



AD(H)S in der Kita

Kinder unterstützen &
handlungssicher werden



Cornelsen

Philip Höhn

AD(H)S in der Kita

Kinder unterstützen &
handlungssicher werden



Cornelsen

IMPRESSUM

Titel

Kita-Wissen kompakt

AD(H)S in der Kita

Kinder unterstützen & handlungssicher werden

Autor

Philip Höhn

Lektorat

Judith Pfeiffer-Ley

Sensitivity Reading

Frauke Ahlers

Umschlaggestaltung, Illustrationen, Satz und Layout

Daniela Lengers Grafik-Design, Laer

Umschlagkonzept (K-Design)

Ungermeier, grafische Angelegenheiten, Berlin

Druck

AZ Druck und Datentechnik GmbH, Kempten, DE

Verlag an der Ruhr GmbH

Mülheim an der Ruhr

www.verlagruhr.de

Urheberrechtlicher Hinweis

Das Werk und seine Teile sind urheberrechtlich geschützt. Jede Verwendung in anderen als den gesetzlich zugelassenen Fällen bedarf der vorherigen schriftlichen Einwilligung des Verlages. Der Verlag untersagt ausdrücklich das Herstellen von digitalen Kopien, das digitale Speichern und Zurverfügungstellen dieser Materialien in Netzwerken (das gilt auch für Intranets von Schulen und sonstigen Bildungseinrichtungen), per E-Mail, Internet oder sonstigen elektronischen Medien außerhalb der gesetzlichen Grenzen. Keine gewerbliche Nutzung.

Näheres zu unseren Lizenzbedingungen können Sie unter www.verlagruhr.de/lizenzbedingungen/ nachlesen.

© 2025, Cornelsen Frühpädagogik bei Verlag an der Ruhr GmbH,
Wilhelmstr. 20, 45468 Mülheim an der Ruhr, E-Mail: info@verlagruhr.de

1. Auflage, 1. Druck 2025

ISBN 978-3-8346-5299-7

INHALT

Einführung

Die Kita – ein Ort voller Energie und Leben	4
---	----------

Theoretische Grundlagen

Was ist ADHS?	7
---------------------	----------

Pädagogischer Kontext

ADHS in der Kita	22
------------------------	-----------

Impulse für die Praxis

Tipps und Strategien für den Kita-Alltag	37
--	-----------

Schlusswort

Wünsche und Visionen	59
----------------------------	-----------

Literaturverzeichnis und

Leseempfehlungen	61
-------------------------------	-----------

Über den Autor	64
-----------------------------	-----------



Einführung

Die Kita – ein Ort voller Energie und Leben





Stellen Sie sich eine Kindertagesstätte vor: bunte Bilder an den Wänden, Kinderlachen in der Luft und jede Menge Trubel und Erlebnisse. Hier werden täglich Burgen gebaut, Puppen versorgt und neue Freundschaften geschlossen.

Doch mittendrin gibt es auch jene Kinder, die scheinbar nie stillsitzen können, deren Gedanken oft schneller sind als ihre Worte und Taten – Kinder, die uns herausfordern und gleichzeitig zutiefst berühren.

Warum ADHS ein Thema für die Kita ist

Als Kita-Leiter erlebe ich immer wieder, wie unterschiedlich Kinder die Welt wahrnehmen und auf sie reagieren. Einige Kinder scheinen mühelos in Gruppen zu funktionieren, während andere mit Impulsivität, Unruhe oder mangelnder Konzentration kämpfen. Besonders diese Kinder fordern unser pädagogisches Geschick, unsere Geduld und unser Verständnis heraus. Häufig wird hier der Begriff „ADHS“ ins Spiel gebracht – ein Thema, das in der Gesellschaft viel diskutiert wird, aber oft noch von Vorurteilen und Unsicherheiten geprägt ist.

ADHS ist nicht nur ein Schlagwort, sondern eine Realität in vielen Familien. Es ist auch meine eigene Realität, seit ich meine Diagnose in der Grundschule erhalten habe.

Eltern fühlen sich oft überfordert, wenn ihr Kind „aus dem Rahmen fällt“. Pädagogische Fachkräfte fragen sich, wie sie diesen Kindern gerecht werden können, ohne die Bedürfnisse der gesamten Gruppe aus den Augen zu verlieren. Genau hier setzt dieses Buch an: Es möchte Verständnis schaffen, Unsicherheiten abbauen und praxisnahe Unterstützung bieten.

Ein Thema, das uns alle betrifft

Kinder mit ADHS begegnen uns nicht nur in Kitas, sondern in Schulen, auf Spielplätzen und in Vereinen. Sie sind Teil unserer Gesellschaft und wir als pädagogische Fachkräfte haben die Verantwortung, ihnen die besten Startchancen zu ermöglichen. Gerade in der frühen Kindheit – wenn sich soziale Kompetenzen, Selbstbewusstsein, Selbstwertgefühl und Lernfreude entwickeln –, können wir entscheidende Impulse setzen.

Gemeinsam Lösungen finden

Aus dem Alltag in der Kita weiß ich: Es gibt keine Patentlösungen, aber viele kleine Schritte, die Großes bewirken können. Die richtige Raumgestaltung, klare Strukturen und ein wertschätzender Umgang machen oft den entscheidenden Unterschied. Gleichzeitig brauchen auch Eltern Unterstützung, um ihre Kinder zu verstehen und zu begleiten.

Dieses Buch soll Inspiration und Werkzeug zugleich sein – für pädagogische Fachkräfte, die jeden Tag ihr Bestes geben, für Eltern und andere Erziehungsberechtigte, die nach Orientierung suchen, und für alle, die daran glauben, dass jedes Kind so, wie es ist, wertvoll ist. Es soll kein starres Konzept liefern, sondern ein Impulsgeber sein, um Verständnis zu vertiefen und Kinder mit Empathie zu begleiten.

Ich lade Sie ein, einzutauchen in die Welt von ADHS in der Kita – mit offenen Augen, offenen Herzen und dem Mut, neue Wege zu gehen.

Philip Höhn

Theoretische Grundlagen

Was ist ADHS?

THEORETISCHE GRUNDLAGEN

Um die Welt von Kindern mit ADHS wirklich zu verstehen, reicht es nicht aus, nur oberflächlich Verhaltensweisen zu betrachten. Vielmehr ist es notwendig, sich mit den zugrunde liegenden Ursachen und Mechanismen auseinanderzusetzen, um ein tieferes Verständnis dafür zu entwickeln, was ADHS für die betroffenen Menschen bedeutet und welchen Leidensdruck sie haben.

Oft wird ADHS fälschlicherweise als Folge mangelnder Erziehung, unzureichender Disziplin oder übermäßigen Medienkonsums interpretiert. Tatsächlich handelt es sich jedoch um eine neurobiologische Besonderheit, die auf komplexen Wechselwirkungen zwischen verschiedenen biologischen, z. B. genetischen, und umweltbedingten Faktoren zu beruhen scheint ([vgl. Infoportal ADHS 2025a: o. S.](#)). Kinder mit ADHS nehmen ihre Umgebung intensiver und vor allem ungefiltert wahr, reagieren schneller auf äußere Reize und haben oft Schwierigkeiten, sich über längere Zeit auf Aufgaben, aber auch auf eigentlich als positiv empfundene Tätigkeiten, wie Spiele, zu konzentrieren. Oft werden Betroffene von den eigenen Gefühlen „überrannt“; Wut, Scham, Ungerechtigkeitsempfinden – all das wird als sehr stark und überwältigend erlebt. Dies kann sich sowohl im Alltag zu Hause als auch in der außerfamiliären Betreuung oder im sozialen Umfeld bemerkbar machen.

Da ADHS in der Gesellschaft oft missverstanden wird, haben betroffene Kinder und ihre Familien nicht nur mit den eigentlichen Symptomen zu kämpfen, sondern auch mit Vorurteilen und Fehleinschätzungen. Ziel muss es daher sein, ein differenzierteres und wissenschaftlich fundiertes Bild von ADHS zu vermitteln sowie konkrete Ansatzpunkte für einen unterstützenden Umgang mit betroffenen Kindern aufzuzeigen.

Unterstützen statt überfordern

Langes Sitzen im Morgenkreis, bestimmte Spiel- und Lernsituationen oder eine überladene Raumgestaltung können für Kinder mit AD(H)S schnell überfordernd sein. Wie können pädagogische Fachkräfte die Kinder bestmöglich unterstützen, wenn impulsives Verhalten oder motorische Unruhe die Kinder belasten und gleichzeitig zur Herausforderung im Gruppenkontext werden?

Dieser Ratgeber vermittelt Hintergrundwissen und alltagstaugliche Methoden, die helfen, die Kinder stärkenfokussiert und wertschätzend zu begleiten sowie die Handlungssicherheit der Fachkräfte zu fördern.

- Die schnelle Lektüre zwischendurch
- Viel Hintergrundwissen und zahlreiche Tipps
- Für pädagogische Fachkräfte und Einrichtungsleitungen

Cornelsen

ISBN 978-3-8346-5299-7



9 783834 652997