

Beratungsstelle für Kinder, Jugendliche und Eltern der Stadt Meerbusch  
Hochstr. 3, 40670 Meerbusch-Osterath  
Tel.: 02159/916-491, Fax: 02159/916-499  
E-Mail: beratungsstelle@meerbusch.de

Stand: 08/05, R. Antony, EB Meerbusch

## **ELTERNMERKBLATT**

# **KONZENTRATION**

### **Normal oder gestört?**

Viele Kinder mit Konzentrationsproblemen schenken Aufgabenweisungen wenig Beachtung; Lösungsversuche erfolgen planlos, fahrig, oberflächlich und ohne genaues Hinsehen und Überlegen. Die Kinder arbeiten zwar oft schnell, sie machen aber viele Fehler und vergessen Arbeitsschritte.

Wie ist dieses Verhalten zu bewerten? Ist es eine vorübergehende Schwierigkeit, Tagesform abhängig, in Zusammenhang mit der Entwicklungsphase stehend? Ist es ein Hinweis für eine andere psychische Problematik, Ausdruck eines seelischen Konflikts? Liegen vielleicht organische oder funktionale Beeinträchtigungen der Konzentrationsschwierigkeit zu Grunde?

Wieweit ist die Aussage, dass ein Kind Konzentrationsprobleme habe nicht auch abhängig von der Erwartungshaltung der das Kind beurteilenden Person und deren Maßstäbe? Inwieweit spielen nicht auch die besonderen Gegebenheiten der Situation eine Rolle?

Es ist wichtig, sich zur Beurteilung der Problematik eingehend mit verschiedenen Einflüssen zu beschäftigen, um zu einer Einschätzung zu kommen.

In der Kinder- und Jugendpsychologie / Psychiatrie hat man sich geeinigt, von einer Störung der Aufmerksamkeit zu sprechen, wenn eine bestimmte Anzahl von Beobachtungspunkten (Symptomen) in zwei unterschiedlichen Lebensbereichen des Kindes über einen Zeitraum von mindestens 6 Monaten zu beobachten sind. Weiterhin müssen andere Gründe, die auch Anlass für Aufmerksamkeits-schwierigkeiten sein können, ausgeschlossen werden. So führen häufig auch zum Beispiel schwierige Lebensumstände von Kindern bzw. kindunangemessene Erziehungshaltungen (Vernachlässigung, ablehnende Haltung dem Kind gegenüber, Häufung von familiären Spannungen etc.) ebenfalls zu dem Effekt, dass sich das Kind nicht konzentrieren kann.

Medizinisch ausgerichtete Diagnosen der Konzentrationsstörung gehen davon aus, dass die Ursache für die Störung nicht in psychologischen bzw. pädagogischen Gründen zu suchen ist, sondern in der Auswirkung einer hirnorganischen Stoffwechselerkrankung .

## Erläuterung von Begriffen

Der Begriff Konzentration ist der Oberbegriff für die Fähigkeit; Aufmerksamkeitsstörung bezieht sich auf die aktuelle Schwierigkeit.

Weitere Begriffe, die verwendet worden sind:

ADS = **Aufmerksamkeits-Defizit-Störung / Syndrom**  
 ADHS = **Aufmerksamkeits-Defizit- und Hyperaktivitätsstörung**  
 POS = **Psychoorganisches Syndrom / exogenes POS**  
 MCD = **Minimale Cerebrale Dysfunktion**  
 HKS = **Hyperkinetisches Syndrom**  
 Hyperkinese

Beachten Sie bitte, dass es sich hierbei um klinische Krankheitsbilder handelt und **die meisten**, der von Ihnen als Eltern festgestellten **Probleme in der Konzentrationsleistung Ihres Kindes, diesen Krankheitsbildern nicht entsprechen. Seien Sie also zurückhaltend mit vorschnellen Zuschreibungen, damit Sie Ihr Kind nicht zum „Kranken“ stigmatisieren.**

**In den allermeisten Fällen treffen diese Diagnosen nicht auf das konzentrationschwierige Verhalten der Kinder zu.**

## Konzentrationsleistung als immer wieder zu erbringende Grundfähigkeit

- ◆ Konzentration ist eine Eigenschaft, die wir alle in unterschiedlichem Ausmaß verwirklichen; sie ist abhängig von der Tagesform, von der Belastung, unter der wir aktuell stehen, von der Übung, die wir entwickeln konnten, um zu lernen, uns zu konzentrieren. Unsere Konzentrationsfähigkeit ist somit wechselnd, mal besser, mal schlechter. Von allen muss sie immer wieder aktuell hergestellt und aufrechterhalten werden.
- ◆ Kinder und Jugendliche haben eine größere Kompetenz und Bereitschaft sich ihren Phantasien und inneren Bildern hinzugeben. Das Hin- und Herwechseln zwischen Aufmerksamkeit nach Außen und Rückzug nach innen ist alterstypisch. Das Kind und auch der Jugendliche pendelt zwischen Aufmerksamkeitsvordergrund (Lehrer, Gegenüber) und innerer Phantasiewelt hin und her. Die Zeit, in der sie sich mit ihren Träumereien, inneren Bildern und Phantasien beschäftigen, sie sich in ihre Innenwelt zurückziehen, ist erheblich und wird in seiner Bedeutung von Erwachsenen meist unterschätzt. Wir haben es hierbei nicht mit einer Störung zu tun, sondern mit einem entwicklungsmäßig vorherrschenden Tatbestand, der sich mit zunehmender Reifung verändert.
- ◆ Manches, was Kindern zum Vorwurf gemacht wird - "du hörst nicht zu", „du bist gedanklich woanders“, – lässt sich in vergleichbarer Weise auf die Erwachsenen anwenden. Kinder / Jugendliche können zu Recht behaupten: "Du merkst gar nicht, dass du mit deinen Reden und Erwartungen an mir und meiner Situation vorbei zielst, ich brauche Ruhe, Pause, Anregung und du forderst", ...es handelt sich schlussendlich in dieser Beschreibung um ein Kontakt- bzw. Abstimmungsproblem, an denen Eltern und Kinder beteiligt sind. Obwohl es sich als Aufmerksamkeitsproblem darstellt, steht die Eltern-Kind-Beziehung mit ihren gegenseitigen Erwartungslagen im Vordergrund.
- ◆ Ein beim Kind oder Jugendlichen vorherrschendes Gefühl von Bedrohung, Ärger, Trauer o.a. wird oft begleitet von motorischen Bewegungen und Handlungen, die das Ziel haben, die gefühlsmässig entstandene Erregung abzubauen.

→ **Konzentrationsstörungen sind in den meisten Fällen weder eine Erkrankung noch eine Funktionsstörung, sondern ein Hinweis für einen fehlgelaufenen Dialog bzw. ein Erkennungszeichen für einen bestehenden Beziehungskonflikt.**

<b>Merkmale</b> (nach LAUTH )
-------------------------------

Was sehen wir bei einem **Kind** oder einem **Jugendlichen** mit Konzentrationsproblemen?

Es bestehen Schwierigkeiten (statistisch aufgelistet, d.h., bei manchen öfter, bei einigen anderen aber auch nicht):

- mit Planung
  - mit der Qualität von Aufgabenlösungen
  - mit Abläufen (was kommt zuerst, was kommt später; einen Schritt nach dem anderen machen)
  - mit Impulsivität oder Reflexivität (warten können, Zeit und Ruhe haben)
  - mit Wechsel (und mit der Entscheidung, was der günstigste Zeitpunkt eines Wechsels sein könnte)
  - mit Kontinuität
  - mit Gedächtnisleistungen
  - mit Bewegung
  - mit Einschätzung und Bewertung
- 
- Aufgaben sind nachlässig, fehlerhaft
  - Das Arbeiten ist wenig planvoll
  - Vieles wird kaum zu Ende gebracht
  - Es wird gehandelt ohne vorherige Überlegung
  - Es erfolgen vorschnelle Antworten ohne profunde Suche nach angemessenen Lösungen
  - Die Lösungen sind verkürzt, unvollständig
  - Es wird dazwischen gerufen
  - Lösungswege werden nicht eingehalten
  - Es wird nicht abgewartet
  - Es wird nicht zugehört
  - Es wird sich schnell neuen, wechselnden Inhalten zugewandt
  - Eine Handlungsabsicht wird nicht kontinuierlich verfolgt
  - Man ist „wie aufgezogen“, ständig auf dem Sprung
  - Man hat die Schwierigkeit, Einzelheiten zu beachten
  - Man ist unzuverlässig, vergesslich
  - Die Aktivitäten sind schlecht organisiert
  - Es besteht Abneigung gegen länger andauernde geistige Anstrengung
  - Man zappelt, rutscht herum, läuft in der Klasse umher
  - Man ist umtriebig, ungesteuert
  - Es besteht eskalierende Unruhe
  - Man platzt mit Antworten heraus, kann schwer abwarten bis man der Reihe ist (Konflikte in Gruppen)
  - Es besteht die Neigung zu gefährlichen Aktionen, ohne das Risiko einzuschätzen oder zu beachten

Die Konzentrationsschwierigkeiten werden begleitet von geringem Selbstvertrauen, Misserfolgen, Frustrationserlebnissen..

Was sehen wir an Merkmalen bei **Eltern**? (statistisch aufgelistet, d.h., bei manchen öfter, bei einigen anderen aber auch nicht):

Man hat festgestellt, dass Eltern bei konzentrationschwierigen Kindern in ihren Erziehungsbemühungen häufiger:

- direktiv, lenkend sind
- das Kind unterbrechen, weniger Rederaum lassen
- weniger Zeit für das Kind zur Verfügung haben
- stärker kontrollieren, weniger Vertrauen zeigen, mehr verbieten
- weniger ermutigen, weniger Zuversicht vermitteln
- genervter sind, sich erschöpft und ausgenutzt fühlen
- weniger einfühlsam auf die Belange des Kindes reagieren
- selbst hektisch und chaotisch sind
- mit hohen Erwartungen und Forderungen an das gute Benehmen, Funktionieren des Kindes appellieren
- sich häufiger inkonsequent verhalten, d.h., von ihren Forderungen wieder Abstand nehmen, weil sie sich nicht mehr sicher sind
- sie sich als Eltern in ihren Einschätzungen und Entscheidungen öfter uneinig sind

Wenn also Eltern überlegen, was sie für die Verbesserung der Konzentrationsleistung ihres Kindes tun können, dann wäre ein sinnvoller Schritt u.a. das eigene einwirkende Verhalten zu erkennen und zu ändern.

<b>Ursachen</b>	nach LAUTH
-----------------	------------

Es gibt **zwei grundlegende Sichtweisen**, je nachdem, ob man 1. eine organische, körperliche Ursache in Form von hirnrorganischen Beeinträchtigungen annimmt oder ob man 2. die Konzentrationsprobleme als Auswirkung eines psychischen Problems innerhalb der Beziehungen zu Eltern, Geschwistern, Schule ansieht. Davon ist abhängig, ob man von Störung, Schwierigkeit, Problem oder von Erkrankung spricht. Im letzteren Fall geht man davon aus, dass die Erkrankung Folge einer hirnrorganischen Störung ist.

Fachleute müssen diagnostisch sehr intensiv und genau arbeiten, um eine differenzierte Ursachenzuordnung herzustellen.

**In jedem speziellen Fall muss man sich um ein individuelles Verständnis der Schwierigkeiten bemühen.**

**Die Suche nach effektiven, wirksamen Hilfestellungen ist der wichtigste Aspekt diagnostischer Arbeit, wichtiger als die diagnostische Suche nach Ursachen; Diagnostik darf nicht zum Selbstzweck werden. Sie darf sich nicht in einer Etikettierung erschöpfen, sondern sie muss zu konkreten Behandlungsempfehlungen führen.**

<b>Einfluss- und Veränderungsmöglichkeiten</b>
--

Zweck dieses Abschnittes über Behandlungsansätze ist es, Ihnen die Vielfalt von Einflussmöglichkeiten, die zu Konzentrationsproblemen führen können, zu verdeutlichen und einen Überblick über therapeutische Ansätze zu geben, damit Sie Hilfeansätze besser einordnen und gewichten können.

### Wenn es Probleme im Bereich der Handlungsplanung gibt.....

- wichtige Informationen werden unzureichend wahrgenommen, weil z.B. Merkmale nur oberflächlich miteinander verglichen werden
- das Ziel wird aus dem Auge verloren, Rückmeldungen werden nicht eingeholt oder überhört ; das Handlungsergebnis wird nicht überprüft
- es finden kaum Vorüberlegungen / Planungen statt, sondern nach Versuch und Irrtum wird versucht, die Aufgabe zu lösen; nur geringfügig oder teilweise wird die Aufgabenstellung verstanden und sogleich wird irgend etwas ausprobiert

→ Durch Einüben von Arbeitsweisen kann es gelingen, eine Metakognition aufzubauen (das Kind denkt darüber nach, wie es arbeitet und entscheidet sich je nach selbstbeobachtetem Zustand für andere Arbeitsstrategien). Wie arbeite ich eigentlich? Was will ich erreichen ? Bin ich auf dem richtigen Weg? Kommt mir das nicht komisch vor? Was weiß ich eigentlich schon? Was fehlt mir noch? Wie soll ich anfangen? Das Kind, der Jugendliche kann trainieren sich solche Fragen zu stellen, die seine Handlungsplanung günstig beeinflussen.

### Wenn es Probleme im emotionalen Bereich gibt.....

Blockaden bewirken, dass gute Informationen und gute Lösungen nicht angenommen werden können. Kinder, die empfindlich auf Kritik reagieren, wollen sich mit Fehlern nicht beschäftigen und können schlecht aus Fehlern lernen. Sie denken ungern über sich nach und können deshalb auch nicht die Selbstreflexion für sich nutzen. Kinder, die sich überfordert fühlen, neigen zu Vermeidungsverhalten, weichen Aufgaben aus und haben dabei meist ein schlechtes Gefühl, werten sich innerlich dafür ab. Kinder, die sich überfordert fühlen, überschätzen sich andererseits oft und neigen dann dazu, um ihr cooles Selbstbild nicht zu gefährden, zu behaupten, dass sie Hilfestellungen nicht nötig hätten.

→ Eine Hilfe besteht darin, unter Mitwirkung beider Eltern, sich um ein Verständnis emotionaler Blockaden zu kümmern und durch Beseitigung der Gründe emotionaler Überforderung sowie durch Aufbau von Zuversicht und positiver Veränderungserfahrung eine Umorientierung einzuleiten. Diese Arbeit kann innerhalb einer Psychotherapie für das Kind bzw. einer Eltern- oder Familienberatung erfolgen (je nach Problemlage).

### Wenn Aufmerksamkeitsprobleme als Folge biologisch-somatischer Faktoren zu sehen sind.....

Reizüberflutung und Übererregung können sich nachteilig auf die Wahrnehmungstätigkeit auswirken (kein Ausblenden des Unwesentlichen, Überstimulation durch Reize und kognitive Überlastung, verringerte Fähigkeit, die Reize zu verarbeiten).

→ Es ist möglich, durch Entspannungsverfahren, Sport und Bewegung, ggf. auch durch Medikation, die Befindlichkeit positiv zu beeinflussen, so dass eine den Aufgaben angemessene Wahrnehmungsaufnahme- und -verarbeitung besser gelingt.

In manchen Fällen liegt statt einer Überreizung ein Aktivierungsmangel vor, der zu Unteraktivierung führt und zu vorschnellen, unangebrachten Reaktionen verleitet.

→ Hier zielen therapeutisch-pädagogische Bemühungen darauf ab, eine Strukturierung des Tagesablaufs mit angemessenem Wechsel von Aktivierung und Ruhe zu organisieren.

Wenn die Konzentrationsprobleme in Zusammenhang stehen mit **schulischen Faktoren** des Unterrichts, der Schüler-Lehrer-Beziehung, des Klassenklimas.....

Die Möglichkeiten der Einrichtung Schule sich auf die Bedürfnisse und Schwierigkeiten von Kindern mit Konzentrationsproblemen einzulassen, sind oft begrenzt. Den Kindern gelingt es nur unzureichend sich auf die schulischen Unterrichtsbedingungen und Abläufe einzulassen, so dass mit Konflikten zu rechnen ist. Ob sie sich lösen lassen, hängt unter anderem davon ab, inwieweit es der Lehrerschaft möglich ist, zwischen Verhaltens- und Leistungsproblemen und der Person des Kindes zu trennen und dem Kind trotz diverser Schwierigkeiten die gebührende Wertschätzung zukommen zu lassen. Genau so wichtig und schwierig ist es für LehrerInnen dafür zu sorgen, dass das Kind, der / die Jugendliche in der Klassengemeinschaft akzeptiert bleibt; es besteht somit die pädagogische Herausforderung – ähnlich wie bei behinderten Kindern / Jugendlichen - eine Anpassung und Integration innerhalb der Schulgemeinde zu erreichen.

Als Schwierigkeit erweist sich dabei manchmal, dass sich die Einrichtung Schule schwer tut, ihre Mitverursachung bei der Entstehung von Konzentrationsproblemen zu erkennen. Oft wird das Problem ausschließlich als Familienproblem oder als Problem des Kindes / Jugendlichen definiert. Es bedarf demnach Überzeugungsarbeit, um ggf. ungünstige Lern-, Unterrichts- bzw. Klassenbedingungen zu identifizieren. Manche entstandene Abwehrhaltung der Institution Schule ist verständlich, wenn man mit berücksichtigt, dass auch Eltern dazu neigen können, die Schule mit Kritik und Forderung zu überhäufen.

→ Eine gelungene Integration und Anpassung im schulischen Bereich ist nur durch kooperatives Zusammenwirken von Eltern und Schule möglich, wo in diesem Zweckbündnis jede / jeder Beteiligte seinen Anteil erfüllt.

Konzentrationsprobleme als verdeckte Auswirkungen von **familiären Spannungen**.....

In Familien mit konzentrationsgestörten Kindern wurden vermehrt negative Interaktionen festgestellt. Eltern und Kinder geraten in Machtkämpfe, die sich nicht in Kompromissen lösen lassen. Als Folge daraus wird die Stimmung zunehmend belasteter, feindseliger und eine Basis zur positiven Identifikation des Kindes mit den elterlichen Anliegen schwindet. Es ist nicht immer offensichtlich, ob diese innerfamiliären Spannungen Folge erfolgloser elterlicher Lösungsversuche sind oder ob sich Konzentrationsprobleme als Folge von ehelichen Problemen oder als Folge unkindgemäßer Haltungen der Eltern dem Kind gegenüber entwickelt haben.

In manchen Familien ist das sich schlecht konzentrierende Kind in die Rolle eines Problemkindes, eines Sündenbockes oder eines Versagers hineingeraten. So schlimm es klingt aber diese Rolle ist manchmal einigen Familien genehm, weil sie von anderen familiären Problemen ablenkt ( z.B. von eigenen Zukunftssorgen und Ängsten eines Elternteils, von Eheproblemen). Auf das Problemkind werden nun eigene, nicht angenommene Gefühle wie Aggressionen, Unzufriedenheit, Ängste, Feindseligkeiten etc. gepackt (projiziert), die nur ansatzweise mit seiner Person oder seinem Verhalten zu tun haben. Für Aussenstehende ist es schwierig, solche Prozesse zu erkennen, da das Kind oft ausreichend Anlass für elterliche Unzufriedenheiten abgibt und die Kritik am Kind berechtigt zu sein scheint. Viele Kinder tun auch laufend das ihre an Trotzigkeiten dazu, dieser elterlichen Ablehnung oder Unzufriedenheit Nahrung zu geben; es sieht dann fast so aus als würden sie darin ihre familiäre Rolle sehen, den Buhmann der Familie abzugeben. Hierbei spielen die Geschwisterkinder in der Familie ebenfalls eine bedeutsame Rolle. Manchmal wird die Dynamik auch von Großelternseite unterstützt. In der Folge neigen Kinder dazu ihre Anspannungen an anderen Orten - Schule, Gleichaltrigengruppe – auszutragen, weil sie überfordert sind, innerhalb des familiären Beziehungsgefüges ihre Konflikte familien- und sozialangemessen zu lösen.

→ Ein familiäres Konfliktmanagement ist demnach Voraussetzung für eine verbesserte Konzentrationsleistung. Eine behutsame Klärung der familiären Beziehungsmuster entlastet die Kinder und wirkt sich günstig auf ihre Fähigkeiten aus, u. a. auch auf die Konzentrationsleistung.

### Wie Sie als Eltern die Konzentrationsfähigkeit unterstützen können

- Bitte vergegenwärtigen Sie sich, dass Motivation und Konzentration Leistungen sind. Sie wissen ja auch, dass es bei Kindern, die lernen, wichtig ist, **Bemühen und nicht Ergebnisse zu loben.**
- Sie sollten dem Kind die Freude über Ihr **Lob**, z.B. in Form eines lächelnden Gesichtsausdrucks, ansehen können oder – wenn es ein ernsteres Kind ist – es fragen und von ihm die Antwort erhalten, dass es sich über das Lob freut. Mit anderen Worten: **die Anerkennung muss ankommen.** Nein, es ist nicht zuviel des Guten! Das Kind wird durch dieses viele Lob auch nicht übermütig; es besteht dadurch auch keine Gefahr, dass sich Ihr Kind ungebührlich auf seinen Lorbeeren ausruht.

Berichten Sie oder Ihr Kind abends dem Vater über die Bemühungen, damit er sich auch noch einmal anerkennend äußert. **Das Kind braucht positive Rückmeldungen von beiden Elternteilen;** diese „Aufgabe“ lässt sich nicht delegieren. Eine, allerdings schwer umsetzbare, eher theoretische Ausnahme: Sie enthalten sich aller Bewertung, zollen demnach weder Lob, noch äußern Sie Kritik. (Siouxmethode).

- **Trösten Sie, wenn Sie meinen, dass Ihr Kind Misserfolgsgefühle verspürt.** Diese Gefühle haben absolut Vorrang aufgegriffen und zum Verschwinden gebracht zu werden. Trost ist dafür ein approbates Mittel wie das Heftpflaster für die Wunde.
- Sie helfen ihrem Kind, in dem Sie **für angemessene Rahmenbedingungen sorgen.** Dazu gehört:
  - gute Beleuchtung und Licht von der richtigen Seite
  - ein ablenkungsfreier Arbeitsplatz mit viel Platz zum Ablegen der Materialien und Bewegungsfreiheit
  - eine störungsfreie, lärmgeschützte Umgebung
  - viel Sauerstoff (Frischluff)
  - mit den leichten Aufgaben anfangen
  - Wechsel von Arbeit und Pause
  - ein annehmes, entspanntes Verhalten elterlicherseits
  - lassen Sie sich Ihre Anweisungen und Anregungen von Ihrem Kind wiederholen
  - vermeiden Sie erhöhten Video- und/oder Fernsehkonsum; entfernen Sie das Fernsehen aus dem Kinderzimmer (seien Sie, um einen Palastaufstand zu verhindern, während einer Übergangszeit großzügig mit dem Guckenlassen im Wohnzimmer)
  - begrenzen Sie die PC-Nutzungszeiten und machen Sie sie von schulischer Pflichterfüllung abhängig
  - vermeiden Sie „unangemessenes Erziehungsverhalten“ ( Verwöhnung, übermäßige Strenge, Bevormundung, Überbehütung, übermäßige Kontrolle und Lenkung); sollten Sie sich unsicher sein, was unter übermäßig gemeint ist, dann besuchen Sie eines der in der VHS oder der Familienbildung angebotenen Elterntrainings oder terminieren Sie in der Erziehungsberatungsstelle
  - engagieren Sie sich in der Schulmitwirkung (weil es der Schulgemeinschaft gut tut); mischen Sie sich auf jeden Fall ein, wenn Ihnen bekannt wird, dass ein schwieriges sozial-emotionales Klima in der Klasse herrscht und / oder Beziehungsschwierigkeiten mit der Lehrerin / dem Lehrer bestehen (weil es Ihrem Kind zu Gute kommt)
  - vermeiden Sie Eintönigkeit
  - bieten Sie Aufgaben an, die die verschiedenen Sinnesmodalitäten beanspruchen (Sehen, Hören und Handeln in unterschiedlicher Mischung)

- Lassen Sie sich berichten: :  
Was ist die Aufgabe?  
Wie gehst du vor?
- Achten Sie beim Lesen darauf, dass Zeigen und Aussprechen zusammenpassen  
Decken Sie bei jüngeren Kindern während des Lesenlernens die Zeilen ab, die noch nicht dran sind
- Achten Sie darauf, dass das Kind bei Suchaufgaben das Sehfeld in Raster aufteilt, die es dann systematisch eines nach dem anderen mit den Augen von links nach rechts und von oben nach unten abtastet
- Halten Sie Blickkontakt beim Reden und bewegen Sie Ihr Kind dazu, Sie beim Sprechen anzusehen. Wenn sein Blick abschweift, dann halten Sie inne, machen eine Redepause und warten bis Sie wieder im Kontakt sind
- Geben Sie verständliche und kurze, eindeutige Hilfen
- Lassen Sie Geschichten nacherzählen (baut Erzählstruktur auf)
- Reagieren Sie möglichst nicht auf Fehler; lassen Sie statt dessen noch einmal probieren.
- Keine Musik, TV beim Arbeiten (auch wenn das Kind beteuert, dass es sich dann besonders gut konzentrieren könne)
- Keine Spielsachen in der Nähe; am besten eine großzügig ausgelegte Arbeitsfläche, auf der ausschließlich die benötigten Arbeitsunterlagen bereitliegen
- Sorgen Sie für angemessene Zeiten für die Aufgabenbewältigung und deren Besprechung (keine Hetze, weder Besuche noch Telefonate zwischendurch für Sie oder für Ihr Kind, nur unabweichliche Anliegen von Geschwisterkindern kurz aufgreifen)
- Formulieren Sie Ihre Forderungen eindeutig und konkret
- Geben Sie klare Anweisungen und nicht mehr als zwei Inhalte gleichzeitig
- Zeigen Sie eine wohlwollende Haltung und seien Sie nachsichtig bei Schwierigkeiten. Wenn es nicht klappt, dann denken Sie daran, dass es vorerst um die Arbeitshaltung und die Arbeitsstimmung geht und weniger um die Qualität des Endergebnisses
- Akzeptieren Sie, dass das Kind zu impulsiven Reaktionen neigt. Unterlassen Sie es, Ihr Kind zu kritisieren. (Es ist weder seine noch Ihre Schuld, wenn es mal schwer voran geht)
- Erinnern Sie sich daran, dass das Kind in anderen Bereichen durchaus aufmerksam sein kann und es hier die schwere Aufgabe hat, seine Konzentration auf Aufgaben und auf Sachverhalte zu richten, die nicht selbst gewählt sind, sondern von den Erwachsenen abverlangt werden. Das ist in Ordnung so, aber für manche Kinder halt schwierig



**Literatur**

Stand: 5 / 05

**DÖPFNER, Manfred; SCHÜRMANMN, Stephanie; LEHMKUHL, Gerd:**

Wackelpeter und Trotzkopf. Hilfen für Eltern bei hyperkinetischem und oppositionellem Verhalten. Weinheim 2000

**DÖPFNER, Manfred; SCHÜRMANMN, Stephanie; FRÖHLICH, Jan:**

Therapieprogramm für Kinder mit hyperkinetischem und oppositionellem Problemverhalten THOP. Weinheim 1997

**ETTRICH, Christine:**

Konzentrationstrainingsprogramm für Kinder (Bd. 1: Vorschule; Bd. 2: 1. + 2. Klasse, Bd. 3: 3. + 4. Klasse). Göttingen 1998

**LAUTH, G.W. + SCHLOTTKE, P.F.:**

Training mit aufmerksamkeitsgestörten Kindern. Weinheim 1997

**Adressen und Links**

Stand: 5 / 05

Bundesverband Aufmerksamkeitsstörung / Hyperaktivität e.V.  
Postfach 60  
91291 Forchheim  
Tel. und Fax: 09191 / 34874

AdS e.V.  
Elterninitiative zur Förderung von Kindern mit  
Aufmerksamkeitsdefizit-Syndrom mit / ohne Hyperaktivität  
Postfach 1165  
73055 Ebersbach  
Tel. und Fax : 07163 / 2855

[www.add-info.de](http://www.add-info.de)

[www.s-line.de/homepages/ads](http://www.s-line.de/homepages/ads)

[www.psychologie-online.ch/add](http://www.psychologie-online.ch/add)

[www.schulpsychologie-detmold.de](http://www.schulpsychologie-detmold.de)

[www.ADS-Web.de](http://www.ADS-Web.de) (Linksammlung)

[www.adhs-legasthenie.de](http://www.adhs-legasthenie.de) (Aufm.stö. und ernährung)