

Vollkonzentriert
und ganz coool!.....

Konzentrations- und Stressbewältigungstraining für Schulkinder

Probleme in der **Konzentration** wirken sich nachteilig auf das Lernverhalten und den **Lernerfolg** sowie die **Lebensqualität** von Kindern aus. Auch bei ihnen ist die Balance zwischen Anspannung und Entspannung wichtig, um gesund zu bleiben. Sind die Kinder leicht ablenkbar, brauchen lange, um eine Aufgabe anzufangen, machen Flüchtigkeitsfehler und haben oft eine geringe Ausdauer, dann leiden diese Kinder selbst am meisten.

Mit Geschichten, vielen Übungen und einer Menge Spaß lernen die Kinder sich selbst kennen und einschätzen.

Ein Konzentrationstraining in der Gruppe bildet die reale Schulsituation nach und hat den Vorteil, dass die Kinder lernen mit den Ablenkungen, wie sie durch eine Gruppe passieren, umzugehen.

Ziele und Inhalte des Trainings sind:

- Verbesserung der Aufmerksamkeitssteuerung
- Erhöhung der Konzentrationsfähigkeit
- Steigerung des Selbstvertrauens und des Selbstwertes
- Entspannungsverfahren
- Stressbewältigungsstrategien

Kursdauer: 6 Treffen zu je 2 Einheiten á 45 Min.

Kurs I: Donnerstag 16 – 17.30 Uhr
laufend neue Kurse

Kurs II: Mittwoch 16 – 17.30 Uhr
laufend neue Kurse

Ort: Praxis für Kinderpsychologie

Mag. Silvia Rauhofer

1190 Wien, Sieveringer Str. 32 A

Gruppengröße: 8-10 Kinder

Zielgruppe: Kinder der 2. – 4. Klasse
Die **Kosten** pro Kind betragen € 120,--

Anmeldung: Fr. Fuchs 0650 720 0761