



Salzburger Straße 56
5110 Oberndorf
Telefon: 0664/502 55 22
www.reichartzeder.at

Infozeitung für Kindesentwicklung

kinder.praxis

„Ach so geht das!“ Wenn Lernen schwierig ist ...

Das Gefühl, trotz intensiven Lernens den Lerninhalt nicht zu verstehen und sich ihn nichts merken zu können, ist vielen Kindern nicht fremd. Sie versuchen verzweifelt den Stoff zu erfassen. Obwohl es schon fünfmal erklärt wurde, scheinen sie ihn nicht zu verstehen. Das ist der Zeitpunkt, wo Lehrer und Eltern aufgeben.

Komplexe Ursachen

Anlaufstelle ist der Kinderarzt. Zunächst ist abzuklären, ob das Kind gut sieht und hört. Anschließend ist ein Besuch beim Schulpsychologen sinnvoll. Der stellt fest, um welche Form der Lernstörung es sich handelt. Diese können verschiedene Ursachen haben: Verspätete Entwicklung, motorische Probleme, Schwierigkeiten in der Schule, Legasthenie, Aufmerksamkeitsdefizit-Syndrom etc. Kommen Wahrnehmungsstörungen hinzu, erschwert das die Form der Lernstörung. Welche Therapie sinnvoll ist, ist mit dem Kinderarzt abzusprechen.

Es wächst sich nicht aus!

Unbehandelt können Lernstörungen drastische Folgen für das Leben des Kindes haben. Merkt es, dass sich andere Kinder bei gleichen Aufgaben nicht schwer tun, ist es frustriert. Es fühlt sich schlecht und dumm. Oft wird dem Kind vorgeworfen, es wäre faul oder würde trödeln, es müsse sich nur mehr Mühe geben. Einige Kinder reagieren auf diese Überforderung mit psychosomatischen



Unterstützen Sie Ihr Kind beim Lernen! Motivieren Sie es durch unterschiedliche Techniken. So hat das Kind bald Lernerfolge und empfindet Freude dabei.

Beschwerden wie Bauch- oder Kopfschmerzen. Andere werden aggressiv, traurig oder weinerlich. Ständiger Misserfolg und schlechte Noten lassen auch selbstbewusste Kinder an sich zweifeln. Liegt die Ursache bei einer Wahrnehmungsstörung, so sind nicht Lernstoff oder Intelligenz des Kindes das Problem, sondern die Aufnahme, Verarbeitung und Weiterleitung der aufgenommenen Informationen.

Den Lernstoff begreifbar machen

Gerade wenn Kinder Probleme haben das Gesehene und Gehörte im Kopf zusammenzufügen und in eine Handlung umzusetzen, ist es für sie leichter Zusammenhänge zu verstehen, wenn sie sie im Rahmen einer sinnvollen all-

täglichen Handlung ausführen. Zum Beispiel wird Rechnen beim Einkaufen sinnvoll und verständlich. Wichtig ist der Bezug zum Alltag des Kindes, denn Hirnforscher haben festgestellt, dass es leichter ist, an Bekanntes anzuknüpfen, als sich Neues ohne Zusammenhang zu merken. Wird etwas mit einem guten Gefühl verbunden oder ist spannend genug, reagiert das Gehirn viel früher.

Inhalt:

Editorial	2
COTEC-Kongress	2
Positiv lernen	3
Konzentration fördern	4



Editorial

Angelika Reichartzeder

Liebe Eltern und KollegInnen,

Mit Schulbeginn beginnt der Ernst des Lebens. Dieser Satz zeigt, wie wir selbst oft die Schule und das Lernen einschätzen, als Pflicht und Anstrengung. Dabei sind die meisten Kinder wissbegierig und neugierig, voller Tatendrang und Entdeckerlust. Alles Grundvoraussetzungen für erfolgreiches Lernen. Kinder wollen lernen und dabei auch erfolgreich sein. Unsere Aufgabe besteht darin, ihnen dabei zu helfen. Hirnforscher haben festgestellt, dass besonders die emotionale Beziehung eine Grundvoraussetzung für positives Lernen ist. Man lernt daher am besten, wenn wir uns wohlfühlen, uns gemocht fühlen und keine Angst haben müssen. In dieser Ausgabe der Kinderpraxis haben wir uns intensiv mit Lernstörungen und Möglichkeiten sie zu behandeln, beschäftigt. Positives Lernen kann allen Beteiligten das Leben erleichtern. Es macht selbstbewusst und sicher. Die Freude am Neuen kommt dann von selbst. In diesem Sinne wünsche ich allen ein erfolgreiches Schuljahr.

Angelika Reichartzeder

Ihre Angelika Reichartzeder

Impressum

Medieninhaber und Herausgeber: Angelika Reichartzeder, Kinderpraxis Ergotherapie Reichartzeder, Salzburger Straße 56, 5110 Oberndorf, Telefon: 0664/5025522, www.reichartzeder.at; Layout und Produktion: JAGER PR, www.jager-pr.at; Druck: digitaldruck.at

Gedächtnistraining für Kids

Sich Schulstoff zu merken, kommt vielen Kindern schwierig vor. Das Gedächtnis ist sehr stark mit der Aufmerksamkeit und der Motivation verbunden. Wir merken uns Dinge, die spannend und sinnvoll sind, viel leichter als trockenen Lernstoff. Gedächtnistraining kann da hilfreich sein. Durch gezielte Aufgaben bringt es die grauen Zellen in Schwung und steigert gezielt die Voraussetzungen für geistige Leistungen wie Lernfähigkeit, Aufmerksamkeit, Konzentration und Merkfähigkeit. Das Training des Gehirns ist vergleichbar mit gezieltem, körperlichem Training. Durch regelmäßiges entspanntes Üben wird die Merkfähigkeit deutlich erhöht. Da-

bei ist es wichtig, alle Sinneskanäle anzusprechen. Phasen angestrengten Denkens lösen Phasen der Entspannung für das Gehirn ab. Anfangs löst man leichtere Denkaufgaben, damit das Gehirn warm wird, dann wird der Schwierigkeitsgrad gesteigert. Gedächtnistraining verbessert die geistige Beweglichkeit, logisches Denken, das Abrufen von Wissen, die Kreativität und die Auffassungsgabe. Wichtig ist dabei der Spaß an der Sache. In der Ergotherapie Reichartzeder wird Gedächtnistraining gezielt bei Kindern mit Schwierigkeiten in der Merkfähigkeit und Aufmerksamkeit eingesetzt. Dabei wird immer darauf geachtet, dass mit allen Sinnen gearbeitet wird.

Die eigene Zukunft gestalten – COTEC Kongress



Angelika Reichartzeder mit BerufskollegInnen aus Salzburg beim Kongresszentrum in Hamburg.

Gemeinsam mit Kolleginnen aus Salzburg war Angelika Reichartzeder von 22. bis 25. Mai 2008 am Europäischen Ergotherapie Kongress in Hamburg. Zum Thema: „Die eigene Zukunft gestalten“ fand ein reger Austausch mit KollegInnen aus der ganzen Welt statt. Es wurden viele inspirierende Ideen und spannende Konzepte gezeigt. Angelika Reichartzeder präsentierte gemeinsam

mit Carola Demler (Ergotherapeutin aus Eugendorf) das Salzburger Projekt „Die rote Schnur“, welches Eltern über die Sinnesentwicklung von Säuglingen und Kleinkindern informiert. Das Thema trifft genau den Trend der Zeit und viele Ergotherapeutinnen aus ganz Europa waren interessiert am Thema der Salzburgerinnen. Einige wünschten sich konkrete Zusammenarbeit in der Zukunft.

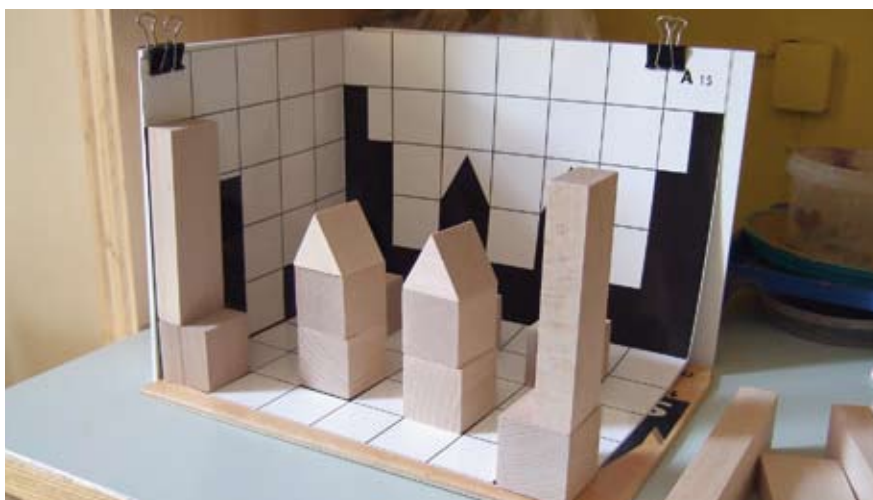
Vom Krikelkrakel zum Schreiben
Vortrag am 14.10.2008,
19.30 Uhr, im Institut für
Frühpädagogik
in Mattsee

Positiv Lernen mit dem IntraAct-Plus-Konzept

Viele Kindern haben Probleme mit dem Lernen. Sie plagen sich so sehr, dass sie Lernsituationen meiden. Bei Lernsituationen kommt es oft zu Auseinandersetzungen zwischen Eltern und Kind. Lernstörungen und Lernblockaden können vielfältig sein und verschiedene Gründe haben. Oft steckt eine Störung im Bereich der Fein- und Grobmotorik oder Wahrnehmung dahinter. Eine Lern- und Leistungsstörung kann entstehen, wenn ungünstige Signale, Aufgabenstellungen und Lernwege angeboten werden. Dann versucht die Eigensteuerung des Kindes, dies ist die Steuerung vom Verhalten, möglichst passend zu reagieren indem sie zum Beispiel Ziele entwickelt wie „Vermeiden von Lernen“, „Fehler sind unangenehm“ oder „ich muss schnell fertig sein“. Das ständige Wiederholen dieser ungünstigen Verhaltensstrategien ist eines der schwerwiegendsten Probleme bei Lernstörungen.

Das IntraAct-Plus-Konzept hilft

Jeder Augenblick des Lernens, in dem negativ gedacht, das Lernen vermieden oder zu schnell gearbeitet wird, trainiert eine Lern- und Leistungsstörung. Das kann innerhalb von wenigen Wochen äußerst stabil werden und damit das ungünstige Lernverhalten aufrechterhalten. Die Eltern müssen dann größte Anstrengung aufbringen, um das Kind zum Lernen zu bewegen. Selbst damit haben sie oft keinen Erfolg, denn die Kräfte der negativ aufgebauten Eigensteuerung können groß sein. Quälerei, Frustration und Tränen müssen nicht sein, aber ohne Anstrengung geht es nicht. Mit Hilfe des IntraAct-Plus-Konzepts nach Jansen und Streit kann die Ergotherapie, in Zusammenarbeit mit den Eltern, Kindern mit Lern- und Leistungsstörungen helfen. Es ermöglicht selbst unkooperativen, verhaltensauffälligen und aggressiven Kin-



Durch geeignete Lernstrategien beginnen die Kinder ein positives Gefühl für die Aufgaben zu entwickeln.

den, Lernmotivation aufzubauen. Die Arbeit mit dem IntraActPlus-Konzept beinhaltet eine präzise Problemanalyse. Mittels Videotechnik werden Lern- oder Hausübungssituationen mit Eltern und Kind analysiert, und die Ursache der Lern- und Leistungsstörung erfasst.

Lernmotivation steigern

Durch das Erkennen der eigenen „Fallen“ sowie Vermittlung von geeigneten Lernstrategien lernen Kinder und Bezugspersonen sich selbst positiv zu steuern. Die innere Haltung sowie die Beziehung zwischen Eltern und Kind während des Übens (Hausaufgaben machen etc.) ist ausschlaggebend für den Lernerfolg. Eltern lernen die richtigen Signale zu senden und günstige Aufgaben und Lernwege zu wählen, um positives Lernen zu erreichen. Im Rahmen der ergotherapeutischen Behandlung werden die Fähigkeiten der Eigensteuerung bewusst erlernt und trainiert, so dass eine hohe Lernmotivation, günstige Lernstrategien und eine optimale Eigensteuerung entstehen. Mit einer guten Lernatmosphäre, einfachen Tipps und klaren Handlungsmöglichkeiten sowie gutem

Arbeitsmaterial gelingt der Sprung zu „Positivem Lernen“!

Positiv lernen ist lernbar!

Elisabeth Fötschl wendet das InterAct-Plus-Konzept in der Therapie erfolgreich an und steht Ihnen für Fragen unter 06 64/45 35 685 zur Verfügung!

Hirnnahrung

Tipp von Ernährungberaterin Christine Jäger

Ein Müsli zum Frühstück ist der beste Start in den Tag. Beim Denken verbraucht unser Gehirn sehr viel Glukose, also Zucker. Deshalb ist es wichtig, guten Zucker, der in Obst, Gemüse und Getreide enthalten ist, zu essen. Außerdem halten die B-Vitamine in Vollkornbrot und Getreide die Millionen Nervenzellen im Gehirn funktionstüchtig. Nüsse und Sonnenblumenkerne haben essenzielle Fettsäuren, die für die Denkfähigkeit wichtig sind. So hat das Müsli alles, was der Mensch zum Denken braucht. Nicht vergessen: Viel trinken!



Tipps für eine bessere Konzentration



Voll konzentriert: Denkspiele erhöhen die Konzentrationsfähigkeit.

Manche Kinder bleiben nicht lange bei der Sache und schweifen schnell mit ihren Gedanken ab. Sie meinen, sich nicht konzentrieren zu können. Sich von Reizen ablenken zu lassen, ist jedoch völlig normal. Die Konzentrationsfähigkeit entwickelt sich mit zunehmendem Alter. Sie muss gelernt und geübt werden. Viele Kinder brauchen deshalb Eltern und Lehrer die ihnen dabei helfen.

Konzentrationstipps

1. Achten Sie darauf, in welchen Situationen sich Ihr Kind ablenken lässt und wann es konzentriert bleibt. Schauen sie dabei auf die Zeit. Untersuchungen haben gezeigt, dass sich 5- bis 7-jährige bis 15 Minuten voll konzentrieren können. Dann brauchen sie eine Pause.
2. Im Spielen wird die Grundlage für gute Konzentrationsfähigkeit gelegt. Gesellschafts-, Ball- und gezielte Denkspiele können die Aufnahmefähigkeit des Kindes steigern.
3. Damit das Gehirn richtig arbeiten kann, braucht es genügend Sauer-

stoff und Flüssigkeit. Bewegung in frischer Luft ist notwendig. Hat der Körper zu wenig Flüssigkeit, fällt ihm das Denken schwer. Wasser, Tee oder verdünnte Fruchtsäfte schaffen Abhilfe.

4. Auge und Ohr lassen sich leicht ablenken. Es fällt leichter sich zu konzentrieren, wenn der Arbeitsplatz reizarm ist und spannende Spielsachen nicht zur Ablenkung auffordern. Entspannende Hintergrundmusik kann das Lernen erleichtern.
5. Stress, Anspannung, Sorgen und Streit sind Konzentrationskiller. Vermeiden sie Ermahnungen und Strafen beim Lernen. Ihr Kind braucht, gerade wenn es Konzentrationschwierigkeiten hat, Lob und Anerkennung. Selbst kleine Fortschritte dürfen gelobt werden.
6. Struktur und Ordnung erleichtern die Konzentration. Portionieren Sie den Lernstoff für ihr Kind in überschaubare Einheiten. Hervorheben mit Farben hilft, die Aufmerksamkeit auf das Wichtige zu lenken.

Spiele zur Konzentrationsfähigkeit

Rush hour – das geniale Stauspiel:

Ein Logikspiel für die ganze Familie. Gemeinsam mit elf anderen verschieden farbigen Autos und vier Lkws steckt man mit dem kleinen, roten Auto im Verkehrsstau fest. Es gilt die beste Strategie zu finden, um das Auto aus dem Chaos heraus manövrieren zu können. Ein trickreiches Spielvergnügen, das die grauen Zellen ganz schön ins Schwitzen bringt.

Ligretto

Drei Sachen muss man zum Ligretto Spielen mitbringen: Geschwindigkeit, Kombinationsgabe und Reaktionsvermögen. Mit diesen drei Dingen

ausgestattet, versuchen alle Spieler gleichzeitig möglichst viele Karten gleicher Farbe in der Reihenfolge von 1 bis 10 in der Mitte abzulegen. Das schnelle Kartenspiel ist für zwei bis vier Spieler, ab 8 Jahren, geeignet.

Wer ist es?

Spieler Detektiv und errate das geheimnisvolle Gesicht auf der Karte deines Mitspielers. Trägt der Verdächtige eine Brille oder hat er eine Glatze? Durch cleveres Fragen und pfiffiges Kombinieren scheidet ein Gesicht nach dem anderen aus. Wer von fünf Runden die meisten Spiele gewinnt, ist der Sieger. Für 2 Spieler ab 6 Jahren.



Spielen für mehr Konzentration