

# Ganzheitliches Aufmerksamkeitstraining für Kinder von 5-14 Jahren (GAT)

Erweiterung des Gruppenprogramms „Attentioner“



Konzentrier dich bitte!

Lass dich nicht ablenken!

Bleib bei der Sache!



## Für Kinder, die

- ... Schwierigkeiten haben, Aufgaben zu Ende zu bringen
- ... sich leicht ablenken lassen, oder verträumt wirken
- ... häufig Flüchtigkeitsfehler machen (besonders bei schulischen Aufgaben)
- ... sich nur sehr widerwillig mit anstrengenden Aufgaben auseinandersetzen
- ... oft unorganisiert und chaotisch sind
- ... sehr langsam sind und nur schwer zuhören können
- ... oft Dinge vergessen oder Unterlagen für die Schule oder Spielzeug verlieren

## Ich biete

ein Training in Gruppen mit je vier bis sechs Kindern an, das auf sehr lustige und abwechslungsreiche Weise die Konzentrations- und Aufmerksamkeitsleistung steigert. Das Training erfolgt einmal wöchentlich, dauert 60 Minuten und findet 10mal statt. Der Schwierigkeitsgrad ist aufbauend und steigt mit jeder Sitzung an.

## Was lernen die Kinder:

- ablenkende Informationen (störende Geräusche, Gespräche, ...) auszublenden
- auf wichtige Hinweise zu reagieren
- Verbesserung der Selbstwahrnehmung und Selbststeuerung
- parallele Reizverarbeitung zu verbessern (z.B. Schulsituation: Aufgabe bearbeiten und gleichzeitig dem Lehrer zuhören)