

IPSN/ Schulpsychologie

# Informationen

## **Aufmerksamkeits- und Konzentrationsstörungen ...**

... sind ein Problem, unter dem viele Kinder und Erwachsene leiden. Alle Menschen kennen Phasen, in denen es leichter bzw. schwerer fällt, sich zu konzentrieren. Und wissen, dass das Interesse an einem Thema, Spaß und Freude an einer Tätigkeit großen Einfluss haben, wie konzentriert und aufmerksam „wir bei einer Sache sind“.

Aufmerksamkeit und Konzentration sind wichtige Voraussetzungen dafür, Leistungen zu erbringen. Dabei gibt es zwei Formen von Konzentration: *willentlich und aktiv gesteuerte Aufmerksamkeit* und *unwillkürliche Aufmerksamkeit*. Aktiv gesteuerte Aufmerksamkeit zeigt sich z.B. beim Lernen von Vokabeln, beim Spielen oder beim Chatten im Internet. Unwillkürliche Aufmerksamkeit ist wichtig, wenn ich im Straßenverkehr merke, dass ein Auto mit Sirene kommt und mein Verhalten darauf anpasse. Beide Fähigkeiten ergänzen sich und ermöglichen die Bewältigung verschiedenartigster Aufgaben.

Die Konzentrationsleistung unterliegt im Tagesverlauf deutlichen Schwankungen. Sie ist abhängig von der emotionalen Befindlichkeit, von physiologischen Einflüssen, von motivationalen Prozessen und, und, und ...

Die Ursachen für Konzentrationsprobleme sind daher vielfältig und können sich gegenseitig auch noch verstärken.

Bei einem kleinen Teil der Kinder und Jugendlichen (ca. 5 Prozent) geht man von einer krankhaften Aufmerksamkeitsstörung aus (AD(H)S = **Aufmerksamkeits-Defizit-Störung** mit oder ohne **Hyperaktivität**); dabei sind Jungen öfter betroffen als Mädchen.

Menschen mit dieser Störung zeigen als Kinder, Jugendliche und auch noch Erwachsene

- eine hohe **Impulsivität**: „*Er handelt, ohne nachzudenken.*“
- eine starke Beeinträchtigung im Bereich der **Aufmerksamkeitssteuerung** „*Sie ist ablenkbar, träumt immer, ist nie bei der Sache.*“
- und möglicherweise eine deutliche **Hyperaktivität** im Kindesalter oder **innere Unruhe** im Jugend- und Erwachsenenalter „*Er ist ständig in Bewegung, zappelt herum, ist nervös.*“

Folgen der Erkrankung können Lernschwierigkeiten aller Art, Verhaltensauffälligkeiten, psychosomatische Störungen und oft massive Problemen im Umgang mit anderen in der Familie, im Kindergarten, in der Schule und im Freundeskreis sein. Kinder und Jugendliche mit AD(H)S erhalten sehr häufig negative Rückmeldungen von Eltern, anderen Kindern, Lehrern und co. Die wirkt sich negativ auf den Selbstwert und das Selbstbewusstsein aus.

Dabei können jüngere Kinder diese Probleme noch nicht wahrnehmen und die daraus resultierenden Konflikte erschweren gute Kontakte und Bindungen mit anderen. Die Kinder fühlen sich von ihrer Umgebung ungerecht behandelt. Das oft von der Umgebung beschriebene „Er kann doch, wenn er nur will“ trifft aber

**Was ist das eigentlich - Konzentration?**

**Was ist AD(H)S?**

**Wie wirkt sich AD(H)S aus?**



gerade nicht zu. Wenn Kinder die Anforderungen der Umwelt nicht erfüllen, ist das nicht Ausdruck mangelnden Willens, sondern Symptom der Störung. Bei der Entstehung von AD(H)S spielen viele Aspekte – neurologische, genetische, entwicklungsbedingte, ... - eine Rolle und beeinflussen sich gegenseitig. Ausprägung und Verlauf der Störung wie die sich daraus ergebenden Probleme in Familie, Kindergarten, Schule usw. sind vom Umgang des Umfelds mit dem Problem abhängig und durch sie beeinflussbar.

Die Abgrenzung des AD(H)S von weniger gravierenden Konzentrationsproblemen ist schwierig und erfordert eine umfassende medizinische und psychologische Diagnostik, an der über die medizinische und psychologische Untersuchung hinaus Eltern, Erzieherinnen und Erzieher und Lehrkräfte zu beteiligen sind.

### **Nicht jedes lebhaft, schwierige, unaufmerksame Kind hat ein AD(H)S!**

Ist die Diagnose gestellt, erfordert das therapeutische Vorgehen ebenfalls die enge Kooperation aller Beteiligten auf der Suche nach den für dieses Kind angemessenen medizinischen, therapeutischen und pädagogischen Maßnahmen. Dabei gibt es keine Patentlösungen und -rezepte, sondern für jedes Kind und seine Umgebung sollte eine individuelle Kombination machbarer Ideen entwickelt werden.

**Was kann man tun?**

**Schulpsychologische Fachkräfte** können Ansprechpartner sein für eine erste Beratung, wenn der Verdacht auf ein AD(H)S im schulischen Kontext entsteht. Sie unterstützen Kinder und Jugendliche mit AD(H)S bei Lern- und Verhaltensproblemen in der Schule und kooperieren mit Lehrkräften und anderen Fachkräften, wenn es um hilfreiche Maßnahmen in der Schule geht.

### **Literatur – eine kleine Auswahl:**

Helmut Bonney:

ADHS – na und? Vom heilsamen Umgang mit handlungsbereiten und wahrnehmungstarken Kindern, Heidelberg 2012

Manfred Döpfner & Stephanie Schürmann:

Wackelpeter & Trotzkopf - Hilfen für Eltern bei ADHS-Symptomen, hyperkinetischem und oppositionellem Verhalten. Mit Online-Material und App, Weinheim 2017

Manfred Döpfner, Jan Frölich, Gerd Lehmkuhl:

Ratgeber Hyperkinetische Störungen – Informationen für Betroffene, Eltern, Lehrer und Erzieher, Göttingen 2000

**ADHS-Netzwerk Nürnberg-Fürth-Erlangen:**

[www.adhs-netzwerk-nuernberg-fuerth-erlangen.de](http://www.adhs-netzwerk-nuernberg-fuerth-erlangen.de)

**Selbsthilfe:** ADHS Deutschland e.V. Selbsthilfe für Menschen mit ADH

<https://www.adhs-deutschland.de/>

ADHS Kids: ADHS-App, Hilfe im Alltag für Eltern von Kindern mit ADHS, basierend auf „Wackelpeter & Trotzkopf“, Döfer, M., Schürmann, S., Beltz, 2017.

<https://play.google.com/store/apps/details?id=com.elterncoach&hl=de>

Verfasserin: Elka Stradtner; Stand: 09/2022

**Infomaterial**

**Institut für Pädagogik und Schulpsychologie der Stadt Nürnberg**

Fürther Straße 80a, 90429 Nürnberg. Tel.: 0911 / 231-90 51, Fax: 0911 / 231-90 57

E-Mail: [ipsn-schulpsychologie@stadt.nuernberg.de](mailto:ipsn-schulpsychologie@stadt.nuernberg.de)

Homepage: [www.ipsn.nuernberg.de](http://www.ipsn.nuernberg.de)

