



► Mit Kindern lernen: Optimale Lernbedingungen schaffen

Lektion 4

In dieser Lektion:

- erhalten Sie Tipps zur Gestaltung der Lern- und Hausaufgabensituation
- überprüfen Sie, ob der Arbeitsplatz Ihres Kindes lernfreundlich ist
- erfahren Sie, wie Sie Ihr Kind dabei unterstützen können, ideale Bedingungen zu schaffen

Mit Kindern lernen: Optimale Lernbedingungen schaffen

Lektion 4

Liebe Eltern,

warum fällt es uns um so viel schwerer, noch einen Berg Wäsche aufzuhängen, anfallende Korrekturen zu erledigen oder das Bad zu putzen, wenn draußen an einem herrlichen Sommertag die Sonne scheint, während es uns an einem verregneten Tag viel weniger kümmert?

Dies liegt mitunter der Attraktivität der Alternative. Alternativen zum Wäsche Bügeln oder Korrigieren gibt es an einem schönen Sommertag viele, denn er lockt uns zu Aktivitäten nach draußen. Es fällt uns also schwerer, unliebsame Aufgaben zu erledigen, wenn eine andere Beschäftigung nahe liegt, die uns Freude bereitet.

Mit diesem „Alternativenkonflikt“ kämpfen auch viele Schulkinder bei den Hausaufgaben und im Unterricht. Wer will schon gerne die Hausaufgaben erledigen, wenn nebenbei der laufende Fernseher zum Fernsehen, die Xbox zum Spielen oder der griffbereite Comic zum Lesen einlädt? Wer kann sich auf den Unterricht konzentrieren, wenn draußen vor dem Fenster etwas los ist, wenn der Banknachbar zum Schwätzen oder

eine „unterstützende Lobby“ zum Kaspern einlädt?

Wie Sie, liebe Eltern, Ihr Kind dabei unterstützen können, diesen „Alternativenkonflikt“ einzudämmen und wie Sie ganz allgemein dabei helfen können, ein günstiges Lernumfeld zu schaffen, erfahren Sie in dieser Lektion.

Den Alternativenkonflikt eindämmen

Wir haben bereits kurz den „Alternativenkonflikt“ angesprochen, den Sie während dieser Lektion im Hinterkopf behalten sollten. Besonders dann, wenn es darum gehen soll, einen guten Rahmen für die Hausaufgabensituation zu finden und so ein Arbeitsumfeld für das Kind zu schaffen, in dem es sich gut konzentrieren kann.

Für viele Kinder ist es schwierig, konzentriert an den Hausaufgaben zu arbeiten, wenn es rings um den Arbeitsplatz von Spielsachen umgeben ist.

Gestalten Sie die Lernumgebung am besten so gestalten, dass die Hausaufgaben in diesem Moment die beste Alternative für Ihr Kind darstellen.

Wenn Sie sich wünschen, dass Ihr Kind die Aufgaben möglichst konzentriert erledigt, sollten Sie einen kritischen Blick auf seinen Lernort werfen. Suchen Sie gemeinsam einen Platz:

- der wenige Alternativen bietet, die zum Spielen oder anderen Beschäftigungen einladen (Fernseher, Xbox, Spielekiste, Puppenecke, aber auch Geschwister und Haustiere).
- an dem alle Materialien, die Ihr Kind für die Aufgabe benötigt, griffbereit liegen

- an dem es verhältnismäßig ungestört ist
- an dem angemessene Lichtverhältnisse herrschen, sodass der Schattenwurf seiner Hand Ihr Kind nicht beim Schreiben irritiert

Sehen wir uns die einzelnen Punkte etwas genauer an:

Forschung aus der Entwicklungspsychologie zeigt, dass es besonders jüngeren Kindern schwer fällt, einen Impuls zu kontrollieren. Erst mit zunehmendem Alter lernen Kinder, Impulse willentlich zu kontrollieren. Auch können Kinder erst mit zunehmendem Alter ein Bedürfnis zugunsten eines anderen hinten anstellen. Dazu ein Beispiel: Einem Kindergartenkind kann es noch Mühe bereiten, sein Klötzchenspiel abubrechen um sich im Sitzkreis einzufinden. Im Moment möchte es so gerne weitermachen, dass es diesen Impuls kaum zurückstellen kann. Einem Schulkind fällt es schon deutlich leichter, einer Anforderung von außen nachzukommen und sein Bedürfnis zu spielen für einen Moment hinten an zu stellen.

Übertragen wir diese Erkenntnisse auf die Hausaufgabensituation: Wir können Schulkindern also bei der Konzentration auf die Hausaufgaben helfen, indem wir einen Ort für das Erledigen der Hausaufgaben wählen, an dem sich möglichst wenige Spielsachen befinden, die beim Kind den Impuls zu spielen auslösen. Auch das Handy oder der Computer, der mit neuen Chatnachrichten aufblinkt, macht die Reizabschirmung schwerer. Reduzieren Sie diese emotionalen Ablenkungen, damit Ihr Kind nicht permanent in Verführung kommt, aufzustehen und sich mit etwas anderem zu beschäftigen. Damit fördern Sie aktiv seine

Konzentration: Denn jedes Mal, wenn wir einer Verführung widerstehen möchten, benötigen wir Willenskraft. Immer wenn sich Ihr Kind bewusst sagen muss: „Du hättest zwar jetzt Lust auf XY, aber du machst jetzt deine Hausaufgaben!“, schwinden seine Energiereserven – Kraft, die ihm für das Lernen fehlt. Je öfter sich Ihr Kind von attraktiven Alternativen abschirmen muss, desto schneller ermüdet es und desto rascher lässt es sich mit der Zeit ablenken und träumt vor sich hin. Durch eine clevere Anpassung der Lernsituation können Sie Ihrem Kind diesen inneren Kampf weitestgehend ersparen.

Achten Sie auch darauf, dass Ihr Kind alle benötigten Materialien griffbereit zur Hand hat. So wird es nicht durch das Suchen von Lineal, Radiergummi oder Schulbuch aus dem Arbeitsrhythmus geworfen.

Bei der Gestaltung der Lernumgebung ist zudem der Lärmpegel ein wichtiges Kriterium: Kinder, die sich gut konzentrieren können, lernen am besten, wenn es ruhig ist. Schüler/innen mit ausgeprägten Konzentrationsproblemen profitieren hingegen von moderaten Hintergrundgeräuschen beim Lernen, beispielsweise einer befahrenen Straße oder leiser Instrumentalmusik. Wenn Ihr Kind bei den Hausaufgaben Musik hören möchte, sollten Sie darauf achten, dass diese keine gesprochene Sprache enthält. Wir Menschen neigen dazu, hinzuhören und mitzusingen, wenn in einer bekannten Sprache gesungen wird. Währenddessen fällt es uns schwerer neue Informationen aufzunehmen.

Aber nicht nur attraktive Ablenkungen wie Spielsachen, Medien, Musik mit Text oder

Gespräche wirken sich störend auf die Konzentration aus. Auch negative Gefühle, die Kinder mit einem Lernort verbinden, können es ihnen schwer machen, sich auf ihre Aufgaben einzulassen:

Beispiel

Ein Elternpaar wünscht sich, dass ihr Sohn Michael die Hausaufgaben konzentrierter erledigt und sich nicht so leicht ablenken lässt. Michael hat einen eigenen Schreibtisch in seinem Zimmer, in dem sich jedoch auch seine gesamten Spielsachen und eine Playstation befinden. Die Eltern klagen darüber, dass Michael sich häufig verweigert. Im Gespräch wird deutlich, dass es Michael große Überwindung kostet, sich überhaupt an den Schreibtisch zu setzen. Zuviel Ärger gab es bereits während der Hausaufgabensituation. Der Junge hat den Zusammenhang zwischen dem Ort der Hausaufgaben (seinem Schreibtisch) und den negativen Gefühlen (Ärger, Frust) „gelernt“. Setzt sich Michael nun an den Schreibtisch, kommt die ganze negative Stimmung in ihm hoch, die sich in den letzten Jahren angestaut hat. Im Fachjargon wird dieser gelernte Zusammenhang zwischen einem Reiz (dem Schreibtisch/der Hausaufgabensituation) und einer Reaktion (Michaels Ärger/Frust) als klassische Konditionierung bezeichnet.

Damit sich Michael besser auf die Hausaufgaben einlassen und konzentrieren arbeiten kann, suchen die Eltern mit Michael einen neuen Lernort. Michaels Zimmer soll weiterhin sein Spielzimmer bleiben. Nachdem sein Schreibtisch bereits mit negativen Erfahrungen vorbelastet ist, entscheiden sich die Eltern dafür, in der Küche einen

„Neuanfang“ mit ihrem Sohn zu machen. Michael darf fortan seine Hausaufgaben am Küchentisch erledigen, wo er von seinen Geschwistern ungestört ist. Hier laden auch keine Spielsachen, die Xbox oder das Handy zum Unterbrechen ein. Michaels Mutter unterstützt ihren Sohn zudem, indem sie mit ihm überlegt, wie er die Hausaufgaben einteilen möchte und welche Materialien er im Einzelnen benötigt.

Viele weitere Tipps, wie Sie die Konzentration Ihres Kindes fördern können, erhalten Sie in unserem Elternratgeber:



Übung für die vierte Woche

Wir möchten Sie gerne einladen, mit Ihrem Kind bis zur nächsten Woche einige Veränderungen auszuprobieren und Ihre Beobachtungen festzuhalten.

Setzen Sie sich an den gewohnten Arbeitsplatz Ihres Kindes. Achten Sie von hier aus ganz aktiv auf „Ablenkungsalternativen“ wie Fernseher, Playstation, Xbox, Spielekonsolen usw., die Ihnen ins Auge stechen. Überprüfen Sie auch, was Ihr Kind zu seiner regulären Hausaufgabenzeit während der Arbeit hört. Fragen Sie sich als nächstes, welche Gefühle Ihr Kind wohl mit diesem Arbeitsplatz verknüpft: Frustration? Ärger? Langeweile? Erschöpfung? Oder vielleicht Interesse, Freude und Stolz?

Überlegen Sie davon ausgehend, ob ein Neuanfang an einem anderen Ort sinnvoll wäre. Achten Sie darauf, dass Ihr Kind in seiner Lernumgebung keinem übermäßigen Lärm ausgesetzt ist und auch Geschwister nicht stören dürfen. Falls jüngere Geschwister zu Hause sind, können diese dazu eingeladen werden, auch „Hausaufgaben“ zu machen, beispielsweise still ein Bild auszumalen, etwas zu basteln, ein Puzzle zu machen oder mit Kopfhörern eine CD / Kassette anzuhören.

Unterstützen Sie Ihr Kind, bevor es mit den Hausaufgaben anfängt, indem Sie Fragen stellen wie „Was brauchst du jetzt für diese Aufgabe?“ und lassen Sie Ihr Kind die Materialien zurechtlegen. Alternativ können Sie mit dem Kind auch eine Checkliste anfertigen, die es in Zukunft selbst durchsehen kann.

Was waren für mich die wichtigsten Punkte dieser Lektion?

Akademie für Lerncoaching

Projekt:

„Mit Kindern lernen“

E-Mail:

seminar@mitkindernlernen.ch

Website:

www.mit-kindern-lernen.ch

Autorenteam:

Stefanie Rietzler

