



1



2



3

Ablauf

- Neurologie
- Warum Regeln und Strukturen?
- Wie viele Regeln haben wir?
- Vereinbaren und Formulieren von Regeln
- Praktische Hilfsmittel
- Was lebe ich vor?

Roger Vogt / zert. ADHS Coach ICP / roger.vogt@coach-adhs.ch / 077 525 09 91

4

Neurologie



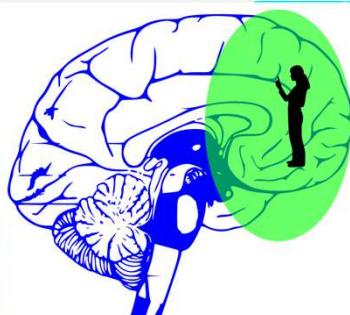
Roger Vogt / zert. ADHS Coach ICP / roger.vogt@coach-adhs.ch / 077 525 09 91

5

Frontalhirn /
Präfrontaler Kortex

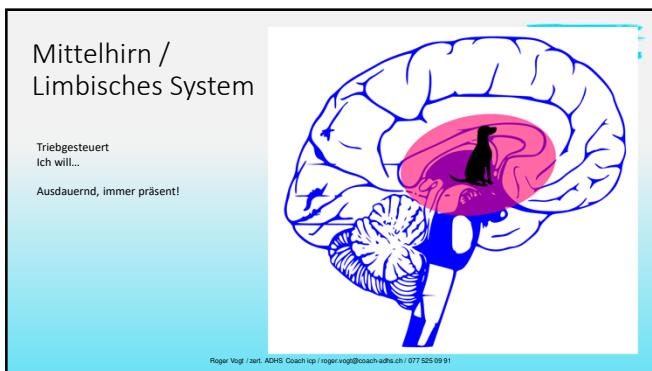
Operatives Denken
Steuerung

Wenig Ausdauer!

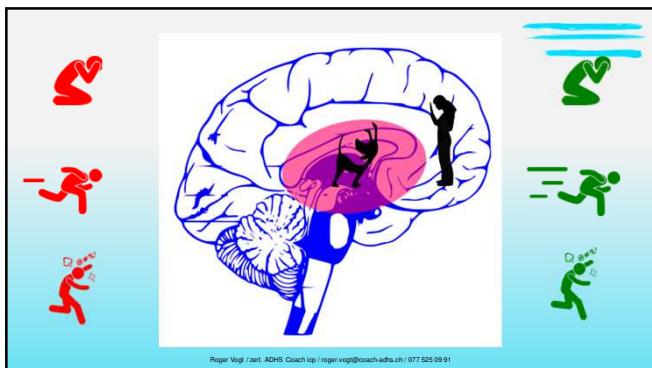


Roger Vogt / zert. ADHS Coach ICP / roger.vogt@coach-adhs.ch / 077 525 09 91

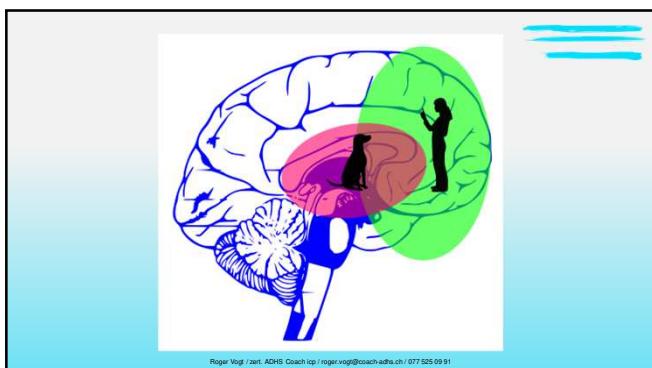
6



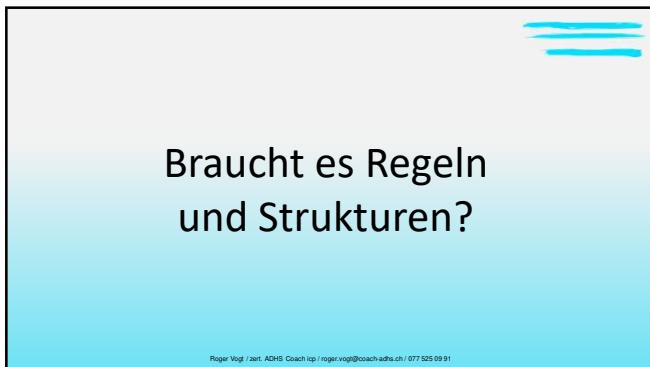
7



8



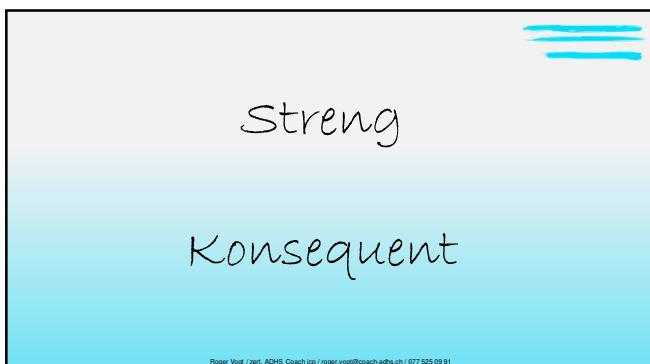
9



10



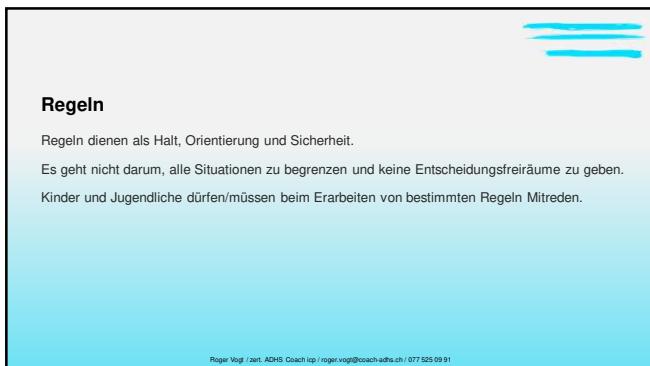
11



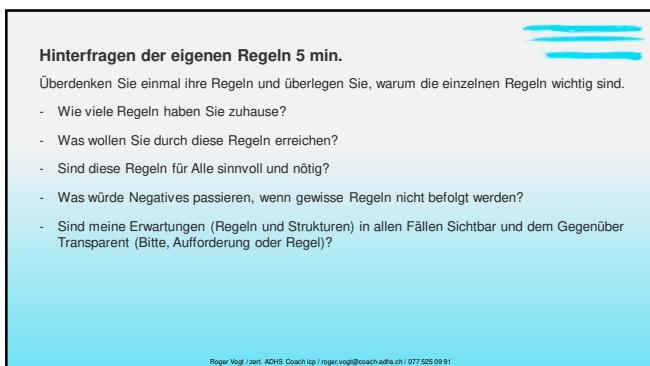
12



13



14



15

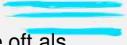


Bonuspläne werden häufig eingesetzt, um gewünschtes Verhalten zu fördern und die Einhaltung bestimmter Vorgaben zu sichern.

Sie zeigen, wie kreativ man in der Gestaltung von Anreizsystemen sein kann.

Roger Vogt / zert. ADHS Coach ICP / roger.vogt@coach-adhs.ch / 077 525 09 91

16



Gerade im Kontext von ADHS dienen Bonuspläne oft als kurzfristige Motivationshilfe, indem sie gewünschtes Verhalten anreizen.

Allerdings zeigt die Erfahrung, dass diese Wirkung in der Regel nur so lange anhält, wie der Anreiz besteht.

Zudem fördern solche Systeme eine Haltung nach dem Motto: „Ich mache nur etwas, wenn ich dafür eine Gegenleistung erhalte.“

Roger Vogt / zert. ADHS Coach ICP / roger.vogt@coach-adhs.ch / 077 525 09 91

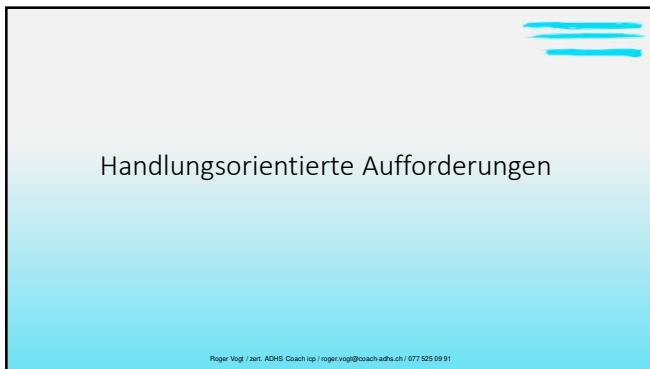
17



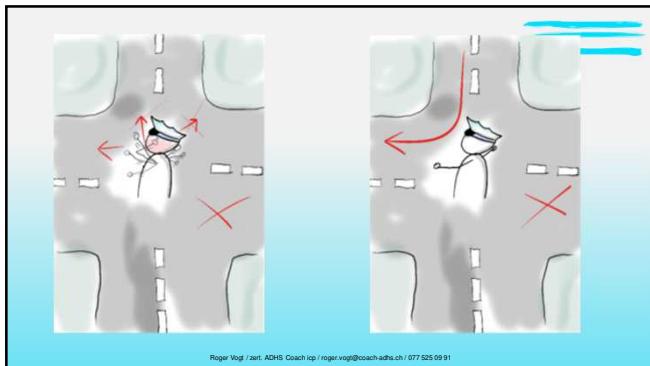
REGEL
BITTE
AUFFORDERUNG

Roger Vogt / zert. ADHS Coach ICP / roger.vogt@coach-adhs.ch / 077 525 09 91

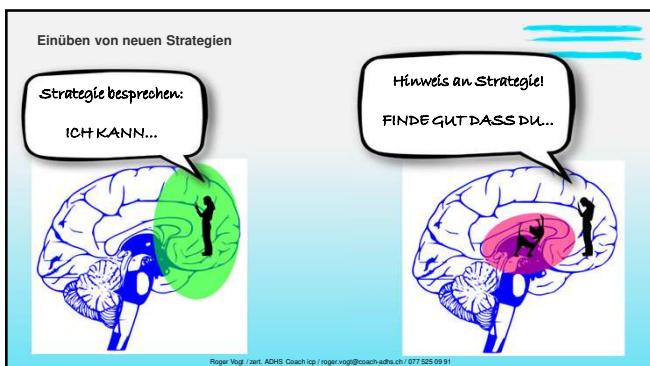
18



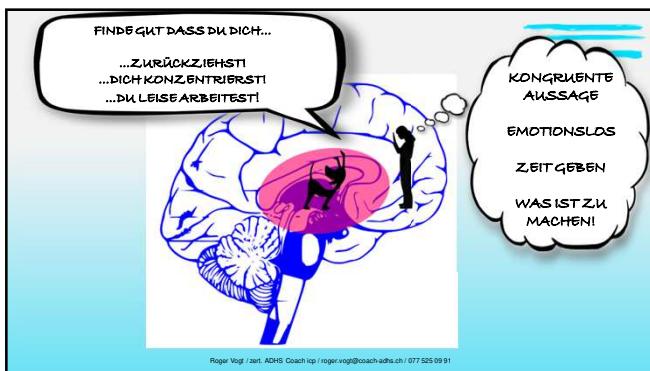
19



20



21



22

© Coach Icp / roger.vogt@coach-adhs.ch / 077 525 09 91

23

Wie vereinbaren wir Regeln?

- Zeitpunkt Planen
- Bekannt geben warum es geht
- Wie lange nehmen wir uns Zeit (einhalten)
- Klare Haltungen helfen (klar ja oder nein, ist besser als ein «wir schauen dann mal..»)
- Festhalten oder sichtbar machen der Abmachungen in Form eines Vertrages
- Belohnen sie sich zum Abschluss mit einem Dessert!

Roger Vogt / zert. ADHS Coach Icp / roger.vogt@coach-adhs.ch / 077 525 09 91

24



Vorteil von sichtbaren und transparenten Strukturen und Regeln:

- Abweichungen oder Veränderungen werden frühzeitig angekündigt.
- Kindern und Jugendlichen wird deutlich, welche Verhaltensweisen in der neuen Situation gewünscht wird.
- Vereinbarte Signale können helfen um unmittelbar vor dem Übergang/der neuen Situation an das erwartete Verhalten zu erinnern (z. B. zwinkern, Hand auf die Schulter legen usw.).
- Klare Handlungsanweisungen helfen in unstrukturierten Zeiten.

Roger Vogt / zert. ADHS Coach ICP / roger.vogt@coach-adhs.ch / 077 525 09 91

25



Formulieren von Regeln

- klare und eindeutige Formulierungen
- handlungsorientierte Formulierungen (Kinder und Jugendliche müssen verstehen, was von ihnen erwartet wird)
- positive Formulierung (z.B. besser: „Ich räumen meine Spielsachen/ Schulsachen usw. wenn ich nach Hause komme weg“ anstatt „Wir lassen keine Sachen am Boden liegen“)

Roger Vogt / zert. ADHS Coach ICP / roger.vogt@coach-adhs.ch / 077 525 09 91

26



**Die Regeln sollten nur dann aufgestellt werden,
wenn Sie bereit und in der Lage sind, auch auf
deren Einhaltung zu bestehen.**

Roger Vogt / zert. ADHS Coach ICP / roger.vogt@coach-adhs.ch / 077 525 09 91

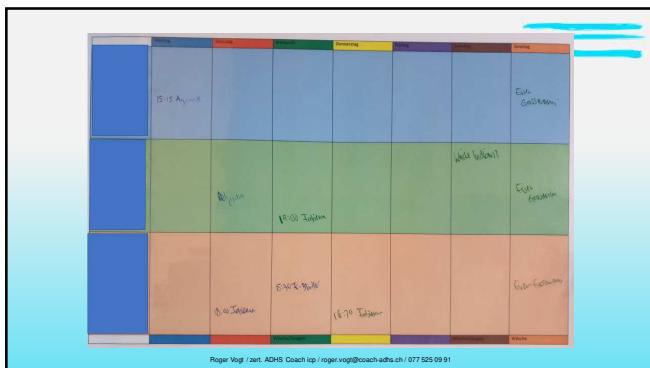
27



28

Wochenplan Kinder 2020/2021					
	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
08.00 - 08.45	X	X	X		
08.45 - 09.30	X	X	X	X	
09.30 - 10.15	X	X	X	X	
10.30 - 11.15	X	X	X	X	
11.15 - 12.00	X	X	X	X	
MITTAG					
14.00 - 14.45	X	X	X	X	
14.45 - 15.30	X	X	X	X	
15.30 - 16.15	X	X	X	X	
16.15 - 17.00	X	X	X	X	
17.00 - 18.00	X	X	X	X	
18.00 - 19.00	X	X	X	X	
NAME:					
Lehrperson:	NAME:	TEL:	Mail:		
Hobby (HO):	NAME:	TEL:	Mail:		
Musik (MU):	NAME:	TEL:	Mail:		
NAME:					
Lehrperson:	NAME:	TEL:	Mail:		
Hobby:	NAME:	TEL:	Mail:		
Musik:	NAME:	TEL:	Mail:		

29



30



31

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
NAME							
NAME							
NAME							

Roger Vogt / zert. ADHS Coach ICP / roger.vogt@coach-adhs.ch / 077 525 09 91

32

Stundenplan Basisstufe B							
	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
08.20	Arbeiten Schreiben	Arbeiten Basteln	Arbeiten Malen	Arbeiten Schwimmen	Arbeiten Morgenkram	Arbeiten Rhythmus	
09.10	Arbeiten Schreiben	Arbeiten Basteln	Arbeiten Malen	Arbeiten Vorlagen	Arbeiten Spiele	Arbeiten Spiele	
10.20	Arbeiten Schreiben	Arbeiten Basteln	Arbeiten Malen	Arbeiten Spiele	Arbeiten Spiele	Arbeiten Spiele	
11.10- 11.55	Arbeiten Schreiben	Arbeiten Basteln	Arbeiten Malen	Arbeiten Spiele	Arbeiten Spiele	Arbeiten Spiele	
13.30	Arbeiten (Schüler)	Arbeiten (Schüler)	Arbeiten (Schüler)	Arbeiten (Schüler)	Arbeiten (Schüler)	Arbeiten (Schüler)	
14.20- 15.05	Arbeiten (Schüler)	Arbeiten (Schüler)	Arbeiten (Schüler)	Arbeiten (Schüler)	Arbeiten (Schüler)	Arbeiten (Schüler)	

Roger Vogt / zert. ADHS Coach ICP / roger.vogt@coach-adhs.ch / 077 525 09 91

33

Meine Woche:

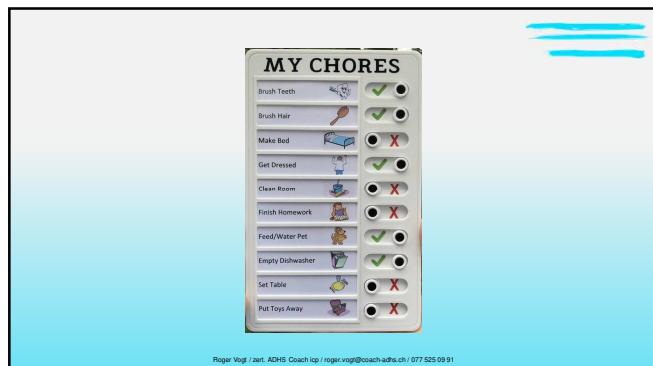
Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
15 circles						

Notizen Kritzefleck Ausblick

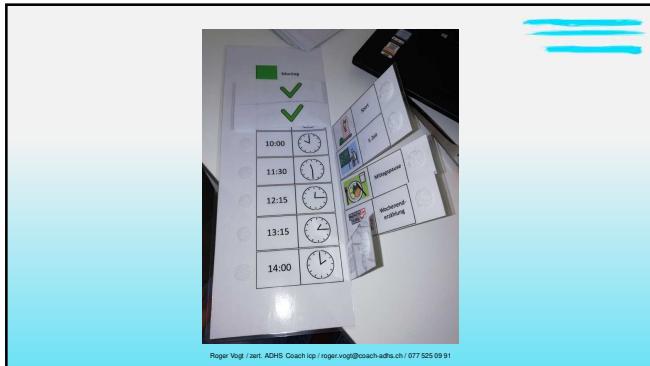
34



35



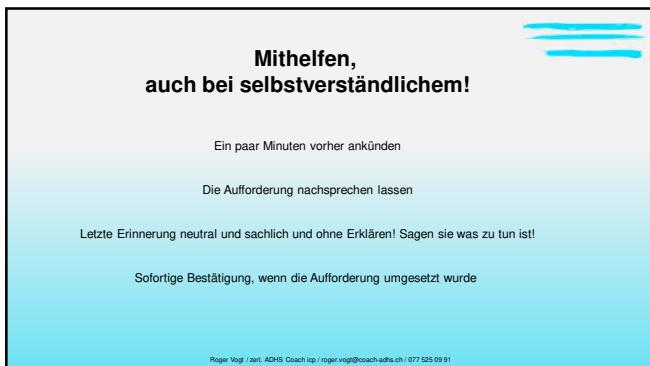
36



37



38



39

ESKALATION FÖRDERND



2 Arten von Eskalation

1. Symmetrisch

- Beider Seiten sind sich sehr ähnlich
- Geschwätzigkeit – Überzeugungskraft, Predigen, Nachbohren, Erklären
- **Aufregung**

Roger Vogt / zert. ADHS Coach ICP / roger.vogt@coach-adhs.ch / 077 525 09 91

40

ESKALATION FÖRDERND



2. Komplementär

eher drohend, erpressend, einseitig, von oben herab

- Dominierende Haltung – Ich bin der Boss – Kinder bestimmen/ Erwachsene bestimmen
- Null-Summen Spiel – nachgeben oder gewinnen

Roger Vogt / zert. ADHS Coach ICP / roger.vogt@coach-adhs.ch / 077 525 09 91

41

Was lebe ich selbst vor?



Roger Vogt / zert. ADHS Coach ICP / roger.vogt@coach-adhs.ch / 077 525 09 91

42

A.B.7a Wie werde ich der beste Chef/die beste Chefin für mein Kind? 1/2

5 Ich hätte gerne, dass Ihnen bestreitbare und konkretisierbare Chef/Chef mitteile, die darüber informieren, was Sie tun möchten, um Ihre Kinder zu unterstützen. Bitte markieren Sie diejenigen Chef/Chefin, die Ihnen bestreitbare Methoden nennen, die Sie in der Zukunft mehrheitlich getroffen oder geprägt haben.

Mein bester Chef/wäre bester Chef	Mein schlechtester Chef/evtl. mein schlechtestes Chef
(1)	(1)
(2)	(2)
(3)	(3)
(4)	(4)
(5)	(5)
Was hat den bei mir bewirkt?	Was hat den bei mir bewirkt?

(modifiziert nach Berkley, 2008)

120 | © Internat + Schule Therapie-Tool A300 im Kinder- und Jugendlichen Info, 2014

43

A.B.7a Wie werde ich der beste Chef/die beste Chefin für mein Kind? 2/2

Bitte bewerten Sie die folgenden Fragen:

(1) Bin ich für mein Kind ein guter oder schlechter Chef oder eine gutmütige Chef?

.....

(2) Nur für einen guten Chef/cheine gute Chefs strengt mich auf! – Wie ist dies mit mir selbst verbunden?

.....

(3) Was kann ich dazu beitragen, so wenige Fehler von meinem Chef/cheine besseren Chef/chein zu verhindern?

.....

(4) Gibt es in meiner Familie eine Geschwisterrolle, bei der man »Chef« auf seine Aufgaben macht?

.....

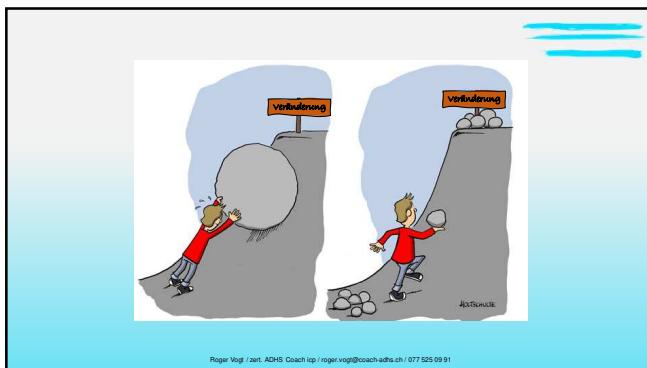
(5) Mit Arbeitsaufgaben beschäftigte Sie eher oft, dass ich der beste Chef/cheine keine Chef/chein in der Familie werden will?

.....

(modifiziert nach Berkley, 2008)

121 | © Internat + Schule Therapie-Tool A300 im Kinder- und Jugendlichen Info, 2014

44



45
