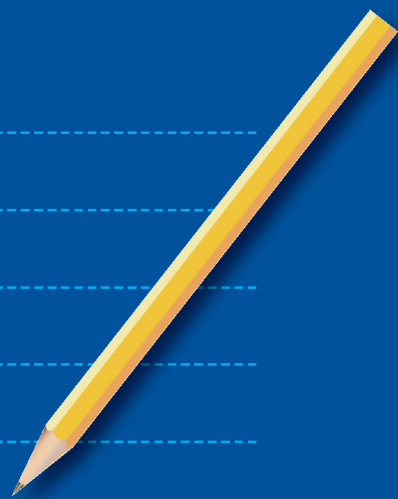


Petermann • Schmidt

THERAPIE-TOOLS     

ADHS im Kindes- und Jugendalter



 **ARBEITSMATERIAL**



Im Folgenden sind neun Aufgaben aufgeführt, die manchmal sehr gut laufen, aber manchmal schief gehen. Wir wollen herausfinden, warum es so ist! Dafür sollst du für jede Aufgabe einmal ein Erlebnis aufschreiben, wo es geklappt hat, und eines, wo es schief ging.



Aufgaben-Liste

(A) Aufgaben über zwei Tage verteilen

(1) Ich schaffe es, folgende Aufgaben über zwei Tage zu verteilen:

.....

.....

(2) Ich schaffe es nicht, folgende Aufgaben über zwei Tage zu verteilen:

.....

.....

(B) Ziele erreichen

(1) Ich erreiche Ziele, die ich mir gesetzt habe:

.....

.....

(2) Ich erreiche Ziele nicht, die ich mir gesetzt habe:

.....

.....

(C) Dinge vergessen

(1) Ich vergesse folgende Dinge, die ich erledigen muss:

.....

.....

(2) Ich vergesse folgende Dinge nicht, die ich erledigen muss:

.....

.....

**(D) Aufgaben vorbereiten**

(1) Es fällt mir leicht, mich auf folgende Aufgabe vorzubereiten:

.....

.....

(2) Es fällt mir schwer, mich auf folgende Aufgabe vorzubereiten:

.....

.....

(E) Enttäuschungen

(1) Ich bin nicht enttäuscht, wenn mir diese Aufgabe misslingt:

.....

.....

(2) Ich bin enttäuscht, wenn mir diese Aufgabe misslingt:

.....

.....

(F) Ausdauer

(1) Bei der folgenden Aufgabe habe ich eine große Ausdauer:

.....

.....

(2) Bei der folgenden Aufgabe habe ich keine Ausdauer:

.....

.....

**(G) Gedanken ordnen**

(1) Bei der folgenden Aufgabe habe ich keine Probleme, meine Gedanken zu ordnen:

.....

.....

(2) Bei der folgenden Aufgabe habe ich große Probleme, meine Gedanken zu ordnen:

.....

.....

(H) Vorsätze einhalten

(1) Ich bekomme folgende Aufgabe, die ich erledigen muss, gut hin:

.....

.....

(2) Ich bekomme folgende Aufgabe, die ich erledigen muss, nicht gut hin:

.....

.....

(I) Aufgaben beenden

(1) Ich bekomme es hin, mich anzustrengen, folgende Aufgaben zu beenden:

.....

.....

(2) Ich bekomme es nicht hin, mich anzustrengen, folgende Aufgaben zu beenden:

.....

.....

(in Anlehnung an Barkley, 2011a)



Die folgende Liste enthält neun Aussagen, die du auf Anforderungen aus dem schulischen Bereich beziehen sollst. Stell dir vor, du sollst in den nächsten beiden Tagen Hausaufgaben für die Schule erledigen. Bitte gib bei jeder Aussage an, ob diese für dich vollständig zutrifft (= 1), häufig (= 2), selten (= 3) oder nie (= 4).

**Liste**

(1) Ich habe Schwierigkeiten damit, Aufgaben auf die nächsten beiden Tage zu verteilen.

①	②	③	④
Trifft vollständig zu	Trifft häufig zu	Trifft selten zu	Trifft nie zu

(2) Ziele, die ich mir selbst gesetzt habe, erreiche ich.

①	②	③	④
Trifft vollständig zu	Trifft häufig zu	Trifft selten zu	Trifft nie zu

(3) Ich vergesse Dinge, die ich erledigen muss.

①	②	③	④
Trifft vollständig zu	Trifft häufig zu	Trifft selten zu	Trifft nie zu

(4) Es fällt mir schwer, mich auf anstehende Aufgaben vorzubereiten.

①	②	③	④
Trifft vollständig zu	Trifft häufig zu	Trifft selten zu	Trifft nie zu

(5) Ich bin schnell enttäuscht, wenn eine Aufgabe nicht gelingt.

①	②	③	④
Trifft vollständig zu	Trifft häufig zu	Trifft selten zu	Trifft nie zu

(6) Mir fehlt es beim Bearbeiten der Aufgaben an Selbstdisziplin.

①	②	③	④
Trifft vollständig zu	Trifft häufig zu	Trifft selten zu	Trifft nie zu

(7) Ich habe Schwierigkeiten, beim Bearbeiten der Aufgaben meine Gedanken zu ordnen.

①	②	③	④
Trifft vollständig zu	Trifft häufig zu	Trifft selten zu	Trifft nie zu

(8) Ich habe Probleme damit, das zu tun, von dem ich selbst weiß, dass ich es erledigen sollte.

①	②	③	④
Trifft vollständig zu	Trifft häufig zu	Trifft selten zu	Trifft nie zu

(9) Ich habe Schwierigkeiten damit, mich selbst dazu zu motivieren, meine Arbeit zu beenden.

①	②	③	④
Trifft vollständig zu	Trifft häufig zu	Trifft selten zu	Trifft nie zu

(in Anlehnung an Barkley, 2011a)



Bitte schätzen Sie für Ihre Schülerin/Ihren Schüler ein, ob die folgenden Merkmale zutreffen. Bitte kreuzen Sie nur an, ob ein geschildertes Merkmal aus Ihrer Sicht zutrifft oder nicht.



Verhalten	Ja	Nein
(1) Ist der Schüler/die Schülerin unaufmerksam gegenüber Details?		
(2) Hat der Schüler/die Schülerin Schwierigkeiten, Aufmerksamkeit aufrechtzuhalten?		
(3) Hört der Schüler/die Schülerin scheinbar nicht zu?		
(4) Kann der Schüler/die Schülerin Erklärungen nicht folgen, Pflichten nicht erfüllen?		
(5) Hat der Schüler/die Schülerin Probleme zu organisieren?		
(6) Vermeidet der Schüler/die Schülerin Aufgaben, die geistiges Durchhaltevermögen verlangen?		
(7) Verliert der Schüler/die Schülerin Dinge?		
(8) Ist der Schüler/die Schülerin häufig abgelenkt?		
(9) Ist der Schüler/die Schülerin vergesslich im Alltag?		
(10) Ist der Schüler/die Schülerin unruhig mit Händen und Füßen?		
(11) Kann der Schüler/die Schülerin nicht sitzen bleiben?		
(12) Läuft der Schüler/die Schülerin häufig herum?		
(13) Ist der Schüler/die Schülerin laut bei Aktivitäten?		
(14) Zeigt der Schüler/die Schülerin exzessive motorische Aktivitäten?		
(15) Platzt der Schüler/die Schülerin mit Antworten heraus?		
(16) Kann der Schüler/die Schülerin schlecht abwarten?		
(17) Unterbricht und stört der Schüler/die Schülerin andere?		
(18) Redet der Schüler/die Schülerin exzessiv?		