



# Umgang mit Konzentrations- Schwierigkeiten deines Kindes

Dein Workbook zu einem  
entspannten und hilfreichen  
Umgang



# Umgang mit Konzentrations-Schwierigkeiten deines Kindes

## Umgang mit Schwierigkeiten beim Lernen

Grundsätzliche Regeln:

- Lernen in überschaubaren Einheiten
- Regelmäßiges Wiederholen

Weitere Möglichkeiten im Vorfeld:

- Monatsplan mit Schulaufgaben
- Vorstrukturieren der Aufgaben
- Reduktion auf das Wesentliche
- Visuelle Inhalte können leichter gelernt werden
- Schreiben erfordert viel Aufmerksamkeit.

Lernen wird dann erst nach dem Schreiben möglich.

- Reduziere äußere Ablenkungen
- Gib deinem Kind eine Struktur vor, die es verinnerlichen kann (leerer Schreibtisch, Hausaufgabenheft und nur 1 Schulheft etc.)
- Hausaufgaben immer zum gleichen Zeitpunkt
- Hausaufgaben immer am gleichen Arbeitsplatz
- Klare Regeln in Bezug auf Ausweichverhalten
- Festlegen der Reihenfolge der Aufgaben
- Einbezug der Lehrkraft

**Grundsätzlich:  
Lernen in überschaubaren  
Einheiten  
regelmäßiges Wiederholen**

## Umgang mit Schwierigkeiten während des Lernens

- Nach Möglichkeit in der Nähe sein
- Dein Kind im Blick haben
- Auf Ablenkungen ruhig und freundlich hinweisen
- Nicht diskutieren
- Nicht auf dein Kind einreden
- Nicht zu viele Fragen stellen
- Auf Weigerungen und Diskussionen nicht eingehen
- Geduld!
- Konkrete Hinweise geben
- Deine Aufgabe ist es, eine äußere Struktur vorzugeben.  
Die Aufgabe deines Kindes ist es, sich um seine Aufgaben zu kümmern.

## Pausen-Regeln, Beispiele:

- Nach der Schule maximal 30 Minuten Pause, dann Beginn mit den Aufgaben
- Kurze vorher vereinbarte Pausen über 2-5 Minuten nach jeweils 20-30 Minuten Lernzeit
- Längere vorher vereinbarte Pause von ca. 15 Minuten nach 60 Minuten Lernzeiten. In dieser Pause kann dein Kind auch kurz das Zimmer verlassen
- Bei längerer Aufmerksamkeitsspanne und Arbeitszeiten kann auch die Pause länger ausfallen.
- Wichtig: Vorher gemeinsam festlegen!

## Motivation fördern

- Die Struktur hilft deinem Kind, diese mit der Zeit zu verinnerlichen und Aufgaben zu erledigen.
- Ziel ist aber nicht das Abarbeiten von Aufgaben, sondern Ziel ist es, dass dein Kind Erfolge hat, etwas gelernt hat und nun weiß, stolz auf sich sein kann!



## Du hast noch mehr Fragen?

Dann werde [Mitglied der Elternakademie](#)

### Vorteile der Elternakademie:

- Du hast Zugang zu allen Kursen auf therapie2go
- Du hast die Möglichkeit jederzeit deine Fragen zu stellen, die ich als Video-Impuls 1mal pro Monat beantworte

Hier bekommst du mehr Informationen zur Elternakademie:

[www.therapie2go.com/start/](http://www.therapie2go.com/start/)