denn Kinder und Jugendliche können lernen ihr impulsives Verhalten zu kontrollieren, sich in Gesprächen zu konzentrieren und Zusagen einzuhalten. Aufgrund der Beeinträchtigung und den damit oft einhergehenden **Affektstörungen** haben sie meist wenig Selbstbewusstsein und benötigen mehr Aufmerksamkeit und insbesondere regelmäßig Lob und Bestärkung (s.u. Förderplanung).

Die betroffenen Kinder und Jugendlichen benötigen daher angemessene Vorkehrungen im Sinne eines Nachteilsausgleichs sowie – gerade zu Schulbeginn und in jüngeren Jahren – **Anleitung durch die Lehrkräfte** und **Techniken und Hilfsmittel**, die ihnen helfen, sich im Unterrichtsalltag einzufinden und sich auf die Aufgabenstellungen zu konzentrieren sowie angemessene Beziehungen im sozialen Miteinander aufzubauen. Die **Schwerpunkte der individuellen Förderung** sollten also in den Kompetenzbereichen „**Arbeitsverhalten**“ und „**soziale-emotionale Entwicklung**“ liegen.

**Aus der abweichenden Wahrnehmungsverarbeitung ergeben sich Probleme hinsichtlich der Fähigkeit, sich einem Thema unverzüglich zuzuwenden.**

Ist der/die Schüler\*in mit noch nicht bekannten/nicht vertrauten Situationen konfrontiert, muss sie sich zunächst erst sammeln und aktiv darum bemühen, einen konzentrierten Zustand zu erreichen. Menschen mit ADHS sind ständig aktiv damit beschäftigt, Reize zu erkennen und zu filtern. Dieser Vorgang, der immer gesondert abläuft, verbraucht Energie und Zeit. Es ist also eine große Anstrengung erforderlich, um die Reize so auszublenden, dass das eigentliche Thema in den Vordergrund rückt.

- Für die bewusste **Ausblendung von Störreizen und das Erreichen eines konzentrierten Zustand** benötigt er/sie in ungewohnten Situationen sowie in Prüfungssituationen eine angemessene Zeitverlängerung.

**Aufgrund der Reizfilterschwäche bestehen in der Folge auch eine hohe Ablenkbarkeit und die Schwierigkeit die Konzentration auf den Lern/Arbeitsgegenstand kontinuierlich zu halten.**

Das Abschweifen bzw. das Wahrnehmen von Störungen (evtl. ist es nur das Atmen des Nachbarn oder das Scharren mit den Füßen) hindert den/die Schüler\*in grundsätzlich daran, vollkonzentriert durchzuarbeiten. Bei Unruhe im Raum oder lauten Zwischenfragen in einer Prüfungssituation geraten die betroffenen Schüler\*innen sofort aus ihrem Arbeitsmodus. Und, um diesen Zustand herzustellen.

- Sie benötigen dann erst wieder eine kurze Weile, um den **nötigen konzentrierten Zustand herzustellen**, den sich als Arbeitsmodus bezeichnen lässt.

**Menschen mit ADHS haben Schwierigkeiten, sich auf komplexe Zusammenhänge zu fokussieren.**

Die Aufgaben müssen daher so strukturiert sein, dass sie im Rahmen der möglichen Konzentrationsspanne angemessen erfasst werden können. Komplexe Aufgabenstellungen zu verstehen sowie strukturierte Gedankengänge und Zusammenhänge wiederzugeben und zu verbalisieren, fällt aufgrund des steten Abschweifens der Gedanken und der Ablenkung von außen extrem schwer. Das bedeutet nicht, dass die Schüler\*innen den Sachzusammenhang bzw. das Thema kognitiv nicht verstanden haben.

- Der/die Schüler\*in muss Dinge, die für andere eindeutig oder offensichtlich sind, **zunächst für sich strukturieren**. Dafür benötigt er/sie entsprechend vorstrukturiertes Arbeitsmaterial und übersichtlich gestaltete Aufgabenstellungen.
- Der/die Schüler\*in benötigt eigene Zeit, **um einen Schritt nach dem anderen zu tun**, während „neurotypische“ Menschen zwei Vorgänge unbewusst gleichzeitig verarbeiten können.

**Menschen mit ADHS haben oft Schwierigkeiten mit den exekutiven Funktionen, es fehlt die zentrale Kohärenz.**

Statt der Möglichkeit sich zügig einen Überblick über die Situation oder den Sachzusammenhang zu verschaffen, können sie immer nur verschärft Ausschnitte bzw. Einzelpunkte des Gesamtzusammenhang wahrnehmen, um diese dann wiederum wie Puzzleteilchen zusammensetzen zu können. Gerade bei den Tests und Klausuren führt das zu erheblichen Schwierigkeiten in der Handlungsplanung und Selbststrukturierung.

- Für die **Handlungsplanung und Selbststrukturierung** brauchen sie daher Anleitung, Strukturierungshilfen und zusätzliche Zeit für einen bewussten und aktiven Planungsprozess.

#### **Grundlegend: die Lehrer-Schüler-Beziehung**

Um eine tragfähige Arbeitsbasis zu schaffen, sollte der Lehrer dem Schüler mit ADHS immer wieder zeigen, dass er ihn grundsätzlich mag. Dabei hilft es, sich auf die positiven Eigenschaften des Kindes zu konzentrieren und diese zu fördern. Die Lehrkraft sollte sich immer wieder vor Augen führen, dass ADHS eine Erkrankung ist und kein böser Wille.

#### **Akzeptanz in der Klassengemeinschaft**

Deshalb ist auch ein Klassengespräch wichtig. Auch die Mitschüler sollten verstehen, dass ADHS eine Beeinträchtigung wie Diabetes oder Kurzsichtigkeit ist, für die das betroffene Kind nichts kann. Es ist hilfreich, Verhaltensweisen, über die sich die Mitschüler ärgern, gezielt anzusprechen und zu erklären.

### **Sitzplatz und Gestaltung des Klassenzimmers**

Sehr hilfreich ist eine reizarme Arbeitsumgebung. ADHS-Schüler sitzen oft am besten ganz vorne, wo sie nur den Lehrer und die Tafel im Blickfeld haben. Auf Wandschmuck, Regale oder andere Gegenstände sollte in ihrem Gesichtskreis verzichtet werden. Als Tischnachbar ist ein toleranter, wenig ablenkbarer und strebsamer Mitschüler förderlich – eine Kombination, die Kinder mit ADHS von sich aus nur selten wählen. Viele betroffene Kinder wünschen sich – zumindest in bestimmten Arbeitsphasen – einen Einzeltisch. Auf dem Tisch sollten immer nur die aktuell benötigten Materialien liegen. Einheitliche Farbmarkierungen oder Umschläge an Heften und Büchern helfen ebenso wie eine Markierung der Tischmitte mit einem Klebestreifen.

### **Routinetätigkeiten Schritt für Schritt trainieren**

Da Kinder mit ADHS leicht ablenkbar sind und schnell den Überblick verlieren, hilft ihnen ein verlässlicher Rhythmus, den sie Schritt für Schritt verinnerlichen können. Dies fällt ihnen noch leichter, wenn die Abfolge mit äußeren Reizen in Form von vereinbarten Zeichen verknüpft wird. Den Wechsel zwischen Unterrichtseinheiten und Arbeitsabschnitten kann der Lehrer z. B. durch ein Handzeichen oder mit einer Signalkarte anzeigen. Grundsätzlich hilft es Schülern mit ADHS, wenn der Lehrer Aufgaben unterteilt, so dass sie Schritt für Schritt ausgeführt werden können.

### **Bewegung und Entspannung**

Schüler mit stark ausgeprägter motorischer Unruhe sollten Bewegungsmöglichkeiten erhalten. Zwischen zwei Unterrichtsphasen kann die gesamte Klasse mit progressiver Muskelentspannung beruhigt werden.

### **Belohnung**

Einem Kind mit ADHS wird erst durch direkte Resonanz bewusst, was von ihm erwartet wird. Neben Wertschätzung sind Belohnungen als unmittelbare Konsequenz für gelungenes Handeln ein wichtiger Erfolgsfaktor. Dabei ist es wichtig, das geforderte Verhalten und die daraus resultierende Vergünstigung klar zu benennen. Die Belohnung muss zudem direkt auf das belohnte Verhalten folgen.

### **Sanktionen**

Auf dieselbe konsequente Weise sollten auch unerwünschte Handlungen festgelegt und sanktioniert werden. Der Lehrer sollte kurze, präzise Anweisungen geben und verlässliche Wenn-Dann-Verknüpfungen schaffen. Wird eine Anordnung nicht beachtet, so fordert der Lehrer den ADHS-Schüler noch einmal auf – bei Nicht-Einhaltung folgt dann umgehend die negative Konsequenz.

### **Den Anspruch reduzieren**

Obwohl es das Ziel sein sollte, dass Schüler mit ADHS dem Lehrplan folgen, müssen die Anforderungen unter Umständen reduziert werden. Speziell am Anfang einer Lerneinheit sollten die Betroffenen weniger Stoff üben, diesen aber gewissenhaft. Eine größere Aufgabenmenge kann allein durch ihre Unübersichtlichkeit überfordern und dazu führen, dass keine einzige Aufgabe fertiggestellt wird. Beim Vorgehen in kleineren Schritten motiviert auch das schnellere Erfolgserlebnis.

(Quelle: Kathrin Hoberg. ADHS: Der praktische Ratgeber für Schule und Unterricht, 2007 in: zentrales adhs-netz: [www.zentrales-adhs-netz.de/fuerpaedagogen/hilfreiche-konzepte/tipps-fuer-den-schulalltag.html](http://www.zentrales-adhs-netz.de/fuerpaedagogen/hilfreiche-konzepte/tipps-fuer-den-schulalltag.html))

---

## **Ideen für die Förderplanung**

Die konkrete **Beschreibung der Lernausgangslage** lässt sich insbesondere durch das systemisch und pädagogisch analysierende Beobachten des Kindes und seines Lern- und Arbeitsverhaltens im Unterricht beschreiben. Die Beziehungsarbeit zwischen Schüler\*in und Lehrkraft sowie gezielte Gespräche mit dem Kind helfen oft herauszufinden, wo die konkreten Schwierigkeiten liegen. Im Rahmen dieses informellen Verfahrens stellt die Lehrkraft so fest, wo die Stärken und die Schwächen beim Kind und seiner Lernentwicklung im Einzelnen liegen.

**Grundsätzliche Förderziele** beziehen sich immer in erster Linie auf die **Bestärkung des Kindes** in seiner Selbstwirksamkeit und sowie auf die Förderung des bei ADHS in der Regel nur schwachen Selbstbewusstseins. Vorrangige Förderziele sind daher Förderung der Selbstreflexion und der Selbsteinschätzung des Kindes hinsichtlich seiner Lernprozesse und Lernergebnisse, auf die **Förderung des selbstständigen und eigenverantwortlichen Lernens** sowie auf die Förderung der Anstrengungs- und Leistungsbereitschaft. (Individuelle Förderung, HKM 2017)

Bei der Festlegung von Förderzielen ist **mit Blick auf den jeweiligen Entwicklungsstand** zu berücksichtigen, was der/die Schüler\*in aktuell überhaupt erreichen kann und sich bewusst zu machen, dass die Förderziele behinderungsbedingte Defizite nicht heilen können. Es empfiehlt sich daher nur diejenigen Ziele zu formulieren, die **innerhalb der jeweiligen Kompetenzbereiche** angestrebt werden. Die angepeilten Ziele sollten auf zwei bis drei realistische Ziele beschränkt werden und so konkret bestimmt sein, dass das Kind damit **die Stufe der nächsten Lernentwicklung** auch tatsächlich erreichen kann.

Die Förderziele sollten **positiv formuliert und konkret beschrieben** sein, sie sollten die Indikatoren für die Zielerreichung beinhalten, damit sie als Ziele auch evaluierbar sind. Und es sollte ein Zeitpunkt festgelegt werden, an dem alle Beteiligten gemeinsam evaluieren, ob die Förderziele erreicht wurden, bzw. ob sie angepasst oder durch andere Ziele ersetzt werden müssen.

Mit Blick auf die definierten Ziele sind **die passenden Fördermaßnahmen** zu formulieren, die das Erreichen des jeweiligen Ziels ermöglichen sollen. Unter der Fragestellung „wie können wir das Lernen des Kindes unterstützen?“, sollten diese **konkret, eindeutig und realistisch umsetzbar** formuliert werden, damit sie im Unterricht auch eine tatsächliche Hilfe bieten können.

## Maßnahmen des Nachteilsausgleichs

### Verlängerte Bearbeitungszeiten bei Aufgabenstellungen und in Prüfungssituationen um bis zu 50%

#### Nutzung von Hilfsmitteln

- **Notebook oder Tablett** (auch in Klausuren entsprechend formatiert),
  - kein Abtippen, sondern Einscannen der Arbeitsblätter und Texte
  - Abfotografieren des Tafeltextes
- **äußere und inhaltliche Strukturierungshilfen** (z.B. klare Textgliederung, größere Buchstaben, Wort- und Zeilenabstände, Aufgabenstellungen schrittweise, Operatorenlisten in der Oberstufe)

#### Vorhersehbarkeit und Strukturen

- **rechtzeitige Infos zu Unterrichts- und Prüfungssituationen**
  - Räumliche oder personelle Wechsel, Planänderungen sowie Klassenarbeits-/Klausurtermine und -inhalte werden möglichst frühzeitig und in verlässlicher Form (am besten schriftlich bzw. in visualisierter Form) angekündigt, damit der/die Schüler\*in ihre Handlungspläne im Vorfeld jeweils anpassen kann.
- **Kenntnis des Raumes, fester und organisierter Sitzplatz im Klassenraum**
- **möglichst kein Lehrerwechsel**

- Dadurch können ein höheres Maß an innerer Sicherheit erreicht und Stresssituationen vermieden werden.
- **Reduzierte Hausaufgaben**
  - Beim Auftragen von Hausaufgaben sollte der Fokus auf der didaktisch notwendigen Festigung und Vertiefung der Unterrichtsinhalte liegen. Hausaufgaben, die zu diesem Zweck nicht zwingend notwendig sind, sind zu erlassen. Welche Hausaufgaben dies betrifft, kann im Anschluss an den Unterricht kurz mündlich mitgeteilt/notiert werden.
- **Strukturierte Arbeitsblätter**
  - Im Unterrichtsalltag legt die Lehrkraft zeitlichen Vorgaben und Angaben über den Umfang von erwarteten Ergebnissen (Textmenge/ Wortzahl) fest. Der/die Schüler\*in wird darin unterstützt, komplexe Aufgabenstellungen in einzelne Arbeitsschritte zu gliedern und diese sukzessive zu bearbeiten. Dies gilt insbesondere für Rechercheaufträge und offene Aufgaben.
- **Klare und eindeutige Arbeitsaufträge**
  - Mathematik: Bei Textaufgaben wird auf inhaltliche Klarheit geachtet und nach Möglichkeit Überflüssiges weggelassen. Die Lehrkraft gibt Hilfestellungen für eine strukturierte Herangehensweise an Textaufgaben.
  - Naturwissenschaften: Die Lehrkraft gibt Hilfestellungen für eine strukturierte Herangehensweise an materialgestützte Aufgaben

## Individuelle Pausenregelungen

Der/die Schüler\*in erhält die Möglichkeit, sich bei Bedarf phasenweise während des Unterrichts in ein räumliches Umfeld (z.B. Bibliothek) zurückzuziehen, das vor intensiven akustischen Reizen geschützt ist, um dort ihre Arbeitsaufträge zu erledigen. J. kann ferner Ohrstöpsel nutzen, um in Arbeitsphasen oder bei Klassenarbeiten akustische Störgeräusche zu minimieren.

Die Lehrkraft gewährt regelmäßige Pausen zur Erholung und dem Sammeln von neuer Konzentration.

## Mündliche Mitarbeit

- **Differenzierungen hinsichtlich der Leistungsanforderungen bei gleich bleibenden fachlichen Anforderungen**
- **Nutzung des pädagogischen Ermessensspielraums bei der mündlichen Note**
  - Durch gezielte Nachfragen kann geklärt werden, ob die Unterrichtsbeiträge erfasst wurden. Bei der Bewertung der mündlichen Mitarbeit ist zu berücksichtigen, dass der/die Schüler\*in sich ggf. nicht an der Besprechung der Hausaufgaben beteiligt, wenn diese im Zuge des Nachteilsausgleichs erlassen wurden (s. fachübergreifend, Aufgaben und Hausaufgaben)