

## Schüler üben sich in Konzentration

**Königsfeld** – „Konzentrier dich!“ Was für viele auf den ersten Blick nach Anstrengung klingt, kann ganz einfach sein. Das haben jetzt die Unterstufenschüler Lars, Maya, Beatrice, Nina und Charis an den Zinzendorfschulen bei Michaela Wedel gelernt. Nach dem System des Marburger Konzentrationstrainings (MKT) lernen die Kinder, motiviert, konzentriert und strukturiert an ihre Aufgaben zu gehen. Die Erzieherin ist ausgebildete Trainerin und richtet sich mit diesem Zusatzangebot der Zinzendorfschulen an Kinder, die sich leicht ablenken lassen. Das Training ging über sechs Doppelstunden und beinhaltet jedes Mal die gleichen Elemente: „Wir beginnen immer mit einer Entspannungsübung, es folgen Übungen zum inneren Sprechen und Übungen zur Förderung der Wahrnehmung und Merkfähigkeit. Der Nachmittag endet immer mit einem Spiel“, erklärt Michaela Wedel.

Zum Anfang des Trainings sitzen alle im Kreis und schließen die Augen. Die Trainerin schaltet eine CD mit Orgelmusik und Vogelgezwitscher ein und schickt die Kinder mit einer kurzen Erzählung auf eine Fantasiereise. Diesmal werden sie aufgefordert, ihre Sorgen in ein Paket zu packen, das dann durch das geöffnete Fenster fliegt. „Das war wie bei Harry Potter“, sagt eines der Mädchen anschließend begeistert. Bei der Übung zum inneren Sprechen spiegeln die Kinder immer schwieriger werdende Muster auf kariertem Papier. Abwechselnd sagt eines der Kinder den anderen an, um wieviel Kästchen sie in welche Richtung malen müssen. Michaela Wedel bestätigt immer wieder die Richtigkeit und am Ende haben alle das gleiche Muster vor sich liegen.

Die Schüler haben ihre Arbeitsweise geändert und bemerken schon nach dem dritten Training eine Veränderung: „Ich habe gelernt, die Aufgaben erst in Ruhe durchzulesen und dann anzufangen“, sagt Lars. „Vorher habe ich immer gleich losgelegt, damit ich schneller zu meinem Freund zum Spielen gehen konnte. Dabei habe ich viele Fehler gemacht. Wenn ich konzentrierter arbeite, bin ich eher fertig.“

Auch den Eltern sind die Fortschritte nicht entgangen: „Charis kommt jetzt mit ihren Aufgaben besser klar, ihr Selbstvertrauen ist gestiegen und sie arbeitet strukturierter“, konnte Birgit Lämmler beobachten. Die begleitenden Elternabende des Marburger Konzentrationstrainings fand sie besonders hilfreich: „Dabei konnten wir testen, welche Lerntypen wir selbst sind und haben festgestellt, dass Eltern nicht von ihrem eigenen Lerntyp auf den ihrer Kinder schließen dürfen. Wenn die sich unterscheiden, kann es ganz leicht zu einer Überforderung kommen.“



Lars, Maya, Beatrice, Nina und Charis (von links) hören genau zu, wenn Michaela Wedel ihnen eine Geschichte vorliest, denn nachher kommt es auf die Einzelheiten an.