



Lernen will gelernt
sein!

Inhalte des heutigen Abends

- ▶ Lernen, wie funktioniert das?

- ▶ Die wichtigsten Lerntricks

- ▶ Tägliche Herausforderungen des Lebens:

Mein Kind bräuchte Hilfe, aber kann sie nicht annehmen

Mein Kind gibt auf, wenn eine Aufgabe schwierig oder lang scheint

- ▶ Was können Sie mitnehmen?

Lernen – wie funktioniert das?

- ▶ Lernen bedeutet, dass sich im Gehirn Synapsen bilden.
- ▶ Zum Bilden von Synapsen braucht das Gehirn:
 - Wasser, Nährstoffe (Vitamine, Mineralstoffe, gute Fette)
 - Endorphin, das Hormon der Freude
 - Selbstvertrauen: Die Überzeugung, dass die Lernaufgabe machbar ist
- ▶ Lernen ist intensiver, je vernetzter es ist.
- ▶ Jedes Gehirn liebt Gewohnheiten.

Grundlegende Lerntipps:

- ▶ Rituale zum Lernstart erleichtern das Lernen.
- ▶ Je mehr Lernen Spaß macht, desto nachhaltiger ist es.
- ▶ Der wichtigste Lerntrick ist die Einbindung aller Sinne:
Laut lesen ist besser als leise lesen.
Unterstreichen oder Schreiben wichtiger Wörter ist effektiver als lesen.
Mit eigenen Worten erklären ist besser als Wiederholen fremder Worte.
- ▶ Pausen sind wichtig. Öfter kurz lernen ist effektiver als lange am Stück lernen.
- ▶ Entspannt über das eigene Lernen nachdenken können ist Voraussetzung für Veränderung.

Mein Kind braucht Hilfe – und
wenn ich helfen will, regt es sich
auf....

Das können Sie probieren:

- ▶ Passen Sie Ihren Tonfall nicht dem Ihres Kindes an 😊
- ▶ Formulieren Sie klar, die Bedingungen des Lernens:
Ich helfe dir, wenn du bereit bist, mir in Ruhe zuzuhören.
Wenn das nicht geht, dann lassen wir das im Moment ruhen.
- ▶ Wechseln Sie zum Erklären oder Üben den Ort, setzen Sie sich zum Beispiel auf das Sofa.
- ▶ Wenn die Situation öfter eskaliert, besprechen Sie die Situation vorab oder in einer ruhigen Minute.
- ▶ Lassen Sie, wenn möglich, auch mal jemand anderen helfen.

Mein Kind sieht eine besonders
schwierige oder lange Aufgabe
und gibt sofort auf...

Das können Sie probieren:

- ▶ Kommentieren Sie es in der akuten Situation nicht, sondern bleiben Sie bei dem Kind und warten Sie ab.
- ▶ Schreiben Sie die Zeit auf, in der das Kind wirklich an der Aufgabe arbeitet. Und zeigen Sie das danach dem Kind.
- ▶ Decken Sie die Hälfte der Arbeit zu.
- ▶ Markieren Sie einzelne Aufgaben auf dem Blatt und lassen Sie das Kind damit beginnen.
- ▶ Setzen Sie – mit vorheriger Absprache mit Kind und Lehrkraft – einen zeitlichen Rahmen. Nach Ablauf endet das Arbeiten an der Aufgabe.

Was können Sie mitnehmen?

- ▶ Gelassenheit, Ruhe, Vertrauen – und das sichere Wissen, dass nicht Sie lernen müssen, sondern ihr Kind 😊
- ▶ Achten Sie auf eine positive Sprache
- ▶ Wenn Sie etwas verändern möchten, wählen Sie eine Sache aus und konzentrieren Sie sich darauf.
- ▶ Besprechen Sie das Problem in einem ruhigen Moment mit Ihrem Kind und lassen Sie auch Ihr Kind eine Lösung vorschlagen.
- ▶ Und: Sollten Sie frustriert sein, zeigen Sie das nicht Ihrem Kind. Es nimmt ihn auf und lernt damit schlechter.