

Inhalt

Vorwort 7

I. TEIL Wie Sie mit Ihrem Kind lernen können, wenn das Lernen schwierig wird

1. Ich schaue mein Kind an – dann lernt es
auch besser. Zum Beispiel Hausaufgaben 13

2. Der gefürchtete Trotz 16

3. Wir lernen, krumme Linien zu ziehen 19

4. Warum Schreiben Ordnung stiftet – Ein kurzer
Ausflug in die Theorie 20

5. Die Stärken stärken 22

6. An erster Stelle steht der Trost – oder: Was der
kluge Dr. Bettelheim sagte 24

II. TEIL Lernen und Gefühle – emotionales und regelhaftes Lernen, Schritt für Schritt

7. Grundlagen mit Schuss! 29

8. Wörter, Bilder und Erinnerungen 36

9. Jetzt wird's langweilig! 41

10. Lassen Sie sich korrigieren, oder: Mein Kind
weiß wirklich alles besser! 52

11. Wo es am schönsten ist 55

12. Puppenspiele oder: Ein listiger Anker für die
kindliche Psyche 58

13. Die Welt der Buchstaben und Wörter ist
voller Geheimnisse 64

14. Was es in einem Gesicht alles zu sehen gibt ...	70
15. Unsere allerschönste Erinnerung – zum Lernen wie geschaffen	74
16. Wie Computerspiele vor der Angst schützen und andere Gründe, warum Kinder mit Computern spielend lernen	84

III. TEIL Unkonzentriert, unruhig, manchmal aggressiv – Wie Sie Ihrem Kind helfen können

17. Aufmerksamkeitschwäche, keine Konzentration – und was nun?	94
18. Was ist denn eigentlich ADS – und warum konzentrieren sich unsere Kinder nicht mehr?	96
19. Wie zwei Außenseitern geholfen wurde, oder: Wir stellen alles auf den Kopf	101
20. Elternt raining: Was Sie alles lernen müssen	118

IV. TEIL Über natürliche und notwendige Autorität

21. Strenge! Darf es etwas mehr sein ...?	139
22. Kinder wollen Autorität – es muss aber die richtige sein!	141
23. Die mühsame Kompetenz der Eltern	145

Statt eines Nachwortes:

Adveniat. Er möge kommen!	148
--	-----

Lernübungen von Martina Bergmann	153
---	-----

Vorwort

Viele Kinder haben Probleme mit dem Lernen. Und mit sich selber auch. Sie können sich nur sehr schwer konzentrieren, ihre Aufmerksamkeit springt von einem Punkt zum anderen, alles was Geduld und Ausdauer fordert, fällt ihnen ungeheuer schwer. Lernprobleme und Verhaltensprobleme gehen in der modernen Kindheit Hand in Hand.

Die Eltern stehen vor einem ganzen Berg schier unlösbarer Schwierigkeiten. Hilfe gibt es kaum, oder sie ist unzureichend. Viele Jugendämter helfen bei der Finanzierung einer Lese-Recht Schreib-Therapie. Aber sind die Schwierigkeiten damit wirklich zu beheben? Was kann ein Lerntraining bewirken, wenn ein Kind Lernen rundum ablehnt, oder sich bei den schwierigen Buchstaben unendlich langweilt, oder Autorität einfach nicht akzeptieren will und kann seine Konzentration keine fünf Minuten aufrecht hält? Und was nutzt eine Verhaltenstherapie einem überaktiven Kind, wenn es bei den einfachsten Schreib- und Rechenaufgaben in der Schule wieder versagt?

Dieses Buch versucht als eines der ersten in deutscher Sprache, Lernprobleme und Erziehungsprobleme bei konzentrationschwachen und impulsiven, verängstigten oder verträumten Kindern gleichzeitig aufzugreifen. ganz konkret, ganz auf den Alltag in den Familien bezogen. Schritt für Schritt.

Ich hatte vor wenigen Stunden ein überaus angenehmes, ja heiteres Gespräch mit einem Elternpaar. »Es ist alles gutgegangen«, sagte ich erleichtert. »Sie haben das hervorragend hingekriegt.« Still fügte ich für mich hinzu: Sie, die Eltern, und Ihr Sohn, alle drei! Vor einem Jahr und drei Monaten waren sie zu mir gekommen, verzweifelt und in gewisser Weise enttäuscht. Enttäuscht von dem

13-jährigen Kind, das recht verdrossen sozusagen »im Schlepptau« der Eltern in meine Praxisräume stapfte. Der Junge, der einen intelligenten Eindruck machte (was er tapfer zu verbergen suchte), war ein Trouble-Maker allerersten Grades. Seine Schulnoten lagen gleich in vier Fächern auf einer schwachen »Fünf« – bezeichnender Weise in all den Fächern, die irgendwie mit Schreiben zu tun haben. Von der Schule hielt er wenig bis gar nichts und scheute sich nicht, seine Meinung deutlich zu machen. Von seinen Lehrern hielt er noch weniger, und machte auch das deutlich genug. Im übrigen tendierte seine Aufmerksamkeit gegen null, mitunter raffte er sich vor irgendwelchen Tests oder Klassenarbeiten kurzfristig zu intensiven Übungen auf, hatte aber während der Tests selbst alles schon wieder vergessen. Hinzu kamen Streitereien im Klassenraum, teilweise während des Unterrichts, die von ihm ausgingen.

Zuhause lümmelte er unzufrieden in seinem Zimmer oder auf dem Sofa vor dem Fernseher herum und ließ jedermann wissen, dass er weder zur Schule noch zu irgendwelcher Hilfe im Haushalt bereit sei. Seine Zukunft sah düster aus, mindestens so düster wie sein Gesichtsausdruck, und die Chancen auf ein angenehmes Familienleben, berichteten die Eltern, schrumpften von Woche zu Woche.

Das war vor mehr als einem Jahr. Und alles hatte sich in der Zwischenzeit geändert. Wir wollen keine Liste der Erfolgsmeldungen anführen, aber sie wäre beeindruckend. Die ersten zuversichtlichen Nachrichten von den Eltern waren schon nach wenigen Wochen eingetroffen. Die Veränderungen waren auch dem 13-jährigen Jungen anzumerken und diese positive Entwicklung hatte sich über die Monate hinweg stabilisiert. Jetzt, nach etwas mehr als einem Jahr, konnte ich den Eltern sagen: »Sie haben alles richtig gemacht. Glückwunsch.«

In der Zwischenzeit hatten die Eltern – auf mein Anraten – einen Neurologen und Kinderpsychiater aufgesucht, neurologisch war nichts festzustellen, die psychiatrische Diagnose benötigte etwa ein viertel Jahr: Vielleicht ADS, vielleicht auch nicht, irgendwie liege der Junge im Grenzbereich. Richtig diagnostiziert, genau dort

»lag« er und wäre, wie Millionen anderer Kinder, auch dort »liegen geblieben«, wenn seine Eltern nicht konsequent alle Schritte unternommen hätten, die für ein Kind mit diesen Problemen möglich und notwendig sind. Sie betreuten das ganze Leben des Kindes, die Hausaufgaben, das Schreiben-Lernen (eine Lese-Rechtschreib-Schwäche war unübersehbar), den Umgang mit häuslichen »Pflichten« und alles, was sonst zur Erziehung eines Kindes gehört.

Nicht, dass alle Probleme restlos ausgeräumt waren. Aber sie waren auf ein Maß verringert, das für alle Beteiligten erträglich war, sehr erträglich sogar. Den verbliebenen Rest, so wurden wir uns rasch einig, verbuchen wir unter die versöhnliche Rubrik »Pubertät«.

Ich will Ihnen in diesem Buch detailliert beschreiben, was die Eltern – teils auf mein Anraten, teils aus elterlicher Liebe und Intuition – getan hatten, um die gute Entwicklung einzuleiten. Nichts Spektakuläres gibt es da zu berichten, keine neue »Psycho-Methode« bei aufmerksamkeitsgestörten, überimpulsiven Kindern, sondern schlicht ein Tag für Tag durchgeführtes, Stunde für Stunde gelebtes Ringen um die Zukunft eines Kindes. Nichts Übermenschliches haben diese Eltern geleistet, aber sie haben sich ihrer sehr menschlichen elterlichen Verantwortung gestellt – in allen Einzelheiten. Es ist gut gegangen, ohne Medikamente, nicht ganz ohne psychologische Betreuung und Begleitung, aber ohne jahrelange Psychotherapien oder wöchentliche Familiengespräche in Beratungsstellen. Das Entscheidende war das veränderte Verhalten der Eltern, das Kind stellte sich darauf ein und stellte sein Verhalten um. Nur seine Eltern konnten ihm wirksame Hilfe geben, genauer: die wirksamen Anstöße im täglichen Leben geben, damit er sich selber helfen konnte. Er hat es getan. Glückwunsch!

»Wir haben es fast geschafft«, sagte die Mutter. Die Freude war ihr anzusehen. Die Erleichterung auch. Ihre 12-jährige Tochter war mir vor einem knappen Jahr vorgestellt worden. Ein fantasiebegabtes, verträumtes Mädchen – so lautete die Einschätzung der Lehrer, die allein erziehende Mutter hatte sie übernommen. »Sie träumt im-

mer«, sagte sie, nicht ohne eine gewisse Anerkennung. Aber das 12-jährige Kind träumte eben auch im Matheunterricht, besonders gern in den Deutschstunden, vor allem wenn Grammatik oder Bildbeschreibungen, Inhaltsangaben und ähnliches geübt wurden. Sie fand alles langweilig. Eigentlich träumte und fantasierte sie auch gar nicht, sie döste, schaute aus dem Fenster, sie wollte von dem ganzen Unterricht einfach nichts mitbekommen. Sie hatte Angst. Zugleich machte sie die Erfahrung, dass ihre Freundinnen – von Jahr zu Jahr wurde das deutlicher – die Rechtschreibung besser beherrschten, geordnetere Aufsätze schrieben und sich untereinander mehr vom Unterricht zu erzählen wussten, der an ihr spurlos vorbei gegliiten war. Dann drohte die Herabstufung vom Gymnasium auf die Realschule, damit auch die Trennung von ihrer besten Freundin – mit der sie schon im Kindergarten gespielt hatte –, schließlich wurde sie immer verstockter, immer empfindlicher, »sie ist zickig geworden«, sagten die anderen. Sie war sehr allein.

Zuvieles war zusammengekommen, zu viel für die kindliche Psyche ineinander verhakt: ihr Mangel an Konzentration und Aufmerksamkeit, ihre Probleme mit dem Lernen, ihre Ängstlichkeit. Alles überforderte sie und sie verschloss sich, zuletzt sogar vor der Mutter. Die letzte »5« im Diktat hatte sie wochenlang vor ihr versteckt, obwohl ihr weder Schimpfe noch Strafen drohten. »Aber jetzt ist alles gut«, sagte die Mutter. Die Rechtschreib-Schwäche ist deutlich verringert, ihre Ängste sind es auch, zur Aufmerksamkeit muss sie sich noch zwingen – aber sogar das gelingt ihr immer häufiger. »Noch ist nicht alles gut«, erwiderte ich, »aber sie haben gemeinsam eine gute Entwicklung begonnen. Die Hoffnungslosigkeit ist überwunden, ihr Kind fürchtet sich nicht mehr vor der Zukunft. Es ist auf einem guten Weg. Nehmen Sie es an die Hand und begleiten Sie es noch ein Stück, dann wird Ihre Tochter ganz aus eigener Kraft allein weitergehen.«

In diesem Buch will ich detailliert darüber berichten, wie die seelischen Hilfen und die Hilfen beim Schreiben-Lernen – beide gleichzeitig, beide griffen ineinander und ergänzten sich, verstärkten sich – aussahen. Wieder: der wichtigere Teil der Unterstützung

kam nicht von mir, dem Kinderpsychologen, und nicht aus der Schule. Nein, die Mutter hatte ihr Kind behutsam und konsequent geführt, freilich brauchte sie selber Anleitungen dafür. Ich habe sie in diesem Buch aufgeschrieben.

Täglich werden mir Kinder vorgestellt: sie sind unkonzentriert, manche verängstigt, manche wirken gleichgültig, andere hochfahrend (das sind oft die aller ängstlichsten). Sie haben Probleme in der Schule, sie haben fast alle Schwierigkeiten mit dem Lesen und Schreiben, bei den meisten wird dies schon in der zweiten oder dritten Grundschulklasse sichtbar. Oft vergeht aber noch ein Jahr oder länger, bis die Eltern Hilfe suchen. Die so genannte »Teilleistungsschwäche« als solche – also die Lese-Rechtschreib-Schwäche oder die Rechenschwäche – ist selten geworden. Viel häufiger trifft man in der psychologischen Praxis oder der Familienberatung heute auf Kinder, bei denen Lern- und Verhaltensprobleme Hand in Hand gehen.

Sie haben größte Mühe, ihre Aufmerksamkeit auf einen Punkt zu richten, zumal in der Schule oder bei den Hausaufgaben, manche sind überaktiv, andere wirken sehr in sich zurückgezogen, viele haben Probleme mit anderen Kindern. Sie sind oder werden zu Einzelgängern, die den ganzen Nachmittag in ihrem Zimmer hocken, fernsehen oder Computer spielen und am liebsten keinen Fuß vor die Tür setzen würden. Andere wieder hält es keine halbe Stunde zu Hause, sie stromern mit ihren Kumpeln in der Stadt herum, die Eltern verlieren jegliche Kontrolle über sie. Ihre schulische Zukunft ist gefährdet.

Manche dieser Kinder kommen mit einer ärztlichen Diagnose, die immer häufiger gestellt wird: ADS, Aufmerksamkeitsdefizit-Syndrom. Ich werde in diesem Buch erläutern, was die Diagnose ADS wirklich besagt, welche Folgen sie hat und was sie für Eltern und Kind bedeutet. Meine Erläuterungen – das sei als Warnung vorweg gesagt – sind zugleich eine klare Kritik an großen Teilen der psychologischen und pädagogischen Betreuung schwieriger Kinder. Meine Erfahrung ist: letztlich bleiben die allermeisten Eltern mit

ihrem Kind allein. In diesem Buch werden die alleingelassenen Eltern konkrete und sehr praktikable Vorschläge finden, wie sie gemeinsam mit ihrem Kind zu einem glücklicheren familiären Leben und einem vernünftigen Lernen zurück finden.

Wolfgang Bergmann

I. TEIL Wie Sie mit Ihrem Kind lernen können, wenn das Lernen schwierig wird

1. Kapitel

Ich schaue mein Kind an – dann lernt es auch besser.

Zum Beispiel Hausaufgaben

Das Allererste und Wichtigste, wenn wir mit einem Kind lernen, ist dies: Bevor wir anfangen, schauen wir uns an! Ruhig, ermutigend und ein ganz klein bisschen liebevoll. Nur ein Detail, eine Kleinigkeit, gewiss, aber nebensächlich ist es nicht.

Der Blick eines Menschen ist für uns alle von existenzieller Wichtigkeit. Das ist übrigens ein altes Thema. Große Philosophen – Dilthey und Sartre – wie auch die Psychologie des 20. Jahrhunderts haben sich intensiv mit diesen winzigen, wenig beachteten Momenten zwischen zwei Menschen befasst: dem Blick und das Angeblickt-Werden. Im Verhältnis von Eltern und Kind ist beides zentral, ich werde gleich einige Ergebnisse aus der Entwicklungspsychologie dazu erläutern.

Gerade das Thema »Hausaufgaben« ist in vielen Familien ein einziges Katastrophenthema. Ganze Nachmittage werden mit Maulen und Tränen vergeudet, weil sich zwischen Mutter und Kind keine vernünftige Arbeitshaltung einstellen will.

Es ist von ganz großer Bedeutung, wie Sie den Beginn der Hausaufgaben gestalten. Hastig, unruhig oder wie gesagt mit einem ruhigen ermutigenden Blick. Ich kenne Mütter, die schon einen skeptischen oder gar resignierten, manchmal einen geradezu trauerumflorten Blick annehmen, wenn sie nur ein Schulbuch aufschlagen. Einen schlechteren Start kann man sich kaum vorstellen. Das Kind

verhält sich entsprechend. Es weiß ja aus bitterer Erfahrung, dass wieder – unendlich lang erscheinende – Stunden von Schreiben, Rechnen, Ermahnungen zur Konzentration, von Tadel und Hinweisen auf Fehlern vor ihm liegen. Nun fühlt es sich auch noch angesichts der vielen Anstrengungen seelisch von der Mutter »allein gelassen«. Kein Mensch fängt unter solchen Voraussetzungen seine Arbeit zuversichtlich an, ein Kind erst recht nicht.

Also, die erste Regel lautet: ein liebevoller Blick. Unterschätzen Sie solche Kleinigkeiten beim Lernen nicht. Kinder haben einen unvergleichliches Gespür für Details, für Winzigkeiten des Alltags. Genau diese ermutigen oder entmotivieren sie.

Und so schwer ist es nicht! Wir Eltern haben alle eine ursprüngliche, natürliche Liebe zu unserem Kind, sie ist immer vorhanden. Irgendwo im Winkel unserer elterlichen Psyche liegt ein ganzes Füllhorn von Zuneigung und – angesichts der sich auftürmenden Schulaufgaben – wohl auch Mitempfinden für unser Kind, auch jetzt, wo wir uns vor den leidigen Hausaufgaben am liebsten ganz weit weg wünschen. Lassen Sie Ihre Gefühle die Kleinen spüren! Machen Sie Ihre Gefühle bemerkbar, lüften Sie den Schleier, das Kind braucht jetzt Ermutigung und mehr.

Über die Bedeutung des freundlichen Blicks

Die Art und Weise, mit der Sie Ihr Kind anblicken, ist tausendmal wichtiger als das, was Sie »sagen«. Muntere Sätze aus einem Motivations-Handbuch oder Eltern-Ratgeber helfen überhaupt nicht, wenn Sie das Kind gleichzeitig distanziert oder gar resigniert anschauen. Das freundliche Schauen, das ein Kind einhüllt und trägt – es ist nur eine Kleinigkeit, wie gesagt, ermutigt aber auf eine tiefer reichende Art und Weise, als es sonstige Gesten oder Worte vermögen.

Die Bedeutung des »Anschauens« hat seinen guten Grund, es hat etwas mit der Entwicklung der kindlichen Seele und der Eltern-Kind-Beziehung zu tun. Ich will das kurz erläutern:

Das Schauen und Angeschaut-Werden steht ganz am Anfang des

seelischen Lebens. Es ist eine seiner Quellen, seiner Ursprünge. Ein Säugling schlägt die Augen auf und erfährt das Gesicht der Mutter. »Erfahren« sage ich mit Bedacht, denn es »sieht« nicht, erkennt nicht Konturen, Falten und Ausdruck des mütterlichen Gesichtes, es ahnt nur. Fühlt nur. Aber dieser *geahnte Mittelpunkt* wirkt in den ersten Wochen eines Kindes wie ein beruhigendes, sicherndes Zentrum. Um dieses Verlässlichkeitszentrum herum prägen sich die ersten Wahrnehmungen zu Anfängen des bewussten Lebens.

In den folgenden Monaten beginnt das Neugeborene zu erfassen, dass es selber angeschaut wird. Da ist eine Verschränkung im Schauen der Mutter und dem Blick des Kindes, die zu einer Einheit führt, wie es sie zwischen zwei Menschen nie wieder oder nur in Momenten großer Liebe geben wird. Wir kommen auf diese so genannte »symbiotische« Beziehung der frühen Kindheit noch zurück. Hier hat alles – *auch die Aufmerksamkeit für die Welt ringsherum, auch das spätere Lernen von Schrift und Zahl* – seinen Beginn. Der Psychoanalytiker René Spitz hat diese »symbiotischen Phasen zwischen Mutter und Kind« auf einem Kongress in Chicago 1958 zum ersten Mal, empirisch geordnet, dargestellt. Auch die berühmten Psychoanalytikerinnen Melanie Klein und Anna Freud haben bei allen sonstigen Unterschieden immer wieder darauf verwiesen. In Sigmund Freuds Narzissmus-Theorien, die unser abendländisches Menschenbild verändert haben, spielen sie eine entscheidende Rolle. Später hat der Schweizer Jean Piaget das mütterliche Gesicht, besonders sein Verschwinden und Wiederauftauchen, mit der Entwicklung der Intelligenz in Verbindung gebracht.

Wir wollen diese theoretisch-wissenschaftlichen Entwicklungen nicht weiter verfolgen, ich will lediglich darauf hinweisen, dass wir uns mit unserer Erläuterung auf wissenschaftlich gesichertem Boden bewegen. Ja, die Grundlage alles Verstehens, alles Wissens und Lernens ist ein Vertrauen, das mit dem mütterlichen Gesicht begonnen hat. Ein kleiner freundlicher Schimmer dieser unbewussten Erinnerung dringt in das verängstigende Klima des Lernens ein und erhellt es, denn der Blick besagt: Es ist alles gut!