

Handreichung

Bildungsdirektion
Wien



ANWENDUNG DES SCHULISCHEN NACHTEILSAUSGLEICHS BEI AD(H)S



Diversitätsmanagement und Schulpsychologie
der Bildungsdirektion für Wien
2025

01

Einleitung

02

AD(H)S

03

Hilfestellungen

04

Hilfreiche Homepages und weiterführende Literatur

05

Literaturangaben



INHALT



EINLEITUNG

Grundlage der vorliegenden Handreichung ist das Papier „Aufmerksamkeitsdefizitstörung mit oder ohne Hyperaktivität in der Schule. Informationen zuhanden der Lehrpersonen zur Aufmerksamkeitsdefizitstörung, zu Maßnahmen der Differenzierung im Unterricht und zum Nachteilsausgleich“ der Stiftung Schweizer Zentrum für Heil- und Sonderpädagogik, 2024. Ein großer Dank ergeht an die Schweizer Kolleginnen und Kollegen, die eine Freigabe für die Verwendung und Adaptierung ihres Papier erteilt haben.

Auf den folgenden Seiten sollen Sie als Schulleitung, Lehrperson und Erziehungsberechtigte tiefgreifende Informationen über die Anwendung des schulischen Nachteilsausgleichs bei diagnostizierter AD(H)S erhalten. Folgende Fragen sollen beantwortet werden:

- Was ist AD(H)S?
- Wie wird AD(H)S diagnostiziert?
- Was ist der schulische Nachteilsausgleich?
- Welche Hilfestellungen sind im Rahmen des schulischen Nachteilsausgleich empfohlen anzuwenden?

Auch wird eine umfassende Link- und Literatursammlung zur Verfügung gestellt. Diese beinhaltet von Seiten des Diversitätsmanagements und der Schulpsychologie der Bildungsdirektion Wien geprüfte und empfohlene Homepages und Bücher.

Ziel dieser Handreichung ist, zu einem gelingenden und für alle Beteiligten zufriedenstellenden Unterricht beizutragen.



AD(H)S

Einleitung

Vielfach werden die Auswirkungen einer Aufmerksamkeitsdefizit- (und Hyperaktivitäts-) Störung für Betroffene, Mitlernende der Klasse und auch ihre Lehrpersonen im Schulalltag als sehr schwierig erlebt - dennoch ist die Wahrnehmung auf die ganze Persönlichkeit der Betroffenen mit all ihren Fähigkeiten und Kompetenzen zu richten. Es darf nicht einzig auf die Defizite fokussiert werden.

Mithilfe differenzierter Unterrichtsformen und Hilfsmittel kann die Lehrperson Lernende mit AD(H)S gut unterstützen. Es ist notwendig, sich gut über die Schwierigkeiten, die durch die Störung hervorgerufen werden, zu informieren.

Mit einer Häufigkeit von 5% gehört ADHS weltweit zu den häufigsten psychischen Störungen im Kindes- und Jugendalter.

Schlimme Buben?
Buben zeigen eher leicht beobachtbare, Mädchen hingegen weniger nach außen gerichtete Symptome

Es ist möglich und gewünscht, sich mit dem Therapeuten/der Therapeutin auszutauschen und so differenzierte Unterrichtsformen anzuwenden sowie geeignete Hilfsmittel zu implementieren, um die negativen Auswirkungen der Störung zu verringern. Dies ermöglicht es den Lernenden mit AD(H)S, ihre Kompetenzen besser zu entfalten und die Lernprozesse zu erleichtern.

Die nachfolgend beschriebenen differenzierten Maßnahmen sowie Vorschläge zur Gestaltung der Umgebung gehen auf die spezifischen Bedürfnisse der Lernenden mit AD(H)S ein. Viele davon fördern auch Lernprozesse aller Lernenden einer Schulklasse, unabhängig davon, ob sie von einer Störung betroffen sind oder nicht (z. B. Autismus-Spektrum-Störungen oder Lese-Rechtsschreibstörung LRS) – sie gehören längst schon zu den «Best Practices» des Unterrichtsalltags. Die Maßnahmen müssen selbstverständlich den individuellen Bedürfnissen der Lernenden, dem Alter, dem Kontext und der Schulstufe angepasst werden.



DEFINITION

AD(H)S

Was ist das?

"ADHS ist die Abkürzung für Aufmerksamkeitsdefizit-/Hyperaktivitätsstörung und bezeichnet eine Verhaltensstörung von Kindern, Jugendlichen oder Erwachsenen, die durch Auffälligkeiten in folgenden drei Kernbereichen gekennzeichnet ist:

- starke Aufmerksamkeits- und Konzentrationsstörungen,
- starke Impulsivität und
- ausgeprägte körperliche Unruhe (Hyperaktivität).

Wir möchten nicht unerwähnt lassen, dass viele Betroffene aufgrund ihrer ADHS auch besondere Ressourcen haben. So kann sich beispielsweise Impulsivität in Spontaneität, Flexibilität und auch in Kreativität ausdrücken. Eine ausschließlich defizitorientierte Sichtweise von Betroffenen wird diesen nicht gerecht." (<https://www.adhs.info/fuer-eltern-und-an gehoerige/adhs-was-ist-das/> 29.11.2024)

Die ICD-11 der WHO (2024) definiert AD(H)S wie folgt:

"6A05 Aufmerksamkeitsdefizit- und Hyperaktivitätsstörung

Das Ausmaß der **Unaufmerksamkeit und Hyperaktivität-Impulsivität** liegt außerhalb der normalen Schwankungsbreite, die für das Alter und das intellektuelle Funktionsniveau erwartet wird. **Unaufmerksamkeit** beschreibt bedeutsame Schwierigkeiten, die Aufmerksamkeit für Aufgaben aufrechtzuerhalten, die keine hohe Stimulation oder häufige Belohnung bieten, sowie auf Ablenkbarkeit und Probleme bei der Organisation. **Hyperaktivität** bezieht sich auf übermäßige motorische Aktivität und Schwierigkeiten mit dem Stillhalten, die vor allem in strukturierten Situationen auftreten, die eine Selbstkontrolle des Verhaltens erfordern. **Impulsivität** beschreibt die Tendenz, auf unmittelbare Reize hin zu handeln, ohne zu überlegen oder die Risiken und Folgen zu bedenken. Die jeweilige Symptomausprägung von unaufmerksamen und hyperaktiv-impulsiven Merkmalen sind von Person zu Person unterschiedlich und können sich im Laufe der Entwicklung verändern. Damit eine Diagnose gestellt werden kann, müssen die Symptomausprägungen von Unaufmerksamkeit und/oder der Hyperaktivität-Impulsivität in verschiedenen Situationen oder Umgebungen (z. B. zu Hause, in der Schule, am Arbeitsplatz, bei Freunden oder Verwandten) zu beobachten sein, wobei sie je nach Gegebenheiten und Anforderungen der Umgebung variieren können. (Herv. Verf.)"

Höufige AD(H)S Kernsymptome nach Bargelé u.a., 2012:

Unaufmerksamkeit

- schlechte Konzentration
- leichte Ablenkbarkeit
- Vergesslichkeit

Impulsivität

- ständiges Unterbrechen und Stören anderer
- Herausplatzen mit Antworten
- nicht warten können

Hyperaktivität

- extremer Bewegungsdrang
- motorische Unruhe
- ständiges Laufen und Klettern
- Ruhelosigkeit/Getriebenheit

AD(H)S "ist eine neurobiologische Erkrankung: Im Vergleich zu Nichtbetroffenen zeigen sich bei Erkrankten neben strukturellen Unterschieden Auffälligkeiten in bestimmten Botenstoffsystemen im Gehirn, die für die Informationsübertragung von Zelle zu Zelle zuständig sind." (ebd.) Lernende mit AD(H)S nutzen ihre neuronalen Netzwerke anders - zu einer vernetzten und geordneten Arbeitsweise, um komplexe Aufgaben bewältigen zu können, fällt schwer. Ebenso entwickelt sich der Kurzzeitspeicher des Gedächtnisses bei Menschen mit AD(H)S anders - die Integration neuer Informationen ist oftmals problematisch. Dies wiederum wirkt sich auf das Erfahrungslernen aus: Lernende mit AD(H)S entwickeln schwieriger ein Gefühl für Zeit, das Prioritäten setzen fällt schwer und das planvolle und zielgerichtete Handeln kann nicht durchgeführt werden (vgl. ebd.).



AD(H)S

Gibt es unterschiedliche Versionen von AD(H)S?

Ja! Die ICD-11 (WHO, 2024) kennt folgende unterschiedliche Versionen:

6A05.0 Aufmerksamkeitsdefizit- und Hyperaktivitätsstörung [ADHS], vorwiegend unkonzentriert

Alle definitorischen Anforderungen für eine Aufmerksamkeitsdefizit- und Hyperaktivitätsstörung sind erfüllt, und im klinischen Bild **überwiegend unaufmerksame Symptome**. Unaufmerksamkeit bezieht sich auf bedeutsame Schwierigkeiten, die Aufmerksamkeit für Aufgaben aufrechtzuerhalten, die kein hohes Maß an Stimulation oder häufige Belohnungen bieten, sowie auf Ablenkbarkeit und Probleme bei der Organisation. Es können auch einige hyperaktiv-impulsive Symptome vorhanden sein, die jedoch im Vergleich zu den unaufmerksamen Symptomen klinisch nicht bedeutsam sind.

6A05.1 Aufmerksamkeitsdefizit- und Hyperaktivitätsstörung [ADHS], vorwiegend hyperaktiv-impulsiv

Alle definitorischen Anforderungen für die Aufmerksamkeitsdefizit- und Hyperaktivitätsstörung sind erfüllt, und im klinischen Erscheinungsbild **überwiegend hyperaktive und impulsive Symptome**. Hyperaktivität bezieht sich auf übermäßige motorische Aktivität und Schwierigkeiten mit dem Stillhalten, die sich vor allem in strukturierten Situationen zeigen, die eine Selbstkontrolle des Verhaltens erfordern. Impulsivität ist die Tendenz, auf unmittelbare Reize hin zu handeln, ohne zu überlegen oder die Risiken und Folgen zu bedenken. Es können auch einige unaufmerksame Symptome vorhanden sein, die jedoch im Vergleich zu den hyperaktiv-impulsiven Symptomen klinisch nicht bedeutsam sind.

6A05.2 Aufmerksamkeitsdefizit- und Hyperaktivitätsstörung [ADHS], kombiniert

Alle definitorischen Anforderungen für die Aufmerksamkeitsdefizit- und Hyperaktivitätsstörung sind erfüllt. **Sowohl unaufmerksame als auch hyperaktiv-impulsive Symptome sind klinisch bedeutsam, wobei keines der beiden in der klinischen Präsentation überwiegt**. Unaufmerksamkeit bezieht sich auf erhebliche Schwierigkeiten, die Aufmerksamkeit für Aufgaben aufrechtzuerhalten, die kein hohes Maß an Stimulation oder häufige Belohnungen bieten, Ablenkbarkeit und Probleme bei der Organisation. Hyperaktivität bezieht sich auf übermäßige motorische Aktivität und Schwierigkeiten mit dem Stillhalten, die vor allem in strukturierten Situationen auftreten, die eine Selbstkontrolle des Verhaltens erfordern. Impulsivität ist eine Tendenz, auf unmittelbare Reize hin zu handeln, ohne zu überlegen oder die Risiken und Folgen zu bedenken.

Anmerkung: Derzeit kommen in Österreich ICD-10 und ICD-11 zur Anwendung. Die ICD-10 ist derzeit noch gültig. In der ICD-10 wird AD(H)S mittels des Codes F.90 klassifiziert.

[LINK ZUR ICD-10](#)

[LINK ZUR ICD-11](#)



AD(H)S

Hilfestellungen?

Wie auf den vorangegangen Seiten dargestellt, handelt es sich bei einer durch klinische Psychologie/Medizin diagnostizierten AD(H)S nach ICD-10/-11 um ein neuro-biologisches Phänomen. Nach der ICF der WHO (Internationale Klassifikation von Funktionsfähigkeiten, Behinderung und Gesundheit) kann bei AD(H)S von einer Funktionsstörung der Teilhabe gesprochen werden, die länger als 6 Monate andauert. Die ICF geht einem bio-psychosozialen Modell von Behinderung nach und geht davon aus, dass bei Anpassung der Umwelt die Behinderungserfahrungen einer Person schwinden. Behinderung ist kein Phänomen, welches an einer Person haftet - Behinderung entsteht im Zusammenspiel von Diagnosen und der Umwelt, in welcher sich eine Person befindet. So verändern sich Behinderungserfahrungen von Menschen je nach Umwelt, in der sie sich befinden/agieren.

Schule stellt eine Umwelt mit vielen Anforderungen dar - Konzentration über längere Zeiträume, Selbstorganisation und Struktur, Impuls- und Emotionskontrolle, soziale Interaktion in Gruppen, etc.

Ohne Anpassungen der Umwelt Schule können Schülerinnen und Schüler mit AD(H)S den Anforderungen im schulischen Setting, sei es im Unterricht, den Pausen oder den Leistungsfeststellungen, oftmals nicht standhalten und am Schulleben nicht oder nur schwer teilhaben.

Um die Teilhabe von Lernenden mit AD(H)S zu erhöhen, werden in schulischen Situationen Hilfestellungen zur Verfügung gestellt - die Umwelt wird angepasst. Auf den nachfolgenden Seiten erhalten Sie umfangreiche praktische Tipps, wie die Umweltanpassung stattfinden kann. Am Ende der Handreichung erhalten Sie eine Sammlung an Links und Literatur, über welche sich Erziehungsberechtigte, Lernende und Lehrende in das breite Themengebiet AD(H)S weiter vertiefen können.

1

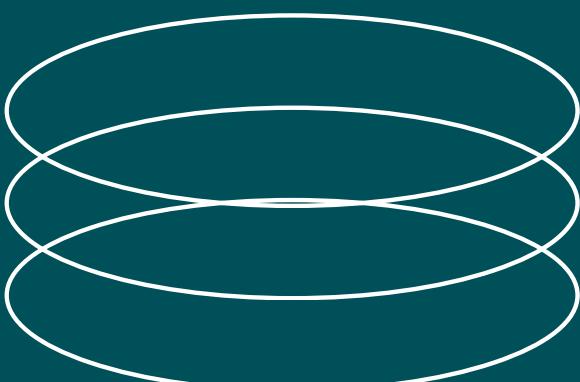
Akzeptanz und soziale Integration

Was meint Akzeptanz im Zusammenhang mit AD(H)S und wie kann die soziale Integration betroffener Lernender unterstützt werden?

2

Wecken und Beibehalten der Aufmerksamkeit

Tipps und Tricks zum Wecken und Beibehalten der Aufmerksamkeit von Lernenden mit diagnostizierter AD(H)S.



HILFESTELLUNGEN

INHALT

3

Kommunikation

Was gilt es bzgl. der Kommunikation zu beachten, was kann hilfreich sein.

4

Aktive Teilnahme, Lernprozesse und Motivation

Wie kann die aktive Teilnahme an Lernprozessen gefördert und die Motivation von betroffenen Lernenden aufgebaut/beibehalten werden.

5

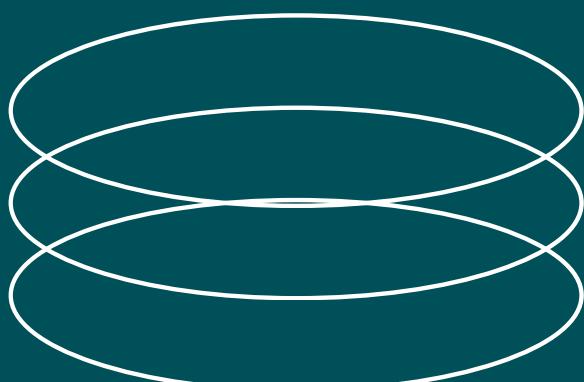
Strukturierung der Arbeit/Aktivitäten

Welche Hilfestellungen können bei der Strukturierung der Arbeit und Aktivitäten im Unterricht hilfreich sein?

6

Organisation/Planung

Tipps wie Organisation und Planung z.B. des Arbeitsplatzes oder Handlungsplanung von betroffenen Lernenden unterstützt werden kann.



HILFESTELLUNGEN

INHALT

7

Verhaltensregeln und Umgang mit Regeln

Wie können Regeln von betroffenen Lernenden besser erfasst und eingehalten werden?

8

Strategien der Selbstevaluation

Wie können in z.B. Therapie erlernte Strategien auch im Unterricht angewendet werden.

01. AKZEPTANZ UND SOZIALE INTEGRATION

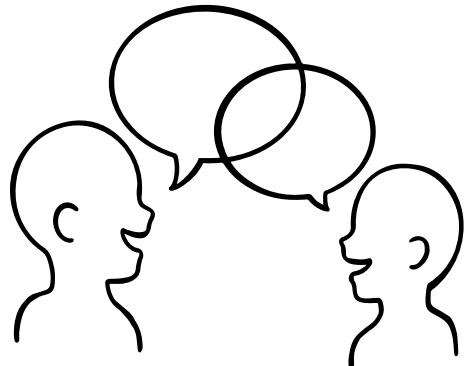
- Schülerinnen und Schülern mit AD(H)S zu helfen, bedeutet vor allem, die **Unterschiedlichkeit zu akzeptieren** und die **besonderen Fähigkeiten zu würdigen**. Spontanität, Enthusiasmus, Kreativität und Humor sind oft eine Bereicherung für die Klasse. Je mehr die Lehrperson zeigen kann, dass sie das schätzt und bereit ist, ihnen bei Schwierigkeiten zu helfen, desto motivierter werden sie sein.
- **Fördern Sie die gegenseitige Hilfestellung und Zusammenarbeit** zwischen den Lernenden (kooperatives Lernen, Arbeit in Zweiergruppen, Tutoring)! Andere Schülerinnen und Schüler können die betroffenen Lernenden begleiten, bei Ortswechseln (Mittagessen, Turnhalle) unterstützen. Aber auch die betroffenen Lernenden brauchen Gelegenheiten, Verantwortung zu übernehmen (z. B. Klassensprecher, Gruppenverantwortlicher).
- **Sensibilisieren Sie die Mitschülerinnen und Mitschüler:** Die Schwierigkeiten und besonderen Bedürfnisse der betroffenen Lernenden sollen erklärt werden und die entsprechenden Differenzierungsmaßnahmen erläutert werden. Bei Bedarf sollen Situationen geklärt werden, die zu Unverständnis führen könnten (z. B., wenn die Mitschüler und Mitschülerinnen eine Maßnahme als Bevorzugung wahrnehmen).
- **Schaffen eines positiven Klimas:** Schaffen Sie ein positives Klima durch das Fördern von Beziehungen, positiven Affekt (lächeln, Enthusiasmus), wertschätzende verbale und nonverbale Kommunikation (u.a. gewaltfreie Kommunikation nach Rosenberg) und positiven Erwartungen, Empathie etc. Vermeiden Sie ein negatives Klassenklima durch Verringern bestrafender Kontrolle inkl. Schreien, Drohen und physische Kontrolle ebenso wie Äußerungen fehlenden Respekts (Sarkasmus, Erniedrigen, Hänseln).
- **Sensibilität der Lehrpersonen:** Die Sensibilität der Lehrperson und das Berücksichtigen der SchülerInnen-Perspektive spielen ebenso eine große Rolle. Hierzu gehören u.a. das Vorhersehen von Schwierigkeiten, Bemerken von fehlendem Verständnis, Ansprechbarkeit durch das Benennen von Emotionen und Bereitstellen von Unterstützung, rechtzeitiges und effektives Helfen bei der Problemlösung, Flexibilität und Ermunterung der SchülerInnen zur Äußerung ihrer Ideen, zu vermehrter Autonomie, Verantwortung und Führung des Unterrichts.
- **Einbezug der Erziehungsberechtigten:** Das Involvieren der Eltern in den Bildungsprozess ist ein relevanter Einflussfaktor auf die schulische Entwicklung des Kindes. Eltern können ihre Kinder fördern, indem sie Bewegungs – und Freizeitangebote setzen, Therapie ermöglichen, für das Einhalten eines altersgerechten Medienkonsums und für Schlafhygiene sorgen, aber auch indem sie über schulische Erwartungen Bescheid wissen und diese unterstützen lernen (u.a. durch gut strukturierte, möglichst gleichbleibende Hausaufgabenbegleitung und Vorbereitungen für Leistungsfeststellungen mit Bildkartenunterstützung sowie Hilfe bei der Organisation von schulisch relevanten Unterlagen). Durch tägliche Rückmeldungskarten für eine positive Kommunikation zwischen Schule und Eltern, das gemeinsame Hervorheben von Stärken des Kindes und das gemeinsame, konsequente Setzen weniger, positiv formulierter Verhaltensregeln können Kinder in ihrer schulischen Teilhabe unterstützt werden.

02. WECKEN UND BEIBEHALTEN DER AUFMERKSAMKEIT

- Richten Sie den **Arbeitsplatz** der Lernenden mit AD(H)s **nahe bei der Lehrperson** ein, möglichst in der ersten Reihe, allein oder neben ruhigen Lernenden, nicht in der Nähe von Fenstern und Türe.
- **Vermindern** Sie **Ablenkung** so stark wie möglich. So sollen die betroffenen Lernenden nur das auf dem Tisch haben, was zum Arbeiten benötigt wird. Akustische und visuelle Reize lassen sich in der Klasse nicht vermeiden. Es ist wichtig, diese Ablenkungen kurz zu halten und im Laufe einer Unterrichtseinheit immer wieder in einen Zustand der allgemeinen Ruhe und Aufmerksamkeit zu gelangen.
- Bei **Erklärungen und Anweisungen** bleiben Sie **in der Nähe** der Schülerin, des Schülers.
- Ziehen Sie die **Aufmerksamkeit** bei mündlichen Erklärungen z.B. **durch häufigen Blickkontakt** auf sich oder sagen explizit, dass sie hinschauen sollen, zeigen mit dem Finger auf das für eine Aufgabe benötigte Material. Ein im Voraus vereinbartes nonverbales Signal kann eingesetzt werden, um die Aufmerksamkeit auf sich zu ziehen (z.B. Heben der Hand, Zeigen eines Piktogramms).



03. KOMMUNIKATION



- Verwenden Sie **einfache und klare Sätze** (= kurze und gut strukturierte Informationen).
- Manche Anweisungen und Erklärungen, welche mündlich abgegeben werden, sollten **zusätzlich an der Tafel** schriftlich festgehalten werden.
- **Wiederholen** Sie Informationen und Anweisungen (oder formulieren Sie diese um). Sie können diese auch durch die Lernenden wiederholen lassen oder sich direkt an die betroffenen Lernenden wenden und sich versichern, dass alle Anweisungen richtig verstanden worden sind.
- Geben Sie, **wenn immer möglich, nur eine einzige Anweisung** und warten ab, bis diese ausgeführt worden ist.
- **Heben Sie wichtige Informationen in schriftlichen Unterlagen hervor** (z. B. fett gedruckt, Unterstreichen/Umräumen der Schlüsselwörter, den Umfang an Informationen pro Seite verringern).
- **Intensivieren oder variieren Sie die Stimuli:** Der Wechsel von Tonfall und die Veränderung der Intensität der Stimme helfen, die Aufmerksamkeit wieder zu erlangen.
- Primarstufe: Nutzen Sie visuelle Kommunikation nutzen (z. B. Farbencodes, Piktogramme).
- Mehrteilige Anweisungen können mit Hilfe von **Farben** strukturiert werden, um den betroffenen Lernenden anzuseigen, auf was sie sich vor allem konzentrieren sollen (z. B. Brillen=schauen, Ohren=zuhören, Stoppschild=aufhören etc.).
- Führen Sie eine **systematische Kontrolle** des Hausaufgabenhefts oder lassen Sie die Hausaufgaben zu Beginn der Unterrichtseinheit eintragen.
- **Begleiten Sie Anweisungen mit Zeichen und Körpersprache** (z.B. Daumen heben, nicken, Augenzwinkern), um eine Nachricht zu übermitteln; dies kann für Lernende mit AD(H)S einen großen Unterschied machen. Signale als Erinnerung für erwünschtes Verhalten, insbesondere bei Übergängen, neuen oder herausfordernden Situationen ist besonders hilfreich.

AKTIVE TEILNAHME, LERNPROZESSE UND 04. MOTIVATION

- **Wechseln Sie Aktivitäten häufig** (theoretische Erklärungen, Einzel-Übungen, Gruppenarbeiten etc.).
- **Interaktiver Unterricht** schafft es besser, die Aufmerksamkeit zu halten, organisieren Sie vermehrt Lernprozesse in Partnerarbeit oder Kleingruppen.
- **Variieren Sie die Lernformen.** Nutzen Sie auditive Signale (Lernprozesse beim Automatisieren mit Musik, Vers oder Rhythmus unterstützen) oder taktile Signale (Gegenstände, welche die Lernenden in die Hand nehmen können, z.B. Stressball).
- Geben Sie **konkrete Beispiele**, um ein Konzept/eine Anweisung zu erklären, wenn möglich setzen Sie handelndes Lernen (z.B. Ausmessen der Klassenräume in Mathematik) bzw. Demonstrationen ein.
- **Erklären Sie Ziel und Nutzen einer Übung.** Lernende mit AD(H)S können dann besser eine Verbindung herstellen zwischen dem, was schon gelernt worden ist und dem, was neu dazukommt. Das ist ein höherer Zeitaufwand, aber er lohnt sich für alle.
- Manche Aufgaben und Aktivitäten können **spielerisch umgesetzt** werden. Transformieren Sie Übungen oder das Lernen für eine Prüfung in ein Spiel.
- **Lernende mit AD(H)S lernen besser, wenn sie aktiv am Lernprozess beteiligt sind.** Fördern Sie die Partizipation, indem Sie Fragen stellen oder sie auffordern, an die Tafel zu schreiben oder zu zeichnen.
- Treffen Sie **Vereinbarungen** mit den betroffenen Lernenden, um sie zu ermutigen, am Lernprozess dranzubleiben und ihre Organisation zu verbessern. Kleine Belohnungen sind angebracht, wenn sie es schaffen, genauso schnell bereit zu sein wie die anderen. Diese Strategien sollten **in Zusammenarbeit mit den Eltern** auch in der Familie angewandt werden.
- **Loben** Sie die Lernenden, wenn sie aufmerksam sind und eine Aufgabe korrekt ausgeführt haben oder das benötigte Material dabeihaben. Das positive Feedback ist fundamental wichtig für Kinder mit AD(H)S.



05. STRUKTURIERUNG DER ARBEIT/AKTIVITÄTEN

- **Erklären Sie die Tagesstruktur**, halten Sie einen Plan mit fixen Terminen schriftlich fest, erklären Sie den Ablauf einer Unterrichtseinheit / des Tages.
- **Etablieren Sie Routinen**. Verwenden Sie immer den gleichen Teil der Tafel, um Hausaufgaben zu notieren, stellen Sie eine Dokumentenmappe zur Verfügung, in welche die Lernenden die Hausaufgaben des Vortags legen können.
- **Geben Sie Veränderungen in der Routine im Voraus bekannt** (Ausflug, Wechsel einer Lehrperson / des Ortes etc.) und künden Sie Übergänge an (z. B. in fünf Minuten stellt jede Gruppe vor, was sie diskutiert hat).
- Primarstufe: Sie können **fixe Lernorte** vorgeben (Leseecke, Ecke zum Hören, für manuelle Arbeiten etc.).
- Sie können eine **Arbeit oder mehrteilige Anweisungen in aufeinanderfolgende Schritte aufteilen** und diese **schriftlich festhalten**, damit sich die betroffenen Lernenden an die verschiedenen Etappen erinnern können.
- Versehen Sie umfangreiche Arbeiten/Übungen mit **Etappenzielen**, die leichter zu erreichen sind.
- Nehmen Sie eine **Priorisierung der Aufgaben** vor (z.B. den wichtigsten Teil der Arbeit der Arbeit benennen).
- **Erlauben** Sie den betroffenen Lernenden, **jederzeit zur Lehrperson zu gehen**, um die Arbeit zu zeigen oder Fragen zu stellen, sagen Sie ihnen, was sie tun sollen, bis sie Hilfe erhalten (z. B. die Fragen schriftlich notieren).
- **Primarstufe**: Sie können Farbkarten verwenden, damit die Lernenden ihre Situationkommunizieren können (blaue Karte=ich arbeite, grüne Karte=ich bin fertig, rote Karte=ich brauche Hilfe).
- Geben Sie einen **genauen Zeitrahmen** an, der für eine bestimmte Aktivität oder eine Etappe zur Verfügung steht (z.B. Gebrauch einer Stoppuhr, eines Alarms oder Sie weisen regelmäßig darauf hin, wie viel Zeit noch bleibt, angeben, wann die Übung beendet werden muss).
- Vereinbaren Sie ein **gemeinsames Vorgehen** bei neuen Situationen mit anderen Lehrkräften, die mit dem Kind arbeiten

06. ORGANISATION/PLANUNG

- Ermuntern Sie die betroffenen Lernenden dazu, **Listen und Gedächtnisstützen** zu verwenden (z.B. das benötigte Material für bestimmte Aktivitäten, eine To-do-Liste), die Agenda zu führen (zur Planung der Hausaufgaben) und einen Kalender zu nutzen (zur Planung der Prüfungsvorbereitung oder umfangreicher Arbeiten).
- Führen Sie ein **System zur Ordnung der Dokumente und Schulsachen** ein (z.B. eine Farbe pro Fach). Verwenden Sie Hefte statt Ordner.
- **Teilen Sie Arbeiten**, die unterschiedliche Kompetenzen gleichzeitig erfordern, **in einzelne Schritte auf**, damit sich die betroffenen Lernenden auf eine Tätigkeit konzentrieren können (z.B. bei der Konjugation von Verben: 1. Finden des Verbs, 2. das Verb anpassen, 3. Rechtschreibung überprüfen).
- Ermutigen Sie die betroffenen Lernenden, sich eine **Aufgabe mental vorzustellen** und sie in einzelne Etappen zu unterteilen. Sie können eine Gedächtnisstütze oder eine Mindmap erstellen (lassen), gezielte Korrekturaufträge für das Überarbeiten von Arbeiten geben, diese nach Zielen und Etappen gliedern.
- Die **innere Verbalisierung** nutzen hilft oft bei der Strukturierung („Zuerst muss ich..., dann muss ich... und schließlich werde ich...“).



07. VERHALTENSREGELN UND UMGANG MIT REGELN

- Vereinbaren Sie **wenige, klare und einfache Verhaltensregeln**, vor allem bei unstrukturierten Situationen (Pause, Mittagessen). Halten Sie die Regeln schriftlich oder in Form von Zeichnungen fest und hängen Sie diese auf. Greifen Sie immer wieder auf die Regeln zurück.
- **Erklären Sie die Konsequenzen bei Regelverletzungen** und **sanktionieren Sie sofort** beim Übertreten der Regeln. Wenn die Lernenden emotional stark aufgewühlt sind, suchen Sie den **Blickkontakt** und geben Sie **klare Anweisungen**, zeigen Sie **wohlwollende Autorität**. Setzen Sie angemessene natürliche Konsequenzen statt Strafmaßnahmen (z.B. bei Einhalten der Regeln kann man mitspielen und sonst nicht, wenn man trödelt, verpasst man etwas Schönes)
- Geben Sie **positiv formulierte Anweisungen**, diese werden besser umgesetzt (z.B. „Räum die Dinge, die du nicht mehr brauchst, in deine Schultasche“ statt „Lass die Sachen nicht auf deinem Tisch liegen“). Formulieren Sie ein konkret und positiv formuliertes, überprüfbares, bedeutsames, **realistisch erreichbares Zielverhalten** für das Kind und für einen festgelegten Zeitpunkt.
- **Ignorieren Sie kleinere Störverhalten.** Tolerieren Sie, dass sich die Lernenden auf dem Stuhl bewegen, solange sie sich nicht umdrehen und nicht sprechen oder dass sie mit einem Gegenstand spielen, solange dies keinen Lärm verursacht (Antistressbälle, Gummi). **Vermeiden Sie es, unerwünschtem Verhalten Aufmerksamkeit zu schenken** und Unterstützen sie in kritischen Situationen präventiv, aber **schenken Sie Aufmerksamkeit so oft als möglich bei erwünschtem Verhalten**.
- Verstärken Sie positive Verhaltensweisen der Lernenden, indem Sie als Lehrperson mündlich oder schriftlich ein **wertschätzendes Feedback** geben, oder indem die Lernenden eine Belohnung erhalten (z.B. eine Abmachung treffen). Das Verstärken positiven Verhaltens sollte **in der Schule und in der Familie gleichermaßen** erfolgen, dies selbstverständlich in Zusammenarbeit mit den Eltern. Es ist wichtig, dass die positiven Bemerkungen oft wiederholt werden und unmittelbar erfolgen. **Das positive Verstärken ist dem Bestrafen vorzuziehen.** Verstärkerpläne können hilfreich sein (Wenn-dann Pläne, Token-Systeme, bei denen Punkte gesammelt werden, wenn das problematische Verhalten nicht zu oft auftritt oder bei denen Punkte abgezogen werden und die verbliebenen für Belohnungen eingetauscht werden, wenn das Verhalten häufig vorkommt)
- **Informieren Sie die betroffenen Lernenden im Voraus über die Erwartungen** bezüglich des Verhaltens, wenn es sich um eine besondere Situation handelt oder die Klasse unterwegs ist (z.B. nahe beim Erwachsenen bleiben, nicht rennen) und wiederholen Sie diese zum gegebenen Zeitpunkt.

07.

- Bieten Sie den betroffenen Lernenden so oft wie möglich die Gelegenheit, sich zu **bewegen**. Während des Unterrichts können Sie Aufgaben übertragen, die es ihnen erlauben, aufzustehen (z.B. eine Nachricht außerhalb der Klasse überbringen, Verteilen von Dokumenten, Tafel reinigen). Sich einige Minuten außerhalb der Klasse zu bewegen oder mit der ganzen Klasse einige Bewegungs- oder Entspannungsübungen zu machen oder zu singen, bringt Abwechslung in den Schulalltag. **Die Pausen sind nicht zu kürzen!**
- Fügen Sie **nach einer lauten und bewegten Sequenz eine kurze Pause** zur Beruhigung und Entspannung ein, bevor Sie mit einer ruhigeren Aktivität fortsetzen. Bestimmen Sie einen Ort, wo sich die betroffenen Lernenden zurückziehen können, um sich zu beruhigen. Erlauben Sie ihnen, das Klassenzimmer für kurze Zeit zu verlassen.



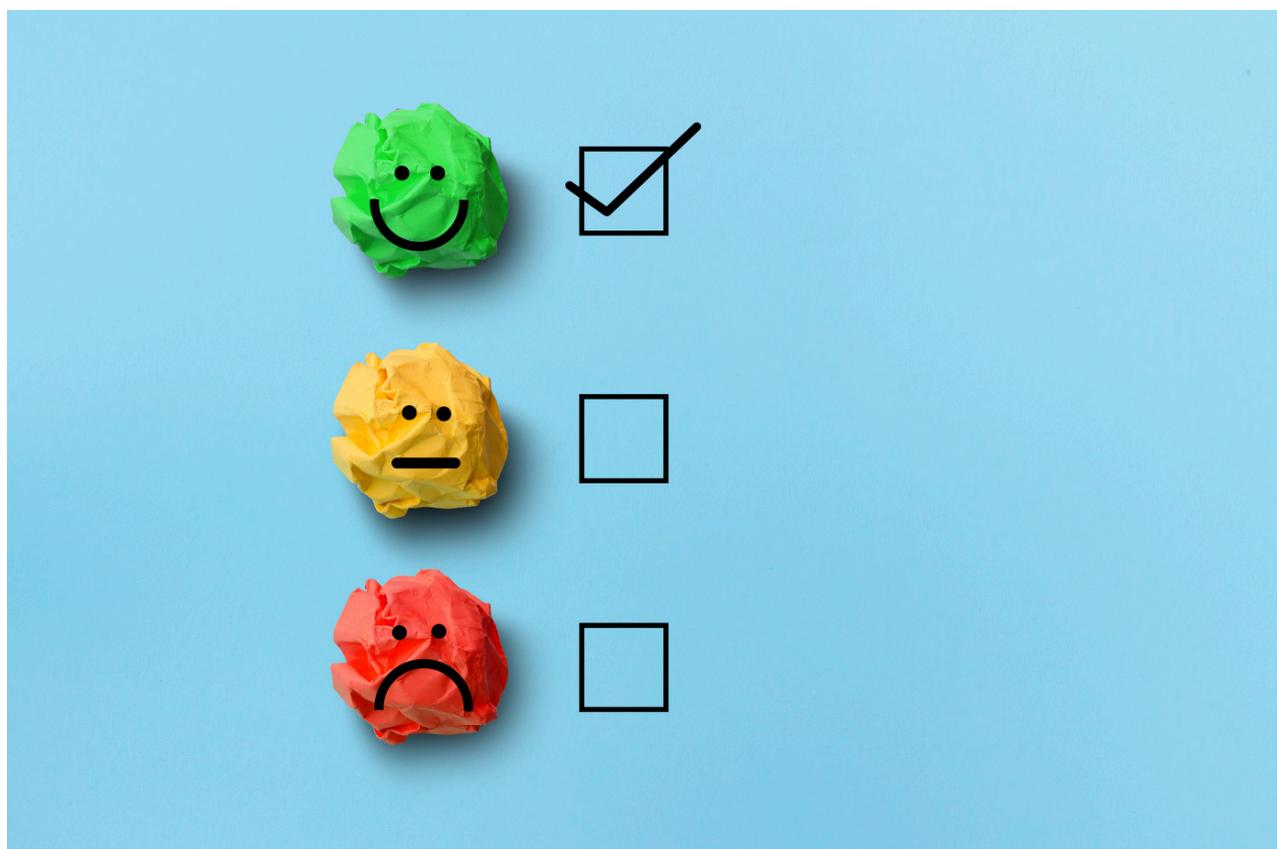
08. STRATEGIEN DER SELBSTEVALUATION

Es ist wahrscheinlich, dass die betroffenen Lernenden in der Therapie am Umgang mit Emotionen arbeiten und Strategien lernen, um das eigene Verhalten besser kontrollieren zu können. Dank dieser Techniken oder Hilfsmittel lernen sie, besser mit den Schwierigkeiten umzugehen, denen sie als Folge der Störung begegnen. Die Lehrperson kann diesen Ansatz im Unterricht unterstützen, indem sie den Lernenden dabei hilft, Strategien für die Selbstbeurteilung zu entwickeln:

- Helfen Sie den betroffenen Lernenden bei der **Selbstkorrektur der Arbeit**. Geben Sie **Lösungsblätter** zur Unterstützung. Geben Sie einen Raster mit Kriterien zum Überarbeiten eines Textes: „1. die Lesbarkeit überprüfen, 2. Die Verständlichkeit des Textes, 3. das Layout, 4. die Rechtschreibung“.
- **Helfen Sie dabei, Strategien zur besseren Organisation und gegen die Vergesslichkeit zu entwickeln.** Diese Strategien müssen in der Regel in Zusammenarbeit mit den Eltern **auch in der Familie** umgesetzt werden. Die Schultasche sollte schon am Vorabend gepackt werden, eine Liste mit Aufgaben ist zu erstellen oder eine Gedächtnisstütze, um das richtige Material mit nach Hause respektive wieder zurück in die Schule zu bringen, doppeltes Schulmaterial hilft manchmal (ein Set in der Schule und eines zuhause).
- Trainieren Sie **Strategien zur Problemlösung**: Problem identifizieren, Lösungsmöglichkeiten suchen, eine davon auswählen und ein Programm entwerfen, wie diese Lösung umgesetzt werden kann.
- **Bevor die Klasse den Ort wechselt**, den Schüler, die Schülerin an folgende Frage erinnern: „Habe ich alles, was ich brauche?“
- **Helfen Sie den Lernenden zu üben, dass sie zuerst überlegen, bevor sie handeln.** Vereinbaren Sie eine Geste, die sie daran erinnert, ein paar Sekunden zu warten, bevor sie auf eine Frage antworten! Dabei kann folgende Formulierung verwenden werden: „Halt, überlegen, dann loslegen!“
- Sie können von den Lernenden verlangen, dass sie aufschreiben, was sie sagen wollen. Dies **kann ihre Angst mindern**, dass sie die Antwort vergessen könnten und ihnen helfen, problematische Situationen zu antizipieren oder zu vermeiden.
- Ermutigen Sie die Lernenden, die Anweisungen oder die zu erledigenden Aufgaben **im Kopf zu wiederholen**.
- Vereinbaren Sie **diskrete Signale**, um unangemessene Haltungen oder Verhaltensweisen zu signalisieren, ohne dass die Aufmerksamkeit der ganzen Klasse darauf gelenkt wird.

08.

- **Leiten Sie zur Selbstkritik an**, indem Sie schwierige Situationen systematisch wieder aufgreifen oder indem ein Dokument zur Selbstevaluation des Verhaltens geschaffen wird. Mögliche Fragen können lauten: „Weißt du, was du getan hast?“, „Was hättest du an der Stelle deiner Mitschülerin, deines Mitschülers gefühlt?“, „Glaubst du, dass du das anders sagen/machen könntest?“
- **Heben Sie Situationen hervor, in welchen sich Lernende angemessen verhalten haben** und nennen auch die Gründe, weshalb diese Handlungsweise angemessen war.
- **Formulieren Sie täglich oder wöchentlich Verhaltensziele**, die – in Zusammenarbeit mit den Erziehungsberechtigten – **auch in der Familie** umgesetzt werden können. Dazu gehört ein Logbuch, in welchem die Lernenden die Fortschritte und die zu verbessernden Punkte notieren können.



HILFREICHE HOME PAGES UND LITERATUR



für Erziehungsberechtigte

Was ist AD(H)S? Was können wir tun?

<https://www.adhs.info/fuer-eltern-und-an gehoerige/uebersicht/>
<https://www.gesundheit.gv.at/krankheiten/psyche/adhs.html>
<https://www.adhs.info/fuer-eltern-und-an gehoerige/uebersicht/>
<https://www.mit-kindern-lernen.ch/adhs-lernstoerungen>

*Links anklicken, um
weitergeleitet zu werden!*

Wie erfolgt die Abdeckung der Therapiekosten?

[https://www.gesundheit.gv.at/krankheiten/psyche/adhs/therapie.html#wie-erfolgt-die- abdeckung-der-kosten](https://www.gesundheit.gv.at/krankheiten/psyche/adhs/therapie.html#wie-erfolgt-die-abdeckung-der-kosten)

Psychosozialer Dienst der Stadt Wien

<https://www.wien.gv.at/menschen/kind-familie/servicestellen/psychologen.html>

Literaturtipps



Wackelpeter und Trotzkopf. Hilfen für Eltern bei ADHS-Symptomen, hyperkinetischem und oppositionellem Verhalten. Mit Online-Material und App.
Manfred Döpfner und Stephanie Schürmann; 20.Jänner 2023

Wackelpeter & Trotzkopf in der Pubertät. Wie Eltern und Jugendliche Konflikte gemeinsam lösen können. Mit Online-Material
Kinnen, Rademacher; Döpfner, 2.Februar 2015

„Gemeinsam wachsen“ der Elternratgeber ADHS, Verhaltensprobleme in Familie und Schule erfolgreich meistern
Armin Born/Claudia Oehler; 3.März 2021

Erfolgreich lernen mit ADHS und ADS. Der praktische Ratgeber für Eltern.
Stefanie Rietzler und Fabian Grolimund; 20.März 2023

HILFREICHE HOMEPAGES UND LITERATUR

für Lernende

<https://www.adhs.info/fuer-kinder/buecher-fuer-kinder/>

<https://www.adhs.info/fuer-kinder/liste-schwieriger-woerter/>

<https://www.adhs.info/fuer-kinder/ein-tag-mit-max-und-lisa/>

*Links anklicken, um
weitergeleitet zu werden!*

Literaturtipps

Phil, der Frosch. Ein Buch für Kinder mit ADHS, ihre Freundinnen und Freunde und alle, die sie gernhaben. (Psychologische Kinderbücher)

Hanna Zeyen, 11.Juli 2016

Matti und Mia lernen anders. Erfolgreich in der Schule mit AD(H)S.

Anja Freudiger, Armin Born, et al., 11.März 2025

Lotte,träumst du schon wieder?

Stefanie Rietzler und Fabian Grolimund

Mein großer Bruder Matti. Kindern ADHS erklären.

Anja Freudiger, 17.Juni 2024



AD(H)S, Die versteckte Kraft in uns – Die Reise vom Chaos zur Selbstakzeptanz im Kontext der Neurodiversität.

Katharina Schön, 15.September 2023

TEENS



Neben der Spur, aber auf dem Weg. Warum ADS und ADHS nicht das Ende der Welt sind.

Mina Teichert, 7.Juni 2018

ADHS Tagebuch. Undatierter Tages- und Wochenplaner. Für Erwachsene, Jugendliche und Kinder – Entfessele deine Produktivität. Manage deine Zeit, Steigere deine Konzentration, und Erreiche deine Ziele.

Angelina Focus; 4.Oktober 2024

Dein Workbook gegen Kopfchaos: Strategien und Methoden für neurodivergente Menschen – Bei AD(H)S und Hochsensibilität.

Katharina Schön; 21.August 2024

HILFREICHE HOME PAGES UND LITERATUR

für Lehrende



AD(H)S in Schule und Unterricht

<https://www.zentrales-adhs-netz.de/fuer-paedagogen/adhs-in-schule-und-unterricht/>

<https://www.mit-kindern-lernen.ch/adhs-lernstoerungen>

Strategien für Schule und Unterricht

<https://www.zentrales-adhs-netz.de/fuer-paedagogen/hilfreiche-konzepte-materialien/adhs-in-der-schule-strategien-fuer-schule-und-unterricht/>

Was ist AD(H)S?

<https://www.gesundheit.gv.at/krankheiten/psyche/adhs.html>

Lehrvideos

<https://tac.dieberater.com/>

*Links anklicken, um
weitergeleitet zu werden!*

Strukturierungshilfen/Klassenregeln/Arbeitsmaterial Checklisten (Download)

<https://www.zentrales-adhs-netz.de/fuer-paedagogen/hilfreiche-konzepte-materialien/adhs-in-der-schule-strategien-fuer-schule-und-unterricht/die-klassenebene/>

„Der Teufelskreis“ Eltern/Lehrerpersonen-Kind Interaktionsmodell (Download)

<https://www.zentrales-adhs-netz.de/fuer-paedagogen/hilfreiche-konzepte-materialien/adhs-in-der-schule-strategien-fuer-schule-und-unterricht/die-schuelerebene/>

Sammlung an Büchern

<https://www.zentrales-adhs-netz.de/fuer-paedagogen/literaturhinweise/>



Literaturtipps

Störungsfreier Unterricht trotz ADHS. Mit Kindern und Jugendlichen Selbstregulation trainieren – ein Manual für Lehrkräfte.

Gawrilow, Guderjahn, Gold, 2022

ADHS in Schule und Unterricht. Pädagogisch-didaktische Ansätze im Rahmen des multimodalen Behandlungskonzepts (Lehren und Lernen).

Fröhlich, Döpfner, Banaschewski, 2021

Schulratgeber ADHS. Ein Leitfaden für LehrerInnen.

Kathrin Hoberg, 2023



QUELLEN

Bargele, B. et al (2012). ADHS in der Schule. Strategien für den Unterricht. 6. überarbeitete Auflage, Ocè-Deutschland Business Service GmbH

Stiftung Schweizer Zentrum für Heil- und Sonderpädagogik (2024). Aufmerksamkeitsdefizitstörung mit oder ohne Hyperaktivität in der Schule. Informationen zuhanden der Lehrpersonen zur Aufmerksamkeitsdefizitstörung, zu Massnahmen der Differenzierung im Unterricht und zum Nachteilsausgleich. <https://edudoc.ch/record/227284?ln=de>, Dezember 2024

Universitätsklinikum Köln.

<https://www.adhs.info/>, Dezember 2024

WHO. ICD-10.

https://www.bfarm.de/DE/Kodiersysteme/Services/Kodierfragen/ICD-10-GM/_node.html, Dezember 2024

WHO. ICD-11.

https://www.bfarm.de/DE/Kodiersysteme/Services/Kodierfragen/ICD-10-GM/_node.html, Dezember 2024

WHO. ICF.

https://www.bfarm.de/DE/Kodiersysteme/Services/Kodierfragen/ICD-10-GM/_node.html, Dezember 2024