

AD(H)S !

Modul 3 • 10. 2. 2026

- ❖ Netzwerk mit den Beteiligten
- ❖ Kommunikation
- ❖ Systemisch denken und handeln

Bernd Mumbach 2025 / 2026



ZSL-RS KA

AD(H)S !

2025/2026 — I

AD(H)S (Modul 1)

- ❖ Historische Dimensionen
- ❖ Grundzüge E-Pädagogik
- ❖ „Populäre“ Erklärungsansätze
Medizin / Psychologie / Soziologie /
Anthropologie
- ❖ Zur Diagnostik

2. 12.

AD(H)S (Modul 3)

- ❖ Netzwerk mit den Beteiligten
- ❖ Kommunikation
- ❖ Systemisch denken und handeln

10. 2.

AD(H)S (Modul 2)

- ❖ Verwaltungsvorschrift
- ❖ Nachteilsausgleich (NTA)
- ❖ Klassenführung / Unterrichtsgestaltung

13. 1.

Service Plus 2025/26

- ❖ Monatliche AD(H)S-Sprechstunde
15.00 — 16.30

Start
19. 10.

AD(H)S (Modul 1) — Rückblick

- ❖ Historische Dimensionen
- ❖ Grundzüge E-Pädagogik
- ❖ „Populäre“ Erklärungsansätze
Medizin / Psychologie / Soziologie /
Anthropologie
- ❖ Zur Diagnostik

Spickzettel „Historische Entwicklung“

2. 12.

Hyperaktivität
Impulsivität
Unaufmerksamkeit

Klassifikation

ICD ~~xi~~
DSM ✓

AD(H)S (Modul 1) — Rückblick

Diagnose

Ausmaß der Aktivität → Aktivität ↓	über- haupt nicht (0)	ein wenig (1)	ziem- lich (2)	sehr stark (3)
1. Unruhig oder übermäßig aktiv				
2. Erregbar, impulsiv				
3. Stört andere Kinder				
4. Bringt angefangene Dinge nicht zu Ende – kurze Aufmerksamkeitsspanne				
5. Ständig zappelig				
6. Unaufmerksam, leicht abgelenkt				
7. Erwartungen müssen umgehend erfüllt werden; leicht frustriert				
8. Weint leicht und häufig				
9. Schneller und ausgeprägter Stimmungswechsel				
10. Wutausbrüche, explosives und unvorherzigbares Verhalten				

Methylphenidat-Präzisionseinstellung

Testdurchführung immer am Vormittag

Medikamentengabe zum Frühstück
Testdurchführung 1 Stunde später

20 min Lesen	20 min Rechnen	20 min Diktat
altersentsprechendes Buch (lieber keine Fibel) laut vorlesen lassen	Rechenaufgaben (am besten in 4er-Blocks) + / - / x / : (schwere Aufgaben und nur Kopfrechenaufgaben; keine an- deren Aufgabentypen oder Textaufgaben)	altersentsprechendes Buch (Kinderbuch, Roman, Kinderbi- bel, Märchenbuch) immer mit demselben Füller
- subjektiven Eindruck notieren	- Zahl der Aufgaben - Zahl der Fehler	- Zahl der Zeilen - Zahl der Fehler - Schrift

Dosierungsvorschriften (Retard)

Tag 1: keine Tablette
Tag 2: Retard 5mg
Tag 3: Retard 10mg
Tag 4: Retard 20mg
Tag 5: Retard 30mg
Tag 6: Retard 40mg
Tag 7: +/- 5mg

- die Dosis wird gesteigert, bis eine Wirkung zu sehen ist
- daraufhin weiter steigern, um einen noch besseren Effekt zu sehen
- bis zur optimalen Dosis
- oberhalb der optimalen Dosis zeigen sich Überdosierungserscheinungen
- auch ohne Überdosierungserscheinungen kann man aufhören, wenn sich im Test keine Besserung mehr zeigt

Bei Fragen, Problemen oder Unsicherheiten bitte anrufen!
Zur Besprechung der Ergebnisse immer die Tests mitbringen!

Zusammenfassung

AD(H)S (Modul 2) — Rückblick

- ❖ Verwaltungsvorschrift
- ❖ Nachteilsausgleich (NTA)
- ❖ Klassenführung / Unterrichtsgestaltung

13. 1.

• ADHS-Kinder brauchen in der Schule...

- ... Akzeptanz
- ... eine feste Bezugsperson
- ... Strategien zur Impulssteuerung
- ... Raum, Strategien leben zu können
- ... klare Strukturen
- ... wenige, eindeutige Regeln
- ... transparente Konsequenzen
- ... Jemanden, der die Stärken erkennt und sein Selbstwertgefühl stärkt

AD(H)S !

Modul 3 • 10. 2. 2026

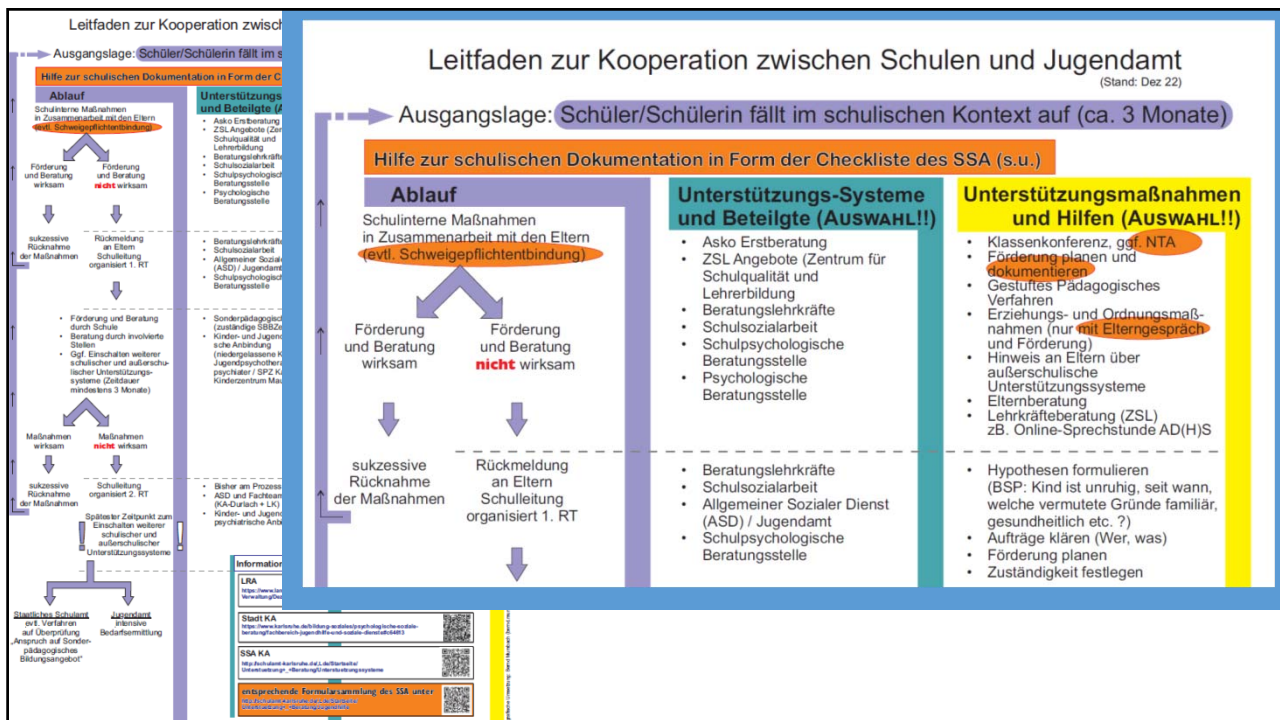
- ❖ **Netzwerk mit den Beteiligten**
- ❖ Kommunikation
- ❖ Systemisch denken und handeln

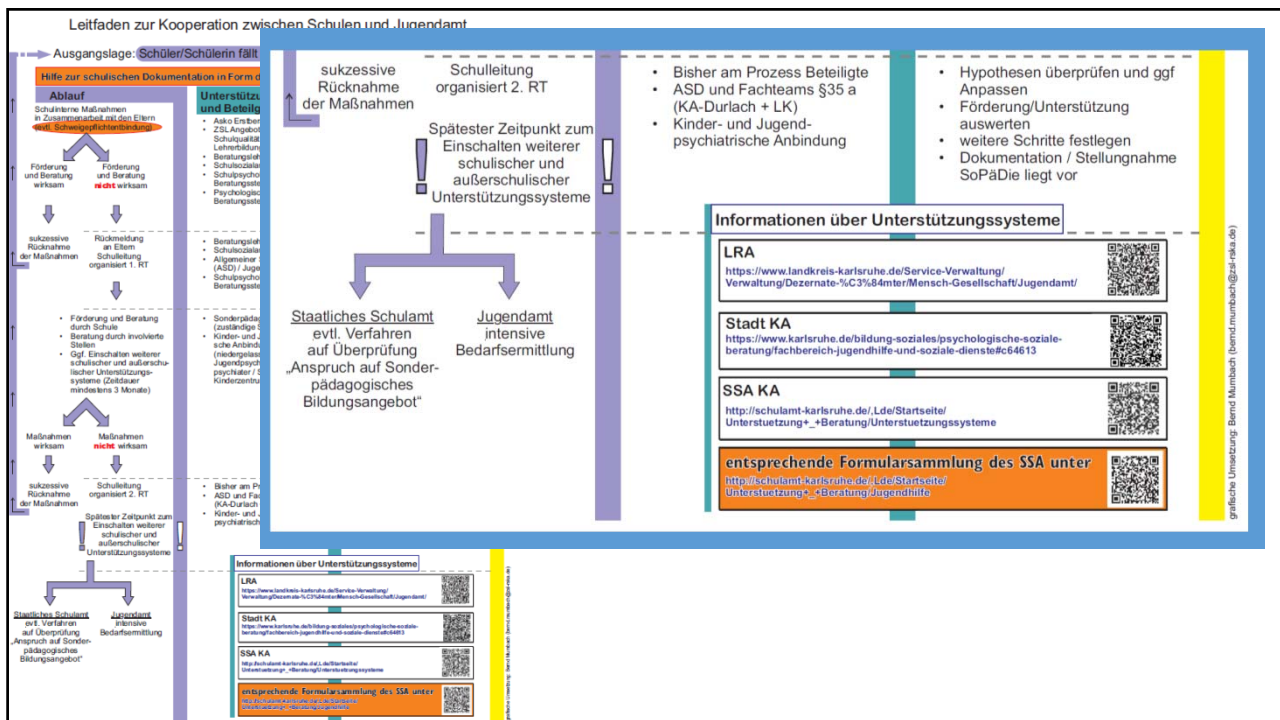
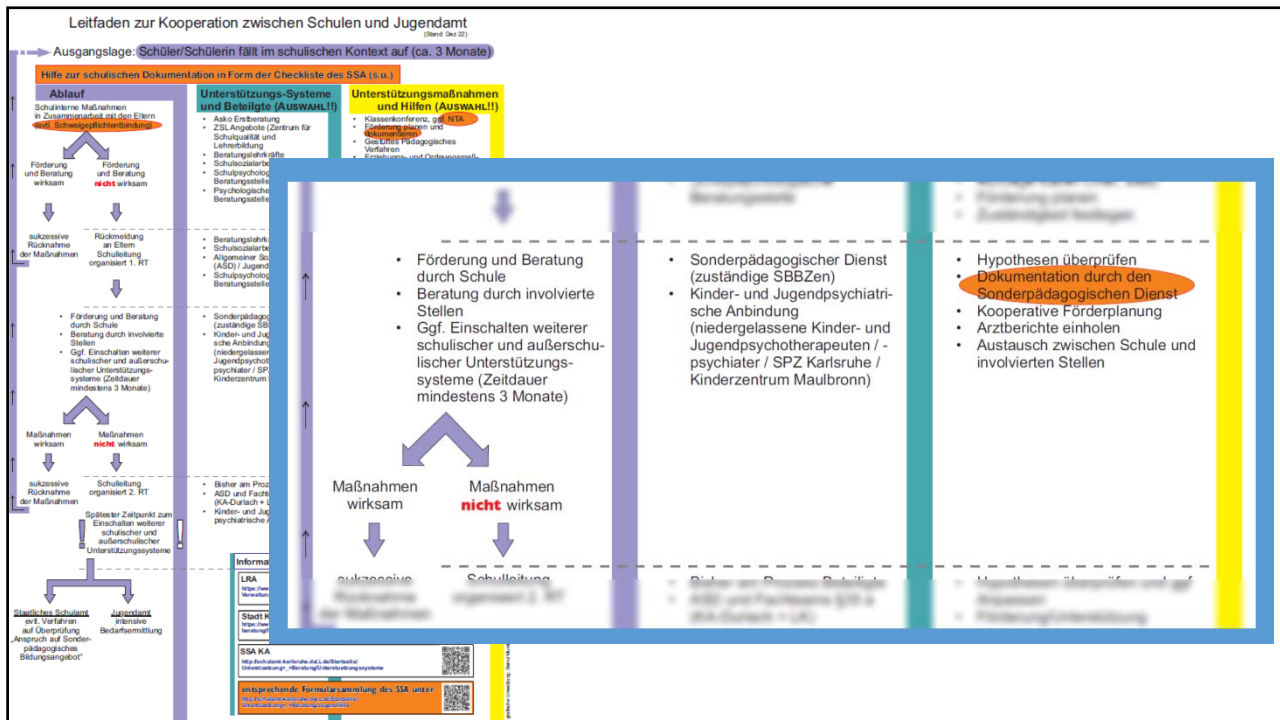


Online-Fobi
ZSL RS KA

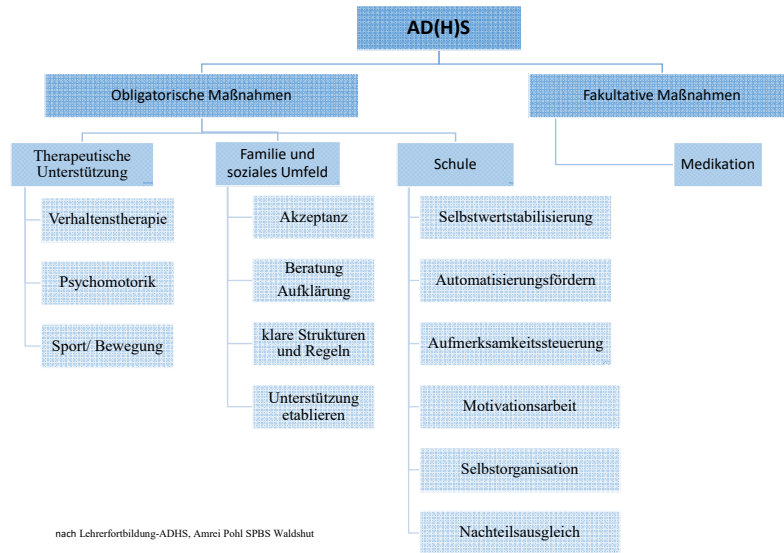
Bernd Mumbach 2025/2026

Sekundärer Krankheitsgewinn

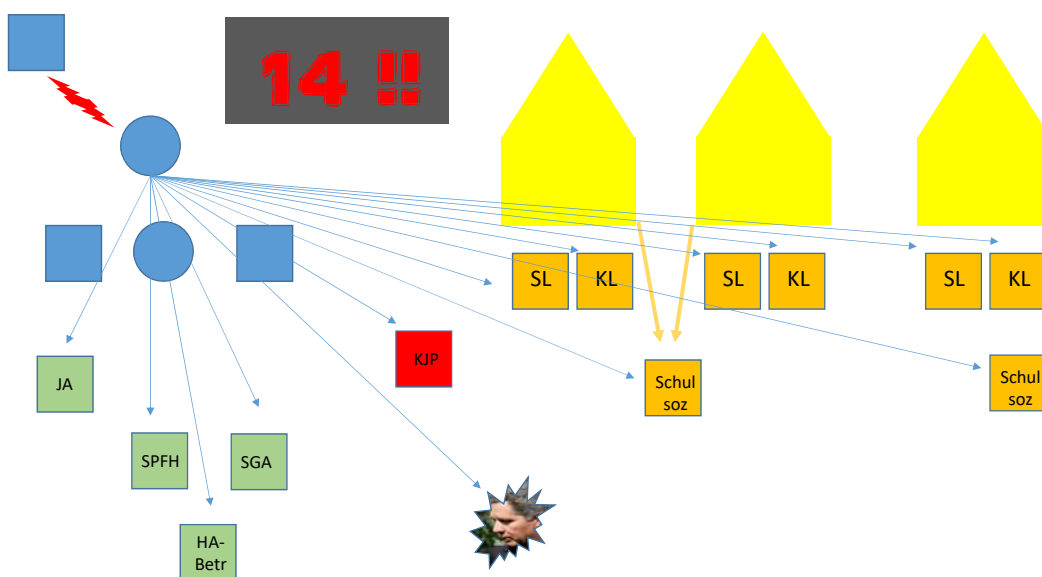




Säulen der Unterstützung



Beispiel für einen RT aus der Erfahrung des Referenten



AD(H)S !

Modul 3 • 10. 2. 2026

- ❖ **Netzwerk mit den Beteiligten**
- ❖ **Kommunikation**
- ❖ **Systemisch denken und handeln**

- Sie werden gleich einer Dreiergruppe zugeordnet
- Tauschen Sie sich über Ihre Erfahrungen bezüglich Netzerkennung bei AD(H)S aus.
Zeit: 6:00 Minuten
- Was sind Ihre Erwartungen an die Qualität eines solchen Netzwerks.
Zeit: 6:00 Minuten
- Tauschen sie sich abschließend darüber aus, wie Sie Ihre Rolle als (Klassen)lehrkraft innerhalb dieses Netzwerks sehen. Gehen Sie dabei auch auf die Verantwortung bezüglich des Funktionierens dieses Netzwerks ein.
Zeit: 6:00 Minuten

AD(H)S !

Modul 3 • 10. 2. 2026

- ❖ Netzwerk mit den Beteiligten
- ❖ **Kommunikation**
- ❖ Systemisch denken und handeln



ZSL-RS KA

Bernd Mumbach 2025/2026

Schulz v Thun
4 Ohren

AD(H)S !

Rogers
Aktives Zuhören

De Shazer
Motivationszustände

Modul 3 • 10. 2. 2026

Netzwerk mit den Beteiligten
Kommunikation
Systemisch denken und handeln

Bernd Mumbach





Watzlawik
Menschliche Kommunikation

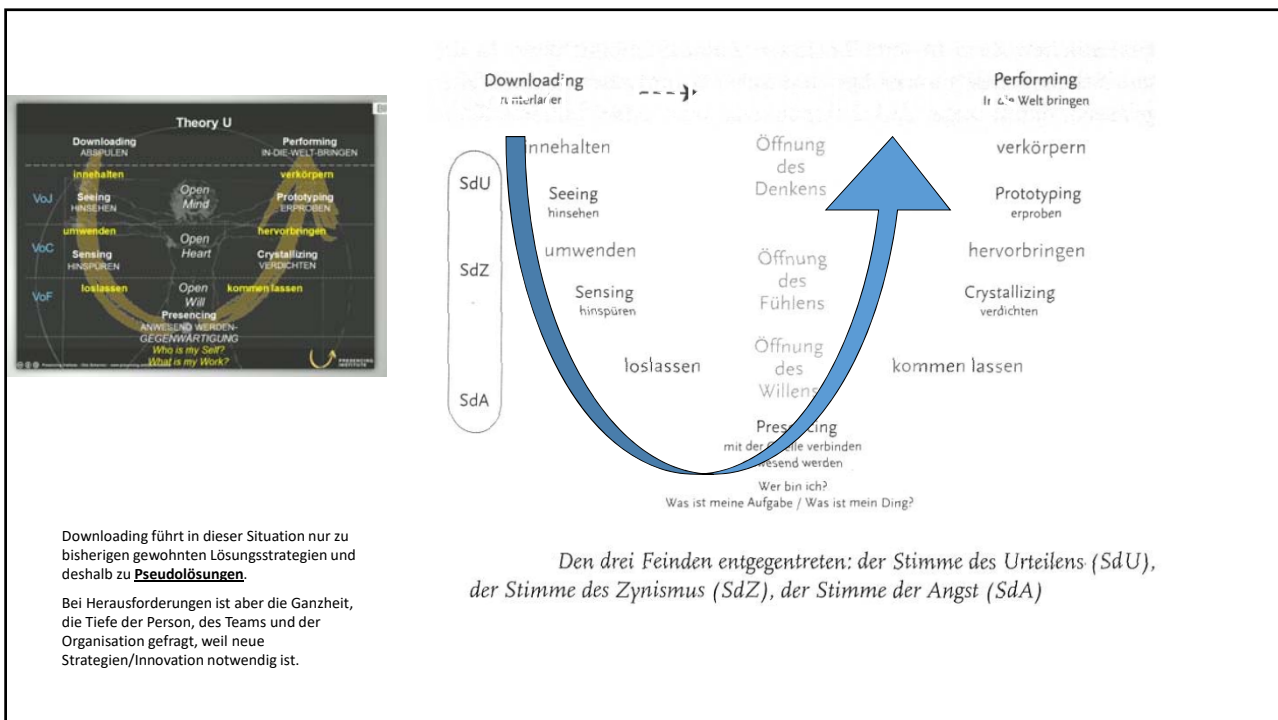
ZSL-RS KA

Rosenberg
Gewaltfreie Kommunikation

Otto Scharmer — Prozess U



Feld-Qualität	Zuhören	Kommunizieren	Denken	Beziehung
Level 1: gewohnheitsmäßig  Ich-in-mir	Herunterladen alter Muster: was vom Gehörten weiß ich schon? / Welchen inneren Kommentar löst mein Gegenüber aus? Das Vorwissen und Vor-Annahmen bestätigen.	Herunterladen freundlicher Phrasen	von gewohnheitsmäßigen Mustern her	sich anpassend
Level 2: egosystemisch subjekt-objekt  open mind Ich-im-es / im Objekt	Faktisch offenes Denken: Im Gegenüber etwas Neues sehen; Konzentration auf den Unterschied zum Alten.	Debatte differenzierter Standpunkte beziehen	vom Kopf her	konfrontierend
Level 3: empathisch- beziehungsbezogen  open hear t Ich-in-Dir/im Anderen	Empathisch offenes Fühlen: Aus den Augen des Gegenüber schauen; die Inhalte dienen dem Erspüren, wie es dem Anderen geht. Emotionale Verbundenheit!	Reflektierter Dialog + Erkunden anderer Sichtweisen	vom Herzen her	verbindend
Level 4: generativ- schöpferisch / ökosystemisch  open wil I Ich-im-Wir / im Anwesend-werden-lassen	Schöpferisch offene Gegenwärtigkeit: Die Grenze zwischen den Gesprächspartnern löst sich auf; der entstehende Raum wird von beiden gehalten, damit etwas Neues entstehen kann und jedeR erahnt, wer man wirklich ist. (real self)	Schöpferischer Dialog	vom Anwesend-werden des Ganzen her	gemeinsam anwesend werden lassen



AD(H)S !

Modul 3 • 10. 2. 2026

- ❖ Netzwerk mit den Beteiligten
- ❖ Kommunikation
- ❖ Systemisch denken und handeln

- Sie werden gleich einer Dreiergruppe zugeordnet
- Tauschen Sie sich darüber aus, auf welcher Ebene Sie im alltäglichen Reflex zuhören.
Zeit: 6:00 Minuten
- Tauschen Sie sich über Ideen aus, welche Veränderungsmöglichkeiten diese Kenntnis über die Ebenen/Qualitäten des Zuhörens für Sie bieten könnte.
Zeit: 6:00 Minuten
- Tauschen Sie sich abschließend in einer gemeinsamen Reflexion darüber aus, zu welchen Anteilen Sie in den letzten 12 Minuten mit Ihren GruppenteilnehmerInnen kommuniziert haben.
Zeit: 9:00 Minuten

AD(H)S !

Modul 3 • 10. 2. 2026

- ❖ Netzwerk mit den Beteiligten
- ❖ Kommunikation
- ❖ Systemisch denken und handeln



ZSL-RS KA

Bernd Mumbach 2025/2026

Systemisch



Systemisch

Mer k m a l

E r k e n n e n

V e r ä n d e r n



B e z i e h u n g e n

E r g r ü n d e n

G e s t a l t e n



K o n t e x t e

B e t r a c h t e n

Ü b e r g ä n g e

- b e w u s s t m a c h e n
- e r m ö g l i c h e n
- u n t e r s t ü t z e n

Systemisch

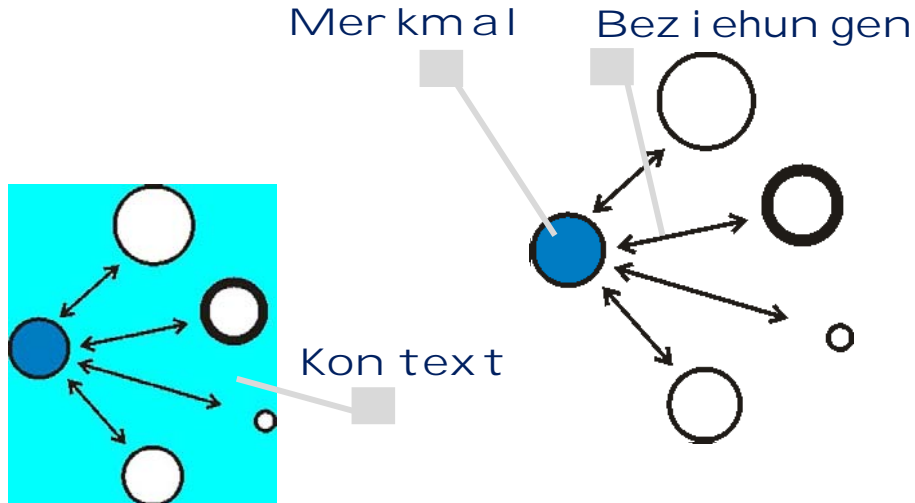
... **konstruktivistisch**

2 Arten systemisch...

... phänomenologisch

Systemisch

... konstruktivistisch



guardian



**NICHTS IN DIESER WELT KANN DICH SO
SEHR STÖREN, WIE DEINE EIGENEN
GEDANKEN. ES IST SOGAR SO, DASS SELBST
WENN ANDERE DICH ZU STÖREN SCHEINEN,
ES IN WAHRHEIT IMMER NUR DEINE
GEDANKEN SIND, DIE DICH STÖREN.**
-SRI SRI RAVI SHANKAR

Systemisch

... konstruktivistisch



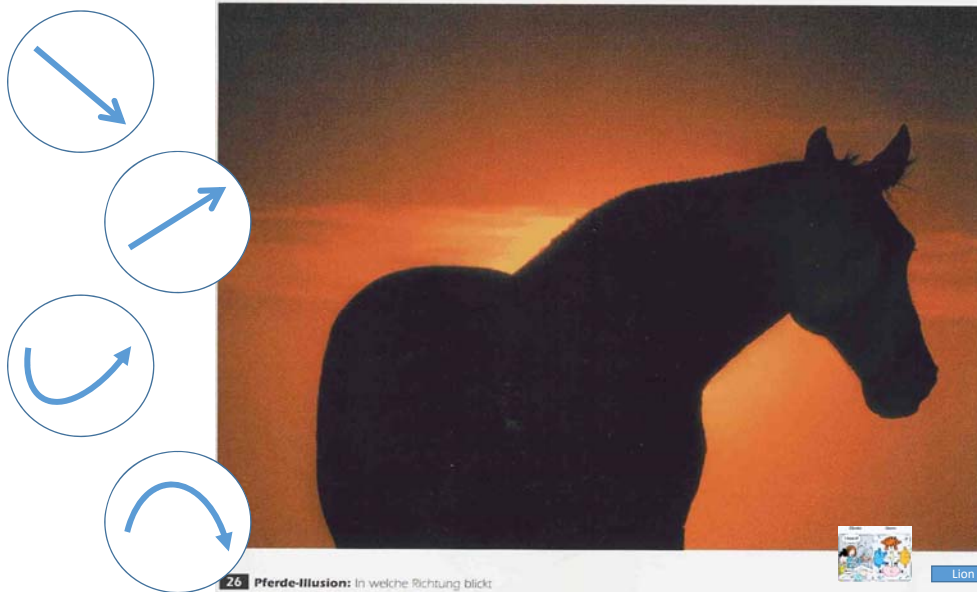
... konstruktivistisch

Systemisch

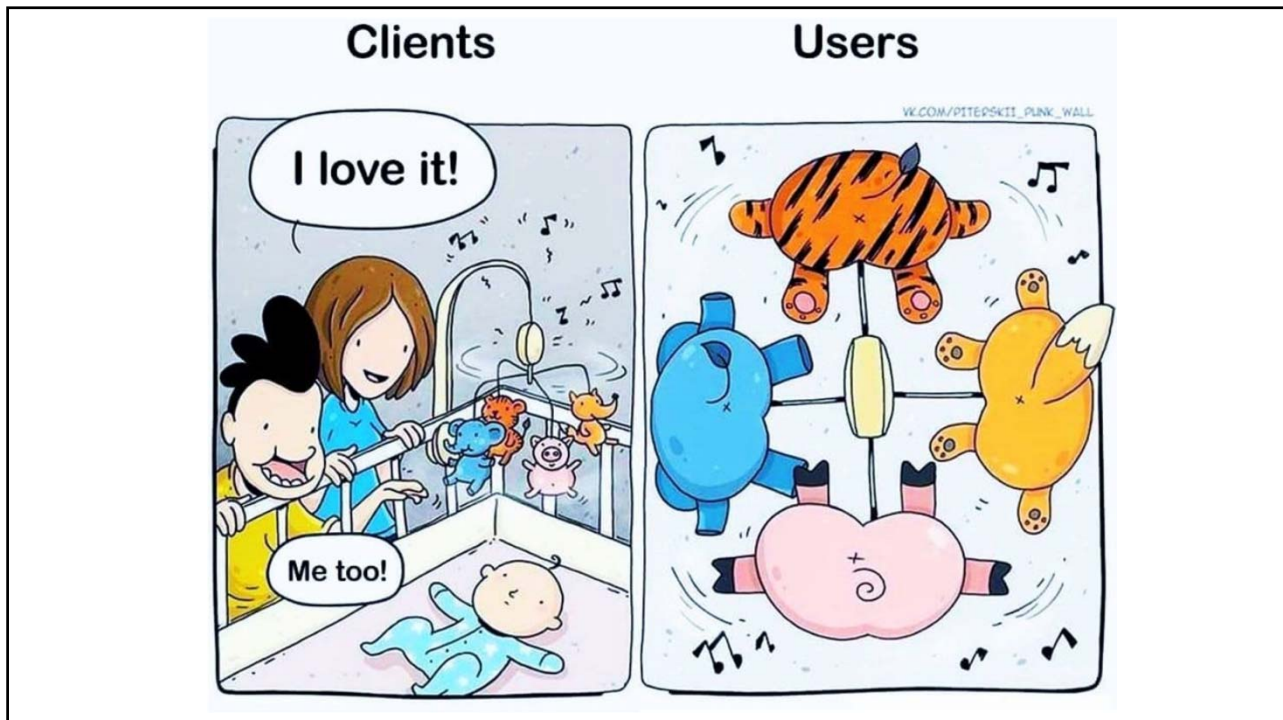


Beobachter

Systemisch



Lion by now



Aus Modul 1

Der „Conner's Fragebogen“ als Beispiel für die heimliche Deutungsmacht des Beobachters

Ausmaß der Aktivität Aktivität	über- haupt nicht (0)	ein- wenig (1)	ziem- lich (2)	sehr stark (3)
1. Unruhig oder übermäßig aktiv				
2. Erregbar, impulsiv				
3. Stört andere Kinder				
4. Bringt angefangene Dinge nicht zu Ende – kurze Aufmerksamkeitsspanne				
5. Ständig zappelig				
6. Unaufmerksam, leicht abgelenkt				
7. Erwartungen müssen umgehend erfüllt werden, leicht frustriert				
8. Weint leicht und häufig				
9. Schneller und ausgeprägter Stimmungswechsel				
10. Wutausbrüche, explosives und unvorhersagbares Verhalten				

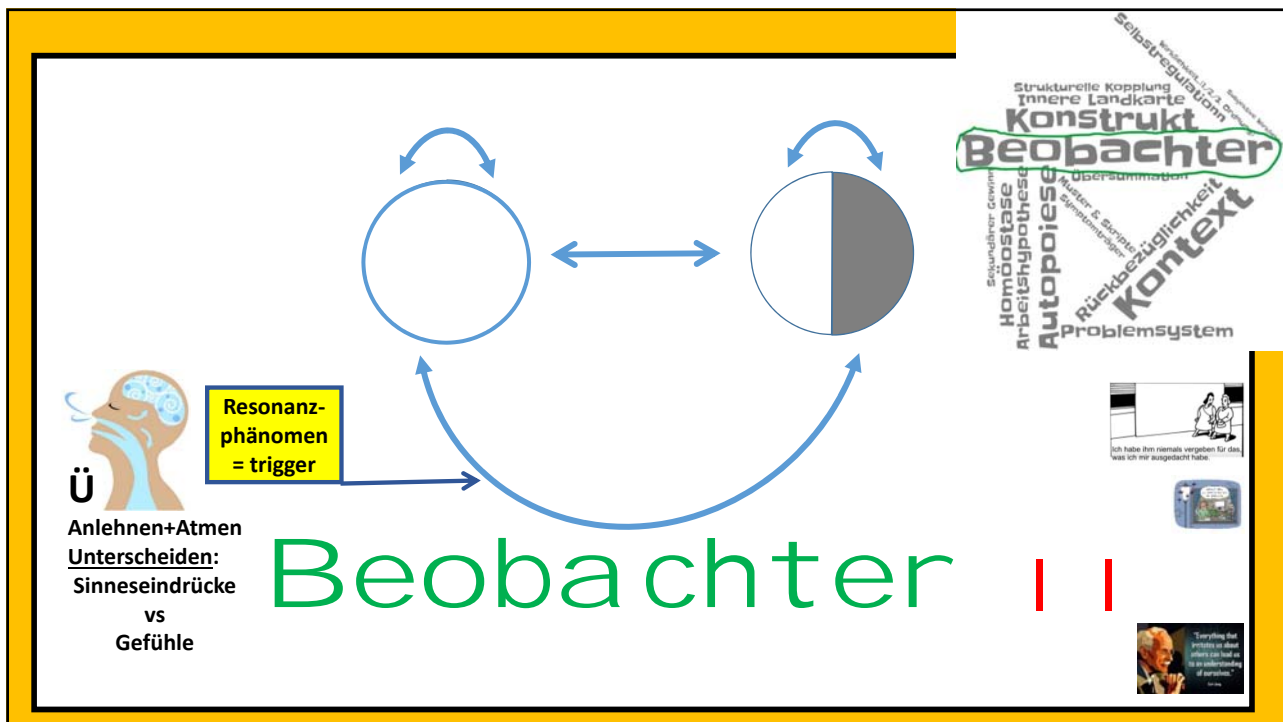
6. Unaufmerksam, **leicht** abgelenkt
 7. Erwartungen müssen **umgehend** erfüllt werden, **leicht** frustriert
 8. Weint **leicht** und **häufig**
 9. **Schneller** und **ausgeprägter** Stimmungswechsel
 10. Wutausbrüche, **explosives** und unvorhersagbares Verhalten

Diese Diagnostik
 ist eine Diagnostik der Defizite
 nicht der Stärken

Steve de Shazers
 Umgekehrter Conner's Bogen

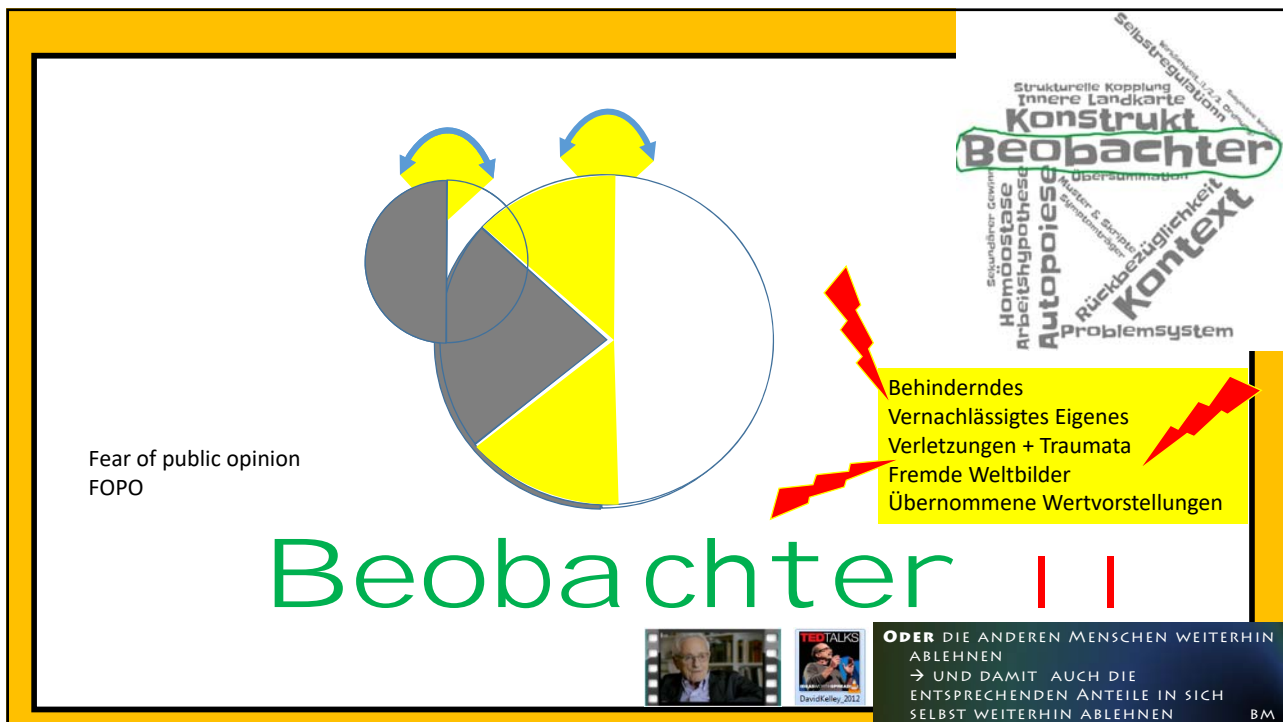
Ausmaß der Aktivität Aktivität	Kaum (0)	Wenig (1)	Viel (2)	sehr viel (3)
1. Ist angemessen aktiv				
2. Kontrolliert Erregung				
3. Kooperiert mit anderen Kindern				
4. Beendet angefangene Dinge				
5. Ist ruhig				
6. Ist aufmerksam				
7. Kann abwarten				
8. Ist fröhlich				
9. Zeigt angemessene Stimmungen				
10. Zeigt Wut angemessen				

aus: m vogt-hillmann und w burr (hg): kinderleichte lösungen borgmann99





WIR HABEN DIE WAHL	
	<p>"ALLES WAS UNS AN ANDEREN STÖRT, KANN UNS HELFEN UNS SELBST BESSER ZU VERSTEHEN."</p> <p>Carl Jung</p>
	<p>ENTWEDER SICH AUF DIE SUCHE INS INNERE BEGEBEN UND JENE ANTEILE FINDEN, DIE UNS AUSSEN AN ANDEREN STÖREN → ANNEHMEN UND DADURCH UNSERE SELBSTLIEBE WEITER ENTWICKELN BM</p>
	<p>ODER DIE ANDEREN MENSCHEN WEITERHIN ABLEHNEN → UND DAMIT AUCH DIE ENTSPRECHENDEN ANTEILE IN SICH SELBST WEITERHIN ABLEHNEN BM</p>



Meinungen

Bertrand Russell • An Outline (1943)

Wenn es Sie wütend macht, dass eine Meinung Ihrer eigenen widerspricht, ist das ein Zeichen dafür, dass Sie sich unbewusst darüber im Klaren sind, dass Sie keinen guten Grund haben, so zu denken, wie Sie es tun.

Wenn jemand behauptet, dass zwei und zwei fünf ist oder dass Island am Äquator liegt, sollten Sie eher Mitleid als Wut empfinden, es sei denn, Sie wissen so wenig über Arithmetik oder Geographie, dass seine Meinung Ihre eigene gegenteilige Überzeugung erschüttert.

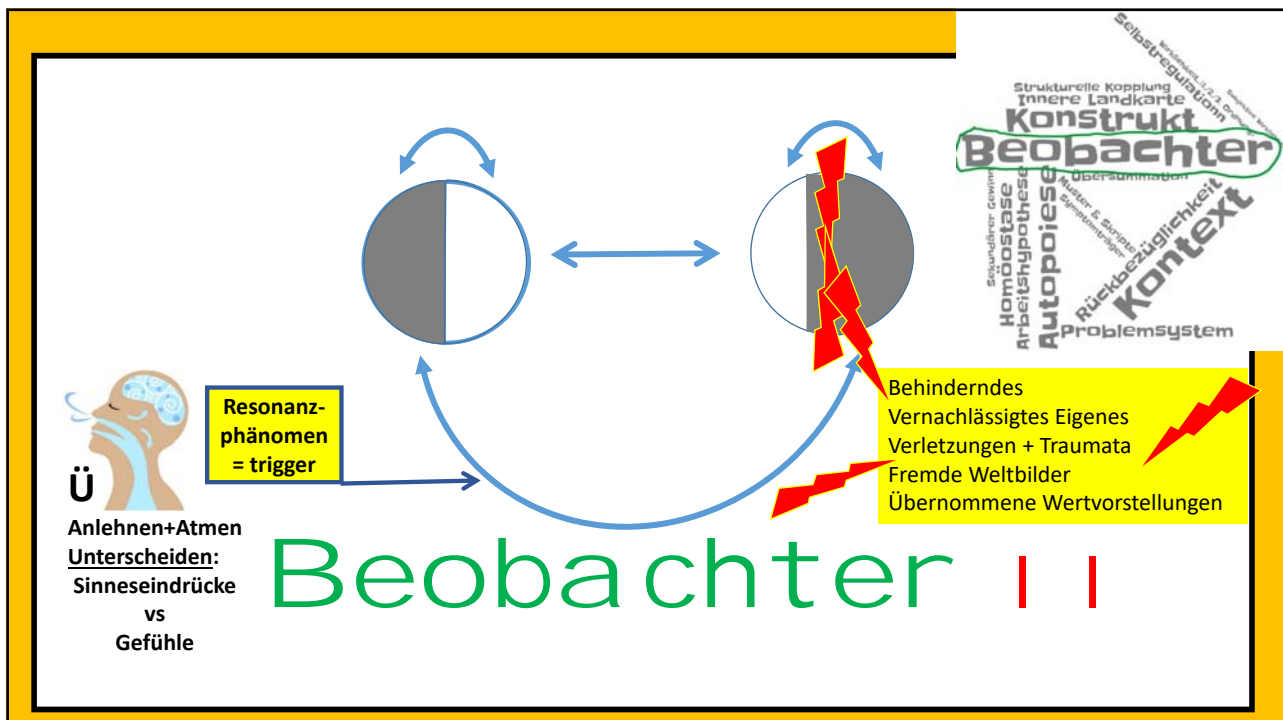
Die heftigsten Kontroversen gibt es über jene Dinge, für die es keine guten Beweise gibt.

Der Begriff Verfolgung wird in der Theologie verwendet, nicht in der Arithmetik, denn in der Arithmetik gibt es Wissen, in der Theologie jedoch nur Meinungen.

Wenn Sie also merken, dass Sie sich über eine Meinungsverschiedenheit ärgern, **seien Sie auf der Hut**; bei näherer Betrachtung werden Sie wahrscheinlich feststellen, dass Ihr Glaube über das hinausgeht, was die Beweise rechtfertigen.



Bertrand Russell
(1872-1970)
Brit. Philosoph



Systemisch

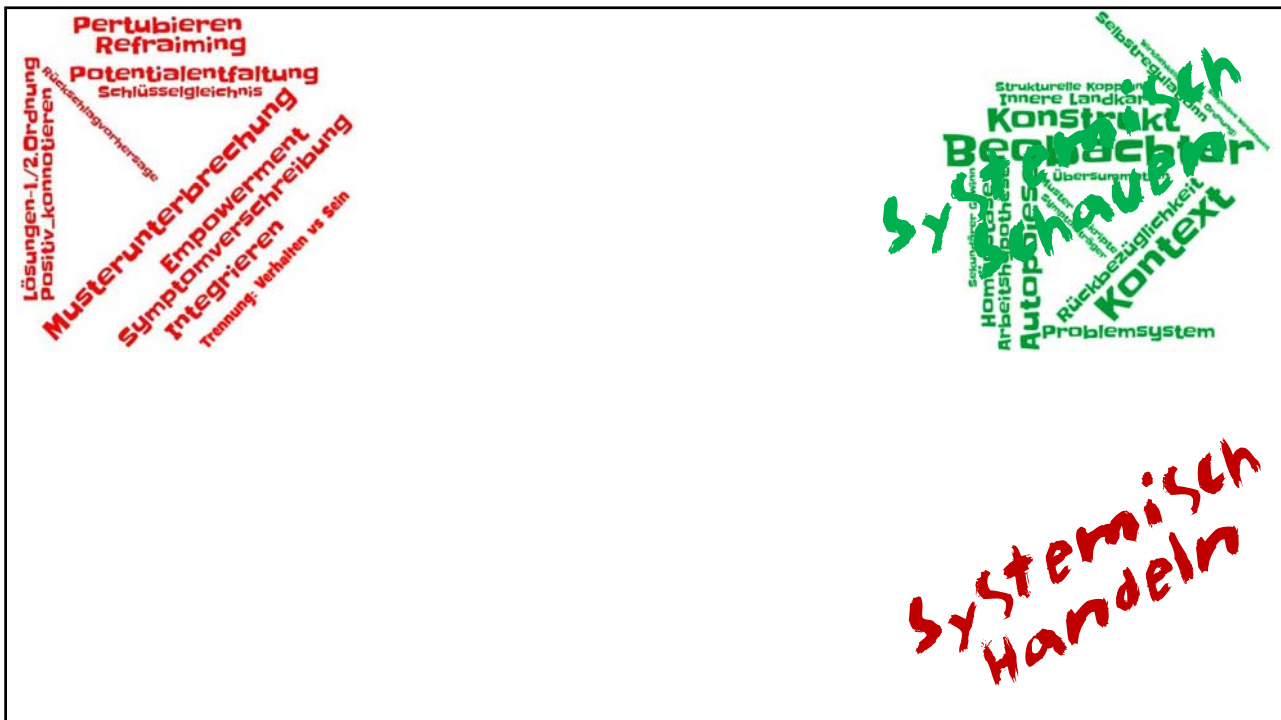


Diese „Fragen“ sind als Anregung zu betrachten; als Anhaltspunkte, um in Austausch zu kommen.

Keinesfalls geht es darum, sie vollständig zu bearbeiten.

- Gehen Sie in (neuen) Dreiergruppen zusammen
- Tauschen Sie sich darüber aus, mit welchem dieser „Aspekte des Beobachtens“ Sie sich früher schon einmal konfrontiert haben. Zeit: 3:00 Min
- Gehen Sie in ein Dreiergespräch: Eine Person teilt eine Beobachtung mit, die sie beunruhigt hat; die beiden anderen melden zurück, inwiefern diese Beobachtung etwas mit dem Beobachter zu tun haben könnte (Überlegungen, Vermutungen oder Fantasien). Zeit: 9:00 Min
- Überlegen Sie, wie Sie in Zukunft feststellen können, welchen Einfluss Ihre Art der Beobachtung (Fokus und Interpretation) auf Ihre Lehrer-Schüler-Kommunikation tatsächlich hat. Tauschen Sie sich dann darüber aus, ob und wie Sie daran etwas ändern könnten. Wie würden Sie dabei konkret vorgehen? Zeit: 10:00 Min





Die unüberwindlichste Grenze verläuft zwischen den Gedanken zweier Menschen

William James : *The Principles of Psychology* (1890)

Man kann die Gedanken eines anderen Menschen nie wirklich verstehen!
Daher kann man:

- nicht einfordern, dass er/sie die eigenen Gedanken versteht,
- nicht beanspruchen, dass man den Anderen/die Andere ganz verstanden habe,
- nie wissen, warum er/sie etwas tut.

Für den Unterricht folgt daraus:

- Störungen sind oft weniger ein Zeichen von „Respektlosigkeit“, sondern eher Ausdruck davon, dass die unterschiedlichen Bedeutungswelten nicht mehr übereinstimmen.
- Das Ziel „gegenseitiges vollständiges Verstehen“ ist nicht realistisch! Vielmehr müsste es eher um **Annäherung, Dialogbereitschaft und Metakommunikation** gehen. Immer!

Wer bin ich ?



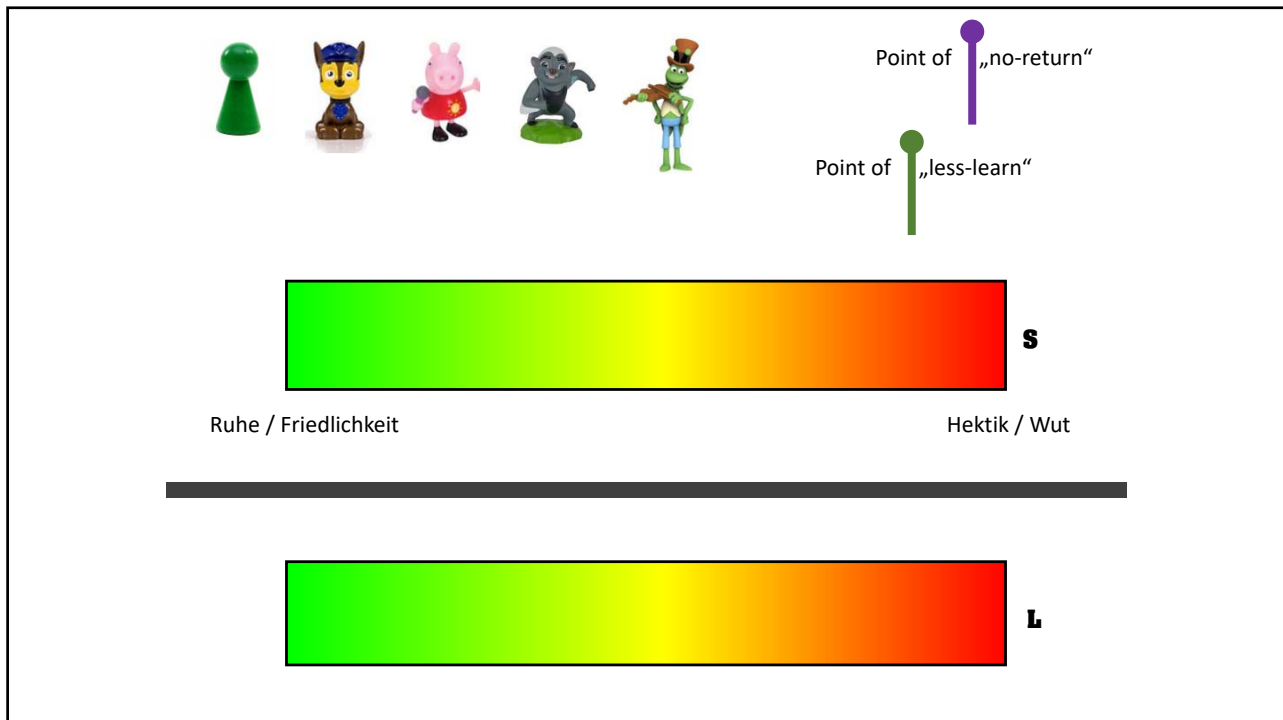
Wer bin ich ?

Stell dir vor, der Baum auf der Rückseite ist unsere Klasse.
Schau dir das Bild genau an und überlege, welches Männchen du wohl bist.

Male es an und beschreibe kurz, warum du dieses Männchen bist.

Wie fühlst du dich heute?





Pertubieren
Refraining
Potentialentfaltung
Schlüsselgleichnis

Lösungen-1/2. Ordnung
positiv_kommutieren

Musterunterbrechung
Empowerment
Symptomverdrängung
Integrieren

David's Rülps-Fleck

Nur noch hier!

Damit die anderen Kinder sicher sind ...

Strukturelle Kopplung
Innere Landkarte
Konstrukt
Beobachter
Überstimulation
Autopoiese
Rückbesinnlichkeit
Kontext
Problemsystem

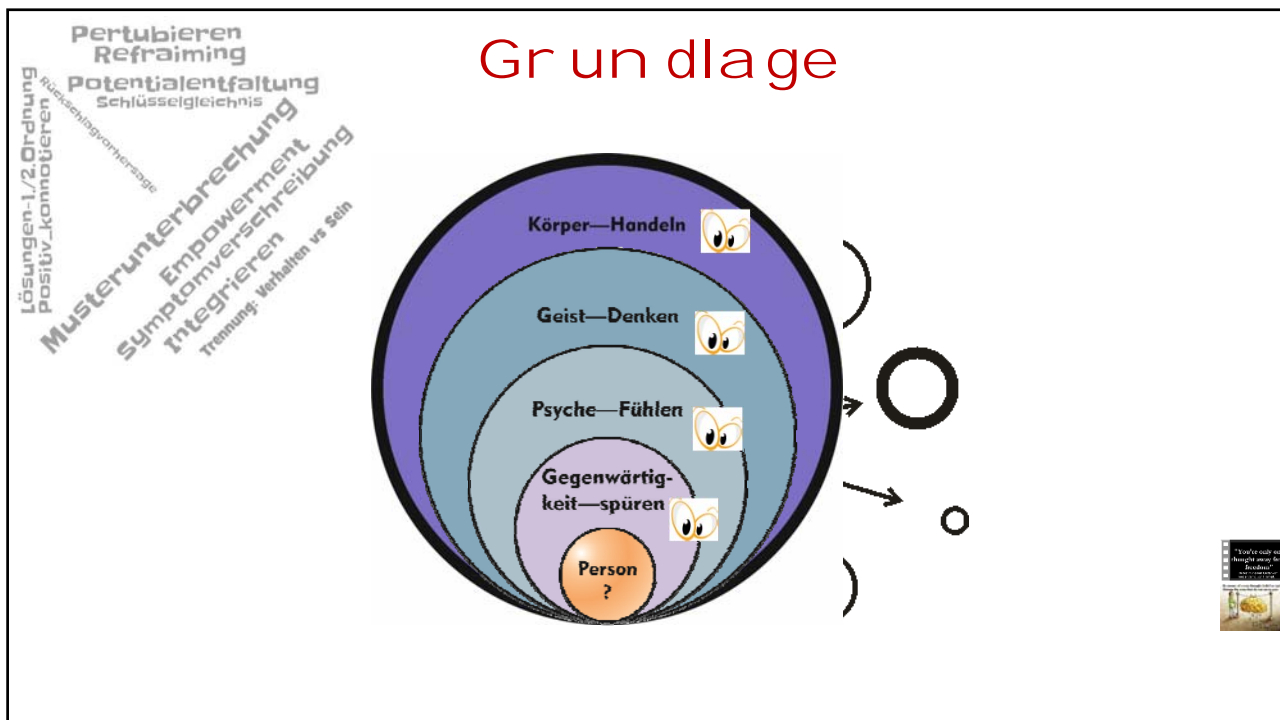
Berechtigung.
für 1 Mal schreien
(5 Sekunden)

M*** N***

Die Karte gilt nur für 1 Tag
und muss vor dem Schreiben
abgegeben werden

Durch diese Karte
erhält der Inhaber
das einmalige Recht,
5 Sekunden zu schreien.

Symptom - ver schrei bun g



Gr un d l a g e

Pertubieren
Reframing
Potentialentfaltung
Schlüsselgleichnis
Rückschlagprognose
Musterunterbrechung
Empowerment
Symptomverschreibung
Integrieren
Trennung: Verhalten vs. Sein
Lösungen-1./2.Ordnung
Positiv_kommutieren

Körper—Handeln
Geist—Denken
Psyche—Fühlen
Gegenwärtig-keit—spüren
Person ?

Ich kann die Person nie Sehen.
Die bezüglichen Wahrnehmungen sind also nur Rückschlüsse!

„Man muss sich bei der Beurteilung von Menschen davor hüten, Einzelheiten, einzelne Worte oder Gefühlsausbrüche herauszugreifen und darum nun alles übrige zu gruppieren.

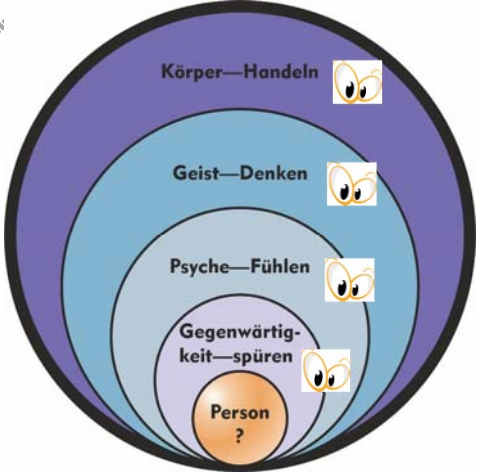
Die Persönlichkeit erschöpft sich niemals im Ausdruck.
Sie ist immer noch anders, als sie im Augenblick erscheint.“

Johann Karl von Muffen

Obwohl der Andere in unserer Welt nur eine Peripherie-Erscheinung ist, ist er in seiner Welt genau so das Zentrum wie ich bei mir.

(Nach Martin Buber)

Pertubieren Reframing
Potentialentfaltung
 Schlüsselgleichnis
 Rückschlagsvorhersage
 Lösungen-1/2 Ordnung
 positiv_komnotieren
Musterunterbrechung
Empowerment
Symptomverschreibung
 Integrieren
 Trennung: Verhalten vs Sein



Ich kann die Person nie Sehen.
 Die bezügl. Wahrnehmungen sind also nur Rückschlüsse!

„Man muss sich bei der Beurteilung von Menschen davor hüten, Einzelheiten, einzelne Worte oder Gefühlsausbrüche herauszugreifen und darum nun alles übrige zu gruppieren.“

Die Persönlichkeit erschöpft sich niemals im Ausdruck. Sie ist immer noch anders, als sie im Augenblick erscheint.“

Johann Karl von Meixner

Trennung: Verhalten vs Sein

Pertubieren Reframing
Potentialentfaltung
 Schlüsselgleichnis
 Rückschlagsvorhersage
 Lösungen-1/2 Ordnung
 positiv_komnotieren
Musterunterbrechung
Empowerment
Symptomverschreibung
 Integrieren
 Trennung: Verhalten vs Sein



Ich kann die Person nie Sehen.
 Die bezügl. Wahrnehmungen sind also nur Rückschlüsse!

- daher kann ich die Person nicht ändern!
- ich kann aber die Beziehung ändern
- ➔ Sprache ändern

... ist ... → ... verhält sich wie ...
 ... ist ... → ... sieht aus wie ...

Dünkopf

Trennung: Verhalten vs Sein

Schöne
Erlebnisse!

