

# Marburger Konzentrationstraining (MKT)

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

Das Training wird von Frau **Charlotte Hälbig-Zuber** in 82335 Berg, Lüderitzweg 13 angeboten.

Die Kinder trainieren mit qualifizierten Trainer\*innen in einem Zeitraum von sechs Wochen jeweils an einem Nachmittag für 75 Minuten; zusätzlich finden zwei begleitende Elternabende statt.

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 Elternabenden werden Informationen und Tipps für die Hausaufgaben vermittelt, und es können Erfahrungen ausgetauscht werden.

(Quelle: [www.marburger-trainings.de](http://www.marburger-trainings.de))



**pPLG-Pädagogische Praxis**  
zur Lern- und Gesundheitsförderung

**Legasthenie - Therapie**  
Lernhilfe / Stressbearbeitung  
Kinder - Jugendliche – Erwachsene

**Charlotte Hälbig-Zuber**

**Zertifikat zur**  
**Trainerin Marburger Konzentrationstraining**  
**für alle Altersstufen**

## KONTAKT

**E-Mail:** [info@pplg-haelbigzuber.de](mailto:info@pplg-haelbigzuber.de)  
**Website:** [www.pplg-haelbigzuber.de](http://www.pplg-haelbigzuber.de)

**Telefon:** Tel.: 08151 - 4019928 (AB)  
**Mobil:** +49 (0)1520 6395281  
**Büro:** DI - DO von 10.00 - 16.00 Uhr

**Praxisanschrift:**  
Lüderitzweg 13  
82335 Kempfenhausen/Berg