

Wie können Eltern ihren Kindern im Gymnasium helfen?

1 Schaffen Sie ein positives Lernklima:

- 1.1 Fördern Sie eine positive Einstellung Ihres Kindes zur Schule!
- 1.2 Versuchen Sie ein distanzierter verständiger Zuhörer zu sein, wenn Ihr Kind von Schwierigkeiten in der Schule erzählt.
- 1.3 Kontrollieren Sie sich, welche Anforderungen, Haltungen, Erwartungen, Einstellungen Sie an Ihr Kind herantragen und fragen Sie sich, warum Sie diese haben.
- 1.4 Vergleichen Sie Ihr Kind nicht mit Mitschülern, und werfen Sie ihm nicht deren bessere Leistungen vor.

2 Was Sie bei den Hausaufgaben beachten sollten:

- 2.1 Helfen Sie Ihrem Kind, dass es lernt, sich die Hausaufgaben einzuteilen.
- 2.2 Passen Sie die Hausaufgaben dem Tagesrhythmus und den Bedürfnissen Ihres Kindes an.
- 2.3 Achten Sie auf Einteilung der Hausaufgabe, die Anfertigungszeit und den Lerneffekt.
- 2.4 Achten Sie auf den Arbeitsplatz Ihres Kindes.
- 2.5 Geben Sie eine vernünftige Hausaufgabenhilfe, die das Kind zum selbstständigen Arbeiten erzieht.

3 Achten Sie bei Ihrem Kind auf eventuelle Anzeichen von Überforderung

- 3.1 Fällt Ihnen bei Ihrem Kind auf, dass es aggressiv wird, Hass auf Lehrer und Schule hat, trödelt, passiv ist, resigniert, sich zurückzieht, „träumt“, außerschulische Interessen stark in den Vordergrund rücken, auf frühere, kindliche Verhaltensweisen zurückfällt?

4 Wie Sie Ihrem Kind helfen können, dass es besser mit seiner Angst fertig wird:

- 4.1 Kinder behaupten oft: „Zu Hause kann ich es, bei der Probe fällt mir nichts mehr ein.“

Natürlich spielt die Prüfungsangst eine leistungsmindernde Rolle, aber überprüfen Sie, ob daheim nicht andere Anforderungen gestellt werden als in der Schulaufgabensituation. Dies betrifft die Art der Lernkontrollen, die Aufgabenstellung, die Transferleistung, die Schnelligkeit der Aufgabenerledigung und die Menge der Hilfestellungen.

- 4.2 Manche Eltern und Schüler meinen, Angst müsse man unterdrücken. Die Folgen können sein: Einschlafstörungen, Verhaltensstörungen, neurotische Verhaltensweisen. Helfen Sie Ihrem Kind, dass es lernt, immer wieder und möglichst konkret seine Angst zu artikulieren.

- 4.3 Angst bei Prüfungssituationen hängt oft zusammen mit der Erwartungshaltung der Eltern. Fragen Sie sich: „Was erwarte ich von meinem Kind und wie reagiere ich auf seine Misserfolge?“

- 4.4 Wissenslücken erzeugen Unsicherheit, Unsicherheit führen zu Angst, Angst führt zu Versagen, Versagen schafft wieder Angst für die nächste Probe. Achten Sie darauf, dass Ihr Kind von Anfang an mitarbeitet und dass keine Lücken entstehen.

- 4.5 Angst hängt immer zusammen mit Verspannung, Verkrampfung, Stress. Treiben Sie Ihr Kind nicht in eine hektische Probenvorbereitung. Schaffen Sie vor der Probe eine entspannte Situation.

5 Worauf Sie achten müssten, wenn Ihr Kind sich nicht recht konzentrieren kann:

- 5.1 Man braucht nicht zur Konzentration erziehen, sondern man soll die Voraussetzungen dafür nicht verhindern.

Fragen Sie sich: „Wie bin ich meinem Kind gegenüber (nervös, unruhig, ungeduldig, dirigierend, eingreifend usw.)?“

Fragen Sie sich: „Wie war ich immer schon meinem Kind gegenüber?“

5.2 Ein Kind hat eine unwillkürliche Aufmerksamkeit (ohne Willen) durch Freude, Lust, „weil es schön ist“, aus Freude am Spiel usw.

Ein Kind braucht aber auch eine willkürliche Aufmerksamkeit (mit Willensanstrengung).

Es muss altersentsprechende Aufgaben übernehmen können, obwohl von der Tätigkeit keine Lust ausgeht. Es muss eine Aufgabe zu Ende führen können, obwohl sie keinen Spaß macht.

Angst vor Strafe, Schimpfen, Tadel, Angst vor Liebesverlust sind ungeeignete Mittel, um Ihr Kind in diese Richtung zu bewegen. Lob, Belohnung, Zuwendung, Anerkennung sind das Richtige.

Wichtig aber ist: Zuerst müssen die elementaren Bedürfnisse (Geborgenheit, Spiel, Bewegungsfreude, soziale Anerkennung, usw.) gestillt sein, dann erst kann man darüber Anforderungen und echte Leistungshaltung aufbauen.

Ist dies nicht der Fall, brechen diese primären Bedürfnisse immer wieder durch (Trödeln, Verspieltheit, Unruhe usw.).

Fragen Sie sich: „Hat mein Kind schon immer genügend Möglichkeit gehabt, sich ‚auszuleben‘?“

5.3 Konzentrationsschwierigkeiten sind oft sichtbarer Ausdruck seelischer Konflikte, ebenso wie Kopfschmerzen, Verhaltensauffälligkeiten usw.

Überlegen Sie sich: „Worunter könnte mein Kind leiden?“
