

## Marburger Konzentrationstraining

Das Marburger Konzentrationstraining (MKT) richtet sich an Kinder, die in der Schule leicht ablenkbar sind und z.B. bei den Hausaufgaben Probleme haben.

Das MKT wurde Anfang der 90er Jahre von dem Schulpsychologen, Lehrer und Autor Dieter Krowatschek entwickelt und am Psychologischen Institut der Philipps-Universität in Marburg evaluiert.

Inhalt und Ziel ist das Training der Selbststeuerung, um die Selbstständigkeit und die Aufmerksamkeitssteuerung der Kinder und Jugendlichen zu fördern. Die Teilnehmer lernen das so genannte „laute Denken“ und das „innere Sprechen“. Sie üben, planvoll und systematisch vorzugehen und lernen den richtigen Umgang mit Fehlern.

Die Kinder trainieren in einem Zeitraum von sechs Wochen jeweils an einem Nachmittag für 75 Minuten; zusätzlich finden zwei begleitende Elternabende statt. Eltern sollen in den Trainingsprozess eingebunden werden, sie lernen Übungen kennen, die im Training durchgeführt werden.

Es können Informationen und Tipps für die Hausaufgaben vermittelt und Erfahrungen ausgetauscht werden.

## Zielgruppe:

Sind Kinder und Jugendliche, die einen impulsiven Arbeitsstil zeigen. Auch die verträumten, langsamen, trödelnden Kinder, die sich immer wieder ablenken lassen, kommen für dieses spezielle Training in Betracht.

Das Training wurde entwickelt für Kinder mit folgenden Schwierigkeiten:

- **Konzentrationsschwäche**
- **Aufmerksamkeitsdefizit**
- **Mangelnde Ausdauer**
- **Motorische Unruhe**
- **Schnelle Ablenkbarkeit**
- **Impulsives Verhalten**
- **Reizverarbeitungsschwäche**

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.

### **Trainingsablauf:**

Die Trainingsstunden sind immer sehr ähnlich aufgebaut, so dass sich die Kinder auf eine gleich bleibende Struktur einstellen können.

***Ich freue mich auf euch!***

## Kursangebot:

- 6 Trainingseinheiten zu je 75 Minuten
- 2 Elternabende Dauer ca. 45 min nach der 2. und 6. Einheit

Training findet in altersentsprechenden Kleingruppen zu 3-4 Kindern bzw. Jugendlichen statt.

**Kosten:** € 240,- pro Teilnehmer

(für einen Kursblock inkl. Elternabenden, Teilnahme bei Elternabend ist nicht verpflichtend, wäre aber zumindest 1 x wünschenswert)

Kurs findet nur bei ausreichender Anmeldezahl statt!

### Nächsten Kursblöcke:

**Alter der Kinder: 10-12 Jahre**

**Montag, 16.30 Uhr**

Termine: 8.1., 15.1., 22.1., 29.1., 5.2., 19.2.,

Elternabend: 15.1. und 19.2. um 18.15 Uhr

**Alter der Jugendlichen: 13-14 Jahre**

**Montag, 16.30 Uhr**

Termine: 26.2., 4.3., 11.3., 18.3., 8.4., 15.4.,

Elternabend: 4.3. und 15.4. um 18.15 Uhr

**Alter der Kinder: 8-10 Jahre**

**Montag, 16.30 Uhr**

Termine: 22.4., 29.4., 6.5., 13.5., 27.5., 3.6.

Elternabend: 29.4. und 3.6. um 18.15 Uhr

Anmeldung und Information unter

Tel.Nr. 0677-647 500 92  
oder  
[office@mitkindernlernen.at](mailto:office@mitkindernlernen.at)

**Isabella RIEGLER**

*dipl. Montessoripädagogin  
dipl. Legasthenie- und  
Dyskalkulietrainerin  
dipl. Lerndidaktikerin  
zertifizierte MKT- Trainerin  
Benaudira Hörtrainerin*



In den Schnablern 11  
2344 Maria Enzersdorf  
Tel: +43 677-647 500 92  
[office@mitkindernlernen.at](mailto:office@mitkindernlernen.at)  
[www.mitkindernlernen.at](http://www.mitkindernlernen.at)

**Der Kurs findet in der  
psychologischen Praxis Langer statt.**

**Adresse:  
7000 Eisenstadt- Kleinhöflein,  
Hofgasse 22**

steuerbefreit aufgrund Kleinunternehmerregelung



**LEGASTHENIE  
DYSKALKULIE  
VORSCHULTRAINING  
auf Basis der  
Montessoripädagogik**

**MKT - Marburger  
Konzentrationstraining**



**Marburger Konzentrationstraining  
für Kinder von 6-14 Jahre**

**!!! Kursinformation für  
Kursstart im Jänner 2024  
in Kleinhöflein- Eisenstadt!**