

Onlinekurs: Mit Kindern lernen Zusammenfassung



In der Zusammenfassung:

- rufen wir Ihnen noch einmal die wichtigsten Punkte dieses Kurses in Erinnerung
- können Sie Ihre individuellen Erfahrungen auswerten
- erhalten Sie Anhaltspunkte, wie Sie das Gelernte in Zukunft weiter umsetzen können

Liebe Eltern,

Vor einem halben Jahr haben Sie mit dem Online Kurs „Mit Kindern lernen“ begonnen. Wir möchten uns bei Ihnen bedanken, dass Sie teilgenommen haben und hoffen, dass Sie - wie so viele Eltern, die uns geschrieben haben - profitieren konnten. Wir möchten die letzte Lektion nutzen, um mit Ihnen gemeinsam an Ihrem persönlichen Erfolgsrezept zu feilen. Dazu werden wir die wichtigsten Aspekte aus den verschiedenen Lektionen noch einmal aufgreifen und Sie dazu anhalten, Ihre Erfahrungen auszuwerten. Wir möchten Sie dabei unterstützen, weiter an Ihren Strategien zu tüfteln und ein klares Bild darüber zu erhalten, wie Sie Ihrem Kind in Zukunft in den Lernsituationen begegnen möchten. Vielleicht möchten Sie noch einmal die Materialien zur Hand nehmen und Revue passieren lassen, was Sie aus diesem Kurs mitnehmen...

Lektion I

In unserem ersten Schreiben haben wir Sie gebeten, mit Ihrem persönlichen Erfolgsrezept zu beginnen und sich ein Ziel zu setzen, das Sie mit Ihrem Kind erreichen möchten. Rufen Sie sich noch einmal in Erinnerung, welches Ziel Sie sich bezüglich der Lernsituation mit Ihrem Kind gesetzt haben. Ein erster Schritt in diese Richtung waren die Fragen:

- Wann klappt es gut?
- Wann klappt es weniger gut?
- Was war an den Tagen, an denen es sehr gut/ ganz schlecht geklappt hat anders als sonst?

Sie kennen Ihr Kind am besten und können sich besonders gut auf die Spurensuche machen, welche Bedingungen das Lernen mit Ihrem Kind erleichtern können. Die folgenden Fragen helfen Ihnen dabei, Ihre Erfahrungen auszuwerten:

Ich achte auf die Bedingungen (Zeit, Ort, Stimmung...), unter denen die Hausaufgaben/ Lernsituation mit meinem Kind gut / weniger gut klappt

Ja	Nein
----	------

Wie oft versuche ich diese Bedingungen aktiv positiv zu beeinflussen?

gar nicht	selten	manchmal	oft	sehr oft
1	2	3	4	5

Im Übungsblatt I (der Wegweiserübung) können Sie jeweils wichtige Punkte ergänzen und neue Erfahrungen festhalten.

Lektion 2: Grundlagen der Motivation

In der zweiten Lektion haben wir Sie mit den Grundlagen der Motivation vertraut gemacht. Die Motivation hängt einerseits von den folgenden Fragen ab:

1. Muss ich etwas tun?
2. Kann ich das schaffen?
3. Ist es mir wichtig?

Beantwortet Ihr Kind alle drei Fragen mit „ja“, so wird die Motivation höher ausfallen, als wenn bei einer Frage ein deutliches „nein“ zurückgemeldet wird. Sie haben außerdem erfahren, dass es vier grundlegende Bedürfnisse gibt, die den Menschen in seinen Handlungen beeinflussen, nämlich:

Das Bedürfnis nach:

- Kontrolle und Kompetenz
- Bindung/ Beziehung
- Anerkennung und Selbstwertschutz
- Angenehmen Tätigkeiten und Vermeiden von unangenehmen und schmerzhaften Erfahrungen

Ob Ihr Kind motiviert ist oder die Hausaufgabensituation meidet, hängt wesentlich davon ab, inwiefern diese Bedürfnisse währenddessen befriedigt oder bedroht werden. Erleben Kinder, dass sie ihre Leistungen nicht kontrollieren können, sie abgewertet werden und die Beziehung zu den Eltern unter der Hausaufgabensituation leidet, versuchen sie häufig, einer Konfrontation aus dem Weg zu gehen oder Widerstand zu leisten. Das Selbstwertgefühl wird dann dadurch geschützt, dass das Fach als „unnützlich oder doof“ abgewertet wird.

Wir haben Sie in dieser Lektion gebeten, sich in Ihr Kind hineinzusetzen und die Erwachsenenperspektive außen vor zu lassen. Sie haben sich gefragt „Wie erlebt mein Kind das Lernen/ die Hausaufgaben? Welche Grundbedürfnisse werden befriedigt und welche sind währenddessen gefährdet?“

Wir möchten Sie einladen, Ihre Erlebnisse aus den vergangenen Wochen zusammenzutragen:

- Habe ich mich in mein Kind während der Hausaufgabensituation hineinversetzt?
- Was hat mir diese Perspektive gebracht? Welche Schlüsse habe ich für mich daraus gezogen?
- Wie kann mir diese Sichtweise auch in Zukunft helfen, mein Kind besser zu verstehen?

Lektion 3: Anerkennung

Die dritte Lektion widmete sich dem Thema Anerkennung. Sie haben sich ins Bewusstsein gerufen, dass wir Dinge dann gerne tun, wenn wir dafür positive Rückmeldungen erhalten und wenn unser Umfeld Freude und Anerkennung über unsere Leistungen zeigt. Sie haben erfahren, dass es gerade für leistungsschwache Kinder schwierig ist, weil sie selten Erfolgserlebnisse haben, für die Ihnen ein Lob ausgesprochen wird. Zur Erinnerung: Als Eltern dürfen und sollen Sie erwarten, dass Ihr Kind sich anstrengt- aber nicht, dass es eine bestimmte Leistung erzielt. Im Zuge dessen haben wir Ihnen die folgenden Leitlinien ans Herz gelegt:

- die Erwartungen an die Fähigkeiten und den individuellen Leistungsstand des Kindes anpassen
- Erwartungen klar äußern und mit einer Handlungsanweisung verknüpfen („ich möchte, dass du besser im Lesen wirst. Dazu möchte ich, dass du jeden Abend mit mir zusammen 15 Minuten in einem Buch liest. Wir wechseln uns mit dem Lesen ab und ich erwarte, dass du mitmachst. Schaffst du das?“)
- Ihrem Kind mit viel Wertschätzung und Anerkennung begegnen
- ein feines Gespür für kleine Fortschritte entwickeln und dafür ein Lob aussprechen (toll/ bravo/ schön, dass du...)

Hier können Sie wieder auswerten, welche Erfahrungen Sie damit gemacht haben:

Ich achte darauf, meinem Kind regelmäßig anerkennend zu begegnen

Ja	Nein
----	------

Wie oft lobe ich mein Kind?

fast nie	selten	manchmal	oft	sehr oft
1	2	3	4	5

- Wie reagiert mein Kind, wenn ich es lobe?
- Hat sich die Situation mit meinem Kind dadurch verändert? Wie?

Lektion 4: Optimale Lernbedingungen schaffen

In dieser Lektion haben wir Sie auf eine Reise geschickt. Sie haben erfahren, dass das Kinderzimmer oft ein Ort voller spannender Alternativen (Spielzeug, Computer, Playstation) ist, die geradezu zur Ablenkung einladen. Auch wurde die Möglichkeit einer negativen Konditionierung des Lernortes angesprochen. Sie tritt dann auf, wenn Lernort mit vielen schlechten Erfahrungen verknüpft wurde. Mit der Zeit reicht der Anblick des Schreibtischs aus, um die gesamte Anspannung und den Frust hochkommen zu lassen.

Wir haben Sie mit Ihrem Kind auf die Reise durch die Wohnung geschickt und Sie gebeten, aktiv auf ablenkende Reize zu achten. Auch haben wir Sie eingeladen, mit Ihrem Kind gegebenenfalls einen Neustart an einem anderen Ort zu wagen, an dem Geschwister nicht stören dürfen.

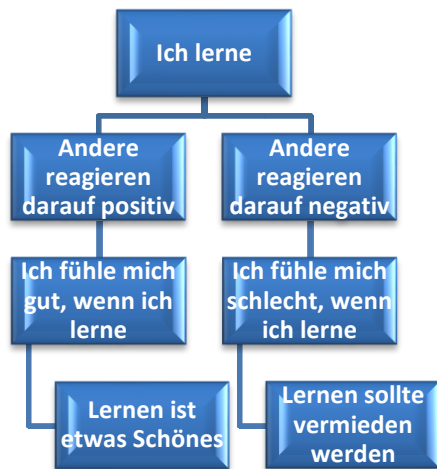
Welche Erfahrungen haben Sie gemacht?

- Habe ich die Anstöße aus dieser Lektion angenommen?
- Wie habe ich sie mit meinem Kind umgesetzt?
- Inwiefern hat uns das geholfen?

Lektion 5: Motivation durch Beziehung

Die Beziehung zwischen Ihnen und Ihrem Kind zu stärken ist ein elementarer Baustein dieses Onlinekurses. Grundschul Kinder lernen vor allem für Ihre primären Bezugspersonen und das

emotionale Klima während der Hausaufgaben beeinflusst die Arbeitshaltung des Kindes stark. Welche Mechanismen genau greifen, möchten wir Ihnen noch einmal ins Gedächtnis rufen:



Um die Hausaufgabensituation mit Ihrem Kind zu entspannen, haben wir Ihnen folgende Strategien vermittelt:

- Zuneigung und Wärme zeigen, wenn das Kind kooperiert (verbal, durch Zulächeln, über den Arm streichen...)
- den Rücken stärken, wenn das Kind frustriert ist
- aufzeigen, welche Stärken das Kind hat
- Verständnis für seine Gefühle zeigen
- vermitteln, wie sehr Sie sich über kleine Fortschritte freuen

Wenn das Kind bockig reagiert, können Sie:

- den Widerstand ins Leere laufen lassen und nicht darauf reagieren
- freundlich, aber bestimmt formulieren, was Sie erwarten („ich möchte, dass du jetzt anfängst und mitmachst. Was ist die erste Aufgabe?“ / „Du kannst entweder jetzt die Hausaufgaben mit meiner Hilfe machen – oder später alleine. Ich helfe dir nur, wenn du mitarbeitest.“)
- Ihren Bedürfnissen Raum geben (Du hast dich entschieden, es später zu machen. Jetzt ist meine Hausaufgabenzeit um, ich habe Feierabend. Morgen bin ich gerne wieder bereit...)

Ihre Erfahrungen sind gefragt:

- Wie habe ich die Aspekte aus dieser Lektion für mich umgesetzt?
- Wo sehe ich selbst Verbesserungspotenzial/ was habe ich bisher noch nicht ausprobiert?
- Wie könnte ich im Alltag die Beziehung zu meinem Kind noch weiter verbessern?

Lektion 6: Lernstrategien

In der sechsten Lektion haben Sie die ersten Lernstrategien kennengelernt. Dabei wurde viel Gewicht auf das rechtzeitige Wiederholen des Gelernten gelegt. Wer spät repetiert, muss viel Wissen wieder neu lernen und erlebt das Wiederholen als besonders mühsam. Wir haben Ihnen außerdem einige wichtige Lernstrategien vorgestellt. Wenn Sie möchten, können Sie anhand der Aussagen überprüfen, ob Sie sich noch an die wichtigen Prinzipien erinnern können.

Ich weiß:

- Wie beim Lernen von Vokabeln am besten vorgegangen wird
- Wie der Zettelkasten funktioniert
- Wie Rechtschreibschwierigkeiten am besten aufgearbeitet werden können
- Wie – zum Beispiel beim Lernen von Texten – mehrere Sinne genutzt werden können

Ihre Erfahrungen sind gefragt:

- Welche Lernstrategien habe ich bereits mit meinem Kind ausprobiert?
- Was hat geklappt?
- Welche Lerntechniken wollen wir als nächstes in Angriff nehmen?

Lektion 7: Über den Vergleich mit anderen

In der siebten Lektion haben wir Ihnen den Unterschied zwischen der sozialen und der individuellen Bezugsnorm vermittelt. Erstere orientiert sich an der Leistung der Mitschüler/innen, letztere bezieht sich auf die individuellen Fortschritte und vorherigen Leistungen des einzelnen Kindes. Sie haben erfahren, dass sich individuelle Rückmeldungen positiv auf die Motivation und Anstrengungsbereitschaft auswirken. Individuelle Rückmeldung geben Sie, indem Sie:

- Ihr Kind nicht mit Geschwistern oder Mitschüler/innen vergleichen
- Rückmeldungen zum bisherigen Entwicklungsverlauf geben
- auch auf die kleinen individuellen Fortschritte des Kindes achten und es darauf hinweisen
- diese kleinen Fortschritte unabhängig davon loben, wo Altersgenossen bezüglich dieser Fähigkeit bereits stehen

Ihre Erfahrung ist gefragt:

- Achte ich regelmäßig darauf, worin sich mein Kind verbessert hat?
- Melde ich dies regelmäßig mit einem Lob zurück?
- Zeige ich echte Freude über kleine Fortschritte?
- Was möchte ich aus dieser Lektion für die Zukunft mitnehmen?

Lektion 8: Günstige und ungünstige Erklärungen für Leistungen

Ob ein Kind sich anstrengt und sich etwas zutraut oder bei Schwierigkeiten schnell aufgibt, hängt wesentlich von der Bewertung/ Interpretation von Erfolg und Misserfolg ab. Zentral ist für ein Kind auch, wie seine Eltern Erfolge und Misserfolge erklären. Um den Selbstwert des Kindes zu schützen und die Anstrengungsbereitschaft auf Dauer zu erhöhen, ist es wichtig:

- Misserfolge auf veränderbare Faktoren zurückzuführen (zu wenig gelernt, unpassende Lernstrategien verwendet, zu spät angefangen)
- Erfolge auf Anstrengung statt auf Talent und Intelligenz zurückzuführen
- dem Kind diese Erklärungen anzubieten („Ich glaube, diese Note hat auch damit zu tun, dass du...“)

Kinder und Erwachsene sehnen sich nach dem Gefühl, dass Ereignisse kontrollierbar und vorhersehbar sind. Sie müssen die Erfahrung machen, dass sie aktiv -z.B. durch Anstrengung, Durchhaltewillen, gute Lernstrategien und die richtige Vorbereitung- auf ihre Leistungen einwirken können sonst verlieren sie den Mut.

Wie haben Sie die Inhalte dieser Lektion umgesetzt?

- Welche Ursachenzuschreibung vermittele ich meinem Kind?
- Welche Gründe nennt mein Kind bei Erfolg/ Misserfolg?
- Wie begegne ich meinem Kind in solchen Situationen?

Lektion 9: Ein guter Lernrhythmus

Effektives Lernen kann nur dann gelingen, wenn für eine gute Balance aus Anstrengung und Erholung gesorgt wird. Pausen erhalten die Konzentration und wirken sich positiv auf die Lernmotivation aus. Damit Ihr Kind optimal von den kurzen Erholungsphasen profitieren kann, sollten diese eingeplant werden, bevor das Kind erste Anzeichen von Ermüdung zeigt oder sich ablenken lässt. Auf diese Weise entlassen Sie Ihr Kind mit einem positiven Gefühl in die Pause! Arbeitet man hingegen solange, bis das Kind erschöpft ist, prägt es sich die Erfahrung ein, dass Hausaufgaben mühsam und anstrengend sind (und daher vermieden werden sollten). Die durchschnittliche Konzentrationsdauer wird häufig überschätzt. Als Faustregel gilt: Die durchschnittliche Konzentrationsspanne bei Kindern beträgt Lebensalter x 2. Damit Ihr Kind nach der Pause wieder in die Aufgaben einsteigen kann, sollte es sich in keine andere Tätigkeit vertiefen! Von Videospiele raten wir ab, da sie das Einspeichern der Lerninhalte im Gedächtnis behindern können - zwischen Videospiele und dem Lernen sollten mindestens 30 Minuten liegen, um die Gedächtnisprozesse des Einspeicherns nicht zu stören. Bei Kindern, die zappelig sind, ist es optimal, wenn sie während der Pause kurz Trampolin hüpfen oder sich anderweitig bewegen können.

Welche Erfahrungen haben Sie gemacht?

- Wann wird mein Kind beim Lernen in der Regel müde und lustlos?
- Achte ich darauf, kurze Pausen einzuplanen bevor mein Kind müde ist?
- Inwiefern handelt es sich bei den Erholungsphasen um Tätigkeiten, die leicht wieder unterbrochen werden können?

- Welche Effekte habe ich selbst bei meinem Kind beobachten können?
- Wie wollen wir in Zukunft weitermachen?

Lektion 10: Selbstständigkeit fördern in kleinen Schritten

Kinder haben vielfältige Gründe, warum sie sich von Erwachsenen unter die Arme greifen lassen. Besonders bei den Hausaufgaben kann dies immer wieder zum Problem werden. Kinder lassen sich gerne helfen, weil ihnen die Eltern Aufmerksamkeit schenken, wenn sie ihre Aufgaben alleine nicht schaffen oder weil die Eltern den Stoff besser, interessanter und vor allem einfacher aufbereiten, was dem Kind kurzfristig nicht nur Anstrengung, sondern auch Zeit einsparen kann. Kinder, die unsicher sind, können durch die elterliche Unterstützung zudem ihre Ängste reduzieren.

Erfährt ein Kind zusätzlich keine positive Rückmeldung für sein selbstständiges Verhalten oder muss es eigenständige gelöste Aufgaben am Ende noch ausbessern, weil diese falsch sind, liegt es nahe, sich auch in Zukunft (wieder) helfen zu lassen.

Sie haben verschiedene Möglichkeiten kennengelernt, Ihr Kind Schritt für Schritt in die Selbstständigkeit zu führen: Wir haben Sie dazu angeregt, Ansätze von selbstständigem Verhalten explizit zu loben, indem Sie die Wörter „alleine“, „selbst“, „selbstständig“ immer wieder in Ihre Rückmeldungen einstreuen. Zudem haben Sie erfahren, dass Sie eigenverantwortliches Arbeiten attraktiver machen können, indem Ihr Kind die alleine gearbeitete Zeit in Spielzeit mit Ihnen umwandeln darf. Wir haben Sie sensibilisiert, dass direkte fachliche Hilfe Ihrem Kind langfristig sogar schaden kann, da es auf die Dauer wenig Möglichkeiten hat, sich Strategien für den Umgang mit fachlichen Schwierigkeiten zurecht zu legen. Das Stichwort lautete „Hilfe zur Selbsthilfe“, die vor allem durch aktivierende Fragen („Was hast du bisher verstanden? Wie könntest du weiter vorgehen?“) realisiert werden kann. Wir haben Sie gebeten, über zwei Wochen hinweg Ausschau zu halten, wann Ihr Kind bereits in Ansätzen selbstständig arbeitet und ihm dafür Anerkennung zu schenken.

Welche Erfahrungen haben Sie gemacht?

- Welche Strategien habe ich angewendet?
- Was hat besonders gut funktioniert, was war weniger zielführend?
- Wie hat mein Kind auf den „neuen Kurs“ reagiert?
- Was hat sich seitdem verändert?

Lektion 11: Lernstrategien II

In der elften Lektion haben Sie gelesen, dass es im Wesentlichen auf drei Aspekte ankommt, wenn Kinder Lernstrategien einüben und anwenden sollen:

1. Sie müssen erkennen, wann welche Strategie sinnvoll ist
2. Sie müssen die Strategie automatisiert haben
3. Sie müssen positive Erfahrungen mit der Strategie gemacht haben, um motiviert zu sein

Damit Schüler/innen eine Lernstrategie einüben können, ist es sinnvoll, diese in einem ersten Schritt aufzuschreiben und zu demonstrieren, wie diese angewendet wird. In einem zweiten Schritt kann das

Kind die Strategie unter Ihrer Beobachtung anwenden, sodass Sie es auf die Vorteile hinweisen können und auf Fehler gegebenenfalls reagieren können. Dabei hat sich die Methode des „lauten Denkens“ bewährt, bei der man das Kind dazu anleitet, laut mitzusprechen, welche Überlegungen es gerade anstellt. Je weiter das Kind im Einüben der jeweiligen Lernstrategie ist, desto selbstständiger kann es arbeiten. Sie können Ihre Hilfe dann darauf beschränken, am Anfang kurz nachzufragen, wie Ihr Kind jeweils vorgehen möchte.

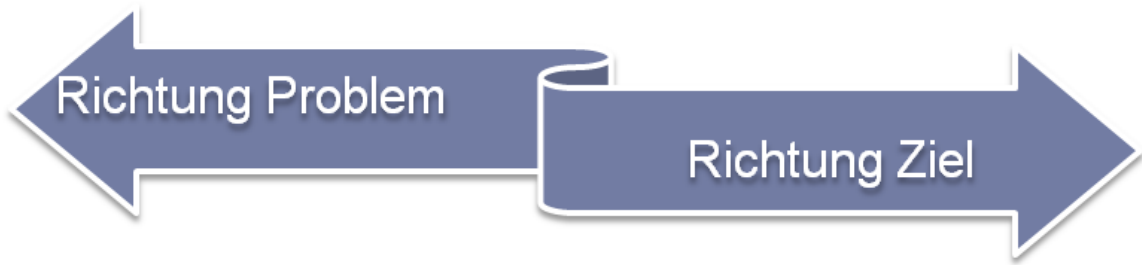
Wir haben Sie in dieser letzten Lektion gebeten, mit Ihrem Kind eine Lernstrategie nach dem oben beschriebenen Schema einzuüben und die Erfahrungen auszuwerten.

Wie ist es Ihnen dabei ergangen?

- Welche Lernstrategie(n) habe ich mit meinem Kind bereits eingeübt?
- Wie kommt mein Kind damit zurecht?
- Wäre eine Erweiterung jetzt bereits sinnvoll und notwendig?
- In welchem Fach könnte mein Kind von der Einübung einer neuen Lernstrategie profitieren?

Im Kurzverfahren konnten Sie sich nun noch einmal einen Überblick über die Lektionen verschaffen und haben vielleicht gemerkt, dass manche Strategien sehr gut geklappt haben oder dass Ihnen für einige Aspekte bisher die Zeit zur Umsetzung gefehlt hat. Wir möchten Sie dazu einladen, Ihre Erfahrungen aus den einzelnen Lektionen zusammenzutragen.

Das Blatt mit der Wegweiserübung aus Lektion I soll Ihnen noch einmal dabei helfen, Ihr persönliches Erfolgsrezept zusammenzustellen. Wenn Sie möchten, können Sie Ihre Gedanken und Erfahrungen zu den einzelnen Lektionen festhalten und zu einer Gesamtstrategie für den Umgang mit Ihrem Kind verdichten.



So wird das Problem stärker	So nähern wir uns unserem Ziel an

Persönliches Schlusswort

Die ersten Schuljahre prägen die Lernbiografie eines Kindes enorm. In dieser Zeit gewöhnen sich die Schüler/innen eine gewisse Arbeitshaltung an und bilden Überzeugungen über ihre Fähigkeiten aus (z.B. „Mathe liegt mir“, „In den Sprachen bin ich eine Niete!“). Indem Sie zu Hause für einen guten Arbeitsplatz sorgen, Ihrem Kind einen gesunden Lernrhythmus vorgeben und eine entspannte Atmosphäre herstellen, legen Sie einen wichtigen Grundstein für eine glückliche und erfolgreiche Schulkarriere.

Wir hoffen, Sie konnten in diesem Kurs einige Anregungen mitnehmen und Positives in Bewegung setzen. Falls Sie gerne noch tiefer eintauchen möchten, empfehlen wir Ihnen gerne unsere Bücher:



Falls Sie nach wie vor hitzige Konflikte rund um das Lernen austragen, Ihr Kind stundenlang für seine Aufgaben benötigt, weil es vor sich hin träumt, oder Sie beobachten, dass Ihr Kind in gewissen Bereichen überfordert ist, möchten wir Sie dazu ermutigen, sich Unterstützung ins Boot zu holen.

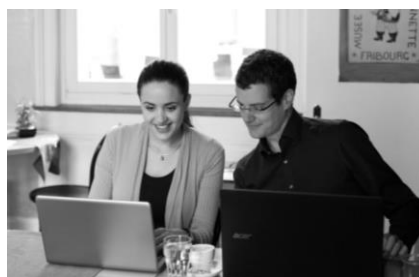
Sie können beispielsweise Kontakt mit der **zuständigen Schulpsychologin** aufnehmen. Diese Gespräche sind vertraulich und kostenlos. Sie finden die Adressen Ihres Schulpsychologen meistens auf der Webseite Ihrer Schule oder auf www.schulpsychologie.ch unter der Rubrik „Ihre Ansprechpartner in den Kantonen“.

Unsere spezifischen **Elternseminare** zu ADHS, Lese-, Rechen- und Rechtschreibschwierigkeiten und anderen Themen finden Sie auf unserer Webseite www.mit-kindern-lernen.ch

Lerncoaches, die Einzelsitzungen anbieten, finden Sie auf <http://www.mit-kindern-lernen.ch/mehr-informationen/learncoaching-learnberatung>

Wenn Sie mehr darüber erfahren möchten, wie Sie das Selbstvertrauen und Selbstwertgefühl Ihres Kindes stärken können, empfehlen wir Ihnen gerne unseren Biberblog: www.biber-blog.com

Wir wünschen Ihnen und Ihrer Familie alles Gute!



Stefanie Rietzler und Fabian Grolimund

Geschäftsleitung der Akademie für Lerncoaching

