

Die AFS - Methode - Das Phänomen der Legasthenie bewältigen

Legasthethietrainer® des EÖDL sind umfangreich über 2 Semester ausgebildet. 250 Stunden Theorie und 40 Stunden Praxis sind dazu notwendig.

Das "Geheimnis" der AFS - Methode liegt in dem Zusammenwirken der drei Komponenten **Aufmerksamkeit, Funktion, Symptom**, plus dem Lobes- und Zeitfaktor. Alle Komponenten sollen sich in ihrer Art ergänzen, ineinander wirken und so dem legasthenischen Kind eine Hilfestellung geben.

Die Methode beruht auf der Schlussfolgerung, dass ein legasthenischer Mensch nur durch ein spezielles und umfassendes Training im Stande ist, das Schreiben, Lesen oder auch Rechnen zu erlernen und dass leider ein alleiniges Üben an seinen Fehlern mehr schadet als nützt. Die üblichen Methoden, die Kulturtechniken zu erlernen, werden beim legasthenischen Menschen nicht ausreichen, da seine differierten Sinnesleistungen mit einbezogen werden müssen. Wird dies getan, so steht dem Erfolg nichts im Wege. Drei grundlegende Anforderungen sollten erfüllt werden.

- Das bewusste Steigern der **Aufmerksamkeit** muss erreicht werden, wenn geschrieben, gelesen oder gerechnet wird.
- Die Sinneswahrnehmungen, die **Funktionen**, müssen durch ein gezieltes Training verbessert werden.
- Im **Symptombereich**, also beim Schreiben, Lesen und Rechnen, müssen spezielle Techniken angewendet werden, damit der legasthene Mensch diese Kulturtechniken erlernen und bewältigen kann.

Alle diese Bestrebungen müssen aber noch von zwei wesentlichen Faktoren umrahmt werden. Erstens dem „Lobesfaktor“ und zweitens dem genauso relevanten „Zeitfaktor“. Legasthenische Menschen sind wesentlich mehr auf ein positives Feedback bezüglich ihrer Leistungen im Schreiben, Lesen oder Rechnen angewiesen als nicht legasthene. Deshalb ist es sehr wichtig jede, auch noch so kleine Leistung, übergebührend zu betonen. Lob ist das tägliche Brot dieser Kinder, ohne Erfolgserlebnisse können sie die Schule nicht ohne Sekundärschäden bewältigen. Wichtig ist, ihre Leistungen und Fortschritte nie an denen anderer Kinder zu messen, sondern immer nur an den eigenen. Legastheniker brauchen effektiv mehr Zeit Buchstaben, Wörter, Zahlen oder Rechenoperationen im Gedächtnis zu verankern. Nur wenn darauf Rücksicht genommen wird, ist es möglich ihnen ohne große Mühe das Schreiben, Lesen und Rechnen beizubringen. Die AFS - Methode kann ohne diese beiden genannten Faktoren nicht das optimale Resultat erreichen, das wir uns wünschen würden, nämlich das erfolgreiche Erlernen der Kulturtechniken.

Aufmerksamkeitstraining

Legastheniker, die gelernt haben ihre Gedanken in der Hand zu haben, das heißt sie bewusst benützen und lenken können, erzielen wesentlich bessere Leistungen beim Schreiben, Lesen oder Rechnen.

Legasthenische Kinder verlieren meist die Einheit ihres Denkens und Handelns, sobald sie mit Symbolen in Berührung kommen. Sie driften mit ihrer Aufmerksamkeit ab und sind nicht bei der Sache. Denken und Handeln wieder zu verknüpfen, ist eine der Grundlagen, auf denen die AFS-Methode basiert.

Jeder Mensch kann seine Gedanken besser oder schlechter lenken. Im Volksmund spricht man von Menschen, die sich gut konzentrieren können oder von Menschen, die sich nicht so gut konzentrieren können. Womit eigentlich gemeint ist, dass der Mensch mehr oder weniger aufmerksam bei der Sache ist. Die Fähigkeit, die Aufmerksamkeit aufrecht zu halten, wenn es um das Schreiben, Lesen oder Rechnen geht, ist bei legasthenischen Menschen stark beeinträchtigt. Den Kindern wird nun mit Übungen oder im Gespräch bewusst gemacht, dass es für sie von großem Vorteil ist, beim Schreiben, Lesen oder Rechnen gedanklich ganz anwesend zu sein. Haben die Kinder dies gelernt, ist schon ein viel größerer Teil der Förderung erfolgt, als sich dies ein Laie oder Nichtbetroffener vorstellen kann. Besonders beeindruckend sind die „Aha-Erlebnisse“ der Kinder, wenn sie es schaffen, bewusst ihre Aufmerksamkeit (und damit ihre Gedanken) auf Buchstaben, Wörter, oder Zahlen zu lenken und dadurch plötzlich über einen längeren Zeitraum bessere Leistungen erzielen oder schneller Dinge erledigen können, die von ihnen verlangt werden. Diese Fähigkeit zu erwerben, bedarf eines einfühlsamen und geduldigen Hinführens, das auch eine gewisse Ausdauer erfordert. Gedankenlenken ist eine Leistung, die Zeit zum Üben, wie auch Geduld und liebevolle Unterstützung benötigt. Wir nutzen im Aufmerksamkeitstraining auch Übungen aus der Edu - Kinästetik, dem autogenen Training und anderen bewährten körpertherapeutischen Methoden. Neben der intensiven Arbeit ist seitens des Kindes der Wunsch notwendig, seine Situation wirklich verbessern zu wollen. Denn sobald sich das legasthenische Kind seiner Lage bewusst ist und eine Änderung herbeiführen will, kann es an der Verbesserung seines Zustandes aktiv mitarbeiten und wird vom Erfolg bald belohnt werden.

Es gibt zwei Möglichkeiten dem legasthenischen Kind zu helfen, seine Gedanken zu lenken.

Grundlegend ist das Gespräch! Es ist immer wieder notwendig, mit dem Kind liebevoll darüber zu sprechen und es beim Schreiben, Lesen oder Rechnen darauf aufmerksam zu machen, dass es mit seinen Gedanken bei der Sache bleiben soll. Sowohl bei den Hausaufgaben, als auch in der Schule braucht es dahingehend Unterstützung. Wichtig ist die Art und Weise der Erinnerung, sie soll liebe- und humorvoll sein. Daher muss man aufpassen, dass man sich nicht mit stereotypen Redewendungen wiederholt oder einen gereizten Ton anschlägt, denn das Kind braucht lediglich eine Erinnerungshilfe, keine Ermahnung oder Predigt. Deshalb haben sich z. B. auch Handzeichen bewährt. Einmal vereinbart, merkt sich das Kind sehr genau die Bedeutung dieser Zeichen. Hebt man den Daumen in die Höhe und spricht das Kind gleichzeitig mit seinem Namen an, so kann das eine große Unterstützung sein. Das Kind weiß, jetzt muss ich mich meiner Arbeit wieder voll und ganz zuwenden. Die gleiche Wirkung kann auch ein „Sticker“ haben, der z. B. auf dem Federmäppchen klebt. Auf diesen kann bei Bedarf gezeigt werden. Durch das stetige Üben der Aufmerksamkeit wird eine wesentliche Verbesserung erreicht. Das Kind gewöhnt es sich an, sich selbst zu beobachten und nimmt selbst immer öfter wahr, dass es abgelenkt war. Sobald sich Erfolgserlebnisse einstellen, bekommen die Kinder richtigen Spaß daran ihre Gedanken bewusst zu lenken. Doch auch da sind sie auf die Unterstützung der Erwachsenen angewiesen. Sie müssen die Kinder immer wieder auf ihre Erfolge hinweisen und sie bestärken. Die Technik des Gedankenlenkens sollte so tief in das Unterbewusstsein des Kindes dringen, dass sie schließlich automatisch angewendet, quasi zur zweiten Natur wird. Sobald sich das Kind dem Schreiben, Lesen oder Rechnen zuwendet, schaltet sich

diese erworbene Fähigkeit ein. Wird diese Stufe erreicht, kann der Trainer einen echten Erfolg verbuchen.

Die andere Möglichkeit, dem Kind zu helfen sich besser den Kulturtechniken zu widmen, besteht in der Anwendung verschiedener Techniken und Übungen zur Steigerung der Aufmerksamkeit. Alle Methoden und Ansätze, die dem Kind helfen seine Gedanken besser bei der Sache zu halten, sind willkommen. Die AFS - Methode ist grundsätzlich offen für alle Ansätze und lässt sie gelten. Vorausgesetzt sie helfen den legasthenischen Kindern nachweislich ihre Gedanken zu beherrschen. Der Ansatz kann aus der Edu-Kinästetik oder dem autogenen Training kommen, alles ist willkommen was dem Kind hilft. Viele sogenannte Alternativmethoden können ein erfolgreiches Legasthethietraining abrunden. Es muss dem Legasthethietrainer und auch den Eltern nur bewusst sein, dass diese allein ihre Wirkung nicht erzielen.

Funktionstraining

Mit einer kontinuierlichen Verbesserung der Wahrnehmungsleistungen werden wesentliche Voraussetzungen für bessere Leistungen beim Lesen, Schreiben oder Rechnen geschaffen.

Was versteht man unter Funktionen der Sinneswahrnehmungen (auch Teilleistungen genannt)?

Beim Schreiben, Lesen oder Rechnen müssen verschiedene Sinnesleistungen erbracht werden und nur ein einwandfreies Zusammenspiel der Sinneswahrnehmungen gewährleistet das fehlerfreie Funktionieren dieser Tätigkeiten. Wenn einige der Sinneswahrnehmungen different arbeiten, ergeben sich Schwierigkeiten beim Schreiben, Lesen oder Rechnen.

Anhand einer Ansagesituation in der Schule lässt sich das Zusammenwirken der verschiedenen Sinneswahrnehmungen exemplarisch darstellen:

Die Schüler sitzen im Klassenzimmer, der Lehrer bereitet sich vor, den Kindern eine Ansage vorzusprechen. Unser betroffenes Kind wollen wir Thomas nennen. Thomas sitzt auf seinem Stuhl und rutscht hin und her. Seine Füllfeder nimmt er immer wieder in den Mund und kaut darauf herum. Man bemerkt, dass sein Zustand keineswegs entspannt ist. In der Klasse herrscht allgemeine Unruhe. Thomas wird von allem abgelenkt. Sein Freund, der neben ihm sitzt, lässt die Füllfeder auf den Tisch fallen, damit hat er nun die uneingeschränkte Aufmerksamkeit von Thomas. Der Lehrer beginnt nun zu sprechen. Der Lehrer in der Schule und die Mutter zu Hause haben Thomas immer wieder gesagt, dass er, wenn er schreibt, unbedingt an das denken müsse, was er gerade tut. Thomas erinnert sich in diesem Moment an diese Anweisung, denn er hat schon bemerkt, dass er bessere Leistungen erbringen kann, wenn er es wirklich schafft, bei der Sache zu sein. Thomas hört die Worte seines Lehrers.....

Jetzt ist ein entscheidender Zeitpunkt gekommen. Er muss das Gehörte in Buchstaben und Wörter kleiden. Die Beschreibung wie die Informationsverarbeitung der Sinnesreize im Gehirn von Thomas erfolgt, würde eine längere neurologische Abhandlung umfassen und soll hier nicht vertieft werden.

Für uns ist es wichtig zu wissen, dass bei dem Prozess der Umsetzung von Lauten zu Buchstaben, die Sinneswahrnehmungen Optik, Akustik und Raumlage funktionieren und mit einander korrespondieren müssen. Die Optik wie die Akustik werden jeweils in drei Unterkategorien eingeteilt. Ob ein Kind Probleme mit der optischen

Informationsverarbeitung hat, kann an vielen Tätigkeiten des täglichen Lebens, die zunächst gar nichts mit den Kulturtechniken zu tun haben, wahrgenommen werden. Viele Kinder, die eine differente optische Wahrnehmung haben, müssen meist alles anfassen, um es begreifen zu können. Oft haben sie auch bei Farb- und Formunterscheidungen Probleme. Sie können ähnliche Dinge, z. B. zwei Bilder, die sich nur durch einige kleine Fehler unterscheiden, nicht als ungleich erkennen. Optische Informationen werden generell schlecht gespeichert. Sollen sie ein Muster aus dem Gedächtnis nachzeichnen, so gelingt dies nur selten. Diese Probleme setzen sich dann natürlich beim Erlernen des Schreibens, Lesens oder Rechnens fort.

Optisches Differenzieren

Als optisches Differenzieren bezeichnet man die Leistung, verschiedene Buchstaben, die eine Ähnlichkeit haben, auseinander zu halten, wie z. B. D und B oder b und d.

Optisches Gedächtnis

Das optische Gedächtnis trägt dazu bei, sich Wortbilder zu merken und sie immer wiederholen zu können. Eine Zeile, die beim Lesen verloren wird oder Textstellen können nicht mehr ohne weiteres gefunden werden.

Optische Serialität

Die optische Serialität besteht darin zu wissen, in welcher Reihenfolge die Buchstaben in einem Wort stehen müssen.

Oft ergibt sich für das legasthene Kind auch in der Akustik eine ähnliche Problematik. Auffällig ist die generelle Ablenkbarkeit, wenn man mit ihm spricht oder wenn es zuhören soll. Es kann zwischen ähnlichen und gleichen Wörtern nicht unterscheiden. Das Kind hört manche Laute überhaupt nicht. Auch das Merken des Gehörten gelingt nicht immer.

Akustisches Differenzieren

Das akustische Differenzieren ist die Leistung, aus dem Gehörten bestimmte Wörter heraushören zu können, oder ähnliche Wörter unterscheiden zu können, wie „Sand“ und „Rand“.

Akustisches Gedächtnis

Als akustisches Gedächtnis bezeichnet man die Fertigkeit, sich Gehörtes zu merken. Leider ist in den letzten Jahrzehnten das Auswendiglernen sehr stark vernachlässigt worden. Das Auswendiglernen von Gedichten etc. kann für Kinder mit einem schwachen akustischen Gedächtnis sehr hilfreich sein.

Akustische Serialität

In einem Satz zu hören, welches Wort zuerst gesprochen wurde, nennt man die akustische Serialität.

Raumorientierung und Körperschema

Als weitere Sinnesleistung wird von dem Kind erwartet, dass es genau weiß, wo es im Heft zu schreiben beginnt oder wie viel es noch in die bereits ziemlich volle Zeile schreiben kann.

Beim Lesen fallen Kinder mit Raumlageproblemen besonders durch sehr langsames, unsicheres Lesen auf. Man unterscheidet zwischen der Raumorientierung und dem Körperschema. Unter die Raumorientierung fällt das ganze Raum- und Zeitgefüge. Die Kinder können ihre Position im Raum nicht richtig einschätzen und sie haben oftmals ein sehr schlechtes Zeitgefühl und ein geringes Orientierungsvermögen. Die Kinder finden sich in Gebäuden oder auf unbekanntem Gelände sehr schlecht zurecht. Beim Lesen fehlt die Orientierung im Text und beim Schreiben kann die Aufteilung des Blattes (Raum) nur schlecht eingeschätzt werden. Die Schwierigkeiten äußern sich auch bei den geometrischen Begriffen wie Spiegelung und Drehung, die nur schwer erfasst werden. Distanzen, Größen oder Einheiten sind für sie nichts Greifbares. Gelingt die Einschätzung der Lage und Richtung am eigenen Körper nicht, häufig fällt eine Rechts-Links-Verwechslung auf, so ist das Körperschema anders ausgeprägt, als bei nicht legasthenischen Menschen. Durch viele „altmodische“ Spiele, wie einfache Sandkastenspiele, Murnelspiele, Kästchenhüpfen, usw., die Kinder heute kaum mehr spielen, wurden früher nicht nur diese Defizite stark reduziert, sondern auch alle anderen Sinneswahrnehmungen trainiert.

Eine weitere Leistung, die das legasthenische Kind erbringen muss, ist die Schreibmotorik, damit zu erkennen ist, was es vom Gehörten in Geschriebenes umgesetzt hat.

So gut wie nie kommt es vor, dass alle Sinneswahrnehmungen zugleich beim legasthenischen Kind defizitär sind und dazu beitragen, dass das Kind beim Schreiben, Lesen oder Rechnen nicht die gewünschten Leistungen erbringen kann.

Um eine Verbesserung der differenten Sinnesleistungen zu erzielen, muss zunächst durch eine genaue Diagnose und fortlaufende Beobachtung des Kindes geklärt werden, welche Teilleistungen besonders zu trainieren sind, denn bei jedem legasthenischen Kind sind die Defizite in den einzelnen Funktionen sowohl in der Stärke als auch in der Kombination mit anderen Teilleistungen ganz unterschiedlich ausgeprägt.

Nicht hinreichend entwickelte Wahrnehmungsleistungen im optischen und/oder akustischen Bereich sind jedoch relativ häufig anzutreffen. Da gerade sie den Lese- und Schreibprozess stark beeinflussen, muss das Übungsmaterial hier besonders abwechslungsreich sein. Wie beim Aufmerksamkeitstraining so ist auch beim Funktionstraining darauf zu achten, dass konsequent unterschiedliche Übungen zu den einzelnen Teilleistungen mit und ohne Symbolik durchgeführt werden. Übungen mit und ohne Symbole können ruhig gleichzeitig durchgeführt werden.

Das Funktionstraining stellt natürlich in der gesamten AFS-Methode einen wichtigen Teil dar. Nur wenn in diesem Bereich wesentliche Veränderungen eintreten, sind Fortschritte und Erfolgserlebnisse für das legasthene Kind im Schreiben, Lesen und Rechnen möglich.

Auch hier gilt das Gleiche wie für das Aufmerksamkeitstraining. Die Übungen müssen genau auf die Bedürfnisse des jeweiligen Kindes abgestimmt sein! Der Grundstein wird hierbei mit dem AFS-Testverfahren gelegt, anschließend muss eine genaue Beobachtung der Fortschritte, die das Kind in jedem Bereich macht, erfolgen. Den Grundsatz „probieren geht über studieren“ dürfen wir hier zur Anwendung bringen. Tatsächlich muss auch der beste und erfahrenste Legasthethietrainer vorerst immer die individuellen Bedürfnisse jedes legasthethen Kindes durchschauen. Dies kann und soll in Ruhe geschehen dürfen.

Symptomtraining

Vom Buchstaben zum Wort - Das ABC-Training

Das Erlernen der Buchstaben/ Zahlen ist für ein nichtlegasthethes Kind keine besondere Leistung und wird auch in den ersten Monaten der Schulzeit mehr oder weniger gut gemeistert. Das trifft auf das legasthethes Kind nicht zu. Diese Leistungen auf herkömmliche Art zu erbringen, stellen es manchmal vor schier unüberwindliche Probleme. Hilfe tut Not! Je früher diese Hilfe einsetzt, desto schneller wird der Lernprozess vor sich gehen. Das ABC, also die Buchstabensymbolik zu lernen, ist der Grundstein um Wörter lernen zu können, die dann zu Sätzen verbunden werden. Leider wird gerade der schwierige Prozess des Buchstaben- und Zahlenlernens beim legasthethischen Kind oft völlig unterschätzt. Es ist leider unmöglich, ohne die Zeichen vertiefend zu üben, dem legasthethischen Kind Wortbilder oder Rechenoperationen beizubringen. Es ist bekannt, dass Legasthethiker zwei volle Jahre benötigen, um eine Art der Buchstaben zu erlernen. Von Vorteil ist es mit den Druckbuchstaben zu beginnen. Das mag für den Laien sehr überspitzt klingen, doch entspricht es leider den Tatsachen. Im Schulbetrieb kann der Klassenlehrer dieser Forderung natürlich nicht alleine nachkommen. Es wäre unsinnig dies zu verlangen, ohne den Lehrer permanent zu überfordern. Deshalb ist es so wichtig, dass Eltern selbst mitwirken, um ihrem legasthethischen Kind zu helfen. Selbstverständlich ist es legitim, sich Hilfe durch Spezialisten innerhalb oder außerhalb der Schule zu holen.

Das Legasthethietraining sollte von den Eltern durch einen individuell für das Kind zusammengestellten Trainingsplan ergänzt werden. Dieser Plan wird vom Trainer für einen bestimmten Zeitraum entworfen und dann immer wieder den nächsten Schritten des Kindes angepasst. Selbstverständlich arbeitet der Trainer sowohl mit dem Lehrer des Kindes als auch mit den Eltern intensiv zusammen und schlägt Fördermöglichkeiten vor.