



## Informationen zum Marburger Konzentrationstraining

Ein Kind hat Konzentrationsschwierigkeiten, wenn es ihm schwerfällt, seine Aufmerksamkeit der Situation entsprechend zu steuern, also sich einer Sache gezielt zuzuwenden, dabei zu bleiben, Unwichtiges ausblenden und die Aufgabe in angemessener Zeit zu bearbeiten.

Es gibt zwei Gruppen von Kindern, die in der Schule besondere Schwierigkeiten mit der Aufmerksamkeit haben und oft nicht die Leistungen zeigen, die sie von ihrer Intelligenz her erbringen könnten:

1. Unkonzentriert und unruhig: Diese Kinder fallen im Klassenverband auf und oft wurde ein ADHS bei ihnen schon diagnostiziert.
2. Vorwiegend unkonzentriert: Diese Kinder sind vom Verhalten her in der Schule unauffällig, haben aber zum Teil Schwierigkeiten mit dem Lernstoff.

Das Marburger Konzentrationstraining richtet sich an beide Gruppen. Es versteht sich aber auch als Übungsprogramm, das grundsätzlich allen Kindern zugute kommt und daher problemlos auch in der Klasse durchgeführt werden kann.

Besonders profitieren von einem Konzentrationstraining die Kinder,

- Die sich leicht ablenken lassen
- Die noch nicht selbständig arbeiten können
- Die sich wenig zutrauen
- Die sehr viel Zuwendung brauchen
- Die Anzeichen einer Aufmerksamkeitsstörung (ADS / ADHS) haben
- Die schlecht mit Misserfolg umgehen können
- Die schulmüde sind



Aus einer Aufmerksamkeitsproblematik entstehen über kurz oder lang Leistungsprobleme. Aus Leistungsproblemen entwickeln sich häufig Verhaltensauffälligkeiten. Die Aufmerksamkeitsproblematik bleibt also nicht auf den Leistungsbereich beschränkt, sondern wirkt sich auf das gesamte Leben des Kindes aus.

Auch die Beziehung zu den Eltern wird dadurch belastet. Die Eltern versuchen zu helfen – meist ohne Erfolg.

Das Kind entwickelt in der Folge ein schwaches Selbstbewusstsein und ein geringes Selbstwertgefühl.

Ziele des MKT für Schulinder:

- Reflexiver Arbeitsstil statt impulsivem Vorgehen
- Selbständigkeit
- Vernünftiger Umgang mit Fehlern
- Verbesserung der Leistungsbereitschaft
- Zutrauen in eigenes Können
- Stärkung der Eltern
- Verbesserung der Eltern-Kind-Interaktion.

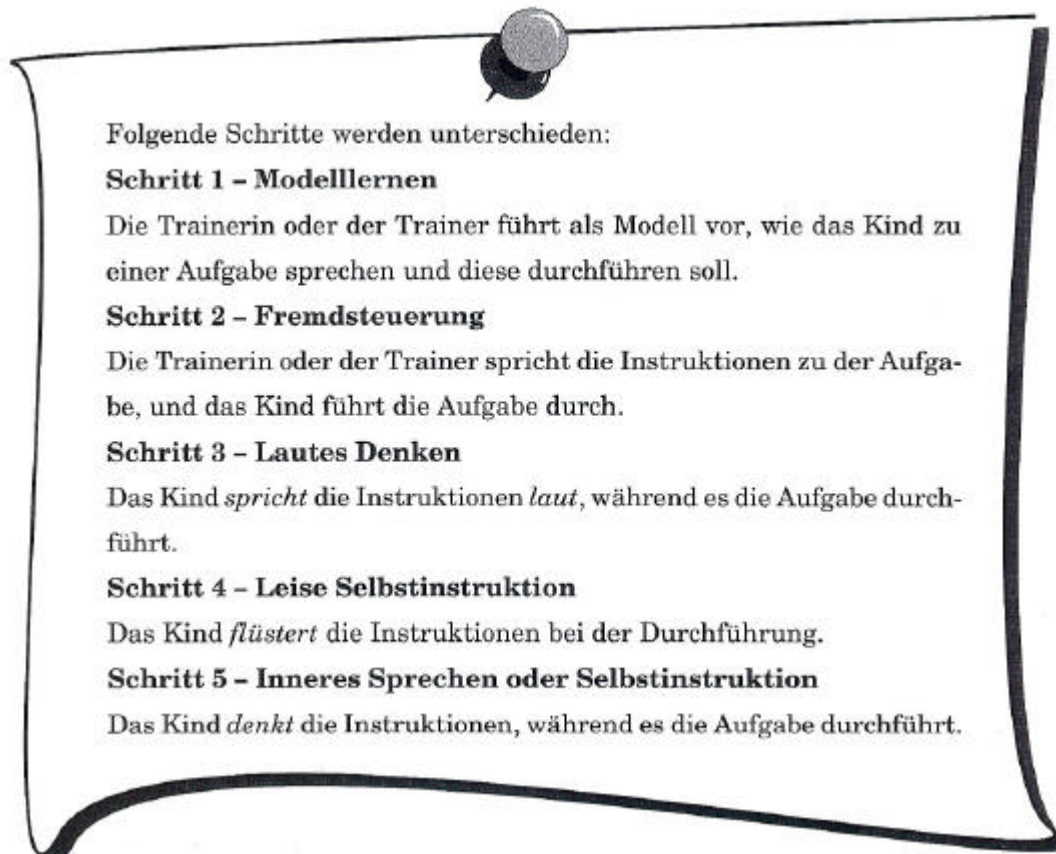
Inhalt und Ziel des MKT ist das Training der Selbststeuerung, um die Aufmerksamkeitssteuerung und die Selbständigkeit der Kinder zu fördern. Die Kinder lernen dabei über das so genannte „laute Denken“ das „Innere Sprechen“.

Methoden des Marburger Konzentrationstrainings:

Das Training setzt an der Verbesserung der Aufmerksamkeitssteuerung der Kinder an. Dies geschieht mit Hilfe der Methode der verbalen Selbstinstruktion, einer Technik aus der kognitiven Verhaltenstherapie. Mit verschiedenen Übungen werden Feinmotorik, Wahrnehmung, Denk- und Merkfähigkeit sowie Lang- und Kurzzeitgedächtnis trainiert.

Durch das Gruppensetting und besonders in den Spielen bieten sich zahlreiche Möglichkeiten der Interaktion und der Einübung von Regeln.

Aus den Unterlagen:



Die Kinder trainieren sechsmal, einmal pro Woche, jeweils 90 Minuten.