

# **Übungen und Medien zu Konzentration, Achtsamkeit, Aufmerksamkeit ... für zuhause**

**Beitrag von „wieder\_da“ vom 3. Juni 2022 19:41**

Ich habe einen Schüler, der sich immer mal Dinge merkt, die ich eher nebenbei gesagt habe, der immer mal Zusammenhänge erkennt, die gar nicht so offensichtlich sind, und der ausdauernd und fehlerfrei arbeiten kann - wenn er sich konzentriert. Das ist seine Schwachstelle. Er stellt mir eine Frage und schon während ich antworte, schweift sein Blick ab. Wenn der Lösungsweg einer Aufgabe nicht unmittelbar klar ist, ist er empfänglich für jedes irgendwo im Raum gesprochene Wort und jeden Gegenstand auf dem Lehrerpult, von dem er sich dann ablenken lässt.

Die Mutter weiß, „was sie da für einen zuhause hat“ und möchte ihn unterstützen. Sie hat auch schonmal den Kinderarzt auf Ergotherapie o. ä. angesprochen, aber der sagt, das sei alles noch in einem gewissen Rahmen und er würde das Kind nicht gleich zu einer Therapie schicken. Nun fragt sie mich nach Ideen und ich mache mir auch Gedanken, wovon sein Lernverhalten profitieren könnte. Ich möchte ihr gerne sehr konkret Übungen, Bücher etc. zu Konzentration, Achtsamkeit, Aufmerksamkeit lenken und aufrechterhalten ... empfehlen, mit denen ihr gute Erfahrungen gemacht habt. Ich möchte nicht einfach das wiedergeben, was gerade bei Amazon weit oben steht oder bei Instagram geliked wird.

Fällt euch was ein?