



Exekutive Funktionen und ihre Bedeutung für gelingendes Lernen:

Ein Weg, wie Schule und Elternhaus Kindern helfen können, ihre Fähigkeiten zu entwickeln!

Im Stuhlkreis im Kindergarten oder im Klassenzimmer längere Zeit still sitzen, am Mittagstisch abwarten, bis alle aufgeessen haben, im gemeinsamen Spiel auf andere Rücksicht nehmen, bei einer Aufgabe bleiben und sich nicht ablenken lassen, die Hausaufgaben notieren und daran denken, das Mathebuch mit nachhause zu bringen.... Dies sind Alltagssituationen in der Schule und zu Hause, in denen die exekutiven Funktionen gefordert sind.

Als „exekutive Funktionen“ bezeichnet man in der Gehirnforschung geistige Fähigkeiten, die das menschliche Denken und Handeln steuern.

Wenn wir Kinder dazu ermahnen, „sich zu beruhigen“ oder „besser aufzupassen“, fordern wir Verhaltensweisen ein, die dem exekutiven System zugeordnet werden.

Die Fähigkeit, sich zu beruhigen, seine Aufmerksamkeit zu lenken bzw. sich auf etwas zu konzentrieren, Informationen zu speichern und mit den gespeicherten Informationen zu arbeiten, wird vom Stirnhirn gesteuert. Diese Steuerzentrale des Gehirns beeinflusst bereits im Kindes- und Jugendalter die Lernleistung und die sozial-emotionale Entwicklung.

Das exekutive System unterscheidet drei Kernfunktionen.

1. **Die Impulskontrolle**
Dabei handelt es sich um eine Art Stoppsignal zwischen Reiz und Reaktion.
2. **Das Arbeitsgedächtnis**
Informationen werden kurzfristig gespeichert und bearbeitet.
3. **Die kognitive Flexibilität**
Der Aufmerksamkeitsfokus kann schnell und präzise zwischen verschiedenen Anforderungen wechseln.

Exekutive Funktionen sind von zentraler Bedeutung, wenn es um Schul- oder Lebenserfolg geht.

Die deutlichsten und wichtigsten Entwicklungsschritte finden in der Kindheit und dem Jugendalter statt und können vor allem in dieser Zeit gut gefördert werden.

In der Schule trainiert ihr Kind die exekutiven Funktionen durch verschiedenste Spiele und Unterrichtsinhalte, im Umgang mit Regeln und dem Zusammensein mit anderen Kindern.

Als entscheidender Einflussfaktor für die Entwicklung der exekutiven Funktionen hat sich die Qualität der Beziehung, insbesondere das Verhalten der Bezugsperson zum Kind, gezeigt. Dabei haben sich vor allem Verhaltensweisen, die die Selbstständigkeit des Kindes fördern, als bedeutsam herausgestellt.

Exekutive Funktionen bilden die Grundlage für gelingendes Lernen. Gut ausgebildete exekutive Funktionen ermöglichen zudem sozial-emotionale Kompetenzen für ein friedliches Zusammenleben.