



**Schlagworte:** Visualisierung ■ Morgenroutine ■ ADHS

### Ausgangslage

Ein Elternteil erzählt, dass es morgens oft stressig ist. Die Kinder sollen sich für die Schule fertig machen, aber sie wollen lieber etwas anderes tun. Besonders für das Kind mit ADHS ist es schwierig notwendige Aufgaben am Morgen zu machen.

### Der Pflegeschatz

Der Elternteil hat deshalb einen klappbaren Kalender gebastelt. Dieser veranschaulicht die Morgenroutine. Für jede Aufgabe wie zum Beispiel das Zähne putzen oder Haare kämmen gibt es ein Bild.

Die Kinder können die Bilder mit einem Klettverschluss zuklappen, wenn eine Aufgabe erledigt ist. Sie können die Aufgabe zusätzlich abhaken.



© Bild: Pflegeschätze 2025 - Projektteilnehmer\*in

### Nutzenbeschreibung

Die Kinder wissen genau was zu tun ist. Sie finden es spannend, die Bilder selbst umzuklappen. Manchmal machen sie daraus einen Wettkampf. Das motiviert sie, ihre Aufgaben schneller zu erledigen. Dadurch wird der Morgen für den Elternteil entspannter.

### Zusatzinformationen

Der Elternteil braucht den Kalender inzwischen nicht mehr. Zudem hat er früher manchmal gut geholfen und manchmal auch nicht.