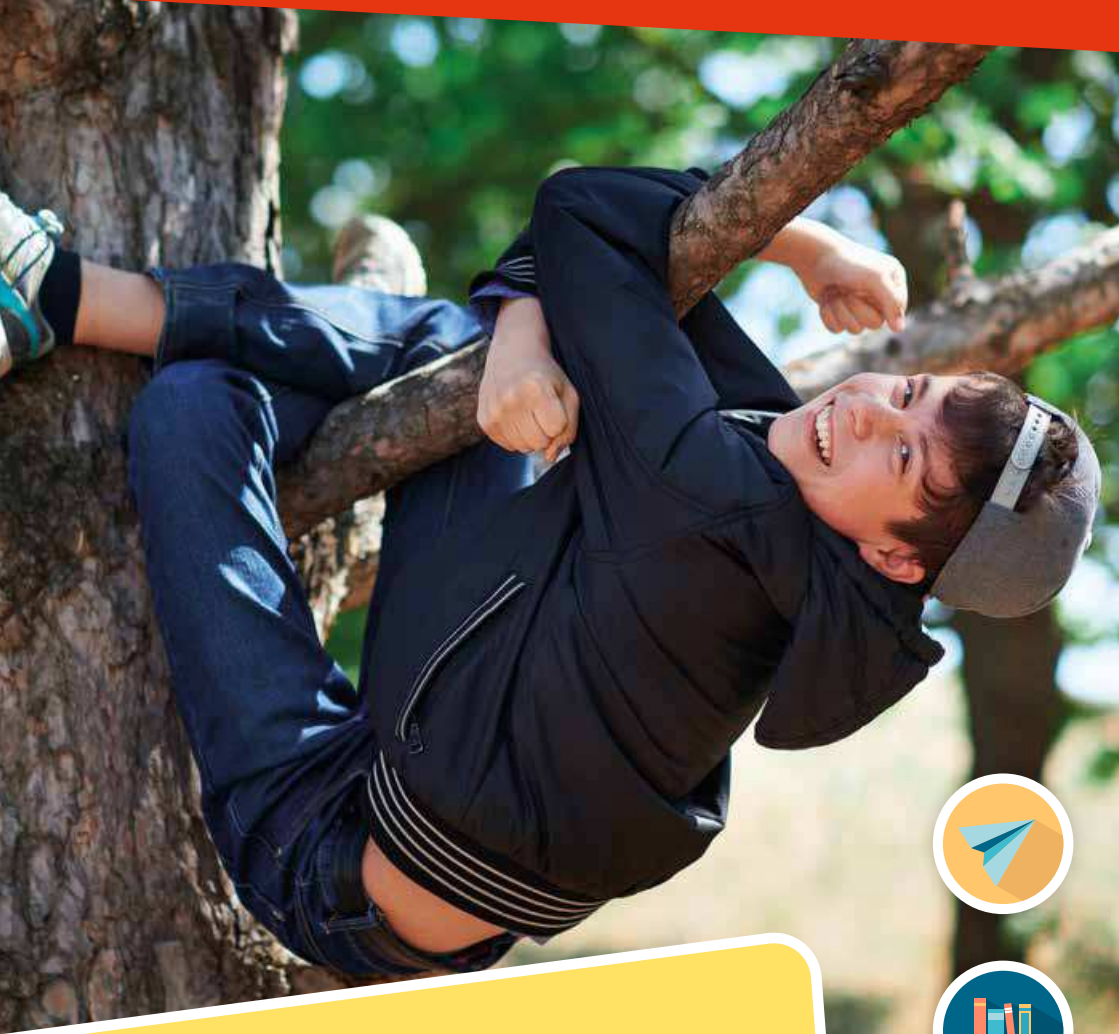




Vertrauen statt Kontrolle

So finden Eltern aus der
Helikopter-Falle



Inhalt

Einleitung

Eltern im Pilotensitz	4
4 nervige Eltern-Typen	6



Der Helikopter-Test

Zwischen gut behütet und voll überwacht	8
Gespannt oder gelassen? Der Helikopter-Test	10
Wie hoch ist Ihr Helikopter-Score?	12
Interview: „Erziehen bedeutet loslassen“	14



Kontrolle abgeben

Warum loslassen so schwerfällt	16
Dominante Eltern, unsichere Kinder	18
Balance finden	22
Wo ist die goldene Mitte in der Erziehung?	24
7 Tipps für einen entspannten Familienalltag	26



Lernen lernen

Von der Hilfslehrkraft zum Lernbegleiter	28
Mit Strategie zu selbstständigen Kindern	30
Das Lernen vorbereiten	34
Ein Lob auf die Routine!	36
Hausaufgaben und mündliche Mitarbeit	38



Lösungen finden

Warum zum Lernen auch Scheitern gehört	40
Wie Nachhilfe entlasten kann	42
Umwege zur Mittleren Reife und zum Abitur	44
Unternehmungen ohne Mama und Papa	46
Wissen aus der Studienkreis-Infothek	47

Vertrauen statt Kontrolle

So finden Eltern aus der Helikopter-Falle

Herausgeber • Studienkreis GmbH, Universitätsstraße 104, 44799 Bochum
www.studienkreis.de

Konzept, Text und Gestaltung • Woerterwelt GmbH, Thorwaldsenstraße 17, 80335 München
www.woerterwelt.de

Fotos • Shutterstock, Thinkstock, pixabay, unsplash; Cover: s_oleg/Shutterstock.com
1. Auflage Mai 2021

Von Glucken und Raben



Liebe Eltern!

Über Erziehungsstile lässt sich trefflich streiten. Wie eng sollten Eltern ihre Kinder betreuen? Nimmt man den Nachwuchs besser an die kurze oder an die lange Leine? Oder lässt man die Leine gleich ganz weg? In solchen Fragen stehen sich die sogenannten Glucken- und die Rabeneltern meist unversöhnlich gegenüber.

Dabei stehen die echten Rabenvögel den Hennen in Sachen Fürsorglichkeit gar nicht nach: Aufopferungsvoll kümmern sie sich wochen- und monatelang um die Brut, und sobald die Kleinen das Nest verlassen können, bringen die Eltern ihnen alles bei, was sie brauchen, um bald auf eigenen Flügeln durchs Leben zu fliegen.

Die Erziehung zur Selbstständigkeit als letzten Teil der Elternschaft erledigen Glucken wie Raben vorbildlich – im Gegensatz zu manchen menschlichen Müttern und Vätern. Diese kreisen ständig um ihre Kinder, helfen ihnen und behüten sie, auch wenn die Kleinen längst einige Schritte allein gehen könnten. „Helikopter-Eltern“ wird diese besondere Form der altbekannten Glucken oft genannt, manchmal auch „Curling-“ oder „Rasenmäher-Eltern“,

weil sie dem Nachwuchs zudem alle Hindernisse aus dem Weg räumen.

Die Pandemie hat den Blick verändert

Doch ehe nun alle eilig die Nase rümpfen: Ein Stück Helikopter-Pilot steckt in den meisten von uns. Das hat spätestens die Corona-Pandemie gezeigt: Die Kinder schützen, ihr Verhalten überwachen, zu Hause die Lehrkraft spielen – all das war plötzlich normal und oft sogar notwendig. In manchen Situationen ist es also durchaus sinnvoll, dass Eltern schützend über ihren Kindern kreisen. Und doch können, wollen und sollten die meisten Eltern auf Dauer keine Hilfslehrer und Freizeitpolizistinnen sein.

Wie aber finden Eltern das richtige Maß zwischen Kontrolle und Laisser-faire? Wann greifen sie besser ein, wann lassen sie ihre Kinder Erfahrungen selbst sammeln? Und was brauchen Kinder, um selbstständig ohne Unterstützung zu lernen? Wie Eltern herausfinden aus der Helikopter-Pilotenrolle, zeigt diese Broschüre.

Ihr Studienkreis



EINLEITUNG



Im Pilotensitz

Von Eltern, die über ihren Kindern kreisen

Wenn der Klasseneltern-Chat überläuft, die Elterntaxis vor der Schule Schlange stehen und Marie erst nächsten Monat wieder Zeit für ein Playdate hat, ist klar: Die Helikopter fliegen wieder. Manche Mütter und Väter kreisen ständig über ihren Kindern, überwachen jeden ihrer Schritte und greifen beherzt ein, wenn der Sohn oder die Tochter in Schwierigkeiten kommen könnte. Wolken am Himmel? Ich bring dich mit dem Auto zur Schule. Ein Bioreferat steht an? Keine Sorge, das machen wir zusammen. Der Leon hat dich geärgert? Dann ruf ich gleich mal bei seiner Mutter an!

Helikopter-Eltern haben einen schlechten Ruf. Sie gelten als anstrengend, intolerant und egoistisch. Erziehungswissenschaftler warnen sogar, dass sie ihren Kindern mit all ihrer Hilfe und der ständigen Kontrolle langfristig schaden. Aber kann es wirklich so falsch sein, wenn Eltern ihr Kind bedingungslos unterstützen? Und werden nicht die meisten Eltern ziemlich resolut, wenn ihrem Kind wirklich Ungemach droht?

Eine schwierige Balance

Tatsächlich ist es wie in der Medizin: Die Dosis macht das Gift. Einerseits ist es für Kinder wichtig, dass sich ihre Eltern um sie kümmern, sie unterstützen, Gefahren abwenden und sich für ihre Bildung engagieren. Zu viel Sorge kann jungen Menschen jedoch vieles vorenthalten, was sie für eine gesunde Entwicklung zu selbstständigen und selbstbewussten Menschen benötigen (s. ab S. 18 in dieser Broschüre).

Gerade in der Schule zeigt sich deutlich, wie leicht gut gemeinte Hilfe das Gegenteil bewirken kann: So fanden Forschende der TU München heraus, dass es die Leistungen von Schülerinnen und Schülern steigert, wenn ihre Eltern einen guten Rahmen fürs Lernen schaffen, mit ihnen über ihren Bildungsweg sprechen und sich in der Schule engagieren. Schon Hilfe bei den Hausaufgaben kann sich jedoch negativ auswirken, wenn die Eltern die Kinder und Jugendlichen vor allem kontrollieren.

Es lohnt sich also zu ergründen, wie gut einem selbst die Balance gelingt. Mehr dazu auf den nächsten Seiten.



1

Die Eule

Diese Mutter hat immer den Überblick. Zwar bleibt sie gern im Hintergrund, doch überblickt sie stets, was der Nachwuchs gerade so macht. Ihren scharfen Augen entgeht nichts – und ihren Krallen ebenfalls nicht: Wenn ihr das, was sie sieht, nicht passt, ist sie mit wenigen Schwingschlägen vor Ort, um Gefahren und Hindernisse aus dem Weg zu räumen. Oder auch den Nachwuchs selbst, wenn dieser sich nicht korrekt benommen hat...

4 Immer diese Eltern ... nervige Typen, die jeder kennt



2

Die Kampfpilotin

Ob auf dem Spielplatz, dem Flohmarkt oder in der Schule: Für diese Mutter ist das Leben ein Schlachtfeld.

Überall wittert sie Konkurrenz.

Zufrieden ist sie erst, wenn sie ihrem Kind einen Vorteil erkämpft hat, die freie Schaukel zum Beispiel oder den Platz in der begehrten Schul-AG.

Gern verbündet sie sich dabei mit anderen Eltern – aber nur, solange es ihrem Kind nützt. Dafür kandidiert sie sogar als Klassenelternsprecherin ...

3

Der Sekretär

Dienstags hat Jule immer Reiten, am Mittwoch muss sie für Mathe lernen, aber am Donnerstag übernächster Woche könntet ihr von drei bis fünf vorbeikommen: **Dieser Vater hat die Termine seines Kindes immer im Blick.** Oder besser: im Griff. Denn was (und wer) ihm nicht passt, kommt nicht in seinen Kalender – und damit auch nicht in die Lebenswirklichkeit seines Kindes. Hat da jemand „Goldener Käfig“ gesagt...?

4

Der Rasenmäher

Was immer sich seinem Kind in den Weg stellt: **Dieser Vater mäht es weg.** Der Sohn steht nicht im Kader fürs Fußballturnier? Da ruft der Papa mal den Trainer an. Die Grundschulnoten reichen nicht fürs Gymnasium? Unser Anwalt kriegt das schon hin. Die Tochter braucht ein Praktikum? Der Rasenmäher-Vater kennt sicher jemanden in der Personalabteilung. Dass in all diesen Fällen dafür ein anderes Kind das Nachsehen hat, ist ihm egal...



DER HELIKOPTER-TEST

Der große Helikopter- Check

Gut behütet oder voll überwacht?

Testen Sie Ihren Erziehungsstil

Seien wir ehrlich: Den Überblick der Eule hätten die meisten Eltern gern. So manches Hindernis haben wir unserem Kind auch schon aus dem Weg geräumt. Wenn es nötig ist, können wir natürlich für unsere Tochter oder den Sohn kämpfen. Und die Termine haben wir auch im Blick – wer denn sonst?

Ein bisschen Helikopter-Pilot steckt wohl in den meisten Eltern. Aber zu viel davon? Das ist nicht unbedingt leicht leicht zu erkennen. Denn vieles in der Erziehung der Kinder geschieht – durchaus sinnvollerweise – aus dem Bauch heraus. Und immer ist auch die Frage, mit wem man sich vergleicht: In unterschiedlichen Ländern, Kulturen und Milieus sind oft sehr unterschiedliche Erziehungsstile üblich.

Vogelperspektive einnehmen

Daher ist es hilfreich, einmal aus der Vogelperspektive auf seine Familie und sich selbst zu blicken. Was sind jenseits der alltäglichen Probleme die großen Leitlinien unserer Erziehung? In welchen Dingen sind Mutter und Vater sich einig, in welchen weniger? An welchen Stellen passen wir uns den Bedürfnissen und der Per-

sönlichkeit unseres Kindes an – und wo ist es eher anders herum?

Das zu ergründen lohnt sich – fürs Kind, aber auch für die Eltern selbst. Denn wer sich mit den Aufgaben und alltäglichen Problemen seines Kindes voll identifiziert, lädt sich diese Last auch auf die eigenen Schultern – zusätzlich zu Haushalt, Partnerschaft und Berufstätigkeit. Außerdem lassen sich Kinder die ständige Einmischung nicht immer gern gefallen. Oft entstehen Konflikte, die das Familienleben belasten.

Test

Wie viel Helikopter-Mama oder -Papa steckt in Ihnen?

Finden Sie es heraus! Unser Helikopter-Test auf den nächsten Seiten verrät, wie sehr die Sorge um Ihr Kind Ihr Familienleben bestimmt.





Gespannt oder gelassen?

Der Helikopter-Test für Eltern

Ein Kind kann einen ganz schön einnehmen.
Die folgenden Aussagen können Ihnen einen Eindruck geben,
wie sehr das alltägliche Kümern Ihr Familienleben bestimmt.
Die Auswertung steht auf Seite 12

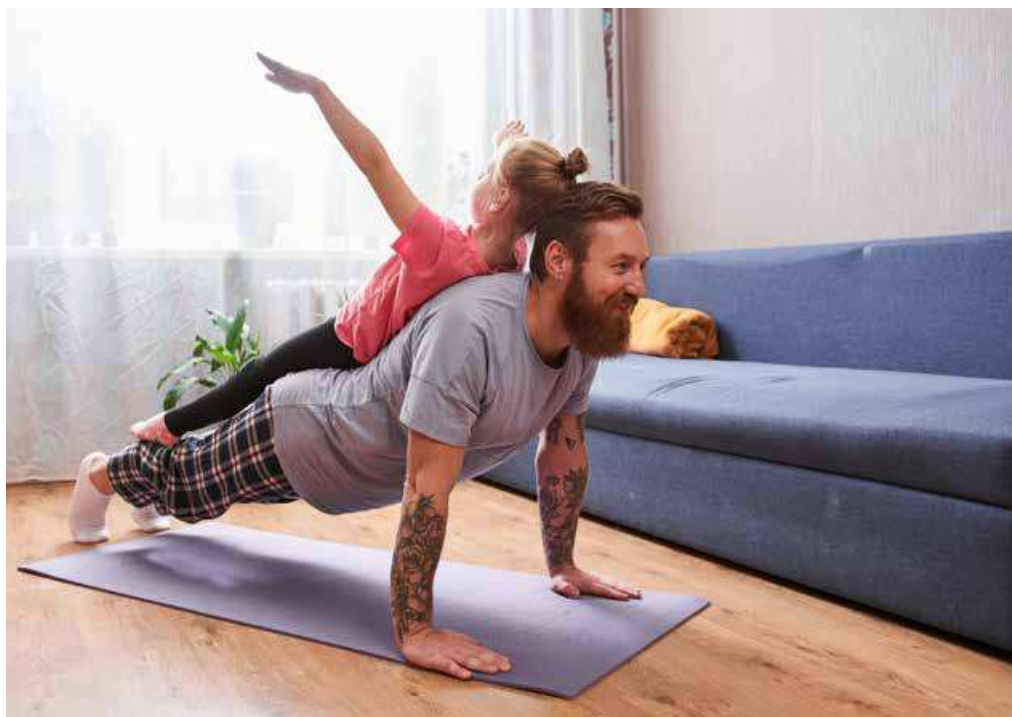


Foto: Olena Yakobchuk/Shutterstock.com

So gehts: Lesen Sie die Aussagen durch und beantworten Sie, wie sehr sie auf Sie und Ihre Familie zutreffen.

Auf der nächsten Seite erfahren Sie, wie die einzelnen Aussagen gewertet und Punkte errechnet werden.



	stimmt genau	stimmt teilweise	stimmt nicht
1 Mein Kind darf/durfte hoch auf Bäume klettern. (B)	☐	☐	☐
2 Wenn mein Kind einen Wettkampf/ein Turnier hat, komme ich zum Anfeuern mit. (A)	☐	☐	☐
3 Mein Kind hat öfter mal Langeweile. (B)	☐	☐	☐
4 Manche Freunde meines Kindes kenne ich kaum. (B)	☐	☐	☐
5 Ich kann ganz gut Nein sagen, wenn mein Kind quengelt. (B)	☐	☐	☐
6 Ich möchte vermeiden, dass mein Kind Enttäuschungen erleben muss. (A)	☐	☐	☐
7 Wenn mein Kind etwas ausgefressen hat, soll es sich bei den Leidtragenden entschuldigen. (B)	☐	☐	☐
8 Mein Kind benötigt häufig meine Hilfe. (A)	☐	☐	☐
9 Die Hausaufgaben rauben uns oft jede freie Minute. (A)	☐	☐	☐
10 Ich finde, Kinder sollten allein zur Schule/ zum Schulbus gehen. (B)	☐	☐	☐
11 Mir ist es wichtig, dass ich meinem Kind beim Schulstoff helfen kann. (A)	☐	☐	☐
12 Zum Elternsprechtag schicke ich meinen Mann/meine Frau. (B)	☐	☐	☐
13 Ich finde, die Noten meines Kindes sollten besser sein. (A)	☐	☐	☐
14 Die Schule, der Job, der Haushalt. Uns bleibt keine Sekunde zum Durchatmen.	☐	☐	☐

Punkte



Auswertung

Wie hoch ist Ihr
Helikopter-Score?



Haben Sie die Aussagen im Helikopter-Test ehrlich bewertet? Perfekt! Hinter den Aussagen steht jeweils ein Buchstabe. Steht dort ein (A), berechnen Sie für „stimmt genau“ zwei Punkte, für „stimmt teilweise“ einen und für „stimmt nicht“ null Punkte. Bei (B) ist es umgekehrt: Hier zählt „stimmt nicht“ zwei Punkte und „stimmt genau“ null. Zählen Sie anschließend alle Punkte zusammen und lesen Sie den Abschnitt, in den Ihre Punktzahl fällt. Sollte die Zahl nah an einer anderen Rubrik sein, lesen Sie bitte auch diese.

0–8 Punkte

Sie sehen Ihre Rolle als Mutter oder Vater eher entspannt. Ihr Kind darf aufwachsen, ohne dass Sie sich ständig einmischen: Wer laufen lernt, fällt auch mal hin, vielleicht ist das Ihre Einstellung. Vermutlich haben Sie trotzdem ein waches Auge auf Ihr Kind, um eingreifen zu können, wenn es wirklich nötig ist – das wäre optimal. Denn Kinder wollen zwar Grenzen testen und Erfahrungen sammeln. Aber sie können die Konsequenzen ihres Handelns noch nicht ganz einschätzen, und im Umgang mit anderen Menschen

bleiben Enttäuschungen nicht aus. Da tut es gut, wenn man sich im Zweifel darauf verlassen kann, dass die Eltern einen auffangen und unterstützen.

So ist es auch in der Schule. Die ist aus Ihrer Sicht vermutlich vor allem der Job des Kindes. Das entspannt den Familienalltag, denn so fühlen Sie sich als Elternteil von einer schlechten Note nicht persönlich angegriffen. Wichtig ist, dass die Eltern trotzdem Interesse an der Schule und dem Alltag ihrer Kinder signalisieren: Das zeigt Wertschätzung und erhöht die Motivation der Kinder, sich Mühe zu geben.

9–16 Punkte

Sie nehmen ihre Aufgaben als Elternteil ernst, und das ist auch gut so. Sie haben Ihr Kind und seinen Alltag im Blick, und wenn es nötig ist, greifen Sie ein. Lieber das Kind vom Brunnenrand wegziehen, als es hinterher aus den Tiefen fischen zu müssen, vielleicht ist das Ihr Gedanke.

So wächst Ihr Kind im besten Fall gut begleitet, aber nicht überbehütet auf. Gut, wenn Sie Ihrem Sohn oder der Tochter Freiraum lassen, Erfahrungen zu sammeln und Probleme selbst zu lösen. Wenn



doch mal etwas schiefgeht, weiß das Kind ja, dass Sie hinter ihm stehen. Kaum etwas stärkt das Selbstbewusstsein mehr, als zu sehen, dass andere – insbesondere die eigenen Eltern – einem vertrauen.

Das gilt gerade auch für die Schule. Eigene Lösungen suchen, dabei Fehler machen und korrigieren: So funktioniert Lernen. Deswegen dürfen sich die Eltern bei den Hausaufgaben im Hintergrund halten – und das Kind eine gelegentliche schlechte Note selbst ausbügeln lassen.

Mehr als 16 Punkte

Sie stehen Ihrem Kind bei – komme, was wolle. Sie wissen, was für Gefahren und Enttäuschungen das Leben bereithalten kann, und Sie möchten Ihr Kind davor bewahren. Jeder Mensch hat schließlich nur eine Jugend, und die Ihres Kind möchten sie mit Schöнем und Sinnvollen füllen.

Doch der liebevolle Schutz und die unbedingte Unterstützung signalisieren auch: Ich traue dir nicht zu, das ohne mich zu schaffen. Wenn ein Kind bei allem Hilfe erhält, kann es daher kaum Vertrauen in sich selbst entwickelt – das ist jedoch notwendig, um einmal stark und eigen-

Extratipp:

Es ist nicht nur Eigennutz, wenn Eltern ihre Erziehungsaufgaben lockerer angehen. Denn wer mehr vertraut und weniger selbst übernimmt, trägt insgesamt weniger Last – was das Familienleben entspannt und somit auch wieder dem Kind zugute kommt.

ständig durchs Leben zu gehen. Ein Kind beim Aufwachsen zu begleiten bedeutet daher, immer wieder zu entscheiden: Wie viel Selbstständigkeit muss ich erlauben, damit das Kind seine Fähigkeiten entdecken, Erfolge erleben und Misserfolge verkraften lernen kann? Und wann muss ich eingreifen, um tatsächliche Gefahren abzuwehren?

Diese Broschüre kann vielleicht dabei helfen, den richtigen Mittelweg zu finden. Viel Spaß beim Lesen!



„Kinder müssen wieder ins Tun kommen“

Interview mit der Münchner
Paar- und Familientherapeutin
Anette Frankenberger



Foto: privat

Fürsorge ist eigentlich etwas Gutes. Wo hört angemessene Fürsorge auf, und wo fängt das Helikopter-Verhalten an?

Ich halte es mit dem Zitat von Maria Montessori: „Hilf mir, es selbst zu tun.“ Helikopter-Verhalten fängt da an, wo Eltern ihrem Kind Dinge abnehmen, die es eigentlich selbst können sollte. Sie nehmen ihm die Möglichkeit, wichtige Kompetenzen zu erwerben. Ein Kind, das ich immer auf den Baum hochhebe, wird nicht lernen, selbst hochzuklettern. So ist es auch in vielen anderen Lebensbereichen.

Was löst es in einem Kind aus, wenn die Eltern ihm alles abnehmen?

Das Kind lernt, dass es immer jemanden braucht, der ihm hilft. Außerdem lernt es, die Eltern als Bedienstete einzustellen. Irgendwann werden die Kinder zu Hause tyrannisch. Sie haben eine niedrige Frustrationstoleranz, weil sie sich nie irgendwo durchbeißen oder Frust aushalten mussten. Draußen in der Welt sind sie eher ängstlich, weil sie nicht alles gelernt haben und sich ohne ihre Beschützer und Begleiter fürchten.

„Kindererziehung hat von Anfang an viel mit Loslassen zu tun“

Warum räumen manche Eltern ihren Kindern Hindernisse aus dem Weg?

Vor Jahren habe ich ein Zitat gelesen, das Kinder als „Container des eigenen Glücks“ der Eltern bezeichnete – Eltern möchten, dass ihr Kind glücklich ist, denn dann sind auch sie glücklich. Glücklich wird dabei gleichgesetzt mit „niemals frustriert sein“. Aber es dauert zum Beispiel, bis Kinder lernen, ihre Schnürsenkel zu binden, das ist ja eine feinmotorische Meisterleistung. Da kann schon mal Frust entstehen, manche Kinder werden zornig, werfen mit den Schuhen oder beschimpfen ihre Eltern. Dann knicken viele Eltern ein und denken: Oh je, mein Kind ist so frustriert und könnte einen Schaden davontragen. Dann binde ich ihm eben die Schuhe, damit es glücklich ist.

Wie zeigt sich Helikopter-Verhalten im Zusammenhang mit Schule?

Das zeigt sich zum Beispiel, wenn Eltern sich aufgefordert fühlen, die Hausaufgaben ihrer Kinder zu machen. Die Schule erwartet von ihnen aber nicht, Coach ihrer Kinder sein, im Gegenteil. Hausaufgaben sind für die Lehrkräfte ein Mittel, um herauszufinden, was ein Kind verstanden hat und was nicht. Bis zu einem gewissen Alter brauchen Kinder die Eltern als Takt- und Strukturgeber, aber nicht als diejeni-

Blogtipp



Im Studienkreis-Blog schreiben Expertinnen und Mitarbeiter des Studienkreises über aktuelle Themen für Eltern. Auch dieses Interview ist dort in einer längeren Fassung erschienen:

www.studienkreis.de/blog

Mehr Infos zur Expertin unter www.anettefrankenberger.de

gen, die die Hausaufgaben für sie machen – oder permanent mit ihnen machen. Die Eltern sollten den Kindern zutrauen, das allein zu erledigen, und ihnen auch zumuten, mit nicht fehlerfreien Hausaufgaben in die Schule zu gehen.

Manche Eltern wissen, dass sie überfürsorglich sind. Wie können sie das ändern?

Wir sollten uns bewusst sein, dass Kindererziehung von Anfang an sehr viel mit Loslassen zu tun hat. Wenn Eltern merken, dass sie überfürsorglich sind, sollten sie das langsam zurückschrauben. Am besten geschieht das im Gespräch mit dem Kind: Diese Dinge wirst du ab jetzt selbst machen. Das geht aber nicht von heute auf morgen. Bei Kindern, die sehr verwöhnt sind oder sehr nachgiebige Eltern haben, ist das ein längerer Prozess. Wichtig ist, dass die Kinder wieder ins Tun kommen.

*Interview: Alexandra Mankarios,
Mann beißt Hund – Agentur für Kommunikation*



Kontrolle
abgeben

Wo ist die gesunde Mitte?

Locker lassen ist nicht leicht

Schatz, hast du deinen Wochenplan schon gemacht? Und denk dran, dass du um drei Uhr Flötenunterricht hast. Was möchtest du eigentlich dem Leon zum Geburtstag schenken? Seine Mama sagt, er hat das neueste „Greg's Tagebuch“ noch nicht...

Als Mutter oder Vater ist man einfach für alles zuständig – oder etwa nicht?

Tatsächlich sind Eltern gesetzlich zur Pflege und Erziehung ihres Kindes verpflichtet. Dazu gehört die Grundversorgung wie körperliche Pflege, ausreichende Ernährung und der Erhalt der Gesundheit. Und elterliche Pflicht ist es auch, das Kind in seiner körperlichen, seelischen und sozialen Entwicklung zu fördern. Nur: Wie weit soll das gehen? Ist es überhaupt möglich und sinnvoll, ein Kind vor jeder erdenklichen Gefahr zu schützen? Und wie viel Förderung braucht ein Kind?

Diese Fragen beantworten Eltern für sich sehr unterschiedlich – und das ist auch in Ordnung. Erziehung ist eine höchst individuelle Aufgabe, keine Familie ist ge-

nau wie die andere. Dennoch sind Erziehungswissenschaftler und Psychologinnen überzeugt: Einige Leitlinien für gute Erziehung lassen sich durchaus ausmachen – jedenfalls können sowohl zu wenig als auch zu viel Sorge und Förderung für Kinder schädlich sein.

Warum fällt loslassen so schwer?

Er geht also darum, einen gesunden Mittelweg zu finden. Das klingt erst einmal leicht: Wer dazu neigt, sein Kind zu überbehüten, soll sich halt ein bisschen locker machen. Doch so einfach ist das nicht. Denn der Erziehungsstil eines Menschen hängt von vielem ab, von seiner Lebenssituation etwa, von seinen Erfahrungen, seiner Persönlichkeit und auch der eigenen Erziehung. Zudem haben Kinder unterschiedliche Persönlichkeiten und Bedürfnisse, auf die ihre Eltern eingehen.

Deshalb lohnt es sich, erst einmal nachzuforschen, was hinter dem eigenen Erziehungsverhalten steckt – und dann zu überprüfen, inwiefern man seine Ziele mit dem gewählten Stil erreicht. Mehr dazu auf den nächsten Seiten.



Dominante Eltern, unsichere Kinder

Warum zu viel Sorge schaden kann



Eines sei vorausgeschickt: Die allermeisten sogenannten Helikopter-Eltern sind besser als ihr Ruf. Es ist schon erstaunlich, dass es als Makel gilt, wenn Eltern sich um ihre Kinder sorgen und sich bemühen, ihnen eine glückliche Kindheit und einen guten Start ins Leben zu ermöglichen. Junge Menschen profitieren von einem guten Verhältnis zu ihren Eltern. Es stärkt sie zu wissen, dass Mama und Papa hinter ihnen stehen, wenn sie einmal in Schwierigkeiten geraten sollten. Und tatsächlich sind sie später beruflich erfolgreicher, wenn die Eltern ihren Bildungsweg aktiv begleitet haben.

Zu viel des Guten

Doch diese positiven Seiten haben Grenzen. Kümmern sich Mama und Papa zu sehr, können sie sogar das Gegenteil bewirken. Was besorgte Eltern antreibt – und Helikopter-Kindern fehlt:

1. Sicherheit

Besonders besorgte Mütter und Väter versuchen, für ihr Kind möglichst jedes Risiko zu vermeiden. Sie bringen ihren Sohn

mit dem Auto zur Schule, damit er nicht auf dem Weg mit dem Fahrrad verunglücken kann. Sie lassen ihre Tochter nicht höher als schulterhoch klettern, nicht allein zur Freundin laufen und behalten sie im Freien jederzeit im Blick. Helikopter-Eltern leben in ständiger Sorge, dass ihrem Kind etwas zustoßen könnte.

Kinder brauchen aber Freiraum. Indem sie Dinge selbstständig ausprobieren, lernen sie, mit Risiken und gefährlichen Situationen umzugehen. **Nur so gewinnen sie Sicherheit und Selbstvertrauen.** Auch sind körperliche Erfahrungen wie Klettern, Rennen und Hinfallen wichtig für die motorische Entwicklung. Außerdem stärkt es das Selbstbild, wenn man heikle Situationen meistern kann.

2. Kontrolle

Eng mit dem Sicherheitsbedürfnis zusammen hängt der Wunsch mancher Eltern, nicht nur jeden Schritt ihres Kindes





zu begleiten – sondern ihn sogar zu bestimmen. Sie kennen alle Termine, alle Freunde und dank Tracking-App sogar jedes Versteck ihres Kindes. Sie beeinflussen, wen die Tochter trifft, welchen Sport der Sohn treibt und welche Fächer die beiden in der Schule wählen. Keine Entscheidung fällt das Kind wirklich allein.

Ein Mensch kann jedoch nur **zu einer eigenständigen Persönlichkeit heranwachsen**, wenn er auch eigenständig sein darf. Dazu gehört auch, vor den Eltern Geheimnisse zu haben – und beim Älterwerden mehr und mehr selbst bestimmen zu können. Auf diese Weise wachsen Kinder zu mündigen Menschen heran.

3. Bindung

Mütter und Väter suchen heute ein gutes Verhältnis zu ihrem Kind. Zum Glück: In Umfragen äußern sich Jugendliche deutlich positiver über ihre Eltern und die Atmosphäre zu Hause als früher. Doch manche Eltern verstehen sich eher als Partner denn als Erziehungsberechtigte ihres Kindes. Sie suchen jederzeit seine Nähe, sogar dann, wenn es mit anderen Kindern zusammen ist. Mutter bzw. Vater und Kind bilden eine partnerschaftliche Einheit – mit dem Resultat, dass die Erwachsenen jeden Konflikt, in den ihr Kind verwickelt ist, auch als Angriff auf sich selbst wahrnehmen.

Für Heranwachsende ist es allerdings enorm wichtig, eigene soziale Er-

Für Heranwachsende ist es enorm wichtig, eigene soziale Erfahrungen zu sammeln und selbstständig Freundschaften aufzubauen



fahrungen zu sammeln und selbstständig Freundschaften aufzubauen. Wenn die eigenen Kontakte in Wirklichkeit Kontakte der Eltern sind, **lehnen sich viele Kinder in der Pubertät dagegen auf**. Das soziale Lernen ist ein wesentlicher Teil des Aufwachsens: In dieser Zeit üben wir, uns sicher in Gruppen Gleichaltriger zu bewegen und unsere Gefühle und Impulse im Griff zu halten. Von diesen Erfahrungen profitieren wir ein Leben lang.

4. Erfolg

Viele sehr umsorgende Eltern haben gleichzeitig hohe Erwartungen an ihre Kinder. Diese sollen in der Schule gute Noten haben, bei anderen beliebt und am bes-





ten noch engagiert sein – wie eine bessere Version der Eltern selbst. Der Familientherapeut Jesper Juul hat manchen Müttern und Vätern gar Narzissmus unterstellt: In Wahrheit gehe es ihnen nicht um das Wohl ihres Kindes, sondern um ihr eigenes Selbstbild. Solche Eltern greifen massiv in die schulischen Aufgaben ihres Kindes ein. Sie sitzen bei den Hausaufgaben daneben und zögern nicht, auch mal ein Referat selbst zu machen, wenn dadurch das Zeugnis besser wird. Kommt dennoch eine unerwünschte Note nach Hause, stellen sie die Lehrkraft zur Rede – und sie rufen nachmittags bei der Trainerin an, wenn das Kind beim Turnier nicht in der ersten Mannschaft steht.

Ihrem Nachwuchs tun Eltern mit diesem Verhalten keinen Gefallen. Denn für den schulischen Erfolg ist es wichtig, dass Kinder sich als selbstwirksam begreifen: Das bedeutet, dass sie davon überzeugt sind, **selbst Hindernisse überwinden und Ziele erreichen zu können**. Dann entwickeln sie eigenen Antrieb und Motivation fürs Lernen, ohne ständig von den Eltern vorwärtsgeschoben zu werden.

Dass auf dem Weg dorthin auch Misserfolge auftreten, ist selbstverständlich – und sogar sinnvoll: Nur wer gelernt hat, Enttäuschungen und Rückschläge hinzunehmen, daraus zu lernen und trotzdem weiterzumachen, kann sich zu einer starken Persönlichkeit entwickeln.



Balance finden

Wie es gelingt, Alltag und Erziehung entspannter anzugehen

Hin- oder wegsehen, Schutz oder Risiko? Eltern glauben oft, sich zwischen diesen beiden Extremen entscheiden zu müssen. Doch tatsächlich enthält gute Erziehung beides: ein waches Auge und Vertrauen in das Kind und seine Fähigkeiten.

Damit ein Kind diese Fähigkeiten stärken kann, braucht es Raum für eigene Erfahrungen. Nur so kann es aus Fehlern lernen und an Entscheidungen wachsen. Doch welchen Freiraum können Eltern gewähren, ohne ständig in Sorge zu sein?

Eigenständigkeit

Vorsichtige Eltern ziehen sich zunächst aus Situationen heraus, die aus ihrer Sicht zumindest keine großen Gefahren zu bergen scheinen. Kommt der Sohn oder die Tochter darin gut allein zurecht, wird der Freiraum größer. Welche Situationen dafür in Frage kommen, hängt davon ab, wie alt das Kind ist und wie eng Mutter und Vater es bisher begleitet haben. Unbeaufsichtigt mit dem Freund spielen, zu Fuß zur Schule

gehen, allein mit der Freundin zur Eisdiele radeln: **Schritt für Schritt zu mehr Eigenständigkeit** – das ist das Ziel.

Vertrauen

Auch wenn es um eigene Entscheidungen des Kindes geht, fällt es vielen Eltern leichter, bei kleinen Dingen zu beginnen. Das kann bei jüngeren Kindern die Wahl der Kleidung sein, bei größeren die Entscheidung für (oder gegen) eine Sportart und sollte schließlich auch schulische Weichenstellungen wie die Wahl eines Ausbildungszweigs umfassen. Wichtig ist, dem Kind Vertrauen zu zeigen, anstatt ihm Entscheidungen abzunehmen. Denn **wer Vertrauen spürt, traut sich auch selbst mehr zu** – und wird mit der Zeit sicherer und besser in seinen Entscheidungen.

Verantwortung

Das gibt Eltern die Möglichkeit, den nächsten Schritt auf dem Weg zur Selbstständigkeit ihres Kindes zu gehen: Es kann nach und nach die **Verantwortung**

für seinen Alltag und den Schulerfolg selbst übernehmen. Es geht um das Signal: Ich traue dir zu, das allein zu schaffen. Dieses Zutrauen nützt Kindern mehr als elterliche Dauerhilfe bei den Hausaufgaben. Wer mit dem eigenverantwortlichen Lernen früh genug beginnt, hat bis zum Schulabschluss noch genug Zeit, um Erfahrungen zu sammeln, Misserfolge wegzustecken und an Erfolgen zu wachsen. Wie das gelingt, zeigt Kapitel 3.

Kleine Dinge, bei denen jedes Kind Verantwortung übernehmen kann

- einkaufen gehen
- Müll wegbringen
- Den (Frühstücks-)Tisch decken
- Einfache Gerichte kochen (z. B. Grießbrei, Porridge, Spiegeleier...)
- Einen Blumenkasten oder ein kleines Beet bepflanzen
- einen eigenen Kalender führen
- Termine selbst ausmachen (auch telefonisch!)
- Schultasche am Vorabend packen (ohne Kontrolle durch die Eltern)





Klare Regeln

Was autoritative Erziehung besonders macht

Loben oder strafen, diskutieren oder bestimmen, überwachen oder laufen lassen: Wie Eltern ihre Kinder erziehen, unterscheidet sich in vielerlei Hinsicht. Trotzdem haben Psychologinnen und Bildungsforscher einige Gemeinsamkeiten festgestellt und eine Reihe von Erziehungsstilen beschrieben, denen die meisten Eltern nahe stehen. Besonders einen heben die Experten dabei oft hervor: den sogenannten „autoritativen“ Stil.

Einigen Eltern ist es wichtig, dass ihr Kind ihren Anweisungen folgt und sie die Kontrolle über sein Handeln behalten. Das sind Kennzeichen autoritärer Erziehung: Hier geben die Eltern die Richtung vor, das Kind folgt. Umgekehrt ist es bei der sogenannten permissiven Erziehung: Hier folgen die Eltern eher den Wünschen des Kindes und lassen es möglichst viel selbst entscheiden. Der autoritative Erziehungsstil steht in der Mitte dazwischen.

Freiheit ja – mit Grenzen

Autoritative Eltern verstehen sich als die Chefetage der Familie: Sie geben die Regeln vor, nach denen die Kinder sich richten müssen. Verletzt das Kind eine Regel, folgen daraus klare, vorher benannte Konsequenzen. Innerhalb der durch die Regeln gesetzten Grenzen darf das Kind aber selbst Entscheidungen treffen und wird dabei von den Eltern nicht bevormundet.

So könnte eine Regel sein, dass das Kind für die Schule angemessen und warm genug gekleidet ist. Das heißt: Minirock im Winter und Jogginghose zum Referat sind tabu, aber sonst halten sich die Eltern bei der Kleidung und ihrer Kombination raus.

Anderes Beispiel: Dass Hausaufgaben gemacht werden müssen, ist gesetzt. Wann genau das Kind sie macht, darf es aber (mit-)entscheiden – muss sie dann nur auch ohne Widerspruch erledigen. Autoritativ erzogene Kinder erfahren sich auf diese Weise als selbstbestimmt und haben seltener Motivationsprobleme.

Demokratische Elemente

Dass die Kinder bei den Regeln mitentscheiden – je älter sie werden, umso häufiger –, ist ein weiteres Kennzeichen autoritativer Erziehung. Die Eltern erklären und diskutieren viel, sie möchten ihr Kind von sinnvollem Handeln überzeugen und lassen sich im Rahmen des Vernünftigen auch einmal von ihm überstimmen. Insgesamt sind autoritative Eltern meist sehr zugewandt und liebevoll.

Extratipp:

Kinder akzeptieren Regeln besser, wenn sie für die Einhaltung gelobt statt für einen Verstoß bestraft werden. Zudem sollten Regeln immer nachvollziehbar sein – und zur Not flexibel der Situation angepasst werden.

Kinder autoritativer Eltern lernen dadurch früh, sich in Hierarchien einordnen, gleichzeitig aber Entscheidungen zu hinterfragen und ihre eigenen Interessen zu vertreten. Sie arbeiten daher in der Schule oft erfolgreich in Teams und sind es gewohnt, für alle akzeptable Regeln und Kompromisse auszuarbeiten.

Schwierige Balance

Das klingt perfekt? Nun ja, in der Theorie. In der Praxis ist es schwierig, die richtige Balance aus Regeln und Freiheit zu finden. Viele autoritative Eltern kontrollieren ihr Kind sehr und sorgen mit sanftem Druck dafür, dass es so entscheidet, wie die Eltern es gern hätten – dann ist die Freiheit des Kindes vor allem Fassade.

Wenn Konsequenzen bei Regelverstößen zudem allzu strikt eingefordert werden, ist das oft unverhältnismäßig und wieder fast autoritär. Auf der anderen Seite werden Regeln schnell aufgeweicht, wenn Konsequenzen öfter ausbleiben. Ein gutes Bauchgefühl brauchen also auch autoritative Eltern.



1

Papa einbeziehen

Oft sind es die Mütter, die sich die ganze Verantwortung für eine gute Entwicklung der Kinder aufladen. Und dann drücken sich die Väter auch noch um die Hausarbeit. Belegt ist jedoch: Gerechte Aufgabenverteilung fördert den Familienfrieden, und Kinder profitieren sogar von unterschiedlichen Erziehungsstilen ihrer Eltern. Deshalb lässt Mama jetzt öfter Papa einfach mal machen – ohne sich einzumischen! Meist klappt das besser als erwartet.

7

Tipps für einen entspannten Familienalltag

3

Ziele anpassen

Lassen Sie sich nicht von den Ambitionen anderer kirre machen. Nein, Kinder müssen nicht immer Bestnoten nach Hause bringen. In jedem Bildungsweg gibt es Auf's und Abs, und Umwege erhöhen die Ortskenntnis. Jedenfalls sollte man für den höheren Schulabschluss keinen Dauerbesuch beim Therapeuten riskieren.

2

Unperfekt sein

Schrauben Sie Ihre Ansprüche herunter. Als Allererstes die an sich selbst. Wer verlangt eigentlich, dass ein Familienleben perfekt durchorganisiert sein muss wie ein internationales Live-Event? Und keine Sorge: Auch wenn die Fassade steht, bei den anderen Familien hakt es genauso.





4

Wegklicken

Kaufen Sie der Werbung nicht jeden Quatsch ab, mit dem sie Eltern vermeintliche Helfer für den Familienalltag andrehen will. Viele Bücher, Apps und Coachings lösen nur Probleme, die sie ihren Käufern vorher eingeredet haben. Ihr Bauchgefühl ist sehr wahrscheinlich besser, als Sie glauben.

5

Um Hilfe bitten

Seien Sie nicht zu stolz, bei Freunden, Bekannten oder der netten Nachbarin um Hilfe zu bitten. Das gilt besonders für Allein-erziehende. Denken Sie an die ersten Monate der Corona-Pandemie, da blitzte kurz eine neue Idee von Gemeinschaft auf. Wer die Aufsicht über das Kind auch einmal delegieren kann, findet automatisch zu einer lockereren Erziehung. Das gilt auch für das schulische Lernen – Stichwort: Nachhilfe (s. Kapitel 4).

6

Machen lassen

Der Sohn hat die Sportschuhe zu Hause vergessen? Soll er barfuß turnen. Die Tochter hat immer noch kein Geschenk für den Geburtstag der besten Freundin? Soll sie einen Gutschein kritzeln und sich dafür schämen. Wenn der Nachwuchs weiß, dass Mama im Zweifel alles ausbügelt, hat er wenig Ambition, selbst Vorsorge zu treffen.

7

Nichts tun

Werden Sie nicht nervös, wenn die Kinder mal mit nichts beschäftigt sind. Tun Sie es ihnen einfach nach.





LERNEN LERNEN



Tipps für
selbstständiges
Lernen

Hilfslehrkraft? Nein, danke!

Klar, im Homeoffice ging es nicht anders. Je jünger die Kinder, umso mehr Unterstützung benötigten sie von ihren Eltern: Manche Grundschülerin konnte ja noch nicht einmal gut genug lesen, um Arbeitsaufträge zu verstehen. Doch auch viele ältere Mitschüler waren in der Corona-Pandemie zuerst überfordert, ohne Anleitung durch die Lehrerin zu arbeiten. Und so fanden sich plötzlich längst nicht nur Helikopter-Eltern in der Rolle der Hilfslehrkraft wieder.

Ohnehin sind Mütter und Väter in Deutschland viel in die Arbeit ihrer Kinder verwickelt. Etwa drei Viertel unterstützen ihre Kinder bei schulischen Aufgaben regelmäßig, in manchen Umfragen sogar mehr. Problematisch ist das erst einmal nicht: Der neuseeländische Erziehungswissenschaftler John Hattie hat bei der Analyse Zehntausender einzelner Erhebungen festgestellt, dass sinnvolle Elternunterstützung beim Lernen zu den drei wichtigsten Einflussfaktoren für den Lernerfolg gehört. Doch was ist sinnvolle Unterstützung?

Ermutigen statt belehren

Forschende der Universität Bielefeld haben beispielhaft an Drittklässlern ermittelt, welche Faktoren den Lernerfolg des

Kindes positiv beeinflussen. Nützlich ist es ihnen zufolge, wenn Eltern:

- Interesse an den schulischen Belangen ihres Kindes zeigen
- es ermutigen, Probleme selbstständig zu lösen
- dafür klare Regeln und Standards schaffen
- ohne ständig zu belohnen oder zu bestrafen.

Bei den Hausaufgaben etwa sollten sie sich in der Nähe des Kindes aufhalten, aber nur bei Bedarf helfend aktiv werden. Übrigens sehen die Kinder selbst das offenbar ähnlich: In einer Umfrage gaben zwei Drittel der Eltern an, ihren Kindern bei den Hausaufgaben zu helfen – aber nur 13 Prozent der Kinder waren der Meinung, die Hilfe der Eltern wirklich zu benötigen.

Wir kündigen!

Also nehmen wir unsere Kinder beim Wort – und motivieren sie, die Verantwortung für ihren Lernerfolg selbst zu übernehmen! Wir Eltern kündigen als häusliche Aushilfslehrkraft und werden freundliche Lernbegleiter: Wir sorgen dafür, dass unsere Kinder das nötige Handwerkszeug beherrschen, um selbstständig zu lernen. Dabei helfen die nächsten Seiten.



Das schaffst du allein!

Mit Strategie zu selbstständigen Kindern

Wenn unser Kind laufen lernt, bieten wir ihm die Hand, aber wir tragen es nicht. Ähnlich ist es in der Schule: Auf den ersten Schritten zur Selbstständigkeit begleiten wir den Nachwuchs noch – danach sollte er immer mehr allein schaffen. Denn nur selbst erarbeitete Erfolge motivieren uns zu höheren Leistungen. Eltern dürfen vom Hintergrund aus den richtigen Lernrahmen gestalten:

1

Gute Atmosphäre schaffen

Wo wir uns wohlfühlen, arbeiten wir auch gern. Lerntherapeuten haben jedoch Mütter und Väter beobachtet, wenn sie mit ihren Kindern lernen: Ihre Gesichter sind fast immer ernst, weniger herzlich als üblich, die Stimme wird „dienstlich“. Gerade für jüngere Kinder zu Beginn der Schulzeit schafft das eine ungünstige, abschreckende Atmosphäre. So verbinden sie die Schule von Anfang an mit negativen Gefühlen.

Das machen übrigens viele der so oft gescholtenen Helikopter-Mütter besser:



Sie schaffen einen gemütlichen Rahmen, kochen vielleicht einen Kakao und setzen ihr freundlichstes Gesicht auf. Das Smartphone bleibt stumm und liegt am besten im Flur. Indem sie sich bewusst entspannen und ihren Kindern eine „gute Beziehung anbieten“, machen sie alles richtig.

Wichtig ist allerdings, dass sich die Eltern danach zurückziehen. Auch ältere Kinder freuen sich noch, wenn ihnen ein Kakao durch die Tür gereicht wird – ihre Hausaufgaben sollten sie aber allein erledigen. Die Größeren können Eltern unterstützen, indem sie mit ihnen den Arbeitsplatz einrichten oder Lerntechniken einüben (s. Tipps ab Seite 34). Wichtig ist auch, Zeit fürs Lernen zu geben. Wenn das Kind nicht rechtzeitig fertig wird, planen Eltern Termine möglichst um oder sagen sie ab. So erfährt das Kind, dass die Arbeit für die Schu-



2

le oberste Priorität hat – und wird das hoffentlich auch für sich selbst so sehen.

2

Durch Loben motivieren

Doch was tun, wenn das Ergebnis falsch ist? Trotzdem loben – vorausgesetzt, das Kind hat sich angestrengt. Zum Beispiel so: „Super, heute hast du es aber lange geschafft, ruhig am Tisch zu sitzen.“ Auch motiviert es Kinder schon viel, wenn die Eltern sich Zeit nehmen und echtes Interesse an ihren Aufgaben und Arbeiten zeigen.

Beim Lernen sollten vor allem Anstrengung und Ausdauer gewürdigt werden. Diese beiden Dinge kann jedes Kind beeinflussen, und sie zahlen sich immer aus. Wer nur für eine richtige Antwort gelobt wird, meint, dass nur das Ergebnis zählt, nicht aber die Bereitschaft, sich anzustrengen.

3

Erfolge ermöglichen

Simple Trick: Aufgaben so auswählen, dass sie ein Kind erfolgreich bewältigen kann. Denn der häufigste Grund für Motivationsprobleme von Schülern ist, dass sie zu oft an zu schwierigen Aufgaben sitzen. Wer zu viele Fehler macht, verliert die



3

Lust und versucht, das Ganze schnell hinter sich zu bringen.

Eigentlich sollte es normal sein, dass Kinder zu ihrem persönlichen Leistungsvermögen passende Aufgaben bekommen. Sogenannter individualisierter Unterricht ist seit vielen Jahren ein Ziel an den Schulen. In der Praxis bekommen jedoch meist alle Schülerinnen und Schüler dieselben Aufgaben. Sind die Hausaufgaben zu schwer, müssen also die Eltern helfen – und zwar am besten, indem sie einen oder mehrere Lernschritte zurückgehen:

Beispiel:

Marie soll Divisionsaufgaben mit Rest lösen:

$$38 : 6 = 6 \text{ Rest } 2$$

Der Achtjährigen fallen aber schon einfache Geteiltaufgaben ohne Rest schwer. Die Mutter wiederholt mit ihrer Tochter erst mal das kleine Einmaleins.

$$4 \cdot 4 = ? \quad 5 \cdot 5 = ? \quad 6 \cdot 6 = ?$$

Als das wieder klappt, erklärt sie Marie noch mal das Prinzip der Division (umgekehrte Malaufgaben) und stellt einfache Divisionsaufgaben ohne Rest.

$$36 : 6 = 6$$

Nachdem Lotte die Aufgaben gut geschafft hat, ist sie motiviert genug, auch die schwierigeren Aufgaben mit Rest lösen.



4

Selbst lernen lassen

Manchen Kindern fällt das schulische Lernen leichter, anderen schwerer. Was aber für fast alle gilt: Je mehr die Eltern ihnen abnehmen, umso weniger machen sie selbst. Deswegen sollten Eltern sich mit ihrer Unterstützung darauf konzentrieren, ihrem Kind beizubringen, wie es sich selbst helfen kann. Der Grundsatz sollte sein: Es ist immer besser, wenn das Kind selbst eine Lösung findet!

Wenn es also eine Aufgabe nicht versteht oder eine Frage hat, bekommt es die Lösung nicht auf dem Silbertablett serviert. Stattdessen lässt sich Papa oder Mama genau erklären, was es nicht versteht und wo und wie es schon nach einer Lösung gesucht hat. Oft liegt in dieser Erklärung schon der Schlüssel zur Antwort, und die Eltern müssen kaum noch eingreifen. Der Vorteil: In diesem Fall hat das Kind zu Recht den Eindruck, die Aufgabe selbst gelöst zu haben – und das motiviert! Kommt es trotzdem noch nicht auf das Ergebnis, ist die nächste Überlegung, wo es im Schulbuch oder Internet suchen kann.

5

Rückschläge aushalten

Diese Situation kennen alle Eltern: Das Kind kann eine hundertmal geübte Sache immer noch nicht. Den Eltern entfährt ein Stöhnen, sie rollen mit den Augen und kommentieren streng: „Jetzt kannst du das Einmaleins ja immer noch nicht!“ Oder:

4

„Wie oft hab ich dir schon gesagt, die unregelmäßigen Verben müssen sitzen!“ Wie ein zu früh aus dem Ofen geholt Soufflé sinkt das Kind zusammen. Es schlägt die Augen nieder, sagt gar nichts mehr oder bringt die einfachsten Sachen nicht mehr hin. Was ist hier passiert?

Bestrafen macht alles nur noch schlimmer. Schon hängende Mundwinkel oder ein trauriger Blick setzen vor allem jüngere Schülerinnen und Schüler schnell unter Druck. Sie haben das Gefühl: Wenn ich Fehler mache, mag Mama oder Papa mich nicht mehr. Manche entwickeln Versagensängste, und die sind ein schlechter Lernbegleiter. Denn: Wer sich fürchtet, blockiert irgendwann – und bringt noch schlechtere Leistungen.

Deshalb sollten Eltern sich den Frust über falsche Antworten nicht anmerken lassen. Hilfreicher als ein „Nun reiß dich endlich mal zusammen!“ sind aufmunternde Worte wie „Schauen wir uns das noch mal ganz in Ruhe an!“. Fehler gehören zum Lernen dazu, daran sollten wir uns immer wieder erinnern. Ein paar schlechte Noten zwischendurch sind kein Problem, und wenn es zu viele werden, kann man sich jederzeit Hilfe holen (s. Kapitel 4). Die besten Abschlüsse haben oft diejenigen Schülerinnen und Schüler, die zuvor mit Rückschlägen umzugehen gelernt haben.

5



6

6

Mäßig, aber regelmäßig üben

Eltern kennen das von sich selbst: Menschen sind oft Saisonarbeiter. Und so schnaufen auch viele Kinder nach Klassenarbeiten erst einmal durch – und müssen dann vor der nächsten Arbeit viel Stoff aufholen. Besser ist es, kontinuierlich zu üben.

Oftmals reichen dafür fünf Minuten: Die aktuellen Vokabeln abfragen plus ein paar bereits gelernte wiederholen – das war's schon. Genauso funktioniert das mit dem kleinen Einmaleins oder mit den Phasen der Zellteilung. Die kleinen Portionen machen es leichter, sich zum Üben zu überwinden. Und das ständige Training legt den Lernstoff schließlich im Langzeitgedächtnis sicher ab. Das Kurzzeitgedächtnis, unser Arbeitsspeicher, wird auf diesem Wege entlastet und steht für schwierigere Verständnisaufgaben zur Verfügung.

Eltern können ihre Kinder unterstützen, indem sie das tägliche Üben als Routine einführen und sie anhalten, dranzubleiben. Das ist erst einmal lästig und erfordert auch von den Erwachsenen Disziplin, die sich aber auszahlt: Nach einer Weile werden die kleinen Lernportionen selbstverständlich und erfordern nicht mehr ständige Überwindung.



7

7

Wenn nötig, Grenzen setzen

Klare Regeln statt Dauermeckern: Am Ende müssen sich Eltern durchsetzen. Diskussionen darüber, ob, wann und wie lange gelernt wird, sind oft anstrengender als das Pensum selbst. Wenn Kinder unlustig dasitzen und ihre Eltern vielleicht sogar anmotzen, muss das Signal lauten: „So nicht!“. Jüngere Kinder beeindruckt es oft schon, wenn Mama oder Papa einfach wortlos aus dem Zimmer geht. Älteren Kindern müssen Eltern notfalls etwas verwehren, was sie gern tun („Ans Handy darfst du erst, wenn du gelernt hast.“). Sobald das Kind mitmacht, muss die Stimmung aber wieder umschlagen. Ohne Harmonie funktioniert das gemeinsame Lernen nicht!

Extratipp:

Braucht das Kind Hilfe, geht man am besten immer gleich vor: Erst zeigt das Kind, was es schon selbst kann und versucht hat. Nur wenn es ein Hindernis nicht überwinden kann, zeigen die Eltern, wie es geht. Je weniger sie vorgeben, umso besser ist es.



Gut vorbereitet

Erfolgreiches Lernen braucht
Ordnung – und Plan

Viele Eltern und Kinder unterschätzen, wie wichtig der eigene Schreibtisch ist. Wer hier nicht gern sitzt, tut sich mit dem Lernen und den Hausaufgaben doppelt schwer. Ein Gedankenspiel hilft, sich besser einzurichten:

Man stelle sich vor, das Lernen sei ein netter Mitbewohner, und der Schreibtisch ist sein Platz im Haus. Was würde das Lernen tun, um sich dort wohlfühlen? Es würde die Sachen anderer Mitbewoh-

ner beiseite räumen – die Kollegen Spielen, Hörbuchhören und Daddeln müssten sich andere Plätze suchen. Der Schreibtisch wäre sicher ordentlich, aber trotzdem gemütlich – schließlich verbringt das Lernen viel Zeit hier.

Alle Sachen, die das Lernen braucht, müssen natürlich gleich greifbar sein. Deshalb ist im Regal daneben genug Platz für seine Sachen, Bücher hat das Lernen zum Beispiel gern. Ebenso Arbeitsmittel wie Stifte, Kleber und Schere – die stehen

jederzeit griffbereit in einer Box auf dem Tisch. Daneben sind einige Kunststoff-ablagen gestapelt, weil das Lernen viel mit Papier arbeitet und die Blätter bequem zur Seite legen, sie aber auch schnell wieder zur Hand haben will. Ist das Lernen Links- oder Rechtshänder? Das Licht mag es am liebsten von der anderen Seite. Und es blickt nicht gern aus dem Fenster – da lenken es die anderen Mitbewohner zu sehr ab.

Das klingt ein bisschen albern? Mag sein, aber dieses Gedankenspiel hilft, den Arbeitsplatz des Kindes mit Sorgfalt und ein bisschen Spaß einzurichten. Und vielleicht kommt Mama oder Papa ja sogar der Gedanke, dass sich das Lernen mit einem neuen Schreibtisch oder schöneren Ablagen wohler fühlen würde?

Den Plan immer im Blick

Zur Ordnung im Zimmer muss auch die Ordnung im Kopf kommen. Denn Zeitdruck ist eines der größten Lernhemmnisse. Damit Schüler ihre Termine im Griff haben, sollten sie einen Wochenplan führen – elektronisch, aber auch auf Papier.

Gerade ältere Schüler müssen viele Termine im Blick behalten: schulische Verpflichtungen wie Referate, Nachmittagsunterricht oder Prüfungen, aber auch Instrumentenunterricht, Sportveranstaltungen, private Events. Nur die wenigsten Kinder und Jugendlichen führen für ihre Termine einen gemeinsamen Plan – ein Fehler.

Wann steht eine Klassenarbeit an? An welchem Tag gibt es immer viele Hausaufgaben? Ist ein Zusatztraining angesetzt?

All diese Dinge kommen konsequent in einen Plan, der jede Woche aktualisiert wird. Am einfachsten gewöhnt man sich daran zu Schuljahresbeginn, wenn noch nicht so viele Termine anstehen. Die meisten Schülerinnen und Schüler werden dafür heute ihr Smartphone nutzen, das ist auch sinnvoll. Die wichtigsten Termine sollten aber jede Woche noch einmal in einen Papier-Wochenplan eingetragen und über den Schreibtisch gehängt werden. Nur so bleiben sie immer im Blick.



Extratipp:

Interaktive Stundenpläne sind über die Stichwortsuche in den App-Stores leicht zu finden. Ein Beispiel ist „Stundenplan Deluxe“, in der man außerdem Schulnoten berechnen, Erinnerungen einstellen und Schulferien einbinden kann. Manche Lernende arbeiten auch von Anfang an mit allgemeinen Kalendern wie etwa von Google und Apple oder verknüpfen sie sogar mit Notiz-Apps wie „OneNote“. Je früher man sich in solche Programme einarbeitet, umso weniger Aufwand macht es später, sie zu nutzen.



Ein Lob auf die Routine!

Lerngewohnheiten und -techniken
räumen den Kopf frei

Unser Gehirn ist Meister der Effizienz. Wenn es vor einer Aufgabe öfter steht, automatisiert es die Lösung. So ist unser Bewusstsein wieder frei für neue Aufgaben.

Dieses Prinzip lässt sich wunderbar fürs Lernen nutzen. Wer etwa den Hausaufgaben einen festen Platz im Tagesablauf verschafft, muss nicht jedesmal aufs Neue mit sich (und den Eltern) darum ringen, wann sie gemacht werden. Eine Viertelstunde Vokabeln lernen passt wunderbar in jeden Tag, ist effektiver und viel weniger nervig als stundenlanges Pauken kurz vor der Klassenarbeit.

Dem Lernen Rhythmus geben

Fortgeschrittene machen zu Beginn einer Lernsituation etwas Leichtes – der schnelle Erfolg motiviert. Nach einer schweren Aufgabe belohnen sie sich, etwa mit einer kurzen Pause. Nach getaner Arbeit folgt wieder ein Ritual, fast egal



welches: Das ist der „Geschafft!“-Moment. So entwickelt sich ein automatischer, positiver Lernrhythmus.

Und wann ist die beste Zeit fürs Lernen? Grundsätzlich kann man dem Kind überlassen, wann es lernt, spielt oder chillt. Allerdings sollten die Hausaufgaben in eine Tagesphase fallen, in der es sich gut konzentrieren kann. Apropos Konzentration: Je nach Alter brauchen Kinder bereits nach 20 bis 30 Minuten fokussierten Lernens kurze Pausen, in denen Toben sogar sinnvoll ist.

Drei Regeln für den Lernrhythmus

1

Die Hausaufgaben bekommen für jeden Werktag **ein festes Zeitfenster**, in dem sie dran sind. Das legen Eltern und Schüler gemeinsam fest und tragen es gut sichtbar in den Wochenplan ein. Auf Wunsch erinnern die Eltern den Schüler oder die Schülerin daran, dass es in fünf Minuten losgeht, aber für das Einhalten der Zeit ist grundsätzlich das Kind verantwortlich.

2

Zu Beginn der Hausaufgaben sorgt **ein festes Ritual** für die Einstimmung und ungestörtes Arbeiten. Dazu kann zählen: durchlüften, Ablenkendes wie Smartphones und Spiele wegräumen, alles Nötige bereitlegen und vielleicht noch ein Schild an die Tür hängen, das klar macht: „Hier wird jetzt gearbeitet“. Dann klärt man die Prioritäten („Heute muss ich unbedingt Mathe erledigen“) und beginnt idealerweise mit etwas Einfachem, das einem ein erstes Erfolgserlebnis und damit Schwung verleiht.

3

Es lohnt sich, Arbeit in kleine Portionen aufzuteilen und **regelmäßige Pausen** einzulegen. Eine Unterbrechung von fünf Minuten sorgt dafür, dass man wieder voll bei der Sache ist. In dieser Kurzpause empfiehlt sich Bewegung, vielleicht ein Obstsnack oder das Lieblingslied – was man tut, ist egal, Hauptsache, es unterscheidet sich von der Lerntätigkeit.





Lernturbos nutzen

So wertvoll sind Hausaufgaben
und mündliche Mitarbeit



Hausaufgaben sind lästig. Sie sind ein regelmäßiger Streitpunkt in Familien. Aber sie sind auch: unvermeidbar. „Umarne, wen du nicht besiegen kannst“, sagt ein Sprichwort. Deshalb sollten Eltern und Kinder sofort beginnen, Hausaufgaben zu akzeptieren – und ihnen mit System zu begegnen.

Hausaufgaben müssen unbedingt Routine werden. Das geht schon damit los, dass sie fest im Tagesablauf verankert werden – siehe Seite 36. Aber auch den ganzen Ablauf, jeden Handgriff sollte man ritualisieren, zum Beispiel so:

**1. Arbeitsmaterial bereitlegen,
durchlüften**

**2. Ablenkendes aus dem
Blickfeld räumen**

**3. Prioritäten setzen
(Physik unbedingt heute!)**

**4. für den Einstieg eine
Routineaufgabe wählen**



Das Gehirn muss auf eine Art Hausaufgabenautobahn kommen: Gelingt der Start, trägt einen der Schwung über eine Aufgabe nach der anderen hinweg. Schon nach erreichten Etappenzielen (z. B. ein schwieriger Englischaufsatz) darf sich der oder die Lernende eine Belohnung gönnen (ein Getränk oder zehn Minuten Pause im Garten). Hat man ein gesetztes Ziel nicht erreicht, nach den Ursachen forschen und Konsequenzen ziehen (Mitschüler um Rat fragen).

Der Vorteil an dieser Vorgehensweise: Wer routiniert und zuverlässig seine Hausaufgaben macht, ist schon recht gut vorbereitet auf die nächste Klassenarbeit. So sparen ernsthaft gemachte Hausaufgaben am Ende sogar Zeit.

Unterricht: mittendrin statt nur dabei

Das Gleiche gilt für den Unterricht. Auch hier gilt: Wenn man schon dabei sein muss, kann man ihn auch gleich ernst nehmen – und mitmachen. Tatsächlich ist Aufpassen im Unterricht das Geheimrezept fast jedes guten Schülers!

Der Grund dafür ist einfach: Was man schon in der Schule mitbekommen hat, muss man sich nicht mehr zu Hause schwer erbüffeln. Dazu ein paar Faustregeln. Tagträumer meiden besser Fensterplätze mit Blick auf den Schulhof. Wer sich leicht ablenken lässt, sollte möglichst weit vorn sitzen. Auch der Platz ne-

ben der besten Freundin ist nicht immer der ideale. Dann die Ohren spitzen und auch dem ungeliebten Fach eine Chance geben. Kernaussagen mitschreiben und Wichtiges kennzeichnen, zum Beispiel mit einem Ausrufezeichen. Unklares und Missverständliches als Frage notieren und später klären.

Hände hoch!

Das Beste: Im Unterricht hat man jederzeit eine Expertin (sprich: die Lehrkraft) vor der Nase, wenn man etwas mal nicht gleich verstanden hat. Kein langes Stöbern im Buch, kein Googeln nach Lernvideos: Hand hoch und nachgefragt! Das signalisiert nebenbei noch Interesse am Stoff, was bei allen Lehrkräften gut ankommt. Außerdem bleiben Schülerinnen und Schüler, die dem Unterricht aktiv folgen, Lehrkräften leichter und besser im Gedächtnis. Wer sich ansonsten vor allem dann meldet, wenn er etwas weiß, wird dafür meist in Ruhe gelassen, wenn er nichts weiß – das allein kann Noten verbessern.

Zocken eignet sich nicht als Lernbelohnung: Die Games sind darauf ausgelegt, uns möglichst lange abzulenken. Daher muss das Handy bei den Hausaufgaben aus dem Zimmer!





LÖSUNGEN FINDEN



Hilfe suchen,
Lösungen
finden

Gescheiter scheitern

Warum Kinder stolpern dürfen

Ob mit viel oder wenig Unterstützung durch die Eltern: Irgendwann geht sicher einmal etwas schief. Das gilt gerade auch für die Schule, wo unsere Kinder ständig verglichen und bewertet werden. Wichtig ist daher, sich bewusst zu machen: Kein Bildungsweg ist perfekt planbar, oft führen gerade die Umwege zum Ziel – und niemand sollte sich scheuen, Hilfe zu holen.

Jeder Mensch erlebt Niederlagen

Dabei geht es gar nicht darum, das Scheitern zu glorifizieren, wie es unter manchen Managern Mode ist. Denn die Wahrheit ist: Niederlagen tun weh. Sie stören das Selbstwertgefühl, und wenn sich zu viele davon anhäufen, kann auch die oder der Stärkste daran zerbrechen. Insofern ist es verständlich, wenn Eltern ihren Kindern das Scheitern ersparen möchten.

Doch Niederlagen sind auch: unvermeidlich. Selbst die umsorgendsten Eltern können nicht verhindern, dass ihre Kinder welche erleben – und sei es später als Erwachsene. Umso wichtiger ist es, dass sie damit umzugehen lernen.

Scheitern lernen heißt vor allem, scheitern zu dürfen. Kinder und Jugendliche sollten Raum haben, Fehler machen und falsche Entscheidungen treffen können – in überschaubarem Rahmen, sodass die Konsequenzen nicht zu schmerzhaft sind. Wenn sie dann von ihren Eltern erfahren, dass man aus Niederlagen lernen kann und genauso wertvoll bleibt wie vorher, erhalten sie wichtiges Rüstzeug fürs Leben.

Tipps für schlaues Scheitern:

- Verlieren lernen Kinder natürlicherweise beim Spielen. Das können Eltern z. B. mit Gesellschaftsspielen fördern.
- Scheitern entsteht, wenn ein Kind bestimmte Erwartungen (meist die der Eltern) nicht erfüllt hat. Deswegen sollten (Bildungs-)Ziele für ein Kind erreichbar sein. Zu hohe Erwartungen provozieren Niederlagen.
- Ein Kind muss sicher sein können, dass es von den Eltern geliebt wird – unabhängig von Erfolgen und Niederlagen.
- Jeder darf sich Hilfe holen. Es ist eine große Stärke, seine Schwächen zu kennen – und damit umgehen zu können.



(Nach-)Hilfe holen

Wie externe Unterstützung
Eltern entlasten kann

Die Schule ist einer der größten Störfaktoren im Familienleben. Sie dominiert den Kalender, bestimmt oft die Stimmung, bindet Zeit und Kraft, bietet Erfolgserlebnisse, aber auch Frustrationspotenzial. Vor allem wenn sie ihre Kinder häufig unterstützen, fühlen sich viele Eltern fast so, als würden sie selbst noch einmal zum Unterricht gehen.

Das ist allerdings keine gute Voraussetzung für einen harmonischen Familienalltag. Denn oft übertragen die Eltern dann eigene, möglicherweise schlechte Erfahrungen aus ihrer Schulzeit auf die Kinder. Und es kann sein, dass sie schlechte Bewertungen für ihr Kind auch als Angriff auf sich selbst empfinden. So bekommen Noten eine viel zu große Bedeutung.

Nicht nur in solchen Fällen kann es sinnvoll sein, wenn Familien sich für das Lernen externe Unterstützung suchen. Denn Nachhilfe bedeutet heute weit mehr als Feuerwehreinsätze zur Zeugnisrettung. Im Gegenteil, gerade die Hilfe zur Selbsthilfe zeichnet moderne Lernunterstützung aus:

Grundlagen sichern

Eine wichtige Funktion guter Nachhilfe ist, die fachlichen Grundlagen in den wesentlichen Fächern zu vermitteln. Oft haben Schülerinnen und Schüler Lücken im Lernstoff, die sie immer wieder einholen und zu schlechten Noten führen. Ist dieser Stoff nachgeholt und gesichert, können sich die Kinder neue Inhalte leichter und zuverlässiger selbst aneignen.

Selbstvertrauen stärken

Viele Kinder haben nach einer Reihe von schulischen Misserfolgen nur noch wenig Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten. Wenn Eltern in der Folge allzu intensiv mit ihnen lernen oder gar Aufgaben wie Referate oder Hausarbeiten für sie erledigen, um Noten zu retten, kann sich dieser Effekt sogar noch verstärken.

Externe Profi-Lernhelfer achten hingegen darauf, den Schülerinnen und Schülern nichts abzunehmen, sondern sie anzuleiten, ihre schulischen Arbeiten selbst zu erledigen. Zudem erklären sie schwierige



Inhalte und bieten zusätzliches Arbeitsmaterial an, im Idealfall zugeschnitten auf die individuellen Bedürfnisse des Kindes. Meist haben die Schüler auf diese Weise rasch Erfolgserlebnisse in Form besserer Noten, was sie wieder neu motiviert.

Lernen lernen

Um wirklich selbstständig arbeiten zu können, müssen Kinder Lerntechniken und sinnvolle Arbeitsweisen kennen. Gute Nachhilfelehrkräfte und -Institute achten daher darauf, dass ihre Schülerinnen und Schüler neben dem aktuellen Schulstoff gezielt das Lernen lernen. So erhalten die Kinder das nötige Rüstzeug, um eigenständig ihren Bildungsweg zu gehen.

Kostenlose Kurse

Lernlücken sind häufig der Grund dafür, dass Kinder dauerhaft Schwierigkeiten in bestimmten Schulfächern haben. Um solche Lücken zu schließen, bietet der Studienkreis regelmäßig kostenlose Online-Kurse zu wichtigen Themen der Jahrgangsstufen 5 bis 13 an – mit Erklärungen, Übungen und der Möglichkeit, individuelle Fragen per Chat zu klären. Mehr Info unter:

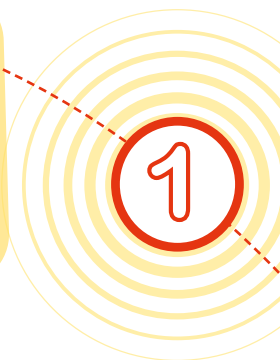
[www.studienkreis.de/
online/kurse](http://www.studienkreis.de/online/kurse)





Nichts ist unmöglich

Abi, Mittlere Reife und Studium auf Umwegen



S ulstress und Frust hängen oft damit zusammen, dass Kinder die in sie gesetzten Erwartungen nicht erfüllen können. Tatsächlich sind Gymnasium und akademische Laufbahn nicht für alle der richtige Weg. Zum Glück ist das Bildungssystem aber durchlässig: Schulabschlüsse und sogar Studiengänge lassen sich auf vielen (Um-)Wegen erreichen.

1 Berufsfachschule (BFS)

Die BFS vermittelt Schülern mit Hauptschulabschluss neben beruflicher Grundbildung und Abschlüssen auch Schulabschlüsse wie die Mittlere Reife. BFS sind meist auf ein Fachgebiet ausgerichtet (Sozialwesen, Wirtschaftswesen, künstlerisch oder (informations-)technisch).

2 In die Oberstufe

Nach bestandener Mittlerer Reife können gute Realschüler direkt aufs Gymnasium

wechseln. Gern gewählt werden z.B. berufliche Gymnasien, die es in unterschiedlichen Fachrichtungen gibt.

3 Fachoberschule

Ebenfalls nach beruflichen Fachrichtungen ausgerichtet sind Fachoberschulen (FOS). Ihr Abschluss nach Klasse 12 berechtigt zum Studium jeder Fachrichtung an einer Fachhochschule sowie, abhängig vom Bundesland, oft auch zur Aufnahme eines Bachelor-Studiums an einer Universität.

4 Berufsoberschule

Für eine BOS braucht man im Gegensatz zur FOS (oder gar zur BFS) nicht nur einen mittleren Schulabschluss, sondern auch eine abgeschlossene Berufsausbildung oder mindestens fünf Jahre Berufserfahrung. Oft kann zwischen Fachabitur, fachgebundener und allgemeiner Hochschulreife als Ziele gewählt werden.



3

2

5 Abschluss nachholen

Ob Abendschule, Kolleg, Volkshochschule oder Fernschule – es gibt viele Möglichkeiten, Quali, Mittlere Reife oder Abi nachzumachen. Bei der sogenannten Nichtschülerprüfung, bei der jeder Schulabschluss erworben werden kann, muss gar keine Schule besucht werden. Gleiches gilt für die Begabtenprüfung, bei der besonders befähigte Berufstätige die Möglichkeit haben, die Prüfungen zum Abi abzulegen.

Studieren ohne Abi

Ohne Abi an die Uni – auch das geht! Je nach Bundesland brauchen Bewerber dafür ein Mindestalter (meist 25 Jahre), einen Schulabschluss der Sekundarstufe I und eine abgeschlossene Berufsausbildung oder mindestens fünfjährige berufliche Tätigkeit. Dann können sie nach einem Einstufungstest ausgewählte Fächer studieren, die fachlich nah am bisherigen Beruf liegen. Mit dem Meister erwirbt man sogar eine allgemeine Hochschulzugangsberechtigung (mit länderspezifischen Einschränkungen). Und in künstlerischen Studiengängen entscheidet eine Aufnahmeprüfung über die Zulassung: Ein Abi ist oft gar nicht nötig.



Raus in die Welt!

Ideen für Unternehmungen ohne Mama und Papa



Zu Hause ist jeder schnell in seinem gewohnten Trott. Selbst wenn sie sich etwas anderes vorgenommen haben, kontrollieren die Eltern vielleicht wieder zu viel – und das Kind findet es ganz bequem, sich bei den Hausaufgaben auf Mama und Papa verlassen zu können. Wie also lassen sich solche Gewohnheiten aufbrechen – und sei es nur für eine Weile?

Eine gute Möglichkeit sind Unternehmungen, die Kinder – für Vorsichtige am besten in einem geschützten Rahmen – ohne Eltern machen können. Die findet man für die unterschiedlichsten Altersgruppen:

Ferienfreizeiten

Viele Städte bieten in den Ferien Programme an, in denen Kinder sich meist eine Woche lang tagsüber z. B. künstlerisch oder sportlich betätigen. Sie können dort ihre Fähigkeiten ausprobieren, ohne dem Druck der Schule oder den Augen ihrer Eltern ausgesetzt zu sein. Besonders spannend sind **Kinderstädte** wie „Mini-München“, in denen Kinder eine komplette Stadt nachspielen.

Vereinsfahrten

Der erste Urlaub ohne Mama und Papa ist oft eine Jugendfahrt etwa mit dem Sportverein oder einer kirchlichen Organisation. Von den Erlebnissen und dem guten Gefühl, auch ohne Eltern zurechtzukommen, erzählen viele ein Leben lang.

Sommercamps

Spaß haben, Abenteuer erleben und dabei vielleicht noch Fremdsprachen lernen: Das geht in Sommercamps. Ein- bis mehrwöchige Camps gibt es in Deutschland oder anderen Ländern, für Programm und Betreuung ist gesorgt. Neben Erfahrungen und Kenntnissen nehmen Kinder und Jugendliche dabei meist **viel Selbstbewusstsein** mit, weil sie eine längere Zeit ohne ihre Eltern auskommen mussten. Nachteil: Die Camps sind meist recht teuer.

Schüleraustausch

Auch bei von der Schule organisierten, meist ein- oder zweiwöchigen Schüleraustauschen lernen Jugendliche, in einer fremden Umgebung selbst zurechtzukommen. Noch mehr gilt das natürlich für Austausch(halb-)jahre.



Infothek

Hilfreiche Artikel und Tipps für selbstständiges Arbeiten

Auf seinen Internetseiten bietet der Studienkreis Schülern und ihren Eltern viele nützliche Informationen und Tipps rund um das Lernen. Das Angebot ist kostenlos und frei verfügbar. Auch zu den Themen dieser Broschüre finden Sie dort weiterführende Informationen:

Gratisbroschüren

Der Studienkreis hat zahlreiche Broschüren wie diese veröffentlicht, in denen Experten Rat und Hilfestellung für den Lern- und Erziehungsalltag geben. Darin finden Eltern, aber auch Schülerinnen und Schüler zum Beispiel Lerntipps für eigenständiges Arbeiten, Hilfe bei Schulstress und eine Anleitung für die Prüfungsvorbereitung. Auch besondere Situationen wie Schulwechsel oder das Lernen in der Pubertät sind Thema. Download unter:

studienkreis.de/infothek/gratis-broschueren

Eltern-Webinare

Erfahrene Pädagoginnen und Lehrkräfte des Studienkreises geben Eltern praktische Tipps für das Lernen zu Hause. Die Webinare dauern zwischen 30 und 45 Minuten. Die Themen reichen von Lerntipps über kreative Spielideen bis

zu LRS und Dyskalkulie. Alle Webinare sind kostenlos. Themen und Termine: studienkreis.de/infothek/webinare

Studienkreis-Blog

In seinem Blog bietet der Studienkreis ständig neue aktuelle Themen rund um Schule, Lernen und Familie. So erfahren Eltern zum Beispiel, wie sie Lernentwicklungsgespräche nutzen und wie Kinder Fake News erkennen.

studienkreis.de/blog

Internetrecherche

Dass Schüler selbstständig Themen im Internet recherchieren, ist spätestens seit der Corona-Pandemie selbstverständlich geworden. Ein Leitfaden zeigt, wie das ohne die Hilfe von Mama und Papa fundiert und sicher gelingt:

studienkreis.de/infothek/journal/internetrecherche

Schüleraustausch

Ein Auslandsaufenthalt ohne Eltern bringt für Jugendliche oft riesige Entwicklungsschritte. Was Familien bedenken sollten und wie die Organisation gelingt:

studienkreis.de/infothek/journal/auslandsaufenthalt-schueler



Der Studienkreis

- bietet qualifizierte Nachhilfe für Schüler aller Klassen und Schularten in allen gängigen Fächern – im Institut und online
- gehört seit mehr als 40 Jahren zu den führenden privaten Bildungsanbietern in Europa
- hat seit seinem Bestehen mehr als 1,5 Millionen Schülerinnen und Schüler gefördert
- unterstützt mit seinen 10.000 engagierten Nachhilfelehrern jedes Jahr rund 125.000 Schüler



• **Studienkreis Deutschland**
www.studienkreis.de
Hotline: 0800/1 11 12 12 (frei)

• **Studienkreis Luxemburg**
www.studienkreis.lu

• **Studienkreis Schweiz**
www.studienkreis.ch
Hotline: 0800/11 11 21 (frei)

• **Studienkreis Österreich**
www.studienkreis.at