

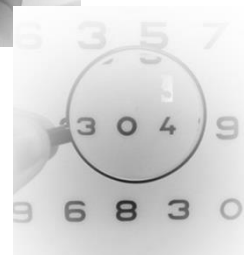


Sehtraining für Schulkinder

Das Sehen bei Kindern entwickelt sich von der Geburt weg. Kinder sind oft schon vor dem Schulbeginn vom Sehen überlastet - sei es durch Fernsehen oder Computer. In der Schule steigt die Anforderung an das Sehen. Defizite in der Sehentwicklung, die vorher nicht auffielen oder (noch) keine Probleme verursachten, können sich nun als Lernprobleme (Lesestörungen, Rechenschwierigkeiten) zeigen.

Auffälligkeiten die auf Sehproblemen bei Schulkindern hinweisen können

- Kopfschmerzen, meist über den Augen oder im Stirnbereich
- ein Auge wird abgedeckt oder zugekniffen
- Kopf wird schief gehalten
- Zeile wird verfehlt (darüber und darunter geschrieben)
- schlechtes Schriftbild
- Kind liest generell nicht gern, ratet viel beim Lesen
- Finger wird zum Lesen eingesetzt (Nachfahren der Wörter)
- Verwechslung von ähnlichen Wörtern
- Konzentrationsmangel, schnelles Ermüden
- Augenbrennen, Augenreiben, gerötete Augen oder Lidränder
- Auffälligkeiten in der Feinmotorik (beim Ausmalen, Ausschneiden u.ä.)



Heißt das, Legasthenie ist durch eine Störung des Sehens bedingt?

Nein - eine echte Legasthenie ist kein visuelles Problem und bedarf einer umfassenden, professionellen Abklärung (durch Psychologen/Psychologinnen oder Legasthietrainern/Legasthietrainerinnen) und einem individuellen Legasthietraining. Störungen des Sehens (der Naheinstellung, der Augenkoordination, des dreidimensionalen Sehens) können ebenfalls zu einer Lese- Schreib- und/oder Rechenstörung führen, bzw. können legasthene Probleme durch Sehstörungen verstärkt werden.

Was kann Sehtraining wirklich?

Eine orthoptische und augenfachärztliche Untersuchung vor dem Training sind unumgänglich. Manchmal reicht schon die Verordnung einer leichten, unterstützenden Brille aus um die Probleme in den Griff zu bekommen. Durch Sehtraining/Visualtraining lernt man, einzelne Sehfunktionen bewusst zu steuern (z.B. bewusstes Scharfstellen/Lockerlassen). Das beidäugige Sehen wird verbessert und die Ausdauer des Sehens gesteigert. Die Wirkung hält auch nach Beendigung des Trainings an. Eine Brille wegtrainieren kann ein seriöses Sehtraining nicht.



Orthoptistin Ulrike Pichler MSc

Mobil. +43 680 2161816 E-Mail ulrike.pichler@gut-sehen.at www.gut-sehen.at