

Schnell & gehaltvoll: Das MKT als Kurzintervention



Übersicht

- Aufmerksamkeitsstörungen: ein „Dauerbrenner“ in Lernsituationen
- Das Marburger Konzentrationstraining
- Überblick
- zur Elternarbeit



Überaktive Kinder sind...

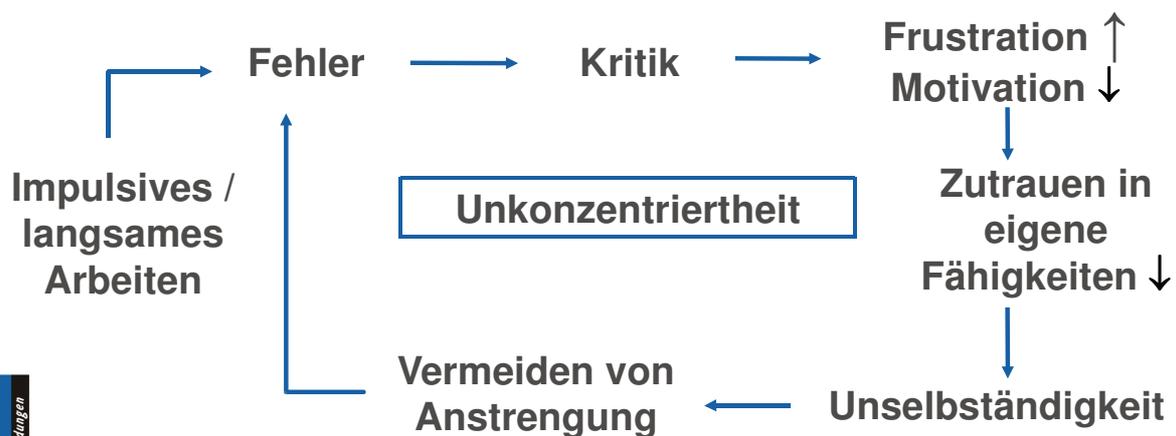
- begeisterungsfähig
- erfrischend spontan und geradlinig
- freundlich
- hilfsbereit
- wenig nachtragend
- belastbar
- phantasievoll und kreativ
- ‚Stehaufmännchen‘

Wann muss etwas geschehen?

- Probleme in der Schule / bei den Hausaufgaben
- mangelnde Selbststeuerung
- Motivation zum Lernen geht verloren
- geringes Selbstbewusstsein

Das Marburger Konzentrations- training

Teufelskreis der Unaufmerksamkeit



Dieter Krowatschek 1941-2011



Trainingsmappen

1. MKT für Schulkinder (rot):
Einsatzbereich: 1. Klasse bis Pubertät
2. MKT für Vorschulkinder (grün):
Einsatzbereich: ab Januar des Jahres, in dem die Schule anfängt; Vorklasse; Schulkindergarten
3. MKT für Jugendliche (violett):
Einsatzbereich: ab Pubertät bis Ende der Schulzeit;
Mitarbeit freiwillig!

Ziele des Marburger Konzentrationstrainings

Erhöhung der Selbststeuerung und Selbständigkeit bei der Aufgabenbearbeitung

Größere Motivation durch erfolgreicherer Bearbeiten von Aufgaben

Angemessener Umgang mit Fehlern

Erhöhung der Selbstakzeptanz

(Positive Veränderung der Situation des Kindes durch intensiven Kontakt zu Eltern und Schule)

Sinnvolles Arbeitsverhalten eintrainieren

1. *Was sollst du tun?* → Aufgabenstellung lesen
2. *Sag es laut!* → Noch einmal laut wiederholen, was zu tun ist
3. *Schritt für Schritt zur Lösung;* nötigenfalls dabei sprechen
4. *Und am Ende noch mal –?* → Kontrollieren, Fehler verbessern
5. *Gut gemacht! Was kannst du zu dir sagen?* → Selbstlob

Das Innere Sprechen – Schulkinder

1. Die Trainerin führt als Modell eine Aufgabe selbst durch, während sie laut sagt, was sie tut. Sie macht dabei auch einen Fehler.
2. Die Kinder führen die gleiche Aufgabe durch, während die Trainerin sie laut instruiert.
3. Ein Kind macht die Aufgabe und gibt dabei laut die Anweisungen für die Gruppe; alle machen mit. Die Trainerin lobt jede Anweisung und hilft, wenn nötig.
4. Jedes Kind führt die Aufgabe für sich durch und flüstert dabei die Anweisungen.
5. *(Jedes Kind führt die Aufgabe für sich durch und denkt dabei die Instruktion.)*

Verlauf einer Stunde (Schulalter)

dynamisches Spiel

Entspannung

Inneres Sprechen I (*Papier & Bleistift*)

Kim-Spiel

Inneres Sprechen II (*Kärtchen*)

freies Spiel

Sätze mit Signalcharakter:

- *Was machst du zuerst mit deinem Blatt?*
- *Was sollst du tun? Sag es laut!*
- *Und am Ende noch mal --?*

Zuhause (und in der Schule) weiter einsetzbar

Coaching

Definition

„Coaching ist das kleinschrittige, alltägliche Bekräftigen von scheinbar Selbstverständlichem. Dadurch wird Verhalten dauerhaft aufgebaut.“

Vorgehen

- Arbeit nur an einer Verhaltensweise
- Genau sagen, was gut war
- Bemühungen und kleine Schritte loben
- viel Lob!
- Lob und Kritik nicht miteinander vermischen

Wenn es an innerer Struktur fehlt:

- Lob und Coaching
- strukturierte Sitzungen
- Rituale, Rhythmen, Reime ...
- Wiederholung

Die „goldene Regel“

Grundsätzliches

Ein Verhalten, dem **Aufmerksamkeit** geschenkt wird, wird in der Regel **wiederholt**.

Ein Verhalten, dem **keine Aufmerksamkeit** geschenkt wird, wird in der Regel **unterlassen**.

Lob

Lob fördert:

beim Kind

- Motivation
- Selbstvertrauen
- Selbständigkeit
- Beziehung

beim Trainierenden

- positive Wahrnehmung des Kindes

erwünschtes Verhalten

direktes Feedback

Lob

Motivation

Selbstvertrauen

Atmosphäre

Beziehung

Soziales Lernen

Ziele

- Erlernen eines positiven Verhaltensrepertoires
- eigene Stärken erkennen
- Selbständigkeit erhöhen
- positive Rückmeldung von außen

Wirksamkeit

- selbständigeres Arbeiten
- Verbesserung der Eltern-Kind-Interaktion (v.a. aus Sicht der Kinder)
- stabileres Leistungsverhalten, Abnahme emotionaler Probleme
- Generell: als Kurzintervention sehr effizient