Lerntherapie

Weg aus der Abwärtsspirale

KATHARINA PRANTL

Lerntherapie befasst sich mit der individuellen Förderung von Lernprozessen. Sie hilft Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen, sich und ihr Lernverhalten kennenzulernen und es zu verbessern. Dies ermöglicht ihnen, ein positiveres Selbstwertgefühl aufzubauen und fördert die Persönlichkeitsentwicklung.

Jede Therapie erfolgt massgeschneidert und ist individuell auf die Person abgestimmt. Das nötige spezifische Fachwissen bezieht die Lerntherapeutin[1] aus der Aus- und Weiterbildung, aus Erkenntnissen der Pädagogik, Psychologie, Heilpädagogik und den Neurowissenschaften sowie der Supervision. Die Mitglieder des schweizerischen Berufsverbandes SVLT[2] sind ausgewiesene Expertinnen und Experten im Bereich Lernstörungen und deren Überwindung. Sie verfügen über verschiedene lerntherapeutische Methoden, Übungsformen und Therapiekonzepte, welche – je nach Ressourcen des Kindes und je nach Therapieplan – zur Anwendung kommen.

Die Lerntherapie findet normalerweise einmal pro Woche während einer Stunde statt. Die Gesamtdauer variiert zwischen sechs und zwölf Monaten. Die Kosten tragen die Eltern in der Regel selbst.

1 Der Lesefreundlichkeit halber wird die weibliche Form benutzt, die männlichen Personen sind aber immer mitgemeint (Anmerkung der Redaktion).
2 SVLT Schweizerischer Berufsverband der Lerntherapeutinnen und Lerntherapeuten. Weitere Informationen und Adresslisten unter www.lerntherapie.ch.

ADHS und Lernen – oft eine tägliche Kampfzone

Kennen auch Sie das? Ihre Familie hat sich mit den ADHS typischen Symptomen und seinen Besonderheiten mehr oder weniger gut arrangiert, wäre da nicht das verflixte Thema Schule. Hausaufgabensituationen arten oftmals in Machtkämpfe aus. Ihr Kind geht häufig ohne Plan und Lerntechniken vor. Der selbständige Lerneinstieg gelingt ihm nur mühsam und/oder es arbeitet täglich stundenlang an den Hausaufgaben. Sie üben mit ihm auf Prüfungen, der Lernstoff sitzt, aber wenn es ernst gilt, ist vieles wieder wie weggeblasen oder die Prüfungszeit reicht nie und nimmer. Je höher die Schulstufe, desto merklich grösser die Lücken in Deutsch (Lesegenauigkeit, Lesefluss und Leseverständnis, Rechtschreibung) oder Mathematik (Zahlenraum, Grundoperationen, Masse, Sachaufgaben). Um den Anschluss an den aktuellen Schulstoff zu halten (oder wiederzufinden), muss Ihr Kind immer mehr Lernaufwand betreiben. Etwas, wofür die allermeisten jungen Menschen mit einer ADHS definitiv zu wenig Geduld haben. Das vorhandene Potential kann nicht ausgeschöpft werden. Zweifel und Verzweiflung liegen nahe beieinander, Ihr Kind befindet sich in einer schulischen und gefühlsmässigen Abwärtsspirale.

Wie sieht eine wirksame Lerntherapie für Kinder und Jugendliche mit ADHS aus?

Diagnostik als Voraussetzung

Eine fundierte Abklärung der Stärken und Schwächen im Lernen ist unumgänglich, um gezielt und fokussiert arbeiten zu können. Eine ADHS-Diagnose obliegt spezialisierten Kinderpsychiatern und -ärzten, Psychologen oder Neuropsychologen. Aufgrund der Abklärungsergebnisse und im Rahmen der Behandlungsplanung, kann eine Lerntherapie angezeigt sein. Die Eltern kontaktieren dann eine Lerntherapeutin. Das Training erfolgt im Rahmen des sogenannt multimodalen Behandlungsansatzes bei ADHS. Sie kann die anderen Elemente (Verhaltenstherapie, Erziehungsberatung, Medikamente) ergänzen, nicht aber ersetzen.

Im Erstgespräch werden die Vorgeschichte und die aktuelle Situation erfasst. Je nach Bedarf führt die Lerntherapeutin ergänzende Tests in den Bereichen Lernverhalten, Gedächtnisfunktionen,

Lerntherapeutisches Denken und Handeln gründet auf einer wertschätzenden Beziehung und auf einem unumstösslichen Vertrauen in die Entwicklungsfähigkeit des Menschen.

auditive und visuelle Wahrnehmung, Sprache und Mathematik durch. In Absprache mit den Beteiligten (z.B. Kind, Eltern, Überweiser, Lehrperson, weiteren Therapeuten) und unter Berücksichtigung derer Wünsche, wird der individuelle Lernbedarf erarbeitet. Erwartungen und Ziele werden in einem Therapieplan festgehalten, die Vereinbarungen regelmässig überprüft und angepasst.

Individuell angepasst

Viele Kinder und Jugendliche mit einer ADHS sind sehr feinfühlig. Sie erkennen wohlwollendes und authentisches Verhalten des Gegenübers blitzschnell. Gegenseitige Ehrlichkeit und Bekenntnis sind daher unerlässlich.

Abhängig von Diagnostik und Alter erfolgt ein Aufmerksamkeits-, Lernmethoden-, Gedächtnis- oder Wahrnehmungstraining. Die meisten dieser Methoden wurden unter wissenschaftlichen Kriterien auf deren Wirksamkeit hin überprüft.

Die Therapeutin vermag die Komplexität schulischer Inhalte zu reduzieren. Massgeschneidert wird der Lernstoff kompakt und farbig präsentiert und vertieft. Inhalte, Abläufe oder Zusammenhänge werden z.B. mit Skizzen gefestigt. «Störungen haben Vorrang» – in diesem Sinne muss die Lerntherapeutin flexibel regieren können, ohne dabei die Ziele aus den Augen zu verlieren.

Mit dem Lernenden wird auf eine altersgerechte Art und Weise über die ADHS-Symptome und deren Folgen und Wirkungen gesprochen. Persönliche Ressourcen werden bewusst gefördert und gestärkt. Dank der therapeutischen Begleitung können Kinder und Jugendliche Schwierigkeiten überwinden, Selbstwirksamkeit erleben, ihr Vertrauen in sich stärken und ihre Kompetenzen entdecken und entfalten.

ADHS und Teilleistungsschwächen

Häufig wird eine ADHS von Teilleistungsschwächen in den Bereichen Mathematik, Lesen, Rechtschreibung und Sprechen begleitet. Eine differenzierte Diagnostik (normierte Tests, Beobachtungen, Befragungen, Quersicht der Schulunterlagen) offenbart die Lücken im Basiswissen. Im Vordergrund steht die Aufarbeitung dieser Schwierigkeiten, wobei die oben genannten Vorgehensweisen für Kinder mit ADHS analog gelten.

Grenzen der Lerntherapie bei Schülerinnen und Schülern mit einer ADHS

Eine Lerntherapie kann die anderen, elementaren Bestandteile einer ganzheitlichen Behandlung der ADHS nicht ersetzen. Der Erfolg hängt somit wesentlich davon ab, wie gut das Kind auch in den anderen Therapiebereichen unterstützt wird. Im Rahmen einer interdisziplinären Zusammenarbeit arbeiten Lerntherapeutinnen in der Regel (und im Einverständnis mit den Eltern) mit den involvierten psychologischen und ärztlichen Fachpersonen zusammen. Eine Lerntherapie ist kein Ersatz für Nachhilfeunterricht, dieser muss allenfalls separat erfolgen.

Praktische Tipps

Bei Kindern und Jugendlichen, welche medikamentös behandelt werden, ist darauf zu achten, dass die Medikamente nicht nur in den Unterrichtszeiten wirksam sind, sondern auch noch während der Lerntherapie. Im Zweifelsfall sollte mit der Fachperson, welche das Kind therapeutisch begleitet, Rücksprache genommen werden.

Nicht alle psychologischen und medizinischen Fachpersonen haben sich auf die Behandlung von ADHS-Betroffenen spezialisiert. Das gilt auch für Lerntherapeutinnen. Erkundigen Sie sich also, ob die jeweilige Fachperson mit der Diagnostik und Therapie von Kindern mit einer ADHS vertraut ist.

Klare lerntherapeutische Behandlungsziele helfen allen Beteiligten. Sie ermöglichen Fortschritte, wie auch ausbleibende Verbesserungen, rechtzeitig festzustellen.

Katharina Prantl
Dipl. Lerntherapeutin ILT SVLT
Seit 2004 in eigener Praxis (LERNSPIRALE) tätig
Sie ist auf lerntherapeutische Interventionen bei Kindern mit ADHS und Teilleistungsschwächen spezialisiert
www.lernspirale.ch