

Anregungen, wie Sie die Wahrnehmung Ihres Kindes fördern können

Was ist Wahrnehmung?

Wahrnehmungsstörungen können sich bei Kindern im Alltag unterschiedlich äußern, z.B. durch Selbstwertprobleme, ängstliches Verhalten, Überempfindlichkeit, Verletzbarkeit, Aggressivität, Konzentrationsschwierigkeiten, Aufmerksamkeitsprobleme, Schwächen in der Grob- und Feinmotorik, Teilleistungsstörungen (Lese- und Rechtschreib-Schwäche). Man unterscheidet zwischen visueller und auditiver Wahrnehmung und Körperwahrnehmung.

Visuelle Wahrnehmung

Um das Erkennen und Verarbeiten von optischen Eindrücken geht es bei der visuellen Wahrnehmung. Dieses steht nicht immer in Verbindung mit einer schlechten Sehfähigkeit, sondern kann auch vorhanden sein, obwohl der Sehtest beim Kinder- oder Augenarzt gut ausfällt und das Kind optimal sehen kann. Zur visuellen Wahrnehmung gehört auch das Erkennen von Farben, Gegenständen, Formen und Körpern, aber auch das Vergleichen und Einordnen von Eigenschaften wie klein – groß, leicht – schwer, weich – fest.

Übungen:

- **Tisch decken, Kleidung anziehen, Geschirr in Spülmaschine räumen, Knete, Lego bauen, „Memory“, Puzzle zusammensetzen, „Ich sehe was, was du nicht siehst“, Papier falten, „Stibitz“- Welcher Gegenstand fehlt?, „Halli Galli“- Spiel, Schattenbilder erkennen.**

Auditive Wahrnehmung

Bei der auditiven Wahrnehmung geht es darum, Geräusche zu erfassen, zu verarbeiten und wiederzugeben. Sie ist abhängig von der Aufmerksamkeit, dem Gedächtnis, sowie den Emotionen. Außerdem ist sie Grundlage für den Erwerb der Sprache.

Übungen:

- **Telefonieren, einkaufen, 3-4 Aufforderungen behalten und in die Tat umsetzen z.B.: „Geh ins Kinderzimmer, hol dir ein paar Socken, schließe die Schranktüre und räume deine Tasse in die Spülmaschine“. Kinderlieder, Kinderverse, „Stille Post“, Wortkette, Silben klatschen, Koffer packen, Geschichte vorlesen und Fragen dazu beantworten lassen, Hörmemory, „Ratz - Fatz“- Spiel.**

Körperwahrnehmung

Aus dem Erleben des eigenen Körpers mit allen Sinnen entwickelt sich das Körperbewusstsein, welches großen Einfluss auf das Selbstbewusstsein und Selbstwertgefühl hat. Bewegung steht hier an allererster Stelle. Um seinen Körper richtig zu spüren, ist es wichtig, an seine Grenzen zu gehen und zu fühlen, wozu der Körper im Stande ist. Kinder sollen sich so richtig austoben können. Immer mehr Kinder leiden heute an Wahrnehmungsstörungen. Dazu trägt vor allem unser immer stärker durch Medien beeinflusster, oft „bewegungsloser“ Alltag bei.

Übungen:

- **Trampolin springen, auf Mäuerchen oder Baumstämme balancieren, „Pizza backen“ auf dem Rücken, mit verschiedenen Igelbällen über den Körper rollen, Sportverein, Hampelmann, klettern, turnen, Bewegungsspiele, Fahrrad fahren, Schwimmkurs, „Drachenstark“- Spiel, Spielplatz, Roller fahren.**