

# „Teletubbies sind die Einstiegsdroge“

**ERZIEHUNG** Kindertherapeutin gibt Tipps bei Konzentrationsstörungen

Von **Marie Ernst**

**RHEINBACH.** „Selbst eine Fliege an der Wand kann dazu führen, dass Kinder sich nicht ausreichend konzentrieren können“, erklärt Karin Staab. Die Kinder- und Familientherapeutin hielt in der Sankt-Martin-Grundschule in Rheinbach einen Vortrag zu dem Thema „Konzentrationsstörungen – Ursachen und Hilfen, wenn das Gehirn auf Durchzug schaltet“.

Besonders bei der Erledigung der Hausaufgaben haben viele Kinder starke Probleme sich zu konzentrieren. Nicht zu verwechseln mit dem Aufmerksamkeitsdefizitsyndrom (ADS), „das von einem Kinderneurologen diagnostiziert werden muss“, wie Karin Staab betont. Etwa 100 interessierte Mütter und Väter fanden sich in der Aula der Grundschule ein, um Antworten auf ihre Fragen zu erhalten. Viele erzählten selbst von zahlreichen Problemsituationen aus dem Alltag. „Mein Kind ist einfach immer abgelenkt, und ich weiß nicht, wie ich damit umgehen soll“, klagte eine Mutter.

„Die Grundursache für die Konzentrationschwäche“, führte Staab aus, „ist die Reizüberflutung, der unsere Kinder in der heutigen Zeit ausgesetzt sind.“ Besonders das Fernsehen überfordere die Kleinen mit unglaublich schnellen Bildern und einem Übermaß an Informationen, die alle verarbeitet und sortiert werden müssten. „In Therapeutenkreisen sagt man oft, dass die Teletubbies die Einstiegsdroge sind. Zuviel Fernsehen ist Gift, mehr als eine Sen-



**Teletubbies:** Die Therapeutin empfiehlt nur eine Sendung täglich. FOTO: DPA

dung pro Tag halte ich für zuviel.“ Denn nur wenn eine Informationsübermittlung sinnvoll eingesetzt werde, könnten die Kinder Wichtiges von Unwichtigem trennen.

Um die Problematik den Eltern zu verdeutlichen, fragte Staab, wer sich denn erinnere, was er vorgestern gegessen habe oder wer beim Einkaufen immer an alles denke. Allgemeines Kopfschütteln und die Erkenntnis, dass auch Erwachsene sich nicht alles merken können, beherrschten den Raum. „Sie müssen lernen zu verstehen, was in dem Kopf Ihres Kindes vorgeht.“ Ein anderer wichtiger Faktor sei das familiäre Umfeld. „Wenn Eltern selbst unsicher oder

hektisch sind, überträgt sich das auf das Kind“, erklärt Staab. „Man muss liebevoll mit den Kleinen umgehen, Geduld üben – auch wenn das manchmal sehr schwer ist – und vor allem eine angstfreie Erziehung praktizieren. Drohungen sind absolut fehl am Platz.“ Der Wille zum Lernen und die Eigeninitiative sollten gefördert werden. „Positive Elternreaktionen sind dafür unerlässlich. Auch für kleine Erfolge sollte das Kind gelobt werden. Eine beliebte Methode sind Belohnungspunkte. Bei zehn gesammelten Punkten gibt es dann ein kleines Geschenk, wie beispielsweise ein Überraschungsei.“

Auf „Ablenkungsmanöver“ der Kleinen solle sich jedoch nicht eingelassen werden. Der letzte, aber nicht minder wichtige Faktor sei die sinnvolle äußere und innere Ordnung. „Lassen Sie das Kind am besten die Hausaufgaben jeden Tag zur gleichen Zeit machen.“ Es brauche eine klare Struktur, eine Regelmäßigkeit im Tagesablauf. „Der Schreibtisch oder der Ort, wo die Hausaufgaben erledigt werden, sollte so karg wie möglich ausfallen. Mehr als das Heft und ein Stift ist ja nicht nötig. Alles andere lenkt nur ab.“

Auch die Schultasche solle eigenständig in Ordnung gehalten werden. „Ich habe mal eine Lehrerin getroffen“, berichtet Karin Staab, „die für die ganze Klasse einheitliche Hefte, Stifte und so weiter besorgt hat. Da gab es dann keine Unterschiede und somit auch keine Ablenkung mehr. Das ist natürlich der Optimalfall, aber leider nicht immer umsetzbar.“