

Konzentration



Was ich schon immer über die Konzentration wissen wollte

Am Ende der Kindergartenzeit sollte ein Kind so weit entwickelt sein, dass es den Anforderungen des Schulalltags gewachsen ist. Der Schulbesuch fordert ein gewisses Maß an psychischen und körperlichen Belastbarkeiten:

- *Das Schulkind sitzt im Vergleich zum Kindergartenkind viel länger still*
- *Es benötigt mehr Ausdauer und stellt sich auf neue Gegebenheiten und Informationen ein.*
- *Es wird von ihm erwartet, dass es sich in einer relativ großen Gruppe gleichaltriger Kinder angemessen verhalten kann.*
- *Es sollte genügend Selbständigkeit entwickelt haben, um Aufgaben allein zu bearbeiten.*

Die meisten Kinder sind am Ende ihrer Kindergartenzeit gut auf die Schule vorbereitet und meistern den Übergang in die Schule. Ebenso gelingt es den meisten Kindern, den Anforderungen der Schule zu entsprechen und sich dabei weiter zu entwickeln.

Die Fähigkeit sich zu konzentrieren spielt dabei eine ganz wichtige Rolle: sie steht mit den oben genannten Fähigkeiten eng im Zusammenhang.

Wann zeigt ein Kind Konzentrationsschwierigkeiten?

Vor allem erkennt man Konzentrationsschwierigkeiten des Kindes daran, dass es ihm schwerfällt, seine Aufmerksamkeit der Situation entsprechend zu steuern. Das bedeutet:

- *sich einer Sache zuwenden*
- *dabei zu bleiben*
- *Unwichtiges ausblenden können*
- *je nach Alter des Kindes kann man eine gewisse Ausdauer erwarten*
- *je älter das Kind wird, desto länger wird diese Aufmerksamkeitsspanne (= bewusstes Steuern der Aufmerksamkeit) ausfallen*

Aus der Problematik mit der Konzentration entstehen über kurz oder lang auch Probleme mit der Leistung. Oft kommen noch andere Auffälligkeiten dazu wie

- *aggressives Verhalten*
- *Ängste (Schulängste, Prüfungsängste)*
- *Einnässen, usw.*

Das Kind entwickelt als Folge ein schwaches Selbstbewusstsein und ein geringeres Selbstwertgefühl. Es traut sich nichts mehr zu und strengt sich manchmal auch nicht mehr an. Dieses Vermeidungsverhalten führt wiederum zu schlechten schulischen Leistungen. Viele Eltern und auch die Kinder selbst berichten oft voller Verzweiflung, dass das Kind zu Hause stundenlang gelernt hat und alles Gekonnt hatte, aber in der Schule bei Prüfungen oder Diktaten usw. war alles Wissen wie weggeblasen. Sind die Leistungsdruck und die Anspannung des Kindes zu groß, kommt es in der Prüfungssituation zu „Blackouts“.

Häufig reagieren die Eltern verständnislos und erhöhen den Druck auf ihr Kind in der Absicht, es zu motivieren. Dadurch entsteht ein Teufelskreis aus dem die Familie kaum ausbrechen kann.

