

## HR Dr. Josef Zollneritsch

Abteilungsleiter

Schulpsychologie & Schulärztlicher Dienst

---

A-8011 Graz, Körblergasse 23, Postfach 663

E-mail: josef.zollneritsch@bildung-stmk.gv.at

Tel. 05/0248-345-199, Fax 05/0248-345-455

### WIE UNTERSTÜTZE ICH MEIN KIND BEIM LERNEN?

Jetzt, wo das Schuljahr bereits voll in Gang ist, drehen sich viele Anfragen an den Schulpsychologen um das Lernen.

"Mein Kind mag nicht lernen", "Mein Kind lernt nur, wenn ich daneben sitze", "Mein Kind hat nie lernen gelernt", "Mein Kind trödelt immer während des Lernens": Solche und ähnliche Fragen höre ich sehr oft.

Dabei ist die Lernfreude ALLEN Menschen grundgelegt. Jeder Mensch hat Lernpotentiale und jeder Mensch wächst an Aufgaben, die seiner Begabungsstruktur entsprechen. Jeder Mensch hat Freude am Erfolg. Wir alle sind auf Lob und Bestärkung angewiesen, erfolgreiche Betriebe arbeiten daher systematisch daran, Stärken zu stärken.

Die Freude am Lernen muss systematisch gepflegt werden. Die Möglichkeit zu lernen ist ein hohes Gut, Kompetenzzuwächse sind sichtbar zu machen und haben die Aufgabe, das Leben zu erleichtern bzw. zu bereichern. Allerdings geht es beim Lernen nicht darum, Inhalte stur auswendig zu lernen (dies möglicherweise ohne persönlichen Sinn), nur damit diese bei einer Prüfung heruntergeleiert werden.

Lernen hat viel damit zu tun, dass jemand für sich selbst Verantwortung übernimmt. Unsere Schüler sind oft in erschreckender Weise unselbständig. Viele Eltern glauben, dass dagegen nur der "Nürnberger Trichter" hilft, was die Unselbständigkeit oft noch erhöht. Viele Schüler haben nie erfahren, dass Lernen nur dann funktioniert, wenn ich mich selbst in einem Höchstmass involviere. Und viele Schüler haben auch nie Lernen gelernt.

Der Aufbau von Lernfähigkeit ist ein Prozess, der am ersten Schultag beginnen sollte. Die Aufgaben z. B. soll das Kind möglichst alleine machen, sie sind nämlich ein Rückmeldeinstrument für die Lehrerin. Für Eltern gilt vom ersten Schultag an: Nur wenn ich meinem Kind vertraue, kann ich ihm etwas zutrauen, z. B. auch schulische Belastungen zu bewältigen.

Lernen heißt wiederholen und organisieren. Nur wenn mir klar ist, was ich bis zu welchem Zeitpunkt zu lernen habe, kann ich mich entsprechend planvoll vorbereiten. Dabei gilt, wesentliche Inhalte in möglichst kleinen Dosen regelmäßig zu wiederholen. Büffeln ist wertlos. Lernen darf nie zu Langweile und Ermüdung führen. Daher ist eine gute Zeiteinteilung von größtem Wert. Menschen lernen nur in jenen Tagesphasen gut, in denen der Biorhythmus eine gute Aufnahmefähigkeit garantiert. Die besten Zeiten ganz allgemein sind der frühe Vormittag und der spätere Nachmittag. Lernen unmittelbar vor Prüfungen erhöht den Stress und kann die "Black out" Gefahr vergrößern. Nur was in unserem Langzeitgedächtnis verankert ist, kann auch verlässlich in Stresssituationen reproduziert werden.

Viele Schüler schleppen Verständnislücken vor sich her und vermeiden umso mehr, diese Lücken zu überwinden. Daher ist es bei aufgetretenen Problemen unabweisbar, jene Defizite einmal rasch zu beseitigen (z. B. durch das Anlegen einer Fehlerkartei). Diese erhöht dann wieder die Lernmotivation.

Ein gutes Verhältnis zwischen Freizeit, Erholung, Lernphasen sowie Schlaf ist Grundvoraussetzung für den Lernerfolg. Vor allem ein zu hoher Fernseh- und Computerkonsum ist gerade bei kleineren Kindern sehr schädlich. Die Aufgabe von Eltern ist es, für eine bestmögliche Abstimmung der schulfreien Zeit zu sorgen, jedoch unter Berücksichtigung einer maximalen *Eigenverantwortlichkeit* und *Selbständigkeit* unserer Kinder. Nicht zuletzt: Der Humus, damit das alles funktionieren kann, ist eine gute Beziehungskultur. "Wenn ich jemanden so nehme wie er ist, mache ich ihn fähig, sich zu verändern". Bei allen Problemen mit der Schule: Eine gute und tragfähige Beziehungsbasis ist die Grundlage für Lernfähigkeit

Weiterführenden Rat bzw. Unterstützung bei Lernschwierigkeiten bieten die Schulpsychologischen Beratungsstellen in der Steiermark.