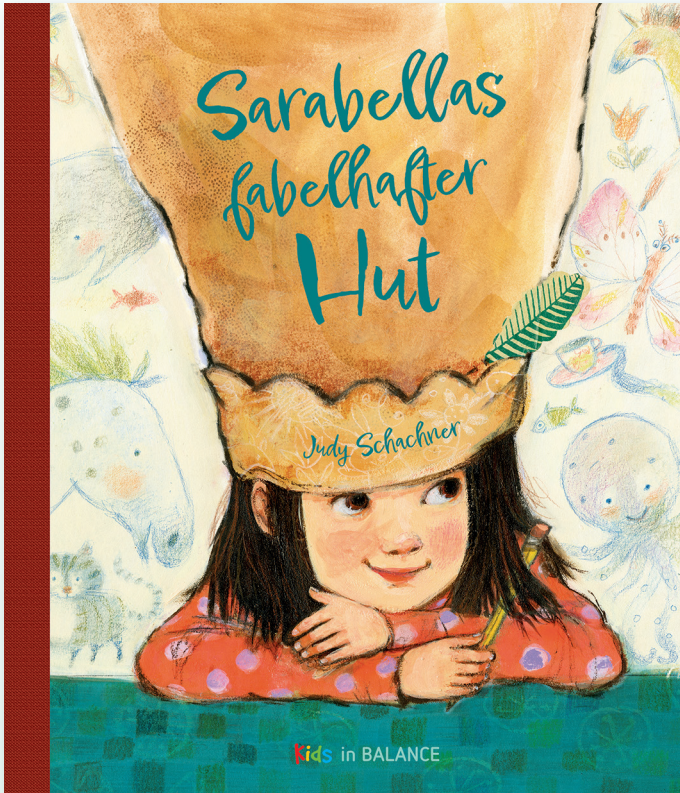


Downloadmaterial

»Sarabellas fabelhafter Hut« von Judy Schachner
Downloadmaterial von Anja Freudiger



Liebe Erwachsene,

genau wie Sarabella in unserem Buch, verlieren sich besonders AD(H)S Kinder gerne in Assoziationsketten. Sie tauchen ab, kommen vom Hölzchen aufs Stöckchen und werden von ihren Gedanken regelrecht davongespült. Es fällt ihnen schwer, wieder aufzutauchen, wenn die Anforderungen es nötig machen.

Diese unvorhersehbare Assoziationsketten oder -netzwerke werden oft von einem Reiz der Umwelt in Gang gesetzt und beschäftigen das Kind intensiv. Das bedeutet häufig nicht nur ein Hindernis für die Interaktion, sondern auch für die Konzentration im Alltag der Kinder.

Im (Schul-)alltag wird dieses Abschweifen oft als Problem gesehen, dabei kann das divergente oder »Out-of-the-Box-Denken« gerade bei komplexen Themen sehr hilfreich sein.

Was wäre also, wenn wir unsere Perspektive auf Kinder mit AD(H)S ändern würden?

Diese schnell und intensiv aktivierten Netzwerke können sowohl eine Ressource zur Entwicklung innovativer Lösungen und als auch Anstoßpunkt für kreative Arbeit sein. Nur fehlt dem AD(H)S Kind im Normalfall das Bewusstsein über seine inneren Abläufe und auch die nötigen Tools diese Ideen-Netzwerke mit seinem sozialen Umfeld zu teilen, ins Außen zu befördern und damit nutzbar zu machen. Es gibt keine Brücke zwischen dem Kopf des Kindes und der Außenwelt. Würde ein AD(H)S Kind diese Tools bereits früh gezeigt bekommen und deren Anwendung trainieren, wäre ein Nutzbar- und damit Kostbarmachen dieser Eigenschaft des AD(H)S Kindes möglich und es könnte diesen Teil seines Wesens nicht mehr als Hindernis, sondern als große Ressource wahrnehmen.

Durch das Festhalten und Kommunizieren seiner Assoziationsketten/-netzwerke wird es dem Kind ermöglicht, diese aus der Vogelperspektive zu betrachten oder auch zu sortieren – die Brücken zwischen innen und außen bzw. das Nutzen der Tools verbessert damit die Psychohygiene im Alltag oder kann für Therapieprozesse genutzt werden. Einige dieser Tools wollen wir Ihnen hier vorstellen. Viele weitere sind denkbar, probieren Sie es einfach mit Ihrem Kind aus!

Ihre Anja Freudiger

Welche Tools können einem AD(H)S-Kind helfen?

Die möglichen Tools zum Festhalten dieser Gedankenwelten sind mannigfaltig. Prinzipiell kann jede Disziplin der Künste genutzt werden insofern sie dem Kind liegt, vom geschriebenen Wort über Skulpturen, Musik, Tanz und Theater. Ich nutze hier bewusst die »erwachsenen« Termini um zu verdeutlichen, dass in der Zukunft des Kindes als erwachsener Mensch diese Quelle der Ideen zu ernstzunehmenden Ergebnissen führen können. Wichtig ist, dass das AD(H)S-Kind eine schnelle, unmittelbare Technik im Ärmel hat, um die Gedanken möglichst rasch festzuhalten, damit sie nicht weiterziehen. Im Fall von Sarabella ist es das Basteln / Designen in Kombination mit Collage. Der Papierhut kann schnell und ohne zu große Sorgfalt geformt werden, das Ausschneiden und Auswählen der Bilder kostet Sarabella relativ wenig Kraft und Konzentration.

Denkbar wären z. B. auch Video, Diktat oder Tonaufnahmen von Gesang oder gesprochenen Worten oder Performance (Tanz / Szenen) zur schnellen und einfachen, aber dauerhaften Präsentationen der Innenwelt / Gedankenketten des Kindes. Einige Ideen haben wir Ihnen hier zusammengestellt.

Wichtig ist hierbei, dass das Kind erst einmal firm in der Technik selbst ist, sie gerne anwendet und eine Routine darin hat. Vergleichbar mit dem Notizenmachen eines Erwachsenen – das Schreiben an sich ist ein sicherer und routinierter Vorgang und ein weit verbreitetes Tool zum visuellen Fixieren von Gedanken und Informationen. So kann ohne viel Kraft und Konzentrationsaufwand das festgehalten werden, was im Inneren des AD(H)S Kindes abläuft.

Malt das Kind gern und fantasievoll? Dann wären sicher kleine Bleistiftzeichnungen in einem Skizzenbuch ein geeignetes Tool. Trällert es in einem fort selbst ausgedachte Lieder vor sich hin? Audiodateien der eigenen Songs sind eine wunderbare Art, die kreativen Ideen festzuhalten. Liebt es die Kamerafunktion am Elternhandy? Vielleicht könnten Fotostrecken ein geeignetes Tool sein ... Zusammen mit dem Kind und passend zu seinem momentanen Fertigungslevel und Alter kann natürlich auch eine ganz individuelle Technik / Tool entwickelt werden.

Das Ernstnehmen der kreativen Ergebnisse durch ein erwachsenes Gegenüber schenkt nicht nur Selbstvertrauen und Motivation für weitere Projekte, sondern hilft dem Kind auch im geführten Gespräch zu lernen, aus dieser visuellen Präsentation eine Reflexion über die eigenen Gedanken und ein Organisieren und Strukturieren der Geistesblitze am Vorbild des Erwachsenen zu lernen. Hilfreiche Fragen können hier beispielsweise sein: »Wie könnten wir diese Skizzen in eine sinnvolle/logische Reihenfolge bringen?«, »Was meinst du, waren die allerwichtigsten Ideen, die du hier festgehalten hast? Wollen wir sie farbig unterstreichen?« oder »Ich verstehe noch nicht den Zusammenhang zwischen diesem und diesem Foto – kannst du ihn mir erklären?«.

Beispiele für kreative Tools

Bastle deinen eigenen »Gedankenhut«

- eine braune Papiertüte
- alle Bastelutensilien, die du gerne zum Dekorieren verwenden möchtest wie Filzstifte, Wachsmalkreide, Federn, Glitzer, eigene Bilder oder Kritzeleien, Ausschnitte aus Zeitschriften, Karten, etc.
- Kleber oder Klebepistole, Tacker
- Die Henkel können nach dem Bekleben / Bemalen einfach abgeschnitten und der Hut auf die passende Größe zusammengetackert werden.



Klebe eine Collage

Vorbereitete ausgeschnittene Bilder können zu einer großformatigen Collage zusammengefügt werden. Zeitschriften, Zeitungen, ausgedruckte Fotografien oder Verpackungsmaterialien – nichts muss vor den Bastel-scheren sicher sein. In Schachteln gesammelt, nach Themen geordnet bieten diese Bilderbestandteile eine schnelle und unkomplizierte Möglichkeit ganze Landschaften oder Wimmelbilder aufs Papier zu bringen, die im Kopf des Kindes Gestalt annehmen.

Spiele die Assoziationsketten nach

Die Assoziationsketten können im Sinne eines Improvisationstheater szenisch nachgespielt werden. »Ton ab, Kamera läuft!«: Improvisationstheater ist – wie der Name schon sagt – eine Form des unvorbereiteten Schauspiels spontaner Einfälle, perfekt geeignet für das schnell assoziierende, aus dem Impuls heraus Emotionen empfindende und vor Einfällen sprudelnde AD(H)S Kind. Es kann die Szenen nachspielen, die vor seinem inneren Auge ablaufen und für seine Umwelt verborgen sind – die fantastischen Geschichten heldenhafter Prinzen oder Urwaldforscherinnen, die Abenteuer der weisen Paviankinder oder die Erlebnisse einer Mücke. Werden diese mit dem ganzen Körper zum Ausdruck gebrachte Geschichten auf Video festgehalten, gibt dies die anschließende Möglichkeit zu Reflektion, Ordnung oder Gesprächsanlässen.

Trage immer ein Scribbleheft (und einen Stift) in der Hosentasche

Spontane Skizzen oder Gedanken können so schnell festgehalten werden.

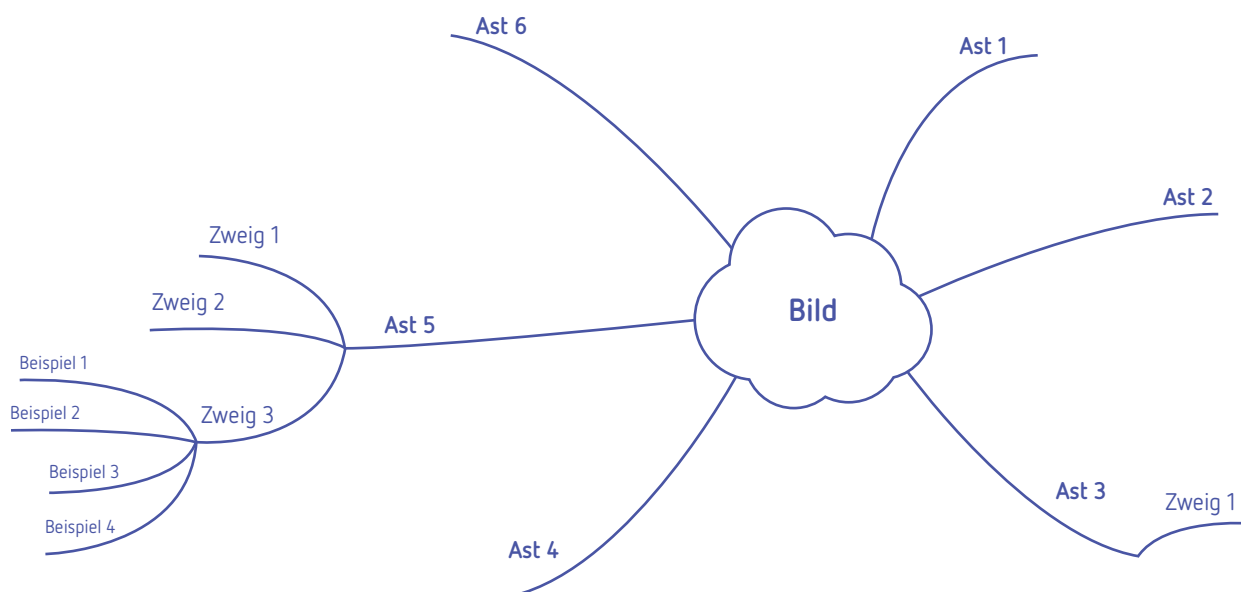
Führe eine Gedankentagebuch zum Festhalten von Schlagwörtern

Nutze das Diktatprogramm des Handys

Die Diktatprogramme können sehr nützlich sein, um eine Geschichte festzuhalten, ohne dabei die Konzentration auf die Motorik und die Korrektheit des Schreibens umzulenken. So können reine Gedankenketten leicht festgehalten werden. Das Kind kann sich diese immer wieder anhören und sortieren.

Erstelle Mindmaps (gemalt/geschrieben, geklebt)

Während Mindmaps in der Schule normalerweise verwendet werden, um komplexe Begriffe zu erklären, kann das AD(H)S Kind sie auch wunderbar zur Veranschaulichung seiner aktivierten inneren Gedankennetze nutzen. Diese Darstellung trägt der Tatsache Rechnung, dass häufig aus einer Idee viele verschiedene Unter-Aspekte entstehen und weitergedacht werden. Assoziationen, die nahezu parallel ablaufen oder ein Springen zwischen verschiedenen Aspekten eines Themas, kann so zu Papier gebracht und visuell festgehalten werden. Die Strukturierung hilft dem Kind zudem, sich zu sortieren und bringt die scheinbar wirren Gedankenexplosionen in eine Ordnung. So wird aus einem flüchtigen Tagtraum eine greifbare Ideensammlung, die weiterentwickelt werden kann.



Analog oder digital?

Im digitalen Bereich wäre sicher noch viel mehr denkbar. Moodboards, Fotostrecken und Kurzvideos gehören mittlerweile zum Alltag und können mit Fokus auf die eigene Innenwelt zu einem hilfreichen Tool umgewandelt und als visuelle Präsentation der eigenen Gedanken genutzt werden.