

Marburger Konzentrationstraining (MTK)

Das **Marburger Konzentrationstraining** (MKT) ist ein auf Selbstinstruktion basierendes, kognitiv-verhaltenstherapeutisches Training für Vorschul- und Schulkinder im Alter von fünf bis etwa zwölf Jahren.

Es wurde Anfang der 1990er Jahre von dem Marburger Schulpsychologen Dieter Krowatschek entwickelt.

Es wird vorwiegend bei Kindern mit Aufmerksamkeitsdefizit-/Hyperaktivitätsstörung eingesetzt. Das MKT soll den Kindern die Methode der verbalen Selbstinstruktion sowie grundlegende Arbeitstechniken für den Schul- und Hausaufgabenalltag vermitteln. Weitere Bestandteile sind Entspannungstechniken, etwa durch Autogenes Training, und Verhaltensmodifikation, unter anderem durch positive Verstärkung, zur Verbesserung von Selbsteinschätzung und Selbstkontrolle. Ziel ist eine Veränderung von einem impulsiven hin zu einem reflexiven kognitiven Arbeitsstil.

Seine Elemente sind für den Einsatz im Klassenzimmer konzipiert und auf sechs bis acht Trainingsstunden ausgelegt. Zusätzlich zum Training mit den Kindern gibt es ein häusliches Übungsprogramm und begleitende Elternabende. Es wird als Kurzintervention, die sich für den Einsatz in Gruppen eignet, in psychologischen, lerntherapeutischen und Ergotherapie-Praxen eingesetzt, aber auch von Lehrkräften im Unterricht angewendet. An einigen Orten findet es als Volkshochschulkurs statt.