

➔ KONTAKT

Stadt Chemnitz Jugendamt

Erziehungs- und Familienberatung

Ritterstraße 7, 09111 Chemnitz

Telefon: 0371 488-5165

E-Mail: jugendamt.erziehungsberatung@
stadt-chemnitz.de

**Eine telefonische oder schriftliche Anmeldung
ist erwünscht.**

Anmeldezeiten sind:

Mo, Mi, Fr 08:00 bis 12:00 Uhr

Di, Do 14:00 bis 18:00 Uhr

Termine sind auch außerhalb der Öffnungs-
zeiten möglich.

Mit der Ratgeberreihe für Eltern möchte die Erziehungsberatung Schwierigkeiten und Probleme im täglichen Umgang mit Kindern und Jugendlichen ansprechen. Die Ratgeberreihe soll keine grundsätzlichen oder allgemeinverbindlichen Lösungen offerieren, sondern ist vielmehr als Einladung zu Gesprächs- und Beratungsangeboten der Einrichtung gedacht.

Herausgeber: Stadt Chemnitz · Die Oberbürgermeisterin
Ansprechpartner: Jugendamt
Satz: HB-Werbung und Verlag GmbH & Co. KG
Illustration: Fotolia / © Trueffelpix
Druck: Verwaltungsdruckerei 2020



KONZENTRATIONS- PROBLEME

➔ Erziehungsberatung

Ratgeberreihe für Eltern

MEIN KIND KANN SICH NICHT KONZENTRIEREN

Wenn ein Kind schulische Leistungsprobleme hat, wird häufig auch ein Mangel an Konzentration als Ursache vermutet.

Oft geht man wie selbstverständlich mit diesem Begriff um aber was genau ist Konzentration?

Konzentration ist die Fähigkeit, alle Gedanken für eine gewisse Zeit auf eine Tätigkeit zu richten. Konzentrationsprobleme zeigen sich konkret in Form von Ablenkbarkeit, mangelhafter Ausdauer, Trödeln, langsamer Auffassung, häufigem Unterbrechen von Tätigkeiten sowie Unruhe und daraus folgend in ungenauem Arbeiten, Flüchtigkeitsfehlern und großem Zeitaufwand.

Dieses erschwert letztlich die erfolgreiche Bewältigung vor allem von geistigen Tätigkeiten und kann im schulischen Bereich zu häufigen Misserfolgen führen.

Die Konzentrationsdauer bei Kindern ist zunächst abhängig von ihrem Alter und dem daraus resultierenden Entwicklungsstand.

Beeinflusst wird die Konzentration u. a. durch:

➤ PSYCHISCHE BEDINGUNGEN

Konzentrationsmindernd können sich Stressreaktionen und/oder innere Anspannung als Folge von Belastungen eines Kindes, z. B. durch familiäre Probleme, Probleme mit Mitschülern oder Lehrern auswirken.

➤ KÖRPERLICHE BEDINGUNGEN

Beispielsweise können hirnorganische Schädigungen oder allgemeine Minderbelastbarkeit Konzentrationsprobleme verursachen.

➤ ÄUSSERE BEDINGUNGEN

Eine laute Umgebung sowie ein hoher Fernsehkonsum verbunden mit wenig Schlaf und mangelnder Verarbeitung des Gesehenen stellen ebenso Ursachen dar.

Eltern können durch ihr Erziehungsverhalten und gezielte, altersgerechte Beschäftigungsangebote die Konzentration ihrer Kinder fördern.

So sollte bereits ab Kleinkindalter unnötiges und plötzliches Unterbrechen von Spielsituationen vermieden werden, um dem Kind das Üben von selbstständigen und konzentrierten Beschäftigungen zu ermöglichen.

Bei Schulkindern kann es sinnvoll sein, diese bei der Einteilung von Arbeits- und Pausenzeiten zu unterstützen. Im Alter von 7 bis 9 Jahren ist nach einer konzentrierten und möglichst störungsfreien Arbeitsphase (ohne Radio, Fernsehen, Unterhaltung) von 30 Minuten zunächst eine Pause von ca. 10 Minuten ratsam. Schließlich gibt es eine Vielzahl konzentrationsfördernder Spiele wie Memory, Labyrinth, Differix.

Bestehen über einen längeren Zeitraum Konzentrationsprobleme bei einem Kind und stellen sie eine Beeinträchtigung der Leistungsfähigkeit dar, sollte ein Fachmann zu Rate gezogen werden.

Er kann die individuellen Ursachen feststellen und geeignete Hilfen und Unterstützungen bieten.

Ansprechpartner sind alle Erziehungsberatungsstellen.