

Marburger Konzentrationstraining

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 und von ihm 1992 auf der 10. Bundeskonferenz der Sektion Schulpsychologie im Berufsverband Deutscher Psychologinnen und Psychologen vorgestellt.

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.

Es liegen mehrere empirische Studien vor, in denen das MKT mit anderen Programmen gleicher Zielsetzung verglichen und hinsichtlich seiner Wirksamkeit evaluiert wurde. Manfred Beck kam zu dem Ergebnis, dass das MKT bei einer Versuchsgruppe von 15 Drittklässlern nur eine sehr geringe Wirkung zeigte. Stefan Witte attestierte dem MKT bestenfalls langfristige Wirkungen ohne Entwicklungsanschub. Thomas Dreisörner konnte bei 15 Kindern, die in fünf Gruppen eingeteilt wurden und fünf Wochen lang einmal wöchentlich in einer kinder- und jugendpsychiatrischen Praxis das MKT absolvierten, in einzelnen Bereichen Verbesserungen der Aufmerksamkeitsleistungen nachweisen.

Quelle: www.wikipedia.de