



## Zu Hause lernen mit Kindern – wie kann das gut gelingen?

Im Moment stehen Eltern neben vielen anderen Herausforderungen erneut vor der Aufgabe, ihre Kinder beim Lernen zu unterstützen, da die Schulen wieder geschlossen sind.

Nachfolgend möchten wir Ihnen dazu einige Hinweise und Tipps geben:

### 1. Überfordern Sie sich nicht

Sie müssen nicht die Arbeit der Lehrkräfte ersetzen. Es geht vor allem darum, ihre Kinder beim Lernen so gut es geht zu begleiten. Ein friedliches Miteinander in der Familie sollte dabei an erster Stelle stehen.

### 2. Kontaktieren Sie bei Bedarf die Schule

Wenden Sie sich bei Fragen telefonisch oder per E-Mail an die Lehrkraft oder die Schule oder ermuntern Sie Ihr Kind, dies zu tun.

### 3. Schaffen Sie die richtige Arbeitsatmosphäre für das häusliche Lernen

Für die Konzentration auf das Lernen ist es hilfreich, wenn der Arbeitsplatz möglichst wenige Ablenkungen bietet. Daher sollten Spielsachen oder das Handy außer Sichtweite sein, um nicht unnötig abzulenken.

### 4. Verlässliche Tagesstrukturen helfen

Grundsätzlich geben feste Tagesstrukturen Klarheit und Sicherheit. Sollten sich diese nicht aus den Vorgaben der Schule für den Distanzunterricht ergeben, ist es hilfreich, diese für Ihr Kind zu schaffen und die gewohnten Alltagsstrukturen (aufstehen, Mahlzeiten, zu Bett gehen etc.) weitgehend beizubehalten. Besprechen Sie mit Ihrem Kind, wann welche Aufgaben bearbeitet werden und planen Sie dabei Pausen und Bewegungszeiten ein. Pausen sind wichtig zur Erholung, aber auch, weil sich das Gehirn das Gelernte in Pausen weiter einprägt. Dabei sollte das Gehirn eine „digitale Pause“ machen! Stattdessen sorgen frische Luft und Bewegung für eine Alternative zum Schulweg und der Hofpause. Überlegen und besprechen Sie gemeinsam mit Ihrem Kind, wie die Umsetzung des Plans funktioniert und ändern Sie ihn bei Bedarf.

### 5. Sorgen Sie für Abwechslung beim Lernen

Lernphasen, bei denen neue Inhalte erarbeitet werden, sollten sich mit Phasen, in denen bereits Gelerntes wiederholt und gefestigt wird, abwechseln. Außerdem sollten sich Lese- und Schreibaufgaben, digitales Lernen und Gespräche über die Inhalte abwechseln. Dies hilft auch, sich Erfolge zu verdeutlichen und die Motivation aufrechtzuerhalten. Ein „Lerntagebuch“ kann zusätzlich dabei helfen, evtl. auch verknüpft mit einem „Belohnungsplan“.

### 6. Helfen Sie bei der Planung und Strukturierung der Lernaufgaben

Kinder schätzen ihre Leistungs- und Konzentrationsfähigkeit nicht immer realistisch ein. Helfen Sie Ihnen daher, sinnvoll und strukturiert zu arbeiten und zu üben. Dabei ist es besser, häufiger und kürzer zu arbeiten als „viel zu erledigen“.



Was macht das Lernen schwer, was erleichtert es?

Wodurch wird Lernen schwer gemacht?	Wodurch wird Lernen leicht gemacht?
Durch passives Lesen	Aktives Lernen: sich Fragen zum Stoff stellen und Antworten suchen
Sich in Details verlieren	Wesentliches von Unwesentlichem unterscheiden
Wiederholungen vermeiden	Häufige Wiederholungen des Stoffes in der Lernphase
Ausweichverhalten	Diversen Ablenkungsmanövern widerstehen
Vor-sich-hin-Lernen ohne Lern- und Zeitplan	Erstellung eines Lern-Zeit-Konzeptplans
Lernbeginn von Stimmung und Laune abhängig machen	Mit dem Lernen beginnen, auch wenn es gerade schwer fällt

### 7. Stellen Sie sich auf Konflikte ein

Trotz aller Bemühungen und besten Absichten: Schule macht – auch zu Hause – nicht immer Spaß und nicht jedes Kind arbeitet immer freiwillig und motiviert. Außerdem fehlen ihren Kindern die sozialen Kontakte zu Gleichaltrigen und bestimmt auch die Kontakte zu vielen Lehrkräften! Am besten vereinbaren Sie im Vorfeld schon, wie Ihr Kind und Sie damit umgehen wollen, wenn Sie sich wegen der Schularbeiten streiten. Wenn der Ärger zu groß wird, unterbrechen Sie die Lernzeit. In einem „aufgeregtem Gehirn“ ist sowieso kein Platz für Lerninhalte! Streit und Konflikte gehören zum Familienleben dazu – sich darauf einzustellen, gemeinsam nach Lösungen zu suchen und sie umzusetzen, wird die Kommunikation und die Beziehung sogar stärken!

### 8. Sparen Sie nicht mit Lob und Zuwendung

Zeigen Sie Interesse für das, was Ihr Kind erarbeitet hat und loben Sie es für seine Anstrengungsbereitschaft und seinen Einsatz. Dabei ist nicht wichtig, dass immer alle Aufgaben fehlerfrei bearbeitet werden! Und klopfen Sie sich und Ihrer Partnerin oder Ihrem Partner regelmäßig für die geleistete Arbeit im „Home-Schooling“ auf die Schulter!

### 9. Denken Sie auch an sich

Vergessen Sie nicht Ihre eigenen Bedürfnisse und planen Sie nach Möglichkeit Auszeiten ein, in denen Sie sich ausruhen können und Tätigkeiten nachgehen, die Ihnen gut tun. Meist sind wir auch hilfreicher für andere, wenn wir unsere eigene Batterie regelmäßig aufladen!

Die Mitarbeiterinnen der Schulpsychologischen Beratungsstelle stehen gerne für individuelle telefonische Beratungen zu allen Fragen rund um das Thema „Zu Hause lernen“ zur Verfügung.

