

► Mit Kindern lernen: Einleitung

Lektion 1

In dieser Lektion:

- Setzen Sie ein konkretes, motivierendes Ziel für sich und Ihr Kind
- Werten Sie Ihre bisherigen Erfahrungen aus und
- Beginnen mit dem Erstellen Ihres persönlichen Erfolgsrezepts

Mit Kindern lernen: Einleitung

Lektion 1

Herzlich willkommen!

Liebe Eltern

Wir, Fabian Grolimund und Stefanie Rietzler, heißen Sie zu diesem Kurs herzlich willkommen.

In den nächsten zwölf Wochen erhalten Sie das notwendige Wissen, um Ihr Kind beim Lernen und bei den Hausaufgaben sinnvoll zu unterstützen. Sie werden lernen, wie Sie Ihr Kind motivieren, ihm wirksame Lernstrategien vermitteln, selbständiges Arbeiten fördern und sein Selbstvertrauen stärken können.

Durch die vermittelten Strategien werden Sie sich in Ihrer Rolle noch sicherer fühlen und auch schwierige Situationen meistern können.

Das Programm vermittelt dabei allgemeine Kompetenzen, um Kinder beim Lernen und bei den Hausaufgaben zu begleiten. Da Eltern aus der Schweiz, aus Deutschland und Österreich daran teilnehmen, geht es nicht auf einzelne Schulsysteme ein.

In dieser ersten Woche möchten wir Sie dazu anregen, ein attraktives Ziel zu formulieren und darauf zu achten, an welchen Tagen Sie diesem bereits etwas näher kommen. In den Wochen 2 bis 5 geht es vorwiegend um die

Themen Motivation und Konzentration. Danach lernen Sie in Woche 6 und 7 einige wichtige und wirksame Lernstrategien kennen. Woche 8 und 9 vermitteln Ihnen, wie Sie das Selbstvertrauen Ihres Kindes auch bei Schwierigkeiten schützen und seine Anstrengungsbereitschaft fördern können. Gegen Ende des Kurses, in den Wochen 10 und 11, stehen die Lernplanung und die bewusste Förderung selbständigen Arbeitens im Vordergrund. Der Kurs wird schließlich in Woche 12 mit einem Rück- und Ausblick und einer Zusammenfassung der wichtigsten Punkte abgeschlossen.

Dieser Kurs kann Ihnen Sicherheit vermitteln, eine Hilfe bei der Lösung konkreter Probleme sein und dazu beitragen, die Lern- und Hausaufgabensituation angenehmer zu gestalten und erfolgreicher zu bewältigen. Er hat aber auch seine Grenzen: Er ersetzt bei schwerwiegenden Verhaltensproblemen oder einer Lernstörung weder eine Erziehungsberatung, noch eine Psychotherapie oder ein Lerncoaching. Falls gravierende Schwierigkeiten bestehen, möchten wir Sie ermutigen, das Gespräch mit dem Schulpsychologen zu suchen. 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“. Spezifische 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/lerncoaching-beratung>

Sind Sie bereit? Dann kann es losgehen...

Was wissen und können Sie bereits?

In unseren Seminaren greifen wir bei der Problemlösung jeweils stark auf die Vorerfahrungen der teilnehmenden Eltern zurück. Dabei machen wir immer wieder die Erfahrung, dass die Eltern – angeleitet durch die Fragen der Kursleitung – sehr viel Wissen mitbringen und oft selbst in der Lage sind, wirksame Lösungen zu entwickeln. Diese Strategie möchten wir uns auch in diesem Kurs zu Nutze machen. Sie kennen Ihr Kind besser als irgendjemand sonst und Sie haben bereits viele Hausaufgaben- und Lernsituationen mit Ihrem Kind erlebt. Dabei haben Sie – bewusst und unbewusst – Vieles ausprobiert und mit unterschiedlichen Herangehensweisen experimentiert. Es lohnt sich, sich diese Erfahrungen bewusst zu machen, sie auszuwerten und sich auf die Suche nach wiederkehrenden Mustern zu machen. Dabei werden Sie Abläufe, Strategien, Verhaltensweisen und Situationen entdecken, die förderlich sind und solche, die eher hinderlich sind.

Beispiel

Tobias Mutter möchte durch den Kurs gerne erreichen, dass sich ihr Sohn schneller auf die Hausaufgaben einlässt und kein Theater mehr macht. Sie möchte insbesondere, dass die Streitereien und Diskussionen seltener werden. Sie überlegt sich, ob es bisher Tage gegeben hat, an denen dies bereits in Ansätzen geklappt hat und was an diesen Tagen anders war. Auch die Tage, an denen es besonders schlimm war, nimmt sie genauer unter die Lupe und achtet dabei auf wiederkehrende Muster, Situationen und Auslöser. Dabei entdeckt sie einige spannende Punkte.

Die Atmosphäre ist gut und Tobias macht mit, wenn:

- er zwischen der Schule und den Hausaufgaben Zeit für sich hat und sich erholen kann
- ich selbst gut gelaunt bin und Zeit habe
- ich positiv auf Fortschritte und gelassen auf Fehler reagiere
- Tobias die Hausaufgaben in der Küche macht

Wir haben oft Streit und miese Stimmung, wenn:

- ich möchte, dass Tobias die Hausaufgaben gleich nach der Schule erledigt
- ich ihn ohne Vorankündigung aus einem Spiel herausreiße, damit er die Hausaufgaben macht
- ich unter Zeitdruck stehe und ungeduldig bin
- Tobias zu müde ist oder kurz davor Computerspiele gespielt hat
- Tobias Texte lesen muss

Beobachtungen dieser Art sind Gold wert. Mit der Zeit verdichten Sie sich zu Handlungsanweisungen: Sie wissen, was Sie Ihrem Ziel näher bringt und wann Sie sich davon entfernen. Sie machen Ihnen bewusst, was Sie dazu beitragen können, um die Situation hin zum Positiven zu beeinflussen.

Tobias Mutter hat aus diesen Beobachtungen die folgenden hilfreichen Strategien abgeleitet:

- Ich lasse Tobias nach der Schule etwas Zeit zum Spielen – vor den Hausaufgaben soll er aber nicht Computer spielen

- Ich sage ihm, wann wir mit den Hausaufgaben beginnen, damit er sich darauf einstellen kann
- Ich achte beim Lernen stärker auf kleine Fortschritte und sage Tobias, was bereits besser klappt
- Wir machen die Hausaufgaben von jetzt an immer in der Küche, da Tobias dann weniger abgelenkt ist

Das Übungsblatt 1 lässt Ihnen Platz, um Ihre eigenen Beobachtungen aufzuschreiben. Dieses Blatt wird Sie während des gesamten Kurses begleiten. Wir möchten Sie bitten, die Tipps der einzelnen Lektionen auszuprobieren und die Auswirkungen auf Sie und Ihr Kind zu beobachten. Jedes Kind, jeder Mensch ist anders – indem Sie mit den Tipps experimentieren und die Wirkung beobachten, können Sie festhalten, was bei Ihnen und ihrem Kind wirkt. So erhalten Sie mit der Zeit Ihr persönliches Erfolgsrezept.

Sie können auch ein Plakat gestalten, das Sie gut sichtbar aufhängen und regelmäßig konsultieren. Vor dem Lernen ruft es Ihnen die wichtigsten Erfolgsrezepte in Erinnerung und nach dem Lernen oder den Hausaufgaben können Sie sich fragen, ob Sie etwas Neues herausgefunden haben und das Plakat gerne ergänzen möchten.

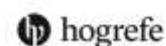
Am Ende des Kurses verdichten Sie damit Ihr Wissen und Ihre Erfahrungen auf einer Seite mit konkreten Anweisungen, die auf Sie und Ihr Kind zugeschnitten sind.

Das Buch zum Online-Kurs:

(mit einem Klick auf das jeweilige Cover gelangen Sie zur Bestellmöglichkeit).

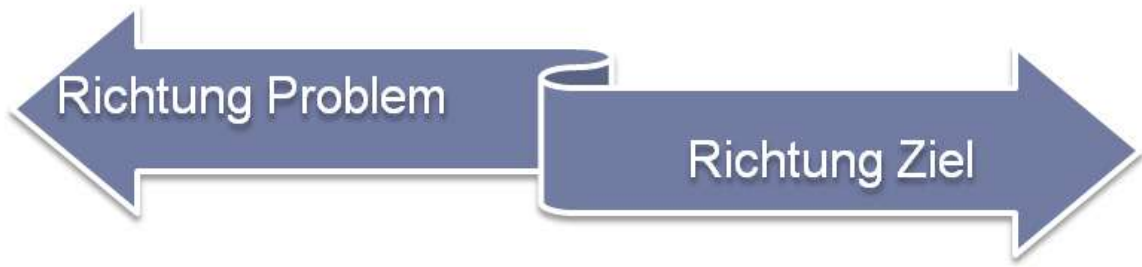


Fabian Grolimund **Mit Kindern lernen**
Konkrete Strategien für Eltern
2., unveränderte Auflage



Das Buch für Eltern von Träumern und Wirbelwinden:





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