

# Konzentrationsübungen

**Beitrag von „Purzelbaum“ vom 17. Mai 2020 15:25**

Hey,

das Ref verläuft gerade etwas Praxisarm aufgrund der aktuellen Situation. Meine Mentorin hatte mir trotzdem mal geraten, mir Konzentrationsübungen (sie nannte das irgendwie Konzentrationsrückführung, o.ä.) zu überlegen, die ich mit der Klasse machen kann, wenn sie mal etwas zu unruhig werden. Kann mir da jemand eventuell Tipps geben, was sich bei ihm/ihr bewährt hat

LG