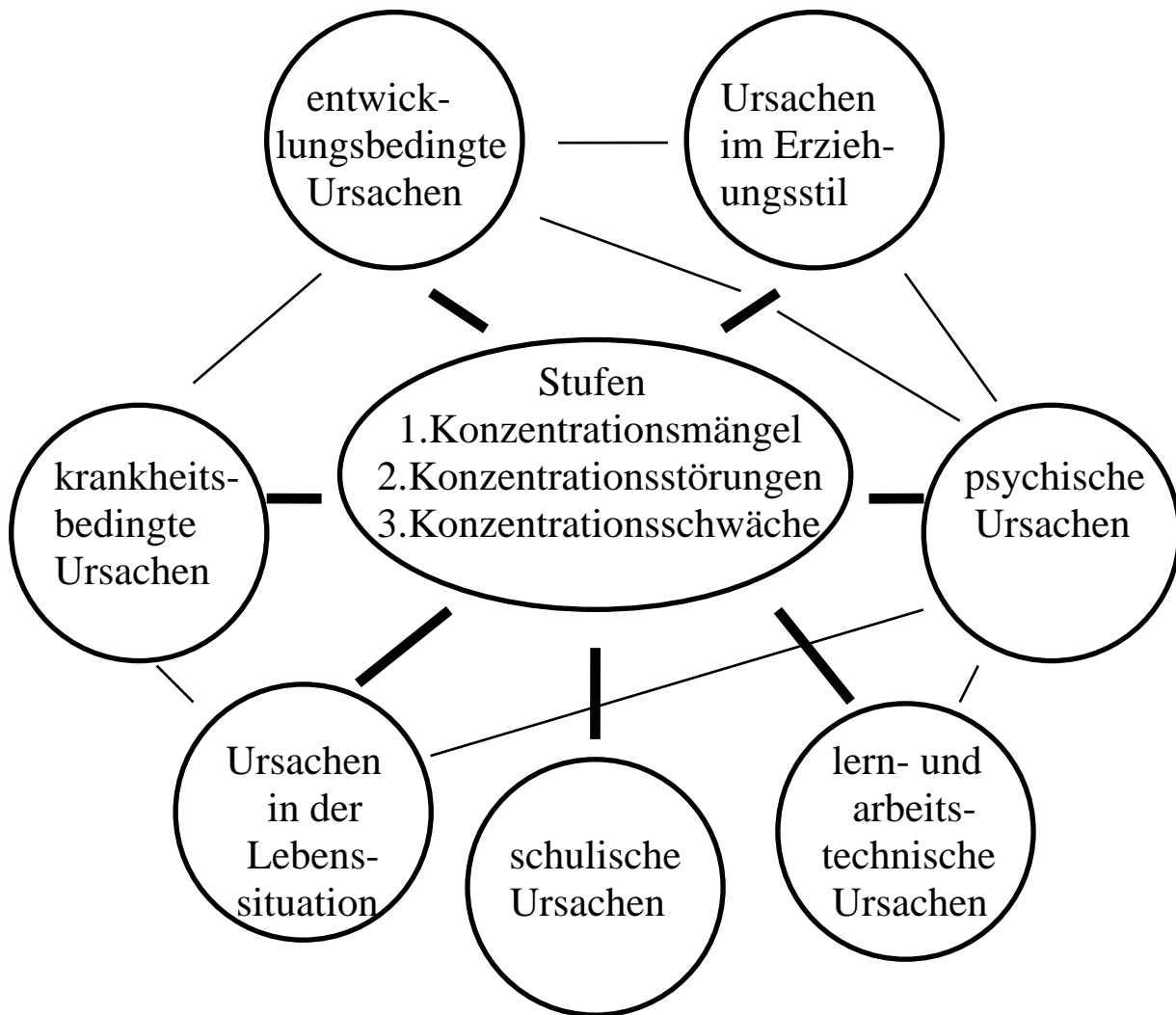


Konzentrationsstörungen Ursachengeflecht



Die Konzentrationsspanne ist nicht sehr lange. Bei Grundschulern beträgt sie 15-20 Minuten, in den Eingangsklassen der weiterführenden Schulen 20-30 Minuten und bei älteren Schülern 30-40 Minuten.

Stichpunkte zum Ursachengeflecht

- **Lebenssituation:** Überlastung durch Nebenbeschäftigungen, Hobbies, zu viel Fernsehen. Schlaf-

defizite, ungeeignete Arbeitsbedingungen (z.B. fehlendes Arbeitszimmer usw.)

- **Entwicklungsbedingt:** schon in früher Kindheit angelegt (z. B. Ungeduld der Mutter beim Stillen, Sauberkeitserziehung), Unfähigkeit zum Spiel, Angst vor Strafe, Tadel, Liebesverlust, zu frühe Einschulung, Entwicklungskrise in der Pubertät
- **Krankheitsbedingt:** Schlafstörungen, Kopfschmerzen, häufig Schulabwesenheit, chronische Krankheiten (Herzfehler, Zahndefekte, Nierenschäden, Überernährung, Hypotonie, Kreislaufstörungen, Hormonhaushalt, allergische Krankheiten)

- **Schulisch:** Klassensituation, Angst vor dem Lehrer (blamieren, bloßstellen, ablehnen usw.) besonders dort angezeigt, wo der Schüler negative Eigenschaften der Eltern in die Person des Lehrers projiziert, Überforderung, zu hohe Erwartungshaltung
- **Erziehungsstil:** Gerade durch falsche, extreme oder einseitige Erziehungsmaßnahmen entstehen Haltungen beim Schüler, die in Beratungssituationen als „Konzentrationsstörungen“ angesehen werden. (Beispiele: verwöhnende, übertrieben besorgte, overprotection, Ablehnung, Vernachlässigung, Perfektionismus, autoritärer-antiautoritärer Erziehungsstil, übertriebene Erwartungshaltung, auffallend symbiotische Mutter-Kind-Beziehung)
- **psychisch:** innerer Zwiespalt und Kampf zwischen Wünschen und Trieben, Unterdrückung der offenen Austragung von Aggressionen, Kind als „Spielball“ elterlicher Interessen, Kind „zwingt“ Eltern, dass sie sich kümmern, ständige Unterdrückung sexueller Neugier des Kindes, traumatische sexuelle Erlebnisse, Drogenkonsum
- **falsches Lernen:** auswendig lernen ohne Transferfragen, fehlende Zeitplanung, Lernstoffwechsel, Heftführung, Lernpausen, Arbeitsplatz, mehrkanaliges Lernen, Gedächtnisstützen, Lernkontrollen

Was kann man gegen Konzentrationsstörungen tun?

1. Konzentrationsprogramme (z.B. G. Keller; Lernen-Denken-Entspannen)
2. Lerntheoretische Hilfen (Lernen lernen z.B. „Lehrer helfen lernen“; G. Keller „So macht lernen Spass“; W. Endres „Gute Noten leicht gemacht“; H. Schwinghammer)
3. Selbstkontrolle und Selbststeuerung
4. Einstellungsänderungen der Eltern (z.B. Beseitigung der Überforderung)

Anmerkungen: Konzentration und Motivation hängen unmittelbar zusammen. Bei der Durchführung eines Lernkurses, konnte ich die Feststellung machen, dass Schüler, die als wenig konzentrationsfähig galten, bei Aufgabenstellungen, die sie interessierten, sehr konzentriert arbeiteten. Aufgaben, die beim Schüler den Eindruck erweckten, dass er sie schaffen kann, haben in aller Regel auch eine hohe Motivation und Zielstrebigkeit hervorgerufen. Hoffnung auf Erfolg spielt meines Erachtens eine wesentliche Rolle. Eine eventuelle Überforderung sollte deshalb eine zentrale Rolle im Beratungsgespräch mit den Eltern einnehmen.

Lit.: G. Wohlschläger/Steffen in W. Honal: Handbuch der Schulberatung (MOT 8/KON 8)

Test: Konzentrationstest d2/PSB Subtest 9/10