

# Clever lernen

In vielen Familien führen Hausaufgaben und Lernen zu Konflikten. Im folgenden Interview erklärt Lerncoach Katrin Piazza, was Kindern dabei hilft und für mehr Entspannung im Alltag sorgt.

## **Die Motivation spielt für die schulische Entwicklung von Kindern eine grosse Rolle. Wie können Eltern ihr Kind fürs Lernen motivieren?**

Wir Menschen lassen uns durch vier Bedürfnisse zum Handeln motivieren: Wir wollen Angenehmes und Spannendes erleben, streben nach positiven Beziehungserfahrungen, wünschen uns Anerkennung und Wertschätzung und nicht zuletzt wollen wir unsere Kompetenz zeigen. Eltern können ihr Kind zum Lernen motivieren, wenn sie diese vier Bedürfnisse beachten. Führen Hausaufgaben und Lernen ständig zu Stress oder macht ein Kind in einem Lernbereich immer negative Erfahrungen, wirkt das demotivierend. Wird es zum Beispiel beim Lesen häufig kritisiert, wird es noch weniger lesen wollen und vermeidet diese Lernsituation zunehmend. Kinder brauchen Erfolgserlebnisse. Deshalb kann es sich zeitweise lohnen, wenn sich die Eltern voll auf die Stärken des Kindes fokussieren, anstatt permanent auf seinen Schwächen herumzureiten. Insbesondere für ein Kind mit Lernschwierigkeiten ist es wichtig, dass die Eltern

es für seine Bemühungen und die kleinen Fortschritte loben, auch wenn es noch keine Glanznoten erreicht. Nicht klug ist es, wenn Eltern ihr Kind ständig mit anderen Kindern oder dem Klassendurchschnitt vergleichen. Schade ist, wenn Eltern ihr Kind ausschliesslich aufgrund seiner schulischen Leistungen beurteilen. Natürlich machen sie sich Sorgen, wenn diese nicht ihren Vorstellungen entsprechen, doch eine schlechte Note in der Primarschule sagt noch nichts über den weiteren Weg eines Kindes aus.

## **Lesen ist nicht nur für die Sprachentwicklung und das Textverständnis wichtig, sondern auch für die Mathematik. Wie kann man Kinder fürs Lesen begeistern?**

Indem die Eltern ihrem Kind von klein auf Bücher vorlesen, selber viel lesen und ihm Bücher offerieren, die seinen Interessen entsprechen. Das können auch Sachbücher oder Magazine sein. Ich empfehle, Lektüre stets zur freien Verfügung zu stellen, die elektronische Unterhaltung dagegen zu rationieren.



Lerncoach Katrin Piazza

Die Primarschulzeit ist eine gute Zeit, um positive Gewohnheiten zu entwickeln, zum Beispiel das Lesen vor dem Einschlafen. Manche Kinder erwärmen sich dafür, wenn sie eine Viertelstunde länger wach bleiben und im Bett noch lesen dürfen.

## **Wie können Eltern ihr Kind bei den Hausaufgaben und beim Lernen sinnvoll unterstützen?**

Hier lautet meine Devise: am besten wenig, aber richtig. Viele Eltern tendie- ▶

# Bad Hair Day?



**HIRSANA® Goldhirse-Öl-Kapseln** machen das Beste aus Ihrem Haar!



# HIRSANA®

In Apotheken und Drogerien | [www.hirsana.ch](http://www.hirsana.ch)

ren dazu, ihrem Kind zu schnell zu helfen und machen die Hausaufgaben zu ihrem eigenen Problem. Anstatt sofort Lösungen zu präsentieren, können Eltern ihr Kind fragen: «Wie würdest du das angehen?» oder: «Wie könnte der Lösungsweg aussehen?» So wird das Kind angeregt, zuerst selber zu überlegen. Manchmal hilft auch der Hinweis: «Du kannst zu mir kommen, wenn du den ersten Schritt gemacht hast und nicht mehr weiter kommst». Eltern sollen ihrem Kind signalisieren, dass sie für es da sind, aber dass es primär selbst für seine Aufgaben zuständig ist. Kontraproduktiv ist, wenn die Eltern die Hausaufgaben für ihr Kind lösen. Dazu lassen sich manche Eltern verleiten, wenn das Kind sehr viele Aufgaben hat. Übersteigt die Menge der Aufgaben die empfohlenen zehn Minuten pro Schuljahr, rate ich Eltern, das Gespräch mit der Lehrperson zu suchen. Solches Feedback ist auch für die Lehrperson hilfreich.

#### **Was empfehlen Sie Eltern, wenn es bei den Hausaufgaben immer wieder zu Streit kommt?**

In diesem Fall kann eine Hausaufgabenhilfe – etwa ein Babysitter aus der Nachbarschaft – die Situation entspannen. Kommt es beim Lernen immer wieder zu Streit, lernt das Kind vor allem eines: Lernen ist unangenehm und führt zu Stress.

#### **Wie lernt das kindliche Gehirn am besten?**

Unser Gehirn ist eine eigentliche Lernmaschine. Idealerweise lernen wir über Neugier und indem wir unseren Interessen nachgehen können. Kinder lernen dann besonders viel, wenn ihr Wissenshunger im richtigen Moment mit dem richtigen Futter gestillt wird. Manche Kinder entwickeln Interessen abseits des Schulstoffs, denen sie ebenfalls nachgehen sollen. Um gut zu lernen, braucht das Kind ausreichend Schlaf und Erholung. Es lernt von klein auf im freien Spiel mit anderen Kindern viel und wenn es Erfahrungen in der Natur machen oder seinen Entdeckergeist ausleben darf.

#### **Warum ist unser Gehirn beim Lernen auf Wiederholungen angewiesen?**

Ja, weil wir automatisch vergessen.

Durch das Repetieren von Lernstoff kann das Gelernte besser abgespeichert werden. Wirksam sind häufige Wiederholungen in kurzen Abständen. Wenn sich noch 80 Prozent des Lernstoffes im Gedächtnis befinden, ist der Aufwand fürs Repetieren relativ gering. Warten wir aber drei Tage mit dem Lernen, ist in der Regel nur noch weniger als ein Drittel des Gelernten präsent – und wir müssen uns alles nochmals erarbeiten. Ständiges Wiedererarbeiten ist mühsamer als sich daran erinnern. Ich empfehle

#### **Wertvolle Tipps zum Thema clever Lernen**

Auf ihrer Website hat Katrin Piazza zahlreiche Tipps zusammengestellt, die dazu beitragen können, den Lernfrust in Lernfreude zu verwandeln. Sie bietet auch Workshops für Eltern (z. B. «Schluss mit Hausaufgabenstress»), «Keine Angst vor dem Schulstart» oder «Kinder fit machen für die Prüfung») oder Kinder und Jugendliche an (z. B. «Clever lernen»): [www.katrinpiazza.ch](http://www.katrinpiazza.ch) Ebenfalls empfehlenswert ist die Website [www.mit-kindern-lernen.ch](http://www.mit-kindern-lernen.ch) der Akademie für Lerncoaching, die von Fabian Grolimund, Nora Völker und Stefanie Rietzler geleitet wird. Die Website enthält einen Online-Kurs: «Mit Kindern lernen».

deshalb in kurzen Abständen zu wiederholen, am besten zum ersten Mal innerhalb von 24 Stunden. Nach fünf bis acht Wiederholungen sitzt die Information bei den meisten Kindern. Für Primarschüler wäre es ideal, wenn sie sich am gleichen Tag noch einmal kurz mit dem Stoff beschäftigten, den sie gerade in der Schule gelernt haben.

#### **Welche Rolle spielen die Sinne beim Lernen?**

Wir nehmen die meisten Informationen über die Augen auf. Doch fürs Lernen sind alle Sinne wichtig. Das Kind kann zum Beispiel den Lernstoff jemandem erklären, ihn als Mindmap oder Lernposter aufzeichnen oder ein Quiz darüber schreiben. Manchen Kindern hilft es, wenn sie während des Auswendiglernens hin und her gehen können. Der vielfältige Einsatz der Sinne wirkt sich positiv aus.

#### **Wie lange können sich Kinder und Jugendlichen konzentrieren?**

Fünf- bis Siebenjährige im Schnitt 15 Minuten, Sieben- bis Zehnjährige etwa 20 Minuten, Zehn- bis Elfjährige etwa 25 Minuten und Zwölf- bis Fünfzehnjährige etwa eine halbe Stunde am Stück. Um effizient zu lernen, brauchen Kinder kurze Pausen, bevor sie müde sind.

#### **Wie lange sollte eine angemessene Pause sein?**

Drei bis fünf Minuten reichen nach zwanzig Minuten Konzentration aus. In den Pausen kann das Kind etwas trinken oder etwas tun, das es leicht unterbrechen kann, zum Beispiel Trampolin springen, musizieren, Musik hören, tanzen oder Puzzle machen. Nicht geeignet sind fernsehen oder am Computerspielen. Danach lassen sich Kinder meist nur schwer fürs Weiterlernen motivieren. Nach zwei bis drei Lerneinheiten à 20 Minuten ist eine längere Pause von etwa einer Stunde nötig.

#### **Was fördert respektive was hindert die Konzentration?**

Das ist sehr individuell, die einen lernen bei Musik besser (solange sie nicht auf den Text hören), andere brauchen absolute Ruhe. Hilfreich ist ein gut eingerichteter Arbeitsplatz. Viele kleine Kinder lernen am liebsten in der Nähe der anderen Familienmitglieder. Hier kann ein Korb sinnvoll sein, der alles nötige Material enthält. Smartphones und Tablets im Raum wirken sich negativ aufs Lernen aus, selbst wenn sie abgestellt sind; denn die Aufmerksamkeit wandert schnell zu diesen Geräten.

#### **Wie können sich Kinder optimal auf eine Prüfung vorbereiten?**

Eine gute Vorbereitung gelingt, wenn sich das Kind frühzeitig vorbereitet, den Lernstoff in kleine Portionen aufteilt und mehrmals repetiert. Es reicht oft nicht aus, sich die Theorie nochmals anzuschauen, wichtiger sind Übungen zum Stoff. Das Kind kann sich mögliche Prüfungsfragen überlegen, eine Prüfung für einen Lernpartner formulieren oder einem Familienmitglied das Gelernte erklären.

Susanna Steimer Miller