

ADHS Begleitbogen für Fachkräfte



Beobachten – Verstehen – Begleiten

Dieser Begleitbogen unterstützt Fachkräfte im Kindergarten, in der Schule oder in der sozialpädagogischen Arbeit dabei, Kinder mit Aufmerksamkeits- und Impulsproblemen gezielt zu beobachten und zu begleiten. Er dient als Reflexionshilfe für Gespräche im Team und mit Eltern.

Grundprinzipien

- Beziehung vor Regel – Ein Kind folgt erst, wenn es sich sicher fühlt.
- Struktur gibt Halt – Vorhersehbarkeit schafft Vertrauen.
- Wahrnehmung statt Bewertung – Verhalten zeigt, was das Kind braucht.

BEREICH	VERHALTEN	BEOBACHTUNG	HÄUFIGKEIT / SITUATION
Aufmerk- samkeit	verliert Fokus, lässt sich schnell ablenken,		
Impulsivität	platzt in Gespräche, unterbricht andere,		
motorische Aktivität	ständige Bewegung, Wippen, Aufstehen		
Emotionale Regulation	reagiert stark, wird schnell wütend oder traurig		
Soziale Interaktion	Schwierigkeiten im Kontakt, sucht Nähe oder Konflikt		
Allgemeine Beobachtung	Blickkontakt, Sprache, Gestik, Mimik, Emotion,		

In welchen Situationen zeigt das Kind seine größte Unruhe?	Wann gelingt es dem Kind, ruhig und konzentriert zu bleiben?
Welche Rahmenbedingungen beeinflussen das Verhalten?	Welche Strategien haben bisher geholfen?
Was braucht das Kind konkret, um sich sicher zu fühlen?	Welche Tools könnten dem Kind helfen?

Gesprächsleitfaden für die Elternarbeit bei ADHS

Elterngespräche bei ADHS sollen nicht belehren, sondern Verständnis, Vertrauen und Kooperation fördern. Das Ziel ist, gemeinsam Wege zu finden, die dem Kind helfen, seinen Alltag besser zu bewältigen – ohne Schuldzuweisungen, aber mit klaren, realistischen Perspektiven.

1. Gesprächsvorbereitung

Was Fachkräfte vorab klären sollten:

- Welche Beobachtungen liegen vor? (Verhalten, Situationen, Dauer, Häufigkeit)
- Welche Stärken zeigt das Kind?
- Welche Belastungen erleben Team oder Gruppe durch das Verhalten?
- Wie stabil ist die Beziehung zu den Eltern bisher?

Tipp: Bereite immer konkrete Beobachtungsbeispiele vor. Eltern verstehen Situationen besser, wenn sie sie sich vorstellen können.

Beispiel: *„Mir ist aufgefallen, dass Leon beim Start einer neuen Aufgabe schnell frustriert wird und dann aufsteht oder ruft. Wenn ich ihm vorher kurz erkläre, was als Nächstes kommt, bleibt er ruhiger.“*

2. Gesprächsstruktur Schritt für Schritt

1. Einstieg – Sicherheit und Wertschätzung

- Begrüße die Eltern ruhig und wertschätzend.
- Beginne mit einer positiven Beobachtung oder einer Stärke des Kindes.

„Lina ist sehr offen und neugierig. Besonders im freien Spiel kann sie sich gut einbringen.“

2. Beobachtungen beschreiben, nicht bewerten

- Bleibe sachlich und beschreibe, was du gesehen hast.
- Verwende Ich-Botschaften („Ich beobachte, dass ...“) statt „Ihr Kind ist ...“.

„Ich habe bemerkt, dass Jonas sich schwer konzentrieren kann, wenn es im Raum laut ist.“

3. Gemeinsame Reflexion

- Frage nach der Sicht der Eltern.

„Wie erleben Sie Jonas zu Hause in ähnlichen Situationen?“

- Notiere Übereinstimmungen und Unterschiede, das schafft Transparenz.

4. Lösungsorientierte Zusammenarbeit

- Formuliere kleine, konkrete Vereinbarungen.

„Wir probieren, dass Jonas jeden Tag mit einer festen Begrüßungsroutine startet.“

- Vereinbare einen Folgetermin für Rückmeldung oder Anpassung.

5. Abschluss und Bestärkung

- Bedanke dich für das Vertrauen.
- Betonung der gemeinsamen Verantwortung, nicht der Schuld.

„Wir ziehen am selben Strang – es geht darum, Jonas zu stärken, nicht zu bewerten.“

3. Gesprächsmethoden für Fachkräfte

METHODE	ZIEL	ANWENDUNG
Spiegeln & Validieren	Gefühle und Sorgen der Eltern anerkennen	„Ich verstehe, dass es Sie verunsichert, wenn Jonas so unruhig ist.“
Zirkuläres Fragen	Perspektivenwechsel anregen	„Was glauben Sie, würde Jonas helfen, wenn er merkt, dass er sich aufregt?“
Lösungsorientiertes Arbeiten	Fokus auf vorhandene Ressourcen	„Wann klappt es zu Hause gut? Was machen Sie da anders?“
Reflexionskarten / Gefühle benennen	Eltern helfen, kindliche Emotionen zu verstehen	Emotionskarten oder Skalen gemeinsam ansehen
Skalierungsfragen (1–10)	Fortschritte sichtbar machen	„Wie gut gelingt es Jonas aktuell, ruhig zu bleiben – zwischen 1 und 10?“



Do's and Don'ts in Elterngesprächen bei ADHS

✓ Do's	✗ Don'ts
Mit Empathie beginnen – Beziehung vor Inhalt	Mit Defiziten oder Vorwürfen starten
Beobachtungen beschreiben, nicht werten	Diagnosen oder Etiketten ohne Fachbefund verwenden
Auf Augenhöhe sprechen	Fachsprache ohne Erklärung
Gemeinsam Lösungen finden	Alle Verantwortung an Eltern abgeben
Klare nächste Schritte festlegen	Gespräch ohne Vereinbarung beenden

6. Nachbereitung für Fachkräfte

Nach jedem Elterngespräch:

- Halte zentrale Punkte schriftlich fest (Protokoll, Vereinbarungen).
- Reflektiere deine eigene Haltung: „Was lief gut, was möchte ich beim nächsten Mal anders machen?“
- Stelle sicher, dass vereinbarte Schritte im Alltag umgesetzt werden.
- Bei Bedarf: Rücksprache mit internen oder externen Fachstellen.