Wie geht man als Erziehungsperson mit AD(H)S-Kindern um?

Vortrag vom 19. September 2024

Schule Untermoos, Zürich

I. Einleitung

- Wir leben in einer Zeit, da die KI eine grosse Bedeutung hat und immer mehr an Bedeutung gewinnt.
- Zudem holt sich der Mensch schon in jungen Jahren den „Lerninhalt" nicht mehr ausschliesslich von den Lehrpersonen in der Schule, sondern vom Internet. Das Internet aber ist marktorientiert und will verkaufen, d. h. Umsatz steigern. Um Umsatz zu steigern ist es hilfreich, den Menschen als Konsumenten süchtig zu machen und dies schon möglichst früh. Dies ist was mit unserer Jugend passiert, doch was hat dies mit unserem Thema zu tun, Umgang mit ADHS-Kindern? ADHS-Kinder sind suchtgefährdet.

II. Typische Eigenschaften von ADHS-Kindern

AD - bedeutet «attention deficit» Aufmerksamkeitsstörung. Ich bezeichne dies als «breite Aufmerksamkeit», d. h. reizoffen für alles Neue und schnell gelangweilt, wenn die Reize nicht intensiv genug sind, d. h. emotional nicht erfassen, sie sind leicht ablenkbar.

- Die erste Reizverarbeitung läuft immer über unser emotionales Gehirn, welches auch für die Beziehung verantwortlich ist.
- Sie als Lehrpersonen stehen heutzutage also in Konkurrenz mit dem Informations- dem Reizangebot aus dem Internet.
- Wenn ihr angebotener Lernreiz nicht stark genug ist, gehen ADHS-Kinder zu einem stärkeren Reiz über. Sie gehen auf's Handy in der Schule, wenn sie den Unterricht nicht mehr spannend finden, d. h. die Lehrperson sie nicht mehr fesseln, nicht mehr zur Aufmerksamkeit aktivieren kann. Lehrer müssen bis zu einem gewissen Grad Unterhalter sein.
- Wenn diese Kinder hingegen interessiert sind, können sie durchaus hyperfokussiert sein, quasi wie gefesselt, dann ist ihre intrinsische Motivation geweckt und diese funktioniert sehr gut.

H - bedeutet Hypokinese, Hyperaktivität. Diese stellt ein Abreagieren ihrer Emotionalität, ihrer Impulsivität dar.

- Die mangelnde Impulskontrolle kommt zum Ausdruck, wenn sie emotional verletzt werden und das passiert sehr leicht, da sie eine hohe Sensitivität haben, oder wenn sie ganz einfach begeistert sind von etwas.
- Kinder mit ADS ziehen sich unter dem Einfluss von emotionalen Verletzungen zurück in eine hyperaktive, innere Gedankenwelt. Solche mit ADHS gehen in eine aggressive Abwehrreaktion, sobald sie sich verletzt fühlen.
- Die hohe Sensitivität wird heute oft mit einer neuen Diagnose, der «Hypersensitivität» benannt.
- Auf Gehirnebene haben Kinder mit ADHS und ADS eine stärkere Vernetzung ihres emotionalen Gehirns mit dem Gesamten Hirn, was ihre Reizverarbeitung etwas komplizierter macht.
- Sie können deshalb besser Grenzen überschreiten und sind dadurch kreativer, erfinderischer, lassen sich weniger eingrenzen.

III. Was bewirken die Medikamente

- Medikamente wie Ritalin, alles Amphetamine, früher zur Dopaminausschüttung. Sie zwingen zur Fokussierung. Sie wirken wie Scheuklappen für das Pferd, sie bewirken eine vermehrte Fokussierung auf die von ihnen geforderten Aufgaben.
- Dies kann hilfreich sein in der Schule besser dem Lehrer folgen zu können.
- Effizienter werden beim Aufgaben erledigen, eine etwas bessere Impulskontrolle zu haben, bessere Noten zu erhalten etc.
- Die Persönlichkeitsbildung wird dadurch aber nicht gefordert. Sie wird aus meiner Sicht eher eingeschränkt.

  Fallbeispiel L. H.

IV Was können Sie als Lehrpersonen tun, wie können Sie Kinder mit ADHS/ADS fördern?

- Als erstes die Eigenheiten ihrer ADHS und ADS-Kinder wahrnehmen, erkennen und validieren und nicht gleich zur Anpassung und zum Gehorsam bringen wollen.
- Dadurch eine behutsame Annäherung, eine Beziehung zum Kind herstellen, denn ohne Beziehung keine Erziehung!
- Diese Beziehungsannäherung kann auch über ein gemeinsames Projekt, eine gemeinsame Aufgabe stattfinden, eine gemeinsame Herausforderung an welcher beide, Lehrperson und Schüler/In, teilnehmen im Sinne von «wie können wir dieses Problem gemeinsam lösen…?»

Nicht nach der Formel «die Lehrperson sagt wie es gelöst werden muss und der Schüler, die Schülerin gehorcht, folgt nach.

- Über die gemeinsame Problemlösung, oder Projektdurchführung, vertieft sich die Beziehung, Kooperation wird gefördert, gegenseitiges Verständnis und Sozialkompetenz sowie auch gegenseitige Toleranz.
- Der Mensch ist ein soziales Wesen, sobald er seinen Lehrer besser kennen lernt, eine Beziehung hergestellt wird, kann er ihn nicht mehr hassen. Dies ist auch das Konzept der Entschärfung in der Situation bei einer Geiselnahme.
- Praktische Beispiele dafür:
  «Brätsch macht Schule» und Diplomarbeit eines Sozialpädagogen, der in einem Krisendurchgangsheim mit den Jugendlichen, den Freizeitraum gemeinsam neu gestaltet hat.
- Auch Kinder mit ADHS/ADS sind soziale Wesen und können zur Kooperation aufgefordert werden, wenn man sie nicht verletzt, sondern «richtig anpackt» sind sie «handzahm».
- Im Bereich der Tierwelt verlangt man artgerechte Tierhaltung, jeder Tierpfleger und Hundehalter muss auf das Wesen des Tieres eingehen, sonst hat er keinen Erfolg.
- Gehorsam verlangen von ADHS/ADS-Kindern funktioniert nicht, sie müssen intrinsisch motiviert sein.
- «Nein» sagen funktioniert auch nicht, da geht man gegen ihre intrinsische Motivation vor und gerät nur in Streit mit ihrem aggressiven kampfverhalten, ihr Stressleflex «Kampf» wird dadurch ausgelöst.
- Bei den ADS-Kindern wird eher die Flucht nach innen ausgelöst, sie werden verstockt und sind erzieherisch nicht mehr erreichbar. Man spricht dann von oppositionellem Verhalten.

V Die Durchsetzungskraft der Lehrperson

- Umgang mit ADHS/ADS-Kindern ist keine Kuschelpädagogik.
- Die Lehrperson muss genau wissen wo ihre Grenzen sind, was sie will, was ihre Regeln sind und was sie nicht toleriert.
- Diese Regeln müssen klar deklariert werden, da kann nicht verhandelt werden und das müssen die Kinder spüren.
- Die Regeln sollen aber nicht mit Strafmassnahmen durchgesetzt werden, sondern mit der eigenen natürlichen Autorität.

- Sie dürfen auch nicht mit eigenen Leiden durchgesetzt werden, das an die Empathie der Kinder appelliert (Mädchen springen darauf an, Knaben meistens nicht).
- Falls die Regel vom Kind durchbrochen wird, holt man es aus der Gruppe heraus und sagt ihm im Zweiersetting persönlich, was man von Kind als Regel einfordert, dies aber nicht, bevor man es gefragt hat, was bei ihm zum Regelbruch geführt hat, es in seinem Verhalten erkannt, d. h. validiert hat, erst danach kann man die Regel wieder klar einfordern.
- Klare persönliche Regeln der Lehrperson geben dem ADHS/ADS-Kind psychologische Sicherheit über die klare Struktur.
- Regeln müssen persönlich von der Lehrperson durchgesetzt werden, man kann nicht einfach auf die Schulregeln auf einem Blatt Papier verweisen, das hat keine Durchsetzungskraft.
- Beispiel des Lehrers von Guggenbühl.
- Es darf auch nicht einfach auf die Vernunft, den Intellekt der Kinder gepocht, appelliert werden, um deren Einverständnis zu holen, Regeln werden persönlich mit mentaler Kraft und einer gewissen ernsten Emotionalität durchgesetzt.

Abschlussbemerkung

ADHS/ADS-Kinder weichen von der Norm etwas ab. Alles was von der Norm abweicht, stellt eine Herausforderung für uns als Erwachsene, als «Gewohnheitstier» dar und verlangt erneutes Lernen. Über diese Kinder sind wir herausgefordert aus unserer Komfortzone herauszutreten und erneut zu lernen. Über die «adulte Neurogenese», die Bildung von neuen Hirnzellen, sind wir durchaus befähigt, Lebenslänglich zu lernen. So sind wir wieder beim «Sokratischen Lernen» angelangt, der Lehrer lernt auch von seinen Schülern und nicht nur umgekehrt. Eine solche Einstellung macht den Lehrerberuf interessant und man muss nicht im «Burnout» eines verlorenen Kampfes mit dem Schüler und der Behörde enden. Und dieses «Lernen» übertrifft sanft KI deep learning.

Die Prävention im Gesundheitswesen von psychischen und somatischen Krankheiten beginnt im Schüleralltag, Sie als Lehrpersonen können Wesentliches und Wertvolles dazu beitragen.

Dr. med. Ursula Davatz