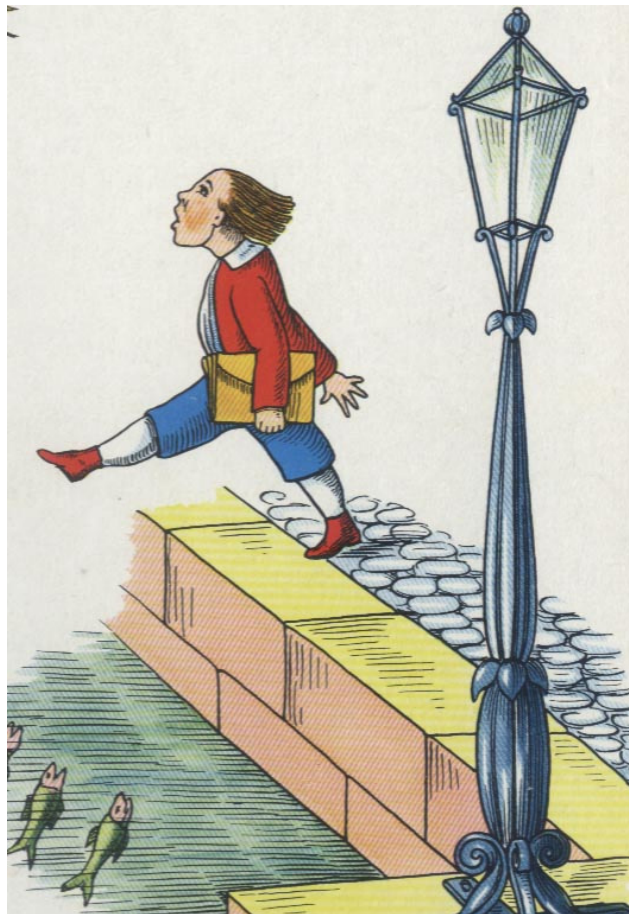


Aufmerksamkeits-Defizit-Syndrom (ADS)

Fallbeispiel: Sarah 5 Jahre

Sarah wird im Kindergarten nur "Traumsuse" genannt. Wenn die anderen Kinder ein Bild malen, sitzt sie gedankenverloren vor ihrem leeren Blatt und schaut aus dem Fenster. Auch dann noch, wenn die anderen Kinder ihre Bilder schon stolz der Erzieherin zeigen. Bei Gruppenspielen weiß Sarah nie, wann sie dran ist. Sie hat nicht aufgepasst und ist schon wieder mit etwas anderem beschäftigt. Wenn ihre Eltern sie nachmittags vom Kindergarten abholen, dauert der Heimweg ewig. Sarah bleibt alle paar Minuten stehen, um etwas anzusehen. Sie hat vergessen, was sie am nächsten Tag für den Ausflug mitbringen soll. Der Zettel vom Kindergarten ist unauffindbar. Dauernd bekommt Sarah zu hören, sie solle doch besser aufpassen und sich besser konzentrieren. Aber so sehr Sarah sich auch bemüht, irgendwie gelingt es ihr nicht.



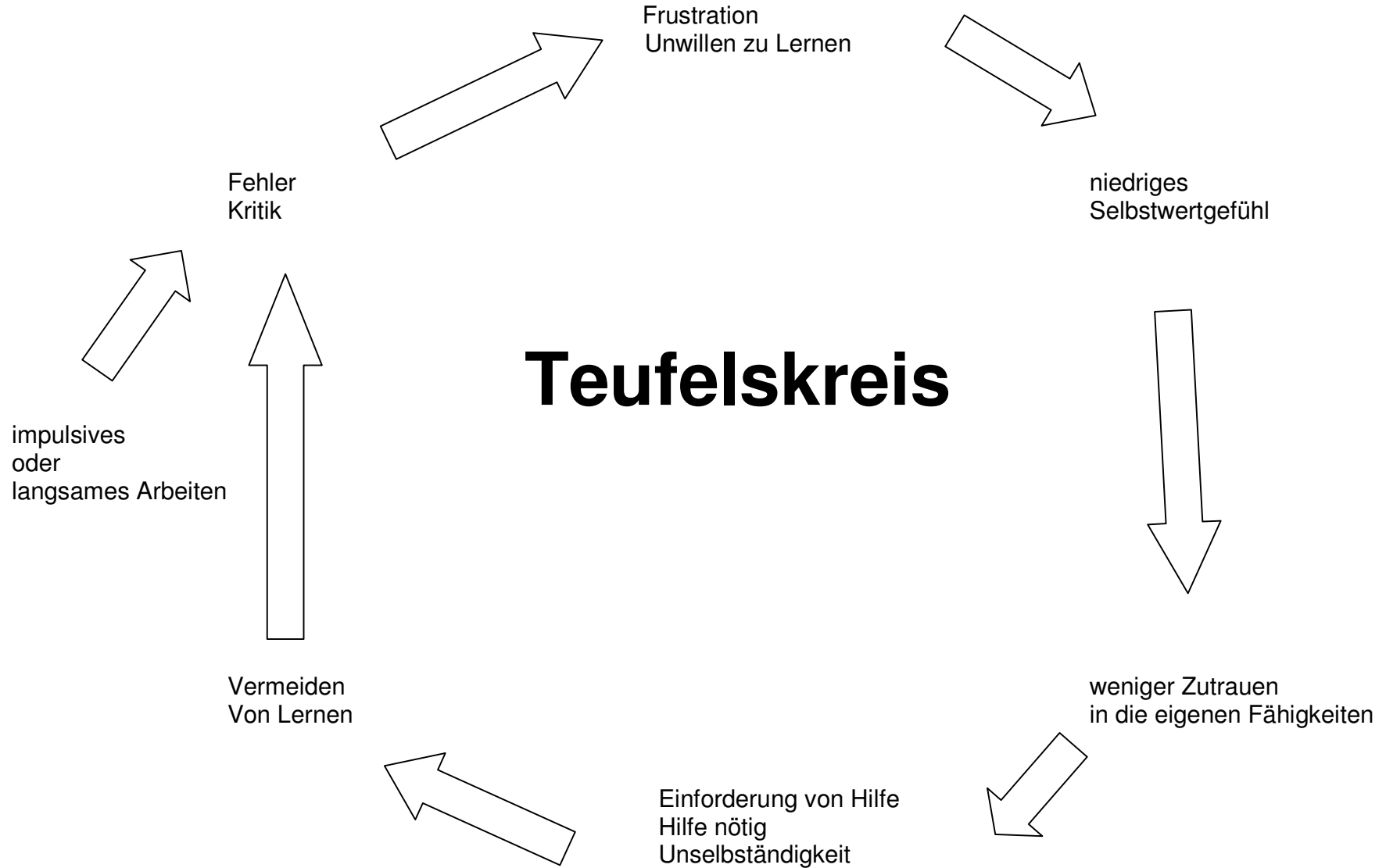
Aufmerksamkeitsdefizit-/Hyperaktivitätsstörung (ADHS)

Fallbeispiel: **Timo 5 Jahre**

Kaum ist Timo morgens aufgewacht, fallen ihm tausend Dinge ein, die er heute tun könnte. Sofort springt er auf und rast durch die Wohnung. Er hat am Vortag einen Piratenfilm gesehen und will sich ein Schiff bauen. Als er auf das Regal klettert, um sich ein Bettuch für das Segel zu holen, fällt das Regal mit Getöse um und weckt die anderen Familienmitglieder. Sofort geht der übliche Streit los. Jetzt ist nicht Schiffe bauen angesagt, sondern Anziehen, Frühstück und Kindergarten. Das Anziehen dauert ewig, weil ihm alle paar Sekunden etwas anderes einfällt. Beim Frühstück geht ein Glas zu Bruch, als Timo aufspringt, um einem Kind aus dem Kindergarten ein Geburtstagsgeschenk zu basteln. Der Weg zum Kindergarten ist eine Tortur: Timo ist schon oft, trotz strengster Ermahnungen, ohne links oder rechts zu schauen auf die Straße gerannt, weil er auf der anderen Straßenseite etwas wahnsinnig Spannendes entdeckt hat. Als Timos Mutter die Tür des Kindergartens hinter sich schließen will, ist sie eigentlich für den Rest des Tages schon völlig erledigt. Die Erzieherin will aber noch mit ihr reden: Timo sei für die Gruppe eine große Belastung. Er könne keine fünf Minuten still sitzen und sich auf kein Spiel konzentrieren. Er rase ständig herum und störe die anderen Kinder. Timos Mutter ist verzweifelt: Es ist nicht das erste Mal, dass ihr dies gesagt wird, und langsam weiß sie wirklich nicht mehr weiter.



Teufelskreis



Das Selbstwertgefühl der Kinder können Eltern stärken:

z.B.

- Interessen und positive Verhaltensweisen des Kindes wahrnehmen

- Loben (siehe Tipps zum Loben)

- Hilfreich sind strukturierte Tagesabläufe und dem Kind Veränderungen im Tagesablauf mitteilen

- Klare und ruhige Grenzziehungen bei Regelverstößen geben dem Kind Sicherheit und Orientierung

Tipps zum Loben

- Nehmen sie Blickkontakt zu ihrem Kind auf.
- Ein Lob sollte sofort gegeben werden.
(Lob ist wirkungsvoller, wenn es unmittelbar erfolgt)
- Kleine Schritte loben!
(Loben Sie nicht nur Ergebnisse, sondern Bemühungen)
- Ein konkretes Verhalten loben, nicht allgemein das gute Benehmen.
(konkret benennen und genau sagen, was gut war)
- Authentisch loben
(Lob sollte ehrlich sein und nicht gezwungen wirken;
Kinder merken, wenn es nicht ehrlich gemeint ist)
- Kritik und Lob nie miteinander vermischen!!!
- Es tut allen gut, häufig gelobt zu werden.
("Man kann ein Kind gar nicht oft genug loben")

Lob hat verschiedene positive Effekte:

- Lob funktioniert als Rückmeldung.
- Lob fördert das Selbstvertrauen und stärkt das Selbstbewusstsein des Kindes.
- Lob schafft eine angenehme Atmosphäre.
- Lob verbessert die Beziehung zum Kind.
- Lob steigert die Motivation und die Anstrengungsbereitschaft des Kindes.
- Lob führt dadurch zum erwünschten Verhalten.

Aufmerksamkeitstraining

Genau hinschauen

Ziel: Die Aufmerksamkeit auf eine Aufgabe zu lenken, indem das Kind beispielsweise nur auf das Blatt schaut, bis die Aufgabe beendet ist.

Beispiele:

- Linien mit den Augen verfolgen
- ein Bild ansehen und beschreiben (strategisch vorgehen)
- Eine Bildergeschichte legen
- Memory oder Gegenstände (visuell) merken
- Suchbilder
etc.

Genau hinhören

Ziel: Akustische Informationen besser aufzunehmen und wiederzugeben.

Beispiele:

- Alltagsgeräusche, Tiergeräusche, etc. erkennen
- Hörmemory
- Eine Geschichte hören und nacherzählen (oder Fragen zu der Geschichte beantworten)
etc.

Reaktionsverzögerung

Ziel: Bei der Bearbeitung einer Aufgabe zunächst innehalten, überlegen und am Ende einer Aufgabe noch einmal genau überprüfen.

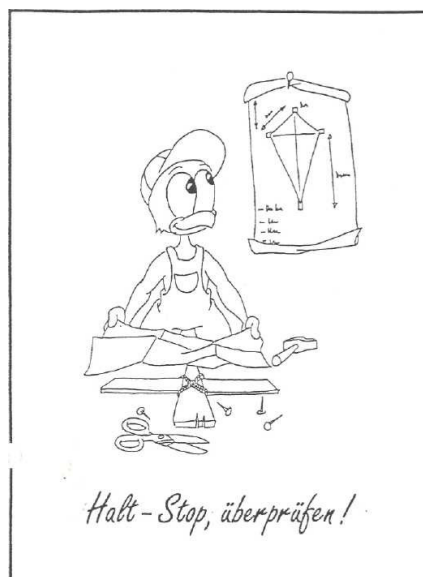
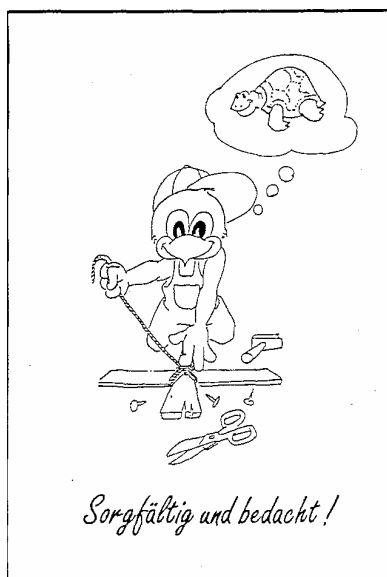
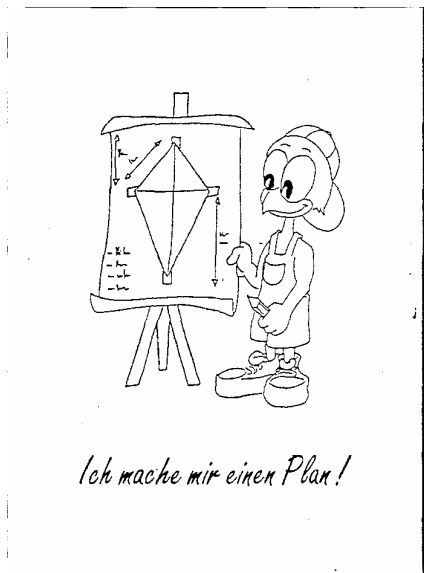
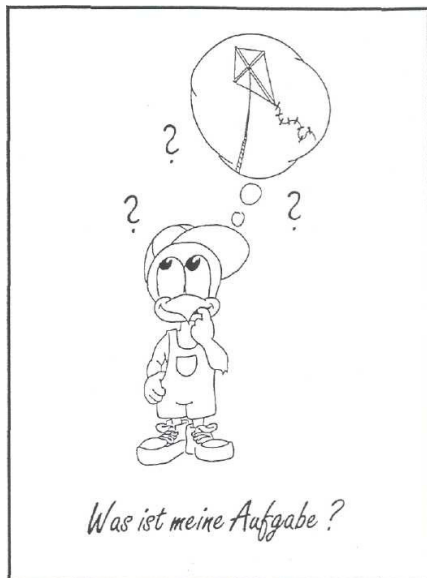
Die Einführung einer Signalkarte "Halt! Stop" (Stop-Bär-Karte) kann dem Kind dabei helfen, nicht gleich loszulegen, wenn eine Aufgabe ansteht.



Verbale Selbstanweisung und motorische Handlungsplanung

Ziel: Durch Signalkarten lernt das Kind Steuerungs- und Kontrollprozesse kennen, die es ihm ermöglichen, organisiert zu handeln und den jeweiligen Stand im Handlungsverlauf zu erfassen und zu reflektieren.

Für Kinder ab 9 Jahren.



Spiele zur Förderung der Konzentration

- "Ich packe meinen Koffer"
- 10 Gegenstände dem Kind zeigen, danach unter einem Tuch verstecken. Das Kind soll die Gegenstände:
 1. Benennen
 2. Erkennen, welche Gegenstände fehlen (ohne Tuch)
 3. Verändern Sie die Lage von Gegenständen und lassen Sie ihr Kind die ursprüngliche Ordnung wiederherstellen
- "Rückenmalen" (Formen, Buchstaben, Zahlen bis 20)
- "Ich sehe was, was du nicht siehst"
- Geschichte vorlesen und immer wenn ein Name oder ein bestimmter Gegenstand gelesen wird, soll ihr Kind in die Hände klatschen
Steigerung: mehrere Namen
("Ratz-Fatz"-Spiel, "Ratzelino")
- Memory (Steigerung: mit 2 Spielen 4 Karten finden)
Hörmemory: Filmdosen mit Materialien füllen (z.B. Bohnen, Sand, Wasser, Büroklammer etc.)

käufliche Spiele

- "Differix" oder "Schau Genau"
- "Make`n break"
- "Rinks und Lechts"
- "Solche Strolche" oder "Gruselino"
- "Verrücktes Labyrinth"
- "Geistertreppe"
- "Zicke Zacke Hühnerkacke"
- "Twister"

Quellen

- "Marburger Konzentrationstraining für Schulkinder"
D. Kowatschek
- "Training mit aufmerksamkeitsgestörten Kindern"
Lauth/Schlottke
- Broschüre von der Bundeszentrale für gesundheitliche
Aufklärung (BZgA)