

Zielgruppe und Zusammensetzung

Das **Marburger Konzentrationstraining für Schulkinder (MKT)** richtet sich an Kinder im Grundschulalter, die in der Schule leicht ablenkbar sind und z.B. bei den Hausaufgaben Probleme haben. Eine Gruppe wird aus Kindern mit ähnlichem Leistungsstand und Altersklassen gebildet. Bezüglich der Verhaltensweisen bietet sich eine heterogene Zusammensetzung an, sodass Kinder der Zielgruppe zum einen ein eher impulsives und unruhigeres Verhalten zeigen. Zum anderen nehmen Kinder teil, die sich schlecht organisieren können, einen verträumten Eindruck machen und ein herabgesetztes Arbeitstempo bei der Bearbeitung von Schulaufgaben haben.

Praxis für Ergotherapie Lars Müller



**Worphauser Landstraße 55B
28865 Lilienthal**

Tel. 04208 8299488
**Email: info@ergotherapie-
worphausen.de**



Abb. 1
https://medien.umbreitkatalog.de/bildzentrale_original/978/380/800/8607.jpg

Allgemeine Infos

Die Kinder trainieren mit einer qualifizierten Trainerin in einem Zeitraum von sechs bis acht Wochen jeweils an einem Nachmittag für 90 Minuten; zusätzlich finden zwei begleitende Elternabende statt. Dementsprechend stellt das MKT eine Kurzintervention dar. Das Training kann oftmals nach Rücksprache mit den Kinderärzt*innen als ergotherapeutische Maßnahme verordnet werden. Das Konzept betont einen höheren Erfolg durch eine wiederholende Teilnahme.



Abb. 2

<https://www.lernwerkstatt-koeniger.de/wp-content/uploads/2021/04/Marburger-Konzentrations-training-1-rotated.jpg>

Inhalte des Trainings:

Im MKT lernen die Kinder, wie man am besten mit Aufgaben umgeht und steigern ihre Konzentration. Es werden verschiedene *Bereiche* trainiert:

- **Entspannung**

Entspannung ist eine Voraussetzung für Konzentration. Für viele Kinder ist es sehr schwierig, zur Ruhe zu kommen. Mit Hilfe von Fantasiereisen lernen sie im MKT, sich systematisch zu entspannen.

- **Reflexiver Arbeitsstil**

Wie finde ich heraus, wie eine Aufgabe geht? Wie gebe ich mir selbst die richtigen Anweisungen zur Lösung? Wie stelle ich fest, ob ich alles richtig gemacht habe? Impulsiv arbeitende Kinder lernen, sich zu bremsen und zu kontrollieren, „trödelige“ Kinder lernen, Schritt für Schritt weiterzuarbeiten.

- **Selbstbewusstsein**

Viele unserer Trainingskinder erleben im Alltag ständig Misserfolge.

Im MKT lernen sie, Probleme selbstständig anzugehen, dass ein Fehler keine Katastrophe ist (man kann ihn ja verbessern) – und dass sie Vieles schon ganz gut können. Auf diese Weise wird ihr Selbstbewusstsein gestärkt, und sie sind eher bereit, weiter zu lernen.

- **Training aller Sinne**

Hören, Fühlen, Riechen, Schmecken – wer mit allen Sinnen lernen kann, der lernt mehr. Wahrnehmung und Gedächtnis werden in spielerischen Übungen trainiert.

- **Motivation**

Das Training macht den meisten Kindern Spaß – zum einen, weil sie Erfolgserlebnisse haben, zum anderen, weil sie belohnt werden. Deshalb geben sie sich Mühe und lernen Vieles, was sie sonst nicht einmal versucht hätten.

- **Elternabende**

Beim MKT wird nicht nur mit den Kindern trainiert – auch die Eltern sind mit eingebunden. An zwei bis drei Elternabenden werden Informationen und Tipps für die Hausaufgaben vermittelt, und es können Erfahrungen ausgetauscht werden.