

## Marburger Konzentrationstraining für Jugendliche ab 12 Jahren

Marburger Konzentrationstraining für Jugendliche ab 12 Jahren

Ihr Sohn oder Ihre Tochter ist in der Schule leicht ablenkbar oder bei der Erledigung der Hausaufgaben unselbstständig und unkonzentriert? Das Marburger Konzentrationstraining (MKT) ist von dem Schulpsychologen Dieter Krowatschek bereits in den 90er Jahren entwickelt worden und zählt in Deutschland zu den etabliertesten verhaltens- und schulorientierten Trainings. Es richtet sich an Jugendliche, die vor sich hinträumen, wenig Antrieb und Ausdauer haben, in der Schule leicht ablenkbar sind, häufig Flüchtigkeitsfehler machen und/oder bei den Hausaufgaben Probleme haben. Motorisch unruhige und überaktive Jugendliche können lernen, ihre Impulsivität besser zu kontrollieren. Im MKT sollen die Jugendlichen lernen, wie man am besten mit Aufgaben umgeht. Zusätzlich soll es die Leistungsmotivation, das Selbstbewusstsein und die Anstrengungsbereitschaft erhöhen. Es werden verschiedene Bereiche trainiert: Entspannung, Motivation, Selbstbewusstsein, Training der Sinne und reflexiver Arbeitsstil. Jugendliche, die sich wieder etwas zutrauen und erfolgreich mitarbeiten, sind motiviert sich anzustrengen. Zudem macht das Training den Jugendlichen Spaß und Freude. Die Jugendlichen trainieren an 6 Nachmittagen, einmal pro Woche, jeweils 90 Minuten. Zur Stärkung der Eltern finden zwei Elternabende (à max. 60 Minuten) statt, um die Problematik besser zu verstehen und zielgerechte Unterstützung zu leisten. Der erste Elternabend findet nach dem zweiten Training, der zweite Elternabend nach dem 6. Training statt. Die Termine der Elternabende werden individuell zwischen Dozentin und Eltern vereinbart. ----- Hinweis: Bitte beachten Sie unsere Verhaltens- und Hygieneregeln (die ausführlichen Regelungen können Sie der Homepage-Startseite entnehmen). Mit Ihrer Anmeldung nehmen Sie die Verhaltens- und Hygieneregeln zur Kenntnis und erkennen diese an. Bitte beachten Sie, dass im gesamten Gebäude entsprechende Mund-Nasen-Bedeckungen zu tragen sind, diese können Sie während des Kursgeschehens absetzen. Halten Sie den Mindestabstand von 1,5 Metern sowie die Hust- und Niesetikette ein und achten Sie auf ausreichende Handhygiene. Vermeiden Sie Personenansammlungen und Verlassen Sie das Gebäude direkt nach Ihrem Kursbesuch. Der Verzehr von mitgebrachten Speisen ist im gesamten Gebäude untersagt, Getränke im geschlossenen Behälter sind möglich.

Dozent/innen:	Schuch, Marielle
Veranstaltungsort:	VHS: Raum 31/32 - Unterrichtsraum
Veranstaltungstag(e):	Dienstag
Zeitraum:	Di. 20.04.2021 - Di. 25.05.2021
Dauer:	6 Termine
Gebühren:	200,- €
Mindestteilnehmer:	2
Teilnehmer maximal:	3

### Einzeltermine

20.04.2021	17:30 - 19:00 Uhr	VHS: Raum 31/32 - Unterrichtsraum
27.04.2021	17:30 - 19:00 Uhr	VHS: Raum 31/32 - Unterrichtsraum
04.05.2021	17:30 - 19:00 Uhr	VHS: Raum 31/32 - Unterrichtsraum
11.05.2021	17:30 - 19:00 Uhr	VHS: Raum 31/32 - Unterrichtsraum
18.05.2021	17:30 - 19:00 Uhr	VHS: Raum 31/32 - Unterrichtsraum
25.05.2021	17:30 - 19:00 Uhr	VHS: Raum 31/32 - Unterrichtsraum