

## **Inhalt:**

1.	Einleitung	4
2.	Ursachen von Konzentrationsstörungen	4
2.1.	Arbeitsplatz	4
2.2.	Möglichkeiten der Ablenkung	5
3.	Ermutigung	5
4.	Bestrafung und alternative Möglichkeiten in der Erziehung	7
4.1.	Bestrafung	7
4.2.	Lernen durch Belohnung	8
4.3.	Nichtbeachtung von unerwünschtem Verhalten (Löschung)	8
4.4.	Logische Folgen	8
5.	Hausaufgaben und Konzentration	9
6.	Regeln für die Bearbeitung des Trainingsprogramms	11
7.	Literatur	12
8.	Trainingsprogramm	13