

Institut Neues Lernen
Ausbildung zum Lerntherapeuten
Leitung: Stefan Reiner
Hausarbeit

Erleichterung der Hausaufgabensituation bei Grundschulern

vorgelegt von
Inge Hiller
Kohlstatt 1
83119 Obing
T.: 08624 / 964
E-Mail: ingehiller@einfach-logisch-lernen.de

Abgabetermin: 03.11.2018

Inhaltsverzeichnis

1.	Einleitung	3
2.	Allgemeine Voraussetzungen für gutes Lernen	4
2.1.	Strukturiertes Vorgehen bei den Hausaufgaben	4
2.2.	Arbeitsplatz mit wenig Ablenkung	6
2.3.	Anschaltknöpfe für das Gehirn	9
3.	Motivation und Freude fördern	11
3.1.	Positive Reaktion der Bezugspersonen	11
3.2.	Erfolge und Fortschritte beim Lernen und bei den Hausaufgaben	14
3.3.	Anstrengung lohnt sich	14
3.4.	Hintergründe für trotziges Verhalten des Kindes in der Hausaufgaben-situation	16
4.	Übungen aus der Lerntherapie-Fortbildung zur Verbesserung der Hausaufgaben-situation	20
5.	Zusammenfassung	20
6.	Quellen	21

1. Einleitung

Als Mutter eines Grundschülers, der eine dritte Klasse besucht, ist man immer wieder mit Engpässen bei Hausaufgaben und deren Auswirkung auf den Familienfrieden konfrontiert.

Durch meine Arbeit als Lerncoach treffe ich immer wieder auf Eltern, die an Hausaufgabensituationen mit ihren Kindern fast verzweifeln.

Es gibt leider kein Patentrezept, keine Pille und keine Übung durch die das Problem mit den ständigen Nörgeleien oder Streitereien bei den Hausaufgaben verschwindet.

Vorliegende Arbeit soll Tipps vermitteln, um die Lern- und Hausaufgabensituation angenehmer zu gestalten und erfolgreicher zu bewältigen.

Diese ersetzen aber bei schwerwiegenden Verhaltensproblemen oder einer Lernstörung weder eine Erziehungsberatung, noch eine Psychotherapie oder ein Lerncoaching.

Bei gravierenden Schwierigkeiten möchte ich Sie ermutigen, das Gespräch mit dem Schulpsychologen zu suchen. Diese Gespräche sind vertraulich und kostenlos.

2. Allgemeine Voraussetzungen für gutes Lernen

2.1. Strukturiertes Vorgehen bei den Hausaufgaben

Wochenplanung

Am Besten erst mal zusammen mit dem Kind einen Wochenplan erstellen, indem man mögliche Lernphasen an jedem Tag der Woche z.B. auf einem Hausaufgabenplaner markiert. So können feste Termine, wie z.B. Fußballtraining fest eingeplant werden und es ist alles übersichtlich gestaltet.

Vermerk sie am besten mit festen Uhrzeiten.

Lernzeiten:

z.B. Montag	von 14:00 - 15:00 Uhr
Dienstag	von 15:30 - 17:00 Uhr
Mittwoch	von 15:00 - 16:00 Uhr

Fußballtraining:

Montag	von 17:00 - 18:00 Uhr
Mittwoch	von 17:00 - 18:00 Uhr

Nun zoomt man sich in die einzelnen Tage einer Lerneinheit hinein und legt den Fokus auf den genauen Ablauf einer Lerneinheit oder das tägliche lernen. Bei Schülern z.B.

- Tägliche Hausaufgaben
- Vorbereitung für Fächer am nächsten Tag
- Ein paar Vokabeln
- Vorbereitung auf eine Probe

Um eine Lernphase effektiv zu gestalten, muss nicht nur Zeitaufwand und Zeitverteilung geplant werden, sondern auch die Art und Weise wie mit der Zeit umgegangen wird.

Tägliche Lerneinheit planen

Reihenfolge der Themen

- ✓ Der Schwierigkeitsgrad der Themen spielt eine große Rolle
Leichte Themen: zu Beginn (zum Warmwerden)
zum Schluss (als Erfolgserlebnis)

schwere Themen in der Mitte, auch wenn man sie am liebsten gleich weg gearbeitet hätte.

- ✓ Ähnliche Themen sollten zeitlich weit auseinander gelernt werden. (Ähnlichkeitshemmung)
Zwischen Plus/Minus -Aufgaben und dem 1x1 sollte ein Deutsch- Thema liegen und zwischen Lesen und Schreiben kann HSU gelernt werden.

Pausen (s.h. Anschaltknöpfe fürs Gehirn)

Das Gehirn braucht Pausen um seine volle Leistungsfähigkeit entfalten zu können.

In den Pausen wird das Gelernte verarbeitet, zu schon vorhandenem Wissen zugeordnet und strukturiert.

Das passiert ganz automatisch, das Gehirn meldet sich von ganz allein, wenn es eine Pause braucht: Wir werden dann unruhig, unkonzentriert und müde.

Spätestens bei diesen Anzeichen, sollte man eine 10 minütige Pause einlegen.

Wiederholungen

Wiederholungen, sind mit entscheidend dafür, dass Informationen im Gedächtnis bleiben.

Ideale Wiederholungssequenzen:

am selben Tag das Gelernte noch einmal wiederholen
dann am nächsten Tag

und mindestens nach einer Woche

Die Zeit dafür muss natürlich mit eingeplant werden.

Wie wird wiederholt?

✓ einfach die Aufzeichnungen nochmals durchgehen
später:

- ✓ spezielle Lernkästchen benutzen z.B. für Vokabeln
- ✓ Lernmappen für ganze DIN A 4 Blätter
- ✓ gute Computersoftware z.B. für Vokabeln

Lernräume (wo wird gelernt)

- ✓ Mathe im Wohnzimmer
- ✓ Deutsch in der Küche
- ✓ HSU im Kinderzimmer

2.2 Arbeitsplatz mit wenig Ablenkung

Die Entwicklungspsychologie zeigt uns, dass Kinder erst mit zunehmendem Alter ihre Impulse willentlich kontrollieren können und ein Bedürfnis zu Gunsten eines anderen hinten anstellen können.

Es fällt Kindergartenkindern schwer, mit dem Spiel mit der Puppe oder dem Auto aufzuhören und zum Abendessen zu kommen. Im Moment möchte das Kind lieber weiterspielen und kann diesen Impuls schwer unterdrücken.

Einem Schulkind fällt es schon deutlich leichter, einer Aufforderung von außen nachzukommen und sein Bedürfnis zu spielen für einen Moment hinten anzustellen, allerdings kommt es auch auf die Intensität der Reize an.

Wenn ein Kind die Aufgaben möglichst konzentriert erledigen soll, sollten die Eltern einen kritischen Blick auf seinen Lernort werfen.

Es sollte ein Ort sein:

- Der wenige Alternativen bietet, die zum Spielen oder anderen Beschäftigungen einladen (z.B. Fernseher, X-Box, Handy, Spielekiste, Puppenecke, aber auch Geschwister und Haustiere).

Durch das Reduzieren dieser emotionalen Ablenkungen, kommt ein Kind nicht permanent in Verführung, aufzustehen und sich mit etwas anderem zu beschäftigen.

Immer wenn sich ein 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 ein Kind von attraktiven Alternativen abschirmen muss, desto schneller ermüdet es und desto rascher lässt es sich ablenken und träumt vor sich hin. Eine clevere Anpassung der Lernsituation kann einem Kind diesen inneren Kampf weitestgehend ersparen.

Das fördert aktiv seine Konzentration.

- Alle Materialien, die ein Kind für die Aufgabe benötigt, sollen griffbereit liegen. So wird es nicht durch das Suchen von Lineal, Radiergummi oder Schulbuch aus dem Arbeitsrhythmus geworfen.

- Die Lernumgebung sollte verhältnismäßig ungestört sein. Hier 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 ein Kind bei den Hausaufgaben Musik hören möchte, ist darauf zu 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.

- Es sollten angemessene Lichtverhältnisse herrschen, sodass der Schattenwurf seiner Hand das Kind nicht beim Schreiben irritiert.
- Der Platz zum Lernen sollte mit positiven Gefühlen verbunden sein.

Auch negative Gefühle, die Kinder mit einem Lernort assoziieren, können es ihnen schwer machen, sich auf ihre Aufgaben einzulassen:

Wenn es z.B. an dem Lernort schon zu viel Ärger während der Hausaufgabensituation gab, hat das Kind den Zusammenhang zwischen dem Ort der Hausaufgaben (seinem Schreibtisch) und den negativen Gefühlen (Ärger, Frust) „gelernt“. Setzt es sich 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 (Ärger/Frust) als klassische Konditionierung bezeichnet.

2.3. Anschaltknöpfe für das Gehirn

- **Sauerstoff**

Lüften vor und immer auch mal während des Lernens

- **Bewegung**

3x ums Haus laufen, Trampolin springen, mit Hund gassi gehen usw.

- **Zucker**

Das Gehirn braucht sehr viel Energie und kann diese nur schlecht speichern.

Diese Energie holt es sich in Form von Glukose. Für eine optimale Gehirnversorgung, braucht ein Erwachsenen 100-120 g und ein Kind ca. 80 g reinen Zucker pro Tag.

Es gibt 2 Arten von Zucker:

- **Einfacher Zucker**

- z.B. Schokoriegel, Cola, Traubenzucker
- Gehen sofort ins Blut.
- Sie führen zu einem Schnell ansteigenden Blutzuckerspiegel und zu vermehrter Insulinausschüttung.
- Insulin hat die Aufgabe den Blutzuckerspiegel schnell zu senken.
- Blutzuckerspiegel sinkt rasant.
- Bereits nach 10-15 Minuten kommt es zu Erschöpfung und Konzentrationsmangel.

- Komplexe Zucker

- z.B. schwer und langsam verarbeitende Kohlenhydrate wie Obst, Gemüse und alle Vollkornprodukte.
- Sie versorgen das Gehirn gleichmäßig und über einen längeren Zeitraum mit „gutem Zucker“.

• Schlaf und Pausen

Nicht zu spät ins Bett

Tagsüber Gelerntes wird nachts verknüpft, komprimiert, strukturiert, gruppiert und sortiert. Im Schlaf findet ein ständiger Austausch zwischen der im Gehirn wichtigen Regionen für Informationsaufnahme (Hippocampus) und der Region für die Informationsspeicherung (Großhirnrinde) statt.

Es gilt:

Wenn du viel lernst, Sorge für ausreichend Schlaf.

Lieber Lücken beim Lernstoff, als Schlafmangel.

Am besten Gelerntes kurz vor dem Einschlafen nochmals locker wiederholen.

• Wasser

Der Mensch besteht zu zwei Drittel aus Wasser. Wer ausreichend trinkt

(1,5 Liter - 2 Liter pro Tag), tut aktiv etwas von großer Bedeutung für seine Lernleistung, Konzentrations-, Merk - und Verarbeitungsfähigkeit. Flüssigkeitsmangel verschlechtert die Funktionsfähigkeit der Synapsen, also jener kleinen Teile des Gehirns, die für die Weiterleitung und Abspeicherung von Informationen zuständig sind.

Gelerntes wird schneller vergessen

Beim Lernen sollte eine große Flasche Wasser getrunken werden.

- **Gute Laune und Entspannung**

Nimm dir Zeit, um erst etwas zur Verbesserung deiner Laune zu tun, bevor du mit dem Lernen beginnst.

Beispiele dafür sind:

- ✓ Lieblings-CD einlegen . Freue dich an ihr.
- ✓ Urlaubsfotos anschauen und Erinnerungen wecken.
- ✓ Ein Viertelstündchen mit Freund oder Freundin telefonieren und auf gute Gedanken bringen lassen.
- ✓ Lieblingstee zubereiten.
- ✓ Witze aus aktueller Zeitung lesen.
- ✓ Beiße auf einen Stift, den du dir quer in den Mund legst.
Dadurch verziehst du das Gesicht wie bei einem Lächeln und das regt im Gehirn nachweislich die Region an, die bei Freude auch angeregt wird

3. Motivation und Freude fördern

Um Kinder zum Lernen zu motivieren und die Freude dabei zu fördern, sind vier Dinge wichtig:

3.1 Positive Reaktion der Bezugspersonen

Das Kind muss die Erfahrung machen, dass seine Bezugspersonen positiv reagieren, wenn es sich zeitweise bemüht.

Leichter gesagt als getan

Es ist schwierig, zugewandt und liebevoll zu bleiben, wenn ein Kind sich verweigert, schimpft und frech ist. Schnell kann ein Teufelskreis entstehen.

- Gerade Kinder, die Schwierigkeiten beim Lernen haben, verhalten sich in der Lernsituation sehr herausfordernd.

- Es sind gerade diese stressigen Situationen, in denen Eltern am ehesten die Geduld verlieren, laut werden und sich vom Kind emotional distanzieren.
- Dabei wird das Lernen für Eltern und Kind immer stärker mit negativen Beziehungserfahrungen verknüpft. Bald haben beide bereits Magenschmerzen, wenn sie nur an die Hausaufgaben denken.

Auch wenn es schwierig ist, ist es wichtig geduldig und entspannt zu bleiben, denn für die Lernsituation, spielt die Beziehung zwischen dem Kind, seinen Eltern und Lehrkräften eine entscheidende Rolle. Um zu verstehen, warum dies so wichtig ist, soll kurz beleuchtet werden, warum Kinder lernen:

- Jedes Kind möchte zu seinen wichtigsten Bezugspersonen eine gute Beziehung haben. In den ersten Schuljahren lernen Kinder zu einem Großteil für ihre Eltern und Lehrkräfte. Sie möchten ihnen eine Freude bereiten und sie stolz machen - und sind gerne bereit, sich dafür anzustrengen.
- Wenn Kinder beim Lernen schöne Beziehungserfahrungen machen, baut sich leichter eine positive Haltung dem Lernen gegenüber auf. Sie empfinden das Lernen als etwas Schönes, wenn Eltern und Lehrpersonen ihnen in dieser Situation mit Wärme, Zuneigung und Wertschätzung begegnen. Durch eine angenehme Atmosphäre und positive Beziehungssignale der Bezugspersonen wird das Lernverhalten des Kindes verstärkt.

Kinder können positive Beziehungserfahrungen mit dem Lernen verknüpfen, indem Eltern während des Lernens bewusst:

- ... ihr Kind immer wieder anlächeln oder ihm bestätigend zunicken.
- ... in positiv verstärkende Richtung loben, z.B. „Schön, dass du heute selbstständig angefangen hast.“

- ... angenehmen Körperkontakt herstellen, indem sie ihrem Kind beiläufig über den Kopf streicheln oder den Arm tätscheln.
- ... ihm Verständnis für seine Gefühle entgegenbringen.
- ... zeigen, wie Sie sich über seine Fortschritte freuen.
- ... ihm den Rücken stärken, wenn es Fehler macht oder Misserfolge erlebt.

Jedes positive Beziehungssignal in der Lernsituation stärkt nicht nur das Kind, sondern vor allem seine Motivation für das Lernen. Das Kind beginnt, die Hausaufgaben wieder mit positiven Gefühlen zu verknüpfen und kann sich nach und nach besser darauf einlassen.

Schwierig wird es immer dann, wenn Kinder die Erfahrung machen: wenn ich die Hausaufgaben erledige oder lerne, sind meine wichtigen Bezugspersonen plötzlich ganz anders als sonst. In der Freizeit und beim Spielen verstehen wir uns gut, aber immer wenn es um die Hausaufgaben geht:

- ... sind meine Eltern ungeduldiger und angespannter.
- ... werden meine Eltern wütend auf mich.
- ... ist der Kontakt mit meinen Eltern kühler.
- ... atmen sie brunnentief.
- ... verdrehen die Augen oder reagieren gereizt, wenn ich einen Fehler mache.

Kinder, deren Bezugspersonen beim Lernen eher kühler, ängstlicher, ärgerlicher oder angespannter als in anderen Situationen reagieren, versuchen das Lernen bald zu vermeiden.

Es ist sinnvoll, sich in einem ersten Schritt ganz bewusst auf positive Beziehungssignale zu achten, sobald sich das Kind auf das Lernen einlässt. Das stärkt die Erfahrung: „Wenn ich lerne, verstehen meine Eltern und ich uns gut und haben Spaß!“

3.2 Erfolge und Fortschritte beim Lernen und bei den Hausaufgaben.

Wie beim Erlernen eines Instrumentes oder auch beim Sport fängt man mit leichteren Übungen an und steigert sich dann langsam. Auch in der Schule ist das so. Man fängt mit Additionen im 10er Raum an und steigert die Anforderungen dann langsam, sobald die meisten Schüler den Stoff verstanden haben.

Bei einigen entstehen Wissenslücken und diese führen zu Misserfolgen. Oft ist es bei Lernschwierigkeiten notwendig ein oder zwei Schritte im Stoff zurückzugehen und dort anzuknüpfen, wo das Kind den Stoff nicht mehr oder nur mangelhaft verstanden hat, um zu erreichen, dass sich Erfolg und Fortschritt einstellen.

3.3 Anstrengung lohnt sich!

Die Forschung zeigt, dass es gut ist, wenn Eltern hohe Erwartungen an ihre Kinder haben.

Diese müssen sich allerdings an den aktuellen Leistungen des Kindes orientieren. So haben viele Studien bewiesen, dass es die Motivation und die Leistung des Kindes erhöht, wenn Eltern die Leistungen des Kindes mit seinen vorherigen Leistungen und nicht mit denen der Klassenkameraden vergleichen.

In der Psychologie wird dies als Vergleich mit der individuellen Bezugsnorm bezeichnet. Bei einem Vergleich mit der Klasse handelt es sich dagegen um einen Vergleich mit der soziale Bezugsnorm.

Für schwächere Kinder ist ein Vergleich mit ihren vorherigen Leistungen wichtig. Sie können sich zunächst nur hinsichtlich dieser Norm verbessern.

Gemessen an der individuellen Bezugsnorm hat jemand eine gute Leistung erbracht, wenn er sich im Vergleich zu früher verbessert hat.

Gemessen an der sozialen Bezugsnorm hat jemand eine gute Leistung gezeigt, wenn er besser ist, als andere in der Vergleichsgruppe.

Wenn Sie die Erfolgszuversicht, die Anstrengungsbereitschaft und Leistung eines gefördert werden soll, gilt daher:

Je schwächer ein Kind in einem Fach ist, desto wichtiger ist es, ihm Rückmeldungen auf der individuellen Bezugsnorm zu geben.

Solche Rückmeldungen können lauten:

- Du hast schon viel weniger Groß- und Kleinschreibfehler gemacht als letztes Mal.
- Die 7 er-Reihe kannst du schon viel besser.
- Ich fand es toll, dass du dir so viel Mühe bei den Vorbereitungen auf die letzte Probe gegeben hast - ich möchte, dass du das diesmal wieder so machst.

Wünschenswert ist auch, dass Schüler nicht nur Noten unter ihren Proben finden würden, sondern auch Kommentare wie:

- Du hast dir dieses mal sehr viel Mühe gegeben! Weiter so!
- Kein einziges Mal „dass“ und „das“ verwechselt. Bravo! Schau beim nächsten Test noch mehr auf die Groß - und Kleinschreibung.
- Du hast die Wörter dieser Lektion sehr gut gelernt! Wenn du noch mehr darauf achtest, welche Zeitform die Verben haben, könntest du nochmals viele Fehler vermeiden. Ich kann dir dazu gerne Übungsblätter geben.

Aber auch:

- Du hast dich weiter verschlechtert. Ich weiß, dass du besser sein kannst, wenn du dir Mühe gibst, und ich erwarte, dass du dich wieder mehr anstrengst.

So wissen Schüler, dass man sich Lob und Anerkennung durch Anstrengung und individuelle Fortschritte verdienen kann und es sich daher lohnt sich anzustrengen.

Manchmal ist auch die Einführung eines Belohnungssystems sinnvoll:

- Wenn du jetzt gleich mit den Hausaufgaben anfängst, haben wir nachher noch Zeit zusammen etwas zu spielen, vorlesen, kuscheln....

Dies wäre eine direkte Belohnung und bei kleineren Kindern sicher zielführender

- Wenn Du 10 mal ohne Wiederworte mit deinen Hausaufgaben anfängst, gehen wir zusammen ins Kino, Eis essen.....

Bei dieser Belohnungsform, müsste das Kind schon ein bisschen Geduld aufbringen und empfiehlt sich eher für ältere Kinder.

3.4 Hintergründe für trotziges Verhalten des Kindes in der Hausaufgabensituation

Zuerst einmal sollte überlegt werden, warum das Kind mit Trotz auf die Hausaufgaben reagiert.

Wenn ein Kind anhaltend große Probleme mit dem Erledigen seiner Hausaufgaben hat, besonders stark blockiert scheint oder schon bei der Erwähnung die Fassung verliert oder sich verweigert, sollten Eltern dies ernst nehmen und mit dem Lehrer Rücksprache halten.

- Steckt dahinter eventuell eine echte Überforderung?

Im gleichen Maße demotivierend und frustrierend kann auch eine Unterforderung des Kindes wirken. Beides kann sich auf Dauer fatal auf das Selbstwertgefühl des Schulkindes auswirken, und zu einem regelrechten „Schulfrust“ oder gar Schulangst führen.

- Auch Probleme auf der sozialen Ebene, etwa wenn sich ein Schüler oder eine Schülerin im Klassenverband nicht wohlfühlt, können dazu führen, dass er oder sie alles, was mit dem Thema Schule verbunden wird, mit negativen Gefühlen reagiert.

Manchmal steckt hinter einem großen kindlichen Theater um die Schularbeiten auch einfach nur die Lust an elterlicher Zuwendung. Oftmals sehen sich Eltern gezwungen, tief in die Trickkiste zu greifen, um ihr Kind zum Lernen zu bewegen. Sie

- ... erklären, warum die Hausaufgaben wichtig sind und diese zu erledigen sind.
- ... trösten das Kind, wenn es aufgrund der schiereren Menge der Verzweiflung nahe ist.
- ... opfern viel Zeit, um ihr Kind zu motivieren.

All diese Verhaltensweisen sind verständlich und gut gemeint. Das Problem ist: Sie können den Widerstand des Kindes unbewusst verstärken.

Kinder haben eine ausgeprägte Wahrnehmung.

Wenn die Lernsituation sehr angespannt ist, lernen einige von ihnen unbewusst folgende Zusammenhänge:

- Wenn ich meine Mutter in Diskussionen verwickle, kann ich die blöden Hausaufgaben noch ein wenig aufschieben
- Solange ich bei den Hausaufgaben bocke, beschäftigen sich meine Eltern ausschließlich mit mir. Wenn ich es ohne Murren mache, haben meine Eltern schnell etwas anderes zu tun.
- Wenn ich jammere, tröstet mich mein Vater und hilft

mir. Dann habe ich Zeit mit Papa und bin schneller mit den Aufgaben fertig.

Kurzum:

Das Kind zieht aus seinem Widerstand unbewusst einen Nutzen.

In einem ersten Schritt soll ein besseres Klima entstehen, durch bewusste Zuwendung, Wertschätzung und Wärme für das Kind, sobald es sich auf das Lernen einlässt.

In einem zweiten Schritt bietet sich folgende Strategie an:

- Den Widerstand ins Leere laufen lassen
- Folgende Regel einführen: „Ich unterstütze dich gerne bei den Aufgaben, aber nur, wenn du dich auf sie einlässt.“
- Abmachung treffen: „Wenn Du jetzt Deine Aufgaben selbstständig erledigst, kann ich diese Zeit nutzen, um meine Sachen fertig zu machen. So haben wir hinterher noch zusammen Zeit für...!“

In der nächsten Hausaufgabensituation standhaft bleiben und bewusst darauf achten, sich nicht mehr in Diskussionen verwickeln zu lassen. Beispiel :

Kind : „Ach Mama, ich hab echt keine Lust das zu machen!
Das ist so viel, da werd ich ja nie fertig.“

Mutter: „Hmm, ich glaube du bist nicht bereit zu arbeiten. Ich gehe und kümmere mich ums Essen. Ruf mich, wenn du bereit bist, anzufangen.“ (steht auf und geht)

Kind (trotzig): „Okay, ich mach ja schon!“

Mutter: „Ich glaube, du brauchst etwas Zeit, um runterzukommen. Ich gehe jetzt in die Küche und ich möchte, dass du mich erst rufst, wenn du wirklich bereit bist, mitzumachen.“ (geht aus dem Zimmer).

Kind ist ziemlich überrascht: Das hat es nicht erwartet. Da ist

niemand mehr, mit dem es wütend sein kann. So beschäftigt es sich eine Zeit lang mit seinem Comic, aber es ist ihm nicht ganz wohl dabei - nach zwanzig Minuten holt es seine Mutter mit der Bitte: „Mama, kannst du mir helfen?“

Alternativ könnten sie auch sagen: „Ich habe genau jetzt Zeit, dich bei den Hausaufgaben zu unterstützen. Ich hole uns ein Glas Wasser. Du überlegst bis dahin, ob du es jetzt mit mir oder später alleine machen willst. Ich bin nur bereit dir zu helfen, wenn du mitmachst.“

Viele Eltern befürchten, dass Ihr Kind diese Situation ausnutzen könnte und die Hausaufgaben gar nicht mehr erledigt. Oder, bei älteren Kindern, dass es sie einfach am Morgen von einem Klassenkameraden abschreibt. In diesem Fall ist es möglich der Lehrperson einen kurzen Vermerk ins Kontaktheft schreiben, z.B. „Thomas hat sich heute geweigert, die Aufgaben zu erledigen.“ Sobald wir die Verantwortung für die Hausaufgaben stärker an das Kind zurückgeben, stellen wir meist erstaunt fest: Das Kind möchte die Hausaufgaben eigentlich gerne erledigt haben. Sei es, weil es die Lehrperson nicht verärgern möchte, sei es, weil es keine Strafarbeit erhalten will, sei es, weil es sich nicht vor den anderen Kindern blamieren will.

Oftmals sind Kinder jedoch so damit beschäftigt, sich gegen ihre Eltern aufzulehnen, dass sie diesen inneren Wunsch gar nicht mehr wahrnehmen können. Kinder und Jugendliche geben die Verantwortung eher ab, je mehr sie das Gefühl bekommen: „Meinen Eltern sind die Hausaufgaben eigentlich wichtiger als mir.“ Die Verantwortung für die Hausaufgaben, sollte aber unbedingt dort bleiben wo sie hingehört, nämlich beim Kind.

4. Übungen aus der Lerntherapie-Fortbildung zur Verbesserung der Hausaufgabensituation

- Energieregler
- Ausrichtung/Orientierung
- Entspannungstechnik
- Spezielle Lerntechniken, z.B. 1x1 Übung nach Stefan Reiner

5. Zusammenfassung

Dass Eltern sich in die Hausaufgaben ihrer Kinder einbringen, ist selbstverständlich. Oftmals geschieht dies aus einem großen Druck heraus. Vielleicht haben sie Angst, dass ihr Kind den Anschluss verliert, wenn es die Hausaufgaben nicht erledigt hat. Oder sie möchten nicht, dass ihr Kind vor der Lehrperson blöd da steht.

Wenn Eltern allerdings vermehrt auf die Anschaltknöpfe des Gehirns und auf einen Arbeitsplatz mit wenig Ablenkung achten und je besser es Eltern gelingt, die Hausaufgaben nicht um jeden Preis durchziehen zu wollen und Ihr Kind zur Not auch einmal mit ungemachten Aufgaben in die Schule gehen zu lassen, desto mehr Eigenverantwortung kann ihr Kind entwickeln.

Dabei helfen folgende Leitsätze:

- **Die Beziehung zu meinem Kind ist das Wertvollste, das ich ihm geben kann. Die Hausaufgaben sind es nicht Wert, die Beziehung zu meinem Kind aufs Spiel zu setzen.**
- **In welcher Stimmung wir lernen, ist wichtiger als, dass das Blatt XY fertig wird.**
- **Ich möchte, dass mein Kind das Lernen mit positiven Erfahrungen verknüpfen kann.**
- **Jedes Mal, wenn wir Kämpfe austragen, untergraben wir die Lernmotivation.**

6. Quellenangabe

Grolimund, Fabian: Mit Kindern lernen (2016)

Komarek, Iris: Ich lern einfach (2010)