

Aanpassingen in de klas voor kinderen met ADHD

Wat te doen met...

een zwakke aandachtsregulatie?

- Geef het kind een bank vooraan in de klas (dan zijn er minder afleidende prikkels binnen zijn blikveld).
- Zoek geregeld even (oog)contact met de leerling.
- Deel een opdracht op in kleine deeltaakjes.
- Geef het kind na ieder voltooid deeltaakje even een complimentje.
- Stel hiermee korte-termijndoelen die bereikbaar zijn.
- Geef het kind extra tijd om iets af te maken.
- Geef één opdracht tegelijk.
- Leer een kind zichzelf te instrueren tijdens het werk.
- Gebruik hierbij ter ondersteuning bijvoorbeeld plaatjes of stickers op de bank.
- Geef duidelijke, concrete en korte instructies.
- Vraag het kind de instructies te herhalen, om te controleren of alles goed is overgekomen.

hoge impulsiviteit?

- Bereid het kind voor op vrije situaties door afspraken te maken over gewenst gedrag.
- Zeg niet alleen wat niet mag, maar vooral hoe het wél moet.
- Wees altijd prompt met afwijzing of beloning van gedrag.
- Vergeet niet complimentjes te geven als het goed gaat.
- Maak goede afspraken over de manier waarop het kind aandacht mag vragen (vinger opsteken bijvoorbeeld).
- Spreek duidelijk af welk gedrag gewenst is en wanneer en help het kind de betreffende situatie te herkennen.

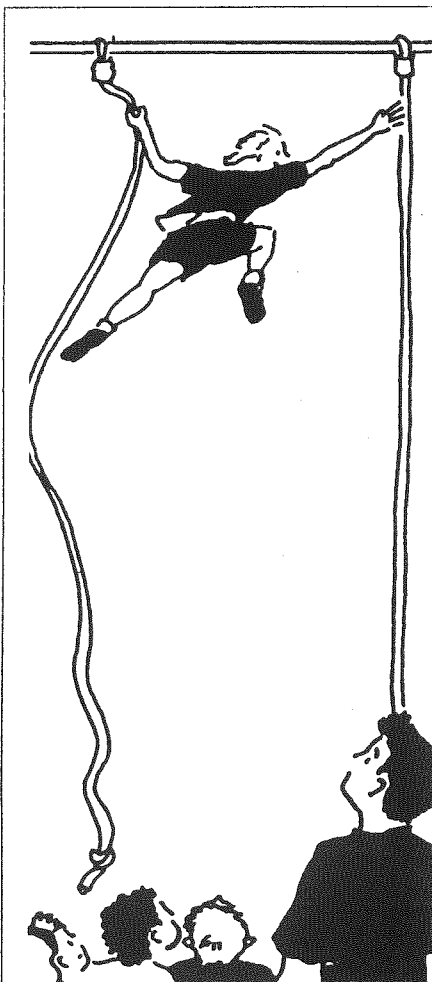
motorische onrust?

- Sta geregeld even motorische activiteit toe (even rennen, even uit de bank).
- Spreek af wanneer motorische onrust niet gewenst is en wijs het kind op deze afspraak.

- Geef vaak even een korte pauze tussen opdrachtjes waarin motorische activiteit wordt toegestaan.

lage motivatie?

- Maak geregeld een aanmoedigende opmerking.
- Zoek naar gedrag waarvoor je een compliment kunt geven.
- Stel duidelijke, concrete eisen aan de werkhouding.
- Probeer niet boos te worden maar leg geregeld uit welk gedrag je graag wilt zien.
- Vat af en toe nog even samen wat je van het kind verwacht (tussentijdse instructie).
- Zoek contact met het kind en wissel een blik van verstandhouding.



- Let op of het kind gefrustreerd of vermoeid raakt; misschien was de opdracht te zwaar of nam de taak teveel tijd in beslag.
- Verwoord de emoties van het kind (agressie, angst, verdriet) en geef daarmee erkenning en begrip.
- Vertel het kind hoe het kan aangeven dat het zich boos of gefrustreerd voelt.

moeite met zelfstandig werken?

- Geef veel structuur.
- Help het kind zichzelf te structureren.
- Ondersteun het kind bij het plannen d.m.v. plaatjes en werkschema's die samen zijn opgesteld.
- Werk bij voorkeur met een agenda of een rooster.
- Geef het kind voldoende tijd om zijn werk netjes te kunnen verzorgen.
- Geef geen complexe opdrachten maar steeds één opdracht tegelijk.
- Geef het kind een compliment als het een opdracht heeft uitgevoerd.
- Zoek compensatie voor bijvoorbeeld zwakke fijne motoriek door te werken met de computer.

moeite met sociaal functioneren?

- Leg een kind uit wat er is misgegaan bij een ruzie, zodat het kan leren van die ervaring. Het is vaak te moeilijk voor het kind om zelfstandig te ordenen wat er gebeurde.
- Leg het kind uit wat anderen van hem verwachten.
- Geef complimenten voor geslaagde sociale interactie.
- Spreek zo nu en dan voor de pauze af met wie het kind gaat spelen.
- Structureer vrije situaties voor het kind.

Bron: 'ADAPT. Accomodations Help Students with Attention Deficit Disorders', Harvey C. Parker, Ph.D. in: 'A.D.D. Warehouse', catalogus 1993. Vertaling en bewerking: Hanna Swaab, neuropsycholoog.