

Checkliste

Ursachen für mangelnde Konzentration

Lernstand

- wenn es zu schwierig ist
- überfordert
- unterfordert
- wenn das Unterrichtsmaterial nicht angemessen für den Lernstand ist (wenn es erschlagend ist)
- schlechte Qualität der Lernmittel
- mangelndes Interesse

Emotionen und Gefühle

- Angst, dass man es nicht schaffen kann
- Frust
- zu perfektionistisch
- Langeweile

Bedürfnisse vom Kind

- wenn es müde ist
- Hunger/Durst

Umgebung

- zu laut
- Hektik/Unruhe
- Termindruck
- in Gedanken bei der nächsten Sache (bei Verabredungen)
- Arbeitsplatz adäquat

Pathologisch

- ADHS/ADS

- Legasthenie
- Hochbegabung