



Förderung der Selbstregulation durch Förderung exekutiver Funktionen



ZNL TransferZentrum für
Neurowissenschaften und Lernen

Wehrfritz

HABA®

Förderung der Selbstregulation





Legasthenie- & Dyskalkulietrainer
Im Dienste legasthener und dyskalkuler Menschen!

Legasthietrainer Club Forum
Austausch auf professioneller Ebene zwischen Spezialisten...

[Erweiterte Suche](#)

[Foren-Übersicht](#) < [Legasthenie- & Dyskalkulietrainer Club](#) < [Allgemeine Beiträge des Legasthenie- & Dyskalkulietrainer Clubs](#)
v A ^

👤 Persönlicher Bereich (0 neue Nachrichten) • Eigene Beiträge
🗨 Kundencenter 📖 Wiki 🔍 FAQ 👥 Mitglieder ⏴ Abmelden [Detlef.Wittmann]

Allgemeine Beiträge des Legasthenie- & Dyskalkulietrainer Clubs

Moderator: **DLC Center Europe**

Themen als gelesen markieren • 3761 Themen • Seite 1 von 76 •

BEKANNTMACHUNGEN	ANTWORTEN	ZUGRIFFE	LETZTER BEITRAG
Abkürzung "Diplomierte/r" als "Dipl." in Deutschland <small>von mario am 06 Jan 2011 17:15</small>	6	474	<small>von Miriam.Wallerius </small> <small>am 25 Feb 2011 09:31</small>
17. EÖDL Fachtagung <small>👤 von mario am 19 Dez 2010 00:30</small>	12	462	<small>von Livia R..Pailer-Duller </small> <small>am 07 Mai 2011 19:41</small>
Legasthenie- & Dyskalkulietrainer Nachrichten online! <small>von Livia R..Pailer-Duller am 18 Okt 2010 04:14</small>	0	569	<small>von Livia R..Pailer-Duller </small> <small>am 18 Okt 2010 04:14</small>
Teilnahme- und Zahlungsbestätigungen <small>von Livia R..Pailer-Duller am 25 Sep 2009 22:56</small>	0	700	<small>von Livia R..Pailer-Duller </small> <small>am 25 Sep 2009 22:56</small>
Stempel: diplomierte Legasthenie- & DyskalkulietrainerInnen <small>👤 von Livia R..Pailer-Duller am 23 Aug 2009 15:47</small>	12	817	<small>von Livia R..Pailer-Duller </small> <small>am 05 Nov 2009 17:13</small>
Legasthenie im Erwachsenenalter <small>von mario am 26 Mär 2009 15:34</small>	2	714	<small>von Livia R..Pailer-Duller </small> <small>am 13 Apr 2009 14:18</small>
ANGEBOT: Aufbauernstudium diplomierter Dyskalkulietrainer <small>👤 von Livia R..Pailer-Duller am 16 Mär 2009 17:04</small>	6	1414	<small>von Andrea.Knurbein </small> <small>am 29 Mär 2011 09:56</small>
Mein Trainingsbuch.org Ihr neues Werkzeug !	46	1992	<small>von Miriam.Wallerius </small>



ZNL - Transferzentrum für Neurowissenschaften und Lernen

Prof. Dr. Dr. Manfred Spitzer

Leiter des ZNL

Leiter Psychiatrische Universitätsklinik in Ulm

Lehrstuhl für Psychiatrie der Universität Ulm

ZNL seit 2004

Forschung —→ Bildung



Förderung der Selbstregulation



Themen:

- Selbstregulation und exekutive Funktionen
- Bedeutung der Selbstregulation/exekutive Funktionen
- Training der Selbstregulation/exekutive Funktionen



Nennen Sie bitte so schnell
wie möglich die Farben der
Wörter!

blau

gelb

grün

rot



Danke

Super!



**Nennen Sie bitte so schnell
wie möglich die Farben der
Wörter!**

rot

blau

grün

braun

gelb

grün

rot



Danke

Super!



Selbstregulation

Selbstkontrolle

Selbstdisziplin

Selbststeuerung

Herr der Lage

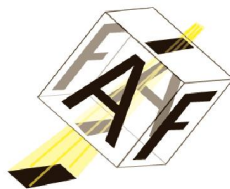


Selbstkontrolle - Exekutive Funktionen

Inhibition / Hemmung

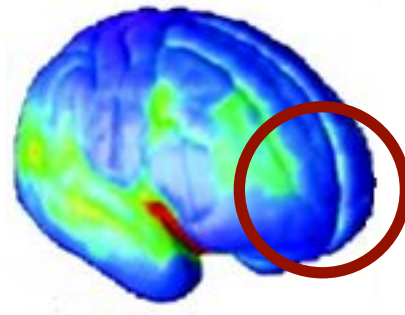
Arbeitsgedächtnis

kognitive Flexibilität





Sitz des exekutiven Systems:
Präfrontaler Kortex



Exekutive Funktionen



Eingeschränkte Leistungen der exekutiven Funktionen bei Kindern mit

- allgemeinen Lernschwierigkeiten
- Legasthenie/LRS
- Dyskalkulie/Rechenschwäche
- ADHS

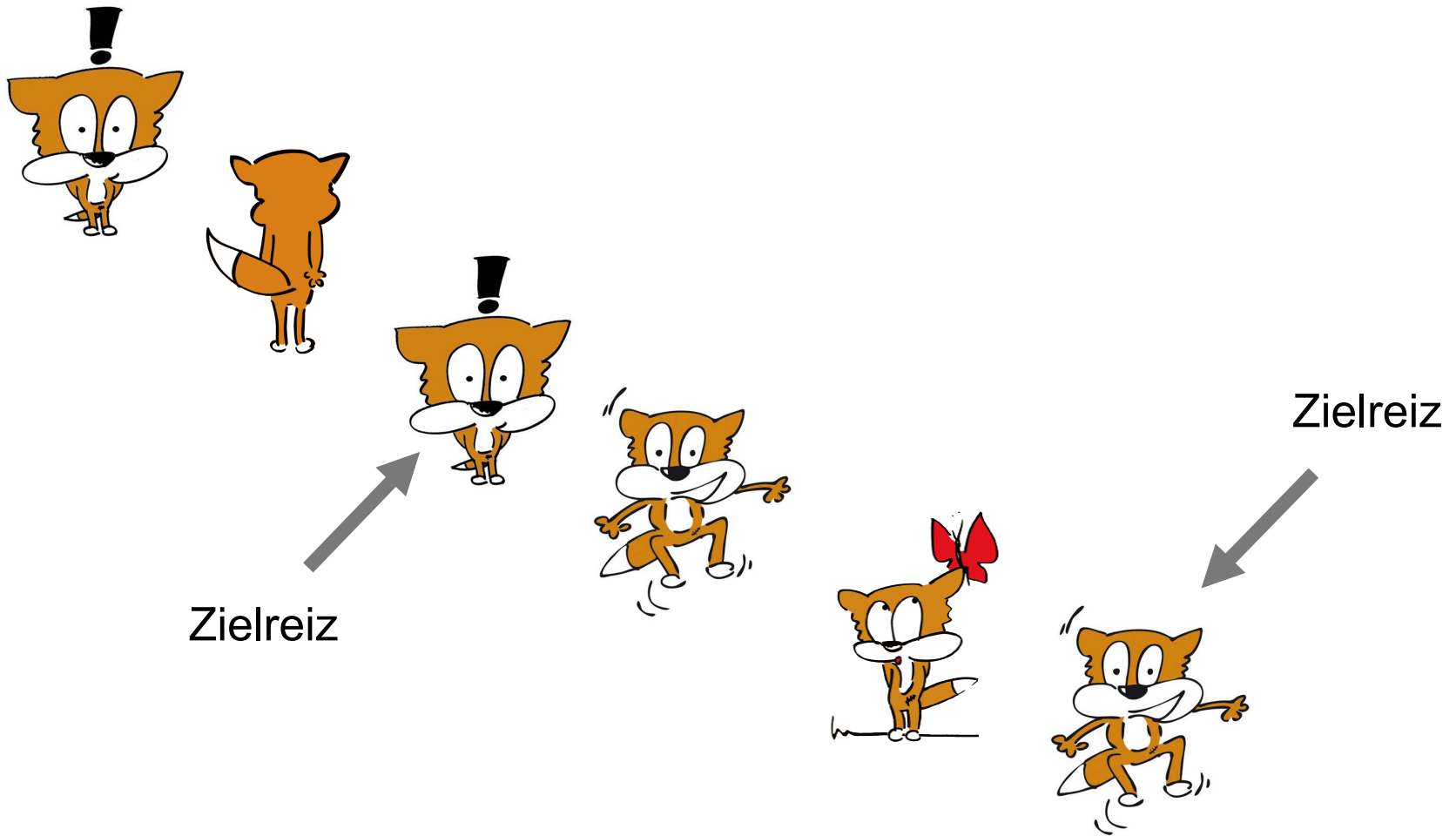
Exekutive Funktionen

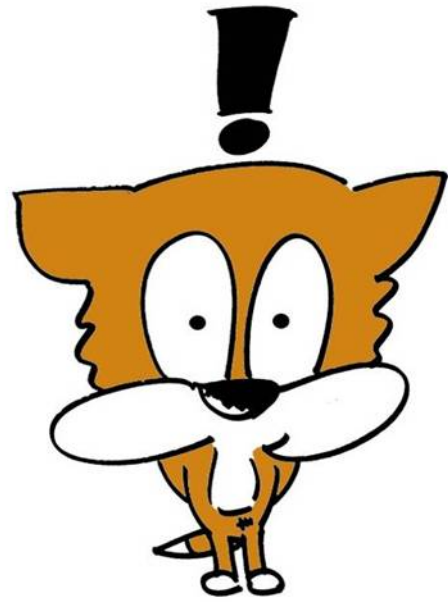


Arbeitsgedächtnis

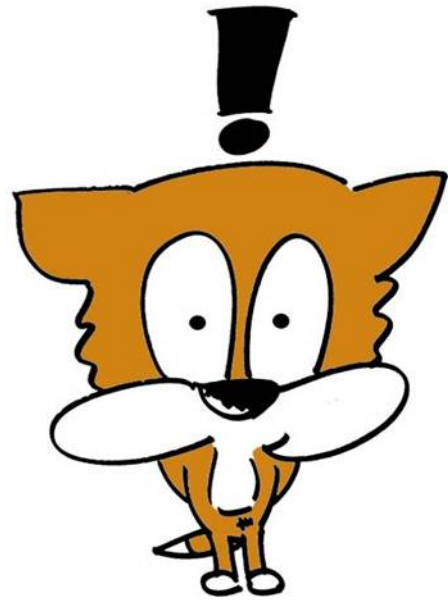


Bitte rufen Sie immer „Fex“, wenn Sie 2 Folien zuvor genau den gleichen Fex gesehen haben









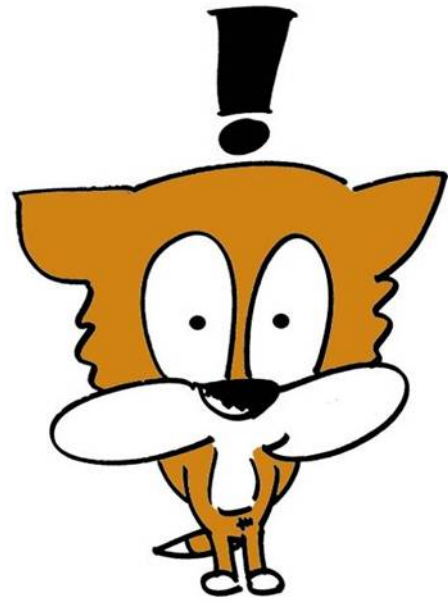






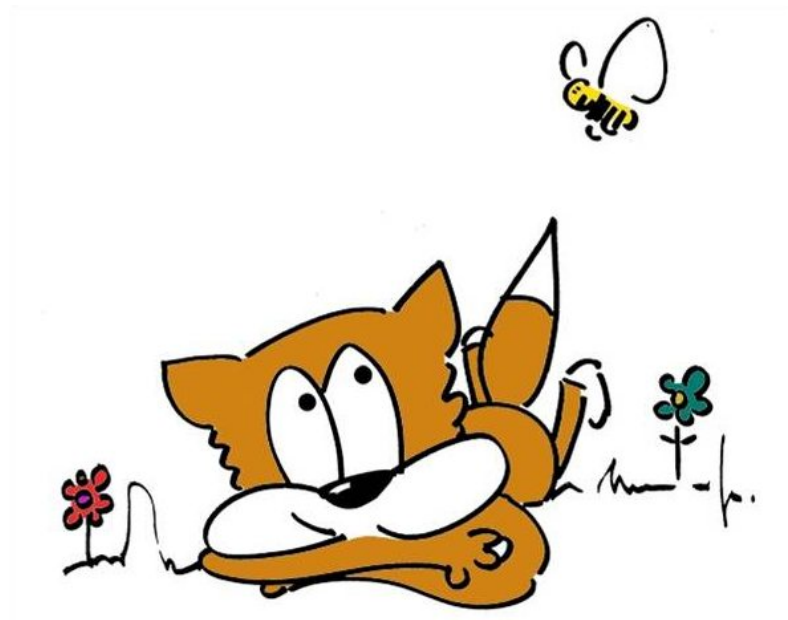














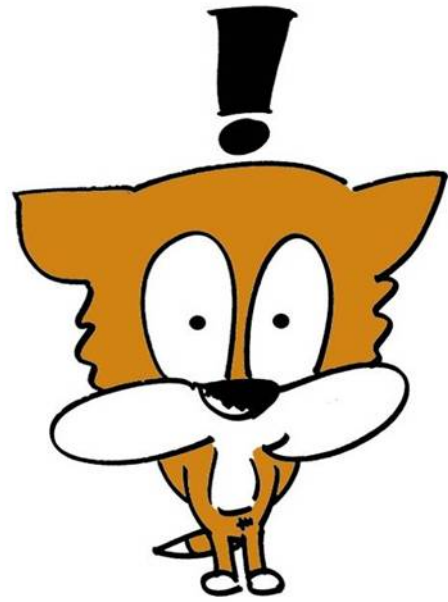
















Danke

Super!

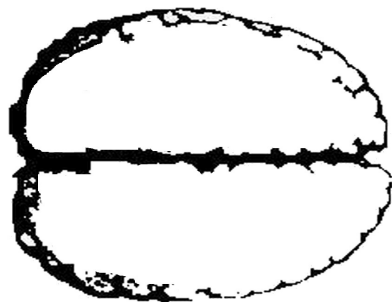


Exekutive Funktionen

Arbeitsgedächtnis

Lesen/Schreiben:

- Laute, Lautfolgen, Klang
- Buchstaben, Wörter, Sätze



Mathematik:

- Rechnen
 $28 + 15 = ?$
 - Aufgabe merken
 - Rechenstrategie abrufen
 - Zahlen zerlegen
 - Zwischensumme bilden...

Exekutive Funktionen



Arbeitsgedächtnis

Prägen Sie sich bitte
die angesagte Ziffernfolge gut ein!

Exekutive Funktionen



Arbeitsgedächtnis

Welche Ziffernfolge ist richtig?

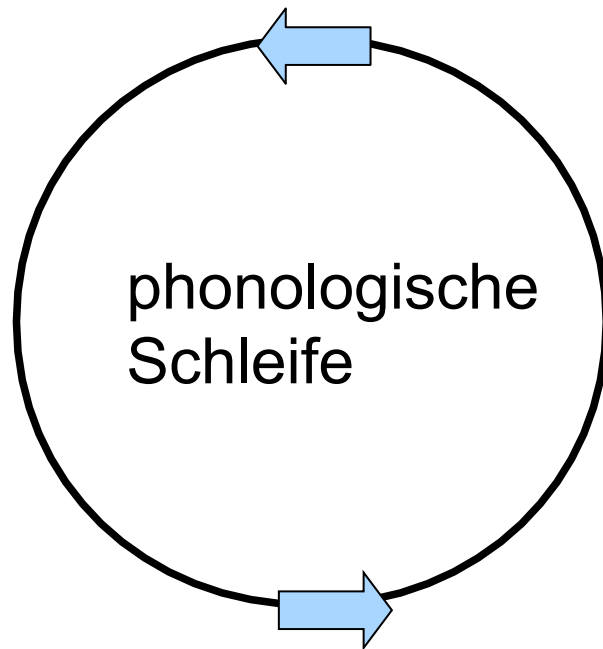
- A) 1372131
- B) 1231713
- C) 1321731
- D) 1321713
- E) 1323173



Exekutive Funktionen

Arbeitsgedächtnis – Modell nach Baddeley

Hilfssystem



Lesen/Schreiben:

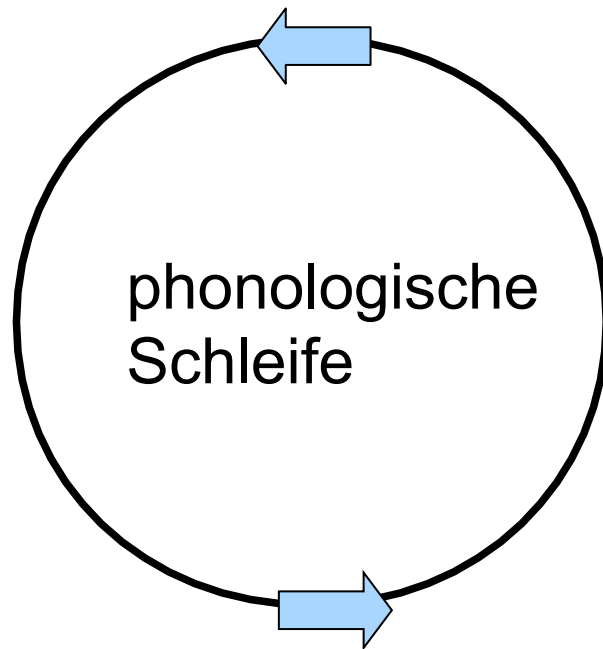
Laufdiktat



Exekutive Funktionen

Arbeitsgedächtnis – Modell nach Baddeley

Hilfssystem



Mathematik:

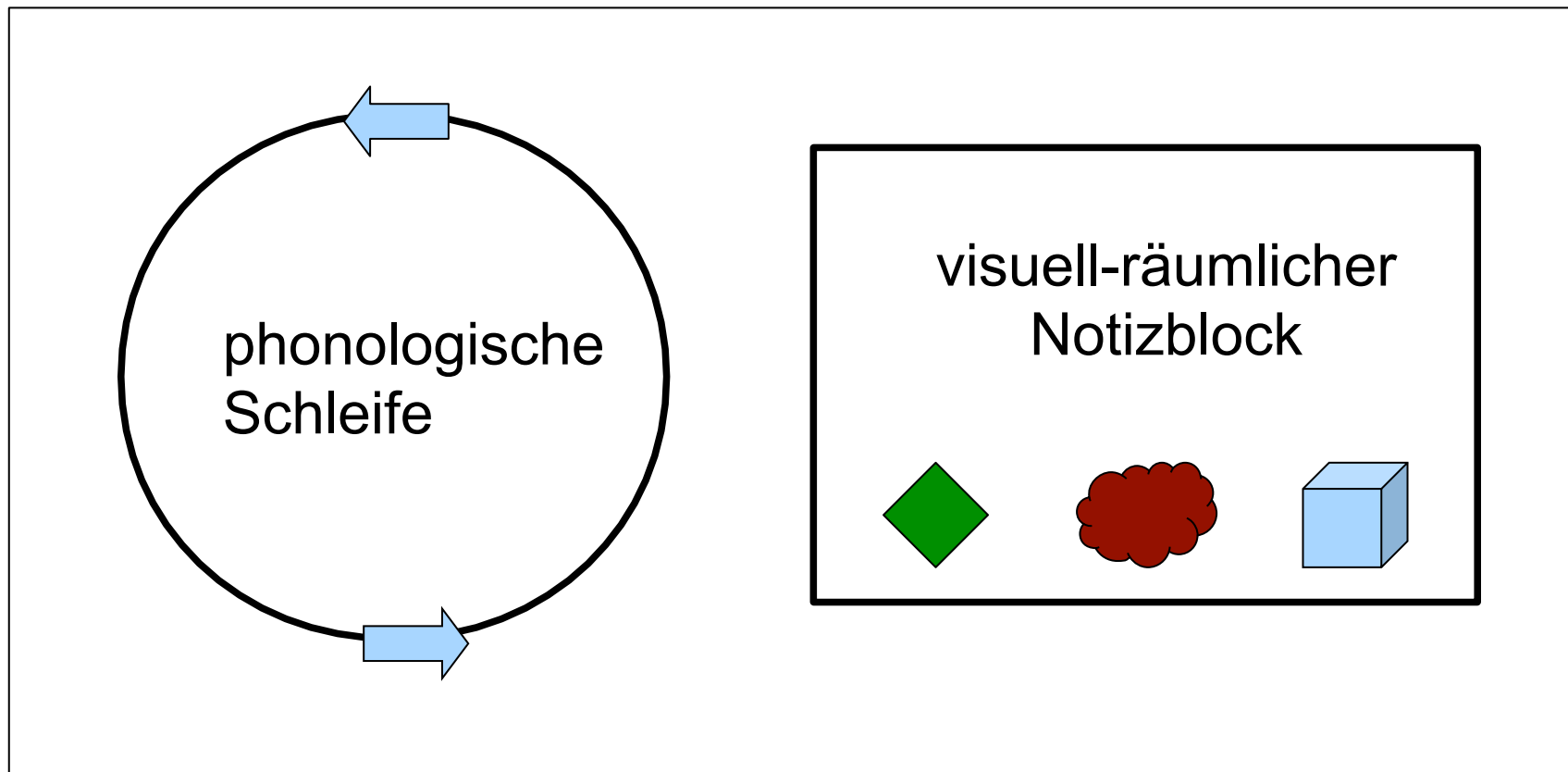
Berechne im Kopf!

$$75 - 49$$

Exekutive Funktionen



Arbeitsgedächtnis - Modell

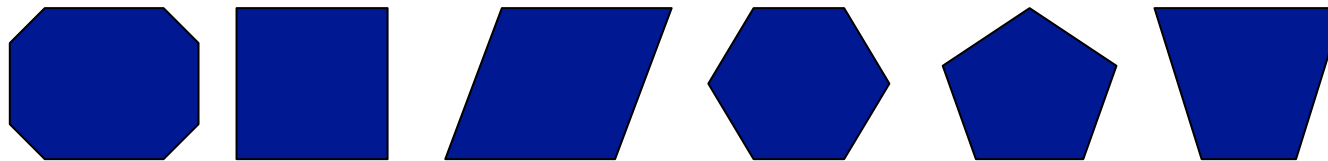


Exekutive Funktionen



Arbeitsgedächtnis

Prägen Sie sich bitte die Formen gut ein!

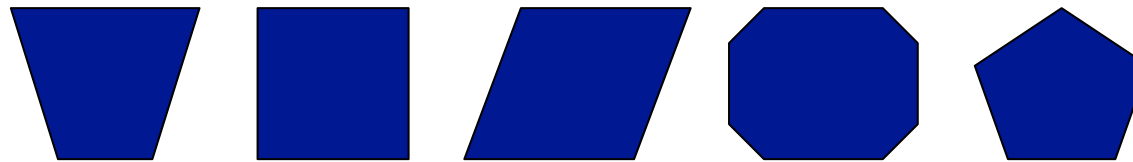


Exekutive Funktionen



Arbeitsgedächtnis

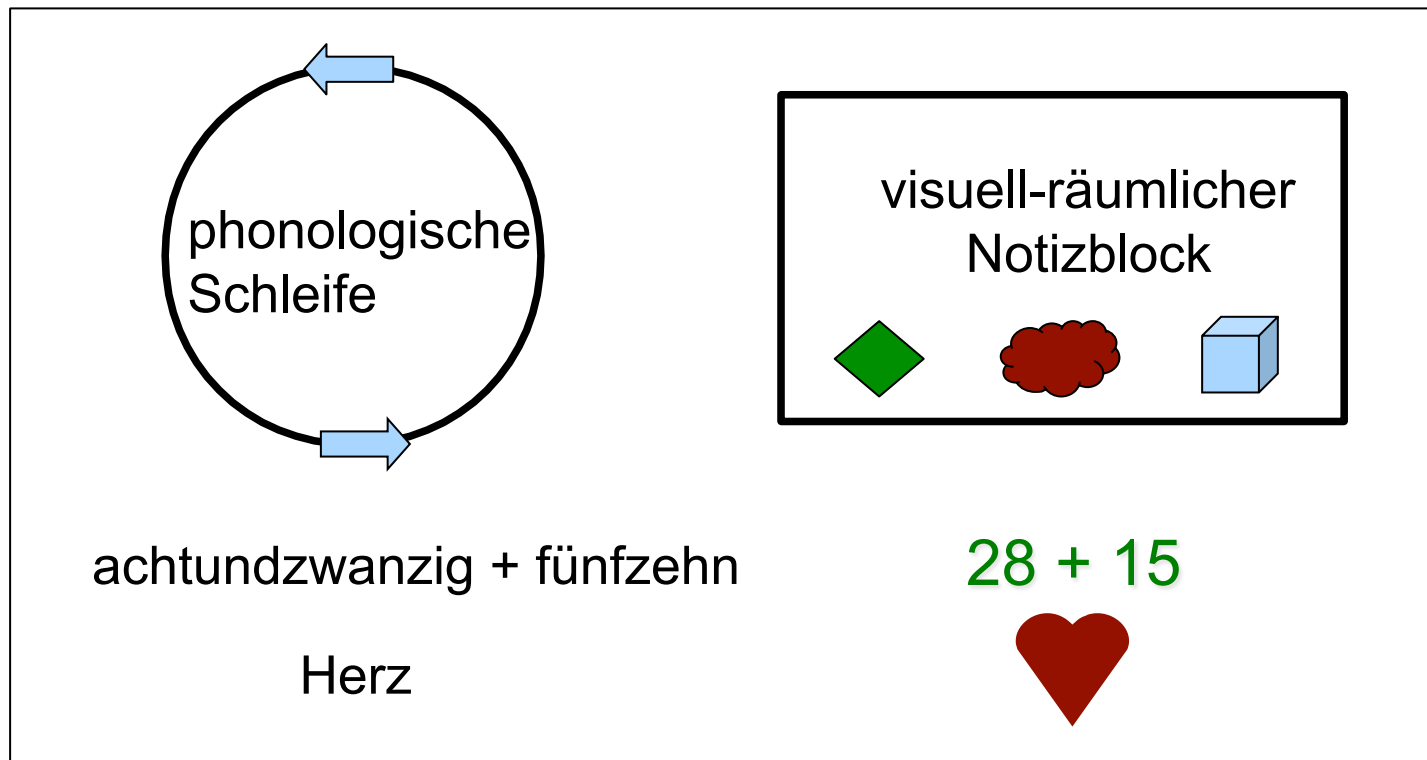
Welche Form fehlt?





Exekutive Funktionen

Arbeitsgedächtnis - Modell

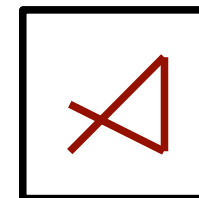




Exekutive Funktionen

Arbeitsgedächtnis – Training

- ✓ Langer Satz
- ✓ Ich packe meinen Koffer
- ✓ Doppeltes Wort
- ✓ Handlungsanweisung geben und ausführen lassen
- ✓ Gegenstände einprägen → Gegenstände verändern
(Anzahl, Reihenfolge, Art)
- ✓ Bild anschauen → so viel Details wie möglich nennen
- ✓ Muster einprägen, abdecken, nachzeichnen



Exekutive Funktionen



Arbeitsgedächtnis – Training

✓ inneres Mitsprechen

✓ Visualisierung Fex mit Schmetterling →



✓ Verbalisierung



→ Fex mit Fußball

✓ Bildung von Informationseinheiten → Automatisierung

✓ Merktechniken

Exekutive Funktionen



Inhibition



Exekutive Funktionen



Inhibition / Hemmung

Verhaltens- und Handlungskontrolle



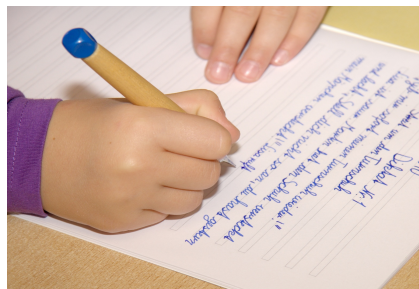
Exekutive Funktionen



Inhibition / Hemmung

Verhaltens- und Handlungskontrolle

Unterdrückung irrelevanter Informationen





Exekutive Funktionen

Inhibition / Hemmung

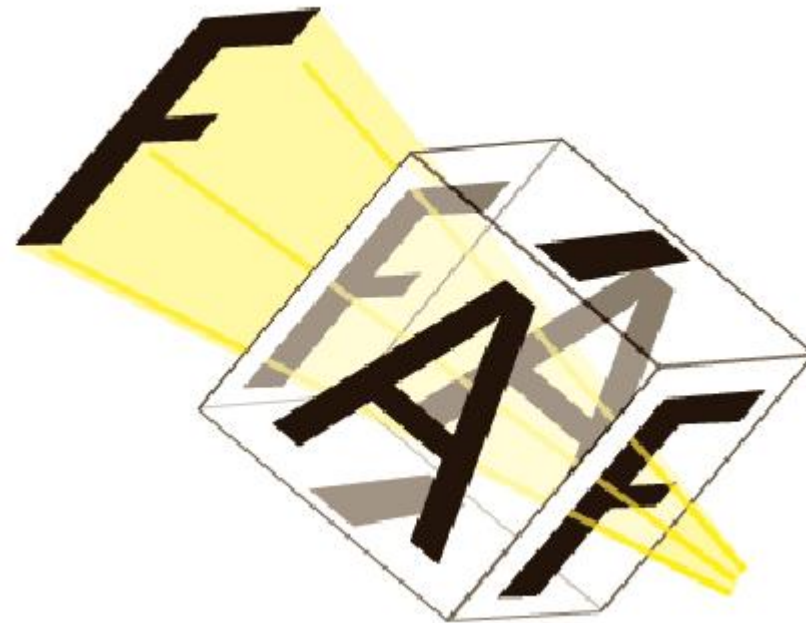
Unterdrückung irrelevanter Informationen

In einem Garten stehen 3 Apfelbäume, 4 Pflaumenbäume, 3 Fichten und 2 Kirschbäume.

Wie viele Obstbäume stehen im Garten?

Exekutive Funktionen

Kognitive Flexibilität



Exekutive Funktionen



Kognitive Flexibilität

Rechnen Sie bitte mit!



Exekutive Funktionen



Kognitive Flexibilität



Fähigkeiten wie:

- ✓ auf neue Situationen und Anforderungen einstellen
- ✓ zwischen Perspektiven wechseln
- ✓ aus Fehlern lernen und korrigieren
- ✓ Flexible Anwendung von Wissen und Strategien



Exekutive Funktionen

Kognitive Flexibilität



Lesen/Schreiben:

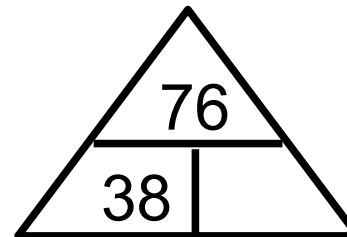
Laut ↔ Buchstaben

Schreibbewegungen

Mathematik:

Platzhalteraufgaben

$$38 + ? = 76 \rightarrow 76 - 38 = ?$$





Exekutive Funktionen

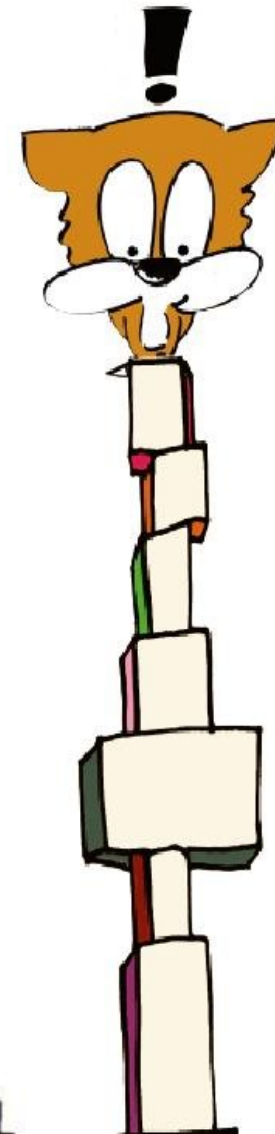
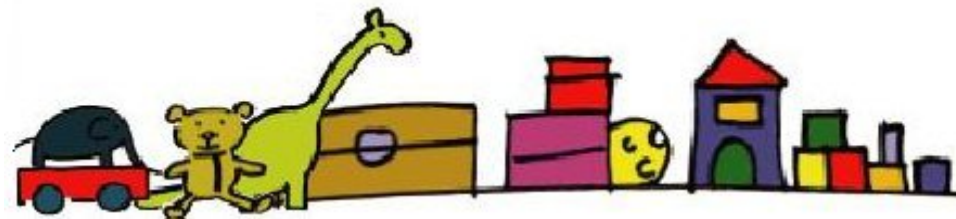
Inhibition/kognitive Flexibilität – Training

- ✓ Raumlagetraining, Körperschema
- ✓ Zeichnen von Spiegelbildern
- ✓ Buchstabensalat → (iergT)_____ (Tiger)
- ✓ Gegenteil von dem machen was gesagt wurde

Spiele wie:

- ✓ Halli Galli
- ✓ Tabu
- ✓ 3 x 4 = Klatsch
- ✓ Ratz-Fatz Spielewelt

Gezieltes Training exekutiver Funktionen



Gezieltes Training exekutiver Funktionen



FEX-Trainer Mathe/Deutsch

FEX-Aufgabenhelfer

Fazit



Selbstkontrolle/exekutiven Funktionen haben entscheidenden Einfluss auf das Lernen

Selbstkontrolle kann(muss) trainiert werden



Packen wir's an!

