

# Mit KoKoTrain locker bleiben

**NEURONENFABRIK.** Kinder lernen besser durch Stressbewältigung und Konzentrationsübungen.

Thomas Bentgens hat sein Leben lang gelernt. Er studierte sieben Semester Jura, genoss eine Ausbildung zum Schiffsfahrtskaufmann, erlernte Elektronische Datenverarbeitung nebst Webdesign und erarbeitete Erfolgskonzepte für eine Fast-Food-Kette. Vor acht Jahren kam er dann etwas zur Ruhe – und über seine Tochter zur Lerntherapie. Er zog aus seinem lehrreichen Leben ein umfassendes Lern-Resümee und beschäftigte sich fortan mit Strategien „vom Lernchaos zum Lernerfolg“. Mittlerweile ist er ausgebildeter Lerntherapeut sowie Gedächtnistrainer und kreierte zudem bunte Computerprogramme zu entsprechenden Übungszwecken.

2005 eröffnete Bentgens

dann in Ruhrort sein „Lerninstitut Neuronenfabrik“, bot Gedächtnistraining an, versprach „Fit ab 60 plus“ oder „Fitte Birne“ für Kids zwischen sechs und elf. Schwerpunkte bildeten die Vermittlung von Lerntechniken, die Optimierung des Lernverhaltens, er gab Planungs- und Lernhilfen, schuf Lernmodelle und rundete alles mit Konzentrationsübungen ab.

Apropos Konzentration: Die aktuellste Kreation des Therapeuten ist ein neuartiges und modernes Stresspräventionsprogramm, kombiniert mit einem Konzentrations- und Wahrnehmungstraining. Es ist das 1. „Kombinierte Konzentrationstraining“ – kurz KoKoTrain – und speziell für das



Therapeut Thomas Bentgens zeigt hier „KoKoStressorenfutter“ – also Dinge, die eine Stress-Situation verschlimmern können und folglich vermieden werden sollten. Fotos: Volker Herold

zweite bis fünfte Schuljahr entwickelt. „Ziel ist die Bewältigung von aktuellen und zukünftigen Stresssituationen und der daraus resultierenden Nutzung zur Verbesserung oder Wiederherstellung des Konzentrationsvermögens,“ umschreibt Bentgens kurz das umfassende Konzept und erläutert weiter, dass vor allem „Zappelphilipp und Zappelliese“ daraus profitieren können.

Für dieses neue Programm hat die Neuronenfabrik auch neue Räume aufgesucht und ist nun in der Baerler Schule der Phantasie (Kohlenstraße 25) beherbergt. Hier können Kids die Stressprävention und ein Stresstherapieprogramm in 8 x 90 Minuten erarbeiten. Nach drei und sechs Wochen gibt es dann nochmal einen je 90-minütigen Wiederholungskurs zur Selbstüberprüfung.

„Eltern spielen dabei keine Rolle, das Kind muss sich selber in den Griff bekommen,“ erklärt Bentgens. „Am Ende soll das Kind erkennen, dass man selbst der Ober-Stressor und auch der Ober-Stressfresser ist,“ fasst er weiter zusammen. So erarbeiten die Kids ih-

re Stressoren (wie Schule, Geschwister oder Langeweile), erkennen ihre Stressfresser (wie Hilfe holen oder Entspannen) und lernen „Stressorenfutter“ (Stress-Vergrößerer, wie „Ich gebe auf“) zu vermeiden. (nats)  
• Infos: ☎ 02841/ 9492627 oder [www.neuronenfabrik.de](http://www.neuronenfabrik.de)



Zu Beginn des Trainings: Marvin vollendet einen neutralen Smiley, um sein aktuelles KoKoStressgefühl auszudrücken.



Deborah und Joline machen Konzentrationsaufgaben beim KoKoTrain in Baerl. Es folgen Entspannung oder Motivation.