

Infomappe

Ausbildung zum ganzheitlichen Konzentrationstrainer



Infomappe: Ausbildung zum ganzheitlichen Konzentrationstrainer

Griass di und herzlich willkommen,

schön, dass du dich für die Ausbildung interessierst. In dieser Mappe findest du alles Wichtige auf einen Blick. Fehlt dir etwas? Oder hast du am Ende noch Fragen? Dann schreib mir einfach an info@relax-kids.de.

Warum es diese Ausbildung gibt

Im Deutschen Schulbarometer sagen 81 Prozent der Lehrkräfte: Viele ihrer Schülerinnen und Schüler haben Probleme, sich zu konzentrieren.¹ Das kennst du wahrscheinlich aus deinem eigenen Alltag.

Die meisten Fachkräfte antworten darauf mit Übungen. Eine Überkreuzübung, eine Atemtechnik, ein Belohnungssystem. Manchmal hilft das. Oft ändert sich trotzdem nichts.

Ich arbeite seit über 15 Jahren als Lerntherapeutin in meiner eigenen Praxis. Und ich sehe immer wieder: Konzentrationsprobleme sind fast nie nur Konzentrationsprobleme. Dahinter stecken zu wenig Schlaf, zu viel Bildschirm, Stress zuhause oder ein Grundbedürfnis, das zu kurz kommt. Wer dann nur übt, legt Puzzleteile ohne Bild auf der Schachtel.

Ziele der Ausbildung

Du bekommst kein weiteres Werkzeug für deine Sammlung. Du bekommst Orientierung.

Nach der Ausbildung

- ✓ erkennst du, woran die Konzentration eines Kindes wirklich hängt, bevor du eine Methode aussuchst,
- ✓ gehst du mit einem Plan ins Elterngespräch und nicht mit einer Vermutung,
- ✓ weißt du, wann du selbst weiterarbeitest und wann ein Kind in andere Hände gehört,
- ✓ planst du Einzeltraining, Gruppenkurse oder Einheiten im Klassenzimmer selbst.

¹ Deutsches Schulbarometer 2023, Robert Bosch Stiftung / forsa. Befragt wurden 1.032 Lehrkräfte.

Ganzheitliches Konzentrationstraining

Als ganzheitliche Konzentrationstrainerin schaust du auf alles, was ein Kind beeinflusst: Familie, Schlaf, Ernährung, Medien, Lernumgebung, Gefühle und Motivation. Und auf dich selbst. Deine Haltung sitzt in jeder Stunde mit am Tisch.

Damit du bei so vielen Ebenen den Überblick behältst, arbeitest du mit dem Drei-Kompass-System.

Konzentrationskompass

Was braucht das Kind?

Acht Achsen von Schlaf über Medien bis Motivation. Sie zeigen dir, wo es bei diesem Kind hakt.

Familienkompass

Was passiert zuhause?

Beziehung, Kommunikation, Stress, Erziehungshaltung und Lernkultur in der Familie.

Trainerkompass

Und was ist mit dir?

Haltung, Selbstfürsorge, Gespräche mit Eltern und die Zusammenarbeit mit anderen Fachleuten.

Ahnen ist nicht dasselbe wie Sehen.

Mit den drei Kompassen siehst du, was du vorher nur geahnt hast.

Für wen die Ausbildung gedacht ist

Für alle, die mit Kindern arbeiten und lernen. Du lernst die Umsetzung in drei Settings:

Einzeltraining	Für Lerntherapie, Lerncoaching, Logopädie, Ergotherapie und alle, die eine eigene Praxis haben oder aufbauen.
Gruppentraining	Für Kursleiterinnen an Grundschulen, Familienbildungsstätten und Elternvereinen. Du bekommst drei Kursvarianten mit 8, 6 oder 4 Einheiten.
Klassenzimmer	Für Lehrkräfte, Förderlehrkräfte und Schulsozialarbeit. Mit dem 5-Ebenen-Baukastensystem in kurzen Einheiten, von Klasse 1 bis 13.

Die Inhalte der Ausbildung

Jedes Modul besteht aus Lehrbriefen. Für einen Lehrbrief brauchst du etwa 45 bis 60 Minuten, in Ruhe und ohne Druck. Zu den drei Kompassen gibt es außerdem Methodenhefte mit Übungen und fertige Handouts für Eltern und Kinder.

Modul Basiswissen

Hier legst du das Fundament. Du verstehst, was Konzentration eigentlich ist, wie Kinder sich entwickeln und lernen, und welche Grundbedürfnisse dahinterstehen. Du lernst, ADHS von anderen Ursachen zu unterscheiden. Und du bekommst den ersten Überblick über das Drei-Kompass-System.

B1 Was ist Konzentration?

B4 Die Grundbedürfnisse nach Grawe

B2 Entwicklungspsychologie des Kindes

B5 ADHS, Komorbiditäten & Abgrenzung

B3 Lernpsychologie: Wie Kinder lernen

B6 Das Drei-Kompass-System im Überblick

Modul Familienkompass

Kinder lernen nicht im luftleeren Raum. Was zuhause passiert, kommt mit in deine Stunde. In diesem Modul erfährst du, wie Bindung, Kommunikation und Stress in der Familie auf die Konzentration wirken. Und wie du Eltern so begleitest, dass sie mitziehen, statt sich kritisiert zu fühlen.

F0 Einführung & Diagnose

F5 Erziehungshaltung & Autonomie

F1 Beziehung & Bindung

F6 Ermutigung & Stärkenblick

F2 Kommunikation

F7 Familiäre Werte & Lernkultur

F3 Vorbildfunktion & Co-Regulation

F8 Kooperation mit Schule & Fachkräften

F4 Stressprävention & Selbstfürsorge

Gut zu wissen

Das Basiswissen schalte ich dir direkt nach deiner Anmeldung frei. Du kannst also schon vor dem offiziellen Start anfangen.

Modul Konzentrationskompass

Das Herzstück. Mit dem Konzentrationskompass gehst du acht Bereiche durch und findest heraus, wo bei einem Kind die Ursache liegt. Zu jedem Bereich bekommst du Fragen für die Anamnese und passende Übungen.

K0 Einführung & Diagnose

K1 Schlaf & Erholung

K2 Ernährung & Bewegung

K3 Lernumgebung & Reize

K4 Handy, TV & Co

K5 Struktur & Routinen

K6 Fokus & Arbeitstechniken

K7 Emotionale Balance

K8 Motivation & Stärke

Modul Trainerkompass

Du bist Teil des Trainings. Wie ruhig du bleibst, wie du mit Eltern sprichst und wie gut du für dich sorgst, merkt das Kind sofort. In diesem Modul schaust du auf deine eigene Rolle und baust dir eine Haltung, die auch an schweren Tagen trägt.

T0 Einführung

T1 Professionelle Haltung & Selbstreflexion

T2 Selbstfürsorge & Stressregulation

T3 Methodisch-didaktische Kompetenz

T4 Eltern- & Familienkommunikation

T5 Interdisziplinäre Vernetzung

T6 Stärkenorientierung & Ermutigung

T7 Beziehungsgestaltung & Vertrauensaufbau

T8 Lernförderliches Klima & Struktur

Modul Umsetzung

Jetzt bringst du alles in die Praxis. Du lernst, wie du eine Trainingsstunde aufbaust, einen Kurs über mehrere Wochen planst und Konzentrationstraining in den Schulalltag einbaust. Mit allem Organisatorischen, das dazugehört.

- **Einzeltraining:** Stundenaufbau & Organisatorisches
- **Gruppentraining:** Kursaufbau & Organisatorisches
- **Klassenzimmer:** Impulse für den Unterricht in kurzen Einheiten

Bonus: Kurzreihe „Lernen mit ADHS“

Weil die Frage in fast jedem Elterngespräch auftaucht, gibt es zum Thema ADHS eine eigene Kurzreihe. Von der Lernumgebung über Motivation und Merken bis zur Zusammenarbeit mit der Schule.

So funktioniert die Ausbildung im Detail

Ich begleite dich sechs Monate lang. Du lernst in deinem eigenen Tempo und bist trotzdem nie allein.

6

Monate Begleitung

11

Live-Termine mit mir via Zoom

3

Kompassse für den ganzen Blick aufs Kind

100

Unterrichtseinheiten (à 45 Minuten)

Live via Zoom

7 Live-Workshops und 4 Übungstermine mit mir. Dazu kommen 17 Sprechstunden für deine Fragen und Fälle. Die sind freiwillig.

Dein Kursbereich

Hier liegt alles an einem Ort: Lehrbriefe, Methodenhefte, Handouts für Eltern und Kinder und viele Vorlagen für deine Arbeit. Dein Zugang bleibt dauerhaft, auch nach der Ausbildung.

Übungsdatenbank

Alle Übungen aus den drei Kompassen an einem Ort. Du filterst nach dem, was du beim Kind beobachtest, und findest in Sekunden die passende Übung.

Community

Hier tauschst du dich mit den anderen aus, findest Übungspartnerinnen, teilst Erfolge und stellst mir deine Fragen. Die Community bleibt dir nach der Ausbildung erhalten.

Zeitaufwand

Rechne mit rund zwei Stunden pro Woche, dazu etwa zwei Live-Termine im Monat.

Abschluss

In deiner Abschlussarbeit wählst du dein Setting: Einzeltraining, Gruppe oder Klasse. Du schätzt einen Übungsfall mit den Kompassen ein, planst sechs Einheiten und zeigst in einem kurzen Video, wie du anleitest. Ein eigenes Kind brauchst du dafür nicht. Du bekommst mein Feedback und danach das Zertifikat „Ganzheitlicher Konzentrationstrainer“ der RelaxKids® Akademie über 100 Unterrichtseinheiten (à 45 Minuten).

Die wichtigsten Termine

Mi 28.10.2026

19–21 Uhr

Welcome-Workshop, Start der Gruppe

Di 10.11.2026

Erster inhaltlicher Workshop: Basiswissen

Di 20.04.2027

Abschlusscall

Für deinen Start in die Praxis

Fachwissen allein füllt noch keinen Kurs. Deshalb bekommst du alles mit, was du für den Start brauchst:

Dein Kursbaukasten

Ein Raster für deine Kursplanung: welches Thema in welche Einheit gehört und wo die Elternarbeit hinkommt. Die Stunden füllst du mit Übungen aus der Datenbank.

Der Akquise-Werkzeugkasten

Telefonleitfaden, Ablauf für eine Info-Veranstaltung, Textbausteine für deine Kursausschreibung und eine Präsentation für Lehrkräfte.

Die Startmappe

Trainingsvertrag, Datenschutz, Schweigepflicht, Bildfreigabe, Rechnung, Mailvorlagen und Stundenprotokoll.

Zusammengefasst

6 Monate Begleitung durch mich persönlich	✓
7 Live-Workshops und 4 Übungstermine via Zoom	✓
17 freiwillige Sprechstunden für deine Fragen	✓
Das Drei-Kompass-System mit Basiswissen, Familien-, Konzentrations- und Trainerkompass	✓
Umsetzung für Einzeltraining, Gruppentraining und Klassenzimmer	✓
Lehrbriefe, Methodenhefte, Handouts für Eltern und Kinder und Vorlagen für deine Arbeit	✓
Übungsdatenbank mit allen Übungen aus den drei Kompassen	✓
Bonus-Kurzreihe „Lernen mit ADHS“	✓
Community, auch nach der Ausbildung	✓
Zertifikat der RelaxKids® Akademie über 100 Unterrichtseinheiten	✓

„Du überlegst, ob du auf ‚Buchen‘ klicken sollst? Tu es! Mir ging es auch so, ich hatte auch gezögert, aufgrund meiner zeitlichen Ressourcen. Ich habe es nicht bereut.“

S. Schmidt, Logopädin und Lerntherapeutin, Teilnehmerin der ersten Runde

Deine Ausbilderin: Andrea Schmalzl

Ich bin Lerntherapeutin, Entspannungs- und Stresspräventionstrainerin. Seit über 15 Jahren arbeite ich in meiner eigenen Praxis. Jede Woche sitzen 15 bis 20 Kinder bei mir.

Ich stehe regelmäßig auf Kongressbühnen und gebe Fortbildungen für Fachkräfte.

Meine Schwerpunkte sind Konzentration und Lernen, Stress und Entspannung, ADHS und die Zusammenarbeit mit Familien.

In diese Ausbildung ist meine Erfahrung aus über 15 Jahren Arbeit geflossen. Vor allem das, was ich gerne früher gewusst hätte.



Noch Fragen?

Schreib mir an info@relax-kids.de. Ich antworte dir persönlich.

Ich freu mich, wenn ich dich in der Ausbildung begrüßen darf.

Pfiad di

Andrea

