ViaNobis –
Die Ergotherapeutische Praxis
PuraVida | Mönchengladbach

DERNBACHER GRUPPE
KATHARINA KASPER

Der Weg zu uns:

Das Marburger Konzentrationstraining kann als Gruppentherapie in unserer Praxis oder auf Anfrage in Ihrer Einrichtung (z. B. Kindergarten oder Schule) durchgeführt werden.

Die notwendige ergotherapeutische Heilmittelverordnung wird durch die behandelnde Hausärztin/den behandelnden Hausarzt oder Fachärztin/Facharzt ausgestellt.

Es besteht auch die Möglichkeit die Ergotherapie als Selbstzahlerleistung in Anspruch zu nehmen. Gerne beraten wir Sie hierzu.

Das Training findet ab drei Teilnehmern statt.

Öffnungszeiten:

Montag bis Donnerstag: 8:00 bis 18:00 Uhr
Freitag: 8:00 bis 15:30 Uhr

Die aktuellen Kurszeiten des Marburger Konzentrationstrainings erhalten sie auf Anfrage.

Kontakt

ViaNobis – Die Ergotherapeutische Praxis
PuraVida | Mönchengladbach
Odenkirchener Straße 163
41236 Mönchengladbach
Telefon: 02166 9890243 | Telefax: 02166 9890248
E-Mail: puravida@vianobis.de
IK-Nr.: 480505841
www.vianobis-puravida.de

Stand 02/2023

ViaNobis –
Die Ergotherapeutische Praxis
PuraVida | Mönchengladbach

DERNBACHER GRUPPE
KATHARINA KASPER

Marburger Konzentrationstraining (MKT)

Konzentration ist wie Fußballtraining –
um wirklich gut zu spielen,
muss man trainieren.

Um die Konzentration gezielt zu trainieren gibt es das sogenannte Marburger Konzentrationstraining, kurz MKT.

Das MKT ist ein auf Selbstinstruktion basierendes, kognitiv- verhaltenstherapeutisches Training.

Zielgruppe

Das Marburger Konzentrationstraining wird grundsätzlich in drei verschiedenen Altersstufen angeboten.

Es wird unterteilt in:

- Kindergarten/Vorschule
- Schulkinder
- Jugendliche

Angepasst kann das MKT auch noch im Erwachsenenalter Anwendung finden.

Wer kann durch das MKT besonders profitieren?

- Menschen mit Herausforderungen in den Bereichen der Konzentration und Aufmerksamkeit
- Menschen mit einer Lernschwäche
- sozial ängstliche Personen

Struktur

Das MKT findet grundsätzlich an sechs aufeinander folgenden Terminen für jeweils 60 Minuten statt.
Bei Kindern gehört die Elternarbeit in Form von 1-2 Elternabenden à 60 Minuten zusätzlich dazu.

Die Trainingsstunden bestehen aus wechselnden Phasen und variieren mit kleineren Anpassungen zwischen den Altersstufen.

Beispielhaft ist der Ablauf für Schulkinder zu nennen:
1. Dynamische Übungen
2. Entspannung
3. Übungen zum inneren Sprechen I
4. Übungen zur Förderung der Wahrnehmung und Merkfähigkeit
5. Übungen zum inneren Sprechen II
6. Freies Spiel

Die Bereiche des inneren Sprechens I & II stellen die Kernphasen des Trainings dar. In ihnen soll den Trainierenden die Methode der Selbstinstruktion sowie grundlegende Arbeitstechniken (z. B. für den Schul- und Hausaufgabenalltag) vermittelt werden.

Methoden

Neben der Selbstinstruktion verwendet das Marburger Konzentrationstraining Entspannungstechniken und Methoden der Verhaltensmodifikation, unter anderem durch positive Verstärkung zur Verbesserung von Selbsteinschätzung und Selbstkontrolle.

Ziel

Das Ziel des Marburger Konzentrationstraining ist eine Veränderung von einem impulsiven hin zu einem reflexiven kognitiven Arbeitsstil.