

ADS auf einen Blick

ADS ist eine geläufige Kurzbezeichnung für das vorwiegend unaufmerksame Erscheinungsbild von ADHS. Im Unterricht bleiben Schwierigkeiten mit Aufmerksamkeit, Planung und Zeit leicht unsichtbar.



● So zeigt es sich im Unterricht

- Aufgaben beginnen und bleiben liegen.
- Material oder Anweisungen gehen unterwegs verloren.
- Die Schülerin oder der Schüler sitzt ruhig, nimmt Aufträge aber nicht auf.
- Leistungen schwanken deutlich von Tag zu Tag.
- Der Einstieg in Aufgaben dauert lange.
- Der Faden geht während der Aufgabe verloren.
- Aufträge beginnen und bleiben trotz ruhigem Auftreten liegen.
- Bei Jüngeren bleibt stille Unaufmerksamkeit im Klassenalltag leicht unbemerkt. (Grundschule)
- Bei Älteren erschweren Planung, Priorisierung und Langzeitaufgaben die Selbstständigkeit. (ab Klasse 7)

● Stärken

- Arbeitet bei passenden Aufgaben engagiert.
- Zeigt im Gespräch oft mehr Wissen als schriftlich.
- Erfasst Zusammenhänge, wenn der Zugang passt.
- Findet eigene Lösungswege und Erklärungen.
- Arbeitet ausdauernd, wenn Ziel und Zugang passen.
- Kann sorgfältig arbeiten, wenn der Auftrag übersichtlich ist.

● Was hilft

- Mache Zeit mit Timer, Sanduhr oder Uhr sichtbar.
- Zerlege Aufträge in schriftliche, abhakbare Schritte.
- Begleite den Einstieg mit dem ersten kleinen Schritt.
- Gib kurze, zeitnahe Rückmeldung.
- Frage: Zeig mir, was du als Erstes tust.
- Plane kurze, klar begrenzte Bewegungsphasen ein.
- Biete feste Ablageorte und wenig Ablenkung.
- Zeige ein Musterbeispiel neben der Aufgabe.
- Frage auch bei ruhigem Arbeiten kurz nach.
- Nutze bei Jüngeren Bildkarten und kurze Rückfragen zum Arbeitsbeginn. (Grundschule)
- Vereinbare bei Älteren Check-ins für Planung und Arbeitsfortschritt. (ab Klasse 7)

● Was eher nicht hilft

- Mündliche Mehrfachaufträge ohne schriftliche Fassung.
- Zeitangaben ohne sichtbare Uhr.
- Ermahnungen wie: Konzentriere dich einfach.
- Ruhige Schülerinnen und Schüler ohne Rückmeldung lassen.

● Sätze, die tragen

„Zeig mir, wo du gerade bist.“
„Wir machen den nächsten Schritt gemeinsam sichtbar.“
„Du musst nicht laut sein, damit ich dich unterstütze.“
„Zeig mir den ersten Schritt auf deinem Plan.“ (Grundschule)
„Welche Priorität setzt du für diese Arbeitsphase?“ (ab Klasse 7)

● Anlaufstellen

ADHS Deutschland e. V. adhs-deutschland.de
Bundesweiter Fachverband mit Informationen und Beratungsangeboten.

AWMF-Leitlinienregister: S3-Leitlinie ADHS

register.awmf.org/de/leitlinien/detail/028-045
Registereintrag der interdisziplinären medizinischen Leitlinie.

Mehr im Lehrerportal: neurodivergenz-im-klassenzimmer.de/lehrerportal/ads/

Quellen: WHO: ICD-11 for Mortality and Morbidity Statistics · S3-Leitlinie ADHS, AWMF 028-045 · Iznardo und Kollegen: Meta-Analyse zu Tagesberichtskarten