

## Aufmerksamkeit – Fehlanzeige?

Lehrer und Eltern schlagen Alarm: immer weniger Kinder können konzentriert arbeiten.

Dem Lehrer zuhören und gleichzeitig mitschreiben, bei der Gruppenarbeit mit dem Partner diskutieren und die Gespräche der anderen ausblenden – diese **Steuerung der Aufmerksamkeit** ist Grundvoraussetzung für schulischen Erfolg.

Vielen Kindern gelingt dies nur schwer. Sie lassen sich von Unruhe in der Klasse ablenken, verlieren den Faden beim Hefteintrag oder dem Diktat, bekommen wichtige Informationen nicht mit, verlieren Turnsachen, Hefte oder Brille.

Für die Kinder ist es Dauerstress: sie erleben ihr Unvermögen bei der Sache zu bleiben. Sie ernten schlechte Noten, Kritik oder Vorwürfe, obwohl sie sich angestrengt haben. Die Aufforderung „konzentrier Dich doch endlich“ hilft ihnen nicht weiter.

Die Therapieangebote sind bislang unspezifisch. Je nach Schweregrad werden Selbstinstruktionsverfahren, Entspannungs- oder Konzentrationsübungen, bei diagnostizierter AD(H)S auch Medikamenteneinnahme empfohlen.

Das neuropsychologische Programm **ATTENTIONER** arbeitet dagegen gezielt mit den für die Aufmerksamkeitssteuerung verantwortlichen Gehirnbereichen und trainiert diese.

## Wann liegt eine Aufmerksamkeitsstörung vor?

Folgende Symptome können, sofern mehrere von ihnen über einen Zeitraum von einigen Monaten beobachtet werden, zum Beispiel Indizien für eine Aufmerksamkeitsstörung sein: außergewöhnlich geringe Ausdauer bei Bewältigung von Aufgaben, hohe Ablenkbarkeit, häufiger Wechsel zwischen Aktivitäten, ausgeprägte Zappeligkeit und Unruhe, extrem viel Nebenaktivitäten bei der Erledigung von Aufgaben (nach ICD 10).

Im Alltag sieht das dann so aus: Ihr Kind

1. beachtet häufig Einzelheiten nicht oder macht Flüchtigkeitsfehler bei den Schularbeiten
2. hat oft Schwierigkeiten, längere Zeit die Aufmerksamkeit aufrechtzuerhalten
3. scheint häufig nicht zuzuhören, wenn andere ihn/sie ansprechen
4. führt häufig Anweisungen anderer nicht vollständig durch und kann Schularbeiten, nicht zu Ende bringen (nicht aufgrund oppositionellen Verhaltens oder Verständigungsschwierigkeiten)
5. hat häufig Schwierigkeiten, Aufgaben und Aktivitäten zu organisieren
6. verliert häufig Gegenstände, die für Aufgaben oder Aktivitäten benötigt werden
7. lässt sich oft durch äußere Reize leicht ablenken
8. ist bei Alltagstätigkeiten oft vergesslich

Wird bei einem Kind eine Aufmerksamkeitsstörung vermutet, empfiehlt es sich eine umfassende Diagnostik durchzuführen.

## Eine neue Chance: ATTENTIONER

Interessierte Familien können sich sofort auf die Warteliste eintragen lassen. Nach einem kostenlosen Erstgespräch werden die Kinder, bei denen der Kursbesuch sinnvoll scheint, in Therapiegruppen zu je vier Kindern eingeteilt.

Erstgespräche finden nach Absprache statt. Ziel des Gespräches ist eine Beurteilung, ob das Programm **ATTENTIONER** eine für das Kind geeignete und Erfolg versprechende Maßnahme darstellt. Grundsätzlich können Kinder im Alter von 9 bis 14 Jahren teilnehmen, Voraussetzungen sind gute Lese- und Schreibfertigkeiten.

Für Kinder mit Lernbehinderung ist das Verfahren nicht geeignet.

Der Kurs selbst besteht aus 15 wöchentlichen Terminen von je 60 Minuten Dauer. Eine Kursstunde kostet 21,50 Euro. Die Kurse finden freitags am Nachmittag und nach Absprache statt.

Sie möchten Ihr Kind anmelden oder haben noch Fragen? Rufen Sie an: 0911-964 63 35 oder schreiben Sie unter: [kinderakademie.nuernberg@cjd.de](mailto:kinderakademie.nuernberg@cjd.de)

Attentioner-Beginn:

Jeweils Herbst und Frühling.

## Selektive und geteilte Aufmerksamkeit stärken

Das Trainingsprogramm **ATTENTIONER** trainiert die Aufmerksamkeitssteuerung:

- Fokussierung auf eine Aufgabenstellung
- Parallele Verarbeitung mehrerer Reize
- Ausblenden von Ablenkungen

Das Programm arbeitet gezielt mit der geteilten und fokussierten Aufmerksamkeit und verwendet bewährte Techniken der Verhaltenspsychologie. Dabei versuchen die Kinder intuitiv nach Versuch und Irrtum den bestmöglichen Lösungsweg zu finden.

Dadurch trainieren sie, viele verschiedene Lösungsstrategien zu entwickeln und selbstständig über deren Eignung zu entscheiden. Gleichzeitig wird die Frustrationstoleranz erhöht. Durch die große Vielfalt an Aufgabenstellungen wird die Anwendung des Gelernten im Alltag erleichtert.

### Nach dem Training

- können Kinder störende Reize besser ausblenden
- können Kinder besser mehrere Dinge gleichzeitig tun (z.B. zuhören und mitschreiben)
- steigt die Leistungsmotivation
- können Misserfolge leichter weggesteckt werden (Frustrationstoleranz)
- eigenverantwortliches Handeln und Einhaltung von Regeln werden gestärkt

Die CJD Kinderakademie Nürnberg ist ein Projekt der Hans-Georg Karg Kindertagesstätte im CJD Jugenddorf Nürnberg. Nach dem Grundsatz der Karg-Stiftung „Nächstenliebe heißt Verantwortung übernehmen“ widmet sich die Kinderakademie der Förderung hochbegabter und interessierter Kinder sowie Kinder mit Aufmerksamkeitsstörungen.

Weitere Informationen und das aktuelle Kursprogramm finden Sie im Internet unter: [www.cjd-kinderakademie.de](http://www.cjd-kinderakademie.de)

Das CJD bietet jährlich 150.000 jungen und erwachsenen Menschen Orientierung und Zukunftschancen. Sie werden von 8.000 Mitarbeitenden an über 150 Standorten gefördert, begleitet und ausgebildet. Grundlage ist das christliche Menschenbild mit der Vision „Keiner darf verloren gehen!“

**CJD Jugenddorf Nürnberg**  
**Haus für frühe Bildung und Begabung**  
**CJD Kinderakademie**  
Grünstr. 17 (U2 - St. Leonhard)  
90439 Nürnberg

Projektleiterin Kinderakademie:  
Silvia Summ Tel: 0911/964 63 35  
[kinderakademie.nuernberg@cjd.de](mailto:kinderakademie.nuernberg@cjd.de)  
[www.cjd-kinderakademie.de](http://www.cjd-kinderakademie.de)



## Training für Kinder mit Aufmerksamkeitsstörungen

Das neuropsychologische Gruppenprogramm **ATTENTIONER** zur Förderung der selektiven Aufmerksamkeit

**CJD Nürnberg**  
CJD Kinderakademie Nürnberg