

# Marburger Konzentrationstraining

## Ein Trainingsprogramm für Grundschul Kinder der 3. und 4. Klasse mit Konzentrationsschwierigkeiten und Problemen der Aufmerksamkeitssteuerung



Hoch-Begabten-Zentrum  
Rheinland

Schüler:innen haben aufgrund der Corona-Pandemie in den letzten beiden Schuljahren viel zurückstecken müssen. Aufgrund von langen Phasen des Distanz- und Wechselunterrichts fehlten vor allem vielen Grundschulkindern wichtige Strukturen. Der veränderte Schulalltag, sowie die wenigen Angebote für Kinder im Freizeitbereich begünstigen nicht unbedingt ein konzentriertes und motiviertes Bearbeiten von schulischen Aufgaben.

Im Rahmen des Aktionsprogramms „Ankommen und Aufholen nach Corona für Kinder und Jugendliche“ möchte das Hoch-Begabten-Zentrum Rheinland (HBZ) einen Beitrag leisten und (begabten) Schüler:innen der Grundschulen des Rhein-Erft-Kreises (REK) ein 6-wöchiges Konzentrations- und Aufmerksamkeitssteuerungstraining anbieten, mit dem Ziel, dass die Teilnehmer:innen ihr Begabungspotenzial auch langfristig abrufen können.



### Zielgruppe:

Das **Konzentrationstraining** richtet sich an (begabte) Schüler:innen der 3.-4. Klasse des REK mit Konzentrationsproblemen sowie Problemen der Aufmerksamkeitssteuerung. Das Training soll den Kindern dabei helfen sich langfristig besser selbst zu strukturieren und zu organisieren, um somit auch die Schulaufgaben besser lösen zu können. Bei dem Marburger Konzentrationstraining für Grundschul Kinder (Krowatschek, 2004) handelt es sich um ein Selbstinstruktionstraining, welches durch Wahrnehmungs- und Entspannungsübungen ergänzt wird. Innerhalb des Trainings wird ebenfalls mit Methoden der kognitiven Verhaltenstherapie, wie z.B. der positiven Verstärkung, gearbeitet. Ziel des Trainings ist ebenfalls ein besserer Umgang mit eigenen Fehlern und eine verbesserte Selbsteinschätzung des Kindes.

### Ablauf und Durchführung:

Das Trainingsprogramm wird von Psychologinnen und Psychologen des HBZ durchgeführt und findet an einem Wochentag an sechs aufeinanderfolgenden Wochen im Nachmittagsbereich statt. Eine Trainingseinheit dauert 90 Minuten. Das Kleingruppenttraining von vier Kindern wird in den Räumlichkeiten des HBZ angeboten. Ein Elterngespräch wird im Verlauf des Trainings mit den Eltern der teilnehmenden Kinder vereinbart.

### Kosten:

Die Kosten für die Teilnahme an dem Konzentrationstraining belaufen sich auf 249 € pro Schüler:in bei der Durchführung der Trainingseinheiten im HBZ. Bei Interesse an einer Durchführung an Ihrer Schule entwerfen wir gerne ein individuelles Angebot.

Wenn Sie Interesse haben, das Konzentrationstraining für eine gewisse Anzahl an Schüler:innen zu buchen, nehmen Sie bitte Kontakt auf unter [info@hoch-begabten-zentrum.de](mailto:info@hoch-begabten-zentrum.de).